www.Planeta28.com
Tu música...tu revista

ENERO 2013
NÚMERO 47



COMITÉ

WWW.PLANETA28.COM









STAFF P28

DIRECTOR: I.ESTEBAN

PUBLICIDAD: R. SANCHEZ

CONTENIDO: A.RUIZ

D.GRAFICO:D.ESTEBAN

REDACCION:M.VALVERDE
R.JIMENEZ
D.GONZALEZ

FOTOGRAFIA:D.ESTEBAN

EDITA:PLANETA28 (SU)

www.Planeta28.com
Tu música...tu revista

CONTACTO:P





SILENCIO A VOCES





TEATRO "DE BUENA FAMILIA"

PLANETA28@PLANETA28.COM







LA FÁ

BIERMU

LAS MEJORES CERVEZAS DEL MUNDO



C/ PRINCESA, 5 • C/ GÉNOVA, 21 • HERON DIVERSIA • HERON CIT



Si quieres obtener descuentos directos, recibir informació
y beneficiarte de muchas ventajas más, entra en ww



Y LAS MEJORES COCINAS CERVECERAS



Y • PARQUESUR • PARQUE CORREDOR • TRES AGUAS • LA GAVIA

n sobre nuestras actividades, disfrutar de promociones exclusivas
w.lafabricamuseodelacerveza.es y únete al **Club La Fábrica.**

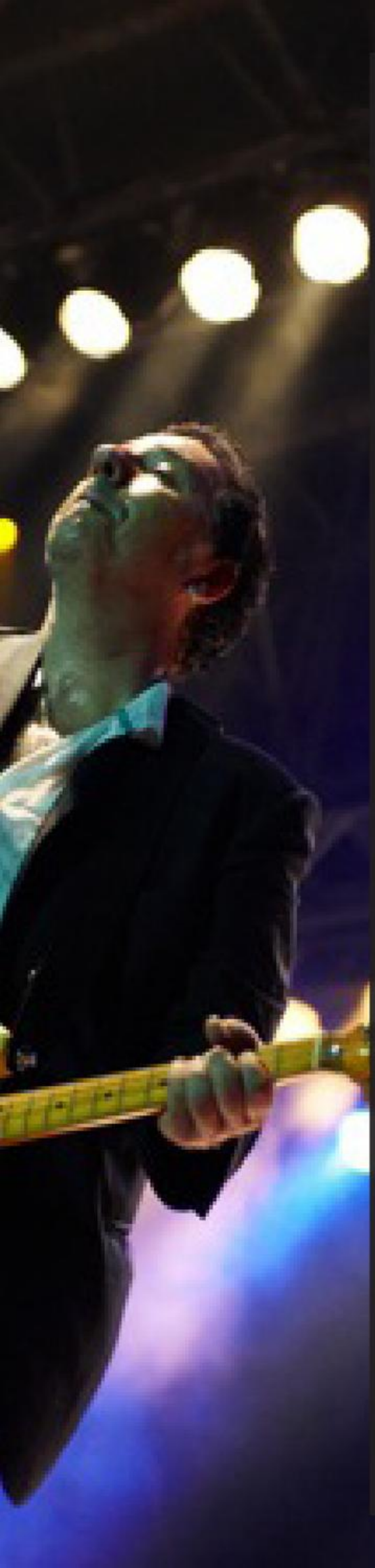
COMITÉ

Carlos Goñi retoma los temas de Comité Cisne, grupo al que perteneció y una de las bandas valencianas más importantes de los años 80.

La Gran leyenda de Comité Cisne se remonta a mediados de los ochenta, cuando Carlos Goñi, junto a otros importantes músicos de la ciudad del Turia forjaban, sin saberlo, lo que con el paso de los años se convertiría en una banda de referencia en la historia del rock valenciano.

Carlos nos presenta a COMITÉ en formato trío apisonadora (guitarra, bajo y batería), más eléctrico que nunca y con la única intención de divertirse sobre el escenario y que el público lo haga con él; compartiendo momentos y sensaciones que quizás no se vuelvan a repetir.

COMITÉ, con Carlos al frente, retoma los temas más memorables del repertorio de Comité Cisne.



Tercera vez que aterrizas en nuestro Planeta como Carlos Goñi, primera como Comité Cisne, ¿cómo ha surgido la idea de recuperar las canciones de Comité?

-Bueno, después de un álbum como "Argán" bastante complejo y exigente en cuanto a concepción y composición ,me venia bien una especie de " parada y fonda" en cuanto a nuevas canciones . Este era un momento fantástico para reencontrarme con estos viejos temas en vez de irme de vacaciones ; algo que por otra parte tampoco se hacer ,la verdad.

¿Qué sensaciones has tenido al volver a parte de tus inicios?

- Pues mejores de las esperadas ,es un repertorio muy ochentero (época musical que yo detesto bastante ,dicho sea de paso) . Como no soy en absoluto nostálgico ,y menos en este caso , me sorprendió la vigencia de muchas canciones y armonías , y lo bien que funcionaban en el entorno de hoy en día .

Comité fue un grupo muy valorado sobre todo en Valencia pero que ha dejado esencia en otros grupos españoles, ¿este trabajo se plantea como un homenaje al grupo y a sus componentes?

No, en absoluto , ha sido una cuestión



ramente musical y estilística. En cualquier caso si alguien se merece un reconocimiento u homenaje hacia esa banda y la salud que le costo, fue un señor que se llama Manolo Rock, manager de Comité a partir de que yo me fui, que se dejo la vida por el grupo ; y ni el grupo ni la vida le devolvió nada de nada ,especialmente el grupo . Así es. Gracias a Dios es tan sumamente bueno que después no tubo problemas en mejorar su calidad de vida trabajando en esto y a día de hoy tengo el honor de disfrutar de su compañía y amistad a 5 minutos de distancia. Me atrevería a decir que "él " es el verdadero precursor de que esto se haya vuelto a producir , sin duda.

Estas canciones de Comité son interpretadas por tu grupo de siempre, (Revólver), ninguno de ellos pertenecía a Comité ¿esto ha permitido que se aporten ideas a la ejecución de los temas?

Bueno lo cierto es que Julián Nemesio (batería) sí que había tocado con ellos en la ultima etapa , pero por suerte para mi, Julián es un tipo con una mente muy amplia de miras . Además de nuevo por suerte para mi Julián no es el que era ¡!!!!!!! Ja,ja,ja,ja,ja

Por cierto preséntanos al grupo y lo principal que han aportado a este proyecto

Pues nada más y nada menos que Julián Nemesio batería y Manuel Bagües bajo.

Prescindes del teclado característico de Comité, ¿esto ha sido difícil a nivel de los arreglos?

Como ves, decidimos hacerlo a trío , reto mayor; imposible.

Eso lo cambia todo ,del todo. Nos fuimos a la raíz del asunto : años 70 que eran la clave de la cohesión interna de Comité el resto nos separaba.

Yo ya estaba años con la idea de el formato de trío y esta era una ocasión única y difícil para probar a ver que tal funcionaba Es sabido que este formato es sin duda el más complicado de conseguir que funcione ,pero si lo consigues nada suena igual

ni por asomo. Y la satisfacción ha sido tal que así nos hemos quedado para Revolver. Durante este verano ya habíamos hecho algunos conciertos de esta manera y estábamos felices por la rotundidad y compenetración entre nosotros pero esto ha sido definitorio en nuestro sonido . Así empecé y así voy a acabar.

