

NUEVA COCINA DE PUEBLO



JORDI LUQUE
FOTOGRAFÍAS DE SARA CASTAÑO

En librerías desde el 15 de octubre 2025



Sumario

Introducción

Capítulo I

Menos romanticismo, esto es un negocio

Capítulo II

Un pastor es gastronomía

Capítulo III

Un pionero olvidado

Capítulo IV

Trabajadores del monte

Rutas y otros restaurantes de pueblo

Capítulo V

Alrededor de la chimenea

Capítulo VI

La cocina empieza en la huerta

Capítulo VII

Cartuchos contra el apocalipsis

Capítulo VIII

El restaurante biodinámico

Epílogo

Cuestiones de familia

NUEVA COCINA DE PUEBLO

JORDI LUQUE

Con fotografías de Sara Castaño

Una mirada a los nuevos restaurantes de cocina creativa situados en enclaves rurales, lejos de las ciudades más pobladas. Son la nueva generación de restaurantes a seguir.

Una de las tendencias culinarias más interesantes en España es la aparición de nuevos pequeños restaurantes de alta cocina gestionados por un equipo humano mínimo, en aldeas diminutas donde nunca hubo antes un restaurante de este tipo.

Lugares donde se cocina como lo hacen las cocineras y los cocineros de la nueva generación, con una sólida formación en escuelas de gastronomía y en restaurantes Michelin, y que abandonan los entornos urbanos para desarrollar sus nuevas y personales propuestas gastronómicas en el medio rural.

Su cocina no es la de las abuelas, sino que elaboran una cocina moderna, creativa, auténtica y, a veces sí, a veces reinterpretan la tradición.

En este libro, se retratan estos pequeños restaurantes, una selección de los más reconocidos y representativos que están reinterpretando la cocina local, tejiendo una particular red de productores, atrayendo a los *foodies* más exigentes y consiguiendo estrellas Michelin y reconocimientos de todo tipo, donde solo había el bar del pueblo (en el mejor de los casos).

Pero, ¿qué los llevó a lugares tan remotos? ¿Cómo han sido recibidos? ¿Qué dificultades han encontrado? ¿Cómo sobreviven? ¿Cómo gestionan el *inesperado* éxito?

Son los hijos pródigos de la nueva cocina rural.



¿Existe una nueva cocina de pueblo?

«Este libro, más que constatar una realidad, plantea preguntas sobre la ruralidad y su relación con la cocina: **¿existe una sola forma de ser de pueblo? ¿Cómo son las cocinas rurales? ¿Los restaurantes rurales deben trabajar bajo el concepto de la proximidad? ¿Son este tipo de restaurantes capaces de dinamizar un territorio, a sus productores y cultura?**

Al principio, con este libro pretendí plasmar un triángulo que vinculaba territorio, restaurante e ingredientes locales. Pero muy pronto, tras los primeros quinientos kilómetros, en la Serranía de Cuenca, me percaté de que mis pretensiones eran un tanto naíf.

A lo largo del viaje que he realizado por este bellissimo país que es España (porque este libro lo es, un viaje), me he dado cuenta de que los restaurantes que he visitado poco tienen en común entre ellos. Sí, hay complicidades, amistad y se comparten ideas, pero cada uno entiende lo suyo como quiere y puede. He encontrado a personas muy arraigadas en su entorno, como Luis Lera o Alberto Montañés, pero otros no lo están en absoluto, como Álex Paz; hay quien se encuentra en pleno proceso de descubrir lo suyo y a sí misma, como Iris Jordán, y otros reinventan su tradición, como Fernando Rodríguez y Eva Guzmán.

