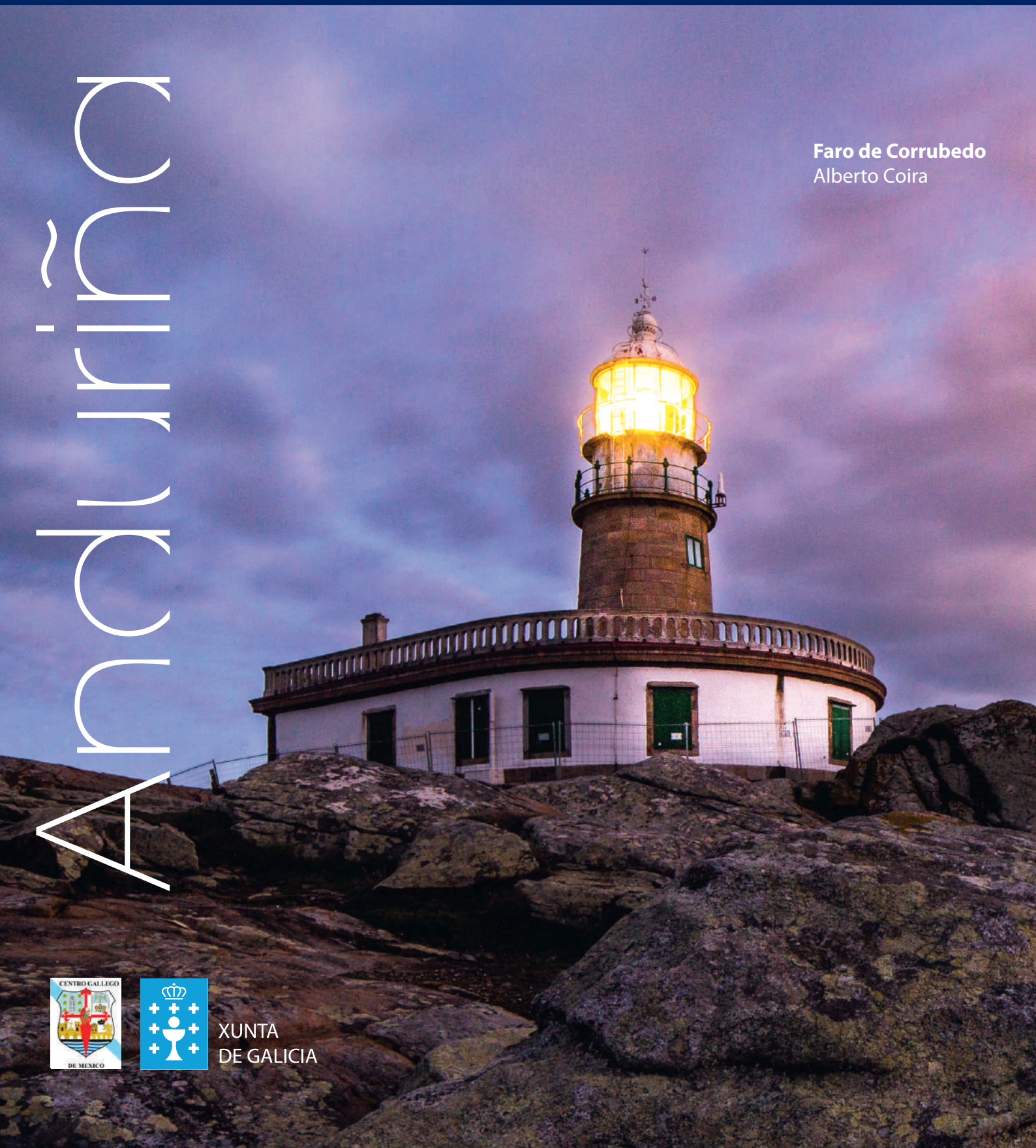
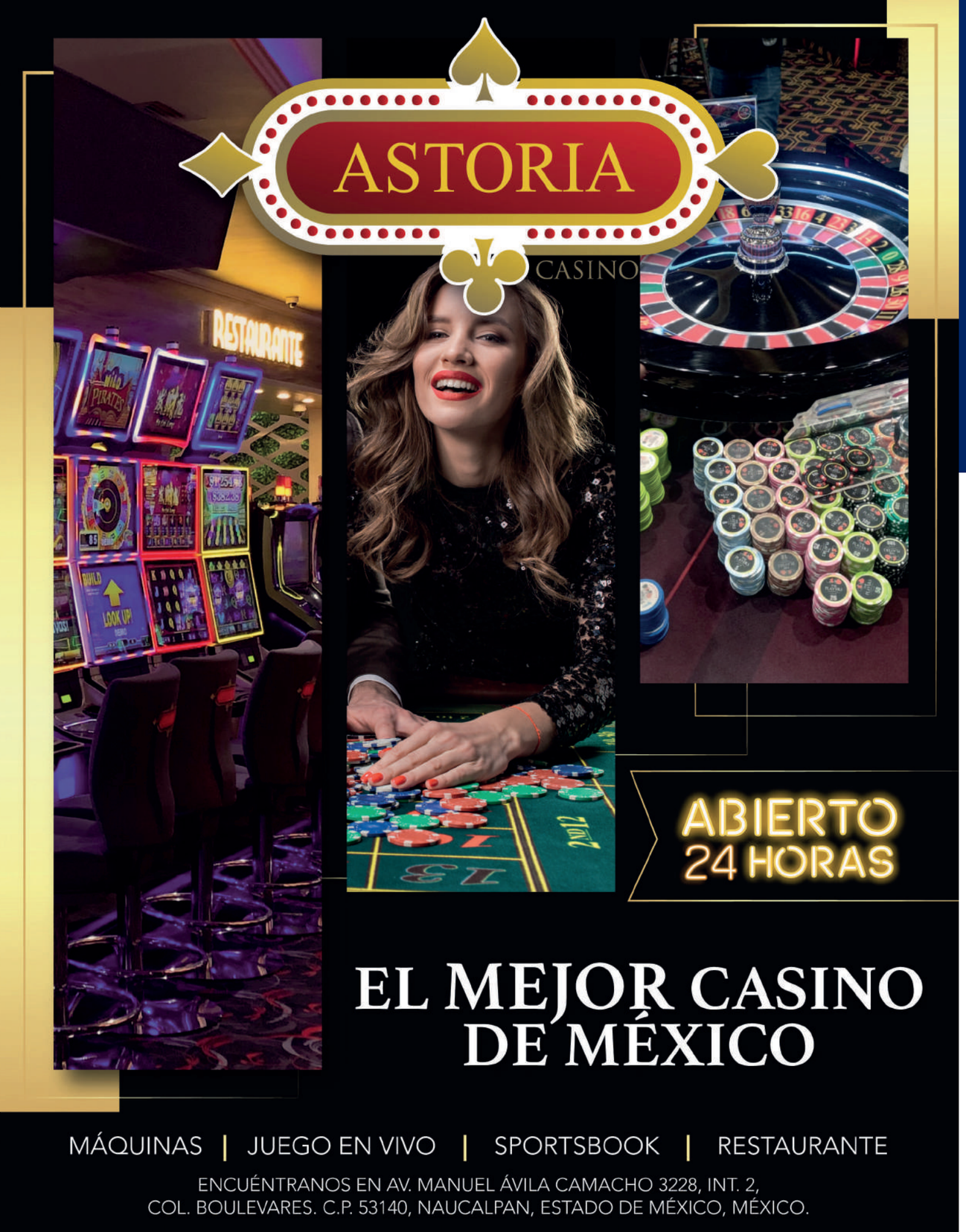
Órgano Informativo del Centro Gallego de México A.C.
Junio 2023 • Año 33 • Número 90

Andoriña



Faro de Corrubedo
Alberto Coira

XUNTA DE GALICIA

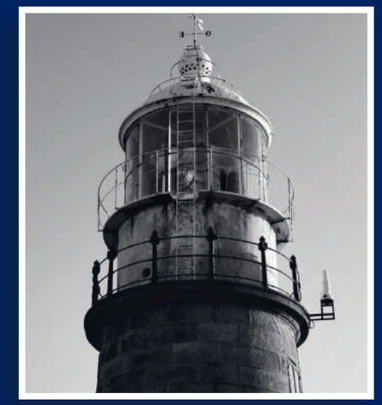


EDITORIAL

Llegamos al número 90 de nuestra revista Anduriña, aquí acompañamos a nuestra madrina Ana Pau Cota Gonzalez en diversos eventos dónde nos ha representado maravillosamente, así como la visita a Mexico del presidente de la Xunta de Galicia D. Alfonso Rueda Valenzuela quien de manera muy optimista ha dicho que para obtener beneficios en común , hay que trabajar juntos y con gran orgullo ha llamado a invertir en una Galicia llena de oportunidades y que está de moda.

Galicia, camino de futuro.

