ah!

VERANO 2019

ANAPEH

¡Felices Fiestas!
Jai Zoriontsuak!

Atondo
cooperativahostelería navarra

Polígono Iturrondo 6 Burlada
NAVARRA T. 948 13 60 90

Seguro de Vida contratado con RGA Rural Vida S.A. de Seguros y Reaseguros, con CIF A-78.229.663 y clave de la DGSFP C-595. Seguros de Hogar, Accidentes, Decesos y Comercio, contratados con RGA Seguros Generales Rural S.A. de Seguros y Reaseguros, con CIF A-78.524.683 y clave de la DGSFP C-616. Seguro del Automóvil contratado con Liberty Seguros compañía de Seguros y reaseguros S.A. con CIF A-48037642 y clave de la DGSFP C-0467. Resto Seguros con CIF A78520293 y clave de la DGSFP C-0613 o Mapfre España con CIF A-28141935 y clave de la DGSFP C-0058. La comercialización de los seguros se realiza a través de RGA Mediación, Operador de Banca Seguros Vinculado, S.A., con domicilio en Madrid, C/Basauri, 14 e inscrito en el registro de mediadores de la DGSFP con la clave OV-0006, y en el Registro Mercantil de Madrid, al Tomo 8205, Folio 89, sección 8, Hoja M10188, con CIF A79490264. Caja Rural pertenece a la red de distribución de RGA Mediación OBSV, S.A. Consultar entidades aseguradoras con las que RGA Mediación mantiene un contrato de agencia de seguros en www.segurosrga.es/Entidades_contrato_RGA_Mediacion.pdf

Editorial

EL VERANO, UN SOPLO DE AIRE FRESCO

Llega el verano y nos echamos a las calles para disfrutar del buen tiempo y de la rica oferta hostelera de Navarra, una oferta para todos los gustos. Dejamos atrás retos como la Semana del Espárrago, el inicio del torneo de mus…y nos embarcamos en otros como las terrazas, los vermús, las fiestas de los pueblos, los Sanfermines… con la intención de ofrecer un buen trabajo y mejor servicio.

Un soplo de aire fresco que también llega a ANAPEH, que ha vestido la fachada con graffitis de copas, cervezas, cafés, pajitas y demás motivos propios de la actividad hostelera. Un esfuerzo por modernizar la asociación y adaptarse a los nuevos tiempos que también hacemos de puertas adentro, tal y como mostramos en la asamblea, con nuevos servicios como Diseño y Marketing y Bolsa de empleo. La confianza depositada por todos vosotros y vosotras en ANAPEH nos empuja a construir una asociación más fuerte.

Mª Ángeles Rodríguez
PRESIDENTA

Editoriala

UDA, AIRE FRESKOKO PUTZA

Uda iritsi da eta kaleetan murgiltzen gara eguraldi onaz eta Nafarroako ostalarien eskaintza aberatsez gozatzeko, atsegin guztietarako eskaintza. Zainzuriko Astea, mus txapelketaren hasiera bezalako erronkak atzean uzten ditugu...eta beste batzuetan barneratzen gara, esate baterako terrazak, bermutak, herrien jaiak, Sanferminak…lan ona eta zerbitzu hobea eskainzeko asmoarekin.

ANAPEH-ra ere aire freskoko putza iritsi da, bere aurrealdea kopa, garagardo, kafe, lastotxo eta jarduera ostalariaren berezko beste irudiekin jantzi du. Elkartea eguneratzeko eta era berrietara moldatzeko ahalegina, barnealdean ere nabari ahal den aldaketa, biltzarrean erakutsi genuen bezala, Diseinu eta Marketing eta Lan-Poltsa bezalako zerbitzu berriekin. Zuek guztiek ANAPEH-en ezarritako konfiantza elkarte sendoago bat eraikitzera bultzatzen gaitu.

ÍNDICE

Editorial	03
Asamblea anual y Homenaje asociados	04
Entrevista Antonio Fumanal - AMBAR	06
Tribuna	08
6ª Semana del Espárrago y el Rosado de Navarra	10
Homenaje a la cocina de la abuela	14
Nuevos Asociados	18
34º Campeonato Navarro de Mus	19
Formación	20
ANAPEH se pinta la cara	21
Clasificados	22
Protocolo de prevención y actuación ante la Violencia Sexista	24
La Receta	26

staff

Edita: Asociación Navarra de Pequeña Empresa de Hostelería (ANAPEH), C/Juan de Labrit, 27 bajo - 31001 Pamplona - Tfno.: 948 22 88 22 - Fax: 948 21 20 70 - e-mail: anapeh@anapeh.com - www.anapeh.com **Presidenta:** Mª Ángeles Rodríguez Reta. **Secretaria General:** Beatriz Huarte Cruz. **Fotografía:** Francis Vaquero, Ignacio Yoldi y cedidas. **Diseño, maquetación y redacción:** YC Estudio Creativo. **Colaboraciones:** Junta directiva de ANAPEH, Departamento Contable, Fiscal, Jurídico, Laboral, Servicios Generales y Promoción de ANAPEH. **Impresión:** Gráficas Larrad. **Distribución y envíos:** Mavipost. **Depósito legal:** NA-430-1982.

UN PASO **ADELANTE**

Una asociación que se mantiene en el número de socios, que pone en marcha nuevos servicios como Diseño y Marketing, Bolsa de empleo y consolida otros como servicios fiscales, laborales y contables. En definitiva, una asociación que camina hacia delante para afrontar los nuevos retos de la hostelería. ANAPEH celebró recientemente su asamblea anual.

El pasado 10 de abril se celebró en la sede de ANAPEH la Asamblea General Ordinaria de la entidad, que además de aprobar las cuentas del pasado y del presente año, sirve para mirarse en el espejo y ver qué imagen de asociación y de sector reflejan las cuentas y la opinión de las personas que acuden.

En este sentido, las cifras presentan una asociación que mantiene el número de socios e incrementa la demanda de servicios y pone en marcha otros nuevos para adecuarse a los nuevos tiempos. “Estamos muy satisfechos de ver que los establecimientos asociados llaman más a nuestra puerta para demandar servicios. La confianza depositada por los socios en ANAPEH contribuye a construir una asociación más fuerte y sólida con un asociado más fidelizado y comprometido”, explicó Mª Ángeles Rodríguez Presidenta de ANAPEH.

Por otra parte, la asamblea recogió, dentro del apartado de ruegos y preguntas, los temas que más preocupan a los profesionales del sector, como pueden ser la competencia desleal, el convenio de hostelería, el control del juego y venta de alcohol a menores y el plan de control tributario de la Hacienda Foral Navarra. Unas inquietudes que fueron recogidas con el objetivo de adecuar la línea de actuación de ANAPEH para resolverlas.

En este sentido, en la asamblea se dio a conocer el trabajo realizado en defensa del sector en los distintos foros y mesas de trabajo: Observatorio de Turismo, Agresiones sexistas en espacios de ocio nocturno y locales de hostelería, Amabilización, PEPRI, Despilfarro Alimentario, Competencia Desleal, Economía Colaborativa, Movilidad, Planes Estratégicos, Consejo de Turismo, Gastronomía, San Fermín…

Por último, desde la asociación recuerdan que ANAPEH somos todos y todas. “La asociación nació para unir fuerzas y para ofrecer un servicio útil para todo el sector de la hostelería. Por tanto recordamos que la asamblea anual está abierta a la participación de todos los establecimientos asociados. Queremos escuchar vuestras aportaciones, sugerencias, inquietudes… Os esperamos”.

ENHORABUENA

Presidida por la Presidenta de la Asociación, Mª Ángeles Rodríguez, la asamblea finalizó con el reconocimiento por parte de la Junta a las 6 empresas que este año cumplen 25 años de socios en ANAPEH: Bar Eder de Pamplona, Bar Restaurante Ostargi de Pamplona, Bar Sevilla de Mendigorría, Bar Restaurante Teresita de Carcastillo, Bar Avenida de Pamplona y Café Pastelería Marruzuri de Isaba. Nuestra enhorabuena por estos 25 años de pertenencia a ANAPEH, o lo que es lo mismo, 25 años trabajando en común por mejorar la salud del sector.

