

# MERCADO CENTRAL

Apostando por la alimentación  
saludable y el deporte



Repíete conmigo...



El mundo habla  
garnacha



CAMPO DE BORJA  
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

THE EMPIRE OF GARNACHA

#elmundohablagarnacha



@docampodeborja



Financiado por:



Unión Europea  
FEADER

Fondo Europeo Agrícola de Desarrollo Rural:  
Europa invierte en zonas rurales



# Editorial

## Deporte, salud y Alimentos de calidad



### Publicidad:

info@totemcomunicacion.es

### Realización:

Totem Comunicación  
C/ Joaquín Costa 2, pral. B, izq.  
50001 Zaragoza  
Te. 976 229 222  
Info@totemcomunicacion.es

### Consejo Editorial:

**Esther Pérez Albuixech**  
*Presidenta de la Asociación de Detallistas del Mercado Central*

**José Luis Alcázar**  
*Responsable de Comunicación de la Asociación de Detallistas del Mercado Central*

**Fernando Benito Giménez**  
*Gerente del Mercado Central Lanuza*

**Nati Lacal**  
*Técnico Sociocultural de Dinamización de Mercados en Ayuntamiento de Zaragoza*



www.totemcomunicacion.es

### Marzo 2022

Edita Totem Comunicación para:  
Asociación de Detallistas del Mercado Central  
Plaza Juan Lanuza, s7n.  
50003 Zaragoza  
Tel. 976 28 19 98

**Textos:** Alejandro Toquero  
**Fotos:** Cristina Martínez Lalana y Miguel Ángel Vicente Val (Agencia Almozara)

**Teléfono de Redacción:**  
976 229 222

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

El Mercado Central tiene muy clara la vinculación de una alimentación saludable con el deporte y la conexión directa que existe con los productos de calidad. Esta apuesta se ha hecho especialmente evidente en los últimos tiempos y persigue un objetivo más: acercar a los niños y adolescentes zaragozanos al Mercado Central. De entrada, que lo conozcan, porque lo que no se conoce difícilmente se puede difundir.

Es por ello que los acuerdos que la asociación de Detallistas tiene suscritos con el Centro Natación Helios y con la Federación Aragonesa de Baloncesto son tan importantes. En estos casos, sobre todo, se distribuyen piezas de fruta, ya que es lo que resulta más fácil de comer. Además, se busca crear en ellos un hábito saludable, de forma que incorporen la fruta en todos los momentos gastronómicos del día, ya sea en el desayuno, el almuerzo, la comida, la merienda y la cena para, de esta forma, contribuir a completar las cinco piezas diarias de fruta y verdura que se recomiendan.

Los convenios suscritos con estas dos entidades también contemplan el reparto de fruta en las competiciones de las diferentes secciones deportivas, en el caso de Helios, y de los partidos de baloncesto que organiza la Federación Aragonesa. Para el Mercado Central es muy importante que su presencia se visibilice en estos escenarios y que estas entidades, al mismo tiempo, muestren el trabajo que llevan a cabo los detallistas.

Los niños también participan en visitas guiadas al Mercado y esta, precisamente, es otra de las actividades que interesa potenciar entre los futuros consumidores. Es importante que además de las herramientas virtuales que a buen seguro van a manejar, como es el hecho de hacer la compra por internet, asuman la importancia que tiene un mercado de abastos como el Central. Que aprendan a valorar el producto fresco y de proximidad, que entiendan que seguramente no van a encontrar en ningún otro sitio una mejor relación calidad/precio, y que comprendan que son muchas las familias que siguen viviendo de esta actividad, son tareas igualmente relevantes. Y una de las mejores formas de profundizar en ellas es conocer un espacio tan singular y emblemático como el Mercado Central de Zaragoza.

Por otra parte, la colaboración con los organizadores del Maratón y el Medio Maratón también le permite al mercado tener una proyección que va más de la labor educativa dirigida a los más pequeños. Estas pruebas llegan a mucha gente y son una herramienta de marketing interesante donde, sí o sí, conviene estar. Así que seguramente, la vinculación del Mercado Central de Zaragoza con el deporte en cualquiera de sus vertientes seguirá siendo muy relevante.

## En este número ...

- |    |  |    |   |
|----|--|----|---|
| 04 | REPORTAJE: Alimentación saludable, deporte y buenos productos                | 19 | Hoy entrevistamos a: La Charcutería de Antonio y Ángel Puig |
| 07 | REPORTAJE: El Mercado y la Asociación Española contra el Cáncer, mano a mano | 20 | Noticias breves   |
| 10 | Entrevista: Mercedes González, toda una institución                          | 22 | Encuentro para impulsar el turismo en el Mercado.           |
| 12 | El Mercado Central, un escenario de dibujos por la paz en Ucrania            | 23 | Las 'food truck', un nuevo aliciente para atraer público.   |
| 14 | La visita guiada de la asociación de Detallistas                             | 24 | Noticias breves   |
| 17 | La interpretación del zodiaco en el Mercad                                   | 25 | Recetas para una alimentación saludable                     |

*La colaboración del Mercado Central de Zaragoza con entidades deportivas de la ciudad como la Federación Aragonesa de Baloncesto o el Centro Natación Helios es muy destacada. De alguna forma, es la expresión más clara de su apuesta por una alimentación saludable y por incorporar a los niños y adolescentes a la conquista de este objetivo. El Mercado también colabora con los organizadores del Maratón de Zaragoza.*



## EL MERCADO CENTRAL SE VINCULA CON EL DEPORTE Y LA SALUD

### **Entre el Maratón y el Medio Maratón de este año se van a distribuir más de diez mil plátanos entre los atletas participantes**

El año pasado la gerencia del Mercado Central contactó con los organizadores del Maratón de Zaragoza ante la decisión de recuperar esta prueba que se celebró el pasado 24 de octubre, después de que en 2020 no se pudiera organizar como consecuencia de la pandemia.

En virtud de este acuerdo, toda la fruta que se distribuyó la facilitó el Mercado Central, que a través de esta iniciativa busca asociar las ideas de deporte y alimentación saludable. Este es el hilo conductor de la colaboración, un mensaje que ese día llegó a mucha gente. "Los deportistas somos muy conscientes de lo importante que es una buena dieta y el Mercado Central es un escenario magnífico que tenemos que potenciar entre todos y asociar a producto fresco y saludable; al menos eso es lo que también pretendemos entre los participantes del maratón, el medio maratón y las pruebas de 5K y 10K", asegura David Constante, director del Maratón de Zaragoza. Durante los más de 42 kilómetros de la prueba del año pasado se habilitaron ocho zonas de avituallamiento a partir del kilómetro 20. "En todas ellas hubo piezas de fruta para los corredores", prosigue David. Además, al llegar a meta cada corredor recibió una bolsa con agua, algún producto isotónico, una pieza de repostería y un plátano.

Tan buena acogida ha tenido esta colaboración, que tanto el Mercado Central como los organizadores del Maratón de Zaragoza han decidido que se vuelva a repetir este año. Es lo que sucedió el pasado 6 de marzo en el Medio Maratón y la prueba 5K que se organizó por las calles de Zaragoza, en la que se repartieron 4.200 plátanos.

Lo mismo va a suceder el domingo 3 de abril, fecha en la que está prevista la celebración del Maratón de Zaragoza de 2022 y la 10K. "Ese día se van a repartir alrededor de seis mil plátanos", explica David Constante. "Elegimos esta fruta porque es la más fácil de transportar, manejar en los avituallamientos y comer, pero también por la energía que aporta al atleta; sin duda alguna, es la fruta de las carreras". En los dos casos, se repartieron plátanos canarios en solidaridad con los afectados del volcán de la Palma.

A juicio del director de esta prueba, "se trata de unas magníficas citas para seguir insistiendo en la idea de una alimentación saludable, en la que el Mercado Central tiene mucho que decir y sus productos pueden tener una gran visibilidad". Además, coinciden con la celebración del Campeonato de España Absoluto y el de Veteranos. Con esta iniciativa el objetivo es que los detallistas se conviertan en prescriptores de una alimentación sana y saludable que llegue a los deportistas y, en general, a toda la población.



# LA FEDERACIÓN DE BALONCESTO Y LOS DETALLISTAS FOMENTAN EL DEPORTE SANO

La Asociación de Detallistas del Mercado Central y la Federación Aragonesa de Baloncesto van a desarrollar hasta el año que viene una serie de acciones conjuntas con el objetivo de fomentar la alimentación saludable entre los practicantes de este deporte y dar a conocer el Mercado Central.