Carlos M. Rosendo Díaz
Director y Editor



Faro de Corrubedo
Alberto Coira

XUNTA DE GALICIA

DIRECTORIO

Anduriña
Año 33, Número 90

Dr. Aurelio Gutiérrez Moyano
FUNDADOR

Sr. Alfonso Martínez Lorenzo
PRESIDENTE

Sr. Alejandro Durán Raña
VICEPRESIDENTE

Sr. Ing. Jaime Rodríguez Piñuela
SECRETARIO

Jorge Cores Muradás
VICESECRETARIO

Manuel Rodríguez Lamas
TESORERO

Maximino Nogueira Diniz
VICETESORERO

Carlos M. Rosendo Díaz
DIRECTOR Y EDITOR

Rosi Varillas Cruz
Ramón Suárez Colsa
FOTOGRAFÍA

Raul Mauricio Leonardo
DISEÑO EDITORIAL

Oficinas en Colima 194 Colonia Roma,
México D.F. 06700 Tel. 5511-2512 y 5511-8700
www.centrogallegodemexico.com
Con la colaboración especial de la Xunta de Galicia.
Distribución gratuita. Impresa en SPI Servicios Profesionales de Impresión, Mimosas 31 Col. Santa María Insurgentes, México D.F. 06430, Tel. 5117-0100

ÍNDICE

2 | ASAMBLEA GENERAL
4 | CHOCOLATADA
6 | ENTROIDO
10 | FESTIVAL DE MÚSICA, COROS Y DANZAS DE ESPAÑA
17 | PUEBLA
21 | TORNEO DE DOMINO
22 | RAMALLOSA
26 | EL PRESIDENTE DE LA XUNTA DE GALICIA DESAYUNA CON EMPRESARIOS GALLEGOS RESIDENTES EN MÉXICO
28 | SEMANA SANTA
31 | CAMPAMENTO DÍA DEL NIÑO
32 | LA JIRA
37 | CAMPAMENTO
38 | COPACRUZ DE MAYO
41 | DÍA DE LAS MADRES
44 | LETRAS GALLEGAS
46 | ROSAS DE MADRID
48 | FESTIVAL INFANTIL
53 | CAMPEONES DE LA LIGA PADEL
54 | TEMPORADA VOLEIBOL
56 | FÚTBOL
59 | EL CENTENARIO DEL RC CELTA
62 | ARCADIO FALCÓN
64 | AS BESTAS
66 | DIETA ATLANTICA DESDE MADRID
68 | RECETAS

Asamblea General 2023

Por: Jaime Rodriguez Piñuela.

El miércoles 25 de enero en estricto apego a los estatutos del Centro Gallego de México, se celebró la Asamblea General Ordinaria en la que se informó a todos los socios presentes acerca de la situación actual de nuestro centro, las obras realizadas durante este último año y de los próximos proyectos, algunos ya próximos a iniciarse.

Nuestro presidente, el Sr. Alfonso Martínez Lorenzo, resaltó la importancia de seguir trabajando juntos apoyando a nuestro centro para continuar creciendo y conseguir hacer realidad los proyectos.

Chocolatada

El pasado 15 de enero tuvimos nuestra tradicional chocolatada que acompañamos con unos ricos tamales. Nuestra madrina, Ana Pau Cota González, organizó unos juegos y algunas sorpresas para nuestros pequeños, y entregó personalmente a cada uno de ellos los regalos traídos por los Reyes Magos, quienes felices se tomaron fotos con los más pequeños.
Fue una tarde muy divertida y como siempre, llena de ilusión.

¡Gracias a todos los que colaboraron para lograr que este fuera un gran dia!

ENTROIDO ¡POR MIS CHORIZOS !

Por: Natalia Gulias Dacasa.

Como cada año, después de dos presentaciones en el Club España y el Centro Asturiano, llega el turno del Centro Gallego de presentar las comparsas. Desde temprano vimos llegar a personas de todos los centros, muy contentos de volver al Gallego y tener una amena comida en nuestras palapas.

La tarde transcurría y comenzamos a ver desfilar a los chicos disfrazados con los más simpáticos disfraces. Pasearon por nuestros pasillos personajes tan diversos como Doña Florinda o el Chavo del 8; tuvimos también la presencia de gallegos galácticos, vestidos con coloridos trajes y maquillados en vistosos colores como el azul, rosa o naranja.

A las 5 de la tarde dieron comienzo las actuaciones. Se levantó el telón para recibir a los chicos de la Asociación Montañesa acompañados por su madrina Maria Aja Cortina, que nos deleitaron con su comparsa “Cantabria 2023”, transportándonos a vivir la emoción de un mundial de fútbol. Bajó el telón y llegó el turno del Centro Asturiano con el que recorrimos “El mundo en 80 días” de la mano de su madrina, Marielo. Después de ese entretenido viaje, aterrizamos nuevamente en el Centro Gallego para poder emprender uno nuevo a través de la televisión y de la mano de la Agrupación Leonesa y su madrina Pili Sánchez. A continuación el Club España nos hizo aprobar algunas asignaturas con su “Vale en el cole”.

Para finalizar la esperadísima actuación del Centro Gallego y esta vez, Ana Pau nos llevó nuevamente de viaje, pero ¡vaya que llegamos lejos!. Fuimos nada menos que al espacio, ayudándole a encontrar a su abuelo. Y el viaje transcurrió jugando futbol en un planeta sin gravedad, con unas porristas bastante raras, hasta bailando la muñeira con unos gallegos galácticos. Al final logramos encontrar al abuelo, quien estuvo todo este tiempo muy quitado de la pena comienzo chorizos y berzas en un planeta muy lejano.

El día terminó con la ronda de presentaciones de comparsa, esperando con ansias que nuevas locuras nos van a presentar.
Gracias a Ana Pau y su familia por entregar su corazón y entusiasmo para que todo saliera perfecto, también a los chicos que participaron, ya que sin ellos esto no sería posible. Finalmente, gracias al equipo de trabajo que hace que todos los años puedan hacerse realidad los sueños e ideas mas locas y divertidas.

¡Gracias a Ana Pau y su familia por entregar su corazón y entusiasmo para que todo saliera perfecto!

Camas y Colchones
LAMAS M.R.
¡Para muy buenas noches!

CALIDAD LAMAS TOTAL

MODELO EMPIRE
UNIDAD POCKET SPRING

NUESTROS SISTEMAS DE DESCANSO

SISTEMA DE DESCANSO
DorssalFlex M.R.
UNIDAD DE RESORTES EMBOLSADOS
LAMAS POCKETCOIL

SISTEMA DE DESCANSO
DorssalPedic M.R.
UNIDAD DE RESORTES OPEN OFFSET
LAMAS VERTICOIL

SISTEMA DE DESCANSO
OrthoLamas M.R.
UNIDAD DE RESORTES BICONICOS
LAMAS BONNELL

SISTEMA DE DESCANSO
BodyFoam M.R.
ESPUMAS DE POLIURETANO
DE ALTA RECUPERACION

OFICINAS Y CENTRO DE DISTRIBUCIÓN
ORIENTE 229 #186 COL. AGRICOLA ORIENTAL
MÉXICO D.F. C.P. 08500 TEL. (55) 5558-2511

PLANTA
LOTE 4 Y 5 MZ 3. PARQUE INDUSTRIAL DOÑA ROSA.
LERMA, EDO DE MEXICO C.P. 52004 TEL. (728) 284-3005

ventas@camaslamas.com.mx www.lamas.com.mx

FESTIVAL MÚSICA, COROS Y DANZAS DE ESPAÑA

"La celebración"

Palacio de Bellas Artes

Y así yo sigo cantando el Alalá de mi alma

Por: Mariana Fernández Valiñas.

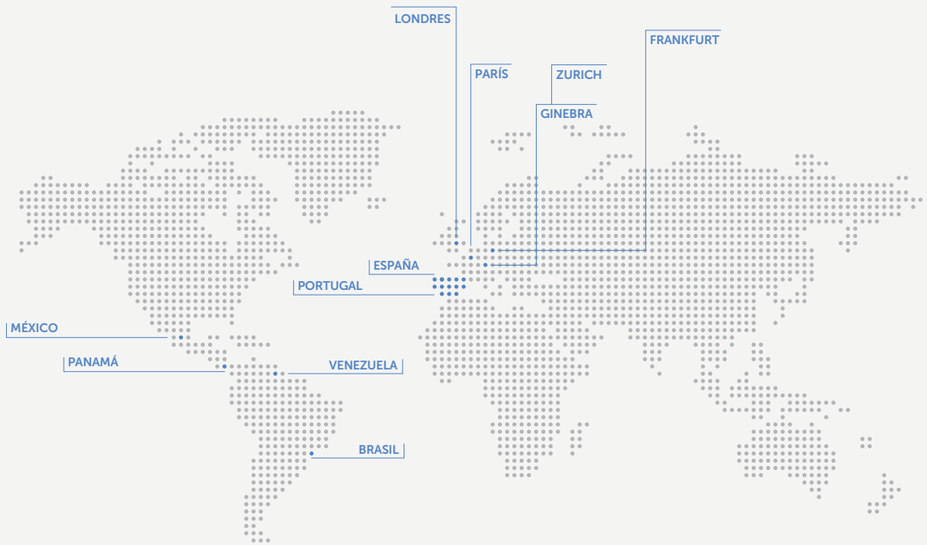
Alala, Ailala es el canto a capela que sale de la profundidad de la tierra: es el crujir de la leña que arde en el fogar; es la voz de mujeres y hombres que entonan un canto para trabajar, para arrullar, para enamorar y asi acompañar sus recuerdos y sus sueños.