EN DETALLE

- **ACTOS PREVISTOS PARA 2019:** En la asamblea se anunciaron los actos a realizar este año como el 34º Campeonato Navarro de Mus, 6ª Semana del Espárrago y el Rosado de Navarra, 5ª Semana del Pimiento del Piquillo de Lodosa y Tinto D.O. Navarra, XVIII Semana del Pintxo de la Txantrea y III Concurso de Montadicos y Pulguicas con producto de Navarra Reyno Gourmet.

- **CIFRAS:** Se mantiene el mismo número de socios, si bien la cifra de negocios creció un 4,45%, una cifra superior al año anterior.

- **CONSOLIDACIÓN:** En 2018 creció la demanda de algunos servicios como la contratación de servicios fiscales, laborales y contables, una demanda que durante los últimos años sigue al alza y que supone su consolidación.

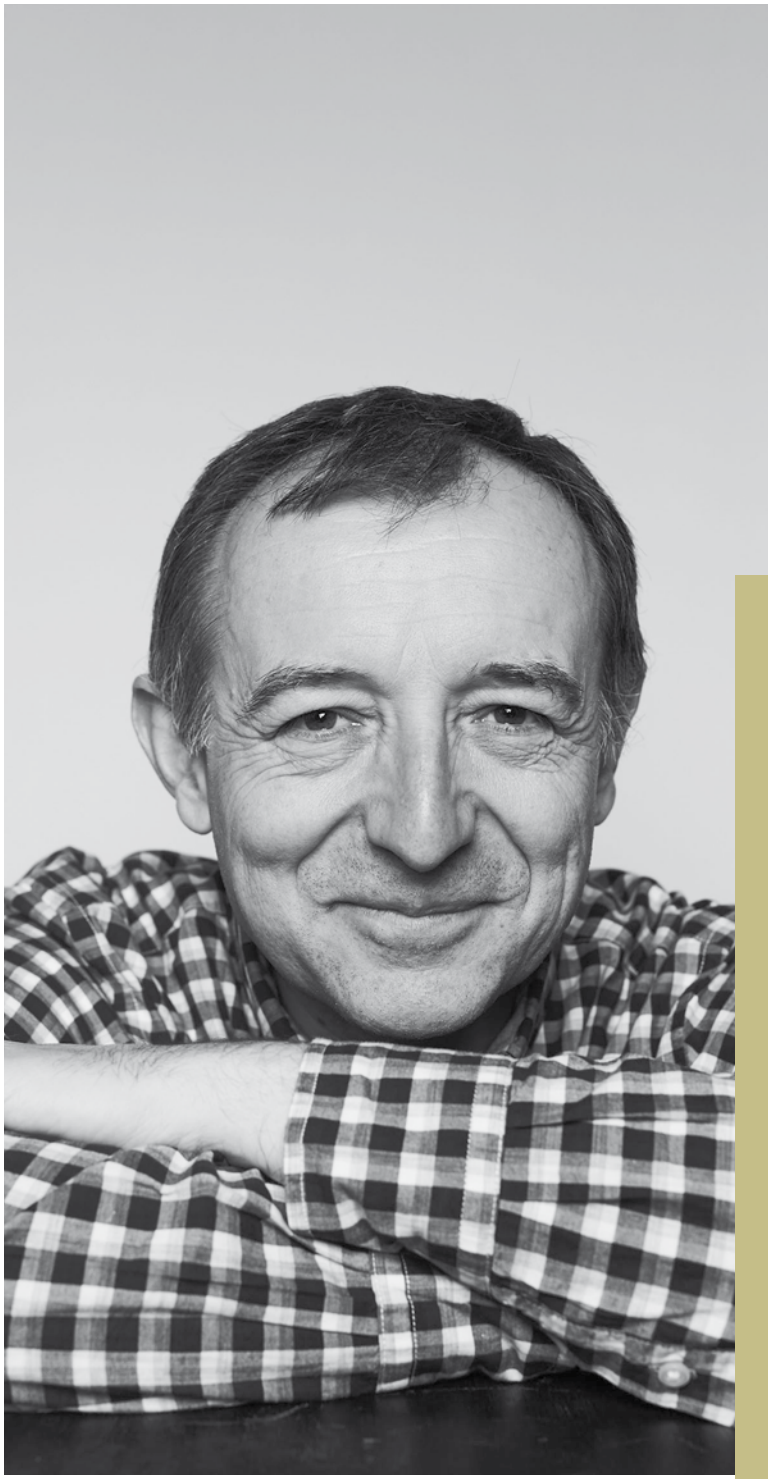
- **MÁS SERVICIOS:** El pasado año se han puesto en marcha nuevos servicios para el asociado: Diseño y Marketing, Bolsa de empleo y publicación de ofertas de trabajo en el Servicio Navarro de Empleo y Servicio de asesoramiento en la transmisión de las empresas.

- **CUENTAS APROBADAS:** Se aprobó el acta de la Asamblea anterior, las cuentas del ejercicio 2018 y la Memoria Anual de la asociación correspondiente también al ejercicio del 2018, así como los Presupuestos para el 2019.

ANTONIO FUMANAL
MAESTRO CERVECERO DE AMBAR

“EL ARTE DE HACER CERVEZA

Seguramente, el sueño de todo aquel a quien le guste la cerveza. Pero maestro cervecero es mucho más que un sueño, es “un trabajo complejo” que requiere “una mezcla de conocimientos y sensibilidades”. Nos lo cuenta Antonio Fumanal, maestro cervecero de AMBAR, marca con quien ANAPEH ha firmado un acuerdo de colaboración



¿Qué es exactamente un maestro cervecero?

Hay muchas maneras de interpretar nuestro oficio. Somos una mezcla de conocimientos y sensibilidades. Surgimos de la necesidad de alimentar a los primitivos clanes con materias primas tan sencillas y duraderas como son los cereales. Somos cocineros que evolucionamos para trabajar con pucheros de tamaños enormes. Abarcamos desde el campo hasta el vaso, un trabajo complejo a la vez que placentero. Disfrutamos haciendo cerveza y aprendiendo de como la naturaleza nos va mostrando sus secretos en el camino.

¿Qué estudios necesita un maestro cervecero?

Estudiamos la naturaleza, buscamos sus secretos y sus leyes para guiar la transformación de nuestras materias primas. A este camino se puede llegar prácticamente desde cualquier ciencia, en mi caso desde la química. Otras puertas, son la biología o la agronomía, al final nuestro oficio exige meter la cabeza en todas ellas.

La cerveza...
¿ha cambiado con el paso de los años?

Mucho más de lo que nuestra memoria es capaz de asimilar. Lo que hoy llamamos “cerveza de toda la vida” tiene poco más de 100 de años. Parte de lo que hoy nos sorprende como novedades son recetas inspiradas en estilos que tuvieron su momento de gloria siglos atrás. Lo que caracteriza al mundo moderno es su capacidad de adaptación y su necesidad de estar constantemente probando cosas nuevas.

¿Cuáles son las claves de la cerveza perfecta?

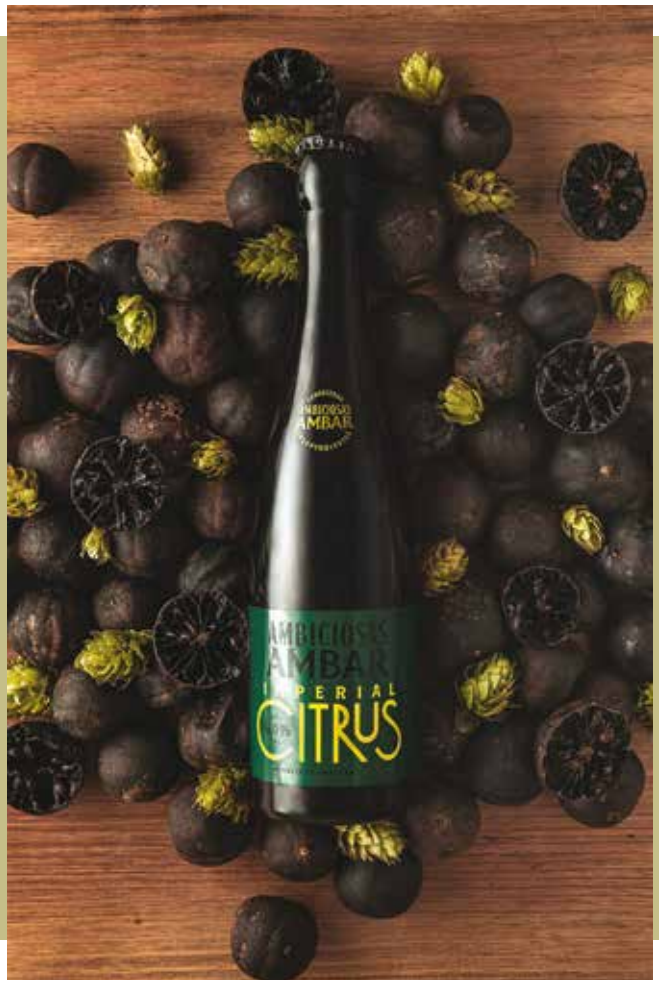
La respuesta sería la misma si me preguntaras por una pieza musical: Armonía. Esa característica casi imposible de definir que implica sosiego, curiosidad y ganas de que la experiencia se alargue en el tiempo siempre un poco más.

