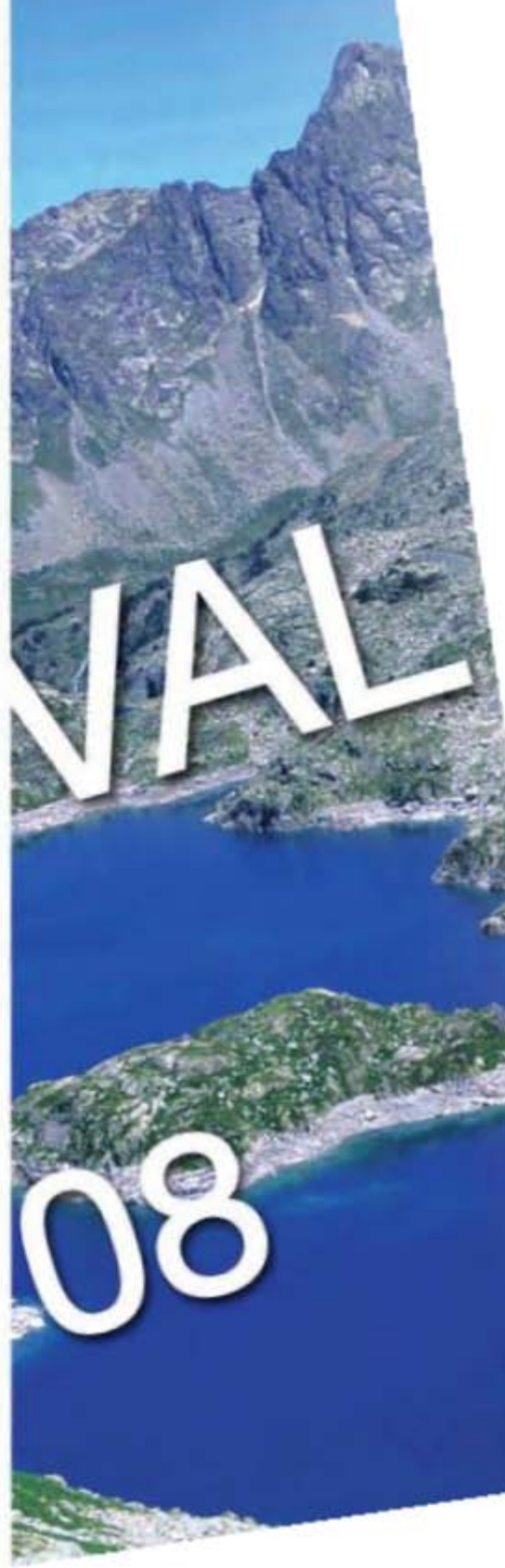


PUBLICACIÓN PROMOCIONAL GRATUITA

Nº 2



07



08



Depósito legal: B-48.551/2006

VIU L'ERANVAL

1 Índice y mapa

2|3 Restaurante Binlarán

4 Las Iglesias del Valle de Arán

5 SKIREV **6|7** Restaurante Esquiró **8|9** Era Escola

10|11 Restaurante Eth Restilhé **12** Salvà Estudi Comunicació

13 Excursiones con raquetas de nieve **14|15** Restaurante

Eth Taro **16|17** Hotel Irene **18|19** Restaurante Gustavo

y M^aJosé **20** Free Mountain **21** SPA fever **22|23**

Restaurante Casa Irene **24** El Divino **25** El

Valle en verano **26|27** Restaurante Ticolet **28**

Naut Viajes **29** Descubre el Heli-Ski **30|31**

Restaurante Urtau **32** Fotografía profesional

33 Alps Exclusivity & Service

CP Hewlett-Packard

ÍNDICE

Si les hablan de un lugar donde se concentra la mayor densidad de románico europeo por Km²., no es la Lombardia; o si les llevan a un Parque Nacional con casi 200 lagos y que en una jornada puedan recorrer casi 40, no es Escandinavia; o si les hablan de un valle con una media de 20 grados en verano, unos hayedos vírgenes, donde cohabitan endemismos únicos de flora y fauna, con una raza propia de oveja en los más extensos pastos alpinos de la cordillera, no son los Alpes.

Aunque desde el s. XIX se la conoce como la pequeña Suiza: es Era Val d'Aran. Unos habitantes orgullosos de su tierra y de su cultura propias, como de su idioma, la milenaria lengua d'Oc, conocida desde el siglo IX y llamada hoy occitano por los cuatro estados europeos donde la usan unos 2 millones de personas entre el sur de Francia, el norte de Italia, Mónaco y el Pirineo Aranés, donde se hizo lengua oficial en 1990, la quinta en territorio español.

Era Val d'Aran es conocida por el dominio esquiable más grande de las estaciones españolas, pero no podemos olvidar su renombrada gastronomía, sus servicios de turismo termal, empresas de turismo activo, eventos nacionales e internacionales como la Vuelta, el Tour, etc..

Pero en el Valle de Arán, hay más actividades por descubrir, como el turismo cultural, científico o simplemente de observación de la naturaleza, a través de Aran Culturau, la Agrupación de Guías Turísticos, Guías Correo y de senderismo, y Guías-Interpretadores del Parque Nacional de Aigüestortes vertiente aranesa.

Sabían que tenemos mas de 300 km. de senderos marcados y otros tantos de pistas forestales, con acceso autorizado a más de 2000 m. de altitud y acceso autorizado al interior del Parque gracias a los Taxis 4x4 de las comarcas de esta zona del Pirineo Central, con la posibilidad de realizar tanto rutas a pie como rutas combinadas con vehículos.

Feliz estancia entre nosotros
y sean todos bienvenidos.





