

# MERCADO CENTRAL



ZARAGOZA

Nº 15  
SEPTIEMBRE 2023



# TU COMPRA ONLINE TAMBIÉN EN EL MERCADO CENTRAL



*¡Haz que brille de nuevo!*

Necesitamos tu apoyo para la recuperación de la Cámara  
Haz tu aportación: ES90 2085 8425 8503 3006 3657  
Más información: [comunicacion@camarazaragoza.com](mailto:comunicacion@camarazaragoza.com)

**Cámara**  
Zaragoza





### Consejo Editorial

Esther Pérez Albuixech

Presidenta de la Asociación de  
Detallistas del Mercado Central

Fernando Benito Giménez

Gerente del Mercado Central Lanuza

José Luis Alcázar

Responsable de Comunicación  
de la Asociación de Detallistas  
del Mercado Central

Todos los derechos reservados.  
Queda prohibida la reproducción  
total o parcial de los datos, textos y  
fotografías sin autorización expresa  
del editor. LA REVISTA DEL MERCADO  
CENTRAL no se responsabiliza de las  
opiniones de sus colaboradores.

# Editorial

## La transformación digital de los mercados tradicionales

En un mundo cada vez más digitalizado y conectado, la modernización de los mercados tradicionales se ha convertido en una necesidad imperante. Estos icónicos lugares, que han sido el corazón de nuestras comunidades durante generaciones, están evolucionando para adaptarse a las demandas cambiantes de la sociedad contemporánea. La incorporación de nuevas tecnologías, la presencia en redes sociales, los tours virtuales, las páginas web y las tiendas en línea, entre otras herramientas digitales, están revolucionando la forma en que compramos y experimentamos los mercados de toda la vida.

Uno de los cambios más notables es la adopción de las nuevas tecnologías. Los mercados tradicionales están integrando sistemas de punto de venta modernos y soluciones de gestión de inventario, lo que agiliza la experiencia de compra tanto para los vendedores como para los consumidores. La automatización de procesos permite una gestión más eficiente de los productos frescos y reduce el desperdicio de alimentos, un problema que ha estado en el centro de la sostenibilidad alimentaria.

La presencia en redes sociales también ha desempeñado un papel fundamental en la modernización de estos mercados. Las plataformas como Instagram, Facebook o Twitter, recientemente rebautizado como "X", permiten a los vendedores promocionar sus productos, compartir recetas e interactuar directamente con los clientes. Esto no solo aumenta la visibilidad de los mercados, sino que también fomenta un sentido de comunidad en línea que refleja la camaradería que se experimenta en persona.

Los tours virtuales son otra innovación que ha ganado tracción en los mercados. Ahora, los clientes pueden explorar los pasillos y puestos desde la comodidad de sus hogares, lo que les brinda una visión previa antes de su visita física. Estos recorridos virtuales no solo facilitan la planificación de las compras, sino que también son una forma de atraer a una audiencia más amplia, incluyendo a aquellos que viven fuera de la zona y desean realizar una visita turística al mercado.

Y no olvidemos las páginas web y las tiendas en línea, que han abierto nuevas puertas para los mercados de abastos tradicionales. Los consumidores ahora pueden comprar productos frescos y tradicionales desde cualquier lugar y en cualquier momento. Esto se reveló especialmente beneficioso durante la pandemia, cuando muchas personas optaron por el comercio electrónico como una forma segura y conveniente de abastecerse de alimentos frescos. Además, estas plataformas permiten a los vendedores llegar a un mercado global, ampliando su base de clientes más allá de las fronteras locales.

Sin embargo, la modernización no debe perder de vista sus raíces tradicionales. Los mercados son lugares donde la comunidad se reúne, donde los lazos culturales y sociales se fortalecen. La incorporación de tecnología no debe reemplazar la calidez y el ambiente único que estos lugares ofrecen. Es importante encontrar un equilibrio entre lo moderno y lo tradicional para preservar la esencia de los mercados de abastos.

En resumen, la modernización de los mercados tradicionales es un paso necesario para mantener su relevancia en un mundo digital. La adopción de nuevas tecnologías, la presencia en redes sociales, los tours virtuales, las páginas web y las tiendas en línea, entre otras herramientas actuales, están llevando estos lugares emblemáticos hacia el futuro. Sin embargo, es esencial que esta transformación se lleve a cabo de manera cuidadosa para conservar la esencia y la comunidad que hacen que los mercados sean tan especiales. La convergencia entre lo tradicional y lo moderno es la clave para garantizar que estos lugares continúen siendo un pilar en nuestras vidas y en nuestras ciudades.

## En este número...

03 Editorial

04 El Mercado Central de Zaragoza 2.0

05 El Tour de Realidad Virtual del Mercado Central de Zaragoza: Una Innovadora Herramienta de Promoción y Digitalización

08 El Mercado Central de Zaragoza se renueva digitalmente: Una mirada a su nueva web

09 Mercadeando: La revolución de la compra digital de producto fresco

10 Empiezan los meses con "R"...

12 Descubre los sabores secretos de la Edad Media en el Mercado Central de Zaragoza

13 GastroCentral: Nuevos talleres de cocina

14 El Recetario Del Mercado

15 Directorio de Puestos

# El Mercado Central de Zaragoza 2.0.



En pleno corazón de Zaragoza, el Mercado Central se ha convertido en un punto de encuentro para los amantes de la buena comida y la tradición. Sin embargo, no se ha quedado anclado en el pasado. En los últimos tiempos, este emblemático mercado ha abrazado la modernización de forma sorprendente, fusionando la autenticidad de los mercados de abastos tradicionales con las ventajas que ofrecen las nuevas tecnologías y la presencia en las redes sociales.

## El Mercado Central en la era digital

El Mercado Central de Zaragoza, inaugurado en 1903, siempre ha sido un lugar donde los productos frescos y de calidad son el centro de atención. Sin embargo, en un mundo cada vez más digitalizado, este mercado ha comprendido la importancia de adaptarse a las demandas de los consumidores modernos.

## Presencia en redes sociales y tienda on-line

Una de las estrategias clave ha sido su presencia en las redes sociales. Las cuentas del Mercado Central en plataformas como Instagram y Facebook se han convertido en auténticos escaparates virtuales, donde los clientes pueden explorar las delicias que ofrece el mercado. Publicaciones diarias muestran fotografías de productos frescos, puestos y detallistas, información relevante para los clientes...