Tuve que abandonar mis prejuicios sobre lo que significa ser de pueblo. **Uno no es de pueblo, es de su pueblo, y eso conlleva que hay muchas cocinas de pueblo, tantas como maneras de ser de pueblo.** Otro de los prejuicios que tuve que abandonar fue el de la conveniencia de la proximidad que antes he mencionado. Hoy en día a cualquier restaurante se le exige que sea sostenible, verde, limpio... ¡cómo si fueran a salvar el mundo! También se le pide que trabaje con productos de su huerta o de cercanía, ecológicos, claro y, aunque todo eso está muy bien, a mí me da que las listas y las guías han auspiciado todas estas exigencias para lavar las conciencias de clientes que atraviesan el mundo para comer. Aunque personalmente prefiero el acento local, pienso que mantener un negocio que atrae turismo a una aldea remota donde todo lo tienes en contra es un bien mayor. A esos héroes no se les puede pedir más.

Por otro lado, si a la restauración le pedimos mucho, a los restaurantes rurales les damos muy poco. Natalia Fernández me regaló una de las mejores frases que he recogido durante este viaje. Cuando le pregunté si en Tierra de Campos, la comarca castellanoleonesa, se sentían abandonados me dijo que «mucho, pero no lo suficiente». Algo que sí tienen en común estos restaurantes, en realidad, estos territorios, es que todos los gobiernos los han ninguneado y que deben obedecer leyes dictadas por personas que desconocen su realidad.

El supermercado de un restaurante aislado en un valle son el bosque, los ríos y los lagos. La caza, las hierbas silvestres, la pesca de agua dulce, todo eso está ahí para ser comido, pero las distintas administraciones ponen muy difícil que alguien explote estos recursos. El sistema los obliga a claudicar y con su renuncia desaparecen cuestiones atávicas que nos unen a la tierra.

Sara Castaño y servidor hemos recorrido **5.089 kilómetros por España**. Los restaurantes que visitamos fueron elegidos porque **se encuentran en pueblos realmente pequeños, de entre 47 y 819 habitantes**, y porque **sirven alta cocina**, sintagma controvertido que aquí uso en oposición a la cocina tradicional que uno puede esperar de una zona rural.»

“Aunque hoy sea normal, encontrar un restaurante gastronómico ahí donde Cristo perdió la sandalia es una anomalía bastante novedosa. (...) Lo raro es abrir un restaurante en un lugar aislado y es aún más extraño que haya comensales que se desplacen por carreteras tortuosas para comer. Eso es un milagro, un fenómeno pop, un hecho inaudito que no empezó a verse hasta la segunda mitad del siglo XX y que hoy está en claro auge en todo el mundo.”

* FUENTELGATO *

Huerta del Marquesado (Cuenca) • 130 habitantes

“Cuenca es el ejemplo perfecto de la España vaciada, y Huerta del Marquesado. Hoy, ya con el restaurante en boca de muchos gourmets, Álex y Olga proponen dos menús, el más corto consiste en nueve pases y sale por 65, mientras que el largo incluye unos doce platos y cuesta alrededor de 110 euros. La cocina de Álex es minimalista y esencial, él compone platos con pocos ingredientes y saca sabores definidos y potentes.”

«No me mueve el romanticismo, yo quiero ganarme la vida». Olga García

«La pregunta que debemos hacernos no es qué hay que hacer para que la gente regrese a lo rural, sino por qué tienen que irse». Alejandro Paz



* EXISTE *

Puertomingalvo (Teruel) • 112 habitantes

“En el momento de escribir estas líneas, Existe se encuentra en el comedor principal del hotel, pero cuando tú las lees, lector o lectora, el restaurante ya no debería existir. Les pregunto por qué motivo han decidido cerrar un restaurante que aparentemente funciona, que ha sido reconocido con un Bib Gourmand por la Guía Michelin, un Solete de la Guía Repsol y que también ha recibido el cariño de la revista Tapas y el Basque Culinary Center. Alberto y María se explayarán en la respuesta. Falta de personal, falta de liquidez y falta de tiempo. Alberto y María lo tienen casi todo en contra.”