Tú Club de Esquí en el Valle de Aran

Nhèu Primavera · ProCompetición · Senior Ski Training

TOSHIBA
Leading Innovation >>>


O'NEILL



Información y reservas:

Pansaueth, 4 · 25598 · Salardú · Val d'Aran · Telf.: 973644186 · www.alps.com.es · info@alps.com.es



Carrer dera Hònt, 2
25559 Arties
T: 973 641 058
Val d'Aran

Una temporada més, un màxim exponente de
cocina contemporànea y agradable ambiente en
el corazón de Arties. Javier e Inma harán de nuestra
estancia y comida un tiempo de ocio y disfrute
diferente del habitual.



restaurante
Bini Aran

Restaurante Biniarán le presenta su

Entrecote Café de París

Ingredientes | 1 Kg. de mantequilla, 60 grs. de tomate, 25 grs. de mostaza, 50 grs. de perejil, 5 grs. de tomillo, 2 grs. de romero, 1 ajo, vino de madera, 40 grs. de curry, 250 grs. de escalonias, 1 cucharón de cognac, 10 filetes de anchoa, pimienta y sal.

Preparación | Triturar todos los ingredientes y mezclarlos con la mantequilla. Se fríe el entrecote y se filetea; acto seguido ponemos la mantequilla sobre el entrecote. Se sirve acompañado de ensalada y chips de patata.



TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE





ERA ESCOLA
BAQUEIRA - BERET



Tu escuela!

Esquí alpino · Snowboard · Esquí nórdico · Telemark



Tel. 902 218 228 · www.eraescola.com
info@eraescola.com





SKI CAMP
ERA ESCÒLA



ERA ESCÒLA
BAQUEIRA - BERET

El programa
específico
de ERA ESCÒLA
para los
más pequeños



Tel. 902 218 228 · www.eraescola.com
info@eraescola.com





Baqueira, 1500
Edificio Mauberme
25598 Naut Aran
T: 973 64 54 30
Val d'Aran

Uno de los pioneros de la hostelería en Baqueira, que ha visto crecer la estación a la vez que lo hacían ellos en fama y experiencia culinaria. Si hablamos de productos marinos, sin duda hemos de referirnos al puerto de mar que tenemos disponible en la cota 1.500. Con Manel a los fogones e Isabel en sala, nos situaremos en 1ª línea de playa de la costa aranesa.



ESQUIRÓ



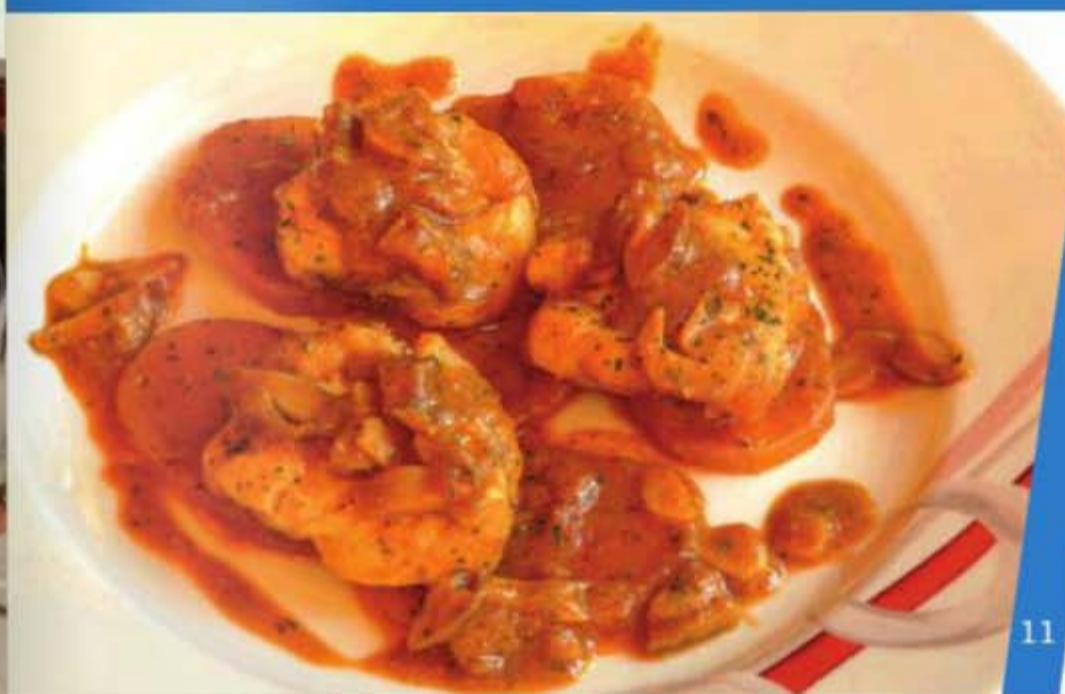
Baqueira, 1500
Edificio Mauberme
25598 Naut Aran
T: 973 64 54 30
Val d'Aran

Restaurant Esquiró le presenta su

Cazuela de rape con setas

Ingredientes | 1 rape fresco, surtido de setas, patatas
panadera, fumet de pescado "Esquiró", cognac, aceite, sal,
pimienta

Elaboracion | Freír el rape, flambearlo con cognac, salpimentar.
Agregar las setas y las patatas.
Finalmente añadir el fumet de pescado "Esquiró".
Cocer a fuego lento durante 10 minutos.
Emplatar y listo para servir y comer!!!!



TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE





"YHI SPA" ~ GUARDAESQUÍES CON CALIENTABOTAS ~ CAMAS "DREAMAX"

MELIÁ ROYAL TANAU

EL HOTEL MÁS COMPLETO DE BAQUEIRA.
AHORA MÁS.