Además, el Mercado Central ha dado un paso importante al suscribirse a la plataforma 'Mercadeando' del Ayuntamiento de Zaragoza. Esta plataforma permite a los usuarios comprar productos frescos de manera conveniente desde la comodidad de sus hogares. La opción de entrega a domicilio fue especialmente bien recibida durante la pandemia, brindando a los clientes una forma segura de acceder a los productos de alta calidad que caracterizan a este mercado.

## Tours virtuales y página web informativa

Para quienes desean explorar el Mercado Central desde casa de manera más interactiva, se están implementando tours virtuales en 360 grados. Estos recorridos digitales permitirán a los visitantes explorar los puestos y pasillos del mercado como si estuvieran allí físicamente. Además, la página web del mercado ofrece información detallada sobre los productos disponibles, los horarios de apertura y eventos especiales.

## La voz de los comerciantes en línea

Uno de los aspectos más destacados de esta modernización es la participación activa de los comerciantes. Cada uno de ellos ha recibido capacitación para utilizar las redes sociales y promocionar sus productos en línea. Esto ha llevado a un aumento significativo en las ventas y ha fortalecido la conexión entre los vendedores y los clientes.

## Un equilibrio entre tradición y modernidad

Si bien el Mercado Central de Zaragoza ha abrazado con entusiasmo las nuevas tecnologías y las plataformas en línea, no ha perdido su esencia tradicional. Los puestos de los comerciantes todavía exhiben productos frescos de la más altísima calidad, y el ambiente animado y amigable sigue siendo un atractivo importante para los visitantes, tanto de Zaragoza, como de otras ciudades.

En resumen, el Mercado Central de Zaragoza ha logrado un equilibrio impresionante entre tradición y modernidad. La incorporación de nuevas tecnologías, la presencia en redes sociales, los tours virtuales y las tiendas en línea han permitido que este mercado centenario se mantenga relevante en la era digital. Sin duda, el Mercado Central sigue siendo un lugar donde la gastronomía y la cultura se unen, y ahora, gracias a la tecnología, puede compartir su riqueza con el mundo entero.

# El Tour de Realidad Virtual del Mercado Central de Zaragoza: Una Innovadora Herramienta de Promoción y Digitalización

En un mundo en constante evolución tecnológica, los mercados tradicionales no se quedan atrás en la búsqueda de nuevas estrategias para atraer a sus clientes y mantener viva la llama de la tradición. En este contexto, la Asociación de Detallistas del Mercado Central de Zaragoza ha dado un paso audaz hacia el futuro al embarcarse en un emocionante proyecto: el Tour de Realidad Virtual del Mercado Central.

El objetivo principal de la creación de este Tour, desarrollado por 'As de Comunicación', es utilizar la realidad virtual inmersiva como una herramienta de promoción, dinamización y digitalización de la Asociación de Detallistas del Mercado Central, al mismo tiempo que se integra y refuerza su tejido socioeconómico. Para lograrlo, se han implementado una serie de acciones esenciales que prometen revolucionar la forma en que los visitantes experimentan este icónico mercado.

## Relación de todos los detallistas que conforman la Asociación de Detallistas del Mercado Central

Uno de los pilares fundamentales del Tour de Realidad Virtual es la creación de un listado completo que recoge toda la información relevante de cada uno de los detallistas que forman parte del Mercado Central de Zaragoza. Esta iniciativa busca fortalecer los lazos entre la Asociación y sus miembros, promoviendo la colaboración y la integración en el tejido socioeconómico del mercado.



UN PASEO VIRTUAL POR  
EL MERCADO CENTRAL  
DE ZARAGOZA



## Visita de Realidad Virtual del Mercado

La piedra angular de este proyecto es la creación de una experiencia de realidad virtual inmersiva que permitirá a los visitantes explorar el Mercado Central de Zaragoza desde la comodidad de sus hogares o dispositivos móviles. Esta visita virtual proporcionará una visión detallada y envolvente de los pasillos, los puestos, los productos y la riqueza cultural e histórica, que este mercado ofrece.

La tecnología de realidad virtual empleada en el tour permitirá a los usuarios moverse libremente por el mercado y detenerse en los puestos que les interesen. Esta experiencia única no solo atraerá a locales, sino que también servirá como una poderosa herramienta de promoción para atraer turistas y visitantes de otras regiones.

## Acciones Esenciales para la Comunicación y Promoción del Proyecto

Para garantizar el éxito del Tour de Realidad Virtual del Mercado Central, se han implementado una serie de acciones esenciales en términos de comunicación y promoción. Estas estrategias buscan llegar a un público amplio y diverso, asegurando que la iniciativa llegue a la mayor cantidad de personas posible.

Algunas de las acciones clave incluyen la creación de la Marca del proyecto "Tour de Realidad Virtual del Mercado Central",

la cual es el primer paso para establecer una identidad sólida y reconocible. El diseño de la imagen gráfica de esta marca busca transmitir la esencia de la experiencia que se ofrece y crear una conexión emocional con el público.

También se ha llevado a cabo el diseño y adaptación de piezas comunicativas ya que la difusión de esta iniciativa es esencial para su éxito. Para ello, se han diseñado carteles en formato A3, banners y diversas piezas comunicativas, incluyendo imágenes y videos, que se utilizarán en redes sociales y otros canales de comunicación. Estos materiales visuales atraerán la atención del público y despertarán su interés en el Tour de Realidad Virtual.

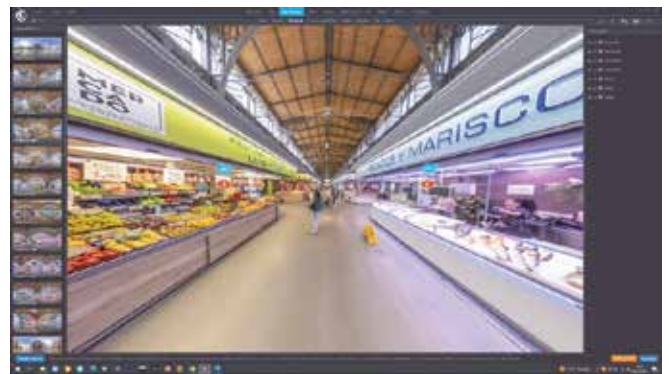
Para que los visitantes puedan acceder de manera rápida y sencilla a la experiencia de realidad virtual, se implementará señalética con códigos QR dinámicos en el Mercado Central. Estos códigos permitirán a los interesados descargar la aplicación o acceder directamente al tour desde sus dispositivos móviles.

