

## PRESENTOUSE NA CORUÑA O PRIMEIRO RECEITARIO CON ORTIGAS PUBLICADO EN ESPAÑA



O autor, Martín Álvarez, no stand do II Salón dos Viños e Augardentes da Coruña

- O acto desenvolveuse no marco do II Salón dos Viños e Augardentes que dende o sábado e ata hoxe se celebra no Palacio de Exposicións e Congresos da Coruña.
- *45 recetas con ortigas*, de Martín Álvarez, é un tratado –sen precedentes en España– da ortiga como ingrediente con cualidades excepcionais para a cociña doce ou salgada, exquisiva en revoltos, empanadas, cremas, potaxes ou xeados.
- A estruga é unha herba hoxe menosprezada pero que xa era empregada polos romanos. Posúe importantes propiedades medicinais, é estimulante do aparato dixestivo, combate a reúma, é antianémica, diurética e reconstituínte.
- O libro está editado a toda cor, inclúe máis de 50 fotografías e, á parte das 45 receitas, aporta a visión culinaria de dous xornalistas gastronómicos, Miguel Vila e Guillermo Campos, mais un apéndice coas propiedades das estrugas e un breve léxico culinario.



# alvarellos

EDITORA

Alvarellos Editora presentou hoxe na Coruña, no marco do II Salón dos Viños e Augardentes que se desenvolve no Palacio de Exposicións e Congresos, o libro *45 recetas con ortigas. A proposta máis imaxinativa da 'Nova Cociña Galega'*, do cociñeiro ourensán Martín Álvarez. Trátase do primeiro receptorio completo con ortigas que se publica en España e supón unha importante achega que abre novos horizontes para unha tradición gastronómica tan rica e variada como a galega.

O acto contou coa participación do autor, do xornalista gastronómico Miguel Vila e do editor, Henrique Alvarellos.

Trala presentación realizouse unha degustación de Licor de Estrugas elaborado no obradoiro de repostería do Instituto de Ensinanza Secundaria de Vilamarín (Ourense), onde Martín Álvarez exerce como docente.

Martín Álvarez González (Ourense, 1974), profesor de Cociña do IES de Vilamarín (Ourense) e presidente da Asociación Cultural As Ortigas, leva moitos anos experimentando os valores nutricionais e gastronómicos da *urtica dioica* (nome científico da ortiga): “O meu libro bríndanos a oportunidade de achegármonos ás receitas tradicionais galegas pero cun elemento diferenciador –sinala–, ademais de estar estas enriquecidas no seu valor nutricional. *45 receitas con ortigas* é a demostración do potencial gastronómico da ortiga e a súa versatilidade como ingrediente culinario”.

Miguel Vila, autor do Limiar a este libro, sinalou que “o pobo galego é, contra o que adoita pensarse, moi activo en cuestións gastronómicas” ao tempo que cualificou de “revolucionaria” esta iniciativa de Martín Álvarez e lembrou que “hai unha tribo en América que consume, como única herba, brote de ortiga”.

Finalmente, o editor, Henrique Alvarellos, manifestou sentirse moi satisfeito por “contribuír a prestixiar e espallar a nova cociña galega, que ten moi claras as orixes nesa cociña tradicional, cunha materia prima louvada polos mellores restauradores do mundo, e por suposto con mestres dos fogóns como Martín Álvarez, que suman xuventude, paixón e un ansia sen límites por innovar”.

O libro inicia a colección “A lume lento” desta editorial; nela terán cabida volumes ou estudos culinarios que aporten novos vieiros para a nosa gastronomía, e en xeral todo tipo de receptorios.

[ Máis información en [www.alvarellos.info](http://www.alvarellos.info) ]



Rúa das Arribadas 7, 1ºC  
15706 SANTIAGO (GALICIA)  
[www.alvarellos.info](http://www.alvarellos.info)  
Tel: 609 90 88 52