MELIÁ ROYAL TANAU Boutique Hotel • Ctra de Beret, s/n. Naut Aran, 25598 Baqueira Beret, Lleida, España
T. (+34) 973 64 44 46 Fax. (+34) 973 64 43 44 - e-mail: melia.royal.tanau@solmelia.com



Sol Meliá Hotels & Resorts, *Todo es posible.* Meliá • Tryp • Sol



~ INTERNET ~ RESTAURANTE A LA CARTA "ETH CAUDER"

DESDE SIEMPRE, EL HOTEL MÁS EXCLUSIVO DE BAQUEIRA: AHORA, ADEMÁS, TOTALMENTE RENOVADO Y CON UN NUEVO CONCEPTO DE SPA ÚNICO EN LA ZONA: YHI SPA, LA MÁS EXQUISITA EXPERIENCIA APRÈS-SKI. O LAS SENSUALES CAMAS "DREAMAX" EXCLUSIVAS DE MELIÀ. PERO CON LA GASTRONOMÍA Y LA PASIÓN POR EL SERVICIO DE SIEMPRE. POR ALGO SOMOS PARTE DE LOS EXCLUSIVOS "LUXURY LIFESTYLE".

MELIÀ
HOTELS & RESORTS

PASIÓN POR EL SERVICIO

INFO & RES:
En su Agencia de Viajes,
en solmelia.com o llamando
al 902 14 44 44

• Paradisus • Sol Melià Vacation Club • Luxury Lifestyle. solmelia.com



Plaça Carrera, 2
25599 Garòs
Telefon: 973 641 539
Val d'Aran

Uno de nuestros restaurantes más clásicos se encuentra en el bonito pueblo de Garòs. En un entorno rústico y acogedor. En su bien elaborada cocina podemos degustar los deliciosos platos típicos del valle, preparados con los mejores productos, de la mano de su propietario Carlos, que coge el relevo de sus padres Emilio e Isabel. Eth Restilhé está abierto en temporada de invierno y de verano, cerrando los domingos.



"Eth Restilhé"

Restaurante Eth Restilhé le presenta su

Olla aranesa

Ingredientes: Tocino blanco salado, gallina, oreja y morro de cerdo, hueso de jamón, una cabeza de ajos y cebolla. Patatas y col troceadas, zanahorias en rodajas, puerros y apio enteros. Longaniza, butifarra negra, pelota (carne picada, mitad cerdo, mitad ternera, huevo, miga de pan, sal, pimienta, ajo y perejil), alubias previamente cocidas, fideos y arroz.

Preparación: Poner en una olla grande, agua fría, sal y los primeros ingredientes. En cuanto empiece a hervir, bajar el fuego y espumar. Dejar hervir a fuego lento 30 minutos. Transcurrido este tiempo añadir las verduras. Subir el fuego y, en cuanto reemprenda el hervor volver a bajar el fuego. Dejar hervir otros 30 minutos. Aprovechar este tiempo para preparar la pelota. Transcurrido el tiempo, añadir la pelota y las butifarras y repetir el proceso de hervido descrito en el primer paso. Para finalizar, incorporar las alubias, los fideos y el arroz.

Transcurrida media hora podemos apagar el fuego. A continuación sacamos la cebolla, los ajos, los puerros y el apio, que desecharemos.

Sólo queda añadir las butifarras y la pelota troceadas, ahora ya está lista para servir. Este plato se puede comer recalentado al día siguiente y mejorará su sabor aún más.



TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE





HP recomienda Windows Vista® Home Premium



Tu ordenador
VIVE A SER PERSONAL

¡ESPECTACULAR!

LO MIRAS COMO LO SERÁS

HP te invita a descubrir un nuevo concepto de ordenador portátil con el HP Pavilion tx1000 Entertainment Notebook PC. Gira la pantalla 180 grados para compartir tus fotos y películas, conviértelo en una pizarra electrónica para escribir tus notas a mano, o si lo prefieres, disfruta de toda la acción con su innovadora pantalla táctil de 12.1".

Bienvenido a un nuevo punto de vista en movilidad, entretenimiento y diseño.



Mando a distancia



Pizarra electrónica



Pantalla táctil giratoria

WWW.HP.COM/PERSONAL



© Copyright 2007 Hewlett-Packard Development Company, L.P. La información contenida en este documento está sujeta a cambios sin previo aviso. HP no se responsabiliza de los errores u omisiones técnicas u editoriales que pudiera contener el presente documento. AMD, el logotipo en forma de triángulo de AMD, AMD Athlon, AMD Turion, AMD Geode, AMD Sempron, AMD C-Series, Cool'n'Quiet y los contenidos de esta sin marcas comerciales de Advanced Micro Devices. La tecnología Intel® Vista Protection™ (VPP) sólo se puede utilizar con determinados sistemas operativos entre los que se incluyen los versiones actuales de Microsoft® Windows®, Linux, Solaris y BSD Unix. Este artículo complementa la versión actualizada del sistema operativo. Los usuarios deben activar la protección de sus aplicaciones y archivos asociados contra los falsos alarmas de la memoria intermedia. Consulte la documentación del sistema operativo para obtener información sobre la utilización de VPP. Póngase en contacto con su proveedor de software para obtener información relativa al uso de la aplicación junto con VPP. AMD recomienda específicamente que los usuarios sigan incluyendo software antivirus de terceros como parte de su estrategia de seguridad. Microsoft y Windows son marcas registradas por Microsoft Corporation en Estados Unidos, Windows Vista es una marca registrada de Microsoft Corporation en Estados Unidos y en otros países. Algunas funciones de productos Windows Vista requieren hardware adicional o actualización. Para obtener más información, visite <http://www.microsoft.com/windows/vista/requirements>. Los datos proporcionados se basan en un único análisis de Hewlett-Packard España, S.L. (HP) para fines de marketing, ventas y soporte de productos informáticos. HP podrá compartir sus datos con otras empresas del grupo Hewlett-Packard (dentro o fuera de Europa) con la misma finalidad. Se desea agradecer sus derechos de acceso, modificación o cancelación, envíenos un correo electrónico a privacy@hp.com.



