

la voz de Madrid

madrid
divino.com



nº 15

LA NUEVA TERRAZA DIVINA
EN LA CALLE GOYA



Casa Tía María
SABOR CON TRADICIÓN



Singles Madrid Divino, ha seleccionado la Terraza Chill-out del Restaurante La Española de Pozuelo de Alarcón para reunir amigos en Madrid. Es una oportunidad real de conocerse y relacionarse con gente Divina en Madrid. Un club de amigos, quizás una reunión de gente especial, quizás simplemente buscamos algo diferente o simplemente amistad. Para nosotros es muy importante pensar que muchos de los que somos singles y queremos conocer gente nueva sepamos a dónde ir, siempre gente divina que escape de los malos rollos y quiera ampliar su círculo social, en un ambiente único y selecto como es La Española que lleva 30 años en Pozuelo y es considerado uno de los mejores Restaurantes de Madrid. Si buscas conocer gente con iniciativa, que incluso puedan surgir sinergias tanto personales como laborales somos tu club. Donde encontrar esa persona que estabas buscando, donde disfrutar de la mejor cocina entre amigos, o el aperitivo del domingo entre gente guapa de Madrid.

Primera fiesta singlesmadriddivino seria el jueves 18 de octubre y el primer brunch seria el domingo 21 de octubre

Entra en www.singlesmadriddivino.com

LA HORA BLANCA DE MADRID DIVINO

A partir del Martes día 25 de Septiembre, Susana Fernandez del programa de radio LA TERTULIA y Quino Moreno LA HORA BLANCA ambos de esRadio Maderid2, se unen para presentar un programa en canal 33 tv que se llamara LA HORA BLANCA DE UN MADRID DIVINO (contenido turismo y gastronomía). estaremos en antena todos los Martes 10,00 horas hasta las 11,00.NOCHE
Os esperamos y contamos con vuestro apoyo.

Susana Fernandez y Quino Moreno

**CANAL
33
MADRID**



Quinto Gallego

Desde mediados de los años 90, el Quinto Gallego, establecimiento familiar, se ha hecho un hueco entre lo más destacado de la restauración madrileña, de la mano de su propietario, Faustino López Martín, sanabrés de pro.

El Quinto Gallego es ideal para disfrutar de lo mejor de la cocina castellana y gallega, donde la calidad, el buen precio y un esmerado servicio, unido con la originalidad de nuestros platos, harán las delicias de los paladares más exigentes y sorprenderá a los más curiosos. Es, en resumen, una cocina llena de sabor y sensaciones, de la que destacamos platos como, el excelente Revuelto de la casa, el estupendo Caldo gallego, la magnífica Ensalada de salmón, angulas y berros, la Empanada gallega casera, la exquisita Merluza gallega, el delicioso Chuletón de Sanabria y el rico Rodaballo.

Cuenta con una atención muy destacada y especial por parte del personal de servicio, especialmente seleccionado para ello. El ambiente de cena o comida es muy cordial y familiar, para que usted se sienta bien atendido y cómodo.

La variedad de raciones es muy amplia: unos choricitos con patatas de tapita, lacón a la gallega, sepia a la plancha, calamares a la andaluza, chistorra, surtido de ibéricos, croquetas, etc.



Metro: Herrera oria Dirección: Fermín Caballero, 6
Teléfono: 917304302

Horario: De Lunes a Jueves de 7:00 a 0:30 Viernes de 7:00 a 2:00
Sábados de 8:00 a 2:00

Días de cierre: (lunes tarde cerrado)

JORNADAS DEL BOTILLO



BOTILLO DEL BIERZO

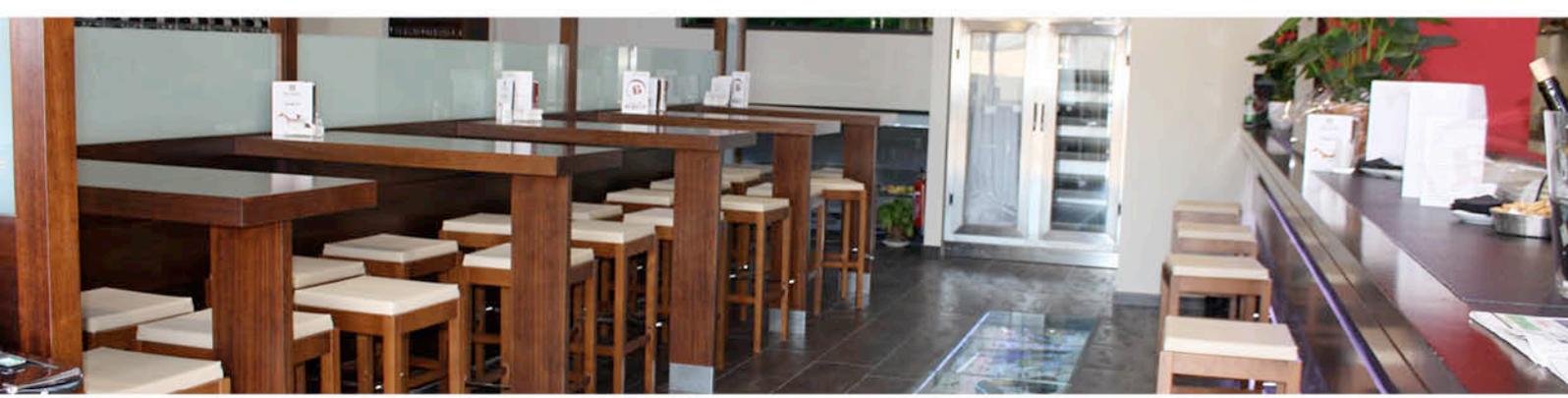
Origen de Alta Cocina



“El mejor Botillo de Madrid llega a las Rozas”

Restaurante Argayo en calle castillo de Arévalo
nº2, Európolis-las rozas, telef.916405190





Disfruta de nuestra cocina, elaborada con productos de primerísima calidad, en un entorno agradable y familiar, con platos tradicionales de las regiones españolas y platos adaptados a las nuevas tendencias.

Restaurante-Sidrería Argayo es un lugar donde poder degustar una excelente carne roja a la brasa, pescado fresco personalmente seleccionado, embutidos de primera calidad, exquisito pulpo a la gallega y a la piedra, arroces por encargo y nuestros platos únicos, como el Botillo de El Bierzo; todo ello combinado con una cuidada y variada vinoteca. Podrá completar sus comidas y cenas con nuestra extensa selección de bebidas Premium.

Realizamos comidas, cenas, reuniones y cócteles para empresas y grupos, ofreciendo una variedad de menús y pudiendo ajustarse a las necesidades particulares de cada cliente. Disponemos de salones audiovisuales, parking gratuito al aire libre, acceso para minusválidos y una amplia terraza.

Podrá realizar sus reservas en el teléfono 91 640 51 90 ó mediante correo electrónico en argayo.restaurante@gmail.com





Restaurante O'grelo



En el año 1981 nace el restaurante O'grelo.

Ofrece una delicada cocina gallega regida por grandes profesionales y un chef digno de este restaurante. El éxito está en la exquisita selección de pescados, carnes y mariscos, atendidos directamente a diario en la lonja.

O'grelo se ha convertido en poco tiempo en la referencia gastronómica por excelencia de la restauración gallega en Madrid.

www.restauranteogrelo.com
Calle de Menorca, 39, 28009
Teléfono: 914 09 72 04
Parada: Ibiza



O' recanto nace en Madrid en el año 2002 con el deseo de ofrecer a sus visitantes todo el sabor de la Galicia en sus platos y en la decoración del restaurante.

Ofrecemos una delicada cocina gallega regida por grandes profesionales y un chef digno de este restaurante.

El éxito está en la exquisita selección de pescados, carnes y mariscos, atendidos directamente a diario en la lonja.

O'recanto se ha convertido en poco tiempo en la referencia gastronómica por excelencia de la restauración gallega en San Sebastián de los Reyes.

www.restauranteorecanto.com
Calle de Seseña, 78, 28024 Madrid
Teléfono: 915 184 665
Parada: Seseña - Av. Padre Piquer

O' Recanto

La Bella Anna

En el capitalino barrio de Montecarmelo encontramos un sofisticado e innovador restaurante: La Belle Anna.

Su estética cosmopolita cuenta con toques retro que favorecen un ambiente juvenil y elegante y, junto al uso del blanco en sus diversas instalaciones, harán de tu estancia un momento agradable y tranquilo. Cuando uno se sienta a la mesa se prepara para disfrutar de la gran protagonista: la cocina italiana.



Los olores te sorprenden aún antes de llegar, te despiertan el apetito. Los productos son de primera calidad y preparados con profesional cuidado, con un pequeño ingrediente adicional: la pasión por lo bueno y lo bello.

Desde la amplia cava de vinos, pasando por la exquisitez de su variada oferta de ensaladas, aderezadas de forma mágica y que son una delicia al paladar; o sus risottos, pastas y carpaccios, que nos remontan a la romántica Italia y a la excelencia de su comida. Y es que la Bella Anna nos ofrece una propuesta gastronómica única y un trato amable, cuidando de cada cliente con esmero y en un ambiente donde se funden la decoración y la música con la calidad de los productos de su carta, traídos directamente desde Italia.

Nuestra sugerencia:

Entrada: Ensalada Bella Anna (con perlas de melón, jamón de pato, bacón crujiente, frutos secos, aliñada con aceto balsámico a la miel).

Segundo plato: Ravioles de trufa a la crema

Postre: Merengue de limones



TF: 91 427 12 21

Avda. Monasterio de Silos, 25
28049 Madrid

www.labelloanna.com

SERVICIO DE APARCACOCHEs



MARISQUERIA

El Cantábrico

El Cantábrico abre sus puertas hace casi sesenta años, en 1948, en la extinta casa Bravo, pequeño local de la calle Podilla. El por entonces joven Dionisio Amores, su fundador, lo rebatió como El Cantábrico, en honor a su esposa, Fernanda Dehesa, santanderina de nacimiento.

Así nació El Cantábrico, dedicado desde sus inicios al arte del marisco y

Así nació El Cantábrico, dedicado desde sus inicios al arte del marisco y la cerveza. Y así fue creciendo con los años, llegando a consolidar una plantilla que, a día de hoy, siguen manteniendo el espíritu y tradiciones del que fuera su patrón y amigo, Dionisio, algunos con más de treinta años de trabajo y experiencia en la que se ha convertido su casa.

Ese espíritu de antaño también se recoge en el local, que conserva su largo mostrador, sus dos grifos plateados de cerveza, sus viejos azulejos y las paredes, vestidas con fotografías de su propia historia, de la costa cántara y de Madrid. Día tras día ha llegado el marisco hasta su cocina para cocerlo fresco antes de colocarlos en sus vitrinas y ser presentado a su fiel clientela, parte importante en la historia de El Cantábrico.

Tres generaciones han visto crecer esta taberna por la que parece no pasar el tiempo. Y como reconocimiento al buen trabajo, a la calidad de sus productos y su larga trayectoria como promotor del marisco gallego en Madrid, El Cantábrico ha sido galardonado con el Centollo de Oro en la Tradicional Fiesta del Marisco de O'Grove 2006.



Calle Podilla, 39
Madrid (28006)
Madrid

914024087 / 914025042
www.marisqueriaelcantabrico.com

CAFÉ & TAPAS

Una amplia oferta culinaria cocinada a la brasa que se compone, entre otras especialidades, de: “brochetas de pollo con salsa de miel, sésamo y Tandoori”; “entrecot con mantequilla Maitre d´hotel”; “chuletillas de cordero con salsa chimichurri”; “secreto ibérico con chutney de piña”. Las verduras braseadas también forman parte de esta innovadora carta, como “champiñones braseados en horno de carbón relleno de bacon y espinacas” .

Este local además mantiene su gran oferta de tapas. La carta se nutre de tapas tradicionales calientes y frías como: “quiche de queso azul de puerros”; “maki de boquerones, guindilla y mahonesa”; “gazpacho verde”; “salmorejo cordobés”; “surtido de ibéricos”; “calamares rebozados”; “bacalao confitado”; “mini-hamburguesas”; “ensaladillas variadas”; entre otras especialidades. Asimismo, destacar dos platos madrileños como las “sartencillas de huevos rotos acompañados de chorizo, chistorra o jamón ibérico” y los “callos madrileños”.

**NUEVO LOCAL EN
LA CALLE CARRETAS**



QUINCENA DE LOS CALLOS

Del 1 al 15 de Noviembre del 2012

Menú:

- Lomo de sardina marinada sobre tosta de pan con tomate.
- Gazpacho con bogavante "*Maldonado14*"
- **Callos a la Madrileña** "como los de Las Cuatro Estaciones". *Dicen que son los mejores.*
- Tarta fina de manzana. "*La auténtica*".

Aguas y vino de Madrid
Las Retamas del Regajal 2010

Precio por persona: **35€** + IVA

También para llevar

C/ Maldonado, 14 · 28006 Madrid · Tfno: 91 435 50 45 · Móvil: 608 72 09 90
E-mail: info@maldonado14.com · Web: www.maldonado14.com

Después de treinta años a frente de los fogones de las Cuatro Estaciones, Julián Barbolla Y Francisco Vicente; se embarcaron en un proyecto de restauración, donde nació hace dos años, el restaurante Maldonado 14.

Dada las exitosas quincenas gastronómicas que han realizado durante este tiempo, se disponen a hacer la famosa quincena de los callos a la madrileña, como en las Cuatro Estaciones, que dicen que son de los mejores.

Sus clientes podrán disfrutar de un menú, en el que además de sus callos a la madrileña, degustaran el lomo de sardina marinada sobre tosta de pan con tomate, el gazpacho con bogavante y, para cerrar, un postre de primera, la tarta fina de manzana (la auténtica, elaborada con la receta original traída de Burdeos hace más de 28 años por Vicente y Barbolla). Para acompañarlo con un vino de Madrid, las Retamas del Regajal 2010.