Este proyecto ¿tiene principio y final? ¿Y qué pasa con Revólver?

Pues sí ,tiene fecha de caducidad . Lo normal es que se termine pronto , cuestiones de preferencias ,proyecto de Revolver nuevo a la vista (aún no puedo adelantarlo) y que esto era un reencuentro con un repertorio maravilloso en un momento concreto . Jamás me lo planteé como futuro ni nada de eso .Lo que si haré es tocar de vez en cuando canciones de comité en los conciertos de Revolver (alguna ,alguna vez)

¿Eres consciente que mucha parte de tu público puede ser que no se conozcan todas las canciones de Comité Cisne y que te pidan alguna canción de Revólver?

Por supuesto, pero no quiero mezclar churras con merinas. Tiene su aquel el convencer a la audiencia con canciones que no conocen ,acostumbrado a tocar dos notas y que todo el mundo se sepa la letra entera de lo que estas tocando ,esto es un reto sin ayuda de singles masivos ni éxitos. Claro que esto ultimo tampoco me lo han regalado, cuando empecé con Revolver las que me pedían eran las de Comité y tampoco hice ninguna, de forma que el hecho de que ahora se las sepan todas ha venido precedido de años de trabajo y de convencer ,convencer y convencer ,por medio de buenos directos , buenos discos y fe ciega en mi trabajo ....

Con el tiempo que llevas sobre los escenarios ¿desanima ver cómo está todo, ya no sólo en lo social, sino en lo musical, el grado de desesperación que existe?

Veras ; decía Baltasar Gracián en el "El Criticón " que a medida que pasan los años se van dur-

miendo pasiones y despertando desengaños . Tengo muchos desengaños despiertos, pero ni una pasión dormida. Me duele, efectivamente, pero no desespero. ¿Que tengo que tocar por menos? toco, aunque los sitios sean peores, las condiciones, me da igual ; soy músico , es mi oficio , y lo amo profundamente y hasta que me muera seré músico. Me darán igual las maderas de las que estén hechos los escenarios que pise , pero no dejaré de pisarlos, eso te lo aseguro. Tocar , componer , viajar de un sitio a otro ,eso es mi vida.

¿Crees en la música como medio para mejorar el mundo?

No, rotundamente no. El mundo lo mejora las personas que vivimos en el, nuestros actos , decisiones, el amor , la solidaridad con los mas necesitados, y todo eso que ya sabemos , y que brilla por su ausencia. La música, como mucho, te puede hacer mas llevadero el vivir con la falta de todo eso, la música, el cine, cualquier forma de arte en definitiva .

Vamos ahora con nosotros, los medios de comunicación, ¿tú crees que estamos a la altura dando cobertura al arte que existe en este país?

MMMMMMmmmmmm seamos sinceros : ¿ el arte como tal vende? Qué tipo de arte...

Mira no lo se. Sí se , como tu, lo que vende, Belén Esteban, La Voz , Gran Hermano , Operación Triunfo, Número Uno ,y "eso " sí que tiene cobertura con lo cual..... habría que borrar la página y empezar de nuevo . Pero no me quejo , ojo.....

Temas espinosos: IVA, Prohibición de música en las calles y salas de conciertos:

En serio me preguntas que me parece ? je, je, je es una broma no?

A veces pienso (medio en broma medio en serio) que vienen a por nosotros !!

Permisibilidad con la piratería IVA desmesurado, reducción dramática en los aforos de con-

ciertos por fallos “suyos “ y nada mas que suyos (si hiciesen bien su trabajo referente a permisos instalaciones, control ,etc,etc en vez de aplicar el “no problem “ con los amiguetes la tragedia de Madrid no habría ocurrido)

Alquileres desmesurados y fuera de sitio cuando alquilas, valga la redundancia, un teatro PÚBLICO que sale de nuestros impuestos etc,etc,etc,etc…..

Si lo pienso mas tiempo.. definitivamente viene a por nosotros ja,ja,ja, pero lo tienen mal, muy mal. Cuando ellos se vayan a no se dónde, eso sí; con los bolsillos engordados, tu seguirás escribiendo, y yo seguiré tocando ,como un día hablábamos durante una comida Bunbury y yo , seguiremos haciendo nuestro trabajo ,nuestro oficio, como todo el mundo . Son ellos ,que se han pasado toda su vida aprendiendo a medrar y a tener más cuota de poder, los que se quedan sin vida cuando se van de palacio, porque no saben hacer nada más que generar problemas donde no los hay para aplicar soluciones que no se necesitan.

Nosotros , todos nosotros, músicos o no … ,seguiremos con lo nuestro ;el problema es que vendrán otros ,claro.. pero eso es otra historia .

“Es un honor aparecer por aquí siempre que se me invite, con gente como vosotros da gusto. Como digo un honor, os deseo lo mejor de lo mejor, paciencia y que continuéis creciendo.
Un saludo como una montaña para todos”



naranjas de Riola

c/ San Cristofol, 38
46417 RIOLA - Valencia
Atención al cliente:
615 208 586 // 615 196 775

SÍGUENOS EN LAS REDES SOCIALES



Las mejores naranjas valencianas.

24

Recién recolectadas a su domicilio en 24 horas.



Compre o regale naranjas a sus mejores amigos.



Mejor precio garantizado.



TIENDA ONLINE
www.naranjasriola.com




naranjas
de
Riola
las mejores recetas
con naranjas
en el
BLOG

Silencio a voces

Presentadnos a Silencio a voces

Silencio a voces somos 5 amigos: Jesús a la voz, Tania y Rafa a las guitarras y los coros, Mario es el bajista y Kevin batería.

¿Por qué ese nombre a la banda?

El nombre es una metáfora, esta idea surgió porque todo empieza siendo un silencio hasta que poco a poco con trabajo y el boca a boca entre la gente, consiga ser una gran voz.

Nuevo trabajo tras un EP muy trabajado "Destino o casualidad", ¿qué nos vamos a encontrar?

El estilo del disco se encuentra dentro del pop-rock, y para quien lo escuche podrá encontrar canciones con toques electrónicos, melodías pegadizas, medios tiempos, baladas... en las cuales en algún momento se pueden sentir identificados ya que es un disco que no sólo habla de amor y desamor, sino tam-



bién de temas variados como el inconformismo de la sociedad actual, del optimismo ante nuevos proyectos, o bien del destino o la casualidad en la vida.

Hemos encontrado una banda que da mucha importancia al directo, fresca, desenfadada... tenemos que deciros que, en vuestro caso, no se trata ni de destino ni de casualidad sino de trabajo ¿cómo os definiríais vosotros?

Como un grupo unido, muy humano, con unos valores y objetivos muy claros, sintiendo lo que hacemos y hacerlo sentir a las personas que nos acompañan en esto.

Un tema del trabajo que os guste especialmente y por qué

Es una difícil decisión porque sacar un disco con 11 canciones es como 11 hijos que no te puedes quedar con uno. Si tuviésemos que escoger alguna, quizá, nos decantaríamos con la canción de “Me Haces Falta”, ya que es un agradecimiento a la gente que nos sigue y nos ayuda.



