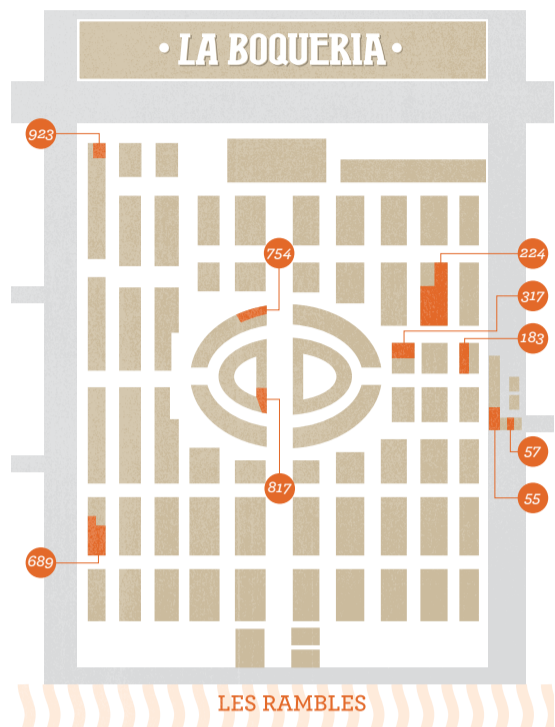


COCINA

# TOP 10: LA BOQUERIA

POR MIKEL LÓPEZ ITURRIAGA · FOTOGRAFÍAS DE AINHOA GOMÀ



Ya sabemos que la Boqueria es el mejor mercado de Europa. Pero el aluvión de turistas que recibe cada día lo ha convertido en una trampa para incautos en la que no escasean los timos. Esta es una guía selecta de puestos de confianza, tan rebotantes de productos fantásticos como libres de precios abusivos.

Su situación, bastante alejada de los puntos más visibles del mercado –léase la peligrosísima puerta de entrada, donde frutas y dulces son expuestos como joyas, y cobrados casi a su mismo precio– permiten a estas “paradas”, como se las conoce en este mercado, mantener una relación calidad precio más que interesante. Su clientela, formada básicamente por “señoras de las del barrio de toda la vida” –una entrañable clase que, si aún no posee su propio grupo de Facebook, debería tenerlo– nos da una interesante pista sobre la mercancía que allí encontraremos: buena, bonita y, por qué no, relativamente barata.



55 FRUITES IBAÑEZ

Algunos de los puestos más disfrutables de la Boqueria están fuera de ella. Son las paradas al aire libre de la plaza de Sant Galdric, pegadas al mercado y también conocidas como “las payesas”. Se supone que sus dueños venden productos locales de cultivo propio, pero ojo: hay mucho kilómetro 800 y mucha clavada. Para ir sobre seguro, Fruitess Ibañez es una opción sin estafas y fácil de localizar –es el único que hace esquina–, que vende excelentes verduras y frutas de Viladecans y Gavá. Indispensables: la sandía y el pepino.



57 FRUITES COSTA

Más pródigo en verduras que en frutas, Fruitess Costa suele tener algunas de las mejores ofertas de todo el mercado, sin que eso suponga la habitual merma en la calidad. El puesto lleva allí “desde los abuelos y requeteabuelos”, asegura su dueña, Dolors, que por su energía parece haber absorbido todas las vitaminas de lo que vende. El impecable material, que viene de Santa Coloma de Cervelló y de Sant Boi, nunca me ha decepcionado en dos años de compra semanal. Indispensables: las berenjenas y las pimientas.



817 PEIX MARTA

Por qué las pescateras son el único gremio que capta clientes al estilo del zoco de Marrakech permanece como uno de los grandes misterios de los mercados barceloneses. Para mí, es la experiencia más desagradable de comprar en la Boqueria, por lo que siempre que entro en su zona voy derecho a Peix Marta. Sus delicias no son baratas –pocos pescados lo son– pero la frescura y la primerísima calidad están garantizadas. Y si te llevas cantidades grandes, Marta suele “arreglártelo”, ese entrañable eufemismo para bajar un pelo el precio. Indispensables: los calamares y el atún.



689 AVINOVA-AVIRAM

Con más de medio siglo de existencia, Avinova (paradas 689-690 y 703-707) es uno de los pocos puestos decentes que quedan cerca de las Ramblas. Su deslumbrante oferta de aves, conejo, caza o caracoles proviene de Cataluña y Francia, lugares donde picotean delicadezas de dos patas como la pintada, la pularda, los picantones o los pichones. También hay pollo o huevos para días normales, y los precios suelen ser muy competitivos al tratarse de una distribuidora. Indispensables: pollo de corral y conejo alimentado con romero.