HEAD

head.com



NO RECES PIDIENDO NIEVE. ¡HAZ ALGO!

El calentamiento global es la causa principal de que cada vez haya menos nieve en algunos sitios. Pero posteriormente, la falta de nieve será uno de los problemas más pequeños del mundo. HEAD es un partner oficial de Cool Earth, una organización decidida a congelar el calentamiento global, ligando capital importante a nuestros recursos naturales. Las selvas tropicales maduras son los pulmones verdes de la Tierra. Cool Earth lucha contra la deforestación y ocupa una posición líder en la protección ecológica. El esquiador de la COPA MUNDIAL, **BODE MILLER**, apoya a Cool Earth. Así debes hacerlo tú también. Pincha en coolearth.org y aprende más sobre lo que puedes hacer.

 **coolearth**

termas, caviar y relax...

PROGRAMA DE ACTIVIDAD

Visita guiada a piscifactoría.

Estamos convencidos de que este es el único emplazamiento donde tenemos una actividad de cultura y ocio ligada a una producción de Caviar y Carne de Esturión, además de estar en un entorno excepcional a nivel medioambiental, calidad y turístico como es la Val d'Aran.

Queremos ser un lugar de información sobre el esturión y sus huevas, su historia, los peligros que le amenazan y también su gastronomía, cata, comercio.

Entrada a Circuito Termal, Termas Baronía de Les.

Podréis disfrutar de un circuito termal compuesto de: aguas sulfuradas, vaporarium, sauna, sala de mármol templado, fuente de hielo, jacuzzis colectivos a temperatura variable, pediluvio, pista de reflexología podal, piscina termal interior y exterior.

Degustación de Caviar Nacarii amenizado con copa de cava.

Deleitosa experiencia para todos los sentidos. Un reto para tu imaginación.

Tiempo estimado: de 3 a 4 horas.

Horarios: Jueves y Sábados a las 16:00 hs

Actividad complementaria:

Tratamientos Faciales y Corporales con Caviar Nacarii.

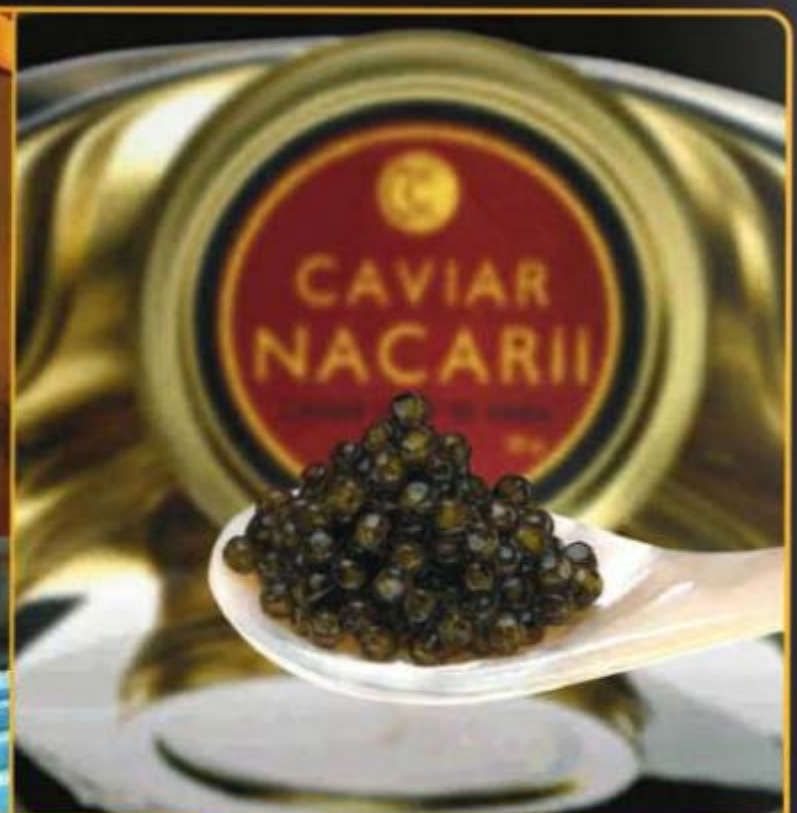
Información y Reservas

T. 973 64 8717

info@termasbaroniadeles.com

www.termasbaroniadeles.com

...en el valle de aran



CAVIAR  NACARÍI

LES - VALLE DE ARAN
www.caviarnacaríi.com



TERMAS
BARONÍA DE LES



Carretera a Baquèira, 1
25599 Arties
Telefon: 973 642 558
Val d'Aran

El más joven de nuestros restaurantes, está regentado por M^aCarmen, Cristina y Óscar, y se encuentra ubicado en Arties, al lado del parador. El Taro nos ofrece una cocina moderna e innovadora con originales platos minuciosamente elaborados. Abierto todo el año excepto el mes de mayo. Cierra los domingos.