En virtud de ese acuerdo, los detallistas se comprometen a entregar a la Federación Aragonesa de Baloncesto piezas de fruta para repartirlas a los jugadores en las competiciones que se decidan de mutuo acuerdo. También se contempla la colaboración con esta Federación en la promoción del baloncesto y los valores deportivos.

Esta colaboración contempla que los detallistas del Mercado Central tengan visibilidad en la página web de la Federación Aragonesa de Baloncesto, así como el seguimiento en redes sociales, la difusión de las actividades del Mercado en la revista 'Basket FAB' y la ubicación de posters publicitarios de la asociación de Detallistas en los eventos en los que colabore.

## Competiciones

Tras el parón provocado por la pandemia, el baloncesto federado aragonés recuperó hace medio año la actividad e incluso mejoró las cifras que tenía antes de la crisis sanitaria. De esta forma, cuando todavía se estaban cerrando los plazos de inscripción de las ligas provinciales y comarcales, el baloncesto federado aragonés ya tenía seis equipos más que hacía dos temporadas y se consolidó por encima de los 400 equipos. El mayor incremento de equipos se ha producido en la 1ª Nacional, que pasa de 40 a 48. En la 2ª y 3ª Aragonesa sube de 91 a 100 equipos; también crece el número de equipos en Júnior Masculino, se mantiene en Júnior Femenino y sólo la Liga Social experimenta una pequeña bajada con equipos que han optado por jugar en las competiciones aragonesas.

A todo esto hay que sumar los Juegos Escolares de Aragón, así como la Liga de Escuelas Ibercaja y las competiciones escolares comarcales. De esta forma, el baloncesto aragonés está en disposición de alcanzar o superar esta temporada 2021-2022 las cifras de la temporada 2019/2020 -1.200 equipos y 15.000 licencias-, números que sitúan a Aragón con el índice de mayor participación a nivel nacional -teniendo en cuenta el número de habitantes- y que confirman la gran afición que existe por el baloncesto en nuestra Comunidad.

## Éxito de todos

Este éxito del baloncesto aragonés es posible gracias al trabajo de estamentos y personas que forman parte de este deporte en la comunidad autónoma: Federación, Gobierno de Aragón, clubes, colegios, asociaciones, directivos, entrenadores, deportistas, árbitros, padres y madres, así como de ayuntamientos, comarcas y patrocinadores. Y ahora, además, se suman los detallistas del Mercado Central con el objetivo de fomentar una alimentación saludable entre los jóvenes deportistas aragoneses.



# VISITAS, REPARTO DE FRUTA Y CHARLAS, EJES DE LA COLABORACIÓN CON HELIOS

## *Las visitas guiadas de los jóvenes deportistas al Mercado Central forman parte de las actividades conjuntas*

El Centro Natación Helios y el Mercado Central de Zaragoza llevan trabajando conjuntamente bastantes años. Esta colaboración, que tiene como objetivo último fomentar una alimentación saludable entre los jóvenes deportistas del centro, abarca diferentes acciones.

Una de ellas son las visitas guiadas de los pequeños deportistas de Helios al Mercado Central, donde hacen la compra y tienen talleres/actividades en el propio Mercado. La última de estas visitas se llevó a cabo el 12 de marzo. Por otra parte, de forma periódica el Mercado Central aporta al Centro Natación Helios almuerzos (piezas de fruta) para que los deportistas de las diferentes secciones deportivas, cursillos y campus tengan un almuerzo saludable.

Asimismo, los detallistas también proporcionan fruta para algunos campeonatos que se celebran en el Centro Natación Helios. Es el caso, por ejemplo, de la Copa de Aragón de Patinaje Artístico, campeonato que reúne a patinadores de toda España en el pabellón y se celebra de forma anual en el club. El presidente del Centro Natación Helios, José María Esteban, comenta que además de estas actividades también se ofrecen charlas a los jóvenes deportistas de las 17 secciones deportivas sobre los beneficios de una buena alimentación. Y, en especial, se busca potenciar el consumo de frutas y verduras en la ingesta diaria.

En estas charlas también se incide en la importancia que tiene y ha tenido el Mercado Central en sus casi 120 años de historia como principal mercado de abastos de la ciudad. En este sentido, se les invita a conocerlo a través de las visitas guiadas que se realizan todos los meses.

El Centro Natación Helios se fundó en el año 1925. Es el centro decano en Aragón dedicado al deporte y ocio. Social, cultural y deportivamente hablando, se puede afirmar es protagonista de excepción en la historia de los últimos años de Zaragoza.

Personalidades de todo tipo han pasado buena parte de su tiempo en las añejas instalaciones del centro. Algunos de ellos, incluso, han dedicado sus aptitudes para marcar la impronta de lo que, hoy por hoy, es el carácter propio de Helios.

No obstante, la real importancia y fuerza del centro ha residido y reside en el especial talante e idiosincrasia de su masa social. En sus primeros años, vanguardista respecto de la forma de entender su objeto social; siempre, punto de convivencia, integración y práctica masiva del deporte. La práctica deportiva es fundamento primordial para su nacimiento y existencia. El deporte es entendido como cultura por su indiscutible valor formativo y su íntima relación con la sensación de bienestar.

En el Centro Natación Helios coexisten deporte social y deporte de competición. El deporte social, evidentemente, con la finalidad de prestar bienestar y servicio al socio. Respecto al deporte de competición, la permanente presencia del Centro Natación Helios en el mismo responde tanto a la idea de servir de espejo al practicante de base como a la de participar en el mantenimiento y representatividad del deporte zaragozano y aragonés.





# Balance satisfactorio de la campaña 'La compra de tu vida'

*La Asociación Española Contra el Cáncer y el Mercado Central han visibilizado la ayuda que ofrece esta entidad y se han recaudado fondos para su trabajo*

Desde la Asociación Española Contra el Cáncer a nivel nacional se puso en marcha la campaña 'La compra de tu vida' con un doble objetivo: visibilizar la ayuda que ofrece la asociación en todo el territorio y recaudar fondos para poder seguir trabajando día a día en nuestra misión.

A la hora de aterrizar la acción en Zaragoza, uno de los primeros centros que nos vino a la cabeza fue el Mercado Central, un espacio que aglutina a decenas de comerciantes con diferentes perfiles y pasan miles de clientes día a día.

No solo es un lugar donde se comercia con productos, es un espacio lleno de personas que intercambian experiencias, viven momentos y el mercado forma parte de su vida. Por estos detalles, el Mercado Central se convertía en un lugar idóneo para dar a conocer nuestros servicios, totalmente gratuitos y universales, y una oportunidad del aporte de fondos.

Tras la primera conversación con los responsables del Mercado, la predisposición fue total y se pusieron a nuestra disposición para conseguir una acción significativa e importante. Al agrupar múltiples comercios, se decidió crear un único código QR que englobara las donaciones de todos los clientes, además de ubicar una hucha en el punto de información y realizar sorteos para incentivar su participación.

El balance de la campaña ha sido muy satisfactorio, no solo por la parte económica sino que ha permitido visibilizar nuestra labor a las miles de personas que, cada día, pasan por el mercado y, seguramente, alguna persona que está viviendo un proceso oncológico directa o indirectamente ha podido hacer uso de nuestros recursos totalmente gratuitos y universales.

Desde la Asociación trabajamos en tres pilares fundamentales: la prevención ofreciendo herramientas para que la sociedad pueda adoptar hábitos de vida saludables, así como implementar acciones de cribado y detección precoz del cáncer. Apoyo y acompañamiento durante todo el proceso oncológico abarcando no solo los aspectos psicológicos y emocionales con psicólogas y trabajadoras sociales sino también orientando en fisioterapia y nutrición, además del apoyo con voluntariado tanto en el entorno hospitalario como en el domicilio.

Por último, el tercer pilar es la investigación oncológica, ya que desde la Asociación financiamos proyectos por concurso público siendo la entidad social y privada que más fondos destina a investigar el cáncer con 92 millones de euros comprometidos en 525 proyectos en los que participan más de mil investigadores.