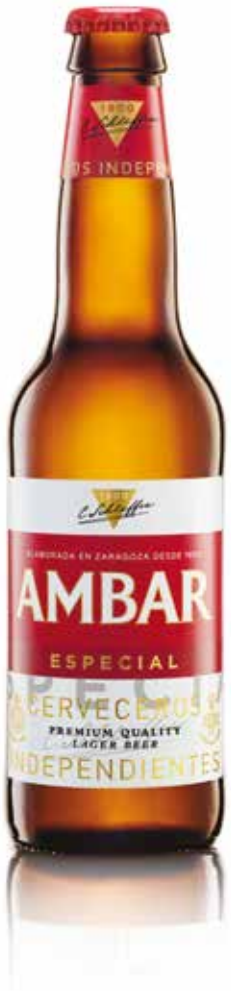
¿Y las claves de servir la cerveza perfecta?

Se trata de preparar la cerveza para que ya el primer sorbo sea exquisito, y así hasta el final. La capa de espuma superior debe llegar al paladar como señal de bienvenida, su cremosidad avisa y prepara, reduce suavemente la temperatura de la boca, aporta las primeras notas de suave acidez para que las papilas no se asusten a la vez que su amargor, también diluido entre las burbujas, anticipa la experiencia del líquido para que no haya estridencias.

¿Y a qué temperatura?

Las cervezas más expresivas suelen necesitar temperaturas de servicio algo superiores. Probablemente desde que disponemos de sistema de frío asequible, los cerveceros nos hemos escorado hacia cervezas que agradecen ser tomadas muy frías. La sensación de una cerveza fresca entrando en la boca cuando hace calor es ya parte de nuestros placeres memorables. Y la cerveza trata de eso, de disfrutar.





Una cerveza fresca cuando hace calor es ya parte de nuestros placeres. Y la cerveza trata de eso, de disfrutar.

EL MARIDAJE NO ES EXCLUSIVO DEL VINO

¿Qué tipos de cerveza fabrica AMBAR?

Elaboramos casi cualquier estilo que tenga interés para la cultura cervecera, alta y baja temperatura, cervezas pálidas y oscuras, con fuerte o suave presencia del carácter del lúpulo. También ampliamos los matices con ingredientes olvidados o novedosos.

¿En qué se caracteriza la cerveza AMBAR?

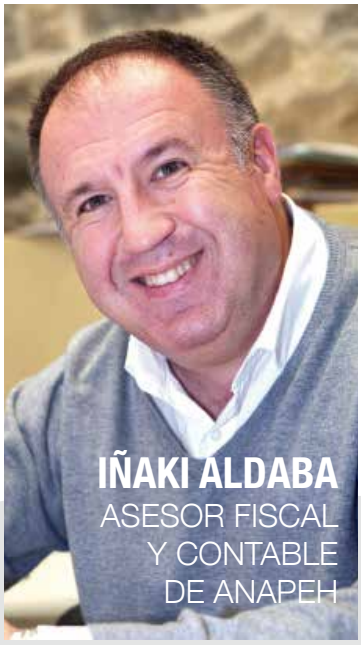
AMBAR es una cerveza que se caracteriza por la búsqueda del equilibrio por todos lados. Su receta busca armonizar con muchos momentos de la vida y con la gastronomía que la acompaña.

¿Cuál es el secreto de su cerveza?

Probablemente el secreto sea nuestra obsesión por el "bienestar" de las levaduras. Un antiguo dicho de nuestro gremio establece que los cerveceros hacemos mosto pero que es la levadura quien produce la cerveza.

¿Con qué productos navarros puede maridar una AMBAR?

Desde la huerta hasta los rebaños, siempre es posible encontrar una buena cerveza que acompañe el modo de comer navarro. Por mencionar dos de mis favoritos, de apariencia y cocina simple pero ambos memorables: un montadico de tortilla de chistorra acompañado por una AMBAR o un calderete de cordero bien regado con una AMBAR EXPORT.



IÑAKI ALDABA
ASESOR FISCAL
Y CONTABLE
DE ANAPEH

CIERRE DE LA CAMPAÑA DE LA RENTA 2018 EN ANAPEH

Otro año más, coincidiendo con la temporada del espárrago, termina la denominada "Campaña de la Renta" del año 2018.

Desde el departamento fiscal, como el año pasado, hemos ayudado a elaborar la Declaración de la Renta a un buen número de empresas asociadas.

La frase más generalizada ha sido "cada vez desgravan menos cosas".

Nos ha tocado explicar que las viviendas que se han adquirido en 2018 ya no desgravan. Los que viven de alquiler sí que han podido descontarse un 15% de las rentas satisfechas.

También nos hemos encontrado con rehabilitaciones de vivienda iniciadas en 2018 que ya no desgravan. Sin embargo, las subvenciones percibidas sí se han tenido que declarar.

Hemos tenido varios casos de rescates de seguros de vida con derecho a una fiscalidad más favorable en Navarra pero que no estaban bien informados por algunas Compañías de Seguros. Entiendo que los asegurados navarros somos poco representativos y quedamos lejos de Madrid.

También nos han tocado más operaciones de ventas de inmuebles y negocios que otros años. Esta vez con los tipos entre el 20% y el 26%.

Los dueños de viviendas en alquiler se han encontrado con que este año han perdido el descuento del 40%. En algún caso ha supuesto un incremento importante en el resultado de la renta.

Algún divorcio y liquidación de herencia ha venido acompañado de su disgusto fiscal.

En el mundo de la bolsa, en general, la cosa no ha pintado bien. Al menos pueden compensar las pérdidas con parte de los dividendos y ganancias futuras.

A los que estrenan jubilación les ha tocado pagar más de lo esperado. Hay que subirse las retenciones que luego nos toca pagar cuando estamos pensando en viajar a la costa.

Para quienes han creado empleo fijo ha sido una campaña triste ya que no se han podido beneficiar de deducción alguna al incrementarse la deducibilidad a salarios que superen dos veces y media el Salario Mínimo Interprofesional.

En resumen, podemos decir que, en general, la campaña ha terminado en ANAPEH sin grandes sobresaltos fiscales.

CONORTE
COMERCIAL NORTE S.A.
Vocación de Servicio

35 años

Este año tenemos mucho que celebrar... ¡35 años juntos! ¡Brindemos por ello y por nuestras Fiestas de Sanfermín!

San Miguel
Cervezas Alhambra
Kronenbourg 1664
San Miguel Magna
Carlsberg Group
Font Vella el agua ligera
Solán de Cabras
Lanjarón
evian
Cafés la Brasileña
Ameztoi
Viña Salceda
Perelada & Chivite Family Wineries Since 1497
Marqués de Cáceres
Rioja Bordón
Marques de Vargas
Arínzano
Champagne Taittinger
Champagne Bollinger
Champagne Ayala
granini
Red Bull
Ron Barceló Ron Dominicano
1884 Yzaguirre Vermouth
Master's Selection London Dry Gin
Hendrick's Gin
Jack Daniel's Old No. 7
Moskovskaya Vodka
Glenfiddich
Fireball Whisky
Campos de Deibes
El Figón de la Abuela

POLÍGONO INDUSTRIAL BARAÑAIN
C/B - nº 29, 30, 31, 32.
31010 BARAÑAIN. NAVARRA
T: 948 18 12 36 | Fax: 948 18 12 35
www.conorte5.com | www.facebook.com/Conorte 5

EL ESPÁRRAGO ENTRA EN LA OFICINA

El Espárrago de Navarra ha dejado por un momento la barra de los bares y ha entrado en la oficina de turismo durante esta VI Semana del Espárrago y el Rosado de Navarra, a través de una degustación gratuita que trataba de acercar este manjar a aquellos turistas que se acercaban a pedir información.