Cuando busco inspiración vuelvo a las raíces, vuelvo a oler esos prados y a respirar esos aires, vuelvo a escuchar esas panderetas y esas latas y esa melodia popular e, irremediablemente, vuelvo a sentir esos cantos que salen de las entrañas de Galicia para dar la vuelta al mundo y gritar con fuerza que aquí cantamos y bailamos Ailalelo Ailalá.

VALORE
Furniture
ventas_valore@hotmail.com
55 1314 2751 | www.valore.mx | IG: valoremx
SOCIO
UMEGAL
Unión Mexicana de Empresarios Gallegos A.C.

Una prestación muy emotiva que contó con la presencia de algunas de las ex madrinas de cada uno de los Centros Españoles , vestidas con sus trajes originales y al finalizar hicieron una actuación junto a las madrinas actuales destacando la importancia de todos los años que el Festival Música , Coros y Danzas de España tiene su actuación en el Palacio de Bellas Artes.

Ser grande no es llegar lejos,
sino hacerte sentir cerca.



Para que tú,
estés donde estés,
te sientas más cerca.

ABANCA CORPORACIÓN BANCARIA, S.A.
OFICINA DE REPRESENTACIÓN EN MÉXICO

Conjunto Condominal Plaza Carso II
Lago Zurich, nº 219, Despacho 204
Colonia Ampliación Granada, Delegación Miguel Hidalgo
11529 - México D.F.

Telfs.: 5203 3530
5203 3531
5203 3533

//ABANCA
Sentir común

PUEBLA 2023

Visita al Beato Fray Sebastian de Aparicio.

Un año más el Centro Gallego de México visitó al Beato Fray Sebastián de Aparicio.

Un viaje que inicia muy temprano, el punto de partida es el Centro Gallego de Colima con destino a Puebla haciendo una parada en Río Frío para tomar un descanso y disfrutar de un desayuno que nuestra madrina, la Srta. Ana Pau Cota González y su mamá organizaron con la ayuda de las mamás de los demás integrantes del cuadro de baile.

Al llegar al Templo de San Francisco, donde se encuentran los restos del Beato, nos dio la bienvenida la madrina del Club España de Puebla, además de la Asociación Nacional de Charros.

Después de celebrarse la Santa Misa, la Banda de Gaitas y el Cuadro Artístico de Baile se dirigieron frente a los restos del Beato para interpretar el Himno Gallego.

A su salida iniciaron los bailes que el cuadro presentó en el atrio de la Iglesia, y al finalizar nos dirigimos al Parque España, donde siempre nos reciben con gran cariño sus directivos y socios para disfrutar de una rica comida, además de disfrutar de un momento en la alberca.

Agradecemos al Sr. Manuel Domínguez que siempre nos apoya en esta celebración.

Miembro AMEGA Asociación Mundial de Empresarios Gallegos

Estrella Galicia

IBERIA

XUNTA DE GALICIA

www.umegal.com

TORNEO DE DOMINO 2023

Centro Gallego de México A.C.

Por: Luis Miguel Sánchez Fernández.

Este año nos juntamos 44 jugadores para nuestro torneo anual el cual estuvo muy bien, y lo más importante es que todos los participantes estuvieron contentos, compitiendo entre ellos con muy buena cordialidad.

Se jugaron entre el deportivo y en las instalaciones de colima un total de 19 fechas. La premiación se realizó en el deportivo con aproximadamente 140 personas con una comida familiar en donde todos convivimos y se entregaron todos los premios.
Este año los afortunados ganadores y dignos merecedores a los tres primeros lugares fueron:

1) *Basilio Rodríguez Guerra*
2) *Ramiro García Sobral*
3) *Jesús Boullosa Doval*

Cabe aclarar que los 44 participantes llevaron muy buenos premios y esperando el próximo año contar con más participantes.

Agradecemos profundamente el apoyo de los patrocinadores, sin los cuales no podríamos dar los regalos que se dan en este torneo.

Agradezco también a José Manuel Calvo Toubes su ayuda y esfuerzo para poder lograr este torneo.

Muchas gracias y esperamos más participantes para el próximo año.

Ramallosa

El día 16 de abril del 2023 celebramos la Ramallosa en nuestras instalaciones de Iztapalapa, una de nuestras fiestas más importantes donde veneramos a la Virgen de la Encarnación.

Por: Teresa Lorenzo López.
Fotografías cortesía: David Cabezon Santos.

Este año tuvimos el honor de que nos acompañaran varias personalidades de la Xunta de Galicia como su presidente el Sr. Dn. Alfonso Rueda Valenzuela, acompañado de su gabinete: el Sr. Dn. José de la Iglesia Lema, Director de Gabinete Técnico de la Presidencia; el Sr. Jorge Pan Vera, Director General de Comunicación; el Sr. Adrián Antonio Rodríguez García, Jefe de Comunicación; la Sra. Lucía Fernández-Morais Petersen, Jefa de la Oficina de Asesoramiento Especial y Apoyo a la Presidencia; el Sr. Rubén del Río Freire, Jefe de Gabinete de la Secretaría General de Emigración; el Sr. David Cabezón Santos, Redactor de Comunicación y Fotógrafo; el Sr. José Manuel Galiñanes Fernández, Asesor de la Oficina de Asesoramiento de la Presidencia.
Al evento también asistieron el Sr. Dn. Manuel Fernández Ruigomez, Cónsul General de España en México y su Sra., así como el Sr. Dn. Antonio Rodríguez Miranda, secretario general de Emigración. Los presidentes de todos los clubs hermanos, presidentes de festejos, papás de madrinas y madrinas 2023-2024.

El Sr. Dn. Alfonso Rueda Valenzuela y su gabinete fueron recibidos, en nuestro Club Deportivo, por el presidente del Centro Gallego de México, el Sr. Dn. Alfonso Martínez Lorenzo, el presidente de festejos, el Sr. Dn. Quintín Gerardo Alonso Rojo, el secretario, el Sr. Dn. Xaime Rodríguez Piñuela, el presidente de Honor y Justicia el Dr. Dn. Francisco Javier Roldán Gómez, donde primeramente le mostraron todas las instalaciones de nuestro Club deportivo, para posteriormente, tomarse las fotos y convivir un poco, con nuestros chicos de los cuadros artísticos de baile de menores y mayores.

Acto seguido se inició nuestra fiesta de la Ramallosa, con la tradicional procesión, seguida de la ceremonia religiosa, presidida por el Padre José Rodríguez. Se inició la comida en el salón, donde nuestro presidente el Sr. Dn. Alfonso Martínez Lorenzo, así como el Sr. Alfonso Rueda Valenzuela, presidente de la Xunta de Galicia, y el Sr. Dn. Antonio Rodríguez Miranda, secretario general de Emigración y Sr. Dn. Manuel Fernández Ruigomez, Cónsul General de España en México, nos dirigieron unas palabras a todos los presentes en el evento.

Terminamos nuestra fiesta de Ramallosa con las actuaciones de nuestros cuadros artísticos de baile, gaitas y panderetas tanto de menores como de mayores.

Un evento con grandes esperanzas para nuestra juventud, para regresar a los campamentos de verano en Galicia, así como para retornar a nuestra tierra.

El Presidente de la Xunta de Galicia

desayuna con empresarios gallegos residentes en México

Por: Pili Pérez.
Fotografías cortesía: David Cabezon Santos.

La Xunta de Galicia, Umegal y el Centro Gallego de México, junto con la colaboración de la Cámara Española de Comercio en México, tuvieron el placer de organizar el desayuno con D. Alfonso Rueda Valenzuela, Presidente de la Xunta de Galicia, que se realizó el día lunes 17 de abril en las instalaciones del Centro Gallego de México, ubicado en la calle Colima 194, en la Ciudad de México.

El presidente de la Xunta de Galicia, D. Alfonso Rueda, en su discurso dijo a los empresarios mexicanos que "hay que trabajar juntos" y obtener beneficio en común, los invitó a invertir en la comunidad donde todos tienen raíces, Galicia.

El presidente, destacó tres elementos que hacen de Galicia un buen lugar para invertir y hacer negocios. "Tenemos estabilidad política y jurídica, buena gestión económica realista, y oportunidades que no es que vayan a venir, es que ya las tenemos y no las vamos a dejar pasar".

Agradeció a los empresarios gallegos residentes en México su manera de "defender y vivir su tierra", y recalcó que su intención es "intensificar las relaciones que siempre han existido entre Galicia y México".

"Somos una tierra de oportunidades. Fuimos una tierra de despedidas durante muchísimo tiempo, ahora quiero que seamos tierra de bienvenidas, para personas y también para capital", enfatizó.