El precio del menú es de 35 euros (mas iva)

C/ Maldonado, 14 Madrid
Teléfono: 91 435 50 45
Móvil: 608 72 09 90

Restaurante O'Cacheo

LA COCINA GALLEGA EN SAN SEBASTIAN DE LOS REYES



O'Cacheo



Teléfono de Reservas: 91 652 14 40



Congreso de Feptet en Marrueco

EL PASADO 29 DE SEPTIEMBRE, FEPET FEDERACION ESPAÑOLA DE PERIODISTAS Y ESCITORES DE TURISMO, CELEBRÓ SU CONGRESO INTERNACIONAL EN MARRUECO. CONGRESO QUE RESULTÓ DE LO MÁS EXITOSO YA QUE LAS AUTORIDADES DEL TURISMO DE MARRUECOS SE ENCARGARON DE QUE NUESTRA VISITA SE DESARROLLARA EN UN VIAJE ALTAMENTE TURÍSTICO PARA LOS PERIODISTAS QUE NOS DIMOS CITA DURANTE EL CONGRESO HUBO TIEMPO PARA DISFRUTAR DE LAS EXCELENCIAS TURÍSTICAS DE ESTE PAÍS VECINO ASÍ COMO SU ALTÍSIMA CALIDAD GASTRONÓMICA. HUBO PONENCIAS SOBRE DIETARIOS INTERNOS DE LA FEDERACION QUE FUERON EXPUESTOS POR LOS PONENTES PARA QUE EL COLECTIVO FUERA VIENDO EL DESARROLLO DE NUESTRA FEDERACION, UNA VEZ MÁS DESDE ESTAS PAGINAS QUEREMOS FELICITAR A FEPET POR LA EXQUISITEZ DEL DESARROLLO DEL CONGRESO.

HOJA DE RUTA DEL CONGRESO

VISITA A MAARRAKECH

Como otras ciudades imperiales marroquíes, Marrakech está dividida fundamentalmente en dos partes: el centro con la gran Medina o ciudad vieja, rodeada de espectaculares bastiones de tierra roja, y, fuera de las murallas, la ville nouvelle o ciudad nueva, construida por los franceses en los años del dominio colonial y en continua expansión. La ciudad vieja y la nueva son entidades administrativas separadas, gobernadas en parte por reglas distintas: en la Medina el alcohol está prohibido y los edificios no pueden superar los tres pisos de altura. En cambio, sirve para toda Marrakech la regla según la cual el exterior de los edificios tiene que ser rojo-ocre, el color natural de la tierra local, usada tradicionalmente como material de construcción. De ahí su sobrenombre de “ciudad roja”. La Medina de Marrakech está llena de antiguos palacios y mezquitas, que como es costumbre en Marruecos, no están abiertas a los no musulmanes. Su lugar más emblemático es la gran plaza de Jamaa el Fna. Al oeste de los bastiones de la Medina se extiende la ville nouvelle, con los barrios de Guéliz e Hivernage; la arteria principal es la Avenue Mohammed V, una amplia avenida arbolada que desemboca junto a una de las puertas de la ciudad vieja. En dirección este, finalmente, se encuentra el barrio residencial de la Palmeraie, una zona semidesértica llena de palmeras que en los últimos años se ha llenado de edificios.



Medina de Marrakesh

Jardín de la Menara.

Medina: Medina de Marrakech. Es la ciudad vieja, protegida por un cordón de bastiones hechos de tierra roja que encierran un laberinto de callejuelas y palacios, mercados y mezquitas, cúpulas y miranetes. La Medina de Marrakech ha sido declarada como Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en el año 1985, siendo actualmente uno de los lugares de visita obligada. Su corazón es la gran plaza Jamaa el Fna, al norte de la cual se abre el laberinto de los Suks (mercados tradicionales, a menudo descubiertos). Siguiendo hacia el norte se encuentran la mezquita y madraza de Ben Youssef y el Museo de Marrakech. Al sur de la plaza, en cambio, a lo largo de los siglos se han instalado los gobernantes de la ciudad. Hoy la zona está dominada por el Palacio Real, erigido sobre las ruinas de los precedentes palacios almohades, que ocupa una vastísima área rodeada de murallas (la llamada kasbah, que significa ciudadela fortificada) y no está abierto al público. Pero se puede visitar el palacio de la Bahía y de Dar Si Said, construidos en el siglo XIX por dos visires de los sultanes y las imponentes ruinas del gran palacio Badi.

Plaza Jamaa el Fna: Esta gran plaza de forma irregular (hoy pavimentada, pero hasta hace poco de tierra batida roja) es el corazón de la Medina, desde donde salen en todas direcciones una densa red de callejuelas. Tranquila y somnolienta por la mañana, al pasar las horas se va llenando de vendedores ambulantes de todo tipo y mujeres que pintan las manos y pies con henna; también hacen su aparición los vendedores de agua, los vendedores de quincalla o de dentaduras y pociones afrodisíacas. Pero el momento culminante es al anochecer, cuando se convierte en un enorme escenario al aire libre, donde una multitud de espectadores de todas las edades pasea y rodea a los malabaristas, músicos, faquires, encantadores de serpientes y juglares. Y en el centro de la plaza se instalan decenas de tenderetes-restaurante que sirven pinchos y otros platos tradicionales cocinados en el acto. Es un espectáculo de sonidos, olores y colores del que se puede

disfrutar sentado en uno de los muchos cafés que hay en la plaza, pero lo mejor es mezclarse con la gente e ir de corro en corro, dejándose llevar por las sensaciones del momento.



Avenue Mouassine: Es la calle más refinada de la Medina. Detrás de las paredes desnudas de ladrillos o arcilla roja se esconden un número creciente de tiendas de moda y galerías, como Dar Cherifa y el Ministerio del Gusto, así como refinados riads.

Avenue Mohammed V: Esta amplia avenida arbolada es la arteria más importante de Guéliz, el barrio principal de la ciudad nueva, en la que se encuentran los edificios modernos de oficinas, bancos, tiendas, restaurantes y cafés con terrazas. Su punto más destacado, alrededor del cruce con la calle de la Liberté, es el Mercado Central, allí donde la gente del lugar compra comida, flores y productos de menaje para la casa. El tramo más céntrico de la avenida entra a la Medina a través del Bab Nkob y termina a los pies del minarete de la Koutoubia.

Los suks: El barrio de los suks (mercados o zocos) se halla junto a la parte norte de la plaza Djemaa el Fna. Las dos calles principales son Rue Semarine y Rue Mouassine; la primera es una sucesión ininterrumpida de pequeños bazares, mientras que la segunda es más tranquila y cuenta con un número creciente de lugares de calidad. Cada sección del suk lleva el nombre del principal tipo de mercancías que ofrece (vestidos, especias, pieles, babuchas, alfombras, lana, madera, vajillas, etc.) o de los talleres de los artesanos (tintoreros, carpinteros, herreros, etc.). El suk de las alfombras ocupa el área del viejo mercado de los esclavos, el criée berbère. Al nordeste de los suks está el barrio de los curtidores, que se extiende a lo largo de la calle Bab Debbagh, llamada así debido a que desemboca en la puerta que lleva ese mismo nombre.

· Mezquitas, palacios y monumentos

Mezquita y Madrasa Ben Youssef: La mezquita domina la plaza homonima, en medio de los suks que se extienden al norte de Jamaa el Fna. El edificio actual data del siglo XIX, pero en el mismo lugar se construyeron anteriormente, desde el siglo XII, otras dos versiones. Frente a la mezquita, en el interior de un recinto y más baja que el nivel de la calle, se encuentra la cúpula Ba'adiyn, la única estructura que quedó en la ciudad de tiempos de los almorávides, los fundadores de Marrakech. El interior está decorado con vivos motivos florales. En las cercanías está también la madrasa (escuela coránica) Ben Youssef, fundada en el siglo XIV y más tarde ampliada en diversas ocasiones. En funcionamiento hasta los años sesenta, más tarde fue restaurada y abierta al público. Se accede a un imponente patio sobriamente decorado con trabajos de estuco, madera de cedro con incrustaciones y azulejos, con un gran estanque en medio. Alrededor del patio, en dos niveles, se encuentran las habitaciones de los estudiantes y una sala de oraciones con una cúpula.



Mezquita Kutubia de Marrakech.

Mezquita Kutubia: Rodeada por magníficos rosales, se encuentra en el interior de la Medina, cerca de la Bad Jedid. Se construyó en el siglo XII, junto a un edificio construido hacía poco, que luego se derrumbó en el siglo XVIII, y tomó el nombre del suk el Koutubiyyin (suk de los librereros) que antiguamente había en

la zona. La mezquita es famosa sobre todo por su minarete de base cuadrada, que hizo construir Yacoub el Mansour a fines del siglo XII, que representó el modelo de referencia para la Giralda de Sevilla, y para la Torre Hasan en Rabat. La torre es el edificio más alto de Marrakech y con sus 77 metros de altura domina la Medina, pudiéndose ver a distancia cuando se llega a la ciudad. Hoy la silueta destaca desnuda de ladrillos, culminada con globos de bronce, pero antiguamente toda la superficie del minarete estaba cubierta de decoraciones de cerámica y estuco (los únicos fragmentos que se han conservado son los frisos de azulejos debajo del almenaje). En el interior, que no se puede visitar, hay una rampa ascendente, lo suficientemente amplia como para poder subir a caballo, que lleva a la cima, desde donde los muecines llaman a los fieles a la oración ritual cinco veces al día. Al oeste de la plaza se encuentran las ruinas de una gran mezquita, que hicieron construir los conquistadores almohades.

Palacio Dar el Bacha (o Dar el Glaoui): Dar el Bacha significa "palacio del patrón", y era la residencia de uno de los personajes más célebres de la historia de Marrakech, el cruel Thami el Glaoui, que en la primera mitad del siglo XIX fue señor de la ciudad y de todo el Atlas meridional durante varias décadas. Aquí Thami el Glaoui tenía su corte y recibía a los huéspedes ilustres que le visitaban, entre los cuales estuvieron políticos occidentales como el inglés Churchill o el americano Roosevelt. El aspecto actual del palacio seguramente no está a la altura de su fama, alimentada por una serie infinita de anécdotas curiosas y subidas de tono, pero quedan bonitos patios interiores ricamente decorados en yeso, madera tallada y azulejos policrómicos. Palacio Badi: Se edificó con gran lujo en la segunda mitad del siglo XVI durante el reinado del sultán Ahmed el Mansour. Las paredes y los techos estaban recubiertos de oro proveniente de Tombuctú, mítica ciudad de más allá del desierto conquistada por el sultán. Había paredes de mármol y piedras importadas de la India y grandes patios embellecidos con estanques y fuentes caudalosas. Además, el ambiente olía a flores y esencias exóticas. No obstante, sólo cien años más tarde ya estaba en ruinas, pues el nuevo señor de Marruecos, Moulay Ismail, despojó completamente el palacio y se llevó sus tesoros a su nueva capital, Meknés. Hoy, la grandeza del pasado se debe imaginar caminando entre imponentes ruinas. El patio principal es un inmenso espacio vacío delimitado por imponentes bastiones perforados, sobre los cuales han hecho sus nidos las cigüeñas. El gran estanque central está seco, pero diseminados por el entorno hay restos de mosaicos y columnas esculpidas. El lugar revive durante los grandes eventos, como los conciertos y espectáculos del Festival del Arte Popular y las proyecciones en una gran pantalla durante el Festival de Cine.

Palacio de la Bahía: En el lado norte de Mellah, el antiguo barrio judío, se encuentra este gran palacio, que tiene una extensión de 8 hectáreas de superficie y cuenta con más de 150 habitaciones. Fue mandada construir a fines del siglo XIX por un visir de la corte real. Los interiores están ricamente decorados en estilo tradicional, con mosaicos y detalles de madera de cedro tallada. Los patios son especialmente bonitos, con pequeños pero frondosos jardines, piscinas y fuentes. Una parte del edificio estaba reservada a las habitaciones de las 24 concubinas del visir, que también tenía cuatro esposas. Cuando murió, el sultán vació el palacio y se llevó los muebles y las alfombras a la residencia real.

Tumbas Saadíes: Las tumbas sagradas de los sultanes se encuentran junto al muro meridional de la mezquita Kasbah, junto al Palacio Real, en la zona de la Medina. Durante siglos han representado un secreto bien guardado, que los occidentales desconocían totalmente. En los años veinte algunos oficiales franceses se dieron cuenta de que había algunos tejados verdes que sobresalían de los barrios más pobres. Indagaron entre la gente del lugar, obteniendo siempre evasivas, pero uno de ellos perseveró en su investigación hasta descubrir una callejuela escondida que llevaba a una minúscula puerta en arco. Una vez pasado su umbral, entró en un jardín y vio las tumbas que hasta entonces se habían mantenido escondidas a los infieles. Hoy las tumbas saadíes son uno de los lugares más visitado de la ciudad, pero para acceder a ellas se tiene que hacer todavía el mismo recorrido tortuoso. Muchas tumbas están decoradas con mosaicos variopintos. Las más monumentales son las de los pabellones construidos durante el reinado de Ahmed el Mansour, en la segunda mitad del siglo XVI. A poca distancia de las tumbas está Bab Agnau, la puerta que marca el acceso a la Kasbah (área fortificada en el interior de la Medina, en la cual se encuentra el Palacio Real). Es una de las puertas más bonitas de la ciudad, realizada en el siglo XII en piedra y no en ladrillos de tierra como el resto. Al otro lado de la calle se encuentra la puerta Er Rob, invadida por coloridas tiendas de lozas.

VISITA A ESSAOUIRA

Essaouira, el Marruecos insospechable. Murallas, puerto, gaviotas que revolotean y gritan en el cielo, playa inmensa, aire marino perfumado...

Ambiente marino



Gracias al viento del mar, el aire de Essaouira es fresco. Al final de la mañana, no se pierda el colorido y vivo espectáculo de los barcos que regresan a puerto, con las cajas llenas de pescado. Regálese un placer raro, como es comer sardinas asadas o saborear un bogavante allí mismo. De frescura incomparable y un ambiente que quedará para siempre grabado en su memoria... Después, vuelva a pasar por la puerta Bab El Marsa para regresar a la ciudad.

Medina animada y bien conservada

La Sqala de la casba, una plataforma de artillería de las murallas, con un bastión desde que el se puede divisar unas vistas incomparables de la medina (declarada Patrimonio mundial de la humanidad por la UNESCO), la Sqala del puerto y el océano. Abandone los viejos cañones europeos y diríjase hacia las casamatas que dan a la calle, donde los taraceadores y ebanistas más famosos del Reino instalaron sus talleres. Trabajan la madera de tuya de Barbarie y bien merecen una visita para conocer su exquisito y raro trabajo. Allí encontrará sin esfuerzo un objeto que represente a Essaouira para siempre que le quedará como recuerdo cuando vuelva a su país. En la plaza de Moulay El Hassan, dispone de múltiples terrazas de cafés y restaurantes muy animadas.