Los turistas que se acercaban a la Oficina de Turismo de Pamplona durante la reciente Semana del Espárrago y Rosado de Navarra no solo salían con folletos de las mejores vistas de la ciudad o los parajes más bonitos de Navarra. Salían con uno de los manjares de nuestra gastronomía en la boca, el Espárrago de Navarra. En concreto, con un carpaccio de espárragos.

Una degustación gratuita que se acompañaba con un Rosado D.O. Navarra y que ofrecía al turista la posibilidad de catar uno de los atractivos de nuestro turismo y de conocer esta semana gastronómica. Porque más de uno iba directo de la oficina de turismo al bar más cercano a seguir con esta particular cata.

Una iniciativa que, además, se complementaba con un taller de pelado de espárragos, que servía para dar a conocer la forma de preparar este manjar y animar a los turistas a pasar por alguna de nuestras tiendas o mercados para llevarse un manojo.

Esta no era la única novedad de esta semana gastronómica, que invitaba a los turistas que acudían a los establecimientos participantes a hacerse una fotografía y subirla a las redes, nombrando a ANAPEH. De esta forma entraban en el sorteo de un lote de espárragos que se enviará a su domicilio, independientemente del lugar de procedencia. Además, el premio era mayor, un lote de Espárrago de Navarra, si etiquetaban a un amigo y le animaban a acudir a Pamplona. Si el amigo viene, ANAPEH le invita a cenar en uno de los establecimientos participantes.

NAVARRA WINE LOVERS

Tu propio estilo de vino

Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

UNIÓN EUROPEA

VINOS D.O. NAVARRA

El Espárrago siempre deja espacio para la sorpresa. Así se pudo comprobar en la VI Semana del Espárrago y el Rosado de Navarra, que ofreció gratas sorpresas como el Espárrago cocinado a baja temperatura de Donamariako Benta o la receta sin gluten del Bar Galar de Pamplona, ganadores del certamen.

EL ESPÁRRAGO SIEMPRE TE SORPRENDE

Lo de Pedro Alonso, cocinero del Bar Galar, fue una sabrosa intuición: “No puedo comer gluten, así que quise preparar una receta de espárrago para todos”. Una receta que sorprendió a quienes acudieron a este bar de Azpilagaña con motivo de la 6º edición de la Semana del Espárrago y el Rosado D. O. Navarra y que se ha hecho con el primer premio del certamen en la categoría de Bar, acompañado de un diploma y un vale de 100 € en productos ecológicos de Navarra otorgado por CPAEN/NNPEK.

La propuesta de las hermanas Lorea y Haizea Luzuriaga, de Donamariako Benta, también llamó la atención a clientes y jurado, apostando por un espárrago cocinado a baja temperatura y acompañado de otros productos de temporada, requisito indispensable de su cocina. Una propuesta ganadora del primer premio del certamen en la categoría de Restaurante, reconocida con un diploma y 100 € en productos ecológicos de Navarra.

Dos agradables sorpresas para el paladar que demuestran, a juicio de ANAPEH, que “el espárrago es uno de los productos más ricos de nuestra gastronomía y que da pie a todo tipo de recetas y de platos, más aún cuando se combinan con el Rosado D.O. Navarra. Y la prueba la tenemos en esta Semana del Espárrago, que nunca deja de sorprendernos”.

Una opinión que compartía el jurado, compuesto por miembros de la Academia Navarra de la Gastronomía, que han destacado “el alto nivel de los 18 establecimientos participantes, el tino para establecer los maridajes y la imaginación puesta al servicio del espárrago fresco”.

La entrega de premios, que tuvo lugar en el Chez Belagua, terminó con un taller de pelado y degustación de carpaccio de espárrago, a cargo de Koxko Goñi hostelero y vocal de la Junta Directiva de ANAPEH.

VINOS D.O. NAVARRA
Reyno Gourmet
EN ESPÁRRAGO DE NAVARRA
cooperativahosteleria
CAJA RURAL DE NAVARRA
Diario de Noticias 125

LOS PREMIOS

DONAMARIAKO BENTA: "El espárrago es un producto maravilloso y buscamos sabores que lo resalten"

Primer premio en la categoría de Restaurante con un espárrago natural a baja temperatura con queso mozzarella en forma de perla y adornado con coral de remolacha en forma de peineta y todo ello acompañado de aceite de oliva y una vinagreta de espinaca. El vino elegido para el maridaje fue un Aroa Larrosa 2018.

GALAR DE PAMPLONA: "No puedo comer gluten, así que hice un espárrago para todos"

Primer Premio en la categoría de Bar con un canelón de arroz relleno de espárragos cocinados a baja temperatura y jamón ibérico cubierto con una Velouté de su propio jugo gratinado con queso de aromas Edam. El vino seleccionado para la ocasión, un Aroa Larrosa 2018.

LOS ACCÉSIT

Obtuvo un accésit en la categoría de Restaurante el Ayestarán de Lekunberri con un canelón verde elaborado con hoja de berza cocida, relleno de espárragos naturales y langostinos, sobre fondo de espárrago blanco y acompañado de un Viña Zorzal Rosado 2018.

El accésit en la categoría de Bar fue para el Kantxa de Pamplona, con un pan tostado con yemas, espárrago de Navarra, algas, salmón ahumado con crema de trufa y alioli, todo ello regado con un Príncipe de Viana Rosado Garnacha 2018.

Premiados, participantes, patrocinadores y colaboradores

GRACIAS...

ANAPEH, organizador de la Semana del Espárrago y el Rosado D.O. Navarra, agradece a los patrocinadores que le han acompañado en esta nueva edición, el Consejo Regulador D. O. Navarra y Reyno Gourmet-Espárrago de Navarra, además de agradecer la colaboración de la Academia Gastronomía Navarra, del Consejo de Producción Agraria Ecológica de Navarra CPAEN/NNPEK, Ambar Cerveceros Independientes, Cooperativa de Hostelería, Diario de Noticias, Caja Rural de Navarra, Gobierno de Navarra, Turismo de Navarra, Turismo de Pamplona y Ayuntamiento de Pamplona.

Nafarroako Gobernua Gobierno de Navarra
Ayuntamiento de Pamplona Iruñeko Udala www.pamplona.es
AMBAR CERVECEROS INDEPENDIENTES
Reyno de Navarra Nafarroa www.turismo.navarra.es
PAMPLONA IRUÑA www.pamplona.es/turismo
Academia Navarra de Gastronomía
eko-logikoak

RESTAURANTE CHEZ BELAGUA PAMPLONA

Brasas en el centro de la ciudad

Cuando Juan Carlos Oroz, su tío y su hermana pensaron en abrir un nuevo local de hostelería en el centro de Pamplona lo tenían claro: brasa. Han pasado 9 años y siguen "fieles a la idea inicial", ofrecer cocina tradicional y sencilla en el centro a todo tipo de clientes… y nada más tradicional que la chuleta.

¿Cómo definiría Chez Belagua?

Es un concepto integral de cocina honesta, sencilla, de producto y que intenta buscar la aceptación de todos los clientes, tanto los de casa como los visitantes que buscan algo tradicional en el centro de Pamplona.

¿Cómo nació?

La idea fue desde el principio clara, mi tío tiene un asador en la Rochapea y es un enamorado de la carne. Vimos un hueco a cubrir en las opciones que hace 9 años había en el centro: la chuleta, la sidra de barril, los vinos… no hubo ninguna duda. Y al estar en la Estafeta tenía que ir acompañado de un bar, pintxos, raciones… y como el local era grande lo permitía.

Forman parte de la Cocina de la Abuela de ANAPEH

Cuando ANAPEH nos propuso la idea vimos que encajaba con nuestra filosofía de cocina sencilla y bien elaborada, no teníamos que hacer nada distinto a lo que hacemos, porque lo que marcaba la cocina de nuestros abuelos ha sido el puchero, la brasa…

Y nada más tradicional que la brasa…

Lo que la gente quiere comer principalmente es la carne de vacuno, que la trasladamos a la barra con el pintxo de chuletón. Pero también tenemos bacalao, que también llevamos a la barra… La idea es relacionar las dos partes del local.