Diseñamos tus ideas
Personalizamos tus palas

NUESTRA GAMA

LINEA ADVANCE LINEA BASIC PRO LINEA elite LINEA

FABRICACION PROPIA
100% NACIONAL
PALAS PERSONALIZADAS




TORO
joma
GNC
TORO
padel
Tlf.-622 48 59 96
https://www.facebook.com/toro.padel
www.toropadel.com

¿Cuál es el proceso de composición de vuestros temas?

La composición es algo bastante característico del grupo, porque somos todos los que componemos las canciones. Nos juntamos en el local de ensayo y es allí donde todos vamos aportando nuestro granito de arena para que lo que empieza siendo una melodía, acabe convirtiéndose en una canción.

¿Cuándo la gira?

El pasado mes de octubre presentamos nuestro disco "Destino o Casualidad" en Valencia, y a partir de diciembre pasaremos por Madrid, Navarra, Barcelona... Sobre todo con la entrada del nuevo año, esperamos alcanzar las máximas ciudad del territorio nacional



¿Creéis que los medios de comunicación prestamos la suficiente atención a la música en español?

Creemos que cualquier proyecto que ayuda a la difusión de la música, es un gran proyecto. En este caso, planeta 28 es una buena iniciativa para todo tipo de bandas, y desde aquí os agradecemos esta entrevista.

Os dejamos espacio para lo que nos queráis contar.

Muchas gracias, nos podéis encontrar en nuestras redes sociales y página web

www.silencioavoces.com
Facebook y tuenti
twitter: @silencioavoces0




HOLA AM
HOTE
Las mejores vista
Reserva

IIC!



L HORIZONTE

as de Palma. Habitaciones con Jacuzzy

ya en www.amic-hotels.com

AMICHOTELS

902 400 661



INTEGRAL TRAINING

Evita perder el tiempo !!!

Con un entrenador personal.

NO Pensaras que es imposible
NO Te aburriras
NO Perderas el tiempo
NO Te lesionaras





SI Conseguiras TUS objetivos
SI Tendras motivacion
SI Aprovecharas el tiempo
SI Evitaras riesgos









Musculacion
Aumento / Perdida de peso
Tonificacion / Fitness
Mantenimiento / Vida Sana
Preparacion fisica de Oposiciones
Atletismo popular
Entrenamiento Funcional Adaptado
Asesoria Dietetica y preparacion de dietas
Pilates / Post-parto / Espalda
Clases particulares de Muay Thai/Kick Boxing

Daniel Carmona - tlf.: 635 33 06 15
trainer@integraltraining.es - www.integraltraining.es



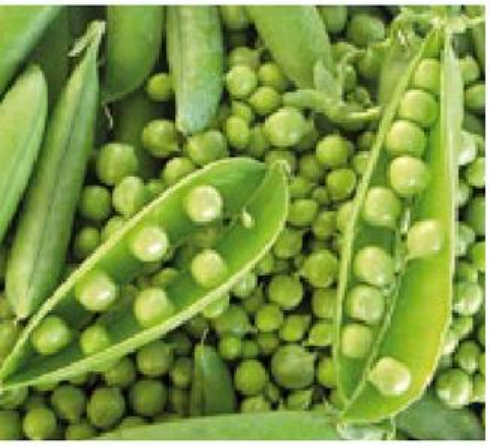
INTEGRAL

TRAINING

la huerta de A

Hortalizas frescas y conserva
de Fresno de la Vega en León
desde nuestra huerta a tu cas

Somos la tienda online que vendemos única y ex
de la huerta de Fresno de la Vega, hortalizas fres
cuando nos realizas tu pedido para que los disfr










Av. Morilla, nº 10 • 24223 Fresno de la Vega (León) • Teléfono 616 069

AnaMary.com

as vegetales
, directamente
sa ¡visítanos!

xclusivamente los magníficos productos
scas y conservas vegetales, que recogemos
utes con la mayor calidad y frescura.



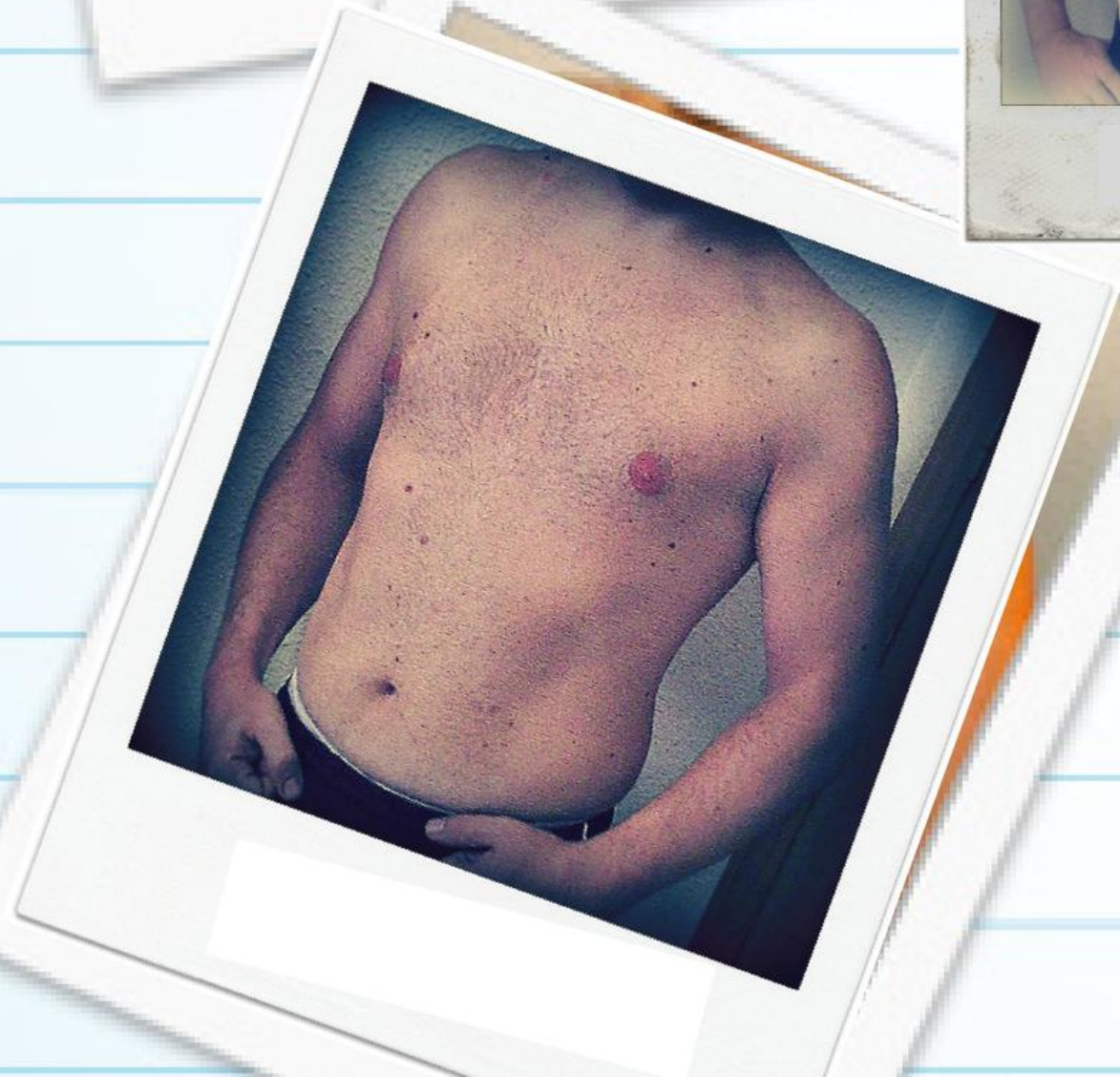






PUNTO PARTIDA





EL RETO PLANETA28

¡¡Seguimos entrenando duro¡¡

Navidades ufff¡¡ no negaré que he comido turrón, y rosco con nata.... bombas calóricas, sin duda, he entrenado todos los días fuerte y estoy cumpliendo mi objetivo de salir a correr pese al frío ... y la verdad es que poco a poco aguanto más y siento menos dolor en las tibias... empiezo el año con buenos propósitos y mejor entrenador, el 2013 será el año del retro¡¡

