



En este boletín:

- Tiempo de cocción de las vainas;
- El menú del día 13,2€ de media;
- Cordero con espárragos y alcachofas;
- La castaña, anunciadora del otoño;
- Por qué elegir Euskal Gastronomía.



TIEMPO DE COCCIÓN DE LAS VAINAS

Originarias de México y Perú, de donde llegaron hace más de 5.000 años, las vainas son un plato muy típico y sencillo de nuestro recetario. Servidas con un poco de patata cocida, con jamón o ajo picado, lo cierto es que su suave sabor hace que sean un producto fácil de comer y que, en líneas generales, ... [continúa](#)



EL MENÚ DEL DÍA 13,2€ DE MEDIA

Una de las principales conclusiones del estudio es que el precio medio del menú del día en España se sitúa en 13,2 euros, un 12,6% más que en el año 2016 que fue de 11,7 euros y un 3,4% más que en el año 2022 que fue de 12,8 euros. Estas subidas se sitúan muy por debajo de la evolución del IPC y especialmente de los Alimentos y Bebidas, ... [continúa](#)



CORDERO CON ESPÁRRAGOS Y ALCACHOFAS

Hasta mediados los años setenta, únicamente se cultivaba la variedad autóctona, denominada «Blanco de Navarra», que ha sido la que ha dado fama y nombre a nuestro espárrago, por su excelente calidad. Luego, ante la demanda de mercado, se realizaron una serie de ensayos con variedades importadas, tanto de secano como de regadío, ... [continúa](#)



LA CASTAÑA ANUNCIADORA DEL OTOÑO

Uno de los signos inequívocos de la llegada del otoño es la aparición de las castañas en las tiendas de frutas y verduras. Incluso en muchas localidades surgen por las esquinas puestos de castañeros que venden este fruto recién asado. Si bien este es un remedio muy natural y saludable contra el frío, lo cierto es ... [continúa](#)



EUSKAL GASTRONOMÍA

POR QUÉ ELEGIR EUSKAL GASTRONOMÍA

El portal Euskal Gastronomía alberga decenas de páginas web completamente dedicadas a la gastronomía vasca, con contenidos que comprenden la historia, los productos, las recetas, los chefs y mucho más. Esta vasta cantidad de información permite a nuestro portal generar un volumen significativo de tráfico y usuarios, lo que resulta ventajoso para la promoción de tu restaurante, una meta que sería inalcanzable con solo tu página web.

Euskal Gastronomía se pone a tu disposición para promocionar tu restaurante y las especialidades culinarias que te distinguen. Te invitamos a ver algunos de nuestros ejemplos para entender mejor cómo podríamos realzar su establecimiento.

[Ver ejemplos](#)

Si no tienes una página web, no te preocupes, por un coste anual de € 150.00, Euskal Gastronomía te brinda una entera página web. No dudes en contactarnos para obtener más información.

Te ofrecemos la oportunidad de crear una presencia en línea completa para tu restaurante o establecimiento. Esto incluye información detallada, una atractiva galería de fotos, una presentación de sus especialidades culinarias y mucho más...

[Ver detalles](#)

ISCRÍBITE

 Chat on WhatsApp



Euskal Gastronomía es una iniciativa de Olatua (Asociación Cultural sin ánimo de lucro navarra - n.º 9.227 Reg.NA), para promover la gastronomía y la hostelería de Navarra/País Vasco.

¡Gracias por leer nuestro boletín! Síguenos también en [Facebook](#) para estar siempre actualizado sobre las últimas novedades. Hasta pronto.

Euskal Gastronomía

Asociación Cultural Olatua

Avenida de Eulza 1, 2 Dcha, 31010, Barañáin

Este e-mail se envió a {{contact.EMAIL}}

Lo recibiste porque estás suscrit a nuestra newsletter.

[Ver en navegador](#) | [Cancelar suscripción](#)