Cofradía mística y exotismo garantizados



Los gnaoua, descendientes de esclavos africanos, practican el trance, el conjuro y la sanación tocando una música sincopada acompañada de cantos y bailes. A principios de verano, Essaouira acoge, desde hace más de diez años, un festival internacional muy reconocido que fomenta la música de los gnaoua pero dejando una parte importante a las músicas del mundo, el jazz y el blues.

Inmensa playa de arena fina

La playa de Essaouira es una larga franja de unos diez kilómetros bañada por el mar. Un inmensidad sorprendente y sosegadora por su tranquilidad, en cuanto pise la arena inmaculada, se sentirá reanimado por el aire marino.

VISITA A QUARZAZATE

Ouarzazate es una ciudad situada al sur de Marruecos que se conoce como la Puerta del Desierto. Uarzazate, en español, es una parada obligada en el camino que separa Marrakech del desierto del Sahara.

El nombre de Ouarzazate tiene su origen en una frase árabe que significa "sin ruido".

El Hollywood de África

Ouarzazate también es conocida como "El Hollywood de África". En la ciudad hay varios estudios de cine entre los que se encuentran unos de los más grandes del mundo, los Atlas Studios.

La visita de los estudios Atlas es totalmente recomendable y supone un paseo a lo largo de la historia del cine. Películas como la Joya del Nilo, Asterix y Cleopatra o Los Diez Mandamientos fueron rodadas en estos estudios.

Kasbah Ait Ben Haddou

Ait Ben Haddou es una Kasbah (ciudad fortificada) situada 30 kilómetros antes de llegar a Ouarzazate desde Marrakech. Al igual que los estudios Atlas, la kasbah ha sido filmada en decenas de ocasiones, incluyendo grandes producciones como Lawrence de Arabia, Gladiator, La Momia y la Joya del Nilo.

Kasbah Taourirt

Kasbah Taourirt es otra ciudad fortificada en las inmediaciones de Ouarzazate. La edificación está construida de adobe, tiene torres almenadas y está considerada una de las kasbahs mejor conservadas de Marruec. Ouarzazate es una ciudad situada al sur de Marruecos que se conoce como la Puerta del Desierto. Uarazate, en español, es una parada obligada en el camino que separa Marrakech del desierto del Sahara.

El nombre de Ouarzazate tiene su origen en una frase árabe que significa "sin ruido

Kasbah Ait Ben Haddou

Ait Ben Haddou es una Kasbah (ciudad fortificada) situada 30 kilómetros antes de llegar a Ouarzazate desde Marrakech. Al igual que los estudios Atlas, la kasbah ha sido filmada en decenas de ocasiones, incluyendo grandes producciones como Lawrence de Arabia, Gladiator, La Momia y la Joya del Nilo.

Kasbah Taourirt

Kasbah Taourirt es otra ciudad fortificada en las inmediaciones de Ouarzazate. La edificación está construida de adobe, tiene torres almenadas y está considerada una de las kasbahs mejor conservadas de Marruecos.

VISITA A ZAGORA

Zagora es la capital de la provincia que lleva su mismo nombre, y que se separó de Ouarzazate a finales de los 90. Viven en ella cerca de 40.000 personas, creciendo a un ritmo desmesurado.

El oasis del valle del Draa es el mas grande de Marruecos extendiendose desde desde un poco antes de Agdz hasta un poco después de Zagora, con casi 100 km de longitud y anchuras variables que en algunos puntos pueden superar los 5 km.

Todo el Draa está salpicado de numerosos ksur y kasbahs dispersos a lo largo de todo el valle, aunque es quizás una de las zonas de Marruecos donde mejor se ha podido observar en estas últimas décadas el paulatino deterioro del patrimonio arquitectónico del sur marroquí.- Está cultivado en casi la totalidad de su superficie, aunque en los últimos años, tras la construcción de la presa de Ouarzazate, el caudal ha disminuido y el agua se distribuye por estrictos turnos de riego (en mis dos últimas visitas a la zona -octubre 07 y marzo 08-, por el río apenas corría agua, existiendo más bien charcos que una corriente continua).- El valle del Draa es la zona de mayor producción datilera de Marruecos, y gran parte de los dátiles que consumimos en España provienen de allí (otra gran parte es tunecina). También la zona exporta Hanna. Los demás productos: legumbres, cereales y hortalizas, son generalmente para el consumo local. A día de hoy el turismo ha desbancado al palmeral como principal fuente de ingresos.



El rio Draa, cerca de Tamnougalt

La ciudad de Zagora tal y como la conocemos hoy se fundó en época colonial francesa como centro administrativo de la región, junto al Ksar de Amezrou, en los años 30 del siglo XX (toma su nombre del monte bajo el que se asienta), siendo construida junto a las ruinas de una antigua fortaleza de la época almorávide (del que se pueden observar aún restos de sus murallas en la ladera del Jbel Zagora, y en peligro por la construcción de un hotel que, de momento, se encuentra paralizado). Todo el valle del Draa ha estado poblado históricamente (la dinastía Saadí es originaria de la región), ya que era un punto clave dentro de las rutas caravaneras que atravesaban el Sahara bajando sal y subiendo esclavos. El casco antiguo de la ciudad y el barrio judío son de arquitectura tradicional, pero el resto es enteramente de hormigón, y está creciendo a enorme velocidad en dirección al norte debido a la proliferación del turismo (ver foto del encabezado).



Zagora es un punto clave dentro de cualquier circuito que organicemos por las posibilidades que nos ofrece. Podemos ir o llegar desde la pista del Iriki vía Tagounite o Mhamid, el Sagrho por N'kob, la zona esteparia de la N12 desde Rissani, Ouarzazate, por la pista de Tazzarine, o incluso por Taouz a lo largo de la zona fronteriza con Argelia.

Entre las excursiones cortas que podemos realizar desde Zagora destaco La subida al Jbel Zagora, la visita a la biblioteca de Tamegroute, el Ksar de Tissergate, y la ruta del palmeral.

La biblioteca de Tamegroute, 20 kilómetros al sur de Zagora, se ubica en un famoso Ksar que alberga manuscritos antiguos religiosos, algunos que datan del siglo XIII, escritos sobre piel de gacela, que se conservan en perfecto estado.- También es interesante una visita a los hornos de alfarería.-

Las mejores vistas del oasis del Draa las encontramos en el Jbel Zagora, el monte que podemos ver al este de la ciudad. El camino que nos conduce al mismo se toma al final del pueblo, unos 300 metros después de atravesar el río, a la izquierda, recientemente asfaltado (ruta de Tazarine y el Tizi-n-Tafilalet), debiendo tomar un par de km. después al llegar al Camping de la Montaña de Zagora, la pista que surge a la derecha .



El último tramo de la pista es peliagudo, con un patio que te cagas y con pocos tramos -si es que hay alguno- en los que puedan cruzarse 2 vehículos, por lo que aconsejo a los que tengan vértigo y a los impresionables que suban andando. En la cima hay un repetidor protegido por un destacamento militar y en teoría está prohibido subir, pero de las 5 o 6 veces que lo he hecho, solo salieron una vez (la primera) a hacerme un pequeño interrogatorio y, convencidos ya de que solo era un guiri que quería hacer fotos, me dejaron en paz sin mas... no deberíais tener ningún problema. Foto: a media bajada del Jbel Zagora.



El Ksar de Tissergate, situado 10 km. al norte de Zagora, por la N9 en dirección a Ouarzazate, es uno de los mejores conservados de la región y está habitado en su totalidad. Pasear por sus rincones es navegar por el tiempo, imprescindible para tomar el pulso vital a la cotidianidad del valle. (foto drcha).-

El recorrido por la orilla izquierda del Draa es absolutamente recomendable (sobre todo en octubre, cuando la recogida de los dátiles), y es el que ofrece la visión más variada y completa del valle.- El palmeral y las aldeas bullen de vida y todos se afanan en sus tareas diarias: labrar la tierra, lavar la ropa, recoger agua, ir al zoco.- La recogida de los dátiles es un espectáculo sorprendente,



debido a la sabiduría, agilidad y precisión con que la realizan.- Se puede iniciar la ruta completa partiendo desde Zagora hacia el sur, y desviándonos por la ruta de Tazarine y el Jbel Zagora, unos 300 metros después de cruzar el puente. Hay que seguir siempre en dirección norte, atravesando algunas aldeas, y dejando el palmeral a nuestra izquierda sin cruzarlo (foto de la izda).- También psamos junto a varios morabitos de abode muy interesantes.- A los 77 km., llegamos a la carretera N12 procedente de Rissani. En este punto podemos elegir entre dejar la pista o atravesar la carretera y continuarla 27 km. más, hasta Tamnougalt (Kasbah muy interesante), cruzando el rio un poco después, y llegando a Agdz.-

COMER Y DORMIR.- Zagora tiene una oferta hotelera abundante y para todos los bolsillos.

VISITA A LAS GARGANTAS DEL TODRA



Garganta del Todra

La Garganta del Todra, situada en el remoto lado oriental de las montañas del Alto Atlas en Marruecos, es una de las formaciones rocosas más sensacionales del norte de África, con cañones cuyas paredes parecen como precipicios tallados que se alargan durante varios kilómetros a través de las montañas. La parte más espectacular de la garganta del Todra son los últimos 600 metros, donde el cañón se estrecha considerablemente hasta alcanzar en algunos puntos una anchura de tan sólo 10 metros.

La misma garganta se va haciendo escarpada y las lisas paredes de piedra alcanzan 300 metros de altura en cada uno de sus lados. En el resto de la garganta, el agua es gélida, puesto que los rayos del sol apenas alcanzan el fondo del desfiladero. Al final de los 600 metros de longitud de la garganta, el cañón se abre a un claro menos dramático pero igualmente bello, con el río fluyendo a través de las rojas montañas a ambos lados.

La garganta se ha convertido en un lugar bastante accesible, con una carretera de asfalto que conduce valle arriba desde Tinerhir hasta la misma garganta y una carretera que continúa hasta los pueblos de Aït Hani, Tamtatouchte e Imilchil. La mejor opción es organizar el transporte desde Tinerhir, desde donde podrán desplazarse fácilmente a pie. La mayoría de la gente dice que las mejores horas para visitar la garganta son de 8 de la mañana a 1 de la tarde, ya que la luz del sol permite sacar fotos excelentes.

Ya no es tan remota como lo era antes, es razonablemente bien mantenida carretera asfaltada que conduce hasta el valle de Tinerhir para el desfiladero. Una carretera sigue concreto, el pasado hoteles en la desembocadura de la Quebrada y hasta las aldeas de Aït Hani, Tamtatouchte, y Imilchil.

LA EXCELENTE GASTRONOMIA MARROQUI

La Gastronomía de Marruecos corresponde ser el conjunto de platos e ingredientes que se consumen en

el país de Marruecos. La culinaria marroquí se puede considerar como de gran riqueza y diversidad, esto se puede deber a la interacción que ha llegado a tener con otras culturas externas. La cocina marroquí, con excepción de los platos típicos, hoy en día puede considerarse como una mezcla de gastronomías procedentes de los bereberes, moriscos, Oriente Medio, mediterráneo y Africano. La cultura culinaria de Marruecos cubre no sólo los alimentos sino también las tradiciones culinarias como el dyafa (una especie de banquete marroquí).

La cocina marroquí es muy sencilla de realizar tal y como corresponde a las cocinas populares, tiene mucho en común con otras cocinas del magreb pero posee una personalidad propia debido a ser la única de ellas que no ha recibido la influencia de la cocina turca (debido a que el imperio otomano no llegó con sus dominios al territorio del actual Marruecos). Es una cocina familiar: un proverbio marroquí dice: Mâ kainsh el-kalâm ala etta3âm, “durante la comida, no se habla” (مَاعَطْلَا يَلْع مَلِكَلَا شَرِينِيَاك اَم). Su rasgo principal es el uso de lo dulce y lo salado como por ejemplo la bastela (ةَيِبْر غَمَلَا تَلِي طَسَب), cuscus con verduras y tfaya), lo que la acerca a las cocinas de extremo oriente. Hoy en día algunos platos marroquíes tienen reminiscencias de la cocina sefardí.

Se trata de una cocina elaborada de forma casera, en la que participan fundamentalmente sólo mujeres (dada), el espacio de la cocina es tradicionalmente en Marruecos un lugar femenino donde los hombres permanecen fuera.[1] Las recetas de los platos pasan de madres a hijas por tradición verbal.



QUINO MORENO y SUSANA FERNANDEZ

La Española



Un Restaurante único, con las mejores carnes una tortilla increíble y ahora también para llevarse a casa.

Una terraza aclimatada donde comer o cenar en un ambiente agradable...ideal para fumadores.

En Pozuelo de Alarcón, una cita obligada para los amantes de la mejor carne.

Avda. Juan XXIII, Nº 2

Madrid

917156765

www.restauranteloespanola.com



Nunos

M A D R I D

Los recuerdos de la infancia en un solo bocado

José Fernández, Maestro Pastelero de Nunos Pastelería, vuelve a sorprendernos con sus nuevas propuestas para remover nuestros recuerdos y emocionar a los niños y no tan niños con su Colección de Buñuelos inspirados en “Chuches”, donde los sabores que marcaron nuestra infancia toman forma en una nueva colección de buñuelos que sorprende, tanto por su sabor como por sus formas y atractivo colorido.

• Este año los buñuelos de Nunos Pastelería están inspirados en las golosinas que todos hemos tomado en nuestra infancia y que, a escondidas o abiertamente, muchos seguimos degustando en la actualidad. Así, sabores tan actuales como el regaliz, que muchos usamos ahora con nuestros combinados, los chupachups, que con su palito revolucionaron el mundo de la golosina y que ahora nos permitirán tomar el buñuelo sin mancharnos los dedos, el chicle o las gominolas, pasando por pequeñas obras de arte como la reinención del algodón de azúcar hasta llegar a la adaptación de las galletas Oreo, los conguitos o los M&M, harán que nuestras bandejas de buñuelos de este año no dejen indiferentes a nadie por su colorido y sus formas pero, muy especialmente, por su sabor y calidad, leit motiv del maestro pastelero José Fernández en cada una de sus creaciones.