Chuleta, pintxos… ¿y algo más?

Intentamos cubrir el mayor número de clientela porque tenemos gente para todo, desde peregrinos que quieren comer caliente a las cinco de la tarde, hasta quien prefiere comer unos huevos con chistorra a las nueve de la mañana. Tenemos un menú de sidrería y pintxos de producto basados en el concepto del restaurante, pero también una carta tradicional, menús del día más funcionales al mediodía y raciones abundantes. Y todo gira en torno a una cocina sencilla, tradicional, auténtica.

¿A quién animaría a venir al Chez Belagua?

A todo aquel que busque cocina tradicional basada en el producto y cocinada como lo hacían nuestras abuelas, de forma sencilla pero con cariño…una cocina que nunca cansa, que no satura.

HOTEL RESTAURANTE EKAI ECAY DE LÓNGUIDA

Vuelta a los orígenes

De su madre Alicia han heredado recetas como los menudos de cordero, las patas de cerdo, el ajoarriero o la tarta de manzana, a las que han añadido platos tradicionales como la costrada de Aoiz. El resultado se puede encontrar en la carta y menú del Ekai, un hotel restaurante situado en Ecay de Lónguida donde podemos encontrar a Jesús María Rebollo (Txutxin), su hermano Jose Luis y su cuñada Isabel Leache

Txutxin, lo suyo viene de tradición familiar

Empezamos en el 78 en un pequeño bar que abrieron mis padres Luis y Alicia con cocina tradicional. En el 96, cuando tomamos las riendas del bar, hicimos el hotel y el restaurante. De ellos hemos heredado nuestra forma de trabajar y el tipo de cocina tradicional, la de toda la vida, con recetas de siempre pero sin perder la vista en el futuro.

¿Qué recetas ha recuperado de su madre?

Mi madre era una buena cocinera y de ella heredamos los platos tradicionales, las casquería, el ajoarriero, los postres caseros… y le añadimos la sabiduría de Isabel con otros platos y postres, como la costrada de Aoiz.

¿Cuál es el truco de la costrada?

Es un postre típico de la zona que se hace con yemas, manteca de cerdo, harina y lleva crema pastelera. Tiene una gran aceptación, como el resto de postres caseros: torrijas, canutillos…

¿Se está volviendo a la cocina de antes?

La cocina de antes todavía tiene muchas salidas y a mucha gente le gusta ir a comer unos menudicos, callos, huevos con jamón. Hay una vuelta a los orígenes porque a veces se pierden un poco los sabores originales, y por eso hay una vuelta a la cocina tradicional sin complicaciones y con un buen producto.

Y para cocina de toda la vida, el Ekai

Animamos a quienes quieran pasar una velada con cocina tradicional a acercarse al restaurante Ekai, un sitio agradable cerca de Aoiz, de puntos turísticos como la foz de Lumbier o Irati, con un jardín para que jueguen los niños y con facilidad para aparcar.

Sektorearen ordezkaritza
Zerbitzu laborala
Kontabilitatea eta fiskala
Juridikoa
Diseñua & Marketing
Jarduerak eta ekitaldiak
Formakuntza
ANAPEH
Gure zerbitzuak

OHI DENA EDATEA GEHIEGI IZAN DAITEKE
Ezagutzen dituzu zure mugak?
BEBER LO NORMAL PUEDE SER DEMASIADO
¿Conoces tus límites?
www.ohidenaedatea.nafarroa.eus
www.beberlonormal.navarra.es
Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

EDARI UNITATEAK (EU) / UNIDADES DE BEBIDA (UBE)

URA / FRESKAGARRIA AGUA / REFRESCO	BASOKADA BAT ARDO VASO DE VINO	KAINA BAT GARAGARDO CAÑA DE CERVEZA	GARAGARDO HERENA TERCIO DE CERVEZA	KREMA / LIKOREA CREMA / LICOR	RONA / VODKA GINEBRA... RON / VODKA GINEBRA...
0 *eu-ube*	1 *eu-ube*	1 *eu-ube*	1,5 *eu-ube*	2 *eu-ube*	2 *eu-ube*

ZURE OSASUNERAKO EZ GAINDITU / PARA TU SALUD NO SOBREPASAR

4 *eu-ube*..... *Egunero / Todos los días*.....2 *eu-ube*

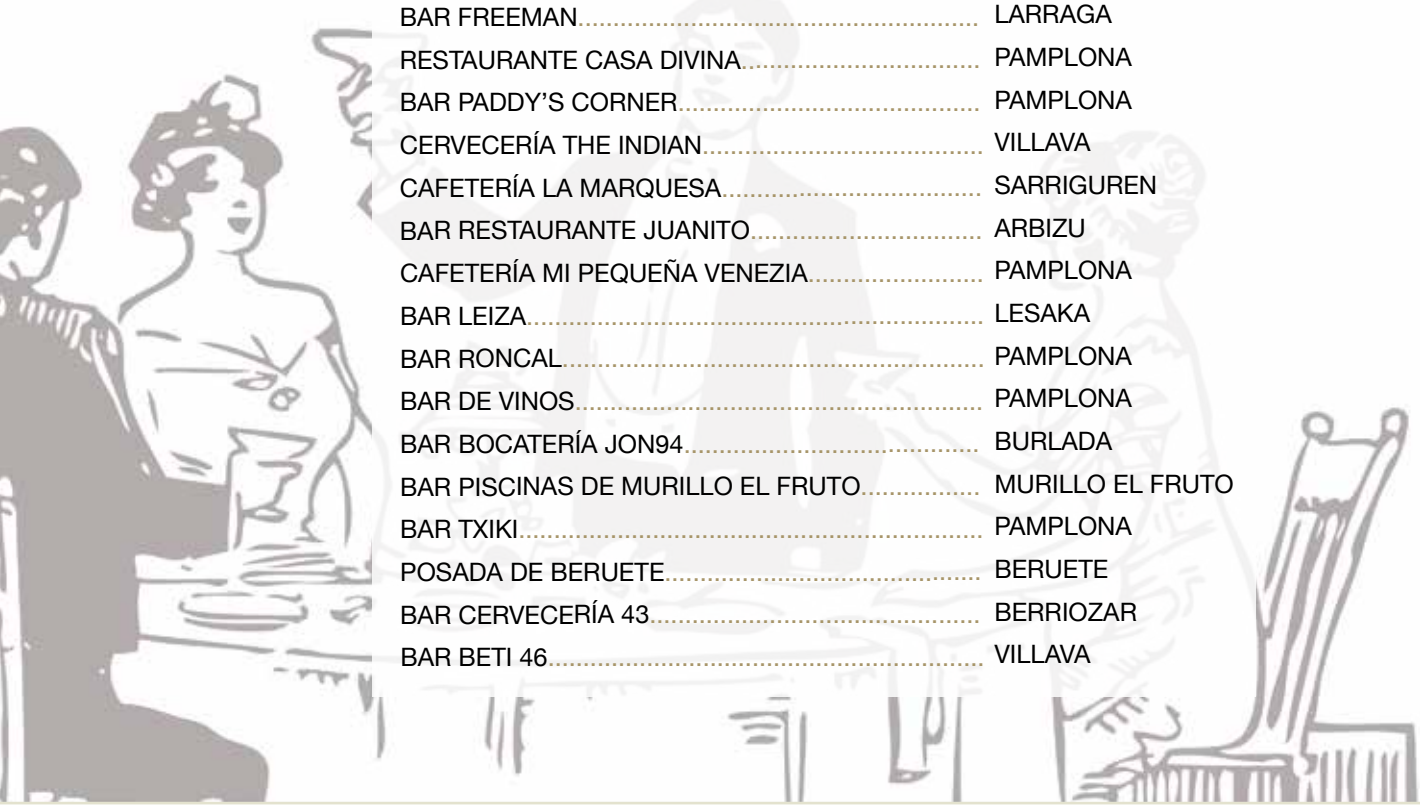
6 *eu-ube*..... *Egun jaikinetan / Días puntuales*.....4 *eu-ube*

