



Asunción Duarte y Carlos Sáenz buscan las mejores verduras. /Sercis Espinosa

Logroño

Mercado de San Blas Sagasta 1 (Logroño). **Horario** De lunes a viernes de 7.30 a 14.00 y de 16.00 a 20.00 horas. Sábados de 7.30 a 14.00 horas. **Teléfono** 941220430. **Web** www.eabastos.com

Frutos riojanos

La cocinera de la Taberna Herrerías llena la cesta de verduras para acompañar a los platos fuertes

Juan Carlos Peinado

El punto de encuentro es la colorida entrada del mercado de San Blas.

Asunción Duarte y Carlos Sáenz se frotan las manos: se diría que están en su salsa. Ella es la cocinera del restaurante **Taberna Herrerías** (Herrerías 24). Él, su hijo, rostro perenne en el comedor. Ambos saben que la elaboración de un buen plato comienza con la atenta selección de los ingredientes. No es de extrañar, por tanto, que la cita tenga lugar ante la plaza de abastos de Logroño. Los olores, vigorosos, franquean el portalón.

El recorrido comienza sin prolegó-

meno alguno. La Navidad está a la vuelta de la esquina y conviene ir sentando las bases del pertrecho culinario. No hay plan previo que valga. Asun y Carlos no son amigos de farragosas listas de la compra. Su propuesta es mucho más sencilla: caminar entre los puestos. Dicen que los productos, coquetos, llaman a la vista. Los fruteros, como siempre, salpican de color sus mostradores hortelanos: amarillos limón, naranjas mandarina, verdes espinaca, pimienta y borraja.

Asun se detiene. Observa con delectación. Las alcachofas de **Verduras Tinita**, prietas y generosas, han suscitado su curiosidad. La reacción es instantánea. No lo puede evitar. La cocinera, nada más ver la verdura, ha comenzado a maquinarse: cordero con alcachofas, alcachofas al horno, cordero con alcachofas... Las posibilidades son

Herrerías

Alcachofas al horno

Es especialidad invernal de la Taberna Herrerías, también del antiguo comedor de la familia; La taberna del Tío Jorge.

Ingredientes: 1 kg. de alcachofas, Sal maldón. Aceite de arbequima.

Elaboración: Los cogollos son liberados de las hojas superficiales. Queda así al descubierto el tierno corazón. La verdura es sazonada con unas escamas de sal maldón. Un poquito de aceite de arbequina riojana resuelve los preliminares. Al horno: El resultado es un manjar superlativo crujiente por fuera, jugoso por dentro, ligeramente amargo primero y un puntito dulce después.

abundantes y sugerentes. Un punto capital. El comprador debe saber que las alcachofas de la tierra, especialmente sabrosas, tienen una coquedad circular en la punta del cogollo.

La alcachofa, como el cardo o la borraja, es verdura de invierno. Los meses fríos son, por tanto, ideales para degustarla con fruición. Ocurre que Carlos y Asun son defensores a ultranza de los productos de temporada. Afirman que el secreto consiste en

disfrutar de cada producto en la época oportuna. Lo bueno de la huerta riojana, puntualizan, por si acaso, es que no tiene época mala.

Cordero y especias

Cambio de tercio. La **carnicería de Victoria y José Luis** está a cuatro pasos del puesto de Tinita. El cordero lechal de Cameros. Asun y Carlos lo han visto a la legua: tierno, terso, blanquito. El rabo largo lo diferencia a las claras de los cabritos del mostrador. Los pastos serranos, apuntan, le otorgan un toque singular. Saludo amigable y paso adelante. Sorprende la variedad del mostrador de la **pescadería Insausti**. La norma es sencilla: ojos despiertos y agallas brillantes. La cocinera se confiesa enamorada del rape. Saca rauda a colación su combinación succulenta con los pimientos de Santo Domingo.

La cesta de la compra va tomando cuerpo, pero todavía resta una visita clave: **La casa del pimentón**. Mil aromas trascienden el establecimiento: canela, pimentón, vainilla, orégano, piñones, eneldo... Asun asegura que sus especias y sus hierbas nada tienen que ver con los botecitos del supermercado. Oído cocina. ■