Síguenos en el blog y anímate a movilizarte hacia una vida sana... muévete¡¡ entrena¡¡ vive¡¡

¿Te animas?
¡¡Sigue el reto¡¡

INTEGRAL TRAINING

Alquiler de Salas

THE DANCE FACTORY

ENSAYOS
POR HORAS, MESES...

Compañías de Danza,
Teatro, Circenses...

EVENTOS

Master Classes / Workshops
Castings / Showrooms
Sesiones Fotográficas / Grabaciones
Clases Regulares / Reuniones Temáticas
Otros Eventos

AQUÍ

C/ FRANCISCO SALAS 25
<M> Estrecho o Alvarado
Madrid



3 SALAS DIÁFANAS







INFORMACIÓN
655 811 768 - 619 918 352
PARA VER LAS SALAS Y RESERVAR ONLINE:
www.AlquilerSalas.com

Escuela de Danza

THE DANCE FACTORY

DANZAS DEL MUNDO

¡TODOS LOS NIVELES!

Danza del Vientre
Bollywood - Tribal
Cíngaro - Africano

DANZAS URBANAS

Street Jazz

ARTE CIRCENSE

Telas Aéreas

SALÓN Y LATINO

Bailes de Salón
Salsa - Ritmos Latinos

TEATRO MUSICAL

NIÑOS/AS

Baile Moderno

BALLET

DANZAS ESPAÑOLAS

Flamenco - Sevillanas
Español - Regionales

PILATES Y YOGA



INFORMACIÓN
91.459.83.53
cursos@thedancefactory.es
HORARIOS EN:
www.TheDanceFactory.es

... y ¡ mucho más!

ANIM MALITOS

"APOCALIPSIS ELÉCTRICO"




COMITÉ
CARLOS GOÑI EN CONCIERTO
VILLENA, Casa de la Cultrua · 1 de FEBRERO
CIEZA, Cultural Aurelio Guirao · 2 de FEBRERO
MURCIA, Teatro ROMEA · 15 de FEBRERO
MOJAVE ESTUDIOS
Custom Grafic Design
NaripeCreative
Elepé.com



INTEGRAL TRAINING

INTEGRAL TRAINING

Entrenando con Daniel Carmona

Suelta lastre

Bueno pues parece que se acabaron ya las navidades, época de descanso, buenos deseos y como no excesos calóricos.

El que más y el que menos se ha saltado su dieta habitual, con esa copita, con esos turrones etc…y ya se sabe kilitos…

Vamos a ver cómo nos podemos quitar todo esto sin esfuerzos tremendos para que nos moleste en nuestra práctica deportiva o simplemente para nuestra salud, pues ya sabes, a más gordo estemos más problemas de salud tendremos.

Antes de nada te diré que los aumentos de peso en este aspecto vienen de dos fuentes principales aumento de grasa, debido al exceso calórico, y retención de líquidos, debido a las especias, grasas, azucares y alcohol.

Te daré algunos consejillos para eliminar lo que no queremos, que les suelo recomendar a mis alumnos en función de sus excesos.

Alcohol: el alcohol es un toxico y nuestro cuerpo lo interpreta como tal, se hincha e inflama cual pelota, nos deshidrata, nos cansa, nos eleva las pulsaciones y reduce nuestra testosterona entre otras bondades. Que podemos hacer para eliminarlo lo antes posible de nuestro organismo?, Aumenta frutas y verduras, prestando especial atención a espárragos, apio, piña, acelgas, tomates y como no aumenta tu consumo de agua y si puedes intenta buscar en herbolarios alguna infusión detoxificante.

Con todo esto conseguirás ayudar a tu cuerpo a eliminar más

rápidamente los residuos y dejarlo listo de nuevo para rendir
Dulces: aumentan la grasa, el colesterol, inflaman nuestro páncreas, nos dan dolor de cabeza en muchos casos, nos vuelven perezosos, etc... ¿pero qué ricos están verdad? Si te has pasado un poco con los dulces algún kilillo seguro has cogido, aquí lo mejor que puedes hacer es controlar mucho los carbohidratos en tu dieta, reduciéndolos en todo lo posible. Como en las vueltas a los entrenos se suelen hacer en esta época mini ciclos de volumen, pues perfecto, algo menos de intensidad pero más volumen, acompañado de una restricción calórica, de pasta, pan, patata, arroz y como no azúcar te ayudara a volver a tu peso "de competición".

Comida pesada y grasa: en este punto se juntan varios aspectos de los anteriores. Por un lado tendemos mucho al marisco lo que mezclado con el alcohol eleva mucho los residuos del organismo, yo aplicaría las medidas del primer punto. Por el otro lado se suelen tomar asados, pates y quesos, son comidas bastante grasas y calóricas que elevan nuestro colesterol y nos inflaman.

A parte de aplicar las mismas medidas que para los dulces, añadiría dos cosas: busca un suplemento de fibra, no tiene por qué ser en pastillas, en grandes superficies hay salvado de avena o trigo que puedes mezclar con muchas cosas en tu comida, esto te ayudara a limpiar el intestino de residuos.

Por otro lado los frutos secos te van remineralizar y reducir tu colesterol e inflamación, obviamente que no estén tostados, fritos, desecados o caramelizados. Entre mis favoritos, las nueces (de calidad por favor).
Con respecto a suplementos tipo carnitina, termogenicos, etc... a no ser que tengas una competición o evento urgente a la vista, yo no los usaría por ahora, puesto que con la vuelta a la normalidad y con los consejillos que te he dado, no tardaras mucho en recuperar tu forma anterior a las fiestas.

Nos vemos el mes que viene,

¡entrena fuerte!