Pero estas no son las únicas sorpresas en forma de buñuelo que nos preparan para esta temporada en Nunos. Además de los sabores clásicos, que por la selección de las mejores materias primas pueden parecer nuevas creaciones, el nivel de exigencia de aquellos que se acercan a la Calle Narváez, 63 de Madrid, hace que en Nunos se junten más de 40 tipos de buñuelos. Entre los estrictamente tradicionales de nata, crema pastelera, batata, cabello de ángel, chocolate o dulce de leche, hay que sumar los que ya se han convertido en clásicos de Nunos: la selección de buñuelos de chocolate como los buñuelos de Crema de Chocolate de Venezuela a la Naranja, los de Crema de Chocolate Goson Noir 2.0, diseñado en exclusiva para Nunos Pastelería, el buñuelo de Chocolate al Caramelo a la Flor de Sal, además de los distintos buñuelos con chocolates de orígenes ya imprescindibles para los clientes de Nunos.

Pero José Fernández, pastelero inconformista, se ha propuesto dejarnos abrumados con algunas de sus pequeñas creaciones esféricas en forma de buñuelo como los buñuelos de Crema Soflamada al Azúcar Casonade, buñuelo de limonchelo! buñuelo de yogur Búlgaro con Arándanos, buñuelo de Marron Glacé, buñuelo relleno de Praliné de Avellanas o el buñuelo más ácido de todos relleno de auténtica Crema de Frambuesas. Y es que, en palabras del maestro pastelero José Fernández: “la alquimia de una masa frita en aceite de oliva nos permite que los límites de la creación de un pequeño bocado perfecto estén sólo en la imaginación del pastelero y su capacidad para buscar y seleccionar las mejores materias primas del mundo”.

Además de buñuelos, los que se acerquen a Nunos Pastelería, difícilmente podrán resistirse a postres típicos de la festividad de Todos los Santos como los Panellets o los Huesos de Santo que este año, además de los sabores más tradicionales, Cabello de Ángel, batata, dulce de leche, limón, yema, se acompañan de propuestas irresistibles como los huesos del santo de Mazapán relleno de Fresa, el Hueso de Santo relleno de Ciruela, el de Praliné de Coco, el de Mantequilla de Charence, el de pistacho o el Hueso Bombón.

Gran Fiesta de Halloween, tanto en el establecimiento con toda su gama de calabazas de chocolate o dulces terroríficos. también se pueden encontrar panellets, huesos de santo con rellenos tradicionales y otros más innovadores como el dulce de leche, la crema de mango la leche merengada o bañados en chocolates de origen de Haití, Venezuela o ...

Pastelería Nunos.

Calle Narváez, 63. 28009, Madrid.

Tel.: 91 409 24 56 / 609 575 470



Manual para hombres singles (I)

Esto de quedar para salir con un grupo de singles es complicado, por lo menos desde el punto de vista del hombre soltero, salido de una o varias relaciones infructuosas, desentrenado y falto de ritmo galante.

Tengamos en cuenta la natural falta de valentía por parte del varón, una tara que ha contribuido al mundo de la literatura, creando frases tan célebres con la consabida "No es por ti, es por mí", o la archiconocida "Tú te mereces algo mejor que yo". Así que el enfrentarte a una cita con un grupo de solteros y solteras le produce cierta desazón, un reconcomente interior que le hace dudar entre acudir a la cita o comprar el fascinante Rayo Vallecano – Español, tumbarse en casa y abrazarse a su bolsa de snacks favorita.

- Una vez que ha reunido valor, se enfrenta a una serie de decisiones que pueden cambiar el devenir de la noche, o el de noches posteriores. Y este pequeño manual pretende ayudarle a disolver esas dudas y aportarle una serie de herramientas útiles para la ocasión, ya sea para citas en grupo o para encuentros en solitario.
- Para empezar, te plantas frente al ropero, pensando qué demonios te vas a poner; bueno, a veces no es necesario, puesto que, si eliminamos lo que está por planchar, y lo que se amontona en el cesto de la ropa sucia, sólo tenemos que elegir entre la camiseta de Cristiano Ronaldo o aquel jersey que te regaló tu madre y que está limpio porque ni Chuck Norris tiene valor para ponérselo.
- El primer consejo es que te pongas algo con lo que te sientas cómodo; no hablo del chándal de los domingos, no. Lo que quiero decirte es que no arriesgues si no te vas a sentir a gusto. La camisa entalladita le queda muy bien a Mario Casas, pero a ti te van a estallar los botones, y no es plan ni de aguantar toda la noche la respiración ni que le saltes un ojo con uno de los botones a la rubia maciza que te estás intentando ligar. Hazme caso.
- Eso sí, ten en cuenta que tu vestuario va a hablar mucho de ti, que tú no te fijas, ni tus amigos de correrías y borracheras, pero ellas sí. En todo. Aunque en tu perfil de Singles digas que eres un tío moderno, unas calcetas blancas con dos raquetas cruzadas van a decir todo lo contrario. Y si piensas que ellas no se van a dar cuenta, te equivocas. Lo ven todo. Lo captan todo. Así que cuida tu forma de vestir. Hazte con un fondo de armario con unas cuantas camisas blancas, un par de vaqueros lavados a la piedra, un par de americanas y con eso tendrás vestuario para casi cualquier ocasión. Y por muy bien que te caigan, no te pongas a la vez la camisa de cuadros y el pantalón de rayas, si no quieres provocar mareos, náuseas y desmayos.
- Antes de vestirte, lávate. Ya sé, no hace falta decirlo... Pero no sólo hablo de tu aseo personal diario. Por favor, uñas cortas (todas, he dicho todas, incluida la de rascarte la oreja), y nada de pelitos saliendo desde la nariz como los matojos esos que salen dando vueltas en las películas del Oeste. Si eres fumador, lleva tu paquetito de chicles de clorofila en el bolsillo, y elude cualquier plato del menú que incluya ajo, curry y otras especias; estamos intentando que la noche acabe bien y que al menos beses a la chica, no derretirle los empastes ni echarle unas bonitas mechas rubias. Atrévete a hacerte la manicura, que no pasa nada, de veras, que por ir a que te arreglen las uñas no vas a salir el año que viene encima de una carroza en Chueca, ni empezarán a gustarte los discos de Bárbara Streisand.
- Otra cosa que debes tener en cuenta es no repetir modelito una semana tras otra; a ti puede quedarte de muerte, pero ellas van a pensar que no tienes otra cosa que ponerte. ¿No ves la que lían cada vez que tienen una boda, por tal de no repetir vestido? Y eso que la boda anterior fue hace 3 años y que es en otro continente, pero eso les da igual. Pues imagínate si apareces dos fines de semana seguidos con la misma ropa. No te quiero ni contar lo que pasará por esas cabezas.
- Ya estás limpiito, aseado y vestido. Te acercas al lavabo de tu cuarto de baño, y coges el frasco de perfume. Atención. Cuidado. Danger. Vamos a perfumarnos, no a asfixiar a nadie. Abstenerte de meterte dentro del frasco y nadar unos largos. Unas gotas en las muñecas y tras los lóbulos de las orejas son más que suficientes. Ya sé, tú no te hueles, pero es que la idea es que sean los demás los que lo hagan, y no que se sientan como en una cámara de gas. Intentemos que, tras tus pasos, quede un reguero de miradas de admiración, no de cadáveres.
- No nos olvidemos de los complementos; no es tan complicado, de veras. El cinturón, del mismo color que el calzado. Y los calcetines... Quitando a Boris Izaguirre, que le cae todo bien, no arriesgues con rombos ni colores fosforescentes. No pretendes que se te vea en la fotografía del Meteosat mañana al mediodía. Los ejecutivos negros para el zapato negro, marrones para los marrones. Tira las calcetas, o guárdalas para ir al gimnasio. Pero el sábado por la noche, destiéralas.
- El reloj de goma es muy cómodo y útil, pero si puedes, agénciate de otro, que no vas a cronometrar los cien metros lisos. Quizás una pulsera de acero, algún colgante, pero que vaya con tu estilo, no te pases. Que el rosario le queda muy bien a Andy y Luca, pero no queremos que parezcas un poligonero canoso. No es la idea.
- Listos. Ya estamos preparados. Limpios. Aseados. Vestidos y perfumados. Revisa tus bolsillos: las llaves, la cartera, no te olvides echar un par de preservativos por si las moscas, tus chicles, el tabaco, el encendedor... Vamos allá, abres la puerta de casa, te miras en el espejo de la entrada y piensas que te vas a comer el mundo. Inocente...

Mis datos personales:

Fco Palacios Chaves

Email: fpalacioschaves@gmail.com

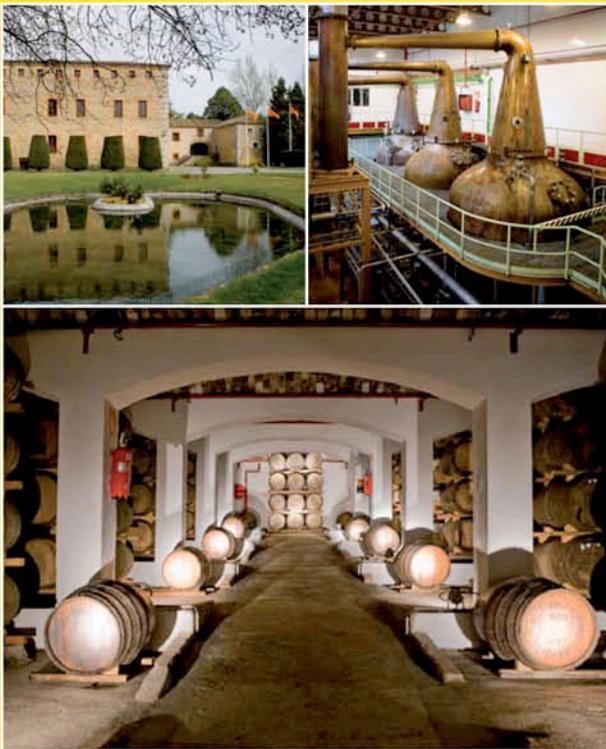
Tfno: 655 92 54 98

Facebook: <https://www.facebook.com/fpalacioschaves>

RUTA DEL WHISKY

www.turismodesegovia.com

www.reservasdesegovia.com



DYC, el primer whisky español, junto con Turismo de Segovia te ofrecen una ruta única, uniendo la cultura del whisky con los atractivos paisajísticos y monumentales de la ciudad de Segovia y su entorno.

RECORRIDO:

- **PRIMERA PARADA: VALSAÍN.** Lugar de recreo de la monarquía durante siglos. De sus ríos mana agua de maravillosa calidad, imprescindible en el proceso artesanal de la elaboración del whisky.
- **SEGUNDA PARADA: CENTRO NACIONAL DEL VIDRIO EN EL REAL SITIO DE SAN ILDEFONSO.** Para admirar otro proceso artesanal, tan cuidado como el de elaboración de whisky.
- **TERCERA PARADA: DESTILERÍAS DYC EN PALAZUELOS DE ERESMA.** Aquí conoceremos el proceso artesanal por el que la cebada y otros elementos naturales se transforman en whisky.
- **CUARTA PARADA: SEGOVIA, CIUDAD PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD.** Ciudad conocida mundialmente por su amplio legado monumental y patrimonial. Entre sus monumentos destacan el Acueducto, de época romana y símbolo de la ciudad; el Alcázar, residencia favorita de muchos monarcas españoles y la Catedral, última muestra del gótico español, conocida como la Dama de las Catedrales. A estos monumentos hay que sumar muchos otros, que hacen de nuestra ciudad una de las más singulares y bellas.

TARIFAS:

- General: 10.00 €
- Reducida: 8.00 € (estudiantes acreditados hasta 25 años, mayores de 65 años, jubilados y grupos de más de 15 pax)
- Incluye alquiler de la audioguía durante 24 horas con el recorrido explicativo de la Ruta del Whisky y el de Segovia Patrimonio de la Humanidad (sólo en español), folleto con el recorrido y las pistas de la audioguía, entradas al Centro Nacional del Vidrio y entradas con visita guiada a las Destilerías DYC.
- Consultar tarifas para grupos.
- Los lunes y domingos no es posible visitar el interior de los espacios incluidos en el recorrido.
- El transporte no está incluido.

INFORMACIÓN Y VENTA:

CENTRO DE RECEPCIÓN DE VISITANTES · CENTRAL DE RESERVAS
Azoguejo, 1 - 40001 Segovia. Tel. 921 46 67 21 - Fax: 921 46 67 24
info@reservasdesegovia.com · www.reservasdesegovia.com



SEGOVIA ILUMINA EL CIELO

Casa D'a Troya disponible



Nos encontramos un cocina tradicional Gallega de mucha calidad.
Dirigida la cocina por Pilar Vila de este Restaurante familiar.
No podemos dejar de probar su salpicón de Marisco, Merluza a la Gallega, su empanada
o el pulpo. Y de postre la torta de Santiago Casera.

C/Emiliano Borral,14
Parque de San Juan Bautista
Madrid .28043
Tif.: 919141644



Tel. 911018991 • Mov. 648 903 026
info@system.es

Diseño • Programación • Marketing • Posicionamiento

Horario
De Lunes a Jueves, de 9:00 a 14:00
16:00 a 19:00
Viernes de 9:00 a 14:00

Urgencias, 24 horas
info@system.es



MARKET FASHION WEEK

DEL 23 AL 27 DE OCTUBRE EN EL MERCADO ALTO DE EXTREMADURA

TALLERES PARA LOS NIÑOS

DESFILE MAE GOURMET FASHION

CONCURSO DE TORTILLAS



El MERCADO ALTO DE EXTREMADURA se atreve durante los días del 23 al 27 de octubre con una pasarela de degustaciones y sabores: LA MARKET FASHION WEEK. Esta semana de la moda gastronómica está diseñada para los que quieran conocer una forma diferente de entender la gastronomía.

El Mercado Tradicional de Alto Extremadura (Pso. De los Jesuitas, 44), conocido popularmente como el 'Mercado de los Jesuitas', se ha convertido desde su reinauguración en un verdadero templo de hacer una compra de calidad, fresca y económica, y sus tenderos en verdaderos gurús del ama de casa.