«Mi ambición como cocinero es dar a conocer los productos de la zona a través de la gastronomía, observar a un pastor, eso sí es gastronomía» Alberto Montañés



* MALENA *

Gimenells (Lleida) · 734 habitantes

“Xixo es un cocinero poco conocido y aún menos reivindicado, pero tal vez sea el pionero de la cocina española en usar fruta para elaborar platos salados. Xixo trabaja culinariamente su territorio más inmediato, la huerta, los frutales, las aromáticas y su oferta varía con las estaciones, que para él son cinco porque entre otoño e invierno pone el acento en el aceite

de la nueva cosecha. Su cocina es emocional, que él busca en sus recuerdos los sabores que disfrutó de niño para elaborar sus platos. El menú de Malena es uno de los más singulares que he comido desde hace tiempo”

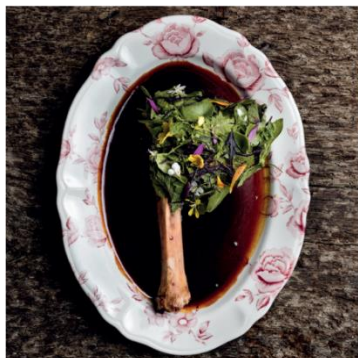


* ARREA! *

Santikurutze Kanpezu (Araba) · 819 habitantes

“Edorta es un tipo cool, que cuida su imagen y la de su restaurante. Durante quince años, aquella barra de pintxos con DJ, paredes cubiertas de pósters como de concierto y ambiente de garito moderno revolucionó la capital gipuzkoana. Está decorado con mucho gusto, con una atención exquisita al diseño gráfico y de interiores. De Euskadi al mundo para volver al origen más original sin perder ni un gramo de actitud. El menú que se sirve en el comedor principal es un despliegue monumental de todo lo que rodea a Kanpezu, el monte, el bosque, la caza, la pesca.”

Arrea! es la manera de evocar y homenajear nuestra cultura, una cultura condicionada y arraigada por una tierra en plena montaña alavesa y en muga al mismo tiempo.



* ANSILS *

Ansils (Huesca) • 175 habitantes

“El nuevo Ansils, bajo la dirección de los hermanos, empezó en 2023. Y en 2024 lo ganaron todo: en enero, Iris quedó tercera en el premio al Mejor Cocinero Revelación de España otorgado por Madrid Fusión y en el mismo foro se llevó el premio a la Mejor Tapa de España. En febrero, la Guía Repsol otorgó un Sol al restaurante y en noviembre llegó la estrella Michelin. Iris sostiene que quiere transmitir un mensaje a través de su cocina que tiene que ver con el patrimonio culinario del valle. Por eso quiere estudiar a fondo un recetario del siglo XVI que se conserva en casa Suprián para recuperar conocimientos perdidos.”

«Aquí es muy duro ganarse la vida, o trabajas en restauración o te enfocas en turismo o eres un rentista.» Iris Jordán

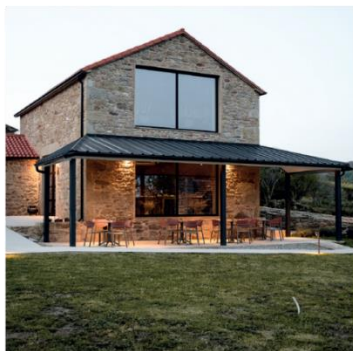


* O SECADEIRO *

Banzas (A Coruña) • 81 habitantes

“Antes de empezar, Fernando me señala dos cuestiones importantes para él. Desde que Eva y él abrieron O Secadeiro, en 2023, el estilo culinario del restaurante ha experimentado dos importantes cambios. Su apuesta fue centrarse en el equilibrio de sabores y la búsqueda de la textura perfecta para cada ingrediente. Más adelante, Eva y Fernando acordaron dar un paso más en la radicalidad de su propuesta y las proteínas animales pasaron a ser la guarnición de las verduras y hortalizas que ellos mismos cultivan.”