INTEGRAL TRAINING

www.integraltraining.es

integraltrainermadrid@gmail.com

635330615



- Tapetes póker desde 30,00 €
- Maletines de fichas desde 30,00 €
- Mesas de póker desde 150,00 €

Tel



Mesa de póker

166,84€

www.laestano

tus mejores pr





- Costureros desde 10,00 €
- Joyeros desde 15,00 €
- Gemeleros, relojeros y zapateros de viaje

Visítanos en www.laesta

mej

éfonos vintage

lesde 40,00€

cachimbas

desde 12,00€



queraonline.es

ecios en la red



Brinda estas navidades por tu equipo de futbol

nqueraonline.es más de 1000 artículos a los ores precios te esperan


SALA GALILE
CONCIERTO PRESENT
CON TODA LA BA
SÁBADO 12 DE
21:30 h.
Calle Galileo G


O GALILEI MADRID
FRAN
FERNANDEZ
NUEVO
DISCO
AFECTOS
SECUNDARIOS
ACIÓN
NDA
ENERO 2013
alilei, 100

Presentadnos a Cruelty without beauty

Cruelty Without Beauty son Noah Waldorf (@Noah_Waldorf) Juan Hernando (@die_roboter) y Iván Diezel (@diezelgaz). El grupo nació a finales de 2005 en un karaoke aunque pueda sonar a broma, y desde entonces el viaje ha sido un no parar de cambios y sacrificios. Hoy por hoy, ser parte de un grupo es una carrera constante y ser perseverante es FUNDAMENTAL. Para nosotros fue un verdadero empuje ver nuestro primer disco: "Hot & Sticky" (Disponible en Soundcloud, Spotify, etc.) a finales de 2011 y darnos cuenta que al fin nos habíamos consolidado. Realmente Cruelty Without Beauty han sido muchas personas y agradecemos todas y cada una de ellas las aportaciones recibidas, ya que eso nos ha curtido como músicos y en definitiva, como artistas. Hoy en día el alma del grupo está divida en 3, como comentábamos anteriormente: Iván, Noah y Juan.

Antes de nada, ¿por qué ese nombre a la banda?

¡Soft Cell tiene la culpa! Es el nombre de su último disco, un álbum que nos marcó y nos ha influido en nuestra forma de entender la música, Cruelty Without Beauty somos nosotros, pero como es lógico nos nutrimos de influencias externas.
¿Y por qué el título de vuestro álbum Hot & Sticky?



“Caliente y pegajoso” son de las primeras palabras que se pueden escuchar en nuestro tema “Senseless Sex”. Como puede comprobar la gente en el disco y directo, somos una banda muy pegadiza y tenemos una actitud sexy y desenfadada en los escenarios ¡Nada definía mejor a este primer disco!

Hemos encontrado una banda que da mucha importancia al directo, fresca, desenfadada... ¿cómo os definiríais vosotros?

Como comentábamos anteriormente, somos una banda potente, desenfadada, descarada y pegadiza, hacemos que el público salte y pierda la cabeza por un rato ¡que falta nos hace a todos tal y como está la cosa! Intentamos hacer directos divertidos , siempre con sorpresas, cada vez vienen más Cruelties a los conciertos y cada vez se nota más el cariño y la participación de la gente, saben que vienen a una verdadera fiesta donde su participación es vital, ya que no solo subimos a los escenarios y tocamos, sino que cada concierto es un espectáculo. ¡Nos encanta!



Un tema del trabajo que os guste especialmente y por qué

Nos encanta Exhausted Love, por ello la elegimos como primer single, pero todas las canciones tienen algo especial, todas tienen ese “aquel” que nos hizo elegirlas para formar parte de este primer trabajo; ¡Eso sí! Estamos preparando el segundo y ya en los conciertos vamos adelantando temas sueltos, potentes , cañeros y en una línea quizá menos loca y más profesional aunque igualmente desenfadada.

¿Cuál es el proceso de composición de vuestros temas?

Tenemos muchísimas canciones que se han ido componiendo a lo largo de los años, letras que hemos escrito poco a poco, grabaciones de guitarra ya en la cocina de nuestro estudio desde hace tiempo, todo esto por supuesto es adaptable, así que un giro por aquí , otro por allá, horas y horas de trabajo y retoques y al final tenemos un tema realizado entre todos al que le vamos dando forma hasta que quede como nos guste a todos. ¡otras veces es mucho más sencillo! De una simple improvisación ensayando hemos sacado mucho en claro!

¿Creéis que los medios de comunicación prestamos la suficiente atención a la música en español y sobre todo a los grupos que comienzan su andadura? ¿Qué pensáis de Planeta 28, (www.planeta28.com)?



Creemos que Planeta 28 es una forma magnífica de dar a conocer nuevos talentos y como hemos podido comprobar no solo en el ámbito musical. Esto es absolutamente necesario, es algo que no hay que dejar de hacer, ya que (respondiendo a la primera pregunta) los medios de comunicación no se toman las molestias de promocionar, ayudar y/o simplemente anunciar o prestarle un poco atención a los nuevos talentos que necesitan una ayuda, un empujón y sobre todo alguien que confíe en ellos altruistamente. El altruismo ya no se lleva, la ayuda desinteresada ya es muy difícil de encontrar, por ello se puede encontrar este altruismo entre los jóvenes artistas que comienzan, grupos que se unen para dar un concierto juntos, fotógrafos con mucho talento que empiezan y te regalan su trabajo o como nos pasó a nosotros que tuvimos la suerte de que esto ocurriera con la compañía de baile “La mínima” para grabar el videoclip de Exhausted love; desde aquí aprovechamos para agradecer a todas estas



personas que aún saben prestar su trabajo, que son verdaderos artistas en la sombra.

Os dejamos espacio para lo que nos queráis contar.

Pues en primer lugar os contaremos que hemos creado el tema “Universe girl” que se ha convertido en la canción oficial del certamen de Miss Universe Spain,(Miss Universo España) de este año. También comentar los canales a través de los cuales nos podéis encontrar que son: @CWB_Tweets (Twitter) www.crueltywithoutbeauty.com (página web oficial donde también podréis encontrar nuestros videos) Facebook.com/crueltywithoutbeauty (fanpage de Facebook). Nuestro disco está publicado en Spotify, Grooveshark, Soundcloud…etc.
También desde esta plataforma que se nos ofrece nos gustaría invitar a grupos de pop, electropop, powerpop, new wave, poprock, dj´s o cualquier otro tipo de artista que crea que puede encajar con nosotros, a que nos escriban a managementcwb@gmail.com y podamos colaborar juntos.

Lo dicho, os mandamos un fortísimo abrazo y os invitamos a conocernos podéis estar al día de los próximos conciertos en cualquiera de los canales antes citados. Queremos dar las gracias también a Planeta 28 por la ayuda prestada, la oportunidad que nos habéis ofrecido y deciros que esperamos poder seguir estando por este mundo dando guerra mucho tiempo!


CRUELTY
WITHOUT
BEAUTY



INICIO CONTACTO SERVICIOS VENTA ENLACES REGL

Clases de Pádel a Domicilio

Pa

Desde **5 EUROS** / Persona

@Padelalcorcon

www.clubdepad

ontacto@clubdepadelcarabanchel.es Tel: 625 44 25 50



alas y Complementos

Precios sin competencia

clubdepadelcarabanchel

elcarabanchel.es

DESPROPÓSITOS

de la comunicación humana

DIBUJOS de Ubaldo Boyano



Javier Lillo y Juan José de Lanuza

CREALITE

Javier Lillo autor de "El Cuerpo Habla, interpretación de gestos y posturas" (Edit. Crealite) y recientemente acaba de publicar "Interrogatorio" (Edit. Difusión Jurídica) junto al psicólogo forense Juan José de Lanuza.

Twitter: @coachlillo
www.javierlillo.com

Despropósitos de los medios de comunicación.