Desde estas líneas queremos agradecer de corazón el apoyo del Mercado Central, sus comerciantes, Ayuntamiento de Zaragoza y todos los clientes por el apoyo en esta acción y estamos seguros de que continuaremos en diferentes acciones comunes. #juntososomsmásfuertes

## “Orientamos a los enfermos oncológicos para que sean autosuficientes”

La nutricionista Carmen Horno colabora con la Asociación Española Contra el Cáncer. Su labor está enfocada a la educación nutricional de los pacientes oncológicos. “Fundamentalmente los guiamos dentro de las distintas fases del tratamiento que lleven, ya que los requerimientos nutricionales son diferentes e intentamos dar esa información”, asegura.

Su objetivo fundamental es “orientar a estas personas para que sean autosuficientes a través de consultas individuales”. En ellas, comenta Carmen Horno, “intentamos analizar distintos aspectos, y a partir del tratamiento que lleven o de su situación física, conocer sus gustos y ofrecer las mejores pautas nutricionales que se adaptan a ellos”.

Además de esa atención personalizada, se procura su integración en grupos, donde esta nutricionista también realiza sesiones a nivel colectivo. “Por ejemplo –prosigue–, de personas que necesitan coger peso”.

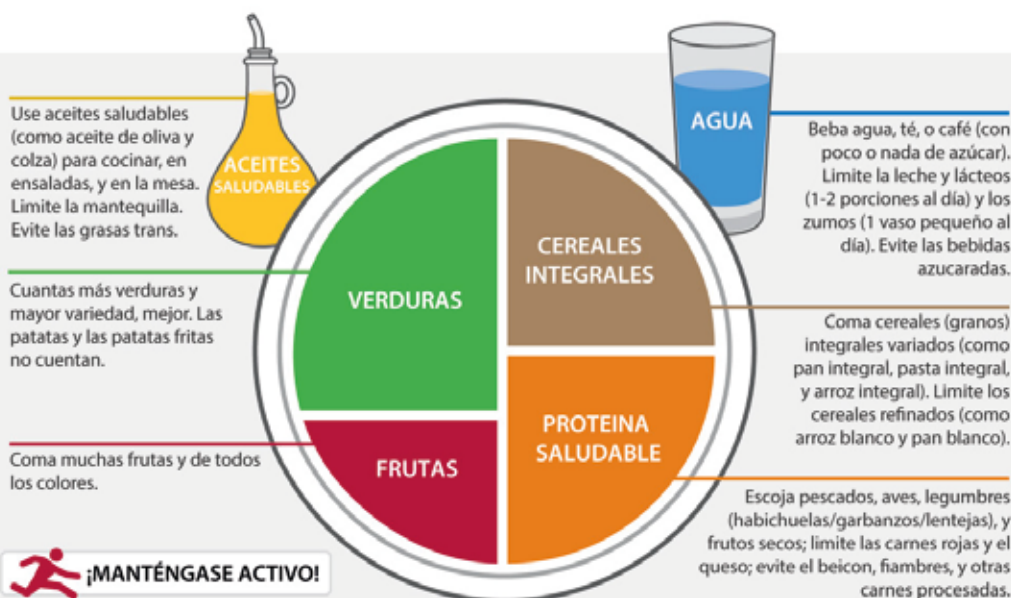
Además de los tratamientos específicos para pacientes oncológicos, esta profesional insiste en la importancia de una alimentación saludable como una de las mejores herramientas para prevenir enfermedades. En ese sentido, asegura que la dieta mediterránea “es la mejor alternativa nutricional”.

Los fundamentos de esta dieta básicamente se resumen en el gráfico que aparece en esta misma página, y consisten en darle mucho protagonismo a las frutas y las verduras, a los cereales integrales y a proteínas saludables.



La nutricionista Carmen Horno ofrece los fundamentos de una dieta saludable

### EL PLATO PARA COMER SALUDABLE



© Harvard University



Harvard T.H. Chan School of Public Health  
The Nutrition Source  
[www.hsph.harvard.edu/nutritionsource](http://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource)

Harvard Medical School  
Harvard Health Publications  
[www.health.harvard.edu](http://www.health.harvard.edu)





# Código Europeo Contra el Cáncer

## Formas de prevenir el cáncer



No fumes. Haz de tu casa un hogar sin humo.  
Apoya las políticas antitabaco en tu trabajo.



Mantén un peso saludable, haz ejercicio y limita el sedentarismo.



¡Protégete del sol! Evita una exposición excesiva,  
sobre todo en niños. No uses cabinas de rayos UVA.



Come saludable



Consume muchas frutas, verduras,  
legumbres y cereales integrales.



Intenta evitar alimentos hipercalóricos,  
carne procesada, bebidas azucaradas  
y alimentos con mucha sal.



Evita la exposición al radón en tu domicilio.



La lactancia materna reduce el riesgo de cáncer de la madre.  
Limita la terapia hormonal sustitutiva (THS).



Vacuna a tus hijos contra la hepatitis B (los recién nacidos)  
y VPH (las niñas).



En el trabajo, protégete de las sustancias cancerígenas.



Participa en programas de cribado del cáncer colorrectal,  
mama y cervicouterino.



No bebas alcohol.



asociación  
española  
contra el cáncer

# “El Mercado es mi casa y estoy muy contenta de que hayan seguido mis hijos”

LA TRAYECTORIA DE MERCEDES GONZÁLEZ ESTÁ MUY VINCULADA AL MERCADO CENTRAL DE ZARAGOZA. CASI TODA SU VIDA HA ESTADO LIGADA A ÉL Y AHORA, SUS TRES HIJOS, ANTONIO, MERCEDES E ISABEL, LE HAN DADO EL RELEVO AL FRENTE DEL PUESTO ANTONIO Y MERCEDES. ELLA SUELE ACERCARSE UNA VEZ A LA SEMANA POR LO MENOS Y SENTADA DISCRETAMENTE DISFRUTA DEL AJETREO DE UN MERCADO QUE ESTÁ MÁS VIVO QUE NUNCA.



## ¿Qué recuerdos tiene de aquellos primeros años en el Mercado Central?

Mi hermano Pascual empezó a trabajar en el mercado en 1961 y yo llegué tres años después. Siempre he estado en la carnicería, pero sobre todo trabajando con la casquería. En 1966 me casé y como no había puestos de carne cogimos uno en el mercadillo de Cantín y Gamboa donde estuvimos hasta 1984. Y ya en 1986, con la reforma que se hizo del Mercado Central, por fin pude ver cumplido el sueño de regresar a la que siempre he considerado mi casa. El puesto que teníamos en esa etapa era una casquería y cinco años después se incorporó mi hijo Antonio con la carnicería.

## En esta etapa ha estado trabajando con sus hijos. ¿Cómo ha sido esa experiencia?

Muy bonito. Tener a los tres tan cerca y ver la ilusión con la que han vivido su incorporación al Mercado ha sido muy gratificante. Los dos negocios de nuestro puesto, Antonio y Mercedes, están ahora juntos, apenas separados por un cristal. Eso es algo muy bonito de lo que estoy muy orgullosa.

## ¿Cómo fue el aprendizaje del oficio?

Yo tenía 18 años cuando empecé y aprendí el oficio de la mano de mi hermano Pascual. Mi marido se encargaba de los productos elaborados y ellos desarrollaban la parte más física de este oficio. Es muy duro y hay cosas que para una mujer resultan complicadas. Yo he estado, sobre todo, de cara al público y limpiando todos los productos de casquería.

## ¿Hay que tener un don de gentes especial para la atención al público?

La atención al cliente es tan importante como tener un producto de calidad. El cara a cara cuenta mucho, que el cliente te sienta casi como de la familia.

Es tan bonita esa labor que a mí me pasaba que cuando algún día estaba enferma o tenía un dolor, ni me enteraba. Esa relación con los clientes te llena y ahora la sigo disfrutando porque cada vez que vengo no dejo de saludar a clientes que casi son como de la familia. Las claves de esa atención no son otras más que el respeto y la educación. Y el cariño, por supuesto, que hace que crezca la confianza con la gente.

## ¿Qué lecciones son las que ha querido transmitir a sus hijos?

Fundamentalmente esto que acabo de comentar. Que la relación con el cliente se tiene que basar en el respeto y la educación. Yo me he sentido y me sigo sintiendo muy querida. Y eso solo se consigue de esa forma. Es la manera de fidelizar a la clientela, que las terceras generaciones, como sucede ahora, sigan viniendo a comprar a tu puesto porque sencillamente confían en ti y saben que les vas a ofrecer lo mejor. Para mí, el hecho de que mis tres hijos estén aquí es muy emocionante. Verles de qué forma han sabido sacar sus negocios adelante y que lo hacen mejor de lo que lo hacía yo, supone un orgullo muy grande.