923 SYMPOSITION

Trasladado hace cinco años de la calle Roselló a la Boqueria, Symposition es un islote griego en uno de los extremos del mercado que dan a la plaza de la Gardunya. Vinos, conservas y olivas se mezclan con comidas preparadas como la *spanakopita* (pastel de espinacas), los *gyros* (pan de pita relleno de carne) o la *melitzanosalata* (crema de berenjenas). Pero si hay algo que te llevaría a condonarles toda la deuda a los helenos es la *paprika*, una adictiva crema de pimientos y queso. Indispensables: el yogur y el feta, sin discusión los mejores de Barcelona.



754 BACALLÀ CARME GOMÀ

Con 46 años de mercado a sus espaldas, Carme Gomà es una pequeña institución en la Boqueria. Empezó “con 2.000 pesetas”, y hoy tiene tres puntos de venta y da trabajo a buena parte de su familia. La estrella de su intachable pesca salada es el bacalao de Islandia, pero también vende sardinas, anchoas, salmón o congrio, además de productos cocinados como buñuelos, croquetas o pimientos rellenos. Alerta para políticos: Carme amenaza con cantarles las cuarenta por la situación económica cuando vayan a hacer campaña. Indispensables: los lomos y las virutas de bacalao.



224 CARNISSERIA A. CASANOVAS

Antonio Casanovas y su cuantioso personal venden carne de vacuno, cordero o cabrito en cantidades semi-industriales, con tanto éxito que hace poco ha tomado una parada cercana. Los motivos son simples: alta calidad, precios más que sensatos y un servicio tan eficaz como amable. El producto viene de Vic, pero los cortes pueden proceder de lejanos imperios de la carne como Argentina o Uruguay. Ah, y no te miran mal si les pides cosas raras como carne de cordero picada. Indispensables: las hamburguesas con cebolla y el filete tibón (o *t-bone*).



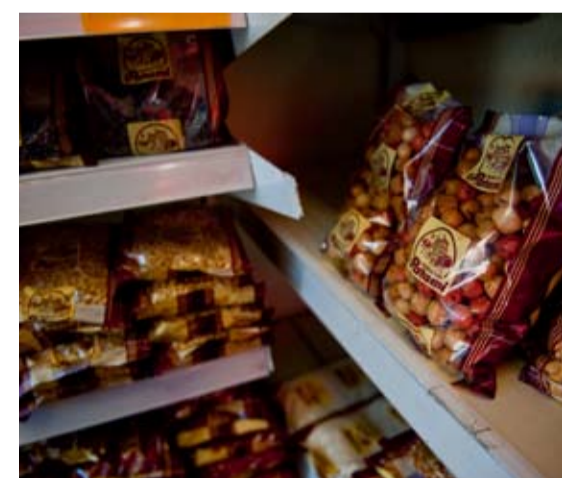
317 LLEGUMS CUI TS BOQUERIA

Si hay algo por lo que dar gracias al Señor por vivir en esta parte del mundo es por los puestos de legumbres cocidas. Los dos que hay en la Boqueria son buenos, pero por cercanía –o más bien por lejanía a las Ramblas– prefiero Llegums Cuits Boqueria. Garbanzos, judías blancas y lentejas en un punto perfecto de cocción se unen a platos preparados de legumbres, pasta o arroz hechos en el día, solución idónea para los que no tienen tiempo y quieren comer casero. Indispensables: las *mongetes del ganxet* y garbanzos con gambas.



183 AROMA IBÈRIC

Por desgracia, muchos puestos de *cansaladeria* del mercado son *guiiri-orientad*, es decir, están centrados en hacer caja con los extranjeros vendiéndoles jamón y lomo envasado al vacío a precios de aeropuerto. Aroma Ibèric es una excepción en la exquisitez: no significa atraco a mano armada. En su mostrador lucen espléndidos embutidos, jamones y fiambres de toda la península, carne fresca de cerdo ibérico, quesos españoles y europeos elegidos con acierto, y sorpresas como un lomo ahumado polaco espectacular. Imprescindibles: los fuets y als salchichas frescas.