Finalmente, y con el fin de comunicar y promocionar este proyecto se ha desarrollado una landing page específica y totalmente responsiva, que será el punto de entrada principal para los usuarios interesados en el Tour de Realidad Virtual. Esta página proporcionará información detallada sobre la experiencia, horarios de disponibilidad, instrucciones de acceso y enlaces para descargar la aplicación. Además, será



compartible a través de diferentes canales, como redes sociales, WhatsApp, sitios web y espacios digitales, lo que facilitará su difusión y acceso.

En resumen, el Tour de Realidad Virtual del Mercado Central de Zaragoza representa un emocionante paso hacia el futuro para este icónico mercado y su asociación de detallistas. Al combinar la tradición con la innovación tecnológica, este proyecto promete atraer a una audiencia más amplia, fortalecer los lazos entre los detallistas y la Asociación, y contribuir a la digitalización del mercado. Con la creación de la marca, la difusión efectiva y una experiencia de realidad virtual envolvente, el Mercado Central se posiciona como un destino imperdible tanto para los locales como para los visitantes de fuera de la región.





Tereos cargando maíz isogénico en Sena (Huesca)

# Por una agricultura **SOSTENIBLE**



La plataforma **SAI (Sustainable Agriculture Initiative Platform)** es un organismo independiente que evalúa regularmente la sostenibilidad de las materias primas agrícolas de **TEREOS** en tres ámbitos: protección ambiental, gestión económica y gestión social.

Nuestra planta de Zaragoza:

**100%**



de los proveedores  
han recibido el  
certificado de SAI

**80%**



de ellos han sido  
clasificados como  
oro o planta

## de **PROXIMIDAD** con nuestros agricultores



# Tereos



# TU COMPRA EN CASA

COMPRAR AHORA

## El Mercado Central de Zaragoza se renueva digitalmente: Una mirada a su nueva web

El emblemático Mercado Central de Zaragoza, un referente histórico y gastronómico de la ciudad, se encuentra en pleno proceso de transformación digital con la creación de una nueva y moderna página web que promete revolucionar la forma en que los zaragozanos y visitantes interactúan con este icónico lugar.

La iniciativa de reformar la página web del Mercado Central de Zaragoza tiene como objetivo principal facilitar el acceso y la interacción de los usuarios desde diferentes dispositivos, garantizando una experiencia totalmente “responsive”. Esta mejora permitirá que tanto los habitantes de la ciudad como los turistas puedan explorar el mercado y acceder a sus servicios de manera más sencilla y cómoda desde sus teléfonos móviles, tabletas u ordenadores.

Una de las novedades más destacadas de la nueva web es la integración de la plataforma de venta digital “Mercadeando”. Ahora, los usuarios podrán realizar compras en línea de productos frescos y deliciosos productos que el mercado ofrece, brindando una experiencia de compra más conveniente y accesible.

Una característica especialmente atractiva es la incorporación de una sección dedicada a las actividades y eventos organizados por la Asociación de detallistas del mercado. Los interesados podrán inscribirse en estas actividades de manera rápida y sencilla a través de la web, lo que facilitará la participación en eventos que enriquecen la vida cultural y social de la ciudad.

La nueva web también proporcionará acceso a contenidos específicos, como la historia del mercado, publicaciones relevantes y material didáctico destinado a escolares, enriqueciendo la experiencia educativa de quienes visitan el mercado.

Además, los amantes de la tecnología y la innovación podrán disfrutar de una visita virtual 360° totalmente adaptada a dispositivos móviles. Esta experiencia inmersiva permitirá a los usuarios explorar cada rincón del mercado de manera virtual y compartir sus experiencias en redes sociales, grupos de WhatsApp y otros espacios digitales. Además, se incluirán elementos de juego y “gamificación” que ofrecerán estímulos adicionales a los visitantes virtuales.

Entre las novedades que los visitantes podrán disfrutar en la nueva web del Mercado Central se encuentran una imagen renovada que refleja la esencia del mercado, un mapa interactivo que proporciona información detallada de cada puesto, acceso al emocionante Tour Virtual, una agenda de actividades con la posibilidad de reserva en línea y la conveniencia de realizar pagos para las actividades no gratuitas.

Por último, se destacará la presencia de una sección especial dedicada a los más pequeños, la “Web Mercado Infantil”, que ofrecerá juegos interactivos e información adaptada al público infantil, brindando una experiencia divertida y educativa para los niños y sus familias.

Con estas mejoras significativas, el Mercado Central de Zaragoza busca mantenerse a la vanguardia de la innovación digital y seguir siendo un lugar de encuentro, cultura y gastronomía en el corazón de la ciudad. La nueva web promete acercar aún más a la comunidad a esta joya zaragozana y ofrecer una experiencia única a sus visitantes.

¡Estad atentos a la gran revelación de la nueva web y disfrutad de todo lo que el Mercado Central de Zaragoza tiene para ofrecer en línea!





# Mercadeando:

## La revolución de la compra digital de producto fresco

La Asociación de Detallistas del Mercado Central, ha dado un paso audaz hacia el futuro al participar activamente gestionando “Mercadeando”, una aplicación y plataforma web que permite a los ciudadanos realizar compras en línea de productos frescos de los mercados municipales. Esta iniciativa, impulsada por el Ayuntamiento de Zaragoza, promete transformar la forma en que los zaragozanos adquieren sus alimentos frescos.

Desde el pasado mes de marzo, los habitantes de Zaragoza pueden acceder a esta nueva ventana de compra digital a través de la aplicación “Mercadeando”, disponible en las tiendas de aplicaciones iOS y Android, así como en la página web municipal en la sección de mercados. El proceso es simple: los clientes realizan sus compras antes de las 13.00 horas del día anterior, eligen su franja horaria de entrega y esperan la llegada de sus productos.

