

SUMARIO



Escuela de Cocina

NOTICIAS **6** · AGENDA **12** · TAPAS Y "PINTXOS" **13** · REPORTAJE **18** · I+D CRISTINA MARTÍNEZ **26** · COCINA INTERNACIONAL **32** · COCINAR ES FÁCIL **36** · OPINIÓN **41** · TÉCNICAS DE COCCIÓN **42** · SABOR MEDITERRÁNEO **46** · COCINA SALUDABLE **50** · EXQUISITECES MICHEL WILLAUME **54** · PRODUCTO PLATO **56** · LA VID Y LA BODEGA **64** · EL PODER DE LOS FRUTOS ROJOS **67** · COCINA EXÓTICA **72** · LIBROS **74** · CURSO DE MARIDAJE **76** · REFLEXIÓN **82**



TAPAS Y "PINTXOS" 13



RESTAURANTE EL CHAFLÁN 18



CRISTINA MARTÍNEZ 26



GRETHEL VALDÉS 32



COCINAR ES FÁCIL 36



TÉCNICAS DE COCCIÓN 42



SABOR MEDITERRÁNEO 46



COCINA SALUDABLE 50



MICHEL WILLAUME 54



PRODUCTO PLATO 56



FRUTOS ROJOS 67



CURSO DE MARIDAJE 76