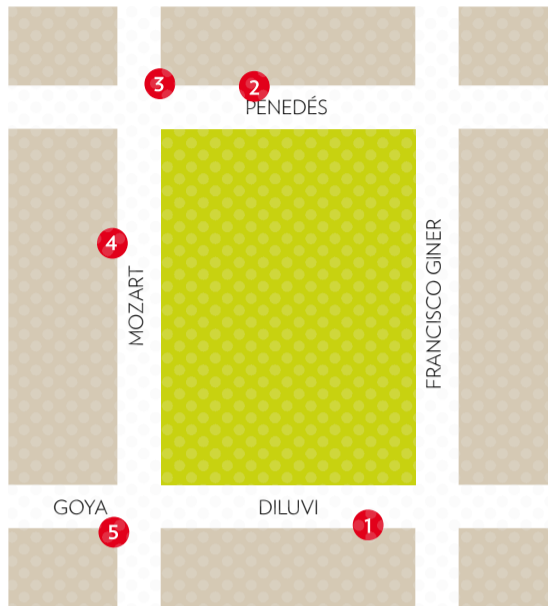
PARAMÍ • Jerusalem, 30 (fuera del mercado)

Los puestos de frutos secos de la Boqueria son miel para los turistas por su vistosidad. Pero los compradores serios van a Paramí, una tienda pegada al mercado en la calle Jerusalem, 30. Esta empresa, que acaba de cumplir cien años, es la única que tuesta y fríe dentro de la ciudad de Barcelona. Su producto no tiene pega, y aunque debes comprar en cantidades relativamente grandes (bolsas de un kilo o de medio), acaba resultando más barato y fiable que las paradas que venden a granel. Imprescindibles: los tomates secos y las almendras marconas.

RUTA

## Plaza de la Vila de Gràcia

POR PEPE POLLET



Conocida hasta hace poco de manera oficial como Plaça Ruis i Taulet –y hacemos hincapié en lo de oficial, ya que pocos gracias se han acostumbrado al cambio de nombre, y éste sigue siendo su nombre a efectos prácticos–, el verano es un buen momento para disfrutar de esta plaza, sus tiendas y sus terrazas, de día o de noche.

### 3 Xarcuteria l'Aglà 3

Deliciosos ibéricos cortados a mano –esa costumbre, casi en desuso, que ensalza todas las propiedades del jamón–, quesos para todos los paladares, foie, butifarras gourmet (especialmente recomendable la de ajo y perejil), vinos, conservas y todo lo necesario para hacer la cena fría de tus sueños.

Tel. 93 415 54 27

### 11 Bo 11

Sin duda, una de las terrazas más solicitadas de la plaza, y con razón: las patatas bravas –con alioli, como debe ser–, los bocadillos de mercado con interesantes opciones vegetarianas y las cazuelitas de la yaya, frías o calientes, son una tentadora manera de dejar que el aperitivo se acabe convirtiendo en una comida en toda regla.

tel. 93 368 35 29

### 15 Ottimo Gelats 15

Sorprendentemente ácidos como el de maracujá o pomelo rosa, golosamente dulces como el de tiramisú o cookies, salvajemente aromáticos como el de amapola o violeta, los helados artesanales de Ottimo Gelats son siempre una delicia para el paladar. Además no llevan conservantes, ni sabores artificiales, gluten o grasas hidrogenadas.

tel. 93 566 32 05 · www.ottimogelats.com

### 18 Merengue Shop 18

Una bonita tienda-taller donde lo hecho a mano es lo que prima: bisutería en fieltro y plástico, bonitos broches con aspecto vintage y complementos con un toque personal para grandes y pequeños. Muy a tener en cuenta los retratos, figuras y muñecos de boda personalizados modelados en plastilina del artista Marcos Sobrevida.

tel. 93 218 07 90 · www.merengueshop.com

### 20 Kidults Shop La Moda 20

Adultos con alma de niños, esos son los *kidults* a los que se enfoca este peculiar espacio. Lili y Emilie, al frente del negocio, han reunido una cuidadísima selección de marcas internacionales de moda, cosmética natural o complementos que hacen que, sólo entrar, se genere el síndrome conocido como “lo quiero todo”.