Los repartos se realizan de lunes a viernes en cuatro franjas horarias y dos los sábados, cubriendo no solo la ciudad de Zaragoza, sino también sus barrios rurales y el cinturón de la ciudad. Además, en el caso de la Muestra Agroecológica, los usuarios tendrán la opción de recoger sus compras directamente en el mercado para evitar esperas.

Un aspecto destacado de este servicio es el uso de vehículos de Correos Frío, diseñados para transportar productos a temperatura controlada. Estos vehículos están equipados con sistemas de refrigeración y sensores que permiten un control en tiempo real de la cadena de frío, asegurando la calidad de los productos.

“Mercadeando” brinda una experiencia de compra completa. La aplicación, desarrollada por la empresa GeosLab en colaboración con la Universidad de Zaragoza, ofrece acceso a los mercados municipales de alimentación, incluyendo el Central, Valdespartera y la Muestra Agroecológica, y próximamente, el de San Vicente de Paúl. Actualmente, cuenta con más de medio centenar de puestos registrados, lo que garantiza una amplia variedad de productos frescos.



Tanto la aplicación como la plataforma web permiten a los usuarios iniciar sesión después de registrarse y ofrece acceso directo al carrito de la compra, donde se pueden agregar productos de los diferentes detallistas participantes. La experiencia de compra es intuitiva y sencilla, lo que facilita la adquisición de productos frescos de alta calidad desde la comodidad de los hogares.

“Mercadeando” representa una apuesta decidida por modernizar la forma en que los zaragozanos compran productos frescos, al tiempo que respalda a los mercados municipales y a los detallistas locales. Esta iniciativa demuestra el compromiso de la ciudad de Zaragoza con la innovación y la conveniencia para sus residentes, al tiempo que promueve

la sostenibilidad y la calidad en la alimentación.

En resumen, “Mercadeando” es una revolución en la compra de productos frescos, uniendo la tradición de los mercados municipales con la conveniencia de la tecnología digital

# Empiezan los meses



Los meses que llevan la tan sonora letra “R” en su nombre han sido, durante mucho tiempo, un punto de referencia importante en el calendario de los amantes del marisco en todo el mundo. Esta antigua tradición gastronómica ha resistido el paso del tiempo y las cambiantes tendencias culinarias, y hoy en día, sigue siendo una celebración apreciada y esperada en muchas culturas. ¿Qué hace que estos meses sean tan especiales para el consumo de marisco? Vamos a adentrarnos en la historia y la ciencia detrás de esta costumbre.

## Un Pasado de Conservación y Calidad

La tradición de consumir marisco durante los meses con “R” tiene raíces profundas en la historia de la humanidad. Se remonta a tiempos en los que la refrigeración y la conservación de alimentos eran un desafío. En los meses más cálidos del año, el riesgo de que los mariscos se descompusieran y se volvieran peligrosos para la salud, era considerablemente mayor debido a las altas temperaturas.

Por lo tanto, se estableció una regla simple pero efectiva: consumir mariscos en los meses con “R” (septiembre, octubre, noviembre, diciembre, enero, febrero, marzo y abril) y abstenerse de hacerlo en los meses sin “R” (mayo, junio, julio y agosto). Esta medida ayudó a garantizar la seguridad alimentaria y la calidad de los mariscos, ya que los meses con “R” generalmente coinciden con el otoño, el invierno y la primavera, cuando las temperaturas son más frescas y los mariscos son menos propensos a la descomposición.

## Mariscos: Una Delicia Nutritiva

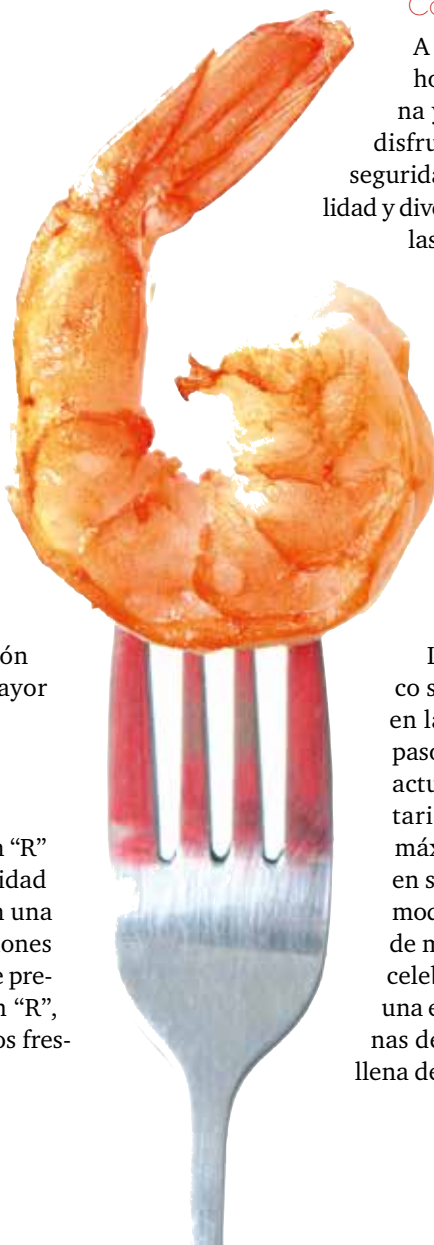
Pero la tradición de los meses con “R” no es solo cuestión de conservación. También tiene que ver con aprovechar al máximo las estaciones en las que los mariscos están en su mejor momento nutricional. Durante el invierno y la primavera, muchas especies de mariscos experimentan su ciclo de reproducción y crecimiento, lo que los hace más abundantes y deliciosos.

Un ejemplo perfecto de esto es el caso de los mejillones, que suelen estar en su punto máximo durante los meses de octubre a abril. Durante este período, los mejillones son más carnosos, sabrosos y nutritivos debido a su ciclo de vida natural. Son una fuente excepcional de proteínas magras, minerales esenciales como el hierro y el zinc, y ácidos grasos omega-3 beneficiosos para la salud cardiovascular.

## La Ciencia detrás de los Meses con “R”

A pesar de que la tradición de los meses con “R” se originó en la necesidad de mantener la seguridad alimentaria, la ciencia moderna también respalda esta práctica. La razón principal es la temperatura del agua. En los meses de verano, las aguas suelen estar más cálidas, lo que puede favore-

# es con "R" ...



cer el crecimiento de algas tóxicas en el agua y microorganismos dañinos en los mariscos. Además, las altas temperaturas pueden acelerar la descomposición de los mariscos, lo que los hace menos seguros y menos apetitosos.

