



**Nuevo Samsung Galaxy**  
 Consigue gratis el nuevo Samsung Galaxy con Vodafone. Vente ya y empieza a disfrutar.  
[Consíguelo Ya](#)



**Disfruta de la Libertad**  
 En simyo todos nuestros móviles, módems y tablets son libres. Cómprate uno y llévate saldo  
[Samsung Galaxy desde 99€](#)

Martes 11 de septiembre de 2012 Contacta con lne.es | RSS

[iber cursos.es](#) [iber empleos.es](#) [iber anuncio.es](#) [iber pisos.es](#) [iber coches.es](#)



NOTICIAS  
**La Vida Buena**

HEMEROTECA »  
 EL TIEMPO »

 Ir

PORTADA NOTICIAS DEPORTES ECONOMÍA OPINIÓN/BLOGS OCIO VIDA Y ESTILO SERVICIOS PARTICIPACIÓN

lne.es » La Vida Buena

## Taramundi exprime el arándano

Virginia Ruiz y Miguel Ángel Robles cultivan, preparan en conserva y cocinan un fruto con múltiples beneficios para la salud y que se implanta poco a poco en Asturias

03:26



Tweet 2

Recomendar 34

### ALMALLOS (TARAMUNDI),

#### T. CASCUDO

En el corazón de Taramundi se erige un auténtico templo del arándano. Es un lugar donde más que cultivar, elaborar conservas y preparar recetas a base de este fruto cuya popularidad va en aumento en Asturias, se dedican a mimarlo para disfrutar de todas sus propiedades organolépticas y terapéuticas. Los guardianes de este espacio, ubicado en la coqueta aldea de Almallos, son Virginia Ruiz y Miguel Ángel Robles. Estos dos urbanitas afincados en Madrid dieron hace siete años un vuelco a su vida y eligieron el Occidente asturiano para sacar adelante su proyecto basado en la explotación de una finca ecológica de pequeños frutos y del restaurante Los Arándanos.



El responsable de la cocina de Los Arándanos, Miguel Ángel Robles, muestra su gazpacho de frutos rojos, una de las elaboraciones que más llaman la atención a sus clientes. | t. cascudo

#### MULTIMEDIA

Fotos de la noticia

En el año 2004 adquirieron un caserío abandonado y en julio de 2005 pusieron en marcha una plantación de 1,5 hectáreas dedicada a la mora, la frambuesa, la fresa, la grosella roja y negra y, especialmente, al rey de la casa: el arándano. Dice Ruiz entre bromas que lo único que les falta para completar su cuidado a los pequeños frutos es cantarles. Su proyecto de vida se basa en el cuidado y cariño con el que tratan la materia prima que da un toque de distinción a su negocio. «Partimos de la mejor fruta posible. Es tan importante una buena receta como un buen producto», dice Robles, que se ocupa de la cocina.

El arándano es un aliado estratégico en los fogones: «Lo primero que aporta es color y después un sabor agradable». De ahí que sorprendan a sus clientes colando los frutos en las parrilladas de verduras y en las ensaladas, en las salsas de las carnes, en el postre y hasta en las infusiones. Y es que este fruto «pega con todo».

Pero no sólo defienden la buena predisposición del arándano como toque creativo en los platos, sino como alimento saludable: «Es muy sano y quien lo consume toma salud, eso es muy gratificante». La lista de propiedades curativas que se le atribuyen es interminable: es uno de los antioxidantes naturales más potentes, tiene propiedades anticancerígenas, es aliado en la prevención de infecciones urinarias, reduce el colesterol, fortalece los nervios ópticos... Por eso su fama va en aumento: «Cada vez te lo encuentras en más sitios y la gente lo va conociendo».

Con el asesoramiento del Serida (Servicio Regional de Investigación y Desarrollo Alimentario), esta pareja de emprendedores se dispuso a cultivar diferentes variedades de arándano (Duke, Blue Ray, Herbet, Brigitta y Elliot) con el objetivo de disponer de producto desde julio hasta mediados de octubre. La plantación requiere un mínimo de ocho años para estar al cien por cien y en la actualidad su rendimiento es de aproximadamente el 75%. Esto es: producen al año entre 5.500 y 6.000 kilos de arándano.

Fuera de temporada no es posible consumir arándano fresco, pero sí algunas de las conservas que elaboran. Además también utilizan arándano deshidratado para algunos platos y para infusiones: «Hay gente que pretende comer arándanos todo el año y hay que enseñar a comer las cosas de temporada. Si queremos tener un consumo sostenible no podemos traer en febrero arándanos de fuera. Nosotros procesamos lo de aquí».