## ¿Ha cambiado mucho el Mercado Central desde que lo conoció en los años 60 del siglo pasado?

En aquellos años 60 pasábamos mucho frío en invierno y mucho calor en verano. Ahora las cosas han cambiado mucho. No se pueden comparar. Eso sí, aquel ambiente era muy distinto. Los puestos estaban mucho más apelotonados. Por las tardes, cuando volvíamos de comer en algún bar de los alrededores porque no íbamos a casa, siempre había una cola tremenda de gente esperando a la puerta. Eso ya no existe, pero ahora lo recuerdo con mucha emoción.



**El oficio de la casquería es uno de los más sacrificados. ¿Cómo lo recuerda y ha evolucionado mucho?**

Efectivamente, así lo recuerdo, muy sacrificado, porque había que limpiarlo todo. Los productos venían de Mercazaragoza sin limpiar. Desde 1986 ese ha sido mi trabajo fundamental. Las cabezas venían con la piel y había que pelarlas, pero ahora vienen totalmente limpias. También pasaba mucho tiempo rascando las patitas de cordero con una cuchilla. Y todo lavado con agua fría, así que las manos en invierno se quedaban que no veas. Ahora por lo menos tienen agua caliente. En aquellos tiempos había unas fuentes en el centro y allí lo hacíamos todo. Luego ya desaparecieron.

**¿Los productos de casquería siguen teniendo tirón o cree que su consumo ya no es como el de antes?**

Ahora me parece que solo hay solo tres puestos de casquería, pero se sigue consumiendo mucho. Se han incorporado nuevos productos ya precocinados, aunque sigue quedando la parte tradicional. Mis hijas, por ejemplo, han introducido bastantes productos que ya vienen con un nivel de elaboración importante, prácticamente terminados. Entre los que más se consumen siguen estando las madejas, junto al morro de cerdo, los callos de ternasco y la oreja cocida.

**¿Se han ido incorporando nuevos consumidores a la degustación de los elaborados de casquería?**

Los latinos también los consumen bastante, pero, sobre todo, cosas nuevas que nosotros nunca hemos valorado. La ternera, por ejemplo, tiene en la tripa un filtro que ellos llaman librillo, que aquí se tiraba, pero que los clientes sudamericanos aprecian mucho. A base de lavarlo, se pone blanco y se consume. Otro producto es la chichulina, que es el intestino largo de la ternera. El bazo también tiene bastante aceptación y el pulmón de ternera. Se trata de despieces diferentes que antes no se tenían tan en cuenta.

**¿Cuándo se jubiló y qué relación sigue teniendo con el Mercado Central?**

Me jubilé hace aproximadamente nueve años, aunque tras la reforma ya me desentendí totalmente y ahora son mis hijos los que figuran al frente de los negocios. Vengo por lo menos una vez a la semana. Me encanta cómo ha quedado. Está precioso. Ahora mismo vendría a vender de nuevo. Nuestros puestos, tras la reforma, están en otra ubicación diferente a la que teníamos antes. Realmente es buena, pero hay que decir que hoy en día en el Mercado cualquier espacio es bueno. Hay oferta para todo el mundo y está muy bien distribuido.

Los puestos han quedado muy bonitos y los dos nuestros tienen unos 14 metros de exposición, que está muy bien. La verdad es que parece grande, pero al final las vitrinas se están quedando pequeñas de tantos productos como hay. Parecía que iba a ser difícil llenar los puestos, pero no, cada vez van a más.

**¿Qué es lo que le gusta hacer cuando regresa al Mercado Central?**

No hago gran cosa. Me siento discretamente en una silla con mis hijas y allí estoy viendo el ambiente. Saludo a muchos clientes y paso un buen rato. El Mercado es mi casa y estoy muy contenta de ver trabajar a mis hijos.





# EL MERCADO CENTRAL, UN ESCENARIO DE DIBUJOS POR LA PAZ EN UCRANIA

La asociación De Vuelta con el Cuaderno ha colaborado en una causa solidaria para recaudar fondos para Ucrania

**E**l Mercado Central de Zaragoza se transformó del 9 al 13 de marzo en un mercado de dibujos por la paz. A conseguirlo contribuyeron la mayoría de los 118 socios de la asociación De Vuelta con el Cuaderno, una entidad que empezó a trabajar hace 14 años y cuyos miembros se dedican, fundamentalmente, a realizar dibujos urbanos con la idea de plasmar la realidad que tienen delante de sí en cada momento sin la pretensión de realizar grandes obras de arte.

Durante cinco días, el Mercado ha sido el escenario principal de su trabajo con el objetivo de apoyar la causa de Ucrania. La iniciativa ha recibido el nombre de 'Dibujos por la paz'. Durante estos días, los dibujantes han plasmado todo tipo de detalles vinculados a la actividad del Mercado Central: desde la monumentalidad del edificio diseñado por el arquitecto Félix Navarro al trabajo de los detallistas, el ajetreo de los productos o la singularidad de los productos que se venden en los puestos.

Todos los dibujos se han ido colgando en una red instalada en el Rombo Zentral, junto a los establecimientos hosteleros del Mercado, y por allí han ido pasando los clientes. Muchos de ellos han elegido el dibujo que más les gustaba y a cambio de un donativo se lo han llevado a casa de recuerdo. El presidente de la asociación De Vuelta con el Cuaderno, Antonio Maestro, destacaba mientras no dejaba de dibujar que "el dinero recaudado se destinará a artículos de primera necesidad para el pueblo ucraniano".

Estas donaciones se destinarán a cubrir las necesidades más perentorias de los refugiados ucranianos encauzadas a través de organizaciones no gubernamentales de reconocido prestigio.

Durante estos días, los dibujantes casi han actuado por encargo. Así es como muchos detallistas han adquirido dibujos en los que ellos eran los protagonistas. Pero también clientes que han querido ser dibujados por los socios de esta entidad y al mismo tiempo ayudar y llevarse a casa este bonito recuerdo.

Hay que tener en cuenta que para desarrollar su labor artística, estos dibujantes utilizan en la mayoría de los casos cuadernos de viaje. Habitualmente trabajan el formato A5 con tapa dura, así que no necesitan realizar grandes montajes. "Uno de los requisitos es que son dibujos que cuesta realizarlos entre diez y quince minutos como máximo, así que la gente que ha hecho alguna petición particular se lo ha podido llevar a casa después de hacer la compra", apuntaba Antonio Maestro.

Gregorio Reales es uno de los socios que ha participado en esta iniciativa. Él ha dibujado estos días en el Mercado Central utilizando la técnica de acuarela. "Para los que más me han costado he empleado unos 20 minutos; en nuestro caso se trata de hacer dibujos espontáneos en los que prime, sobre todo, la frescura y la ligereza". Después de pasar bastantes horas en el Mercado Central, Gregorio tiene muy claro que "da mucho juego para reflejar todo tipo de escenas urbanas; te puedes centrar en el detalle de un producto o abrir mucho más el foco y plasmar la monumentalidad del edificio".



## Vinculación con el Mercado

Pero la relación de la asociación De Vuelta con el Cuaderno con el Mercado Central no solo se circunscribe a esta colaboración solidaria con el pueblo de Ucrania. "Para nosotros es un monumento muy relevante del paisaje de Zaragoza", asegura su presidente. Y lo ha sido desde hace tiempo. "Antes de la remodelación ya veníamos a reflejar el ajetreo diario, es un lugar que tiene mucha vida".

Luego llegaron las obras de reforma y esa transformación también quedó plasmada en los dibujos de sus socios. "Muchos días estábamos merodeando por la zona, viendo cómo quedaba la techumbre vacía y mostrando en nuestros dibujos la evolución de las obras", prosigue.

Fue tras la inauguración cuando esta asociación contactó con la gerencia del Mercado Central con la idea de llevar a cabo una colaboración más estrecha. "Muy pronto llegó la pandemia y no nos dio tiempo a hacer demasiadas cosas, pero sí que plasmamos algunos talleres que se hicieron de cocina en vivo y otras actividades".

Ahora que parece que regresa una cierta normalidad, es probable que esa colaboración se retome de nuevo. De momento, esta actividad solidaria por la paz en Ucrania ha sido el primer paso.