Restaurant Eth Taro le presenta su

Ensalada templada de bacalao con velo de pimiento

Para la ensalada

- Rúcula, acelga roja, escarola frise, lollo rosso
- Preparan una vinagreta con 50 g de aceite de oliva, 8 g de vinagre de jerez, sal y pimienta

Para la rosti

- Hervir 2 patatas medianas durante 20 minutos, enfriar y guardar en la nevera
- Rallar las patatas frías y extenderlas en una sartén antiadherente al fuego hasta que quede como una tortilla crujiente

Para el romesco

- 3 tomate maduros, 3 dientes de ajo, 2 ñoras secas, 100 g. de avellana tostada, 100 g de almendra tostada, aceite de oliva, vinagre y sal
- asar los tomates, freír los ajos, y sacar la carne de las ñoras puestas en remojo. Triturar todo con el turmix e ir añadiendo el aceite montándolo. Rectificar de vinagre y sal

Para el velo de pimiento

- pasar tres pimientos rojos por la licuadora, llevar a hervir, salar y añadir gelatina remojada. Extender en una bandeja bien fino y dejar gelatinar

Otros:

- taco de bacalao confitado a 70° durante 15 minutos
- Montaje en un aro colocar un poco de ensalada, encima la rosti con el bacalao troceado y aliñar el conjunto con el romesco aliñar el resto de ensalada con la vinagreta y envolverlo con el velo de pimiento. Colocar al lado del bacalao



TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE





En pleno corazón del precioso pueblo de Artés se halla el hotel Casa Irene. Uno de los más antiguos y prestigiosos establecimientos del Valle de Arán. Situado en el centro del valle y a sólo 6 km. de las pistas de esquí, Casa Irene se distingue por su confort y el selecto trato que ofrece. Con unas instalaciones totalmente reformadas y dotadas de las máximas comodidades, destaca la marcada personalidad de sus habitaciones vestidas con una cuidada decoración y totalmente distintas entre ellas.

Entre sus excelentes servicios, que incluyen su restaurante, cabe remarcar el Spa de nueva creación atendido por personal especializado, con titulación y experiencia en el área de la salud. Se sentirá nuevo después de disfrutar de la sauna finlandesa, un baño de vapor, las duchas de contraste o el hidromasaje. Especialmente después de un día de esquí.

Todo en un ambiente de total atención, exclusivo y personalizado, en el que procuramos que los detalles hagan que todo sea diferente.



HOTEL CASA IRENE
Arties

Donde el detalle es la gran diferencia

C/ Mayor, 3 • 25599 Arties • Tel.: 973 644 364 • www.hotelcasairene.com



Carrer Marrèc, 14
25530 Vielha
Telefon: 973 642 419
Val d'Aran

En el centro de Vielha tenemos uno de los clásicos del Valle, el pequeño y siempre concurrido rincón de Gustavo y Mª José, Era Mola, que lleva años siendo la referencia del Medio Aran. Platos del país, con esencia francesa. Desde 1981 siendo pioneros en el valle. Abierto en invierno y verano.



Restaurante Gustavo y M^aJosé le presentan sus

Manitas de cerdo rellenas de setas, con salsa al Oporto

Ingredientes | Manitas -1 por persona-, puerro, zanahoria, hierbas provenzales, ajos tiernos, oporto, redaño (membrana grasa, lisa en forma de redecilla, que envuelve el estómago, intestino, hígado, etc. del cordero, cerdo, vaca, etc.).

Preparación | Se hierven las manitas 10 minutos para limpiarlas, finalizando con estas bajo el grifo de fresca agua; a continuación se las pone junto con puerro, zanahoria y hierbas provenzales, y agua abundante en una olla hasta que hierva. Una vez en el punto de ebullición, bajaremos el fuego y las tendremos 4 horas a fuego lento. Sacamos las manitas y las deshuesamos, las rellenamos de setas y ajos tiernos y las envolvemos con el redaño. De ahí al horno para que se dore, unos minutos... y a emplatar! A una reducción de vino de oporto, le añadimos un poco de salsa española (caldo de carne oscuro), y lo dejamos que ligue unos minutos a fuego lento... rociamos sobre la manita ya dorada y crujiente y... ¡a comer! Se puede decorar con trufa y pimienta a la hora de emplatar, según gusto.

TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE



Las gafas en los últimos años se han transformado en un objeto relacionado con la imagen, ahora no sólo buscamos que nos protejan los ojos durante la práctica de esquí, escalada, etc..., sino que además, deberán servir para cualquier uso, a la vez que nos favorezcan estéticamente.

Cuando buscamos una gafa para deportes de invierno, deberemos tener en cuenta varios aspectos sobre su calidad: la categoría del cristal, el material, su resistencia a impactos, finalmente su peso y comodidad. Podemos encontrar gafas con lentes de categoría 1 (transparentes para usarlas con mal tiempo), categoría 2 (para tiempo cubierto), categoría 3 (para fuerte luminosidad) y categoría 4 (para sol intenso, no recomendadas para conducir). Los rayos ultravioletas son los más conocidos, y desde la categoría 3 las lentes son 100% absorbentes a dichos rayos, los más nocivos. En los deportes de invierno, debido a la altitud, también debemos tener en cuenta otros factores, como las radiaciones de infrarrojos y la luminosidad visible, que es más importante en alta montaña por la cercanía del sol. Esta es, en definitiva, la diferencia que encontramos con una buena gafa de montaña o esquí o una gafa de sol de moda.

Los colores de las lentes determinan en gran medida el uso que podremos darles:

Gris-Verde: Los cristales grises absorben siempre la misma cantidad de luz sin importar la longitud de onda y permiten un rendimiento excepcional de los colores naturales. Se recomiendan para uso prolongado y conducción.

Marrón: Aportan una visión constante en los terrenos irregulares. Mejoran los contrastes y subrayan los detalles. Recomendados para los deportes de invierno y lugares de fuerte luminosidad.

Naranja- Amarillo: El color naranja en la lente es muy útil para condiciones de baja luminosidad o niebla puesto que filtran la luz azul de modo importante, impidiendo el deslumbramiento. Las lentes naranjas también están muy indicadas para el golf porque permiten aumentar el contraste de la bola blanca con el verde del césped y el azul del cielo.

Rosa: Los cristales color rosa mejoran los contrastes y subrayan los detalles. Filtran la luz azul de modo importante impidiendo el deslumbramiento. Son más versátiles que los cristales naranja.