Una parte pequeña de lo que cultivan pasa directamente a la cocina, como ingrediente y aliado de una carta basada en las recetas tradicionales de la zona. No obstante, la mayor parte de lo recolectado se va al obrador ubicado en la misma finca, del que salen más de 24.000 tarros al año. Elaboran hasta doce mermeladas ecológicas diferentes -algunas con una composición de fruta del 100%, algo poco frecuente en el mercado actual-, zumo de arándanos con y sin azúcar y salsa de arándanos. En el caso de la salsa tienen el orgullo de ser el único elaborador a nivel nacional. Y así, pasito a pasito y sin prisa, Ruiz y Robles han hecho del arándano su medio de vida.

Miguel Ángel Robles propone una receta sencilla a base de arándanos para ir incorporando sabores nuevos a la cocina de casa. Se trata de una salsa, similar a la que ofrecen en el restaurante Los Arándanos, y que funciona como acompañamiento ideal de carnes como pito de caleya, solomillo, entrecot o caza.

El primer paso es poner al fuego los frutos con un poco de azúcar y pasados unos minutos añadirles un chorrito de vinagre de módena, un poco de vino dulce y mantequilla al gusto. Esta mezcla se deja reducir unos veinte minutos y a continuación se bate y se pasa por el chino (nombre que se le da a un colador metálico de forma cónica perfecto para elaborar salsas). El siguiente paso es servirla caliente acompañando a las carnes.

### Guías comerciales

- [GUÍA Gastronómica de Asturias](#)
- [belleza](#)
- [tercera edad](#)
- [Formación](#)
- [salud](#) Odontología, análisis, fisioterapia, medicina estética, nutrición...
- [tu Boda en Asturias](#)

### GASTRONOMÍA



**Un menú para cada día**  
 ¿No sabes qué comer hoy? ponemos a tu disposición **entrantes, sopas, carnes, pescados y postres**



**Nuevo Samsung Galaxy**  
 Consigue gratis el nuevo Samsung Galaxy con Vodafone. Vente ya y empieza a disfrutar.  
[Consíguelo Ya](#)

empieza a disfrutar.  
[Consíguelo Ya](#)



**Mete un Gol a tu seguro**  
 En Línea Directa te mejoramos el precio de renovación de tu seguro.

GARANTIZADO.  
 Cambiate Ya!



**FÉNIX DIRECTO Motos**  
 No esperes más. Consigue sólo este mes los mejores

### Galería de fotos



Ganas de mar

Síguenos también en . . .



Explican Virginia Ruiz y Miguel Ángel Robles que ellos acostumbran a usarla acompañando el solomillo y las carrilleras de cerdo ibérico y que suelen presentarla en un recipiente aparte para que sea el cliente quien decida la cantidad adecuada: «Es una salsa agrídulce que nosotros hacemos más al gusto español, es decir más suave que la que usan en EE UU». Y tal fue el éxito de la propuesta que los propios clientes les animaron a convertirla en conserva para poder llevársela a casa. Dicho y hecho. Pero si hay un plato que sorprende a sus comensales por su originalidad y presentación es el gazpacho de arándano: «Suele llamar mucho la atención por su intenso sabor a frutos rojos».

 ENVIAR PÁGINA »
  IMPRIMIR PÁGINA »
  AUMENTAR TEXTO »
  REDUCIR TEXTO »

Enlaces recomendados: Hoteles Baratos | Cta NARANJA de ING 3,5% TAE 4 meses Sin comisiones | DEPOSITOS Open 4% | Olimpiadas 2012 | Oscars | Premios Goya




CONÓZCANOS: CONTACTO | LA NUEVA ESPAÑA | CLUB PRENSA ASTURIANA | PUNTOS DE VENTA | PROMOCIONES

PUBLICIDAD: TARIFAS | AGENCIAS | CONTRATAR



Queda terminantemente prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos ofrecidos a través de este medio, salvo autorización expresa de La Nueva España. Así mismo, queda prohibida toda reproducción a los efectos del artículo 32.1, párrafo segundo, Ley 23/2006 de la Propiedad intelectual.



Difusión auditada por OJD



© Prensa Asturiana Media

**Otros medios del grupo**

Diari de Girona | Diario de Ibiza | Diario de Mallorca | Empordà | Faro de Vigo | Información | La Opinión A Coruña | La Opinión de Granada | La Opinión de Málaga | La Opinión de Murcia | La Opinión de Tenerife | La Opinión de Zamora | La Provincia | Levante-EMV | Mallorca Zeitung | Regió 7 | Superdeporte | The Adelaide Review | 97.7 La Radio | Blog Mis-Recetas | Euroresidentes | Lotería de Navidad | Oscars | Premios Goya



Aviso legal