# EL MERCADO, O CÓMO ELEVAR A ARTE LO SENCILLO PARA EL DISFRUTE CIUDADANO

**La asociación de Detallistas impulsa visitas turísticas guiadas para particulares y asociaciones el segundo sábado de cada mes**

La monumentalidad del Mercado Central y su rica historia, combinadas con el conocimiento del trabajo que se desarrolla en él, dan mucho juego. Y eso precisamente es lo que se busca potenciar con las visitas guiadas que se realizan los segundos sábados de cada mes (salvo los meses de julio, agosto y diciembre). Se llevan a cabo a las 12.30 horas y está abiertas al público en general, aunque las de los meses venideros, hasta el verano, ya están llenas.

Este mismo sábado, pero a las 10.30, gracias a la cortesía de la asociación de Detallistas del Mercado, también se ha abierto la posibilidad de realizar el mismo recorrido a asociaciones o grupos organizados que lo soliciten. En los dos casos es imprescindible inscribirse previamente en el teléfono 658 774 682.

José Luis Alcázar es el guía turístico profesional que realiza estas visitas, cuyo enfoque "está muy dirigido a los zaragozanos o a personas que vienen de los alrededores y no tanto al turista que llega de fuera".

El pasado 12 de marzo, una de esas visitas fue concertada con una asociación gastronómica y cultural. Sus socios se acercaron a los alrededores de la fachada norte del Mercado Central, donde se encuentra la estatua de César Augusto, y allí fue donde se inició el recorrido.

El guía ofreció algunas pinceladas sobre el origen romano de la ciudad y el legado musulmán hasta que fue reconquistada en 1118 por Alfonso I el Batallador. En el siglo siguiente, "tras la Batalla de Tolosa, es cuando ya existía la confianza suficiente para salir del recinto

amurallado y fruto de esa expansión se planteó trasladar el Mercado de la Sal de Puerta Cinegia a esta zona con el diseño de un nuevo mercado al aire libre; además, en los alrededores se ubicaron los distintos gremios profesionales", aseguó el guía.

Este mercado se mantuvo durante los siglos siguientes hasta el XIX, que fue de una gran convulsión y de muchos cambios. "Con la llegada de la Revolución Industrial se empezaron a concebir distintos modelos de construcción arquitectónica y ahí se planteó la posibilidad de construir un nuevo mercado a cubierto para mejorar las condiciones de venta".

A partir de ese momento de la visita, la figura del arquitecto que lo construyó, el turiasonense Félix Navarro, adquiere un gran protagonismo. "No se entiende un edificio sin la personalidad de su autor", comenta José Luis Alcázar. Viajó a Francia y a Estados Unidos y recibió distintas influencias "para terminar plasmando en el edificio del Mercado Central una mezcla de tradición y de modernidad o vanguardia muy vinculada a nuevos materiales como el hierro y el acero, pero sin olvidar la piedra y el ladrillo, que forman parte de la tradición constructiva de esta tierra".

La idea de Félix Navarro fue la de "ensalzar a través del arte la vida de los ciudadanos normales, que la gente con poca formación cultural, pero que tenía la necesidad de alimentarse todos los días, lo hiciera bajo ese concepto de monumentalidad".

A partir de ese relato, la explicación de la visita se centra en detalles de las fachadas donde el ladrillo y la piedra protegen una estructura metálica nueva. "Lo que se ganó con el hierro fue mucho espacio. Y eso se observa completamente en la galería y en su gran amplitud. Gracias a los nuevos materiales, se le pudo dar una mayor vistosidad y un uso más práctico al mercado".



**Fecha:** los segundos sábados de cada mes (salvo los meses de julio, agosto y diciembre de 2022)

**Importe:** gratuita para los asistentes, cortesía de la Asociación de Detallistas.

**Duración:** una hora aproximadamente

**Horario:** 12:30 horas.

Imprescindible inscribirse previamente en el teléfono 658 774 682 en horario de apertura del mercado, de lunes a viernes

La fachada norte y la sur son parecidas, pero la sur es la principal aunque no tiene una perspectiva tan amplia para ser contemplada al estar muy pegada a la calle Torre Nueva. En ella destacan el escudo de la ciudad y el reloj. José Luis Alcázar muestra en la fachada los guiños a las culturas romana, renacentista (galerías de arquillos típicas de los palacios renacentistas) y mudéjar (celosías para ver sin ser visto). También hay elementos del zodiaco. Animales como el carnero que representa a Leo; la balanza, a Sagitario, o los peces, a Piscis. Asimismo se pueden contemplar otros elementos como un homenaje a la triada mediterránea: trigo, aceite y vino. “Es una forma de elevar a arte lo sencillo, los oficios cotidianos”. Además, se explican los detalles ornamentales de los capiteles, con el león rampante del escudo de Zaragoza, o los distintos homenajes a los oficios.



En él hay una zona de formación multimedia totalmente equipada. También se conoce durante la visita. En ella José Luis Alcázar explica que el Mercado Central estuvo a punto de ser demolido en los años 70 del siglo pasado, pero que la movilización de los vecinos de Zaragoza lo impidió. Esta sala se puede emplear como salón de actos para reuniones, sala de exposiciones, para impartir formación, como lugar de actividades para niños o para realizar degustaciones, ya que también tiene extracción de humos para cocinar.

## Los entresijos del Mercado

La visita continúa en una parte que casi nunca se visita del Mercado: el semisótano. Lo primero que hay que decir es que la planta baja, en su gran mayoría, no forma parte de la última reforma. Las instalaciones se mejoraron en 2008. El Mercado Central de Zaragoza es de los pocos de España que cuenta con unas modernas instalaciones higiénico-sanitarias, para la manipulación de alimentos, la gestión de residuos, cámaras para la conservación y maduración de determinados productos, control de temperaturas, videovigilancia, alarmas que detectan problemas de funcionamiento de todo tipo de aparatos...

Paseando por el subsuelo del Mercado Central, la sensación general es que las instalaciones están muy bien conservadas.

En el pasillo central se encuentran las cámaras de refrigeración donde los detallistas guardan sus mercancías. También están las salas de manipulación de menuceles y de despiece de carne. En esta última, como en la de casquería, trabajan los profesionales de los puestos compartiendo espacio.

Entre los muchos recovecos de los pasillos hay compactadoras de papel y plástico que cuando se llenan se suben directamente a la planta calle, donde los recoge un servicio de reciclaje para su tratamiento.

Las cámaras frigoríficas de la carne, el pescado, la fruta o las flores se reparten por la planta sótano y son las que más espacio ocupan. También hay tres de congelación que dan servicio, sobre todo, a las carnicerías y a las pescaderías.

En todos estos espacios, cada detallista tiene su “jaula” con llave propia, de forma que aunque compartan lugar de almacenamiento, todos los productos están separados.

Así estaba previsto antes de la pandemia, y cuando las condiciones lo permitan se podrán usar a pleno rendimiento las dos salas que existen que, además, se pueden unir creando un espacio de más de 120 metros cuadrados.

La visita turística concluye de nuevo en el exterior, comentando los elementos ornamentales de las puertas laterales y con un pequeño recorrido por el interior del Mercado Central.



LA RUTA DE LA

# GARNACHA



LO MEJOR ESTÁ...  
POR LLEGAR



[www.larutadelagarnacha.es](http://www.larutadelagarnacha.es)



# LA SIMBOLOGÍA DEL ZODIACO EN EL MERCADO CENTRAL



La alusión de Félix Navarro al león del escudo de Zaragoza como Leo, símbolo zodiacal, pudiera ser la clave conceptual de otro aspecto del simbolismo con el que fueron concebidas las figuras que decoran el Mercado Central. Recordemos sus palabras: "Bueno será advertir que el león, en general, expresa el más alto potente sol de julio, el signo zodiacal Leo, y se ha escogido siempre con cierta conciencia de intensa vitalidad".

Se puede intuir de sus palabras que Navarro conocía y estimaba en algo la simbología zodiacal, tanto como para mencionarla públicamente en ese importante acto inaugural, y que pudo tenerla en mente a la hora de diseñar la ornamentación del mercado. Por ello, se puede plantear la siguiente propuesta en la que se tienen en cuenta los signos del zodiaco al mirar la ornamentación de la fachada principal.

Si el león del escudo de Zaragoza es Leo, la impactante cabeza de carnero que domina en las cresterías bien pudiera ser Aries. Navarro la

relaciona directamente con la venta de carne. Pero ese no es un obstáculo para recordar que el carnero es uno de los animales vinculados a Mercurio, ya que es protector de los rebaños.

(también podría relacionarse con Mercurio, por cierto, el remo que vemos en el cartel de la fachada dedicado a la pesca, antiguo símbolo del comercio marítimo).