Por otro lado, en los meses con "R", las temperaturas del agua suelen ser más frescas y estables, lo que disminuye significativamente el riesgo de contaminación bacteriana y vírica y contribuye a una mayor calidad y frescura de los mariscos.

## La Evolución de la Tradición

A pesar de que la tradición de los meses con "R" se originó por razones prácticas y de seguridad alimentaria, hoy en día se ha convertido en una celebración gastronómica. En muchas regiones del mundo, los restaurantes y pescaderías se preparan para la temporada de los meses con "R", ofreciendo una amplia variedad de mariscos frescos y preparaciones exquisitas.

En algunas culturas, como la española, los meses con "R" son especialmente famosos por las fiestas y festivales dedicados al marisco. Por ejemplo, la Feria Nacional del Marisco en O Grove, Galicia, España, atrae a miles de visitantes cada año y es un evento culinario de renombre internacional.

## El Marisco en la Gastronomía Contemporánea

A pesar de la tradición de los meses con "R", hoy en día, gracias a la refrigeración moderna y las técnicas de conservación, es posible disfrutar de mariscos durante todo el año con seguridad. Esto ha llevado a una mayor disponibilidad y diversidad de mariscos en el mercado en todas las estaciones.

Sin embargo, la tradición de los meses con "R" sigue siendo una oportunidad especial para celebrar la riqueza y la diversidad de los mariscos en su temporada óptima. Las ostras, los cangrejos, las almejas, los langostinos y muchas otras delicias marinas, son aclamados en estas fechas y se presentan en platos creativos que deleitan los paladares de todo el mundo.

Los meses con "R" y el consumo de marisco son una tradición gastronómica arraigada en la historia y la ciencia, que ha resistido el paso del tiempo y sigue siendo apreciada en la actualidad. Más allá de la seguridad alimentaria, esta tradición permite aprovechar al máximo la calidad y el sabor de los mariscos en su mejor temporada. Aunque la tecnología moderna nos brinda la posibilidad de disfrutar de mariscos en cualquier momento del año, la celebración de los meses con "R" sigue siendo una experiencia gastronómica que une a personas de diferentes culturas en torno a una mesa llena de delicias del mar.

# Descubre los sabores secretos de la Edad Media en el Mercado Central de Zaragoza



El Mercado Central de Zaragoza se convertirá en un portal al pasado este otoño con su nuevo y emocionante programa de talleres “Los Sabores de la Edad Media: Cocina del s. XIV”, en los que el mercado, de la mano de Ideo, ofrecerá la oportunidad de sumergirse en la rica historia gastronómica de la Edad Media.

Los talleres se llevarán a cabo los días 4 y 18 de noviembre, así como el 2 y 16 de diciembre, y prometen ser una experiencia única. Los asistentes tendrán la oportunidad de explorar no solo la cocina de la época, sino también la indumentaria, vajillas y cerámica que eran parte integral de la vida cotidiana en el siglo XIV.

Para ello, expertos en historia medieval guiarán a los participantes a través de la desmitificación de los mitos gastronómicos de la Edad Media, revelando secretos sobre especias, sabores y productos que eran fundamentales en la época. Además, se llevarán a cabo demostraciones de cocina en las que se recrearán recetas auténticas de la Edad Media, seguidas de degustaciones de platillos que transportarán a los comensales al pasado.

Para asistir a los talleres de arqueoastronomía, deberá realizarse la inscripción según se indicará en las redes sociales y la web del Mercado y abonar un pago simbólico, que irá destinado íntegramente a fines sociales.

CONCIERTOS  
**EXCELENTIA**  
AUDITORIO DE ZARAGOZA

**30 SEP | 19:00h**  
MORRICONE Y EL MEJOR CINE DE ACCIÓN

**7 OCT | 19:30h**  
THE BEATLES, QUEEN, & ABBA BY DELICA

**28 OCT | 19:00h**  
ZARZUELA: LA REVOLTOSA DE CHAPÍ

**18 NOV | 19:00h**  
ÓPERA: LA TRAVIATA DE VERDI

Taquillas Auditorio y cajeros Ibercaja • auditoriozaragoza.com • www.fundacionexcelentia.org

VENTA DE ENTRADAS

Colabora: **Zaragoza** **aea | Actualidad** de las empresas aragonesas **Fundación iberCaja** **EXCELENTIA** THE WORLD LEADING MUSIC

# GastroCentral

*Aprende cocina con los mejores cocineros y alimentos*



Gastro  
Alianza

## GastroCentral: Nuevos talleres de cocina

El último trimestre del año se avecina con un aroma irresistible y un sabor inigualable gracias a los talleres de cocina que la Escuela de Cocina Azafrán tiene planeados en el corazón del Mercado Central de Zaragoza. Aunque las fechas exactas aún están por determinar, una cosa es segura: estos eventos culinarios prometen deleitar a los amantes de la gastronomía.

El punto de partida de cada taller será una visita a los coloridos puestos del Mercado, donde los participantes tendrán la oportunidad de conocer de cerca los ingredientes frescos y auténticos que dan vida a la cocina aragonesa. Desde productos locales hasta ingredientes más exóticos, este mercado es un verdadero tesoro culinario que inspirará a chefs aficionados y entusiastas por igual.

Una vez empapados del ambiente del mercado y seleccionados los ingredientes, llegará el momento de ponerse manos a la obra. Con la orientación de un renombrado chef, los participantes aprenderán a transformar esos ingredientes en obras maestras. La colaboración y la creatividad se combinarán magistralmente mientras todos se sumergen en la creación de platos únicos y deliciosos.

Pero la experiencia no se detendrá únicamente en la cocina. Después de todo el esfuerzo y la pasión invertidos, los participantes tendrán oportunidad de catar las creaciones culinarias que hayan preparado.