ALKOHOLIK GABEKO BESTA, AUKERA HOBERIK EZ DA!
DISFRUTAR LA FIESTA SIN ALCOHOL ES UNA BUENA OPCIÓN

www.ohidenaedatea.nafarroa.eus
www.beberlonormal.navarra.es

Nafarroako Gobernua Gobierno de Navarra

Nuevos ASOCIADOS



ESTABLECIMIENTO	POBLACIÓN
BAR OTAMENDI	PAMPLONA
ALBERGUE LA BIZKAIA	AIBAR
BAR LORE BERRI	PAMPLONA
BAR SOCIEDAD SAN CRISTOBAL	BERRIOZAR
BAR FREEMAN	LARRAGA
RESTAURANTE CASA DIVINA	PAMPLONA
BAR PADDY'S CORNER	PAMPLONA
CERVECERÍA THE INDIAN	VILLAVA
CAFETERÍA LA MARQUESA	SARRIGUREN
BAR RESTAURANTE JUANITO	ARBIZU
CAFETERÍA MI PEQUEÑA VENEZIA	PAMPLONA
BAR LEIZA	LESAKA
BAR RONCAL	PAMPLONA
BAR DE VINOS	PAMPLONA
BAR BOCATERÍA JON94	BURLADA
BAR PISCINAS DE MURILLO EL FRUTO	MURILLO EL FRUTO
BAR TXIKI	PAMPLONA
POSADA DE BERUETE	BERUETE
BAR CERVECERÍA 43	BERRIOZAR
BAR BETI 46	VILLAVA

34º CAMPEONATO NAVARRO DE MUS
NAFARROAKO MUS TXAPELKETA

EL TORNEO DE MUS ESTÁ QUE ARDE

Anota la fecha: 26 de octubre, Hotel Andia. Es la final del 34º Campeonato Navarro de Mus, que reunirá a todas aquellas parejas que van ganando los pequeños torneos celebrados en sus bares habituales. El pasado año, los ganadores se llevaron 15.000 euros. Hasta el momento, 40 parejas ya se han clasificado. Y tú… ¿te lo vas a perder?

El torneo de mus está que arde. El nuevo formato ya está calando tanto en los nuevos jugadores como en los habituales. Un formato que se adapta a los nuevos tiempos, conservando esos pequeños torneos en los bares del barrio, pero añadiendo la emoción de una gran final con premios suculentos.

Unos premios que dependen directamente de la cantidad de parejas que acceden a la gran final y que este año llegarán a más participantes. Porque en este 34 Campeonato Navarro de Mus no hace falta ganar para llevarse un buen pellizco: las 20 primeras parejas clasificadas tendrán un premio económico y hasta el puesto 40 habrá obsequios y regalos.

En esta ocasión, el campeonato final se celebrará después del verano y tendrá lugar el 26 de octubre en el Hotel Andia de Orkoien, reuniendo en una jornada maratoniana a un máximo de 120 parejas. Hasta el momento, 40 parejas ya se han clasificado al ganar un torneo clasificatorio en uno de los bares asociados de ANAPEH. Todavía estas a tiempo de participar en alguno de los torneos que se están celebrando y… si la fortuna no acompaña, puedes adquirir tu “pasaporte” a esta gran fiesta del mus por 150 euros/pareja. Lo dicho… ¿Te lo vas a perder?

COLABORADORES

Organizado por ANAPEH, el torneo cuenta con el patrocinio de Ambar Cerveceros Independientes, Cooperativa de Hostelería de Navarra, Diario de Noticias y Caja Rural de Navarra, además de la colaboración del Hotel Andia de Orkoien, Asociación Navarra de Mus y Asociación Madrileña de Mus, encargados de toda la organización técnica del torneo.

PRÓXIMOS CURSOS DE FORMACIÓN

Preparamos nuevos cursos para los meses de octubre y noviembre

Os informaremos de las fechas en la próxima revista de otoño

1. Formación en Alérgenos

Conocer los requisitos que hay que cumplir por la presencia de alérgenos y sustancias productoras de intolerancia en los alimentos que se manipulan en los negocios de hostelería.

2. Cursos Carnet de Manipulador de Alimentos

Certificado que te acredita como manipulador de alimentos, formación que es obligatoria para trabajar en un establecimiento de hostelería.

3. Catas de vinos y diferentes maridajes, en colaboración con Vinos Navarra

Lo importante para ser un buen hostelero es conocer las condiciones de conservación y servicio para un correcto consumo del vino, correcto maridaje de los caldos con las diferentes comidas y los beneficios de consumo del vino.

4. Cocina

Elaboración de diferentes propuestas gastronómicas tanto en la versión para restaurante como para barra de bar, a partir de los productos de temporada que ofrece la gastronomía navarra.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

948 22 88 22 | anapeh@anapeh.com

ANAPEH SE PINTA LA CARA

Quienes caminen por la cuesta de Labrit y se acerquen a ANAPEH se van a encontrar con una sorpresa. La Asociación viste su fachada con unos graffitis de copas, cervezas, cafés, pajitas y demás motivos propios de la actividad hostelera, con los que moderniza su imagen.

Un paso más en la continua labor de ANAPEH para adecuar no sólo los servicios que ofrece a los nuevos tiempos sino también su imagen. Primero fue el logo, que cambió para adaptarse a los nuevos tiempos, simplificando sus trazos y tomando unos nuevos aires más modernos. Y ahora es la fachada de la sede, decorando las persianas que la cierran con unos grafitis con tonos rojizos y morados que muestran una enorme taza de café, unas copas, una desbordada jarra de cerveza y otros motivos como una cucharilla y una pajita.

Además de modernizar la sede, de esta forma la asociación es mucho más visible para quien todavía no la conoce, ya que con solo echar un vistazo ya se adivina que tipo de actividad se lleva a cabo en su interior.

Desde ANAPEH, solo queda invitar a quienes todavía no han visto esta novedosa decoración a que se acerquen a nuestra sede.

OFERTAS DE NEGOCIO

PAMPLONA

- Se traspasa negocio de hostelería situado en el II Ensanche (30 m²). Actualmente en funcionamiento. Clientela fija. Informes en ANAPEH.
- Se vende bar en barrio de la Rotxapea, esquina a dos calles. Buenas vistas. Por motivos de jubilación. Posibilidad de terraza. Informes en teléfono 686 36 32 16 / 966 44 68 17.
- Se traspasa bar especial en San Juan. Informes en teléfono 620 95 23 99.
- Se traspasa bar en San Juan. Informes en teléfono 649 93 23 02.
- Se alquila local acondicionado como bar, sin traspaso. Necesita reforma (180 m² y 60 m² de entreplanta). Junto a multicines Olite. Precio alquiler en función de proyecto de reforma incluso carencia de renta. Informes en teléfono 674 35 37 01.
- Se traspasa o alquila bar con licencia de bar especial en Travesía Bayona. Informes en ANAPEH.
- Se vende bar restaurante en Mendillorri. Local de 127 m² y 10 m² de cocina. Posibilidad de terraza. Informes en ANAPEH.
- Se vende bar restaurante en Casco Viejo. En funcionamiento. Recién reformado y rehabilitado.125 m². Informes en teléfono 651 95 94 58.
- Se vende bar de 30 m² con 16 m² de bajera. Terraza. Zona de Orvina. Informes en ANAPEH.
- Se traspasa por jubilación bar en Casco Viejo. Informes en ANAPEH y teléfono 948 14 62 61.
- Se traspasa local de 100 m² con licencia de bar especial en San Juan. Informes en teléfono 610 98 71 17.
- Se vende bar cafetería con cocina en la calle Ustarroz, 115 m². Enfrente del Centro de Salud de la Rochapea. Licencia de bar especial. Informes en teléfono 615 86 22 46.
- Se alquila bar en Iturrama. Informes en ANAPEH.
- Se vende por jubilación bar restaurante en Mendillorri con 85 m² y 2 trasteros de almacén. Informes en teléfono 601 36 11 46.
- Se alquila o vende pensión en el centro de Pamplona. 6 habitaciones con baño, nueva construcción. Negocio muy rentable. Informes en teléfono 652 45 71 68 / 948 57 06 97.
- Se alquila o vende bar en la Rochapea, 105 m². Informes en teléfono 646 80 11 01.
- Se alquila o vende bar en Casco Antiguo. Con cocina, 105 m². Informes en ANAPEH.
- Se traspasa cafetería – panadería – bar en funcionamiento en Segundo Ensanche. Excelente ubicación. Amplio local y terraza, bien equipado y decorado. Informes en teléfono 984 33 35 55.
- Se alquila bar con cocina en Casco Antiguo. Informes en ANAPEH.
- Se vende café bar con máquina de apuestas del estado por jubilación. 65 m² con cocina y almacén de 30 m². Informes en teléfono 606 29 91 24.
- Se vende bar en la Txantrea por jubilación. Local reformado y actualizado. Precio a convenir. Informes en 603 37 31 57.
- Se vende bar Angel de la Txantrea. Frente al ambulatorio e ikastola. Informes en ANAPEH.
- Se traspasa bar-cafetería con cocina en Mendebaldea. 85 m². Informes en teléfono 690 74 18 25.
- Se alquila mítico bar restaurante en el Casco Viejo. En total funcionamiento. 240 m². Informes en teléfono 606 38 46 57.
- Se vende local en la calle Nueva de 360 m² con posibilidad de licencia de hostelería. Informes en teléfono 620 22 84 64.
- Se ofrece local ideal para hostelería en el barrio de San Jorge. Ideal para poner terraza cubierta. Aprox. 130 m². Informes en teléfono 650 22 41 57.
- Se vende local comercial en calle Nueva, posibilidad hostelería. Informes en teléfono 619 53 16 91.
- Se alquilan dos locales comerciales frente a la entrada principal de la UPNA de 74 y 150 m². Ideal para negocio de hostelería. Informes en teléfono 618 22 34 61.