Para dar a conocer este tipo de mercado, dónde encontraremos los mejores productos al mejor precio proponemos la MARKET FASHION WEEK. Esta semana la dividiremos en varias acciones dirigido a diferente tipo de clientes. En primer lugar del martes 23 al jueves 25 de octubre tendrá lugar el DESFILE MAE GOURMET FASHION en los se establecerán unos horarios de degustación gourmet de los productos del mercado en la zona del showcooking. A las 13,00 horas tendrá lugar el Desfile de algunos de los productos. En esta primera pasarela se puede hacer una degustación de jamón/queso/lomo... y por la tarde a las 19,00 horas se realizará el desfile con productos como tortilla de patata, palitos de carne y pescado... También contaremos con un tendero realizando recetas de platos mientras los desdíf

Se realizarán también unos TALLERES PARA NIÑOS el sábado 27 de octubre desde las 10,00. Junto con la organización del taller de frutas se podrían hacer otros talleres con otros productos como carne o pescado dirigidos a los más pequeños. Estos talleres contarán con la dirección de uno de los tenderos del mercado con el que los niños elaborarán recetas muy sencillas y fáciles.

Por último se llevará a cabo un CONCURSO DE TORTILLAS FASHION MAE el viernes 26 de octubre a las 19,00 horas en el que se puede convocar entre todos los clientes del mercado un concurso "A la tortilla más fashion". El jurado lo compondrán 5 tenderos del MAE y el ganador recibirá una cesta con productos del mercado.

MERCADO TRADICIONAL DE ALTO EXTREMADURA

Horarios: De lunes a Viernes de 9,00h a 14,00h y de 17,00h a 20,00h. Sábados de 9,00h a 14,00h Teléfonos:91.403.69.39/37 (www.mercadoaltoextremadura.com)

Fe Cobo
Coordinadora
607 88 86 88-91 523 95 02
fe.winowin@gmail.com

Alexia Abellán
Ejecutiva de Cuentas
647 418 216-91 523 95 02
alexia.winowin@gmail.com

WóW
WIN O WIN

UN RESTAURANTE QUE NUTRE EL ALMA

CASTAFIORE

Estábamos prevenidos de la excelencia de La Castafiore, pero nunca imaginamos que superaría con creces nuestras expectativas. El salón en penumbras por las blancas velas de pálida luz, la sonrisa en boca de los amables camareros y un gran piano de cola al centro del salón, preludian lo que será una noche inolvidable.

Los preliminares no difieren en esencia a los de cualquier restaurante: las bebidas, carta y aperitivos van llegando en el orden correspondiente. Nos toman el pedido y esperamos. Cuando ya estamos terminando de disfrutar los entrantes, sucede algo mágico: alguien toca los primeros acordes al piano y las cuidadas voces de los camareros entonan arias de famosas óperas. Ha comenzado el espectáculo.

Toda la noche es una sucesión de cortas piezas de ópera y zarzuela, desde románticos cánticos hasta los más alegres vítores. Y contagian a los comensales, nos implican, nos hacen tomar parte. Vamos de la emoción a la alegría en una vorágine de sensaciones únicas, entre plato y plato, pues cada interpretación musical, está estudiada al detalle, para no interrumpir el ritual de la cena.

Y aunque la gran protagonista de la noche es la música, no por ello la comida queda en un segundo pla-

no. Porque la selección de la carta es de un cuidado exquisito y su elaboración impecable.

Y el sello personalísimo de La Castafiore la dan sus propietarios, Paca Fernández y Borja de Soto, quienes van de una a otra mesa, compartiendo con los comensales, como si de sus invitados personales se tratara, y es que es esa la sensación final que se lleva quien cena en la Castafiore. Haber pasado una velada única entre amigos que saben cantar.

Calle del Marqués del Monasterio, 5-Madrid

Telf.: 913194221



Casa Tía María

SABOR CON TRADICIÓN

Ahora todos los Jueves... En Casa Tía María, además de pasar una alegre velada, disfrutando de los platos que disponen en su carta y demás sugerencias del día a día....tendréis la oportunidad de disfrutar de sus variados espectáculos, que preparan cada jueves y que van desde monologistas, a diversos espectáculos de magia, conciertos cómicos y demás sorpresas que jueves a jueves sorprenden a quien acuden a pasar un rato agradable a Casa Tía María...yo que tu.... no me lo perdía.....

Ya puedes disfrutar de nuestra cocina Tradicional de Casa Tía María al aire libre.

Inauguramos en nuestra Terraza!

Ven a visitarnos!



El Cordero

RESTAURANTE

Ideal para disfrutar de una estupenda cocina casera, donde la calidad, el buen precio y un esmerado servicio satisfarán a nuestros clientes. Una cocina llena de sabor, de la que destacamos platos como, los guisos caseros, el cordero, o el pulpo a la gallega.

Celebraciones. Menús diarios y especiales. Amplia terraza anual y climatizada. Guisos caseros, Cordero. Amplia selección de raciones. Servicio de aparcacoches (en c/ Muller, 35)



TELÉFONO DE RESERVAS: 91 570 20 76
DIRECCIÓN: PLAZA DE LA REMONTA, 12

WWW.MESONGALLEGO.COM

HORARIO: DE LUNES A DOMINGO DE 10:00 A 2:00

sus clientes se merecen lo mejor...



Somos proveedores con marcas de prestigio. Le garantizamos la calidad y excelencia de nuestros productos y servicios.

PEDRO NIETO. QUESERIA LA ANTIGUA. DISTRIBUCIONES SOTO. HEREDEROS DE ÁNSAR. BODEGA HERMANOS PECIÑA. GREENKEEPER.

**Jamones y embutidos . Quesos. Bacalao. Productos del pato. Vinos. Conservas.
Conservación Natural en Atmósfera modificada. Control sanitario y de plagas.
Sistemas de APPCC. Evaluación medioambiental. Asesorías. Subvenciones.
Licencias. LOPD**



LOVISAL 

Puede contactar con nosotros:
Telf.: 625463912
E-mail: Info@lovisal.es



PRINCIPE

racket & fitness

El grupo PRINCIPE Racket & Fitness resulta de la unión de clubes emblemáticos de Madrid.

Desde el 1 de enero del 2012, la cadena ZEST Health & Fitness gestiona los clubes deportivos Príncipe Sports, y decidió cambiar de nombre para transmitir mejor sus valores: bienestar, salud, diversión, plenitud. Contamos con las mejores instalaciones, con los horarios más equilibrados y también con un personal extraordinariamente cualificado que se preocupa por saber qué es lo que necesitas en cada momento.

Todos los que formamos parte del grupo PRINCIPE estamos concienciados de lo importante que es nuestro objetivo y no vamos a reparar en esfuerzos por conseguirlo.

En PRINCIPE Racket & Fitness entendemos la actividad física como una necesidad innata en el ser humano, como una vía de escape de todas las tensiones propias de la actual manera de vivir y de aumentar la calidad de vida personal.

Siempre encontrarás en nosotros un aliado que sabrá entender y comprender todas tus necesidades, intentando en todo momento poner todos los medios a nuestro alcance para ayudarte a disfrutar al máximo de los beneficios que el deporte puede aportar a tu vida diaria.

C/ Pradillo 44, 28002 Madrid
Tlf: 91 519 34 50



DESTACADOS

Aquí tendrás las últimas informaciones sobre eventos Príncipe.



UN DÍA EN PRINCIPE

Encuentra aquí toda la información sobre los torneos de pádel organizados por Príncipe.



CONSIGUE 3 DÍAS GRATIS

Regístrate online y accede a nuestras exclusivas promociones Príncipe.



ZONA PADEL

Encuentra aquí toda la información sobre los torneos de pádel organizados por Príncipe.



EMPIEZA BIEN

Las 10 razones por las cuales te viene bien conocernos



PORQUÉ APUNTARSE

Las razones por las cuales apuntarte a Príncipe mejorará tu calidad de vida.

LA HORA BLANCA CON MADRIDDIVINO

Susana Fernández y Quino Moreno

El pasado día 15 de Octubre, ondaMadriddivino, estuvo en directo en la Escuela de Hostelería de La Casa de Campo de Madrid donde ASICI Asociación interprofesional del cerdo ibérico, Organizó las Jornadas que realizan en Escuelas de Hostelería como iniciativa mediante la cual los alumnos de los centros educativos de toda España van a tener acceso a una masterclass de corte y manipulación de Jamón Iberico especialmente orientada a las necesidades específicas de los profesionales del sector HORECA.

Los alumnos que asistan a las jornadas ofrecida por ASICI, van a presenciar una demostración en directo del Arte del Corte, a cargo de un cortador de Jamón Iberico profesional, que irá acompañada de una exposición de las diferentes categorías que el Jamón Iberico pone al alcance del sector.

Al final de las Jornadas de ASICI en las distintas Escuelas de Hostelerías, cerca de 3000 estudiantes habrán sido contactados y habrán recibido información sobre los beneficios que un buen corte de jamón puede reportar para su futuro profesional.

QUE ES UNA INTERPROFESIONAL AL SERVICIO DEL IBERICO

En 1992 se constituye ASICI integrada por las organizaciones más representativas del sector productor y transformador del cerdo. Sus asociados representan a todos los agentes implicados en este producto. 1999 llegaría el reconocimiento oficial del Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural Marino.

QUINO MORENO



Nueva Valverde BODEGAS



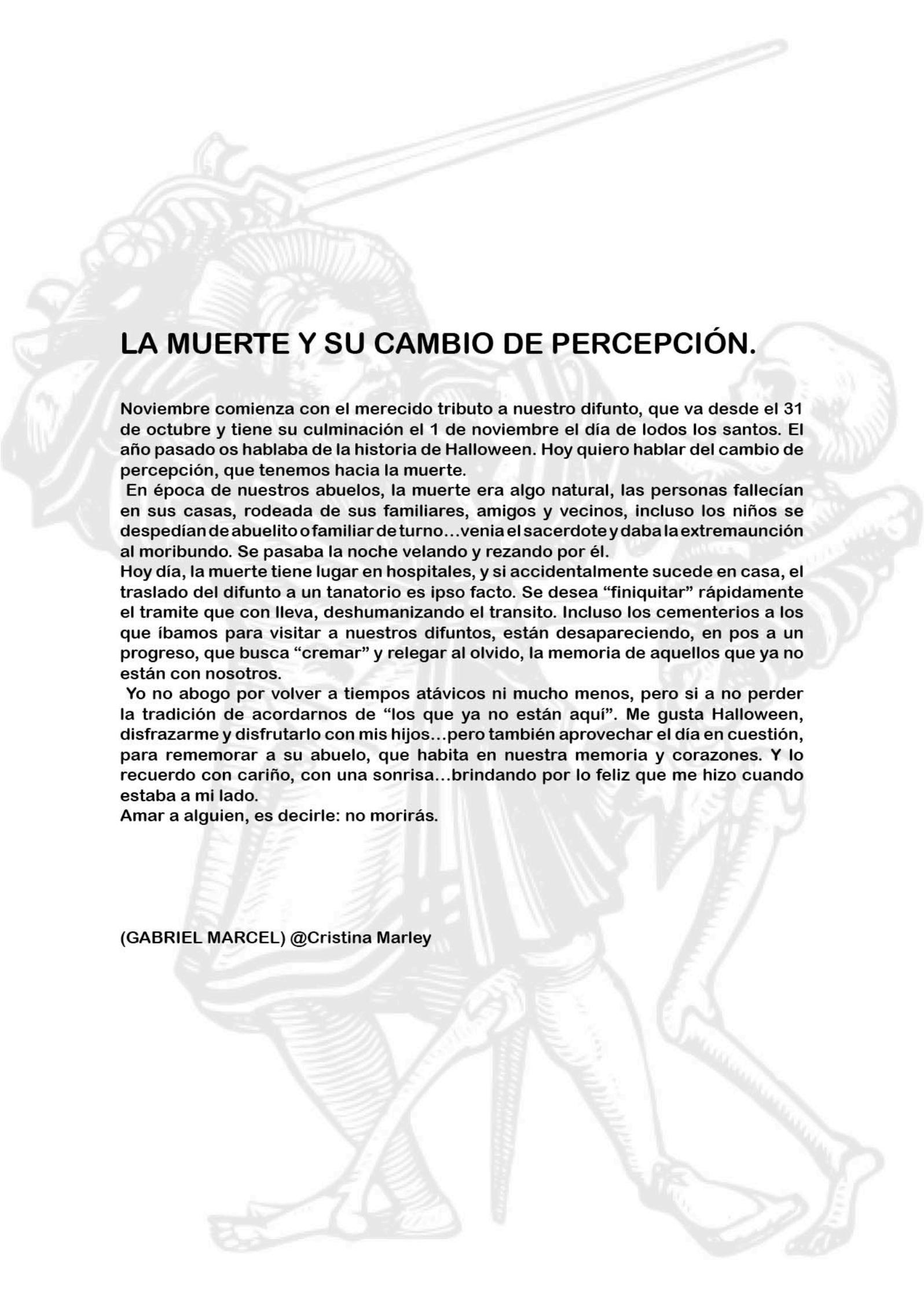
"Entre en el maravilloso mundo del vino con *Bodegas Nueva Valverde*, y sienta la emoción de tener entre sus manos el saber hacer de la naturaleza y del hombre en busca de la excelencia llegando a ser Arte."

Nueva Valverde
BODEGAS

Es este pueblo uno de los que forman la subcomarca vinícola de San Martín de Valdeiglesias. En sus tierras se cultiva la uva garnacha. Villa del Prado es también productor de frutos de la huerta, que se pueden comprar en los numerosos puestos que se reparten alrededor de la iglesia. Vinos y productos de la huerta, son típicos en esta población. Se encuentra a 69.6 kilómetros de distancia de la capital.

Laureado en la literatura del SIGLO XV, y en la edad de oro, la comarca de VILLA DEL PRADO, alcanzó su máximo esplendor con la llegada de las Cortes Reales a Madrid. El viñedo de la FINCA TEJONERAS fue plantado a mediados del SIGLO XX con garnacha tinta, y en la actualidad está complementada con las mejores variedades foráneas y nacionales.

Bodegas Nueva Valverde, S.A.
C/Santo Domingo de Silos, 6, Bj D. 28036 Madrid(España)
Tel.:(+34) 91 564 0191 Fax:(+34) 91 411 4718
info@bodegasnuevavalverde.com



LA MUERTE Y SU CAMBIO DE PERCEPCIÓN.

Noviembre comienza con el merecido tributo a nuestro difunto, que va desde el 31 de octubre y tiene su culminación el 1 de noviembre el día de todos los santos. El año pasado os hablaba de la historia de Halloween. Hoy quiero hablar del cambio de percepción, que tenemos hacia la muerte.

En época de nuestros abuelos, la muerte era algo natural, las personas fallecían en sus casas, rodeada de sus familiares, amigos y vecinos, incluso los niños se despedían de abuelito o familiar de turno...venía el sacerdote y daba la extremaunción al moribundo. Se pasaba la noche velando y rezando por él.