En definitiva, a la hora de escoger unas gafas para cualquiera de los deportes que deseemos practicar, hemos de tener en cuenta todos estos factores, con el fin de proteger nuestros apreciados órganos oculares, de los rayos del sol, infrarrojos y altas luminosidades.



Press Esc to exit full screen mode



 **CÉBÉ**

PROTECTION INSTINCT

AMBIENTS

AMBIENTS



Carrer Major, 3
25559 Arties Val d'Aran
Tel.: 973 644 364
info@hotelcasairene.com
www.hotelcasairene.com

Fundado en 1973 por Doña Irene España, se encuentra en el precioso entorno del pueblo de Arties. Andrés, M^a José e Irene regentan la sala y los fogones de este clásico de la cocina nacional de máximo nivel, reconocido por los más exigentes paladares del país.




IRENE
CASA IRENE
Arties

Casa Irene le presenta su

Codillo de cerdo crujiente con verduras ala griega y crema de berros

Ingriedientes | 4 pax., 2 - Codillos de cerdo deshuesados, Sal gruesa y pimienta fina, Clavo en polvo, 1/2 Kg de manteca de cerdo. Verduras: 100 gm Lentejas verdes del Puy cocidas, 50 gm de zanahorias en daditos escaldadas, 50 gm de calabacín escaldado en daditos, 50 gm de apiorrabano escaldado en daditos. Vinagreta a base de zumo de limón, mostaza fina, vinagre de , aceite de oliva sal y pimienta al gusto. La crema de berros, se compone de 100 gr de nata liquida, 50 gr de queso fresco acido, zumo de limon, mostaza sal pimienta y jugo de berros licuados,

Elaboración | Empezaremos cubriendo con sal gruesa, pimienta y las especias, los codillos durante 5 horas, pasado ese tiempo, los lavaremos con agua corriente y los cubriremos de manteca en una cazuela y los pondremos a fuego lento durante 2 horas aprox. Una vez confitados, los quitaremos del interior de la manteca y los dispondremos en una bandeja de horno y los hornearemos a 220 grados hasta que la piel este crujiente. Lo acompañ'96aremos de las verduras marinadas con la vinagreta y salsearemos con la crema de berros.

TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE



UN PARAISO PARA LOS LÍQUENES

por M^a JOSE CHESA*

Los líquenes son organismos que están formados por la asociación de **hongos y algas**. Los líquenes, mediante esta peculiar simbiosis, consiguen colonizar espacios que son inhabitables para el resto de seres vivos. El alga realiza la fotosíntesis y consigue el alimento, el hongo protege a las algas de las variaciones de temperatura y de humedad.

Los líquenes pueden sobrevivir en lugares como el desierto de Atacama, que es el más seco del mundo, en la Antártida e incluso han conseguido subsistir en el espacio, a las condiciones extremas de radiación, según el experimento realizado por científicos españoles en el proyecto **LICHENS**:

Los líquenes son **bioindicadores** del grado de pureza ambiental de una región. En la actualidad se han caracterizado diversas especies de líquenes para biomonitorizar la presencia de agentes contaminantes en la atmósfera.

El aire puro que se respira en el Valle de Aran hace posible la presencia de una gran diversidad y cantidad de flora líquénica, un **verdadero paraíso para los líquenes**.

Las técnicas de **liquenometría**, que consisten en el estudio de las especies así como el crecimiento de los talos líquénicos, permiten datar con gran precisión hechos producidos en el pasado. En la actualidad se están estudiando glaciares, monumentos, edificios mediante la observación y caracterización de los talos líquénicos.

Podemos destacar los siguientes usos de los líquenes:

En el antiguo Egipto, los líquenes ya se utilizaban como tintes y para embalsamar a las momias.

Evernia Prunastri se utiliza como fijador de perfumes y es conocido como "musgo de roble".

En Japón es muy apreciada la especie *Umbilicaria esculenta*, como deliciosa ensalada. *Lobaria pulmonaria* ha sido utilizada como tratamiento para las afecciones pulmonares.

La especie *Cetraria islandica* se toma en el norte de Europa como infusión y también se utiliza para elaborar caramelos.





SPORTZUN S.A.
Claudio Coello
78 Bis - 28001
Madrid

ONEILLEUROPE.COM





Edificio Besiberri
25598 Baquèira
Telefon: 973 645 477
Val d'Aran

El Restaurante Ticolet está ubicado en el corazón de Baqueira, en el núcleo 1.500. Es uno de nuestros restaurantes con más larga trayectoria. Fue fundado en 1.975 y está regentado por la entrañable familia España, Don José y sus hijos Alex y Guillermo. El Ticolet nos sorprende cada año con nuevas y deliciosas propuestas gastronómicas, además de su ya conocida y exquisita carta de platos propios y de caza. Está abierto todos los días durante la temporada de invierno y todo el mes de agosto en verano.

RESTAURANTE



Restaurante Ticolet le presenta su

Bomba chocolate al aroma de té con helado de amaretto

Ingredientes | 375 gr cobertura chocolate con leche,
375 gr cobertura chocolate negro, 1 litro de nata líquida
35 gr de té, 9 huevos, 250 gr de azúcar

Elaboración | Cocer el azúcar a 121° y verter sobre las 9 yemas de huevo, batir hasta enfriamiento.

Infundonar los 35 gr de té con 500 gr de nata, colar y echar sobre los dos tipos de cobertura.

Mezclar esta crema de chocolate con la mezcla anterior de azúcar y yemas añadiéndole 500 gr de nata montada

Poner en moldes



TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE



PROCESO DE ELABORACIÓN DEL CAVA

por ALBERTO PENNÁNUEZ

El Cava es un vino o mezcla de diferentes variedades que es elaborado mediante un proceso de doble fermentación.

