



MIÉRCOLES: JUNGLA DE ASFALTO

18 DE ENERO DEL 2012

DOMECQ: RESTAURANTE SANTINO

VINOS: CAMPO VIEJO RESERVA Y CAMPO VIEJO GRAN RESERVA

La variedad de la gastronomía italiana no sólo se basa en pastas o vino, sino la dieta de los italianos es más variada, de lo que muchos creen.

La American Heart Association dio a conocer una lista de los alimentos que es común en la dieta de los italianos:



- Frutas, verduras, pan y cereales
- Nueces y semillas
- Hortalizas y legumbres
- Leche y sus derivados
- Aceite de oliva
- Pescado, pollo y carne roja
- Alto consumo de huevos
- Consumo moderado de vino

La Food and Agriculture Organization (FAO) asegura que los italianos son grandes consumidores de frutas y verduras, con un uso de alrededor de 180 kilos por año.

En Italia se come muchas ensaladas, pasta blanca con aceite de oliva, pescados, frutas y demás

Otra ventaja de los italianos, para mantenerse sanos es que comen y mastican despacio, ellos sí disfrutan los sabores de los alimentos

No exageran en tomar vino, por lo regular toman una copa de vino durante la comida, porque ayuda a la digestión y tiene un efecto relajante.

Consumen pequeñas porciones de alimentos que los dejan satisfechos, no completamente llenos.

Los italianos no son sedentarios, tratan de llevar una vida activa.

Cuando hacen dieta, trata de que sea saludable y con alimentos variados, no se quitan los alimentos básicos a sus dietas, es decir, siguen comiendo carne, pescado, huevos, leche descremada, queso, yogur, legumbres, frutas y vegetales.

Incluso cuando están a dieta no dejan de consumir grasas, y que son necesarias para el cuerpo, aunque no deben constituir más del 30% del total de la ingesta diaria de calorías, por lo que hay que tener cuidado con alimentos como aceite, manteca, chocolate y crema de leche, entre otros.

Consumen poca sal, y tratan de sustituir con especias y hiervas su sabor.



Sin duda, los italianos tratan de seguir una dieta mediterránea, que sin duda es una de las más sanas del mundo, y están comprobados por varios estudios, que han demostrado sus beneficios en el ámbito de la prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes y síndrome metabólico, entre otros.

La dieta mediterránea es pobre en ácidos grasos saturados y trans, y rica en mono insaturados, así como en carbohidratos complejos y fibra.

También es muy rica en antioxidantes.

La gastronomía italiana goza de una variedad de recetas de salsa a base de tomate, queso y aceite de oliva para acompañar cada succulento platillo a cualquier hora del día

A finales de 2010, la UNESCO declaró a la dieta mediterránea como patrimonio inmaterial de la humanidad.

También son famosos los dulces de Italia, por ejemplo la región de Sicilia es conocida por producir el cannolo, un dulce relleno de natillas.

La comida principal en Italia se come en el medio del día y se compone de tres platos.

El primero, usualmente es el arroz o la pasta, luego el principal que está compuesto de carne, pollo o pescado y por último, el postre.

Italia, al igual que España, es una península, y por ello está rodeada de mar así que gozan de una gran variedad de productos del mar. Lo que más se consume es el atún, las sardinas, pez espada y gran variedad de mariscos.

CAMPO VIEJO RESERVA

Está elaborado con 85% de tempranillo, 10% de graciano y 5% de mazuelo.

Estuvo 18 meses en barrica más 18 meses en botella.

A simple vista se puede apreciar un color rojo rubí con tonos dorados, de aroma a frutas negras, clavo, pimienta y vainilla.

Es equilibrado, potente y elegante.

Se puede maridar con carnes rojas, de caza, asados y quesos curados.

Campo viejo reserva 2001 obtuvo medalla de plata en International Wine Challenge (Londres); medalla de plata en The International Wine and Spirit Competition (Londres) y medalla de plata en Mundus Vini (Alemania).



Actualmente la bodegas campo viejo es parte del grupo Allied Domecq, que es a su vez es parte de Pernod Ricard, que adquirió la compañía en 2005.

Campo viejo gran reserva es un vino “coupage”, elaborado con uvas nebbiolo, cabernet sauvignon y syrah, que estuvo 18 meses en barrica de roble francés.

Es una edición con botellas numeradas hasta 14 mil 400.

Es de color rojo intenso con matices púrpura; sus aromas son de frutos negros, como cereza y mora; y con notas de chocolate amargo y vainilla. Para algunos se hace presente el aroma a madera.

Es de sabor sin duda es potente y equilibrado, su final es largo y especiado.

Es ideal para acompañar carnes rojas y quesos dulces y cremosos como el manchego.

Ha sido ganador de varias medallas, entre las cuales están la del concurso mundial de Bruselas, la del International Wine & Spirit Competition y la del concurso internacional tierra del vino.

Las uvas de Domecq provienen de sus 500 hectáreas de uvas finas que provienen 4 regiones de ensenada:

El valle de Calafia en Guadalupe, el valle de San Vicente, el valle del Llano Colorado y el valle de San Antonio de las Minas.

INVITADOS

- **PHILIP DAVID**, CHEF CORPORATIVO GRUPO TRES PM
- **PABLO GARCIA CASTELAIN**, DIRECTOR GRUPO TRES PM