Hoy os traigo un extracto de mi reciente libro, porque estas fiestas he visto demasiada televisión, he zapeado y comprobado la excelencia del medio con detenimiento, y aprovecho este espacio para repasar parte de lo degustado, criticando, con mucho cariño eso sí, lo que nos "obligan" a ver:

"El programa no se hace responsable de las opiniones y comentarios vertidos por sus colaboradores". Cuan Poncio Pilato, se pregona un cheque en blanco en el que todo vale, desmarcándose acertadamente de cualquier responsabilidad de aquellos invitados deslenguados que pudieran comentar irresponsabilidades.

Los juzgados se llenan de querellantes por injurias y calumnias y así nos va: que si "me acusó de drogadicta, prostituta, de ladrón, de playboy, de abandonar a mis hijos", y un larguísimo etc. ¿Qué tal si lo resuelven a las chapas y dejan de hacernos gastar tiempo y dinero? Afortunadamente, la Justicia va lenta pero segura y ahora se dificulta, al menos, el acceso a las segundas instancias para estos recurrentes recalcitrantes. Y se termina con la Justicia gratuita, pero este es otro tema…

Tratamos a los medios de comunicación en el libro “Despropósitos de la comunicación humana” (Ed. Crealite 2012), de Juan José de Lanuza y Javier Lillo (un servidor), como un instrumento de educación, de cultura, de aprendizaje. ¿Dónde están esos programas culturales, musicales y documentales? ¿Y las tertulias respetuosas? Bueno, ahora los americanos nos la han vuelto a colar con series tipo “Embargos a lo bestia”, “Leñadores extremos”, “Buscadores de fantasmas”, “Carreteras del infierno”, “Pesca radical”… Se nos cae la baba bobalicona frente al televisor-lobotomizador.

Este artículo que hoy escribo es un grito de atención silencioso; abro la ventana para tomar una bocanada de aire limpio y volverla a meter, porque empieza mi programa favorito: ¿lo adivináis? Sí, “Cazadores de mentiras”.

@coachlillo




28 Fotos.es
BOOKS FOTOGRAFICOS
WWW.28FOTOS.ES
28FOTOS@PLANETA28.COM
646.75.39.64

“DE BUENA FAMILIA”

TEATRO LARA

Una comedia musical de Natalia Hernández que cuenta las peripecias de la familia Rincón. Con un gran reparto Vicente Díez, Ascen López, Jorge Basanta, y los hijos del gran Pepe Viyuela, Samuel y Camila.

Estrenáis en el Teatro Lara de Madrid De buena familia, ¿cómo se vive representar esta pieza en un teatro como el Lara?

JORGE BASANTA: Sobre todo, con muchas ganas. Somos actores y nuestro hábitat es el escenario, fuera de él nos falta el aire. Y luego está el Lara, un teatro madrileño de gran tradición, con lo que supone de responsabilidad...pero por encima de eso, con la seguridad de que es una función que le va a este teatro como anillo al dedo.

CAMILA VIYUELA: El Lara es uno de los teatros con más solera y prestigio de la ciudad, personalmente estoy muy emocionada con que se me brinde una oportunidad así, intento convertir los nervios en sentido de la responsabilidad con respecto al público.



Tres motivos por los que nuestros lectores deben ir a verla

JB: 1º. Porque es una obra con un sentido del humor tan fino y original en la que es imposible, repito imposible, no reírse.
2º. Porque, con humildad y sin pretenciosidad desde el texto, plantea temas, tanto sociales como personales, que nos están afectando ahora mismo, en el 2013.
3º. Porque sería una pena tanto para ellos como para nosotros que no vinieran.
ASCEN LÓPEZ: 1º.- Es comedia
2º.- Tiene una visión muy positiva de la vida
3º.- Es muy actual
CV: Es una comedia divertida, ingeniosa y pegada a la realidad. Refleja la mala situación económica por la que están pasando muchas familias pero con un tono de humor.

Descríbenos a tu personaje

JB: Javier es un chico de treinta y tantos con un futuro por concretar. Universitario, vive en casa de sus padres, sin trabajo y con unos conflictos existenciales muy particulares que no revelo porque me cargo el misterio. En el último tramo de la función hago otro personaje que tampoco voy a revelar por el mismo motivo. Por eso, insisto en el tercer punto de la cuestión anterior.
AL: Madre de familia de barrio humilde que se las ve y se las desea para sacar a sus retoños adelante. La vida misma.





CV: María, mi personaje, es una chica entusiasta, con muchas ganas de comerse el mundo, una chica que lucha por lo que quiere, por aquello con lo que sueña y que no se rinde hasta conseguirlo.

Andrés Suárez nos decía hace poco en una entrevista "el aplauso puede mentir la mirada del público nunca" ¿Qué importancia tiene para ti el contacto directo con el público?

JB: Toda. Es el ingrediente principal del hecho teatral. Es un tópico, pero para mí es fundamental la retroalimentación que se produce durante una representación. Además, en esta función el público está a dos palmos, es parte del show, influyen en él, se rompe la cuarta pared...pero que estén tranquilos que no se les saca al escenario, ni se les hace bailar, ni contar chistes ni nada de eso. Influyen con su simple presencia.
AL: Lógicamente, me encanta el contacto con el público, si no me dedicaría a otra cosa.
CV: Es el mayor placer y el mayor reto de un actor, es el modo a través del cual un actor va aprendiendo a serlo.

Cuéntanos tu momento preferido de la obra

JB: Es difícil porque es una obra de una hora de duración nada más y está todo muy condensadito. Yo destacaría los cinco momentos musicales porque me había olvidado comentar que es una comedia ¡musical!
AL: El baile final.
CV: Mi momento preferido es la escena final, es en la que mas disfruto.

¿Qué está pasando en el teatro, sobre todo en la escena madrileña, que tantas obras de calidad está ofreciendo al espectador?

JB: Pienso que se están recogiendo los frutos de una formación seria y rigurosa y lo único que espero es que siga, al menos, como hasta ahora. Se están abriendo pequeñas salas, formando nuevas compañías, escribiendo buenos textos. El teatro, y la cultura en general, están dando una lección a esos señores y señoras del Congreso que deciden nuestro futuro en temas como educación, compromiso, respeto, desarrollo, etc.

Deberían pasarse por un teatro y reírse y aprender un poco. Si alguno de ellos está leyendo esto también le remito al tercer punto de la segunda cuestión.

AL: Será que en los tiempos difíciles los artistas nos crecemos. Siempre pasa.

CV: En mi opinión se está viviendo una época de efervescencia creativa y dado que hay mucha competencia, las compañías se ven obligadas a buscar nuevas formulas, a sorprender al espectador y sobre todo a estar cada vez más preparados.

¿Qué te parece en general Planeta 28, (www.planeta28.com)?, Y en concreto ¿nuestra sección de teatro?

JB: Me parece necesaria e interesante. Creo que es bastante completa en el apartado teatral ya que tocáis palos de todos los colores y eso abre el espectro a muchos tipos de público. Desde aquí os animo a seguir este camino y por supuesto os agradezco el interés por nuestro proyecto (¡toma peloteo!)

AL: Está muy bien la sección de teatro pero reconozco que mi sección favorita es la de **Daniel Carmona.** Me encanta el gimnasio.

CV: Me parece muy necesario, sobre todo hoy en día, que haya revistas como Planeta 28 que recojan la actualidad teatral y la den a conocer.

Agradecemos enormemente que nos hayas dedicado estos minutos, ¿podrías enviar un saludo a nuestros lectores?