Si el león es Leo y el carnero es Aries, el arco y la flecha del cartel dedicado a la caza también pudiera ser Sagitario y los dos peces del dedicado a la pesca pudieran ser Piscis. Casualmente, Aries, Leo, Sagitario y Piscis son cuatro signos de las cuatro estaciones del año: Aries es la primavera, Leo del verano, Sagitario del otoño y Piscis del invierno.

En la fachada principal del Mercado Central, estos signos estarían ante el observador en el orden oportuno, de izquierda a derecha. ¿Podemos deducir que Félix Navarro quiso aludir de una forma discreta, en esa fachada, a las cuatro estaciones del año?

De ser así, en la fachada principal del Mercado tendríamos cuatro elementos visibles de una alusión al zodiaco, la

clave de cuya lectura la hemos encontrado en las palabras del arquitecto sobre el león del escudo de Zaragoza como Leo.

De todas formas, hay que advertir que los signos del zodiaco que corresponden a los cambios de estación (por corresponder a los equinoccios y solsticios) y que los simbolizan comúnmente no son estos cuatro sino Aries, Cáncer, Libra y Capricornio. Eso deja abierta la puerta a otras interpretaciones sobre la posible presencia de Aries, Leo, Sagitario y Piscis en esa fachada, para las que debería tenerse en cuenta también la presencia del Sol y de Mercurio y sus respectivas ubicaciones en el edificio.



# LA SIMBOLOGÍA DEL ZODIACO EN EL MERCADO CENTRAL

## M E R C U R I O

Si nos atrevemos a hablar del Mercado Central como templo de Mercurio, es porque sí nos lo permite la reiterada exhibición en él del caduceo, instrumento y emblema del antiguo dios. Es una forma de expresar que en su interior se rinde culto cotidianamente, sin especiales ceremonias, a la libre comunicación entre las personas y a la sacrosanta lealtad a la palabra dada, base y garantía del acto comercial. Vemos así un mercado concebido como obra artística en la que se quiere celebrar la exaltación del pueblo ya culto, victorioso sobre anteriores

rudezas y mezquindades.

La construcción del Mercado Central de Zaragoza surge, a caballo entre el siglo XIX y el XX, en el seno de una concepción del mundo y de la vida en la que influye poderosamente un optimismo que desgraciadamente la Primera Guerra Mundial no tardaría en desmentir.

La coyuntura española propiciaba el compromiso social y animaba el vuelo de la imaginación de arquitectos e ingenieros: España podría disfrutar de construcciones de nuevo cuño, capaces de responder a las necesidades materiales del momento e, incluso,

capaces también de contribuir con su belleza a la promoción de los necesarios cambios en la forma de vida de los españoles.

A esa empresa intelectual y moral quiso contribuir Félix Navarro, arquitecto zaragozano de formación universal, con sus construcciones plenamente dotadas de higiene, utilidad y belleza. El Mercado Central es una buena muestra de ello. Afortunadamente, aún lo podemos disfrutar como lo que es: un monumento espléndido al que acudimos cotidianamente a vender, a comprar y a encontrarnos con nuestros vecinos.



# ÁNGEL PUIG

Y SU APUESTA POR MOTIVAR A LA CLIENTELA



Para Ángel Puig, la carnicería y el Mercado Central son su vida. Desde 1999 está al frente de su propio puesto, pero antes ya había trabajado de carnicero, aprendiendo todos los secretos del oficio durante 15 años.

En estos años, Ángel confirma que el mercado ha cambiado bastante y que internet y las redes sociales “resultan muy cómodas y son una alternativa para hacer la compra, pero sigue habiendo mucha gente a la que le encanta el ambiente que se respira por estos pasillos; eso no lo pueden sustituir una pantalla de un teléfono o de un ordenador”.

Eso sí, reconoce que la clientela de todos los días prácticamente ha desaparecido. “Ahora vienen una vez a la semana o cada 15 días y cargan”, comenta. Para él es muy importante “ofrecer una buena relación calidad/precio que motive al cliente a venir y que sienta que merece la pena”.

Este carnicero se esfuerza desde 1999 por mostrar en su puesto que merece la pena acercarse al Mercado Central

En ello se centra Ángel Puig, ofreciendo un amplio abanico de carnes, desde ternasco de Aragón IGP, a diferentes despieces del cerdo o la ternera.

“También elaboramos embutidos, hamburguesas o churrasco en el obrador; menos las morcillas y las bolas hacemos casi todo”.

Trabajar con los mismos proveedores desde hace años es para él “una garantía de éxito”. Y luego, abrirse a lo que pueda surgir. Por ejemplo, a la hostelería. “Mi carne la tienen unos cuantos bares y restaurantes; hay que adaptarse, no queda otra”, comenta.

Otra clave del éxito, a su juicio, es el trato al cliente, “el cómo presentes el producto, porque la vista cuenta mucho; esa es la mejor publicidad”. Ángel explica que con muchos clientes “la relación es casi familiar; conozco perfectamente sus gustos y casi no hace faltan ni que pidan”.

En los últimos años se han incorporado nuevos clientes extranjeros que tienen otros gustos “y nos hemos tenido que aclimatar a ellos, trayendo otros productos y haciendo nuevos cortes y presentaciones”.

## LA CHARCUTERÍA DE ANTONIO

Espectacular muestrario de quesos, jamones... y mucho más

**La Charcutería de Antonio funciona desde 1998 con el ánimo de “crecer y ofrecer cada día nuevos productos y servicios”**

El muestrario de productos se completa con conservas muy seleccionadas. “No nos gusta rellenar el mostrador por rellenar”, matiza Antonio. De ahí que, por ejemplo, haya un buen aceite virgen extra de La Almunia de Doña Godina; conservas de Tío Nicasio; adobos de Soria; yemas de espárragos de Navarra o miel de un apicultor artesano.

En La Charcutería de Antonio fueron de los primeros en incorporar el envasado al vacío. “Era algo desconocido y creo que llevamos ya tres máquinas; para la gente es muy cómodo cuando se va de vacaciones o quiere hacer un envío”. Es un servicio más a la clientela, como deshuesar y filetear los jamones que les traen.

Lola Gavín, Antonio Soriano y Elena Sánchez están al frente de La Charcutería de Antonio, un puesto que lleva abierto desde 1998. Antonio reconoce que en el tiempo transcurrido desde entonces “han cambiado muchas cosas en el oficio”. “Nuestra actitud siempre ha sido la de crecer y ofrecer nuevos productos y servicios”, prosigue Antonio, que confiesa que han tenido mucha suerte con el asesoramiento comercial recibido para incorporar productos.

El jamón al corte lo tienen desde hace tiempo, de cebo campo y de bellota, aunque este último lo incorporan cuando está en el mejor momento.



Otra apuesta clara y decidida es por los quesos. Impresiona ver la vitrina de su puesto.

Hay decenas de ellos. “Estamos muy al tanto de los quesos que reciben premios y procuramos tenerlos; somos muy queseros”.

La calidad, sin duda, es una de sus señas de identidad, que también se refleja en el surtido de jamones. Hay una buena selección de paletas ibéricas, de la DOP. Jamón de Teruel y de Las Alpujarras, “que es uno de los que últimamente más está gustando a los clientes”.



# UNA VISITA MUY TELEVISIVA AL MERCADO

Los cocineros televisivos Pepe Rodríguez y Samantha Vallejo-Nágera, presentadores de MasterChef, visitaron el 15 de febrero Zaragoza y uno de los lugares a los que acudieron fue al Mercado Central.

Durante la visita estuvieron acompañados por el alcalde de Zaragoza, Jorge Azcón; Esther Pérez Albuixech, presidenta de la Asociación de Detallistas del Mercado Central y Fernando Benito, Director Gerente del Mercado Central de Zaragoza.

En el paseo que dieron por el mercado charlaron con los detallistas y se hicieron innumerables fotografías con los clientes. Pepe y Samantha mostraron un gran interés por los productos de Aragón y, en particular, por las verduras y hortalizas que se cultivan en el Valle del Ebro. También quisieron conocer detalles sobre sus casi 120 años de historia y disfrutaron con las explicaciones que recibieron sobre las características arquitectónicas del edificio.

El proyecto ecosocial Gardeniers de Atades, que tiene mucho protagonismo en el Mercado Central con sus productos frescos y conservas, también vivió una jornada festiva muy especial con estos dos protagonistas, que participaron en un acto como embajadores de la Fundación Cook&Chef Institute.