Hoy día, la muerte tiene lugar en hospitales, y si accidentalmente sucede en casa, el traslado del difunto a un tanatorio es ipso facto. Se desea "finiquitar" rápidamente el trámite que con lleva, deshumanizando el tránsito. Incluso los cementerios a los que íbamos para visitar a nuestros difuntos, están desapareciendo, en pos a un progreso, que busca "cremar" y relegar al olvido, la memoria de aquellos que ya no están con nosotros.

Yo no abogo por volver a tiempos atávicos ni mucho menos, pero si a no perder la tradición de acordarnos de "los que ya no están aquí". Me gusta Halloween, disfrazarme y disfrutarlo con mis hijos...pero también aprovechar el día en cuestión, para rememorar a su abuelo, que habita en nuestra memoria y corazones. Y lo recuerdo con cariño, con una sonrisa...brindando por lo feliz que me hizo cuando estaba a mi lado.

Amar a alguien, es decirle: no morirás.

(GABRIEL MARCEL) @Cristina Marley



aTino

Uno de los platos estrella y más famoso de la cocina Gallega, todos los jueves lo puedes degustar en Restaurante Pulpería Atino.

Madrid, 9 de Octubre de 2012 (Bell Music) – Carne ó Caldeiro es uno de los principales platos de la Cocina Gallega, famoso por su sencillez, pocos y buenos ingredientes de calidad en uno de los más populares del recetario popular gallego..

El Restaurante aTino de Madrid nos deleitara durante todos los jueves con este rico y original Plato. El Restaurante aTino se encuentra ubicado en la madrileña Plaza de la Remonta 5-7, muy cerca de la Plaza de Castilla.

Ingredientes

- Carne de falda de Ternera
- Patatas Gallegas
- Zanahoria, Puerro y Pimiento Rojo
- Pimentón, Aceite de Oliva y Sal gorda ó de escamas

También se podrán degustar otros platos típicos de la cocina gallega, como el pulpo a la gallega, la Merluza de la casa y la Ternera de Sanabria así como sus famosas tostas de Cecina, Jamón Ibérico y Gulas con Gambas, tanto en sus salones interiores como en su amplia terraza.

El responsable de todas estas maravillas es Faustino López Martín, gerente del Restaurante aTino, se pueden degustar al mediodía como en horario de noche.

Horario: De Lunes a Domingo de 10:00 a 2:00
Servicio de aparcacoches (en c/ Muller, 35) /
Celebraciones / Menús especiales /
Amplia terraza anual y climatizada
Teléfono de reservas: 91 571 10 66
Dirección: Plaza de la Remonta, 5



La Cañada

Ideal para la celebración de eventos. Servicio personalizado y atención esmerada.

Amplia variedad de platos típicos de la cocina Castellana con un toque moderno.



**Carretera Nacional, M-501 km 2,5.
Boadilla del Monte (Madrid)
Telf.: 91 633 12 83
e-mail: reservas@grupowamba.es
www.grupowamba.es**


LA CAÑADA
RESTAURANTE

desde 1870

142
aniversario

c/Bola, 5 28013 Madrid

Tels: 915 476 930

915 417 164

www.labola.es

LA BOLA
TABERNA

La Bola abrió sus puertas a finales del siglo XIX, en 1870, desde entonces sigue fiel a su tradición y a su destino, ofreciendo el mismo cocido madrileño, en puchero de barro individual y cocinado al fuego lento del carbón de encina tal y como se cocinaba antaño. El cocido se sirve en el mismo puchero en que se cocina: primero la sopa y luego los garbanzos y las carnes acompañadas con repollo rehogado y tomate con comino, guindillas y cebolleta. No podemos olvidarnos de otros exquisitos platos que podemos degustar en este

Centenario restaurante como los callos, sus carnes y pescados y, por supuesto, su postre "estrella": los buñuelos de manzana. La Bola está situada en el centro de Madrid, y el paso de los años y las gentes de toda condición que han desfilado por sus comedores, hacen que este restaurante sea un fiel reflejo del ambiente de bullicio que se vive en el centro de una gran ciudad como Madrid. Todo el mundo corre, los clientes que llegan tarde a trabajar, los camareros, el teléfono que no deja de sonar...



Filosofía.

- **“Lo más importante para nosotros, es el servicio al cliente”**: nuestros profesionales piensan realmente en el cliente y saben que su trabajo está orientado a satisfacer sus necesidades de belleza. Beauty Concept considera fundamental que el cliente perciba “un servicio único y de alto valor añadido”
- **“Lo que importa son las personas”**: el equipo humano de Beauty Concept es el motor del Centro. Por ello, Beauty Concept se compromete a cubrir las necesidades personales y profesionales de sus miembros.
- **“Exigimos rigurosamente el cumplimiento de normas deontológicas y la ética profesional”**: parte de la actividad de Beauty Concept está sometida al cumplimiento de normas deontológicas que delimitan el campo de nuestra actividad (por ej: el secreto profesional y la confidencialidad, etc).
- **“Fomento de la creatividad y participación”**: Beauty Concept fomenta la creatividad, la participación y la iniciativa de todos sus miembros. Estamos en constante desarrollo de nuevos programas para alcanzar los objetivos del cliente.
- **“Innovar no es una opción”**: Innovar es nuestra elección. Innovar es mucho más que invertir en tecnología o aparatología. Es transformar nuestros servicios para convertir a la organización en un reputado centro de belleza y medicina estética.
- **“Formación”**: es un mundo globalizado e interconectado, el fomento del estudio, la investigación y la formación continúa, son la clave para entender los nuevos problemas de belleza, nuevas técnicas y así con toda la información y la formación; poder aportar soluciones prácticas y reales a nuestros clientes.
- **“Pasión e implicación”**: Beauty Concept potencia, en la medida de sus posibilidades, que los profesionales desempeñen su labor con implicación y entusiasmo. Apostamos las nuevas iniciativas y la implicación individual y colectiva de los todos y cada uno de los miembros del equipo.

Áreas del Centro



ZONA SOLAR

- El proveedor de nuestras máquinas es Sportarredo (diseño y tecnología italiana) cumple normativa europea.
- Las máquinas poseen el sello de garantía de calidad TUV que se concede en Alemania, y el ISO 9001/2000; UNICA EMPRESA EN EL SECTOR QUE LO POSEE.
- Únicamente hay otro Centro en Madrid con estos rayos UVA.
- Tenemos máquinas faciales, verticales y horizontales.
- Las máquinas tienen incorporado, equipo de música, colchón que da masaje, y aire acondicionado en la propia cabina.



MEDICINA ESTÉTICA

- Los servicios de Medicina estética que ofrecemos comprenden todas las partes del cuerpo, desde tratamientos faciales, hasta revolucionarios sistemas anti estrías Faciales: Peelings médicos, Relleno de arrugas y remodelación labial, Revitalización facial, Rejuvenecimiento express, Liftings sin cirugía, Plasmaterapia, Botox, ...
- Corporales: Mesoterapia, control de peso, dieta proteinada, peeling médico, esclerosis de varices, láser, plasmaterapia...
- AQUALYX solución acuosa con una base gelatinosa formulada con el propósito de controlar y reforzar la acción de las ondas ultrasónicas externas en la microcavitación del tejido adiposo localizado y celulitis.
- Resultados excelentes y en muchos casos evitan tener que realizar una liposucción. El tratamiento debe ser efectuado solo por médicos competentes entrenados en la técnica de la Intralipoterapia.
- RADIOFRECUENCIA PIXELADA: Tratamiento para reducción de estrías hasta un 85%, Rejuvenecimiento facial y corporal, acné, cicatrices, quemaduras, manchas faciales por fotoexposición; celulitis flacidez facial y corporal.
- “MAQUINA UNICA EN ESPAÑA”, trabajamos con Centros de alto nivel en Madrid, llevando nuestra máquina y nuestro equipo médico.



MEDICINA ALTERNATIVA

- En Beauty Concept damos mucha importancia a la medicina alternativa, porque es la forma de tratar lesiones y síndromes de una forma totalmente natural, sin efectos secundarios, y con un control médico responsable.
- Tratamientos manuales y asistidos con lo mejor de la cultura oriental y occidental tanto externos como internos.
- 1.-ACUPUNTURA: “Técnica china que se basa en reestructurar el equilibrio energético y desbloqueo funcional por atrapamientos emocionales, reprimiendo la ansiedad, el estrés o la depresión”.



- La Acupuntura sirve tanto para prevenir como para curar numerosas dolencias: obesidad, celulitis, stress, insomnio, hipertensión, artrosis, artritis, ciática, lumbago, reumatismo trastornos gastrointestinales, problemas ginecológicos, ansiedad, dermatológicos o trastornos del aparato respiratorio, alergias en primavera, gripe en invierno...
- 2.- Osteopatía: Cualquier dolor por falta de movilidad articular o por falta de movilidad visceral. También se contemplan las lesiones que tengan un origen emocional, (osteopatía sacro-craneal). Mejora dolores producidos por lesiones de desgaste, (huesos, discos intervertebrales, meniscos).
- 3.-El Shiatsu de Shi (dedo) y atsu (presión) es un método de masaje por presión que combate el desequilibrio del cuerpo y el espíritu. Es una técnica de aplicación de la medicina tradicional china y sigue los mismos principios de energía y de meridianos que la acupresión.

MASAJE



1. Quiromasaje Siente el placer de recibir buenas sensaciones con un masaje lento y profundo que beneficia la relajación, a través de mejorar la circulación sanguínea, reforzando la nutrición sobre el aparato musculo-esquelético. Acompañado con aceite esenciales y de almendras dulces de Alquimia.
2. Masaje deportivo los resultados con la referencia en la alta competición, en lesiones musculo-esqueléticas. También preparamos al deportista para el entrenamiento y la competición. Personal altamente cualificado con experiencia en deporte. Tratamiento específico para lesiones musculares, tendinosas, ligamentosas y/o faciales.
3. Drenaje linfático manual Tratamiento para las molestias y patologías que produce un mal funcionamiento circulatorio."Técnica que aborda los problemas circulatorios"
4. Reflexología podal Recorrer todo el sistema nervioso y musculo-esquelético desde los pies. Siente las estimulantes sensaciones del bienestar.Técnica que diagnostica y trata cualquier disfunción a través de los reflejos del pie.
5. Masaje Scen-Tao (piedras calientes), Balinés...

BELLEZA Y ESTÉTICA

Trabajamos con primeras marcas de Alta Cosmética: Celcosmet/Cellmen (cosmética celular, única firma en el mundo que respeta la identidad hormonal...)La Mer, Babor, Alquimia, Grande Nature, Dulkamara, OPI...



1. Tratamientos Corporales: Cavitación Médica, Mesoterapia, Anticelulíticos, circulatorios, reafirmantes, piernas cansadas, tratamiento del busto (voluminador y reafirmante senos...) Radiofrecuencia Pixelada. Estrías y flacidez...
2. Tratamientos Faciales: Limpieza cutis, velo de colágeno, Shock de ojos, Máscara de Oro, Reafirmante, Manchas, Bio Peeling, Tratamientos La Mer; Cellcosmet (tratamiento inteligente, a base de células...), tratamientos preventivos... SKIN LIGHT (tratamiento anti edad)
3. Tratamientos Spa: chocolaterapia, baño de luna, oroterapia, vinoterapia, barro y algas, conchaterapia... peeling 5 sentidos... " PERSONALIZAMOS TODOS LOS TRATAMIENTOS FACIALES, CORPORALES, PARA LLEGAR EL OBJETIVO DEL CLIENTE" Trabajamos con primeras marcas de Alta Cosmética: Celcosmet/Cellmen (cosmética celular, única firma en el mundo que respeta la identidad hormonal...) La Mer, Babor, Alquimia, Grande Nature, Dulkamara, OPI...
4. Cuidado de pies y manos: Cuidar la salud de las manos o los pies es imprescindible para el bienestar y la imagen. Manicura y Pedicura Beauty Concept: tratamientos completos con masaje, envoltura, peeling.... Y para finalizar píntalas con las lacas de OPI
5. Tratamientos Depilación: Depilamos con cera fría, caliente.... Cualquier zona del cuerpo, tanto hombre como mujer... Depilación láser de diodo, único que actúa sobre la célula madre, garantizando la desaparición total del pelo...

" PERSONALIZAMOS TODOS LOS TRATAMIENTOS PARA LLEGAR EL OBJETIVO DEL CLIENTE"

ZONA HOMBRES

Trabajamos con primeras marcas de Alta Cosmética:Cellmen (cosmética celular, única firma en el mundo que respeta la identidad hormonal...) La Mer, Babor, Alquimia....

A tener en cuenta, respecto a la piel masculina

Su epidermis 30% más gruesa; Tiene 20% más de capas córneas; Un mayor contenido colágeno: la piel más firme y elástica; mayor capacidad de fijación de líquidos; más vasos sanguíneos;

lo que permite un mejor aporte de oxígeno a la piel;

Las fibras de colágeno están constituidas en una red firme.;

las arrugas aparecen más tarde, el proceso de envejecimiento cutáneo es más rápido

Contamos con todos los tratamientos para el cuidado de los hombres...

1. Tratamientos Corporales Swiss AbdoSculpt, Swiss BodyDetox, Swiss Circulation - Heavy Legs, peeling, reductores... cavitación, mesoterapia...
2. Tratamientos faciales: Swiss Executive Revitalising Anti-Age CellFacial, Swiss Intensive Elasto-Collagen, Swiss Relaxing Anti-Stress Swiss Lightening Elasto-Collagen, Swiss Executive Anti-Age CellLift, Swiss Executive Ultrasonic Revival, manchas...
3. Pies y Manos: tratamientos completos con masaje, envoltura, peeling....
4. Depilación Cera fría, caliente cualquier zona del cuerpo del hombre... Depilación láser de diodo, único que actúa sobre la célula madre, garantizando la desaparición total del pelo...