D. Alfonso Rueda detalló la inversión extranjera con que ha contado Galicia en los últimos años, haciendo hincapié que todavía puede crecer "mucho más". Dio datos sobre el turismo y lo estableció como un sector "lleno de oportunidades", "Galicia está de moda" y "El desarrollo turístico de Galicia tiene mucho futuro", subrayó.

En el evento estuvieron presentes personalidades como el embajador de España en México, Juan Duarte; el presidente de la Unión Mexicana de Empresarios Gallegos (Umegal), Manuel Ángel Hermida, y el presidente del Centro Gallego de México, Alfonso Martínez; así como, invitados especiales, séquito de D. Alfonso Rueda Valenzuela, así como todos los empresarios gallegos en México, invitados al evento.

Un evento con gran retroalimentación, con los gallegos que se encuentran en México.

SEMANA *Santa*

ASOCIACIÓN DE HOTELES Y MOTELES
DEL VALLE DE MÉXICO, A.C.

La Asociación fue creada en el año 1956 por un grupo de amigos hoteleros, visionarios y comprometidos con el desarrollo y crecimiento de la hotelería en el Distrito Federal, crean una Asociación patronal de servicio social sin fines lucrativos, por años se conoció como la **"Asociación Gallega"** ó **"Unión Hotelera"**, funcionó como una comunidad amistosa e inclusiva cuyos fines eran proporcionar a los socios un soporte, asesoría legal y atención a las necesidades que aquejaban a la hotelería.

La Asociación a sus 66 años de creación y gracias a la confianza del gremio hotelero continúa siendo una Asociación Civil con fines no lucrativos, la cual al paso de los años ha logrado el reconocimiento de las Autoridades, por lo que ha incrementado su número de socios activos en la Ciudad de México y Estado de México, proporcionando más servicios jurídicos y administrativos a sus miembros.

Atendemos Procedimientos Administrativos de verificación de diferentes dependencias de Gobierno, desde la substanciación del procedimiento hasta la Resolución Administrativa.

Realizamos gestoría de diversos trámites, sin costo alguno, únicamente los socios deben cubrir directamente el monto de los derechos y gastos que correspondan.

El Consejo de Directores ha logrado obtener de los proveedores de servicios costos comparativamente menores a los del mercado.

Contamos con Abogados Profesionales que brindan asesoría y atención de asuntos de procedimiento jurisdiccional, en materias administrativas, fiscales, laborales y penales.

Nuestro Consejo de Directores lo conforman: Carlos Dopazo Gómez, Alfonso Álvarez Álvarez, José Manuel Martínez Diez, Manuel Ángel Salceda Otero, Alberto Pérez Amaro.

Correo electrónico: asociaciondelvalledemexico@gmail.com

Teléfonos: 5555640757 5555645783 5523460927

CAMPAMENTO DÍA DEL Niño

La Jira

Ha llegado una fiesta esperada por todos, nuestra fiesta campestre, la Jira. Celebrada como todos los años el primero de mayo. Para muchos de nosotros una fiesta en la que nos reunimos con amigos que viven fuera de la Ciudad de México y en la que disfrutamos ver tanto al Cuadro de Baile Infantil como el Cuadro Artístico de Mayores acompañados por nuestra Banda de Gaitas, mientras comemos y convivimos con familiares y amigos.

Un día lleno de alegría, donde jugamos con los tradicionales huevos de harina y de confeti, pasamos de mesa en mesa a tomar café o el postre y la tarde se pasa muy agradable.
También tuvimos nuestra tradicional rifa donde hubo muchos premios.

¡Que bien la pasamos!

LA JIRA LA

TRANSPORTE SUSTENTABLE

ALTA TECNOLOGÍA

AMIGABLE CON EL MEDIO AMBIENTE

EQUIPADOS CON GAS NATURAL

GAS CAPITAL & Combustibles Sustentables

www.grupocapital.org

ADMINISTRADORA GNC, S.A. DE C.V.

ADMINISTRAMOS GAS L.P.

EDIFICIOS | CONDOMINIOS | COMPLEJOS | CORPORATIVOS

NOS ENCARGAMOS DE LA ADMINISTRACION DE GAS LP EN SU DESARROLLO INMOBILIARIO

COPA CRUZ DE MAYO

En esta ocasión tuvimos la invitación del Club España para participar en su Copa Cruz de Mayo, a la cual siempre es un honor asistir, y como Celta Academy siendo su primera participación nos llevamos un grato sabor de boca tanto para los jugadores y jugadoras, así como para los padres de familia que nos acompañaron a vivir está grata y grandiosa experiencia.

Mencionar que nuestras categorías son:

- ***Forja***
- ***Pre Benjamínes***
- ***Benjamines.***

Cada una de estas categorías tuvo una gran participación, quedando muy cerca de las fases finales, y en especial la categoría Benjamínes que jugó la final quedando en Segundo lugar.

Es de aplaudir el gran esfuerzo que han realizado nuestros jugadores y jugadoras en esta primera temporada que ha sido de gran aprendizaje y de avances en el desarrollo del equipo, sin dejar fuera el gran apoyo de los padres de familias en los partidos que hemos tenido, así como en el torneo Cruz de Mayo.

Agradecemos el apoyo de nuestro gran equipo de trabajo encabezado por nuestros coordinadores deportivos:

- ***Alonso Ortega***
- ***Bono***

Entrenadores

- ***Oscar Miranda***
- ***Jacob Rojas***

Director Deportivo

- ***Diego Sarabia (Celta Academy)***

Nos complace ofrecerte una amplia gama de servicios de primera calidad para ayudarte a lucir y sentirte lo mejor posible. Permítenos presentarte algunos de nuestros servicios destacados:

Tratamientos faciales:

Nuestros expertos te brindarán tratamientos faciales personalizados para abordar tus necesidades específicas. Desde limpiezas profundas y exfoliaciones hasta mascarillas revitalizantes, dejaremos tu piel radiante y rejuvenecida.

Masajes relajantes:

Disfruta de una experiencia de relajación total con nuestros masajes especializados. Ofrecemos una variedad de técnicas, desde masajes terapéuticos hasta masajes de piedras calientes, diseñados para aliviar el estrés y relajar los músculos.

Tratamientos corporales:

Te ofrecemos una selección de tratamientos corporales diseñados para bajar de peso, tonificar, hidratar y rejuvenecer tu piel.
Ya sea que desees una envoltura corporal exfoliante, una terapia de hidratación profunda o un tratamiento anticelulítico, nuestro equipo estará encantado de asesorarte y brindarte una experiencia placentera.

Presenta tu credencial del Centro Gallego y **OBTÉN UN 10% de DESCUENTO**

Esta promoción NO APLICA con otras promociones ni con paquetes.

CLÍNICA VIVE BIEN
Av. Ejército Nacional 617 consultorio 404,
Col. Granada Alcaldía Miguel Hidalgo.

AGENDA UNA CITA: 55 6212.1694

Día de las Madres

Como cada año nuestra madrina organiza un desayuno para celebrar a todas las mamás del Centro Gallego de México, en esta ocasión la cita fue el pasado 11 de mayo en las instalaciones de Colima.
Ana Pau junto a su mamá organizaron una mañana llena de detalles: a la llegada recibieron a cada mamá con un lindo ramo de flores, más tarde disfrutamos de un rico desayuno y mientras tomábamos el café comenzó una rifa en la que todas fueron premiadas.
El comité de damas del Centro Gallego de México también tuvo un detalle para cada mamá para celebrarles con cariño.

¡Muchas gracias a nuestra madrina y a su mama por consentirnos y hacer un día muy feliz para todas!

LETRAS GALEGAS 2023

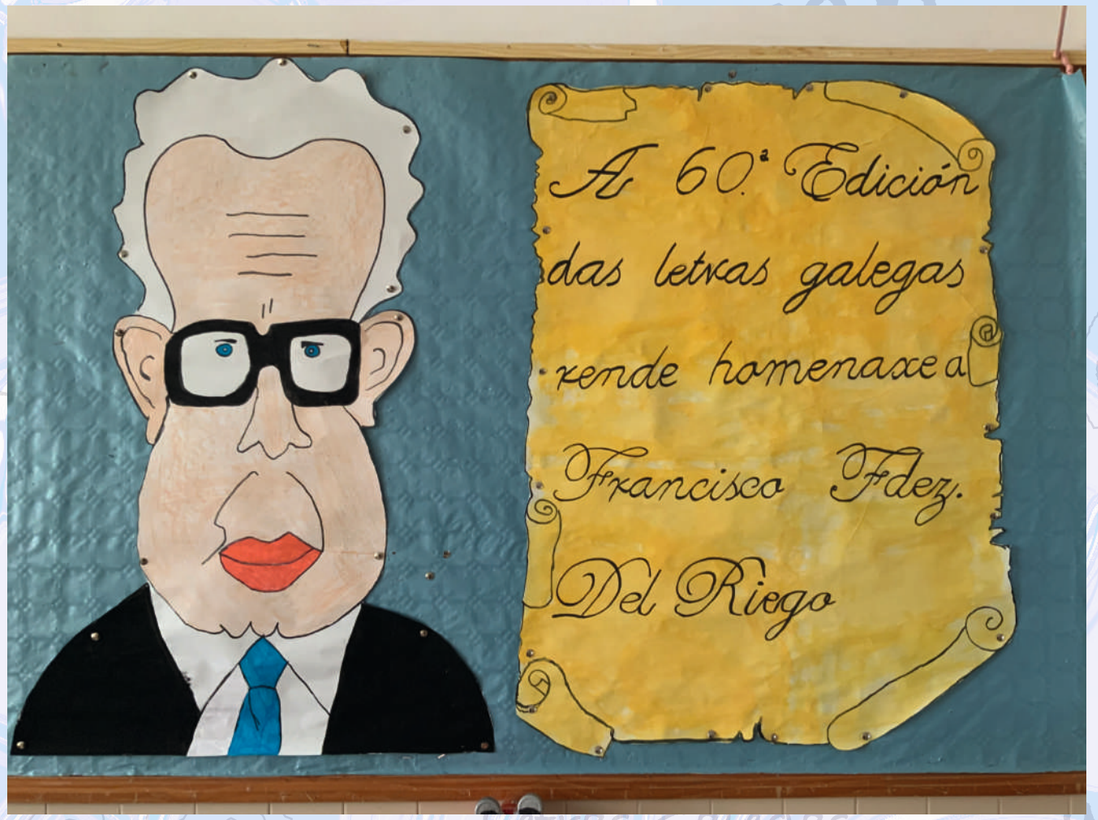
La Real Academia Galega (RAG) dedicó el pasado 17 de mayo el día de las Letras Gallegas a Francisco Fernández del Riego, coincidiendo con la celebración del 60 aniversario de esta conmemoración.