# El Recetario Del Mercado

## CONEJO, O LIEBRE, AL CHOCOLATE CON GUARNICIÓN DE BUÑUELOS DE PATATA



### INGREDIENTES (4 personas)::

- 1 conejo en trozos
- Aceite de Oliva Virgen Extra (AOVE)
- Sal y pimienta
- Harina
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 4 dientes de ajo
- 1 manojo trigueros
- 1 zanahorias
- 1 palito pequeño de canela
- 1 cucharada almendra molida
- 25 g chocolate negro
- 500 g caldo de pollo
- Coñac

### ELABORACIÓN:

- ✓ Tenemos un conejo (o liebre) limpio y cortado en trozos que pasaremos por harina y freiremos ligeramente en una sartén con un poco de AOVE. Reservamos.
- ✓ En la misma sartén, añadiremos una copa de coñac y desglasaremos. Reservamos el jugo del desglasado.
- ✓ Cortamos en dados pequeños los pimientos, los ajos, los trigueros y las zanahorias.
- ✓ Rehogamos en una cazuela con AOVE unos 20 minutos. Salamos.
- ✓ Pasado este tiempo, la verdura estará casi pochada. Añadimos el conejo o liebre y el jugo del desglasado, junto con un palito pequeño de canela y cubrimos todo de agua (sin pasarse).
- ✓ Cocemos el conjunto a fuego medio durante 30 minutos y a mitad de cocción quitamos el palito de canela.
- ✓ En este tiempo, mezclaremos la almendra picada con 30-40 g de chocolate picado, el hígado del conejo pasado por plancha y picado luego y un vasito de caldo de carne o pollo y se lo añadiremos a la cazuela con las verduras y el conejo.
- ✓ Después de 15 minutos el guiso estará listo. Servir con unos buñuelos de patata.

# DIRECTORIO PUESTOS DEL MERCADO CENTRAL

Horario comercial: De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h y de 17:30 a 20:00 h (pescaderías cerradas los lunes). Sábados: de 9.00 a 14.30 horas.



## ALIMENTACIÓN VARIA

PUESTO 17



**ALBERTO Y YOLANDA**

Encurtidos, conservas y salazones

☎ 615 850 085



PUESTO 26



**ENCURTIDOS CÉSAR GADEA**

Bacalao, encurtidos y conservas

☎ 976 443 447  
☎ 655 474 724



PUESTO 35



**LA TIENDA DE IDOYA**

Frutos secos, especias, legumbres, infusiones y té, productos Gourmet, mieles, comida liofilizada

☎ 639 164 743



✉ latiadendeidoia@gmail.com

PUESTO 39



**FRUTOS SECOS SOLANILLA**

Establecimiento especializado en la venta de frutos secos a granel de alta calidad. Amplia selección de frutas deshidratadas, legumbres nacionales, especias, semillas, dulces y productos de Aragón

☎ 623 037 267

✉ solanillamercadocentral@gmail.com



PUESTO 49

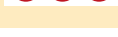


**PANADERÍA SAN BLAS**

Pan, repostería, herboristería

☎ 662 335 917

✉ admin@mipanaderiaonline.com



PUESTO 51



**REZUSTA**

Amplia selección de conservas vegetales y de pescado, legumbre seca, encurtidos, salazones... Vino nacional e internacional, cerveza Estrella Galicia y toda su gama

☎ 976 211 471

☎ 652 533 223



✉ sara@rezusta.com

PUESTO 61

**EL BUEN SABOR**

Productos típicos de Aragón. Entre otras especialidades: Miel y sus derivados, Frutas de Aragón, repostería, vinos y souvenirs

☎ 976 298 576

☎ 627 127 544



✉ rosymirynay27@hotmail.com

PUESTO 65

**BACALAO PIL PIL**

Puesto de venta especializado en bacalao en salazón, lo importamos directamente de Islas Feroe desde 1989

☎ 661 351 308

✉ luisargonr@hotmail.com



PUESTO 68 PUESTO 69

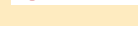


**FRUTOS SECOS SOLANILLA**

Establecimiento especializado en la venta de frutos secos a granel de alta calidad. Amplia selección de frutas deshidratadas, legumbres nacionales, especias, semillas, dulces y productos de Aragón

☎ 615 924 320

✉ solanillamercadocentral@gmail.com



PAGO CON TARJETA



PAGO CON MÓVIL



SERVICIO A DOMICILIO

## RESTAURACIÓN

PUESTO 27

Un recorrido por el recetario universal, basado en ingredientes frescos del propio Mercado en formato ensalada o cocinados bajo inspiración oriental.



Todo ello, gracias a nuestra gran plancha de acero, la verdadera protagonista de este espacio al más puro estilo TeppanYaki.

Disfruta de unas sabrosas y saludables verduras, carnes o pescados a la plancha, combinados con arroz ¡Y no te pierdas nuestra especialidad: una deliciosa hamburguesa de sepia!

PUESTO 28

Comenzar la mañana con un chocolate con churros recién hechos, con el sabor y la calidad de siempre. Todo un ritual que cobra sentido en esta parada obligatoria del Mercado Central de Zaragoza.



Una parada que, sin darnos cuenta, puede alargarse todo el día.

El desayuno deja paso al vermouth, la comida y también la cena, con una sabrosa carta de bocadillos y raciones, además de patés gourmet, dulces y la marca de la casa: una amplia carta de tortillas rellenas de autor.

Y todo con materiales de primera calidad, donde el sabor a lo auténtico define todas nuestras recetas.

## DIRECTORIO PUESTOS DEL MERCADO CENTRAL

Horario comercial: De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h y de 17:30 a 20:00 h (pescaderías cerradas los lunes). Sábados: de 9.00 a 14.30 horas.




### CARNES

PUESTO  
70

#### ELENA LUMHINITA NICOARÁ

Panadería, pastelería y alimentación varia

☎ 642 963 331

   electrónico-elenaluminitanicoara@gmail.com

PUESTO  
1

#### CARNES LORVI

Especialistas en carne y servicio a domicilio propio. Pedido por whatsapp o tienda online.

☎ 976 442 409

☎ 625 496 989

   info@carneslorvi.es

PUESTO  
4 5

#### CARNICERÍA HNOS. PUEYO

Elaboración propia de embutidos.