ANSOÁIN / ANTSOAIN

- Se vende bar restaurante. Actualmente en funcionamiento. Construcción en el año 2004. 400m² planta. ¡¡¡Oportunidad!!! Informes en ANAPEH.

AOIZ

- Se vende o alquila bar restaurante en Aoiz a pleno rendimiento y con beneficios demostrables. Informes en ANAPEH.

ARBIZU

- Se vende sidrería con vivienda y huerta. En funcionamiento. Informes en teléfono 948 46 04 04.

BARAÑÁIN

- Se vende bar. 85 m². Informes en ANAPEH.

BERA

- Se vende o alquila negocio de hostelería. Por motivo de jubilación. Informes en ANAPEH.
- Se vende vivienda con licencias de Casa Rural. Actualmente funcionando. Situada a 200 m. de Bera. La casa tiene de antigüedad 10 años. 3 plantas de vivienda y 1.650 m de terreno totalmente cercado. Informes en teléfono 948 63 11 37.
- Se vende o alquila bar restaurante en Bera, actualmente en funcionamiento. Informes en teléfono 685 75 29 32.
- Por jubilación se alquila bar en Bera. Negocio familiar. Informes en ANAPEH.

BURLADA

- Se vende bar con cocina en Burlada. 90 m² más almacén y sobrepiso. Informes en teléfono 671 13 22 21.

COMARCA DE PAMPLONA

- Se vende bar restaurante en polígono industrial. Dos plantas más almacén. Informes en teléfono 636 50 99 89.
- Se vende bajera con salida de humos para hostelería. En la entrada del Camino de Santiago en Villava. Informes en teléfono 687 81 18 30.
- Se vende casa rural muy cerca de Pamplona, en el Valle de Aranguren. Información personal en el teléfono 688 34 41 38.
- Se vende o alquila bar en Berriozar. Informes en ANAPEH.
- Se vende bar, 180 m², actualmente en funcionamiento. Buena clientela. Cocina con menú del día, platos combinados durante toda la semana. Terraza. Informes en ANAPEH.

ELIZONDO

- Se vende bar restaurante con vivienda en Elizondo. Lugar de gran atractivo turístico. Informes en ANAPEH.

GORRITI

- Se alquila bar restaurante en el pueblo de Gorriti. Informes en teléfono 679 55 44 98.

HUARTE

- Se alquila cafetería en Huarte lista para funcionar. Informes en ANAPEH.

IGANTZI

- Se alquila bar restaurante. Terraza exterior privada 200 m². En el centro del pueblo. A 10 m. del frontón y 20 m. de las piscinas. A media hora de San Sebastián. Informes en teléfono 948 63 74 27.

LEKUNBERRI

- Se vende o alquila negocio de hostelería, bar restaurante en Lekunberri, por no poder atender. Informes en teléfono 658 74 45 90.

LOS ARCOS

- Se vende bar restaurante en Los Arcos, céntrico, Camino de Santiago y cerca del Circuito de Navarra. En activo, 500 m². Informes en teléfono 948 64 00 81 / 617 26 31 13 / 650 71 46 85.

NOÁIN

- Se vende cafetería 115 m², reformada en el año 2006, equipada con cocina completa con horno rational y terraza. Informes en teléfono 656 27 83 12.

PUENTE LA REINA

- Se vende negocio de hostelería, bar restaurante, céntrico. 180 m² de planta y 115 m² de sótano. Informes en teléfono 948 24 51 19.

RIBERA DE NAVARRA

- Se vende bar muy conocido en Tudela, por no poder atender. Informes en teléfono 661 21 28 44.
- Se vende local en Caparroso. Bar especial, restaurante, txikipark, 511 m². Dos zonas diferenciadas, diferentes líneas de negocio. A pleno rendimiento. Informes en teléfono 659 37 97 08.

- Se alquila o vende bar restaurante en Villafranca. Con todas las licencias y recientemente reformado. 750 m². En pleno funcionamiento. Próximo a las Bardenas Reales. Informes en ANAPEH.

- Se vende por jubilación bar restaurante en el polígono de Andosilla, totalmente equipado. En pleno funcionamiento. Informes en teléfonos 647 74 35 50 y 617 95 35 02.

SAN ADRIAN

- Se traspasa pub con cocina, recién reformado y en buena zona de marcha. Informes en el teléfono: 658 37 50 35.

- Se alquila disco bar de 350 m², económico, por jubilación. Licencia especial hasta las 5.30h de la mañana. Informes en teléfono 659 28 24 90.

SANGÜESA

- Se vende negocio de hostelería, a pleno rendimiento. Informes en teléfono 630 80 60 91.

TIERRA ESTELLA

- Se vende negocio de hostelería con bar, restaurante y alojamiento para 35 personas (con licencia de albergue) y en pleno funcionamiento. Con 3.000 m². Terreno urbanizable. Informes en teléfono 620 47 92 05.

- Se vende o alquila palacete restaurado cerca de Los Arcos y en Camino de Santiago para explotarlo como negocio de turismo rural. Edificio con 12 habitaciones, 2 garajes, parking y jardín. Decoración y arquitectura rústica tradicional. Informes en tel. 670 76 39 57 / 943 33 52 53.

- Se vende o alquila negocio de hostelería ideal para familia. Negocio de cafetería, restaurante bodega y restaurante para eventos. Informes en teléfono 679 51 96 24.

- Se vende o alquila hotel totalmente equipado con 32 habitaciones y apartamentos, cafetería, restaurante etc... en Tierra Estella. Informes en teléfono 606 98 06 75.

- Se vende negocio de hostelería en Los Arcos, Camino de Santiago y cerca del Circuito de Navarra. Bar, restaurante, salón para eventos/banquetes. Dispone de 13 habitaciones con baño y apartamento privado. Parking privado y jardín, en funcionamiento, a pie de carretera, bien situado. Informes en teléfono 948 44 10 03 y 646 28 89 77.

- Se vende bar restaurante en polígono de Villatuerta por jubilación. 150 m² de planta y 100 m² de entreplanta. Actualmente en funcionamiento. Informes en teléfono 948 55 60 95.

VIANA

- Se alquila negocio de hostelería, 131 m². Está dentro del Centro Comercial Las Cañas, junto a los cines. Equipado con cámaras, cocina con salida de humos y una amplia barra, para bar de pintxos, bocatería o cervecería. Informes en 696 13 81 01 o por e-mail rcarbonero@ccomercial.es.

- Se traspasa bar especial Akona en Viana. Totalmente equipado y buena clientela. Apertura inmediata. Informes en ANAPEH.

ZONA MEDIA DE NAVARRA

- Se vende hotel de tres estrellas en Zona Media de Navarra - Prepirineo. 11 habitaciones completas, 2 salones, comedor. Cocina industrial. Decoración exquisita. Con vivienda y parking propio. Informes en ANAPEH.

- Se vende o alquila bar restaurante con capacidad para 75 comensales. Preparado, con todas las licencias y permisos en vigor. Informes en ANAPEH.