Las variedades de uva blanca consideradas principales son: Macabeo, Xarel.lo y Parellada y junto a ellas el chardonnay y la Subirat Parent y 2 variedades de uva tinta: Garnacha tinta y Monastrell.

Sólo para la elaboración de cavas rosados se autorizan otras dos variedades tintas: Pinot Noir y Trepát.

Una vez el fruto ha sido recolectado y vinificado a través de la primera fermentación obtenemos lo que se denomina vino base. Se realiza la mezcla de vino base de las variedades escogidas con levaduras vínicas, sacarosa o mosto de uva concentrado. Se procede al llenado de las botellas y bajada a las cavas en posición horizontal durante al menos 9 meses, 15 para los reservas y 30 para los grandes reservas. Las levaduras consumen el azúcar y provocan la 2ª fermentación en el interior de la botella y el anhídrido carbónico que se desprende se integra en el vino. El motivo de que el vidrio de la botella sea grueso se debe a la alta presión que ha de soportar en este proceso y la temperatura baja junto con la oscuridad y ausencia de ruidos de la cava son un factor importante para que se desarrolle con la mejor calidad.

Seguidamente se realiza el removido con el que conseguimos llevar al cuello de la botella los sedimentos de las levaduras y después mediante el degüelle extraerlos.

Posteriormente se realiza el encorchado, pudiendo adicionar licor de expedición. Si no se adiciona obtendremos Brut Nature; en otro caso y dependiendo de la cantidad de azúcares residuales será Extra Brut, Brut, Seco, Semiseco o Dulce.

Ahora sólo nos queda “vestir” la botella, aquella misma que en su día se llenó con la mezcla, que ha sufrido un largo proceso de transformación y crianza para el disfrute del consumidor.



one

C
A
V
A

Made for Life

Los mejores expertos ya han confiado
en nosotros... ¿y usted?



Medalla de Plata del Salón
Internacional del Vino

Elaborado por Artesanos del Vino Valencia S.L. **Requena**
one@artesanosdelvino.com Tel. 96 353 43 63



La morfología y orientación del Valle de Aran nos sigue guardando algunos secretos. Con el frío del invierno todo se transforma. Aparece la montaña invernal congelando cascadas, canales y corredores por donde fluye el agua y gracias a las bajas temperaturas, aparece con distintos tonos de colores, el hielo. Con ese panorama, lo mejor que podemos hacer para fundirnos con las montañas es la escalada en hielo, toda una experiencia.

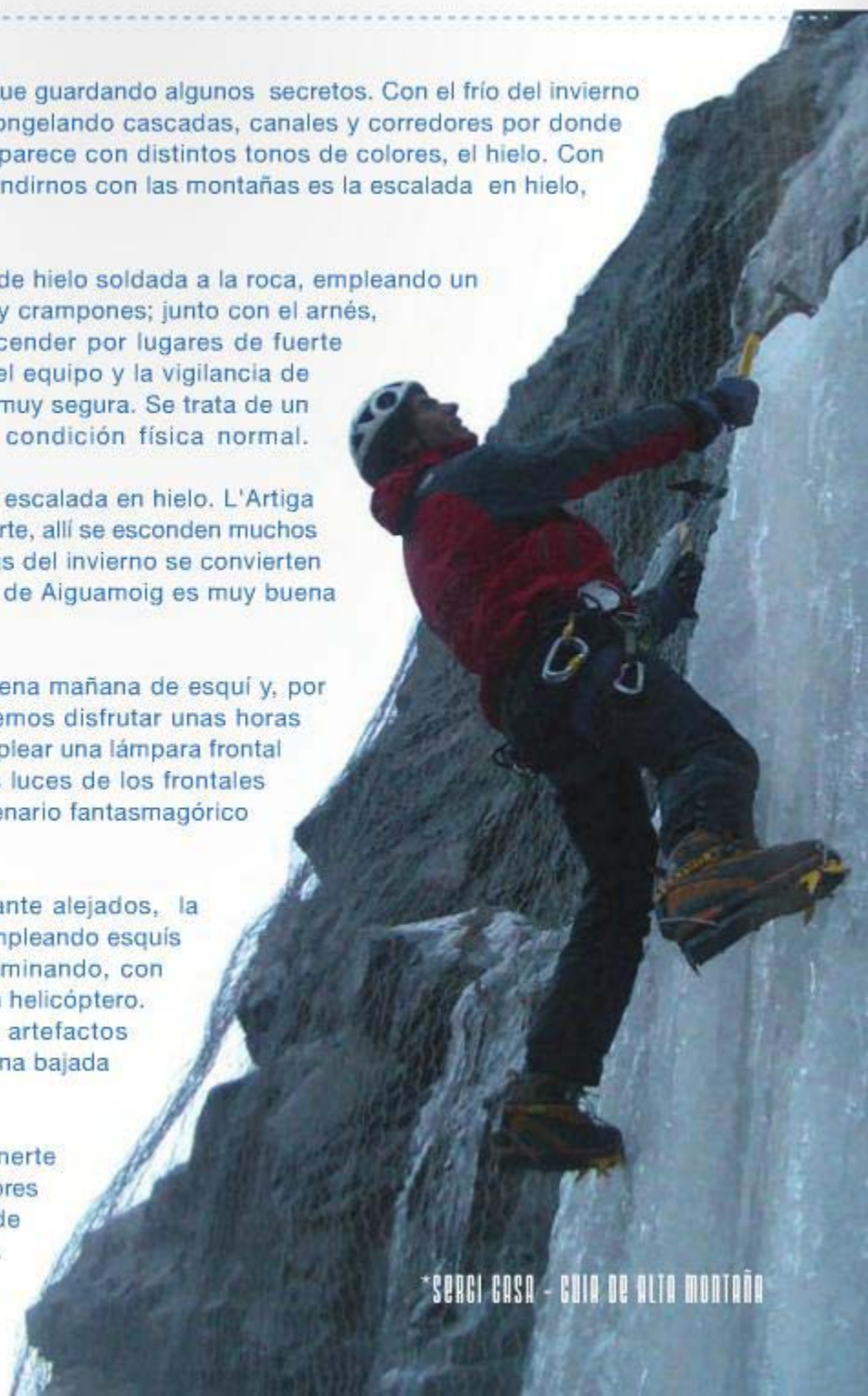
Esta actividad consiste en ascender por una masa de hielo soldada a la roca, empleando un material específico para esta actividad, los piolets y crampones; junto con el arnés, la cuerda, mosquetones y tornillos, podremos ascender por lugares de fuerte inclinación, entre 45° y 100°. El empleo correcto del equipo y la vigilancia de ojos expertos harán de esta práctica una actividad muy segura. Se trata de un deporte apto para todos los públicos con una condición física normal.