Fernández del Riego fue miembro de la nueva generación de intelectuales que dieron continuidad al ideario del Grupo Nos, luchador incansable, respetado por todos y a quien sus amigos con cariño le llamaban Paco. A principios de los años 50 fue uno de los fundadores de la Editorial Galaxia y presidió la Real Academia Galega en el periodo de 1997 a 2001. Destacó por su gran trayectoria en el mundo de la cultura, ligada también a su actividad política.

Escritor, ensayista, narrador y editor gallego que trabajó de forma incansable a favor de nuestra cultura en tiempos difíciles, impulsando y dirigiendo proyectos que hicieron crecer nuestra región.

Si hay una obra que engloba lo que fue Don Paco esa es la Fundación Prezol creada en 1963, y que alberga una de las mayores colecciones de escritos del Partido Galeguista y de los Seminarios de Estados Galegos. Entre sus obras resaltan el "Diccionario de escritores en lingua galega", "Historia de la literatura gallega " y "El ciego de Pumardedón.

En 1995 donó a la ciudad de Vigo su colección de libros, que constituye la Biblioteca-Museo Francisco Fernández del Riego. Hasta diciembre de 2009 fue director de la Biblioteca de la Fundación Penzol en Vigo, ciudad en la que falleció el 26 de noviembre de 2010.



Rosas de *Madrid*

El pasado jueves 25 de mayo llegaron a tierras mexicanas las Rosas de Madrid, una tradición que cumple ya 69 años. Las primeras rosas que florecen en el Parque del Retiro son enviadas como símbolo de hermandad entre México y España.

El Centro Gallego de México ha estado presente a su llegada, la Fraternidad Iberoamericana junto a la Asociación Nacional de Charros han sido las encargadas de recibirlas a través de la madrina de la Asociación Nacional de Charros y demás madrinas de los centros españoles invitados a participar en el evento.

Las Rosas fueron depositadas a los pies de Nuestra Virgen de Guadalupe, en una misa celebrada el pasado 28 de mayo en la Basílica de Guadalupe en presencia de todos los representantes de los centros hermanos.

FESTIVAL INFANTIL 2023

Por: Ana Karen Cuevas Vázquez.

El pasado domingo 4 de junio se celebró el "XXIV Festival Infantil de Música, Coros y Danzas de España". El Cuadro de pequeños del Centro Gallego presentó "Al compás de una muñeira. Un homenaje a nuestros abuelos". Cuando se pensó en el tema lo que se pretendía proyectar era como había sido la infancia de nuestros abuelos, por ese motivo cuando escuchamos con atención la letra de "Al compás de una muñeira" de Pimpinela, pensamos que nadie lo pudo haber puesto en mejores palabras.

Por parte del Centro Gallego de México, en el auditorio Adrián Gibert, entre bailadores, ayudantes, músicos y profesores, tras bambalinas estuvieron 110 personas aproximadamente.

El acto comenzó con los abuelos: José Manuel Prieto Ogando y María del Pilar Rodríguez García, recordando todo lo que habían vivido, representado en cinco actos diferentes, cinco etapas de la vida que hacían alusión a la letra de la canción. Se finalizó la representación con dicha canción, los músicos y bailadores en el escenario, mientras se escuchaba a la gente cantando y aplaudiendo…al compás de una muiñeira. ¡Los niños bailaron y tocaron espectacular!¡Felicidades a todos!

de México

covescom

Somos especialistas en la venta, mantenimiento y optimización de túneles de lavado para todos los segmentos de la industria.

ASESORÍA Y CAPACITACIÓN

Ofrecemos toda la información requerida para la optimización de procesos, cumplimiento de normas, manuales y pólizas de mantenimiento. Te acompañamos en todo el proceso.

AQUARAMA CAR WASH SYSTEM

SOCIOS COMERCIALES

Contamos con el respaldo de Aquarama, Comet e Ibercompound, empresas líderes a nivel mundial en túneles de lavado, aditamentos y productos químicos.

MANTENIMIENTO Y SUMINISTROS

Contamos con todos los suministros y refacciones para garantizar el óptimo funcionamiento de las instalaciones y equipos en cada uno de los procesos de operación.

Contamos con Certificaciones a nivel mundial

EMAS · ISO 14001 · ISO 9001 · CERTIFICADO BIODEGRADABILIDAD · CERTIFICADO HA GRADO ALIMENTICIO BIODEGRADABLE REG 17-20/40-09184-HA · CERTIFICADO ANTIMICROBIANO NORMA MEXICANA NMX-BB-040-SCFI-1999 · VDA | QMC Qualitäts Management Center im Verband der Automobilindustrie

Conoce más en **www.covescom.com**

Solicita más información al 55 2955 7760 info@covescom.com

CAMPEONES DE LA LIGA DE PADEL

2022-23

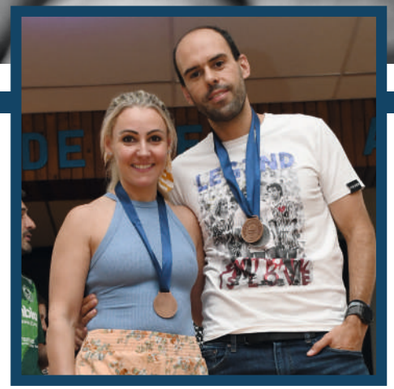
Por: Luz María Vázquez Martínez.

El pasado domingo 23 de abril se jugaron las semifinales y finales de la división de Hombres. Los cuatro equipos semifinalistas compitieron de la siguiente forma: Rubel vs Toxos, pasando este último equipo a la final; Nieva vs Ourense, saliendo ganador el primero.

La final jugada a las 18:00 horas dio como ganador de la liga al equipo Toxos (Manuel Cores y Fernando Oubiña), quedando en segundo lugar Nieva (José Angel Gabián y Alejandro Fortes). El tercer lugar fue para el equipo Rubel (Roberto Fernández y Gregory Levy)

En la liga de Mixtos dividida en primera y segunda división, de la primera el equipo Gabian-Castillo (Jose Angel Gabián y Jeanine Castillo) obtuvo el primer lugar, seguidos por Monfel (Felipe Muleiro y Montse Álvarez) y el tercer lugar fue para Os Xeitosos (Carlos Agustin Gabián y Claudia Gay). En la segunda división el ganador fue el equipo Pigarzan (Andrés Malvar y Giordana Diaz), segundos Grelo (Gregory Levy y Lore Prieto) y terceros Carixa (Alejandro Fortes y Mar Estévez).

¡Felicidades a todos los equipos ganadores!



TEMPORADA VOLEIBOL 2022-2023

Por: Pili Pérez.

La temporada de Voleibol 2022-2023 ha sido una temporada maravillosa, con el mayor número de equipos inscritos en los últimos años, un total de 20 equipos y con un gran número de jugadores jóvenes. Estuvo conformada por 1ª y 2º división con: Albite, Antas, Areas, Beariz, Celtas, Compostela, Chulas, Doade, Drom, Enxebre, España, Filloas, Galegos, Lume, Meigallos, Mozos, Orense, Raposos, Seixido y Xacobeo.

Durante la temporada los equipos disputaron varios torneos, resultando ganadores y siendo premiados, los siguientes:

Torneo de Apertura
1º Lugar Mozos
2º Lugar Areas
3º Lugar Antas y Lume

Torneo de Liga 1ª. División
1º Lugar Mozos
2º Lugar Antas
3º Lugar Areas

Torneo Copa 1ª. División
1º Lugar Lume
2º Lugar Antas
3º Lugar Areas

Torneo de Liga 2ª. División
1º Lugar Galegos
2º Lugar Chulas
3º Lugar Celtas

Torneo Copa 2ª. División
1º Lugar Chulas
2º Lugar Drom
3º Lugar Celtas

Además de premiar a los equipos ganadores en los distintos torneos de la temporada, se sortearon 40 tarjetas de regalo entre todos los inscritos en el Voleibol durante la temporada.