NUTRICIÓN
REEDUCACIÓN
ALIMENTARIA

- En Beauty Concept nos preocupamos de entender a nuestros clientes desde un plano psicológico, nutricional y al mismo tiempo desde un plano de la actividad física.
- 3 tipos de programas:
 1. Salud nutricional
el objetivo principal es educar al alumno en la alimentación, organizarle un programa para que aprenda a comer, a elegir adecuadamente los alimentos, darle seguridad cuando se enfrente a las muchísimas preguntas que nos hacemos y que no sabemos contestar.
 2. Objetivo físico
Es un programa que requiere un trabajo en equipo por parte del profesional y del alumno. Contesta a las preguntas de ¿Cómo puede adelgazar sin recuperar el peso perdido y sin pasar hambre? Requiere apoyo psicológico por parte del profesional y una gran ilusión y determinación del alumno por querer aprender y modificar hábitos.
 3. Rendimiento deportivo
- Engloba todo lo relacionado con el entrenamiento deportivo ya que es el complemento imprescindible a el.
- El acceso a uno de los tres programas es muy sencillo y parte de una entrevista entre el alumno y el profesional donde durante un tiempo se definen los objetivos, se rellenan unos formularios necesarios para el conocimiento de los hábitos alimenticios de los alumnos y se toman medidas antropométricas (pliegues cutáneos) para conocer el % de grasa corporal y masa muscular para posteriormente poder crear dichos programas nutricionales que nos lleven al objetivo deseado.

EN BEAUTY CONCEPT CONTAMOS CON PERSONAS
COMPROMETIDAS, ENTUSIASMADAS e IMPLICADAS
Método
BEAUTY CONCEPT

- Protocolos únicos en todos los servicios, el cliente no tiene que notar la diferencia en los servicios, un mismo tratamiento puede ser atendido por varios profesionales.
- Coordinación entre los profesionales de Beauty (servicio Médico, profesionales belleza, estética, atención al cliente, etc).
- Todos los clientes tienen que tener su ficha, tanto de tratamientos faciales, corporales, láser, etc;
- Profesionales formados; Beauty ofrece formación continuada a todo el equipo, no lo toméis como algo negativo, tomadlo como crecimiento profesional para el presente y futuro. Una profesional formada, multiplica su valor en el mercado laboral.
- PERSONAL BEAUTY: Club exclusivo para clientes Beauty Concept, servicio gratuito de asesoramiento personal para clientes, te permite estar al día de productos y tendencias estéticas y de belleza. Te aconsejamos sobre productos y servicios que necesitas...
- Si necesitas un producto que se te ha terminado y no tienes tiempo para venir al Centro, te lo llevamos a casa sin gastos de envío... y si necesitas un tratamiento a domicilio también lo tienes... no dejes de llamarnos.
- Además, si no eres cliente, también puedes dejarnos tu consulta en el libro de notas. Te atenderemos personalmente y te aconsejaremos.



Los productos llegan de las mejores huertas de España para degustar los succulentos platos elaborados por Yolanda Olaizola

ALTA COCINA VEGETAL PARA DISFRUTAR EN ALDABA

El restaurante participa en la Ruta de la Verdura que tendrá lugar en Madrid durante la semana del 22 al 26 de octubre.

Madrid 8 de octubre de 2012.- Restaurante Aldaba, uno de los grandes referentes de la restauración madrileña, y que ofrece la mejor cocina vegetal con productos siempre de temporada, ha sido seleccionado para participar en la Ruta de la Verdura que tendrá lugar en Madrid durante la semana del 22 al 26 de octubre. Un viaje por los succulentos sabores de una materia prima inigualable llegada desde las mejores huertas de España, y que siempre se pueden disfrutar en Aldaba.

Para esta ocasión especial, la jefa de cocina, Yolanda Olaizola, ha elaborado distintos platos, donde la afamada Menestra de Aldaba merece mención especial. Las mejores verduras de temporada, hervidas por separado para respetar sabores y texturas, integran esta preparación que se ha convertido en una de las señas de identidad de la casa.

Otros platos completan este sueño otoñal de sabor, olor y color: Alcachofas tibias con Foie de Pato fresco a la plancha, cebolla roja y tomates en dados, y Borraja con huevo escalfado. Como dulce final: Frutas rojas sobre Crema de Chantilly y Merengue seco.

Yolanda Olaizola, una de las pocas mujeres- chef en restaurantes de primer nivel, integra en la carta de Aldaba las raíces tradicionales que caracterizan nuestra culinaria, con una elaboración y presentación puesta al día.

La Ruta Semana de la Verdura, de la que forma parte Restaurante Aldaba, ha sido organizada por Madrid Fusión, junto con IFEMA, con motivo de la Feria del Sector de Fruta y Verduras que tendrá lugar en los mismos días.

Ruta Semana de la Verdura
Del 22 al 26 de octubre en Aldaba.

Restaurante Aldaba. Avda. Alberto Alcocer, 5. Madrid. Teléfonos: 91.345.21.93/91.359.73.86. Cierra sábados al mediodía, domingos y festivos. Horario: De 13 a 16 y de 20,45 a 24:00 horas. Tarjetas: Todas. Cinco reservados, desde 4 a 25 personas. Aparcacoches. Acceso para minusválidos.

Para más información
Javier Solís
Comunicación
Teléfono 608.528.568
javiersolish@gmail.com



DE CHINITAS

CAFE DE
CHINITAS

EL DUENDE DEL Flamenco

El Café de Chinitas es el lugar perfecto para sumergirse en los placeres de la comida mediterránea y saborear uno de nuestros platos más conocidos: la paella, a la vez que disfrutas de uno de los espectáculos flamencos más afamados de la capital.



C/ TORIJA, 7 - 28013 Madrid- Telf.: 91 559 51 35 - Metro: Opera
e-mail: chinitas@chinitas.com - www.chinitas.com



EL JAMÓN Y EL CHURRASCO

El Jamón y el Churrasco, ofrece a sus clientes, los platos más selectos de la gastronomía española con raíces de Galicia, elaborados a partir de las mejores materias primas.

Confíenos su comida familiar, en grupo, en pareja, de empresa... y en El jamón y el churrasco nos esforzaremos en darle nuestro mejor servicio de acuerdo a sus gustos y necesidades.



Infanta Mercedes, 64 - 28020 Madrid- Tel.: 91 570 03 19 -

www.jamonychurrasco.com/

Perfil de Dehesa de los Canónigos

Constituida en 1988 por Luis Sanz Busto, la Bodega Dehesa de los Canónigos es una antigua finca agropecuaria, propiedad del clero en sus inicios, que en los últimos 30 años se ha convertido en una de las marcas de vino con mayor prestigio. Además tiene la importancia de haber sido la primera finca en haber replantado la vid en España, tras la enfermedad de la filoxera.

Dehesa de los Canónigos se distingue por cuidar al máximo la calidad y la exclusividad de sus vinos, por lo que comercializa un máximo de 250.000 botellas. La bodega ha recibido cerca de 20 galardones, entre los que destacan la Medalla de Oro Mundus Vini Der Grosse Internationale Weinpreis, la Medalla de Oro International Wine Competition - Muvina 2005; o el reciente premio al Mejor Vino con Crianza de España, otorgado por la Guía de Vinos Gourmets 2012.

Además, Dehesa de los Canónigos apuesta por el enoturismo, a través de la organización de eventos exclusivos y actividades encaminadas a transmitir la cultura del vino. Y ha sido punto de encuentro de personajes relevantes del arte, la política y los deportes.

También en las redes sociales

Web: <http://www.bodegadehesadeloscanonigos.com/es/>

Twitter: <http://www.twitter.com/dehesacanonigos>

Facebook: <http://www.facebook.com/smmdehesa>

Youtube: <http://www.youtube.com/user/dehesacanonigos>

Para más información: **Agencia Comunicación Profesional**

Laura Serrano **696 884 869** lauraserrano@comunicacionprofesional.es

Francisco J. Suárez **616 93 07 73** franciscosuarez@comunicacionprofesional.es

La exposición tendrá lugar el 10 de octubre de 12:00 a 22:00 horas, en la Calle Castello 19 (Madrid)

Dehesa de los Canónigos, presente en la exposición solidaria de Carlos Mendicuti

- *La bodega Dehesa de los Canónigos participará en la Exposición Solidaria organizada por Carlos Mendicuti. Se expondrán varios grabados, realizados por artistas de renombre y cuya venta apoyará la Fundación Sandra Ibarra.*
- *La bodega participa con el Reserva 2005, Mejor Vino con Crianza de España, según Gourmets 2012.*
- *A lo largo de este año, Dehesa de los Canónigos ha colaborado en numerosos eventos artísticos como la Bienal de Arquitectura de Venecia, el Festival FACYL 2012 o la presentación VIP del diseñador de joyas Chus Burés.*

Madrid, 08 de octubre de 2012. [Dehesa de los Canónigos](#) colaborará con la Exposición Solidaria organizada por Carlos Mendicuti, en la que se expondrán varios grabados, realizados por artistas de renombre y cuya venta apoyará la Fundación Sandra Ibarra. La obra puede contemplarse el próximo miércoles 10 de octubre, en horario de 12:00 a 22:00 horas, en la galería de arte de la Calle Castello 19 (Madrid).

La exposición consta de 130 grabados realizados por los artistas que conforman Carlos Mendicuti Obra Gráfica S.L. y se destinará el 50% de las ventas a la Fundación Sandra Ibarra, de solidaridad frente al cáncer. Asimismo, la exposición contendrá 4 obras realizadas por los artistas Narciso Etxebarria, Rafael R de Rivera, Adrian Vega y Venancio Arribas cuya venta irá destinada íntegramente a la Fundación.

Los asistentes, entre los que se encuentran figuras relevantes del mundo de la televisión, el arte y cultura, podrán degustar el Dehesa de los Canónigos Reserva 2005, Mejor Vino con Crianza de España 2012, según Gourmets.

“Con esta colaboración queremos mostrar nuestro respaldo a la Fundación Sandra Ibarra, que está realizando una labor encomiable tanto por las numerosas campañas de concienciación social, como por el apoyo la investigación científica del cáncer, a través de la dotación de becas y ayudas” afirma Iván Sanz, Gerente de Dehesa de los Canónigos.

A lo largo de este año, Dehesa de los Canónigos ha contribuido con el mundo del arte a través de su participación en distintos proyectos artísticos como la Bienal de Arquitectura de Venecia, el Festival Internacional de las Artes de Castilla y León, FACYL 2012, o la presentación VIP del reconocido diseñador de joyas Chus Burés, en el marco de la Feria ARCO.

La Mansión



Desde 1997, el Pub La Mansión, ofrece un servicio complementario al grupo de restaurantes del Grupo Faustino.

El Pub La Mansión es ideal para disfrutar de una copa relajada, en compañía de los amigos, para iniciar o terminar la noche, donde la calidad, el buen precio y un esmerado servicio son la nota predominante. La música "pinchada" con disc-jockey, para bailar hasta su hora de cierre.



Cuenta con una atención muy destacada y especial por parte del personal de servicio, especialmente seleccionado para ello. El ambiente es muy cordial y familiar, para que usted se sienta bien atendido y cómodo. Billar, fútbolín, dardos electrónicos.

Buen ambiente y buena música.



Nueva carta de cocteles.

Precios especiales para grupos, celebraciones, cumpleaños, etc. Ven a ver todos los partidos de futbol (liga, champions, copa, etc).

Si cenas en alguno de nuestros restaurantes te invitamos a la segunda copa (pide tu tarjeta de invitación en los restaurantes).

"GOTAS DEL MARQUÉS", DE BODEGAS MARQUÉS DE VIZHOJA, GALARDONADAS CON DOS PREMIOS SIAL D´OR EN EL SALÓN DE LA ALIMENTACIÓN DE PARÍS (SIAL 2012).

"Gotas del Marqués" han sido las vencedoras en la categoría bebidas alcohólicas resultando también ganadoras del galardón otorgado por país.

"Gotas del Marqués", el último producto presentado por las Bodegas Marqués de Vizhoja, han sido galardonadas con el premio Sial D´Or 2012 en la categoría de bebidas alcohólicas en la ceremonia de entrega de dichos premios celebrada el pasado domingo dentro del programa de actos de la Feria Internacional de Alimentación (Sial 2012) en París.

Los premios Sial D´Or, creados en 1986, son la principal herramienta de esta importante cita sectorial para identificar y premiar a los productos más innovadores lanzados en todo el mundo en el año 2011. Un jurado internacional compuesto por representantes de las publicaciones profesionales líderes en mercado de gran consumo de 29 países seleccionaron a las "Gotas del Marqués" de entre un total de 243 productos procedentes de 29 países y distribuidos en 9 categorías distintas. El jurado consideró merecedoras de esta distinción a la monodosis de licores de las Bodegas Marqués de Vizhoja por su carácter innovador, su marketing mix y por su exitosa comercialización.

En las "Gotas del Marqués" también recayó el galardón otorgado en la categoría "Premiado por país", como reconocimiento al producto más valorado de entre todas las propuestas de los participantes españoles.

Estos dos premios avalan nuevamente la capacidad innovadora de la bodega de la familia Peláez y de sus "Gotas del Marqués", producto galardonado, entre otras distinciones, con el Premio Innoval 2012 en la categoría Vinos y Espirituosos en el Salón Internacional de la Alimentación de Barcelona (Alimentaria 2012).

Las "Gotas del Marqués" estarán expuestas, desde el día 21 al 25 de Octubre, en la Feria Sial en París; cita a la que concurrirán 5.900 expositores procedentes de todo el mundo y a la que se prevé asistirán 140.000 visitantes de más de 200 nacionalidades diferentes, lo que la convierte junto a Anuga (Alemania) y a Alimentaria (Barcelona) en una de las tres ferias internacionales más importantes del sector alimentario.

"Para nosotros es un enorme orgullo que nuestras "Gotas del Marqués" sean reconocidas internacionalmente, y que en su primer año de vida hayan sido premiadas tanto en Alimentaria como en Sial París. El reconocimiento a años de esfuerzo y dedicación, la apuesta por la innovación, en un contexto tan difícil, y la gran transcendencia que un premio de la dimensión del Sial D´Or supone para una empresa familiar como la nuestra nos anima a seguir trabajando y luchando para intentar cosechar más reconocimientos, por supuesto, pero sobre todo, para aportar al mercado y a los consumidores productos de calidad y soluciones a sus necesidades, ése es nuestro objetivo, y lograrlo, nuestra mayor satisfacción" afirmó Jorge Peláez, propietario y director comercial de Bodegas Marqués de Vizhoja.

"Gotas del Marqués"

"Las Gotas del Marqués" son monodosis de 7 ml de brandy, crema de licor, aguardiente de orujo, anís seco, licor de hierbas, ron dominicano añejo y whisky escocés presentados en un novedoso packaging con sistema de apertura fácil y embudo antigoteo.