JB: Simplemente decir que si habéis llegado hasta aquí en esta entrevista el siguiente paso es acercaros por el Teatro Lara a disfrutar de una obra que combina humor, música y diversión. No os vais a arrepentir, seguro. Y que tengáis un 2013 lleno de teatro, música y buenos ratos. Y salud. Sobre todo, salud.

AL: No sólo les envío un saludo si no que, además, les deseo un magnífico 2013.

CV: Un beso muy grande a todos los lectores de Planeta 28, ha sido un placer compartir estas pocas líneas con vosotros. Espero que os animéis a ver mucho teatro.






Tu escuela de
En el Re
¡¡ 35€ a
WWW.CLASESDEPA


patinaje
tiro
l mesii
TINAJEMADRID.NET


WWW.FORMULAHITMADRID.COM
MADRID
FORMULA
hit
ESCÚCHANOS EN EL 97.0 FM - MADRID



ESCÚCHANOS EN EL 97.0 FM - MADRID




make up
planeta26

MAKE UP PLANETA28

Hola chicas! Feliz año nuevo!

Este mes al igual que los dos meses anteriores, voy a seguir contándoos más trucos para aprovechar productos de maquillaje o de belleza que ya no pintan bien, que no os gustan…etc. Antes de tirarlos si queréis os propongo probar lo siguientes trucos y después vosotras decidís que hacer con ellos…

1.- Si tenéis una base de maquillaje fluido que nos os gusta porque el color sea oscuro par vuestro tono de piel… podéis coger un tarrito pequeño de plástico, cristal… echar un poco de ese maquillaje después echar un poco de crema hidratante el truco esta en la cantidad de crema hidratante que echemos, cuanto mas cantidad menos cubriente será el resultado y mas clara quedará la mezcla, mezclamos bien con una espátula, un cuchillo con punta redonda… con lo que queráis.
Si por el contrario tenéis una base de maquillaje clara y queréis oscurecerla solo tenéis que mezclarla con un maquillaje mas oscura hasta encontrar vuestro color.



2.- Si tenéis una barra de labios que al pintarnos con ella nos quedan los labios resecos lo que podemos hacer es en un tarro echar un trozo de la barra de labios y vaselina, cuanto mas cantidad de vaselina echemos más hidratante será el resultado y más claro quedará el color.



3.- Si tenéis un lápiz de ojos o de labios que ya no pinte porque esté un poco seco y pinte poco… podéis coger un mechero y acercar la punta del lápiz sin quemarla solo dos segundos y comprobaréis que el lápiz pinta bien estupendamente.



4.- Si tenéis un lápiz de labios que no tiene el color que esperabais para combinar con un labial porque sea más oscuro podéis hacer lo siguiente… cogéis con la punta del lápiz un poquito de un bálsamo labial de los que vienen en formato de tarro y lo usamos pintándonos todo el labio no solo perfilándolo, se puede maquillar los labios sin usar el bálsamos pero nos dejaría los labios muy resecos.

Bueno…. Como os digo siempre, espero que os hayan servido estos trucos que os he contado y los pongáis en práctica. Si vosotras sabéis trucos también, seguro que sí, nos gustaría que nos los contarais en planetamakeup@hotmail.es

Un saludo,
www.planeta28.com




28
Fotos.cs


28 Fotos.es
BOOKS FOTOGRAFICOS
WWW.28FOTOS.ES
28FOTOS@PLANETA28.COM
646.75.39.64


A
B
C

BOOKS de Calidad - Precios **INSUPERABLES**

- Book Básico en exterior **60** Euros
- Book Básico en estudio **95** Euros

Sesiones de 90 minutos
Cambios de ropa ilimitados (por cuenta del cliente)
CD 10 fotos retocadas más sesión en bruto.

- Estudio en el centro de Madrid
- Desplazamientos dentro de la Comunidad de Madrid
- Posibilidad de maquilladora (sobreprecio 40 euros)
- Ofertas especiales a GRUPOS DE MÚSICA
- Ofertas especiales a ACTORES
- Sesiones especiales embarazadas / recién nacidos

+INFO
WWW.28FOTOS.ES
28fotos@planeta28.com
Telf. 646 75 39 64

Ofertas de lanzamiento válidas : Consultar web

Cocina conencanto.com
by Alejandra Feldman

Revuelto de Setas y Huevo Moldeado

INGREDIENTES:

5 huevos
120 gramos de harina
120 gramos de azucar
300 gramos de dulce de leche
1 cucharadita de esencia de vainilla o extracto unas gotas



ALEJANDRA FELDMAN
Tel.:+34 670 024 554 Fax:+34 914 010 144
EMail: informacion@cocinaconencanto.com

Procedimiento:

1º Colocar en la batidora las claras y comenzar a batir a baja velocidad para luego ir aumentando

2º Agregarle de a poco el azúcar y seguir batiendo

3º Agregarle una a una las yemas, y seguir batiendo por dos minutos más a la misma velocidad

4º Agregarle la esencia de vainilla o extracto

5º Parar la máquina y agregarle por último la harina, incorporandosela de a poco, con una cuchara de goma, aireando la masa, tratando de que no se caiga el batido.

6º Extender la masa, en una fuente para horno, con papel manteca (sulfurizado) o un mantel silpat.

7º Hornear por 10 minutos en el horno precalentado a 200ºC

8º Retirar, espolvorear con azúcar glas y dejar enfriar, Enrollandolo sobre si mismo

9º Cuando este frio, extender el dulce de leche por toda la base, y enrrollar nuevamente como si fuese un brazo gitano.

10º Puedes dejarlo enfriar en la nevera, y espolvorearlo con azúcar glas, o luego cubrirlo con chocolate o nata montada.



ÁNDELE
COMIDAS Y BEBIDAS DE MÉXICO.

Ambientado en las antiguas tiendas mexicanas de "abarrotes" (comestibles), este restaurante acerca lo mejor de la gastronomía de México al gran público.

Cocina 100% mexicana

En Ándele encontrarás platos de la auténtica cocina de México elaborada diariamente en su establecimiento con materias primas frescas de primera calidad, como sus famosos nachos,



Enchiladas Rojas, un plato emblemático de la cocina tradicional mexicana



Una muestra de los excelentes tacos de Ándele

su exquisito guacamole y sus soberbios tacos; además de un amplio surtido de cervezas, tequilas y coctelería mexicana y caribeña.

Terraza climatizada

Situado en el Centro de Ocio Heron Diversia, en la primera planta del complejo, cuenta co una espectacular terraza dotada con los últimos adelantos en climatización para verano e invierno.



Tel. 914 841 643
Centro de Ocio Heron Diversia
Alcobendas. Madrid.

Como llegar:
N-1 Salida 16. - Bus: 159.
Metro: La Moraleja.

Abierto todos los días de la semana.
Horario de cocina ininterrumpido.