Durante el mismo, se le concedió el galardón Gastronomía Sostenible 2022 a Gardeniers, y estos dos chefs se encargaron de entregarlo. Lo recibió Jesús Soto, presidente de Atades, acompañado de los trabajadores de este centro Borja Panyvino y Héctor Grima.



Los cocineros Pepe Rodríguez y Samantha Vallejo-Nágera, presentadores de MasterChef, conocieron el edificio y participaron en un acto de Gardeniers

Samantha Vallejo-Nágera describió con sus propias palabras que estaba “alucinada de todo lo que hacéis en Gardeniers ofreciendo un trabajo digno y estable a personas con discapacidad intelectual y en riesgo de exclusión”.

“Yo que estudié paisajismo e hice mis prácticas en un vivero –confesó–, me encanta lo que estoy viendo, las plantas que tenéis en este centro y, por supuesto, de qué forma trabajáis los productos desde el campo hasta que llegan transformados al consumidor”.

A su lado, Pepe Rodríguez explicó de una forma gráfica las razones del galardón concedido por la Fundación Cook&Chef Institute: “Se resume en algo tan sencillo como que hay gente que quiere ayudar a construir un mundo mejor, y vosotros lo estáis haciendo con Gardeniers”.

## | Pintacaras para disfrutar del Carnaval

Los Carnavales se vivieron con intensidad en el Mercado Central después de los últimos años de pandemia en los que ha sido muy difícil participar en esta actividad.

El fin de semana de Carnaval se organizó dentro del edificio un pintacaras artístico. Por él pasaron muchos niños y algún que otro adulto con ganas de disfrutar en su propio cuerpo de los vistosos diseños que dibujaron varios alumnos de una escuela de maquillaje.





# ¡YA LLEGA EL BUEN TIEMPO!

DEPORTE, ALIMENTACIÓN Y SALUD



En el mercado encontrarás los mejores alimentos frescos para darte vitalidad y también para compartir momentos con tus amigos



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



# POSITIVO ENCUENTRO PARA DAR UN IMPULSO TURÍSTICO AL MERCADO



**Zaragoza Turismo y Zaragoza Congressos** valoran la importancia de darle más protagonismo por las visitas que recibe y su atractivo como edificio singular

Los responsables del Mercado Central se reunieron en febrero con una delegación de Zaragoza Turismo y de Zaragoza Congressos para establecer posibles líneas de colaboración para la promoción turística de la capital aragonesa.

El objetivo pasa por integrar el Mercado Central de una forma más decidida en la oferta turística del Ayuntamiento, valorando todas las posibilidades que existen, ya que según los responsables municipales “se trata de un elemento de atracción con un gran potencial al que tenemos que ser capaces de sacar mayor partido”.

De hecho, el Mercado Central de Zaragoza es uno de los edificios públicos que recibe más gente a lo largo de la semana. Se estima que alrededor de 15.000 personas pasan por él todas las semanas, lo que supone un potencial muy importante a la hora de desarrollar sus posibilidades turísticas. “Por su ubicación y estructura arquitectónica presenta unas condiciones inmejorables para ser el centro de atención de muchas más iniciativas”, destacaron los responsables municipales.

Las delegaciones del Mercado Central y del Ayuntamiento valoraron que tras los dos años de pandemia, lo más probable es que el turismo se vaya reactivando poco a poco “y es importante que cuanto antes tengamos previsto un plan para que el mercado sea un punto obligado de visita en los recorridos que se organizan por la ciudad”.

De hecho, en los alrededores del edificio diseñado por el arquitecto Félix Navarro se inician muchas visitas que recorren otros puntos de Zaragoza, sobre todo del Casco Histórico. “Sería importante que en cualquier tipo de visita organizada, el mercado tuviese un mayor protagonismo a la hora de poner en valor su relevancia como edificio singular, pero también el trabajo de los detallistas y de los productos de la rica despensa de Zaragoza y de Aragón en general”.

Por otra parte, en este encuentro entre las dos delegaciones, los responsables del Mercado Central agradecieron a Zaragoza Turismo la posibilidad que ofrece de poder intervenir hablando del mercado en distintos radios locales.

“Es un altavoz que valoramos mucho –comentan desde la gerencia–, tenemos que seguir insistiendo para que los zaragozanos que todavía no conocen suficientemente este espacio se acerquen a él y lo descubran desde el punto de vista de edificio turístico muy emblemático, pero, sobre todo, que se animen a comprar, que conozcan el trato cercano de los detallistas y sientan que la experiencia de compra es muy diferente a la que pueden tener en una gran superficie”.

Por otra parte, los responsables del Mercado Central también agradecieron al gerente de Zaragoza Turismo, Conrado Molina, su actitud permanente de colaboración a la hora de difundir las excelencias de este espacio. Otro aspecto importante que fue muy valorado es el apoyo en las redes sociales, ya que en muchas de las publicaciones de Zaragoza Turismo se etiqueta al Mercado Central dándole una gran visibilidad.



# 'FOOD TRUCKS'

## PARA ANIMAR EL ENTORNO DEL MERCADO CENTRAL

**El festival Viva Truck combinó una propuesta culinaria informal con espacios infantiles como el que se instaló en el interior del mercado**

Del 4 al 7 de marzo, el festival Viva Truck se acercó a Zaragoza e hizo disfrutar a vecinos y visitantes de un nuevo espacio de ocio junto al Mercado Central donde probar la cocina más internacional fusionada con los productos aragoneses.

En total, fueron siete 'food trucks' las que ofrecieron su propuesta culinaria en un ambiente distendido. De hecho, las familias con niños pudieron disfrutar de la única zona de ocio infantil del Casco Histórico con acceso gratuito.

Los saltos y las risas desatadas fueron protagonistas en el castillo hinchable 'Paw Patrol Party', monitorizado por profesionales especializados en la dinamización de espacios infantiles. El castillo se montó en el interior del Mercado Central e hizo disfrutar de lo lindo a los más pequeños.

Durante este evento se permitió de manera excepcional al organizador ampliar el número de plazas del mercado para facilitar su desarrollo. Tapas, tacos, burritos, encurtidos, hamburguesas, patatas asadas, mariscos, huevos rotos, comida asiática o platos dulces como gofres y crepes fueron algunos de los más de 50 platos que se pudieron degustar.

En este sentido, hubo una gran variedad de comida tradicional e internacional, y también de fusión a precios económicos, todo ello con opciones vegetarianas, veganas y para personas intolerantes al gluten.

Como novedad de la presente edición, Rombo Zentral, el espacio hostelero que se encuentra dentro del Mercado Central, estrenó el certificado de empresa comprometida con el medio ambiente. 'Hostelería por el clima' es el sello impulsado por Hostelería de España y Coca Cola, que pone en valor las actuaciones desarrolladas alrededor de la eficiencia energética, el reaprovechamiento alimentario, el uso responsable de los recursos naturales o el desarrollo de actuaciones para rebajar las emisiones de CO2 y la transformación del mismo en oxígeno.

Esta no es la primera ocasión en la que las varias 'food trucks' aparcen en los alrededores del Mercado Central creando una interesante zona de ambiente y ofreciendo una gran diversidad culinaria para todo tipo de público. El año pasado ya se organizó algún evento de estas características y la idea es seguir impulsándolos en el futuro. En principio, alrededor de la Semana Santa está previsto que se celebre el siguiente.





## CRECEN LOS SORTEOS EN MARZO Y EL CLUB DE AMIGOS SUPERA LOS 850 INSCRITOS

‘El Club de Amigos del Mercado Central’ continúa creciendo a muy buen ritmo. En estos momentos ya supera los 850 inscritos, así que la cifra del millar de socios se encuentra muy cerca.

Este crecimiento, además, va de la mano de los premios repartidos, ya que a partir del mes de marzo los sorteos se han incrementado notablemente y, por lo tanto, los premios que se entregan.

En cualquier caso, hay que seguir insistiendo para que esta cifra siga subiendo. En este sentido, formar parte de esta comunidad es muy sencillo. Tan solo hay que descargar la app ‘Amigos del Mercado Central’, crear un usuario y... ¡nada más! Desde ese mismo momento ya se pueden empezar a ganar premios. La app se puede encontrar en Google Play, App Store o en [www.mercadocentralzaragoza.com/.../-club-amigos...](http://www.mercadocentralzaragoza.com/.../-club-amigos...)