- Se vende o alquila con opción de compra restaurante en la Zona Media de Navarra. Actualmente en funcionamiento. Informes en teléfono 619 29 13 31.

ZONA NORTE DE NAVARRA

- Se vende restaurante con vivienda en la zona a pie de Camino de Santiago, en montaña de Navarra. En funcionamiento, todo montado. Informes en teléfono 679 41 13 15.

- Se arrienda hostal muy moderno de reciente construcción, con 25 habitaciones. En vial Pamplona, San Sebastian, Vitoria. Zona de tránsito industrial. Actualmente en funcionamiento. Informes en ANAPEH.

- Se alquila bar asador en autovía Sakana, 450 m². Informes en ANAPEH.

- Se vende negocio de hostelería en el Camino de Santiago. Informes en teléfono 699 78 91 60.

- Se traspasa bar restaurante en Alsasua. Bien situado. Informes en ANAPEH.

- Se vende por jubilación bar restaurante en la Nacional I. En funcionamiento. Rentabilidad demostrable. Informes en teléfono 608 67 85 77.

- Se vende hotel rural en Urdazubi / Urdax. 10 habitaciones. Informes en 948 59 92 67

DEMANDAS

- Compro bar para llevarlo familiarmente en Pamplona o alrededores. Imprescindible cocina y mesas. Informes en teléfono 619 87 86 55 (Javier).

VARIOS

- Se vende máquina de multiproducto. Precio 3.000 €. Informes en teléfono 610 60 25 77.

- Compro maquinaria de hostelería de segunda mano, en buen uso. Informes en teléfono 619 87 86 55.

- Vendo molinos Compak, cafetera de 2 grupos. Informes en teléfono 653 15 53 13.

- Se vende maquinaria y mobiliario de hostelería en perfectas condiciones. Informes en teléfono 695 18 12 00.

- Se vende todo tipo de material musical (etapas de potencia, altavoces, tocadiscos), cubitera y un lavavajillas. Precio económico. Informes en teléfono 696 06 62 80.

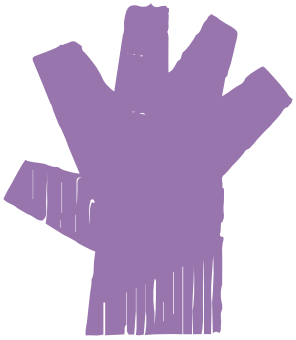
- Se vende cafetera Azkoyen Compact Bravo dos grupos. Buen estado. Precio: 400 €. Informes en teléfono 948 74 05 99.

- Oportunidad! Tostadora de café verde Coffee Roaster 2 kg. Adeuda para aprender a tostar café. También frigorífico, fregadera y mueble posero. Informes en teléfono 653 15 53 13.

- Se venden mesas exclusivas con carátulas de portadas de discos, también de Iron Maiden a 150€ cada una; sillas a 30€, y el conjunto de mesas con 4 sillas 250€. Las medidas son 87*87 cm. Informes en 629 48 17 37 / 948 89 07 59

CONTACTA
con nosotros
para poner tu anuncio
SOBRE
traspasos y demandas
de negocios en el teléfono
948 22 88 22

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN ANTE LA VIOLENCIA SEXISTA EN ESPACIOS FESTIVOS Y DE OCIO NOCTURNO PRIVADO



SIN AGRESIONES SEXISTAS ERASO SEXISTARIK GABE

Una iniciativa del Ayuntamiento de Pamplona en la que han participado distintas áreas municipales junto con el tejido social y feminista, Gora Iruña, la Federación de Peñas, las asociaciones de hostelería ANAPEH, ASBANA y AEHN, locales de ocio, bares, salas de fiesta y el festival de música Iruña Rock. Un paso más en la lucha contra la violencia hacia las mujeres que se ha centrado en las personas responsables y trabajadoras de los locales de ocio nocturno.

Los locales adheridos al protocolo se comprometen a desarrollar un modelo de ocio que promueva el respeto y que asegure que el ocio y la fiesta sea disfrutada en condiciones de igualdad para hombres y mujeres.

Algunos compromisos que asumen los locales adheridos son:

- Haber revisado los puntos negros que puedan tener en el local y adecuarlos, reduciendo así la sensación de inseguridad.
- Evitar que tanto en la programación como en la difusión de las actividades que se lleven a cabo se denigre a las mujeres.
- Dar visibilidad a este compromiso a través del uso de la imagen del protocolo indicando que el local dispone de un protocolo de respuesta ante cualquier agresión sexista.

El protocolo recoge pautas de actuación en caso de agresión sexista o de agresión sexual siendo la prioridad la atención a las mujeres afectadas, su protección y el respeto a sus decisiones. Lo importante en estos casos, contactar con el personal de barra. Por ello la adhesión al protocolo exige la realización previa por parte del personal de los locales de acciones formativas para garantizar su adecuado funcionamiento.

En junio se ha realizado una formación con cuatro locales que participaron en el proceso de elaboración del protocolo. En estas formaciones han participado hasta la fecha un total de 29 personas (16 mujeres y 13 hombres) de los locales Terminal, Herriko Taberna, La Antigua Farmacia y Zentral. Y está previsto que, tras el verano, se realicen nuevas formaciones que permitan a otros establecimientos hosteleros adherirse al protocolo. Las inscripciones se realizan a través del correo electrónico **igualdad@pamplona.es**

El compromiso y la participación de las asociaciones de hostelería durante la elaboración del protocolo, no es otro que animar al sector a adherirse al protocolo, realizando la formación necesaria, desde la responsabilidad de contribuir a generar un modelo festivo y de ocio nocturno basado en el respeto a las libertades, individuales y colectivas, de todas las mujeres.

B I Z I **JAIAK**
BERDINTASUNEAN

VIVE LAS **FIESTAS**
EN IGUALDAD

LARRIALDIAK
EMERGENCIAS
SOS 112

Nafarroako Gobernua
Gobierno de Navarra

INFORMAZIOA
INFORMACIÓN
016 ATENCIÓN A VICTIMAS DE MALOS TRATOS POR VIOLENCIA DE GÉNERO

LA RECETA

RESTAURANTE DONAMARIAKO BENTA
DONAMARIA

Espárragos frescos a baja temperatura, con vinagreta de espinacas, perlas de mozarella y coral de remolacha

▶ Mejor armonía Espárrago y Rosado de Navarra, categoría de restaurante

Ingredientes

- 12 uds. de espárrago blanco de Navarra
- Aceite de oliva virgen extra ecológico
- Sal
- Manojo de espinaca fresca
- 1 dl vinagre de vino
- 3 dl aceite girasol ecológico
- 1 dl de agua
- Perlas de mozzarella

Para la coral de remolacha:

- 150 gr de agua
- 50 gr de caldo de agua de remolacha (cocida)
- 30 gr de harina y 125 gr aceite girasol

PREPARACIÓN

✓ Pelar los espárragos y partirlos por la mitad en ancho y en largo. La parte dura del tronco la reservaremos para realizar una crema. Meter 3 unidades de espárrago, ya cortado, aceite y sal en bolsas al vacio 4 horas a 70 grados, en la RONNER o baño maria, manteniendo la temperatura lo más estable posible.

✓ Para la vinagreta podemos utilizar la termomix o una batidora y colador. Una vez batidos los ingredientes; espinaca, agua, aceite, vinagre y sal, lo colaremos de forma que sea una textura bien fina.

✓ Para la coral añadir en vaso mezclador todos los ingredientes y batirlos. Pondremos una sartén antiadherente o preferiblemente una plancha con caída para que escurra el aceite sobrante. Una vez caliente la plancha añadiremos una cucharada de la mezcla y dejaremos que se vaya secando y deje de burbujear. Sacar y colocar en papel absorbente.

✓ Para decorar el plato damos unos pasos pero cada uno puede realizar su emplatado al gusto:

- Cama de espinacas
- Espárragos escurridos
- Perlas de mozzarella
- Chorrito aceite de oliva extra
- Sal de carbón
- Coral de remolacha

800m de adrenalina

10.000m2 de calma

Mas que un pañuelo.

Nafarroako Erresuma
Reyno de Navarra

Tierra de gigantes

Y pequeños bocados

CREMA DE FRESAS CON TEQUILA

ALIMOTXE

www.coope.com

¡pídela!

cooperativahostelerianavarra