Carne de potro. Especialidad en chuletones (Angus, potro, Carnes La Finca)

☎ 976 438 683

☎ 652 848 548

PUESTO  
8

#### CARNICERÍA M.M. MIRANDA

Elaboración de embutidos casera. Ternasco propio, criado y sacrificado a mano. Ternera propia, criada y sacrificada en casa

☎ 976 047 366

☎ 645 843 284

PUESTO  
30

#### CARNICERÍA M.M. MIRANDA

Elaboración de embutidos casera. Ternasco propio, criado y sacrificado a mano. Ternera propia, criada y sacrificada en casa

☎ 976 047 366

☎ 645 843 284

PUESTO  
32

#### CARNICERÍA OSCAR

Carnes de ternera asturiana y gallega. Ternasco de Aragón.

Embutidos artesanos, fabricación propia

☎ 600 892 642

PUESTO  
33

#### CARNICERÍA HNOS. PUEYO

Elaboración propia de embutidos. Carne de potro. Especialidad en chuletones (Angus, potro, Carnes La Finca)

☎ 976 438 683

☎ 652 848 548




PUESTO  
37

#### ANTONIOY MERCEDES

Maestros del corte en Ternasco de Aragón, vaca, cerdo D.O. Teruel. Disponemos de pago con tarjeta física, móvil, pulsera, Bizum. Pedidos por Whatsapp en horario comercial, con 24 horas de antelación.

☎ 976 441 353

☎ 691 483 181

   langoan37@gmail.com

PUESTO  
40

#### CARNICERÍA ÁNGEL PUIG

Especialistas en ternera y ternasco de Aragón. Elaboración propia de embutidos selectos

☎ 976 440 835

☎ 686 807 795

PUESTO  
42

#### VALENTÍN CANTALAPIEDRA

Ternasco y ternera de Aragón. Cogemos pedidos por Whatsapp de un día para otro, sin esperas

☎ 976 441 427

☎ 630 449 289

PUESTO  
45

#### CÁRNICAS DUBÓN

Embutidos artesanales, frescos y cocidos, de fabricación propia y carnes frescas de ternera y cerdo

☎ 976 440 998

☎ 608 032 360

PUESTO  
76

#### CARNES PACO EL RIOJANO

Embutidos y adobos caseros, salchichas trufa natural, cerdo Ibérico, ternera Asturias nacida y criada, toro de lidia

☎ 976 441 141

☎ 639 762 402

   anacalleja12@gmail.com

### CHARCUTERÍA

PUESTO  
78

#### ALFREDO REDONDO

Cerdo Duroc, Ternera del Pirineo y productos de Soria (Ólvega).

☎ 605 219 327

☎ 615 409 692

PUESTO  
29

#### MONTORI Y BARRANCO

Venta de productos de Charcutería Tradicional al Corte. Jamón Serrano. Jamón Ibérico. Jamón D.O Teruel.

☎ 976 438 487 ☎ 686 710 245

   montoriybarranco@gmail.com




PUESTO  
38

#### LA CHARCUTERÍA DE ANTONIO

Especialidad en jamón D.O. e Ibérico. Quesos nacionales y de importación.

☎ 976 440 162

☎ 627 435 932

   asg100111@hotmail.com

PUESTO  
43

#### MONTORI Y BARRANCO

Venta de productos de Charcutería Tradicional al Corte. Jamón Serrano. Jamón Ibérico. Jamón D.O Teruel.

☎ 976 438 298 ☎ 686 710 245

   montoriybarranco@gmail.com

PUESTO  
46

#### CONSTAN

Embutidos, jamones y quesos

☎ 976 440 688

☎ 658 036 373

PUESTO  
72

#### CHARCUTERÍA MIGUEL ÁNGEL

Venta de embutidos, jamones, quesos y fiambres. Servicio de envasado al vacío.

☎ 677 153 968



## DIRECTORIO PUESTOS DEL MERCADO CENTRAL

Horario comercial: De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h y de 17:30 a 20:00 h (pescaderías cerradas los lunes). Sábados: de 9.00 a 14.30 horas.

**PUESTO 75**

### CHARCUTERÍA CARMEN

Jamones y quesos

☎ 663 490 055

 PAGO CON TARJETA  
 PAGO CON MÓVIL  
 SERVICIO A DOMICILIO

**FLORES**

**PUESTO 64**

### FLORES JARA

Flores Jara es un espacio donde puedes encontrar plantas, centros de flores y ramos

☎ 876 041 582  
☎ 625 075 500  
☎ 654 886 529

✉ mvalera@jarajardineria.com

**FRUTAS Y VERDURAS**

**PUESTO 50**

### FRUTAS PATRI Y JUAN-K

Gran apuesta en calidad precio, aquí además de comprar con confianza pasará un rato muy entretenido

☎ 608 765 689

✉ patri\_ara20@hotmail.com

**PUESTO 52**

### FRUTAS y VERDURAS EVA MAQUEDA

Frutas selectas

☎ 652 067 753

**PUESTO 53**

### EL REY DEL CARACOL

Ajos, frutas y caracoles

☎ 677 88 88 36

✉ lugrape@telefonica.net

**PUESTO 54**

### GARDENIERS Centro especial de empleo de Atades

Agricultura ecológica en Zaragoza.

☎ 689 471 272

✉ gardeniers.mcentral@atades.org

**PUESTO 55 56**

### FRUTAS JAVIY SILVIA

Fruta y verdura del campo a su mesa. Calidad a buen precio para el disfrute de su paladar

☎ 976 536 019  
☎ 630 451 519

✉ javiandfamilycentral@gmail.com

**PUESTO 57 58**

### FRUTAS FURRUCHAGAS

Frutas y verduras

☎ 976 316 303  
☎ 645 013 521

**PUESTO 59 60**

### FRUTAS LOS POCHOLOS

Frutas y verduras

☎ 675 740 498

✉ omadbel@gmail.com

**PUESTO 63**

### FRUTERÍA JUAN PÉREZ

Frutas y verduras

☎ 648 532 582

**PUESTO 67**

### MARTIN & MARIFÉ

Más de 50 años de antigüedad en el Mercado Central. Comercialización de frutas y verduras locales, nacionales e internacionales de primera calidad

☎ 976 280 565  
☎ 665 836 249

✉ marife-sati@hotmail.com

**MENUCELES**

**PUESTO 34**

### MENUCELES CRISTINA

Madejas, callos, cabezas, higados...