En el Valle encontramos dos grandes zonas para la escalada en hielo. L'Artiga de Lin, un valle perfecto para la práctica de este deporte, allí se esconden muchos barrancos y canales que, con las bajas temperaturas del invierno se convierten en bonitos itinerarios de todos los niveles. La zona de Aiguamoig es muy buena para realizar bautizos de hielo.

Esta actividad se puede compatibilizar con una buena mañana de esquí y, por la tarde, aprovechando las zonas de umbría, podremos disfrutar unas horas de escalada en hielo. En ocasiones es necesario emplear una lámpara frontal para terminar nuestra aventura. El anochecer y las luces de los frontales mezcladas con el hielo de la cascada crean un escenario fantasmagórico y mágico, imposible de olvidar.

Puesto que algunos enclaves se encuentran bastante alejados, la aproximación más común a las cascadas se hace empleando esquís de montaña o travesía, aunque se puede subir caminando, con raquetas de nieve, quad, moto de nieve o incluso en helicóptero. Aquellos que accedan al hielo con esquís u otros artefactos deslizantes, podrá disfrutar del placer adicional de una bajada por nieve fresca.

¿Quieres probarlo? Es muy sencillo: basta con ponerte en manos de los Guías de Alta Montaña. Son los mejores conocedores de las zonas, y ellos se encargaran de gestionar la seguridad y hacer que disfrutes al máximo.



EL DIVINO

A R T I E S



Dera Hònt, nº5 - 25599 Arties
Val d'Aran. Tel.: 973 644 486
e-mail: divinoarties@yahoo.es

MÚSICA & COPAS



Plaça Urtau, s/n
25599 Arties
Telefon: 973 640 926
Val d'Aran

Urtau apostará una temporada más, y ya hacen cuatro, por la cocina de autor de Mikel López, que, proveniente de la gastronómica tierra Vasca, aportará a los fogones araneses un toque de distinción y elegancia.



Restaurante Urtau le presenta su

Taco de rabo de buey estofado con arroz bomba encostrado

Ingredientes | 3 cebollas, 4 zanahorias, 1 puerro, 100ml de brandy,
400ml de vino tinto, 400ml de oporto, harina, sal, pimienta, aceite,
agua, 1 cucharadita
de agar-agar en polvo, una nuez de roux

Elaboración | salpimentamos el rabo troceado, enharinamos y freímos
a fuego fuerte hasta dorar. Picamos y pochamos la verdura hasta
dorar, añadimos el rabo, brandy, vino y oporto. Dejamos reducir,
cubrimos de agua y dejamos cocer unas cuatro horas. Deshuesamos
el rabo. Ligamos el caldo con el agar-agar. Mezclamos todo,
rectificamos de sal y lo colocamos en moldes a enfriar.
Para el arroz, salteamos verduras cortadas finas, añadimos el arroz
y rehogamos con el caldo, lo guardamos en forma de hamburguesas.
En una sartén bien caliente marcamos el taco y el arroz, los colocamos
en el plato, rehogamos la carne con la salsa sobrante y que aproveche.



TENEMOS EL PLACER DE RECOMENDARLE



restaurante
Bini4raN

ESQUIRÓ



"Eth Restilhé"



SI DESEAS CONOCER
LAS NOVEDADES DE LOS RESTAURANTE ...
SI QUIERES ESTAR INFORMADO DE LAS
ACTIVIDADES GASTRONÓMICAS DEL MOMENTO ...

Envía un correo electrónico con tus datos personales a: viueraval@alps.com.es





ALPS

Exclusivity & Service

**Personal TOP Esqui
Spring
Mountain
Incentives
Company**



**Montanha Aran Club
Adventures**

**Winter
Team motivation
Exclusivity & Service**

**Aran Experience
Team building**

**Management
Summer
Rivers**



**Wild
Events
Nature
Sports
Feelings**

Información :

Pansaueth, 4 · 25598 · Salardú · Val d'Aran · Telf.: 973644186 · www.alps.com.es · info@alps.com.es



El abominable coche de las nieves

Un Touareg con 4Motion se desenvuelve sin problemas en cualquier hábitat. Especialmente en paisajes helados. Su morfología le permite vivir largas temporadas en la montaña y sobrevivir sin problema a las estaciones más duras. En sus ruedas esconde la tracción integral 4Motion, que reacciona en milésimas de segundo al primer síntoma de deslizamiento. Lo que hace del frío o de la nieve o de la ausencia de asfalto sus distracciones favoritas. O incluso que su dieta se componga de puertos nevados o de curvas mal peraltadas. **Touareg.**

Tracción 4Motion disponible en Golf, Passat, Passat Variant, Sharan, Touareg y Phaeton.

Touareg
in motion

Emoción sin límites: programa exclusivo de aventura y conducción para clientes Touareg. www.touareginmotion.com



Das Auto.