

dame pasta

Te proponemos originales pastas enriquecidas, la mayoría de rápida cocción, como plato perfecto para la primavera. Arriba: larga y de rayitas, con tomate, pimiento, espinacas y remolacha (*Il Pozzo del Re*); cintas con salmón y paprika (*Morelli*); cintas de trigo integral enriquecido (*Urbani Tartufi*) y coloristas caracolitas para hacer al horno, con tinta de sepia, remolacha, tomate y pimiento (*Il Pozzo del Re*). A la izquierda: cinta corta artesanal con ajo,

albahaca y espinacas (*Morelli*); pasta corta marinera, con gambas, almejas, ajo y puerro, (de *Casale Paradiso*) y preparado para añadir a la pasta, con aceitunas, cebolla, albahaca, perejil... (se llama a la puttanesca y es de *Campania Felix*). Se pueden encontrar en tiendas gourmets, *El Corte Inglés*, *Hespen & Suárez* y *Capperi Gourmet*. Debajo: pinza para pasta larga (*mDm*, 8 €) y para medir las raciones de espaguetis (*Gefu*, 14,40 €).

...salsas También con un toque especial, muy exquisito. Desde arriba, con carne de ciervo, cebolla, zanahoria y vinagre (*Fattorie Umbre*); con boletus, arroz, vino blanco, nata y ajo (*Rosara*); de carne, y vale también para pizzas (*Arancha*); bolognesa con zanahoria, apio, espinaca y cebolla (*De Cecco*) y al pesto blanco, con alcachofa, anacardo y piñones (*La Casella*). Las encuentras en el mismo tipo de establecimientos que la pasta.



● **Del 7 al 20** de abril, más de treinta restaurantes servirán sus mejores platos en la Semana de la Cocina Segoviana. Una gran ocasión para visitar Segovia.



● **¿El mejor plato gaditano?** Las papas con choco del restaurante Costa de la Luz (en el hotel Barceló Cádiz) fue premio en la V Edición de la Ruta Gastronómica de Cádiz.



SUPERFÁCIL
Ya puedes cocinar al vapor, sin nada de grasa, tanto en horno como en microondas.

El nuevo estuche de silicona (*Lékué*, 20 euros) antiadherente y hermético, vale para todo tipo de alimentos, no requiere papel de plata y se lava hasta en el lavavajillas.



Cocina+idioma Si quieres aprender los secretos de la pasta y los platos de Cerdeña y, al mismo tiempo, hablar italiano, no te pierdas los seminarios de *Come Mai?* (91 521 03 35, www.camair.it). ¿Otra escuela de cocina interesante? *El Carnaval de Iria Castro* (902 367 379, www.elcarnaval.net).



Mejor mini: el tamaño perfecto para una cena en pareja. Una de las joyas de las *Bodegas Martué* (crianza 2006) sale con botella de medio litro. Y también el tinto fino de *Valdrinal*.

MÁS DATOS
EN LA GUÍA DE COMPRAS,
que empieza en la pág. 270