Para culminar la temporada 2022/2023 el 18 de junio, día donde también festejamos a todos los papás, se celebró una convivencia donde estuvimos unidos todos los deportes de nuestro club y donde se realizó la premiación de los mismos. La comida contó con los integrantes de los equipos de deportes, peques, jovenzuelos, así como familiares y amigos, siendo un día muy emotivo y gratificante para todos los presentes.

Gracias… Ana Pau, nuestra madrina, por acompañarnos en la comida, entregar los premios y ser la mano santa en el sorteo de tarjetas de regalo.
Gracias… a Alfonso, nuestro Presidente y a su esposa Araceli, por todo el apoyo y el trabajo que realizan en nuestro club.
Gracias…. a la directiva, por siempre estar ahí presentes.
Gracias…. a José Manuel (Mi Chavo) por siempre estar pendiente y por ayudarnos en todo lo que necesitamos, eres el MEJOR.
Gracias…a la mesa directiva del Voleibol, Ana Mili, Sara, Maite, Ana, Pili y Araceli… ¡son las mejores!
Gracias…. a Luis Adan por su gran labor en el fútbol.
Gracias… Luz, Mel y Beto, por su labor en el pádel.
Gracias… a Pily Carneiro, integrante de Abanca, por acompañarnos y ayudarnos a entregar premios.
Gracias… Eva, Jaime… siempre están dispuestos a ayudar.
Gracias… a todos los patrocinadores.
Gracias… a la tribuna que domingo con domingo apoya a los equipos en sus partidos.
Gracias… a los entrenadores por su ayuda incondicional y motivación.
Pero sobre todo… ¡GRACIAS! a todos y cada uno de los que forman el Voleibol sin ellos nada de esto sería posible.
Sin lugar a duda… ¡una gran temporada!

FÚTBOL

Por: Luis Adán.

CAMPEÓN DE COPA ABANCA
1ra división
RUBILLON

CAMPEÓN DE COPA ABANCA
2 da división
PONTEVEDRÉS

SEGUNDO LUGAR
1ra división COPA ABANCA
OS TOXOS F.C

SEGUNDO LUGAR
2 da división COPA ABANCA
REAL SUIDO C.F

MEJOR PORTERO
LIGA Y COPA
FRANCISCO
FERNÁNDEZ VÁZQUEZ

CAMPEÓN DE GOLEÓ
COPA ABANCA
RECREATIVO COUSO
LUIS MANUEL
COSTAL ARAUJO

SEGUNDO LUGAR DE GOLEÓ
COPA ABANCA
OS TOXOS F.C
SAMUEL
FERNÁNDEZ BUENO

TERCER LUGAR DE GOLEÓ
COPA ABANCA
RECREATIVO COUSO
SANTIAGO
ALONSO MERELLES

CAMPEÓN
LIGA ABANCA
RECREATIVO COUSO

SEGUNDO LUGAR
LIGA ABANCA
PONTEVEDRÉS

TERCER LUGAR
LIGA ABANCA
OS TOXOS F.C

CAMPEÓN DE GOLEÓ
LIGA ABANCA
SANTIAGO CONDE PÉREZ

SEGUNDO LUGAR DE GOLEÓ
LIGA ABANCA
JOSÉ MANUEL
MARTÍNEZ VÁZQUEZ

TERCER LUGAR DE GOLEÓ
LIGA ABANCA
MANUEL CORES ARAUJO

GRACIAS A TODOS POR ESTOS 9 AÑOS Y MUCHA SUERTE..

SOCIO
UMEGAL
Unión Mexicana de Empresarios Gallegos A.C.

MC
CIMENTACIONES
Y ESTRUCTURAS
S.A de C.V

CIMENTACIONES PROFUNDAS

Pilas, pilotes, muro milán, tablaestados, anclajes, troquelamientos, sistema de bombeo, etc.

EDIFICACIÓN

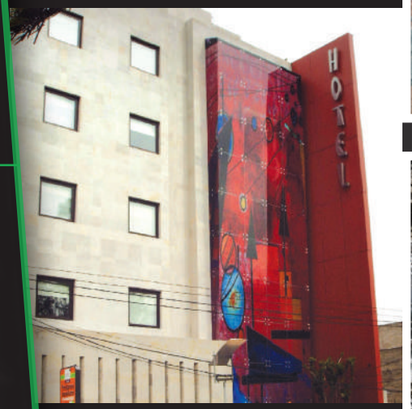
Hoteles, gasolineras, condominios habitacionales y de oficinas, naves industriales.

ING. MANUEL MARTÍNEZ CORTÉS

ING. CÉSAR DE LA CRUZ MENDOZA

José Martí 48. Col. Escandón, 11800, Miguel Hidalgo, México D.F.
Teléfonos: 5271-6690, 3096-3056, 3096-3057, Fax 5271-6794,
mccimentaciones@prodigy.net.mx

www.mccimentacionesyestructuras.com



El Centenario del RC Celta,

un acontecimiento inolvidable con multitud de actividades e iniciativas en todos los ámbitos

El Centenario del RC Celta ofrece un aluvión de eventos, propuestas e iniciativas destinadas a la afición, la ciudadanía y los amantes del fútbol, la cultura o la música, que fueron partícipes directos en la elaboración de un espectacular calendario de actividades para conmemorar estos 100 años de vida del club.

En los primeros 50 días del año, los aficionados ya conocieron, de la mano del prestigioso artista Xosé Vizoso, la marca y el cartel del Centenario. Saludaron al año 2023 en Abanca Balaídos en el partido ante el Villarreal con actuaciones musicales, un multitudinario recibimiento al equipo, las campanadas del Centenario, el reparto de bufandas conmemorativas a los abonados más jóvenes y el despliegue en la Grada de Río de un gran tifo en homenaje a las leyendas celestes.

Se puso en marcha, de la mano del Banco de Alimentos de Vigo, una ambiciosa campaña de recogida de alimentos, '100 Años – 100 Toneladas', a la que aún le quedan varias páginas por escribir, y se inauguró, con un gran éxito, la exposición '100 Años de RC Celta. Fútbol y Arte', en el Museo do Mar.
El club anunció además que el Papa Francisco ofrecerá al RC Celta una recepción privada en el Vaticano el próximo 10 de julio a la que asistirán también abonados celestes.

El club continúa trabajando con el máximo empeño en el desarrollo de actividades en los ámbitos, deportivo, social y cultural, entre otros, para ofrecer al celtismo y a los ciudadanos una celebración a la altura de un acontecimiento único como es el Centenario.

El canal de historia con más seguidores

Una de las acciones que se pusieron en marcha en un momento señalado, justo seis meses antes del día en el que se conmemora la fundación del club, es sencillamente espectacular. Academia Play, el canal de historia en castellano con más seguidores en Youtube, comparte con sus 3 millones de suscriptores la historia del RC Celta en un maravilloso video.

Los seguidores celestes pudieron elegir el mejor 11 de la historia en una iniciativa que se puso en marcha con la colaboración de Estrella Galicia y que permitió que el celtismo eligiese la mejor alineación celeste desde la fundación del club. Los elegidos fueron: Portero: Cañizares; defensas: Míchel Salgado, Cáceres. Manolo. Hugo Mallo; centrocampistas: Karpin, Mazinho, Mostovoi; delanteros: Iago Aspas, Pahiño, Gudelj.

La cantera celeste, que tiene un gran protagonismo en el Centenario, vive el reencuentro de nuestras generaciones de juveniles. Comenzando en este 2023, cada año se producirá una emotiva reunión del equipo juvenil de 23 años atrás para conocer de primera mano las vivencias de aquellos jugadores.

De la mano de la Facultade de Comunicación de la Universidad de Vigo, en marzo se celebró una edición especial de las Charlas Ertek. Comunicación, marketing, finanzas… una serie de 'masterclasses' con directivos del club, patrocinadores, colaboradores, etc.

Conferencias 'Fútbol de Salón'

A lo largo de 2023, A Sede del RC Celta, y otros escenarios, acogerán una edición especial de las charlas 'Fútbol de Salón'. Figuras destacadas del fútbol pasarán por lugares emblemáticos como el Salón Regio para compartir sus vivencias, historias y conocimientos con los asistentes.

Del 14 al 16 de abril, A Madroa fue la sede de la competición más querida por el celtismo. Con motivo del Centenario, las instalaciones deportivas celestes acogieron una de las fases finales de la Liga Genuine. El equipo Celta Integra pudo compartir toda su Afouteza con la afición celeste.

Habrá también una actividad para toda la familia, 'Invasión Centenario'. La habitual carrera popular de la Fundación Celta de Vigo ofrecerá una edición especial conmemorativa de los 100 años de vida del club.