"Gotas del Marqués" nace con la vocación de dar respuesta a una necesidad detectada en el mercado en general, pero sobre todo en el sector hotelero y de restauración. Las monodosis han sido concebidas como una solución higiénica, estética y profesionalizada para acompañar los consumos de café e infusiones contemplando licores alternativas según las costumbres y tradiciones de cada zona geográfica. Las "Gotas del Marqués" se comercializan en caja de 100 unidades de 7 mililitros, eminentemente, para hostelería y restauración, pero dada la buena acogida del producto también se ha habilitado un packaging de 32 monodosis más orientado al consumo doméstico, al que ya se abastece a través de la plataforma de e-commerce de la Bodega.

La empresa

Bodegas Marqués de Vizhoja, cuya producción supera el millón y medio de botellas y su volumen de negocio es más de 4.000.000 de euros, cuenta además entre sus productos con su mítico vino blanco de autor, Marqués de Vizhoja, el Rías Baixas Torre La Moreira (100% albariño) y el Condado do Tea Señor da Folla Verde (70% albariño, 15% treixadura y 15% loureira), estos últimos amparados en la Denominación de Origen Rías Baixas.

Arbo, Pontevedra, 25 de octubre de 2012
Saludos. 4pes Gabinete de Comunicación
Inma Carbia Tfn. 620547437 981.81.03.84
agencia@4pes.com



ESTAY RESTAURANTE MADRID

PINCHOS Y VINOS

El arte de comer de pie, al más estilo Donostiarra.

No hay límites en la estructura y la creatividad de la tapa. Su sávida armonía y estética apetitosa encauzan en cazuelitas o en raciones, con revueltos, cahcinas, fritos, guisosgratinados, rellenos, salteados, reobzados o crujientes que repasan en dosis de un par de bocados las incalculables posibilidades de la tapa.

Todo ello regado con los mejores vinos de nuestras bodegas en un ambiente relajado y acogedor.

ALTA COCINA EN MINIATURA

La alta coina en miniatura se trata de raciones ligeras que ofrecen al público la posibilidad de degustar varios platos distintos que recogen lo mejor de la gastronomía actual, donde la imaninación y la calidad se mezclan con una impecable presentacióón.





Ritos y secretos del Cocido Madrileño

Ingredientes:

Patatas, garbanzos, chorizo, tocino, carne de morcillo, gallina, hueso de jamón, repollo y fideos.

Preparación:

Poner los garbanzos en remojo la noche anterior.

En un puchero de barro, hecho a mano, se introduce el codillo de jamón, la carne de morcillo, el tocino, el chorizo, la gallina y los garbanzos.

Añadir agua y poner todo a fuego lento de carbón de encina durante seis horas. una antes de terminar la cocción, añadir las patatas y la sal.

Cocer y rehogar la verdura con aceite y ajo. Cocer los fideos con un trozo de chorizo.

Los garbanzos se sirven junto con un plato de guindillas en vinagre, cebolletas y un cuenco de tomate frito con comino.



LA BOLA
TABERNA

C/ DE LA BOLA, 5 - 28013 MADRID
TELF.: 91 547 69 30- METRO: OPERA
E- MAIL: labola@labola.es - www.labola.es



 **MESON
Gallego I**



 **MESON
Gallego II**

Desde 1979, el Mesón Gallego I, establecimiento familiar, fue labrándose camino entre lo más destacado de la restauración madrileña, de la mano de su propietario, Faustino López Martín, sanabrés de pro, y de su mano derecha, Magín Coa.

Una importante variedad de entradas, desde el tradicional pulpo a la feira hasta una exquisita cazuela de pimientos con gambas, constituyen unos platos de cuidada elaboración, que invitan a continuar con un sabroso pescado o la primicia de las carnes gallegas.

En la carta no se ha olvidado la nota exótica de la nueva cocina, encontrando sus variadas ensaladas, las sibaritas ancas de ranas o las deliciosas cocochas con angulas. Como colofón, entre los postres caseros, podemos degustar el Arroz con leche, el Flan, las Natillas, las Filloas así como una buena representación de tartas para todos los gustos, rindiendo honores la ilustre tarta de Santiago, acompañados todos ellos de la tradicional Queimada y un exquisito Orujo gallego.

Desde principios de los años 90, el Mesón Gallego II, establecimiento familiar, se ha hecho un hueco entre lo más destacado de la restauración madrileña, de la mano de su propietario, Faustino López y de su mano derecha Martín Prieto.

El Mesón Gallego II es ideal para disfrutar de lo mejor de la cocina castellana y gallega, donde la calidad, el buen precio y un esmerado servicio, unido con la originalidad de nuestros platos, harán las delicias de los paladares más exigentes y sorprenderá a los más curiosos. Es, en resumen, una cocina llena de sabor y sensaciones, de la que destacamos platos como, el excelente Revuelto de la casa, el estupendo Caldo gallego, la magnífica Ensalada de salmón, angulas y berros, la exquisita Merluza gallega, el delicioso Chuletón de Sanabria y el rico Rodaballo.

Cuenta con una atención muy destacada y especial por parte del personal de servicio, especialmente seleccionado para ello. El ambiente de cena o comida es muy cordial y familiar, para que usted se sienta bien atendido y cómodo. Los niños cuentan con un espacio amplio para divertirse y jugar.





ARIES

Mi querido carnerito, otra vez voy a pedirte lo imposible para ti: párate y reflexiona. Y tú piensas...¿¿¿pararme yo??? No puedo! Necesito acción! Ya lo se, pero no te lo pido por fastidiarte, te explico. Necesitas poner orden en tu situación sentimental, dirimir y solventar que quieres y que no...porque te estas metiendo en un calle, que puede ser que no tenga salida. Aprovecha este momento en cual te sientes más comunicativo y dicharachero para hablar y conversar de corazón a corazón con tu pareja, y expresar y manifestar esa sensualidad que tienes tan a flor de piel. La segunda cuestión a tener en cuenta es lo relacionado con los temas pecuniarios, Mercurio te protege, por lo que ponte manos a la obra, que es muy buen momento. Lo último que te pido es que dejes de lado un poco tu anarquía y trates de ordenar tu entorno...según el fen shui, te ayudará a canalizar y fluir con mayor facilidad tu energía.



TAURO

La entrada de marte en Escorpio no ha hecho mas que tensionarte con tu entorno, si le das un nuevo enfoque no te verás afectado de una forma poco positiva. Aunque la palabra flexibilidad no forme parte de tu vocabulario, intégrala para evitar obstáculos y conflictos. Lo mejor de la influencia es en el tema sexual... ¿te notas mas sensible, seductor y con ganas de acción? Y eso que tu mi querido torito...para moverte tienes que tener realmente que desearlo con toda tu alma...!que desesperadamente lentos y cómodos sois a veces! En asuntos económicos la diosa Fortuna te sonríe, apuesta fuerte...estas muy receptivo e intuitivo. Sigue así!



GEMINIS

Waow...un mes lleno de informaciones y nuevos territorios que conquistar, de lo más estimulante... ¿No crees? Ojito con el monstruo de los ojos verdes: Plutón te aspecto de tal manera que si te dejas llevar y pierdes el control, las tragedias de Shakespeare...serán cuentos para dormir, sobre todo porque es un sentimiento tan desconocido para ti, que no sabes como manejarlo. ¿Dónde se ha visto un géminis celoso? Ya ves....tú que siempre nada entre dos agua...sinceramente...voy a disfrutar maliciosamente...no me lo tengas en cuenta y concéntrate en lo laboral y económico, que se presentan muy buenas oportunidades. Si confías en tu capacidad y talentos podrás conseguir ese aumento de sueldo, o ese ascenso tan deseado...el poder esta dentro de ti, solo debes creerlo...(parezco Louise Hay) Ultimo consejo: cierra los ojos y no pienses...!solo siente!



CANCER

Los sentimientos te desbordan y apabullan...te descontrolas, miedo te das a ti mismo, no puedes con la situación, a ver, en vez de vivirlo con desasosiego y temor, trata de no pensar y disfrutar de este momento tan emotivo, pero evita exigencias innecesarias, el autentico valor es cuando el otro desea voluntariamente entregarse. Por otro lado aunque en la salud todo este muy bien, quizás el escaso de energía la podrías canalizar realizando alguna actividad deportiva de carácter competitivo, ¿te hace un pádel? Me despido con una frase del mítico Bob Marley: Abre tus ojos, mira dentro. ¿Estás satisfecho con la vida que estás viviendo?



LEO

Mi bello felino, seria un buen momento para buscar un nuevo look, ir de compras, y tratar de darte otra apariencia externa más renovada, que te ayude a sentirte mejor y con más fuerza y seguridad en ti mismo, para actualizar tu interior; ese es el punto donde debes incidir este mes. Durante todo este año te vengo advirtiendo que tu verdadero aprendizaje es dejar de lado tu naturaleza indómita, y tratar de encontrar en ti tu lado sereno y dócil, el reconocer tus fallos y ser consciente que los demás también brillan y son valiosos. Ahora es el momento de descubrir la senda directa a tus metas y objetivos., deja la soberbia de lado y si te pierdes o te sientes confundido, pregunta. Y como decía Hemingway: El secreto de la sabiduría, del poder y del conocimiento es la humildad.



VIRGO

Con el sol en tu signo andas de cumpleaños ¡Felicidades! Te sientes pletórico y lleno de energía...quieres cambiar tu mundo, aunque esta genial que tu parsimonia habitual se vea transgredida...casi que te aconsejo, que antes de ponerte en marcha, tengas claro lo que quieres hacer, como y que barajes varias opciones para que este impulso no se vea acotado, sino todo lo contrario, potenciado y optimizado al máximo. Muchas ilusiones y momentos románticos en el amor y fuegos artificiales en el sexo...trata de no pensar mucho...puedes rozar la obsesión y cuanto menos el stress...te digo lo mismo que a géminis: no pienses... ¡solo siente!



LIBRA

¡Ya te queda poco para despedir a Saturno y celebrar tu cumpleaños! Después de la tralla que te ha dado...como mínimo te mereces un brindis con un buen champán francés. Pero necesito que hagas un último esfuerzo y te centres en tu momento presente, no dejes que tu mente divague...mas que nunca necesitas estar atento a tu entorno y no perderte las buenas oportunidades que te pueden surgir, saldrás de esa rutina que te corree el alma y disfrutaras con los ojos un niño, cada nuevo amanecer. Conflictos en el hogar...¡claro! con la cabeza en las nubes....¿que esperas?...no te alarmes.....es papá Neptuno que te trae un poco de cabeza...préstale atención, escucha tu corazón pero mantente alerta...un poquito mas... ¡animo!



ESCORPIO

Umm...estas de lo mas erótico y sensual , conoces esta canción: Y es casi un experiencia religiosa/Sentir que resucito si me tocas/Subir al firmamento prendido de tu cuerpo...pues es lo que me viene a la mente cuando pienso en ti...Trata de dejar de lado tu raciocino y déjate desbordar por la pasión. Posibilidades de retomar contacto con viejos amigos, esa sensibilidad tan especial hará que se reanude la relación como si fuese sido ayer. Los cambios laborales que tanto miedo te dan vienen con buenos designios, no te preocupes! Y recuerda que nada más paralizante que el miedo, y lo único que te puedes provocar es una contractura... Si te enfrentas a un problema podrás trascenderlo, pero si te escondes lo único que conseguirás es agravarlo.



SAGITARIO

Te veo feliz, contento con tu sentido del humor recuperado...Había un filosofo Griego que decía que el placer supremo es obtener lo que se anhela....si eso es cierto mi amado centauro vas a volver a tocar el cielo con las manos...tic, tac...tu momento se acerca...No olvides que tu libertad acababa donde empieza la de los demás...se respetuoso, no dejes que tu entusiasmo te extralimite. Tampoco seas radical, Plutón te incita a arriesgarte: todo o nada... No le hagas caso, y mucho menos en los temas laborales y económicos, aunque la energía te intente arrastrar...no tienes el control de la situación...y tu no estas acostumbrado a ser una marioneta. De la dieta no te digo nada...que después te enfadas.



CAPRICORNIO

Tu mi gélido amigo...parece que estas reconvirtiéndote...la Diosa del amor favorece tus relaciones amorosas. Júpiter te favorece en el área laboral, y con el plus de una excelente salud. Con semejantes perspectiva hasta los pingüinos se mudarían al caribe! Lo que no entiendo es porque sigues mostrándote pesimista, irascible y con dudas...aunque trates de ocultármelo, de todas manera, mi querido capricornio, recuerda que conozco tu alma, ya sabes que la armadura oxidada cuesta y duele desecharla!! y Roma no se conquisto en tres días...paciencia y continua así....lo estas haciendo muy bien.



ACUARIO

Al igual que a libra te prevengo de distracciones y situaciones, que por descuido y tener la cabeza en las nubes, sean menos positivas. Por lo demás será un excelente Septiembre, donde la imaginación y tu capacidades creativas serán las protagonistas, junto con el Amor en mayúsculas.....si no te enamoras ahora tardaras un buen tiempo en sentirte hechizado por cupido, porque la buena aspectacion que te auguro, tardara en repetirse. Medita hacia donde quieres dirigir tu vida...



PISCIS

Después de un agosto tan pasional, no querrás menos, ¿verdad? Tus deseos serán concedidos, pasión con toques amorosos, lo que no te aseguro que sea con la misma persona, tu alma necesita mas entrega, y aunque la pasión y el sexo te gusta, no la alimenta. Lo que sí podría ser que haya una renovación que transforme la relación. Pase lo que pase, será evolutivo, lo mejor es no aferrarse a situaciones ni a personas, ese tipo de apegos solo trae dolor, y tu mi querido pecesito ya sufres por todo, a veces sin ninguna necesidad. Como solo de amor no se vive...los asuntos laborales y económicos van "in crescendo"...por fin has conseguido que tus sueños se vean materializados. Relax.....todo va a salir bien.

@Cristina Marley



Talleres
Consultoria
Lectura De Tarot

el TAROT de
Cristina Marley

Teléfono: (Cita Previa) 633 737 569
www.facebook.com/aprender.tarot

Victoria FM - Málaga
Jueves de 13.00 a 14.00 Hs.
www.victoriafm.tk



la selección más cuidada.
el proceso más elaborado.
el sabor más delicioso.



c/Aeronáutica,8. Polígono Industrial Urtinsa II. Alcorcón 28923-Madrid
Teléfono: (034) 91486 1410 - Fax: (034) 91 486 1412
e-mail: comercial@cafeguillis.com
www.cafesguillis.com