☎ 976 442 397  
☎ 610 756 990

**PUESTO 36**

### ANTONIO Y MERCEDES

☎ 976 440 640  
☎ 627 447 623

✉ tobescar1974@gmail.com

**PUESTO 41**

### MENUCELES LUMI

Menuceles y casquería

☎ 666 809 439

**PUESTO 47**

Un succulento mordisco de auténtica brasa para los paladares más exquisitos. ¡Y con la mejor carne de la ciudad! Para algo estamos ubicados dentro de un mercado...

Hamburguesas, brochetas, pizzas, chuletón sagital y un sinfín de opciones para los más carnívoros ¡y también los más veggies! Y para acompañar: huevos rotos, papas o unas ricas gambitas.

¡Vive una explosión de sabor bajo el crepitar del fuego!

**MUESO**

**PUESTO 48**

El puesto más "canalla", donde disfrutar de una amplia carta de coctelería premium y los bocados de sabrosuras más selectas.

Empanadillas de sorprendentes sabores, coquetos postres y mucha inspiración aragonesa para maridar con las fórmulas líquidas más chispeantes. El rincón perfecto para disfrutar del vermouth, el afterwork y de la primera (segunda, tercera,...) copa de tarde o de noche. Cualquier hora es buena para "un poco de mambo". Y avisamos: produce adicción...

**MAMBO**

## DIRECTORIO PUESTOS DEL MERCADO CENTRAL

Horario comercial: De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h y de 17:30 a 20:00 h (pescaderías cerradas los lunes). Sábados: de 9.00 a 14.30 horas.

### PESCADOS

PUESTO PUESTO  
13 14

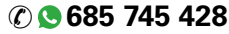
#### PESCADOS JOSÉ LUIS

*josé luis*  


Pescados, mariscos y congelados. Tres generaciones a su servicio

☎ 976 281 959

☎ 685 745 428



PUESTO PUESTO  
15 16

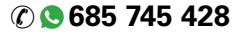
#### PESCADOS JOSÉ LUIS

*josé luis*  


Pescados, mariscos y congelados. Tres generaciones a su servicio

☎ 976 281 959

☎ 685 745 428



PUESTO  
18

#### JUANJO Y BEGOÑA

Pescados y mariscos

☎ 976 433 823

☎ 675 906 812



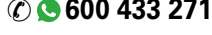
PUESTO PUESTO  
19 20

#### PESCADOS Y MARISCOS CHUECA

Pescados, mariscos y congelados

☎ 976 441 671

☎ 600 433 271



PUESTO PUESTO  
21 22

#### PESCADOS Y MARISCOS PEDRO

  
*Pedro*

Especialidad en vender y trabajar pescado y marisco selecto nacional e importado, y la mejor relación calidad precio

☎ 976 441 180 y ☎ 683 552 724



✉ pedrohuerta1996@gmail.com

PUESTO  
23

#### PESCADOS Y MARISCOS MATOSAS

Gran variedad de pescados

☎ 680 127 364

☎ 680 127 365



✉ david\_raquel@hotmail.es

PUESTO  
24

#### MARE SÁNCHEZ

  
*MARE SÁNCHEZ*

Amplia gama de alimentos congelados, especializados en mariscos y pescados. Además de diferentes tipos de croquetas

☎ 683 278 307



✉ congeladosmaresanchez@gmail.com

PUESTO  
25

#### PABLÓMAR

Pescados y mariscos

  
*PABLÓMAR*

☎ 976 441 438

☎ 635 866 530



✉ pmvalnotivol@gmail.com

### PLATOS COCINADOS

PUESTO  
3

#### MAMÁ TERE



Pollería y platos cocinados

☎ 976 405 939

☎ 676 112 978



### POLLERÍA

PUESTO  
2

#### MAMÁ TERE



Pollería y platos cocinados

☎ 976 405 939

☎ 676 112 978



PUESTO  
31

#### POLLERÍA JULIA

  
*Julia*

Venta de aves, caza, elaboración de productos caseros, salchichas, hamburguesas, precocinados y rellenos

☎ 9764 40 105

☎ 618 127 376



✉ jcgran@gmail.com

PUESTO  
44

#### POLLERÍA OLGA

  
*Pollería OLGA*

Pollería

☎ 876 041 399

☎ 652 035 552



PUESTO  
71

#### MAMÁ TERE



Pollería y platos cocinados

☎ 976 405 939

☎ 676 112 978



PUESTO  
74

#### POLLERÍA OLGA

  
*Pollería OLGA*

Pollería

☎ 976 444 739

☎ 625 881 869



☎ 645 372 176

PUESTO  
77

#### LA FLOR DE ARAGÓN

  
*LA FLOR DE ARAGÓN*

Aves selectas, precocinado casero y platos preparados

☎ 699 001 207



✉ ltaca74@gmail.com



IMPERIA COMUNICACIÓN

Edita:

IMPERIA COMUNICACIÓN

C/ Vicente Berdusán, Bloque D-1 Bajos

50010 ZARAGOZA. T. 976 460 246 M. 629 403 981

jjespligares@imperiacomunicacion.com

jjespligares@gmail.com

# Y VAN 20 AÑOS...

Veinte años de proyectos, de resultados, de ilusión y de trabajo bien hecho.  
Veinte años en los que hemos seguido acumulando experiencia y conocimiento.  
Veinte años para celebrar con las personas que nos han acompañado,  
nos acompañan y, claro que sí, con las que nos acompañarán.

## GRACIAS

Gracias por estos primeros veinte años. Y aquí nos tendréis otros veinte para trabajar,  
hombro con hombro, en aquello que sabemos hacer bien:

Consultoría estratégica  
Marketing  
Marca y oferta de valor  
Comunicación  
Estrategia y optimización comercial  
Internacionalización

Si quieres que lo celebremos, dínoslo. Será un placer.

**Enrique Jarne Munilla**  
consultoría estratégica



**In and Out  
International  
Network**

C/ Zurita, 8 50001 Zaragoza  
entasis@entasisconsultoria.com  
666 533 905 // 976 925 735  
www.entasisconsultoria.com

# ESTRENAMOS WEB Y TOUR VIRTUAL



[WWW.MERCADOCENTRALZARAGOZA.COM](http://WWW.MERCADOCENTRALZARAGOZA.COM)