Museo y Tour

En primavera vio la luz uno de los proyectos 'estrella' de este 2023: el Museo y Tour Centenario. Un recorrido por la historia celeste, leyendas, anécdotas, momentos especiales… Un espacio para conocer y disfrutar de los 100 primeros años de vida del RC Celta y también una oportunidad única para acceder a los rincones más exclusivos del estadio de Abanca Balaídos.

La música también está muy presente en este 2023. Una de las primeras grandes citas fue el 'Gran Concierto del Centenario' de la Coral Casablanca, que tuvo lugar el 9 de mayo en el Teatro Afundación de Vigo con un enorme éxito

El himno

El Himno del Centenario, una de las iniciativas que generó una mayor expectación, fue un enorme proyecto liderado, con la mayor ilusión, por C. Tangana.

También se celebran los 'Conciertos del Centenario'. En el verano, el club reúne durante varias jornadas a bandas y artistas de todos los estilos y géneros, nacionales e internacionales, aunque con especial protagonismo para aquellos vinculados con el celtismo, la afición, Vigo y Galicia.

Con la llegada del buen tiempo, Vigo se viste de celeste para celebrar el Centenario. En el mes de junio, las calles de la ciudad se engalanaron como nunca antes como paso previo a la gran cita del 23 de agosto. El RC Celta llevará su Centenario a avenidas, calles y ubicaciones especiales.

La camiseta

Otra de las iniciativas más esperadas será la relativa a la camiseta del Centenario. Se dio a conocer al final de temporada, aunque antes las tiendas oficiales del RC Celta tuvieron colecciones y ediciones limitadas relacionadas con la historia del club.

Al hilo de piezas especiales y coleccionismo, no pudo quedar al margen el NFT del Centenario. Hay una edición especial que se convertirá en un recuerdo eterno de esta gran celebración. Además, ofrecerá diversas ventajas relacionadas con las actividades del Centenario.

Publicaciones y podcast

También durante el verano ven la luz tres iniciativas muy especiales para poner en valor este siglo de vida del RC Celta: el Libro Oficial del Centenario será una gran pieza de coleccionismo para todo el celtismo. Además, el club lanza la publicación '100 Anos de Afouteza e Corazón" donde diferentes personalidades del mundo de las artes, deporte, periodismo, etc. contarán en primera persona sus recuerdos celestes más especiales.

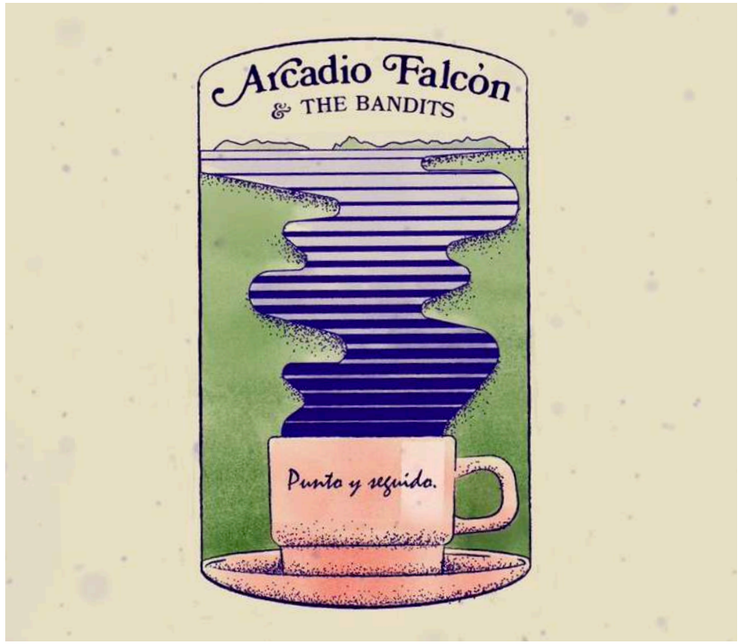
En el podcast del Centenario, los 100 años de historia celeste se cuentan de una manera muy especial. Son seis apasionantes capítulos que no dejarán indiferente a nadie.

En el Centenario celeste no puede faltar, por supuesto, el fútbol. En el verano llega el esperado partido de leyendas. El club trabaja en esta gran cita en la que muchos de los jugadores más queridos y emblemáticos vuelven a vestir la camiseta celeste.

Arcadio Falcón

Madrileño de fuertes raíces gallegas, cogió su primera guitarra con nueve años, fascinado por las grandes figuras del blues y el rock.

Apasionado de la lírica y la poesía, estudió en la prestigiosa Berklee College of Music de Boston, lugar del que se graduó habiendo mostrado grandes dotes como compositor.



https://youtu.be/DqmCXVX35Tw

En 2017 formó su grupo, inicialmente llamado Falcon's Bandits, y publicó un EP homónimo en Estados Unidos que le abrió las puertas a lugares emblemáticos de la escena Bostoniana como el Hard Rock Cafe y el Cantab Lounge.
Ya como Arcadio Falcón and the Bandits, acaba de publicar su nuevo single,
PUNTO Y SEGUIDO, una canción dulce, elegante y emotiva que esconde una historia de amor.

Visítanos en:

www.arcadiofalcon.com

arcadiofalconmusic

ArcadioFalcon

arcadiofalconmusic

Arcadio Falcón and The Bandits

Arcadio Falcón and The Bandits

arcadiofalconandthebandits7283

arcadiofalconmusic@gmail.com

AS BESTAS

La película “As bestas” de Rodrigo Sorogoyen ha ganado nueve premios en la 37ª. Gala de los Premios Goya.
La película narra la historia de Antoine y Olga, una pareja francesa que se instala en una aldea del interior de Galicia donde llevan una vida tranquila, pero con una convivencia difícil con sus vecinos, los hermanos Anta, por un conflicto que surge en torno a la venta de unas tierras y que al final terminará en una tragedia.

La historia de un crimen en una aldea casi despoblada de Galicia, un reflejo de una España rural con tonos un tanto salvajes, dónde se involucran la diferencia de intereses entre los vecinos, los intereses económicos de una compañía energética y un crimen, que ha tardado cinco años en resolverse. La película está basada en una historia real, la historia de Martin Albert Verfondern, un holandés que se mudó a la aldea de Santoalla, junto a su mujer María Hillegonda Pool “Margot”.

Después de triunfar en los festivales de cine de Cannes, San Sebastián y Sitges, “As bestas” ha llegado a los cines y a algunas plataformas como Netflix, convirtiéndose en una de las mejores películas españolas. La gran interpretación que hace Luis Zahera le ha valido el premio al Mejor Actor de Reparto, una actuación diferente a lo que estamos acostumbrados a ver en este actor, pero que ha sido muy bien lograda.

PREMIOS OBTENIDOS

- Mejor Música Original
- Mejor Guion Original
- Mejor Película
- Mejor Dirección
- Mejor Actor Protagonista
- Mejor Actor de Reparto
- Mejor Dirección de Fotografía
- Mejor Montaje
- Mejor Sonido

Dieta atlántica desde Madrid

Por: Pilar Falcón

Históricamente Galicia ha desvelado que la geografía es traicionera y que se encarga de marcar desigualdades. Lo que parecía una condena por el clima tan lluvioso es designación divina para la rica alimentación que viene marcada por los paralelos terrestres. Un nuevo encuentro en Madrid destacando las excelencias de la dieta atlántica los ha traído al mapa para decirnos que tenemos la del paralelo 40, esa línea imaginaria que nos incluye en la zona templada oceánica del planeta, que está próxima a las costas y que se nutre de alimentos que llegan con las estaciones. Todo un ejercicio de sublimidad que sitúa a Galicia en el podio excepcional de premium. La tierra y el mar que son agradecidos, se vienen uniendo en esta misión desde hace dos mil años, porque no, no es una moda por mucho que en Madrid esté en boga hablar de la dieta atlántica.

En la escuela estudiamos los cinco planos imaginarios horizontales: Círculo Polar Artico,Trópico de Cáncer, Ecuador, Trópico de Capricornio y Círculo Polar Antártico. Según indican algunos estudiosos los paralelos son infinitos; mientras otros marcan la cifra de ciento ochenta. A Galicia desde el Ecuador le corresponde el paralelo 40, siendo la numeración hasta el 90 y llegando al Polo Norte. Una varita mágica nos dio el don y hemos tardado en reconocerlo. Y unido a todo ello vienen más regalos porque los tópicos lo son por repetición y suenan como verdades absolutas y admitidas.

Quien nos iba a decir que la dieta atlántica es más mediterránea que la mediterránea en el consumo de aceite de oliva? El catedrático de Endocrinología y Nutrición de la Universidad de Vigo , Federico Mallo , lo afirmaba en la tercera jornada de Previsión Sanitaria Nacional (PSN). Aseguraba que no hay que olvidar el pasado de una Galicia exportadora de aceites y que hoy el consumo es de 12 litros frente a 8,5 en Andalucía. Las zonas productoras están en Quiroga, O Ribeiro, As Ermidas, Valdeorras y a Estrada. Las variedades autóctonas están en proceso para ser catalogadas , pero ya tenemos brava y mansa y los viejos molinos de aceite que se conservan e incitan a un futuro prometedor, que ya se ha adelantado teniendo a Galicia entre las comunidades más longevas del mundo. Es tiempo de querer, valorar y fomentar la gran dieta atlántica. Se mueve “La excelencia en el paladar en perfecta armonía con la Salud” , y lo hace sin playa en Madrid , como dice la canción de los locales The refrescos.