La aplicación permite acceder a la información básica de los puestos y estar al día de la actualidad. Los detallistas insisten en que “es un proyecto que nos ilusiona particularmente y que manifiesta nuestro deseo de abrir el mercado al mundo digital y acercarnos a los usuarios de cualquier edad que estén acostumbrados a aplicaciones móviles”.

La adhesión al club es totalmente gratuita, se solicita cumplimentando el formulario de inscripción y se hace efectiva tras la validación por parte de los responsables de la aplicación.

## VISITA DE UNA ASOCIACIÓN DE VALLADOLID

El Mercado Central de Zaragoza recibió en febrero la visita de una delegación de la asociación de comerciantes del Mercado del Val de Valladolid. Durante la visita conocieron con detalles las características de la última reforma, así como los productos y el trabajo de los detallistas.

En el recorrido que hicieron por sus instalaciones, los responsables de esta asociación estuvieron acompañados por la presidenta de la asociación de Detallistas, Esther Pérez Albuixech, y Fernando Benito, gerente del Mercado Central de Zaragoza.





# El Recetario Del Mercado

## LECHUGAS VIVAS Y PARRILLADA DE VERDURAS, UNA APUESTA SALUDABLE

En este número de la revista del Mercado Central se apuesta de una forma clara por la alimentación saludable y por su vinculación con el deporte. Es por ello que el cocinero Luis Vicente, del gastrobar El Escondite (Paseo de los Rosales, 30. 976 134 713) y la Escuela de Cocina Azafrán, se ha animado a ofrecer dos recetas que encajan muy bien con este objetivo. Para ello, sugiere una propuesta de parrillada de verduras que le acompaña desde que El Escondite abrió sus puertas y, también, un producto que le está dando mucho juego últimamente: las lechugas vivas. En los dos casos introduce ingredientes como el foie o embutidos, que tal vez se salen un poco de la idea de comida saludable, pero siempre está la opción de prescindir de ellos.

### ENSALADA DE LECHUGA VIVA, FOIE Y FRUTOS ROJOS



#### Ingredientes

- Lechuga viva, virutas de foie micuit, arándanos y grosellas, manzana granny smith, granada, piñones, pasas, tomate rosa de Barbastro, rabaneta y germinados de rabaneta, vinagre balsámico de Módena y de Pedro Ximénez, aceite de oliva virgen y sal.

#### Elaboración

- Meter el plato en el congelador diez minutos antes de emplatar la receta.
- Cortar la raíz de la lechuga, lavarla y ponerla boca abajo para que escurra bien.
- Presentar la lechuga en el plato frío y abrir las hojas sin que se desmoronen.
- Picar en dados pequeños la manzana y el tomate, y en láminas finas la rabaneta. Repartir entre las hojas de la lechuga.
- Hacer lo mismo con los piñones, la granada, las pasas y los arándanos.
- Añadir la sal, el aceite y el vinagre de Módena al gusto y, a continuación, las virutas de foie.
- Decorar con las grosellas y los germinados de rabaneta. Para terminar, poner un poco de balsámico de Pedro Ximénez.

### PARRILLADA DE VERDURAS

#### Ingredientes

- Espárragos trigueros, calabaza, berenjena, champiñones, patatas, longaniza, chorizo, morcilla, jamón, piña, melón, mayonesa y perejil.

#### Elaboración

- Marcar las verduras y reservar. Los trigueros y los champiñones tienen que estar más tiempo en la plancha.
- La calabaza y la berenjena, cortarlas en rodajas. Necesitan menos tiempo en la plancha.
- Trocear las patatas y freír como si fuésemos a preparar unas patatas bravas. Reservar.
- Marcar la piña y el melón en la plancha, vuelta y vuelta.
- Freír el chorizo, la morcilla y la longaniza y reservar.
- En una sartén o en una plancha eléctrica que podamos colocar en la mesa colocar en la base los espárragos trigueros y encima la calabaza y la berenjena. Alrededor distribuir las patatas y los champiñones. Estos últimos se pueden pinchar con un palito de jamón.
- Acompañar el champiñón con un poco de ajoaceite y las patatas con mayonesa y perejil.
- Colocar la piña y el melón alrededor de las verduras y los trozos de embutido por encima de ellas.



# UN SUEÑO... UNA REALIDAD... TERNERA 100% ORIGEN ARAGÓN



ASOCIACIÓN DE PRODUCTORES DE CARNE DE

**VACUNO  
DE ARAGÓN**

[www.carnedevacunodearagon.com](http://www.carnedevacunodearagon.com)

Grupo de Cooperación Vacuno de Aragón,  
Consumo Sostenible



# 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

✉ latiendaideidoya@gmail.com



PUESTO 39



### FRUTOS SECOS SOLANILLA

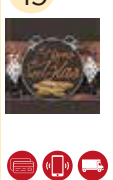
Establecimiento especializado en la venta de frutos secos a granel de alta calidad. Amplia selección de frutas deshidratadas, legumbres nacionales, especias, semillas, dulces y productos de Aragón

☎ 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

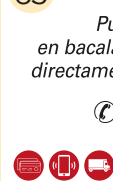
☎ 976 298 576

☎ 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 MOVIL



SERVICIO A DOMICILIO

## RESTAURACIÓN

PUESTO 27

Un recorrido por el recetario universal, basado en ingredientes frescos del propio Mercado en formato de 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 vermut, 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 materias 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 LUMHINTA 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 PUESTO  
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

### ANTONIO Y 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

✉ languan37@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 fabrica-  
ción 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

### MARIANO REDONDO BELENGUER

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 MOVIL**

**SERVICIO A DOMICILIO**

**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@arajardineria.com



## FRUTAS Y VERDURAS

**PUESTO 50**

### FRUTAS PATRI Y JUANK

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** **PUESTO 56**

### FRUTAS JAVI Y 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** **PUESTO 58**

### FRUTAS FURRUCHAGAS

Frutas y verduras

📞 976 316 303

📞 645 013 521

**PUESTO 59** **PUESTO 60**

### FRUTAS LOS POCHOLOS

Frutas y verduras

📞 675 740 498

✉ ornadbel@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, hígados...

📞 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




## RESTAURACIÓN

**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!



**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 noche. Cualquier hora es buena para "un poco de mambo". Y avisamos: produce adicción...



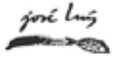
# DIRECTORIO PUESTOS DEL MERCADO CENTRAL

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 13 14

### PESCADOS JOSÉ LUIS



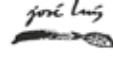
Pescados, mariscos y congelados. Tres generaciones a su servicio

☎ 976 281 959  
☎ 685 745 428



PUESTO 15 16

### PESCADOS 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 19 20

### PESCADOS Y MARISCOS CHUECA

Pescados, mariscos y congelados

☎ 976 441 671  
☎ 600 433 271



PUESTO 21 22

### PESCADOS Y MARISCOS 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



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



☎ 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



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

☎ 976 440 105  
☎ 618 127 376



✉ jcgran@gmail.com

PUESTO 44

### 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

☎ 976 444 739  
☎ 625 881 869  
☎ 645 372 176



PUESTO 77

### LA FLOR DE ARAGÓN



Aves selectas, precocinado casero y platos preparados

☎ 699 001 207  
✉ Itaca74@gmail.com



# HA NACIDO LA NUEVA GARNACHA



**ARAGONESAS**  
BODEGAS/WINERY

[www.bodegasaragonesas.com](http://www.bodegasaragonesas.com)

976 862 153

## EL ARTE QUE NACE DE LAS PIEDRAS

LAS PIEDRAS PUEDEN SER EL MEJOR ESCENARIO PARA EL ARTE. PORQUE, CUANDO A LA EXPERIENCIA, A LA TÉCNICA Y AL TALENTO SE SUMAN LOS SUEÑOS Y LAS ILUSIONES, INCLUSO LAS PIEDRAS SE CONVIERTEN EN FUENTE DE INSPIRACIÓN PARA INTERPRETAR SOBRE ELLAS UNA OBRA DE ARTE.

**DENOMINACIÓN DE ORIGEN  
PROTEGIDA CARIÑENA.**

**EL VINO DE LAS PIEDRAS.**

WINEinMODERATION  
ELEGIR | COMPARTIR | CUIDAR



EL VINO  
DE LAS  
PIEDRAS  
D.O.P. CARIÑENA

Promueve:

 **CARIÑENA**  
DENOMINACIÓN DE ORIGEN PROTEGIDA

**A<sup>n</sup>** Aragón,  
alimentos  
nobles