«Yo quiero cocinar lo que veo» Fernando Rodríguez



* LERA *

Castroverde de Campos (Zamora) • 225 habitantes

“Luis Alberto Lera, nacido en 1977, se crio en el bar del pueblo, el Mesón del Labrador fundado por su padre y que levantó su madre, Minica Collantes, guiso a guiso. En 2008 el objetivo fue sacar a su familia de la ruina más absoluta, proeza que nadie creía que Luis sería capaz de completar, nadie salvo Natalia. El menú degustación de Lera consiste en diez pases, más chocolate, café y orujo, de «platos de caza clásicos y creativos». Su icónico hocico de jabalí con garbanzos es una forma de presentar a este animal que trabaja en la sutileza y la textura.”

«Estaba en lo más alto y me fui al fango de un día para el otro.» Luis Alberto Lera



* VENTA MONCALVILLO *

Daroca de Rioja (La Rioja) • 52 habitantes

“Lo que parecía un restaurante de carretera con nada de particular, es un restaurante con un interior muy elegante. En 2016, Carlos fue distinguido como mejor sumiller de España y recibió el Premio Nacional de Gastronomía. Carlos, que estaba destinado a ser el cocinero, tuvo que ocuparse de la sala porque su hermano Ignacio, que es taba destinado a ser camarero, padeció una leucemia que lo dejó hecho polvo. Quién le iba a decir a aquel chaval que estuvo entre la vida y la muerte que dos décadas después estaría al frente de una cocina con dos estrellas Michelin. Que pondría aquel pueblo en el mapa gastronómico mundial junto con su hermano Carlos, claro.”

«Así de poderosa puede ser la gastronomía.»



* GUNEA *

La Cruz d'Illes (Asturias) • 119 habitantes

“La reforma de aquella cocina marcó el inicio de una nueva era, el nacimiento del restaurante gastronómico contemporáneo. Tengo la sensación de que la gente más joven está cambiando las cosas. Begoña Martínez y Pablo Montero representan todo este cambio a la perfección. Encontrándose su restaurante, Gunea, en el mejor momento, decidieron cambiar de modelo porque se dieron cuenta de que no eran felices de que no podían dedicarse a su hijo y de que solo tenían una oportunidad para verlo crecer y ayudarlo a ser buena gente. Observo a los tres y pienso que Begoña y Pablo han sabido conquistar lo que tanta gente persigue en la cocina y fuera de ella.”

«La verdad es que podríamos haber conciliado antes.» Pablo Montero



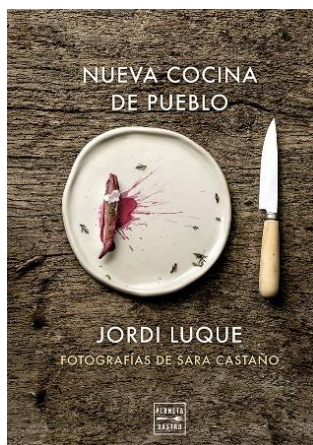
EL AUTOR: JORDI LUQUE

Jordi Luque es un reconocido periodista y divulgador gastronómico. Ha colaborado en medios de referencia como El País, El Comidista, La Vanguardia y Guía Repsol. Actualmente compagina su labor divulgativa con la docencia, impartiendo la asignatura de Historia de la Cocina en el Madrid Culinary Campus y en la Escuela Hofmann. Jordi, además, es editor de Beber Magazine y FEAST. Tras el éxito de su primer libro, Vinos Libres, se consolida como una voz esencial para entender la gastronomía contemporánea. www.jordiluque.com.