Ñoquis Caseros Con Pesto

INGREDIENTES

Por: Montse Costal

Para el pesto

- Albahaca fresca 1 taza
- Piñones 100gr
- Almendra lamanida y tostada 100gr
- Queso parmesano rallado 100gr
- Aceite de oliva virgen extra 1/3 de taza
- Ajo 1 o 2 dientes
- Agua 1 cucharada
- Sal y pimienta al gusto

Para los ñoquis

- Patatas 500gr
- Harina 100gr mas extra para amasar
- Huevo 1 pieza
- Sal y Pimienta al gusto

ELABORACIÓN

Para los ñoquis

1.Cocinar las papas al horno a 200º por 1 hora y media aproximadamente, no deben llevar nada, con todo y piel.
2.Aun calientes, partir por la mitad y pelar, machacar con un pisa puré, puede ser también a través de un colador con ayuda de una cuchara. Dejar enfriar tapadas para que no se sequen
3.una vez fría la papa añadir el huevo y mezclarlo todo bien, agregar la harina cernida y la sal.
4.Amasar todo bien hasta que la masa no se pegue con las manos
5.Colocar harina en una superficie limpia y tomar un poco de la masa para hacer unos rollitos alargados en forma de serpiente, repetir este proceso con toda la masa
6.Cortar a lo largo piezas de 2 cm. En este punto se pueden congelar los ñoquis bien enharinados y en un recipiente hermético hasta por un mes.
7.Para cocinarlos. Colocar una olla con suficiente agua con sal para levantar hervor
8.Una vez hirviendo añadir los ñoquis y dejar cocer por 5 minutos, cuando estén listos comenzaran a flotar. Retiraros y reservar con un poco de aceite.
9.Los ñoquis pueden hacerse con variedad de salsas, como de tomate, quesos o pesto como será el caso.

Para el pesto

1.Colocar en la licuadora o procesador, el aceite de oliva extra virgen, el ajo, los piñones, las almendras, la albahaca, sal y pimiento y un chorrito de agua
2.Procesar todo bien y reservar. Puede guardarse en refrigeración hasta 2 semanas.

Para montar

1.Calentar una sartén con un chorrito de aceite y añadir los ñoquis escurridos
2.Agregar 1/2 taza de pesto y dejar a fuego medio por 5 a 10 minutos hasta que se comiencen a dorar.
3.Servir con queso parmesano rallado.

Carne Con Macarrones

INGREDIENTES

- 1 Kg carne de res con hueso tipo chambarete
- Marinada: ajo, perejil, sal y aceite de oliva
- 1 Cebolla grande
- 1 Pimiento rojo grande
- 1 taza de Vino blanco
- Pimentón dulce al gusto
- Pimentón picante al gusto
- Azafrán una pizca
- Laurel 1 hoja
- Jitomate 3 piezas
- Aceite de oliva cantidad suficiente
- Pasta corta 500gr
- Pimiento en conserva al gusto

ELABORACIÓN

1.Marinar la carne con la marinada básica de ajo, perejil, sal, aceite de oliva y vinagre. Reservar en frío.
2.Cocer los jitomates, pelarlos y reservar.
3.Picar finamente la cebolla y el pimiento.
4.En una sartén con aceite de oliva caliente, añadir la cebolla y el pimiento para que se acitronen bien. Agregar el laurel, los pimentones y el azafrán. Añadir el jitomate pasado por un colador para que no se vayan las semillas. Agregar el vino blanco y dejar evaporar.
5.En una olla exprés, colocar el sofrito con vino blanco y la carne previamente sellada. Añadir agua hasta cubrir la carne y cocer a presión por 20 min aproximadamente o según la tabla de cocción de su olla.
6.Colocar la carne con el jugo en una cacerola baja y extendida, agregar la pasta, rectificar sal y sazón. Tapar y cocer por 10 min aproximadamente hasta que la pasta esté al dente. Es importante que tenga suficiente líquido para que lo quede seca, pero tampoco es bueno un exceso de agua.

Cremoso De Cheesecake

Con Helado De Mango Y Crumble De Coco

INGREDIENTES

Para el cremoso de cheesecake

- Queso crema 180gr
- Azucar 80gr
- Crema para montar 200ml

Para el helado de mango

- Mango Manila fresco o congelado 300gr
- Azucar 130gr
- Leche entera 200gr
- Crema ácida 200gr

Para el crumble de coco

- Mantequilla 100 gr
- Azúcar glass 100 gr
- Coco laminado 100 gr

ELABORACIÓN

Para el helado de mango

1. Licuar la pulpa de mango con la crema, la leche y el azúcar
2. Colocar en la máquina para helado por 15 minutos y reservar en congelación

Si no tienes maquina para helado, colocar la mezcla en un bol de metal de preferencia y meter en el congelador, poner una alarma cada 30 min y mover con una espátula miserable de forma envolvente raspando bien las paredes del bol, hacer esto por unas 2 horas o bien hasta ver una consistencia cremosa de helado y reservar en el congelador.

Para el cheesecake

1. Montar la crema con el batidor de globo o maquina hasta que quede bien montada
2. Acremar el queso crema con el azúcar
3. Mezclar le crema montada al queso crema
4. Colocar en cada frasco donde se monta el postre una capa de cheese cake y reservar en frio

Para el crumble de coco

1. Mezclar en un bowl la harina con el azúcar glass, la mantequilla en cubos y el coco laminado.
2. Con la mano integrar todos los ingredientes en un bowl hasta que se combinen bien y se sienta una textura de arena húmeda.
3. Desmoronar con las manos la masa en una charola para horno previamente engrasada
4. Hornear a 180º por 20 minutos y después de los primeros 10 minutos girar la bandeja para que hornee parejo.

Para montarlo

1. Colocar un socoop de helado de mango en el frasco encima del cheese cake bien esparcido.
2. Añadir encima del helado el crumble bien esparcido
3. Colocar unas fresas partidas en cuartos, las frambuesas y la zarzamora encima del crumble junto con una rama de hierbabuena
4. Espolvorear con azúcar glass y colocar una escarcha de azúcar glass en la boca del frasco

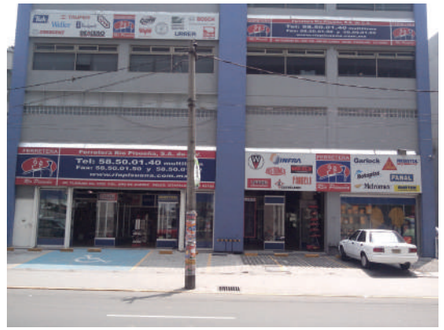
RECETAS

FERRETERA RÍO PISUEÑA S.A. de C.V.

R.F.C. FRP 890718 KG7

SU SOLUCIÓN INMEDIATA

SOMOS EMPRESA LIDER EN EL RAMO FERRETERO



FERRETERA Río Pisueña ®

Av. Tláhuac 1552, Col. Año de Juárez, Iztapalapa México D.F. , C.P. 09780

Tels. 58 50 01 40 Multilinea y 58 50 01 50 Fax
ventas@riopisuena.com.mx
www.riopisuena.com.mx

SOCIO UMEGAL Unión Mexicana de Empresarios Gallegos A.C.

GRUPO CAPITAL

DESARROLLANDO UN NUEVO CONCEPTO ENERGÉTICO

TU MEJOR ALIADO *EN HIDROCARBUROS*

DIÉSEL, GASOLINA, GAS LP, TURBOSINA

Visión moderna

EN EL SECTOR ENERGÉTICO

green energy Tu Estación Ecológica · ADMINISTRADORA CAPITAL · KITS COMPANY · NEC NEW ENERGY CONCEPT · GAS CAPITAL EL GAS DE MÉXICO · ENERGY GAS · GAS CAPITAL · SOMOS TU GAS

www.grupocapital.org

MÁQUINAS | JUEGO EN VIVO | SPORTSBOOK | RESTAURANTE

Grand TOREO®

CASINO

LA COMBINACIÓN GANADORA

ENCUÉNTRANOS EN AV. MANUEL ÁVILA CAMACHO 5, TOREO PARQUE CENTRAL
COL. LOMAS DE SOTELO. C.P. 53390, NAUCALPAN, ESTADO DE MÉXICO, MÉXICO.

FIRST CLASS GUEST
BY COLCHONES CARREIRO®
HOTEL LINE

VIVAMOS LA EXPERIENCIA DE SER UN GRAN HOTEL

www.colchonescarreiro.com
ventas@colchonescarreiro.com
CDMX: 55·5779·8170
Quintana Roo: (01998) 138·4718
Jalisco: 0133·3624·3550
República Dominicana: 809·795·8074

SOCIO
UMEGAL
Unión Mexicana de Empresarios Gallegos A.C.