tel. 93 415 91 21

GASTRONOMÍA

## Sifó en el Grec, noches con vistas

POR MÓNICA ESCUDERO

Un restaurante debería ser una experiencia completa, dedicada a maximizar por todos los medios el placer que sus comensales sienten al degustar sus platos. Sentidos como el oído o la vista complementan a la perfección el placer gastronómico, ayudando a nuestras papilas gustativas a llevarnos al paraíso. Sólo a este nivel, el restaurante-terrazza que Sifó regenta durante 50 noches por tercer año consecutivo –todo un logro, ya que la concesión se lleva anualmente a concurso– al lado del Teatre Grec, ya lo tiene todo ganado. Su privilegiada situación permite cenar mientras tienes a tus pies la ciudad de Barcelona, sobre todo si consigues una de las mesas del lado del Teatre Lliure. Alrededor, los bonitos jardines noucentistes diseñados por Jean-Claude Nicolas Forestier. Como banda sonora, una delicada fuente y, a lo lejos, las voces y aplausos del Grec –poca broma, algunos afortunados cenarán en el Sifó oyendo a Joan Manel Serrat o Miguel Poveda– ponen el broche de oro al ejercicio situacional, mientras nos preparamos para degustar algunos de los platos procedentes de los fogones de los chef Jorge Runnacles Fernández y Gemma Llesuy.

Una vez en la mesa y con un vino blanco en la mano –el de la casa es más que recomendable, y lo sirven por copas, aunque cuentan con una extensa carta con referencias como Vega Sicilia Valbuena 5º O verdejos como José Pariente o El Perro Verde–, empezamos el festín con una degustación de pequeños aperitivos consistente en una brocheta de pecorino –en su punto justo de curación– con mermelada de cebollas, otra de tiernísimo solomillo con salsa toné, un ceviche de camarón y pomelo ligeramente picante con chupito de su marinada y *raviole* frito y crujiente de pollo al curry con pasta de tomates. El refrescante zumo de sandía y tabasco verde con mini alfajor de alga nori, tofu al humo y sésamo, y un *maki* sorpresa, remataron la primera parte de este festival de sabores y texturas. Terminamos los platos fríos con



Arriba: el impresionante aspecto de la terraza. Abajo: carpaccio de pez espada con tapenade.

una composición a medio camino entre el *sashimi* y el *carpaccio* con salsa tapenade, de textura perfecta y con un contraste ácido –¿lima, tal vez?– que armonizaba perfectamente con la guarnición de alfalfa germinada. Un diez.

Las carnes tampoco se quedan atrás: el cerdo meloso con cerezas y estencil de su salsa sobre pasta filo hace honor a su nombre –en lo meloso– y crea un interesante juego de crujientes con la pasta filo, mientras que el muslo de pollo –deshuesado, no se asusten los perezosos– al limón y soja con puré de ajo y calabaza con jengibre nos arrancó el único “pero” de la noche por una excesivamente potente piel de limón confitada, cuyo sabor quitaba protagonismo al resto de los ingredientes.

Y los postres... oh, los postres: amigos de los contrastes, hoy estáis de enhorabuena, porque además de diferentes tartas individuales de sabores más o menos clásicos como la de crema y frutas, limón y merengue o músico con miel y Pedro Ximénez, en el Sifó se pueden degustar postres aventureros como el pastel de puro chocolate con helado de wasabi –el chocolate y el picante son, definitivamente, amigos– o la sorprendentemente sutil copa de *coulis* de mango, *mousse* de chocolate blanco y dulce de olivas negras. Después se impone una copa de sobremesa para comentar la cena y, de paso, amortizar las vistas. ☺



Passeig Santa Madrona, 38  
Información y reservas: 663 762 035  
Precio medio carta: 45 euros.

INAUGURACIÓN

## Duduá



—Han pasado cinco meses desde que la tienda Duduá cerró sus puertas en el Born, tiempo más que suficiente para que su propietaria e ideóloga, Alicia Roselló, se haya hecho con un nuevo local, esta vez en el barrio gótico, en el que mantener viva la filosofía *do it yourself* y desarrollar nuevas ideas. Un espacio multidisciplinar donde se realizan talleres y cursos –desde ganchillo *freestyle* hasta tutoriales impartidos por diseñadores y artistas–, pero que estará disponible para que marcas y diseñadores abran su propia *pop up store* de una semana de duración. Un nuevo espacio en el que el movimiento está garantizado.

Passatge de la Pau, 13 Tel. 666 953 395  
08002 Barcelona · www.duduadudua.com

HAY MOMENTOS Y AMBIENTES.  
MUCHOS MOMENTOS, SÓTANOS  
SELAICERSE NAT NOS SOCOF OREP  
EUROP NEIB YUM SÁPES ON EUQUA Y  
SEBAS OF

**ACONTRALUZ**  
NIDRA UT, ETNARUETSER UT

Milanesat 19  
08017 Barcelona  
T 93 203 06 58  
www.acontraluz.com