LA FOTÓGRAFA: SARA CASTAÑO

Comenzó a trabajar como fotógrafa en el año 2021, dedicándose principalmente a contar de forma documental el mundo gastronómico. Desde entonces ha trabajado en restaurantes como La Salita o Dstage, de manera directa con los Chefs o para medios como Saber y Sabor, El País Gastro o Tapas Magazine. También ha trabajado en eventos como Madrid Fusión, la parte Gastronómica del Festival Portamérica, Diálogos de Cocina, y en varias ediciones de la Gala Michelin.



NUEVA COCINA DE PUEBLO

Jordi Luque

Editorial: Planeta Gastro

Formato: 19 cm x 27 cm

240 páginas / Cartón visto

PVP c/IVA: 32,95€

A la venta el 15 de octubre de 2025

Para más información a prensa:

Lola Escudero. Directora de Comunicación de Planeta Gastro

Tel: 619 212 722 // lescudero@planeta.es



EL LIBRO POR DENTRO





RESTAURANTE

GUNEA



Pueblo: La Cruz d'Ulles
Habitantes: 119

Como la cena discurre en la cocina, sobre el mostrador de trabajo de inox, dando observar las antiguas ollas de acero esmaltadas con las que Alberto está preparando algunas salsas que le llevará horas llevar a punto por lo largo que tiene el fuego. Son las caracolas de su abuela, la pienza de la legumbre cocida.

El excubiche, las plantas nativas, las coqueiras de sus paisanos, Alberto sí es un cocinero que apunta por su entorno, por su patrimonio y por la memoria. Aun así, Alberto cocina muy contemporánea, sin austeridad técnica, pero con muy buen gusto.

«Mi ambición como cocinero es dar a conocer los productos de la zona a través de la gastronomía, observar a un pastor, eso sí es gastronómico, me dice mientras me sirve un plato con un exquisito puré de patatas (de la zona), coqueirillas (coqueiras por él) frías a baja temperatura, una glasa de fondo oscuro y hojas de salvia fresca. Muestró de amor».

A la coqueira, le ha precedido una croqueta de jamón que podrá poner de acuerdo a toda España en algo: entre la cremosidad de las del norte, el sabor de las del centro y la chicha de las del Mediterráneo y al puré con huevo y coqueirillas le siguen dos productos clásicos, una cacha de sagu (tortilla) —esa que entró en la península en forma de omelette introducida por la imposibilidad de transportar vino desde Japón— y una chuletita de ternera que sujeta a la parrilla. «Oy, ay, venía muchas veces al vent. No se sorprendo, le dijo a Alberto».

El me cuenta que en tierra de vacas y terneros, que hay mucho pasto por aquí, y que la peculiaridad es que en esta zona no gusta nada la carne machucada, ni de vaca vieja. Sus paisanos prefieren la carne de terneros jóvenes, sin saltear y sin los aromas fuertes que han de moda se han pasado últimamente. Cocinarlos así se le a contranatura, pero él no lo hace por eso, sino por coherencia, y defiende que de esta manera se percibe mejor la textura ternera y al mismo tiempo melosa de esta carne y su delicado sabor. Y, en fin, es cierto.

Para terminar, Alberto ha preparado un poco de dulce, una marta lejana, de cuando trabajó en el Reino Unido e Japón, espeso, trabajado en el Reino Unido, pregunta.

«Sí, claro, con Simon Radley —responsable—. Aunque a mí lo que me parecía una verdadera revolución fue trabajar en Meritza».

Simon Radley, hoy aparentemente retirado, mantiene bastante brío y un año la estrella en el refinado restaurante Simon Radley, del tradicional y lujoso hotel Chester Grosvenor, hasta que lo abandonó en 2021; mientras que Meritza, también con una estrella, pero todavía en funcionamiento,afortunadamente, se define como un restaurante de cocina salvaje y ha trascendido por su trabajo con vegetales recolectados en los bosques y meritas que recolecta San Lorenzo del Escorial, en la Comunidad de Madrid. El Exite de Alberto y Meritza bebe de estos dos mundos tan lejanos.