Mas información:
www.andele.es

N U E V A C A



LA FÁ

BIERMU

www.lafabricamuseodelacerveza.es

COMER CON

PARA PICAR

Croquetas de jamón ibérico ..... UNIDAD 1,00 €
Las Bravas del Museo con ali-oli suave y nuestra salsa brava ..... 4,60 €
Nuestra ensaladilla rusa con mayonesa de aceite de oliva ..... 5,95 €
Setas empanadas *pleurotus ostreatus* con salsa ali-oli ..... INDIVIDUAL 5,70 / 8,75 €
Tempura de verduras Verduras frescas de temporada y aros de cebolla ..... 6,00 €
Provolone al horno sobre carpaccio de tomate ..... 6,10 €
Degustación de patés artesanos 4 variedades ..... MEDIA 6,50 / 9,95 €

LA BRAVAS DEL MUSEO



NUESTRA ENSALADILLA RUSA



TEMPURA DE VERDURAS



HUEVOS ESTRELLADOS CON PATATAS FRITAS

Huevos estrellados ..... UN PAR 5,20 / DOS PARES 7,95 €
Con txistorra ..... UN PAR 5,50 / DOS PARES 8,50 €
Con salchichas nürnberger ..... UN PAR 5,50 / DOS PARES 8,50 €
Con salmón ahumado ..... UN PAR 6,50 / DOS PARES 9,95 €
Con paleta ibérica ..... UN PAR 6,50 / DOS PARES 9,95 €

HUEVOS ESTRELLADOS CON PALETA IBÉRICA





EL TABLÓN

TABLAS DE PATATAS FRITAS CON 6 SALSAS

ALI-OLI · CURRY DE MADRÁS · COMINOS · MOSTAZA DE BAVIERA · CURRYKETCHUP · REMOULADE



Con pollo crujiente ..... INDIVIDUAL 5,90 / 9,10 €
Con salchichas alemanas ..... INDIVIDUAL 6,80 / 10,45 €
Con hamburguesitas "Minifrikadellen" ..... INDIVIDUAL 6,80 / 10,45 €
Con dados de ternera ..... INDIVIDUAL 7,10 / 10,95 €
El Tablón mixta de ternera, pollo crujiente y hamburguesitas ..... 12,50 €

ENSALADAS

Surtido de ensaladas alemanas
frutas, patata, embutidos, cangrejo, remolacha y arenque ..... INDIVIDUAL 7,10 / 10,95 €
Pimientos asados con atún sobre espejo de tomate rallado ... INDIVIDUAL 5,40 / 8,25 €
Tomate de caserío aliñado ..... 6,60 €
Ensalada 7 verdes queso feta, cherrys, aceitunas y balsámico ..... 8,25 €
Ensalada César con pollo crujiente ..... 8,25 €
Ensalada de queso de cabra gratinado con peras y beicon ..... 9,10 €
Cogollos de Tudela con atún y pimientos del piquillo ..... 9,10 €
Mozzarella y tomate tomate de caserío, mozarella fresca y hojas de albahaca ..... 9,10 €

ENSALADA DE QUESO DE CABRA



ENSALADAS ALEMANAS





MEJILLONES A LA PLANCHA

MEJILLONCITOS DE ROCA DE BRETAÑA

PEQUEÑOS, CARNOSOS Y SABROSOS - NO DISPONIBLES EN ÉPOCA DE DESOVE

Al vapor ..... 9,95 €
Al estilo belga con salsa de mostaza antigua ..... 9,95 €
A la plancha con ajo y perejil ..... 9,95 €

DEL MAR DEL NORTE

Tosta de Salmón
sobre revuelto de atún con tomate ..... INDIVIDUAL 6,50 / 9,95 €
Crepe de salmón ahumado lechugas, pepino y cebolla crujiente ..... 9,95 €
Bacalao Dourado con patatas paja, cebolla y huevos ..... INDIVIDUAL 6,50 / 9,95 €
Tempura de Bacalao con patatas fritas, nuestro "fish and chips" ..... 10,55 €

BACALAO DOURADO



CREPE DE SALMÓN



SALCHICHAS 100% ALEMANAS

ELABORADAS ARTESANALMENTE CON CARNES FRESCAS DE PRIMERA CALIDAD Y RECETAS TRADICIONALES

Elige tu guarnición:
- Patatas fritas - Chucrut y puré de patatas -

Bockwurst roja ..... 5,35 €
Bratwurst blanca ..... 5,35 €
Chiliwurst picante ..... 5,35 €
Currywurst Bratwurst con salsa al curry ..... 5,35 €
Nürnberger asadas, 6 unidades ..... 5,90 €
Berner queso y beicon, 2 unidades ..... 8,30 €
Leberkäse Pastel de carne y huevo frito ..... 7,90 €
Dúo tradicional Bockwurst y Bratwurst ..... 10,45 €
Dúo stark Chiliwurst y 4 Nürnberger ..... 10,45 €
Trío tradicional Bockwurst, Bratwurst y 4 Nürnberger ..... 12,75 €
Trío stark Chiliwurst, Berner y 4 Nürnberguer ..... 12,75 €
Gran degustación Bockwurst, Bratwurst,Frankfurt, Berner y 4 Nürnberger ..... 17,25 €

TRÍO STARK





CODILLO ASADO

NUESTRA ESPECIALIDAD

CODILLO ORIGINAL MUNICH

UTILIZAMOS CODILLOS DE JAMÓN IMPORTADOS DESDE ALEMANIA ESPECIALMENTE PARA LA FÁBRICA

Codillo alemán con puré de patata y chucrut ..... 12,10 €
Codillo "a feira" con pimentón, chorizo de matanza y patatas al vapor ..... 12,10 €
Codillo asado con puré de patata y chucrut (20 minutos) ..... 13,10 €

C O C I N A I N I N T E R R U M

IVA INCL

R T A 2 0 1 3

BRICA
USEUM
CERVEZA



@FabricaCerveza

http://www.facebook.com/fabricamuseodelacerveza

BAGUILLETTES

NUESTRO EXCLUSIVO PAN BLANCO, TIERNO Y JUGOSO, RECIÉN HORNEADO. SERVIDOS CON PATATAS FRITAS

Masterdog Tu salchicha alemana preferida acompañada con rodajas de pepinillo, mostaza de Baviera, curryketchup y cebolla crujiente ..... 5,35 €
Paleta ibérica con tomate rallado y aceite de oliva ..... 3,60 €
Salmón ahumado con lechuga, pepino y salsa remoulade ..... 3,60 €
Pollo crujiente con tomate, lechuga y mayonesa ..... 3,60 €
Hamburguesitas con tomate, lechuga, pepino y mostaza de Baviera ..... 3,60 €
Surtido de Baguillettes
Pollo crujiente, paleta ibérica, salmón ahumado y hamburguesitas ..... 12,20 €

MASTERDOG



HAMBURGUESITAS SALMÓN PALETA IBÉRICA POLLO CRUJIENTE



ESCALOPES DE TERNERA "SCHNITZEL"

Elige tu guarnición:
- Patatas fritas - Patatas al vapor - Ensalada de patatas -

Vienés "Wiener Schnitzel" con limón ..... 10,65 €
Cazador "Jäger Schnitzel" con salsa de champiñones ..... 10,95 €
Napolitana tomate, jamón dulce y queso provolone ..... 11,60 €
Cordon bleu con paleta ibérica y queso ..... 12,65 €

"HAMBURGER" A LA PARRILLA

200 GR. DE CARNE, 100% TERNERA, SERVIDAS CON PATATAS FRITAS

BBQ con nuestra salsa barbacoa ..... 7,60 €
Cheese-Bacon BBQ queso gouda, beicon y salsa barbacoa ..... 8,60 €
Brasserie salsa roquefort y cebolla confitada ..... 8,60 €

CHEESE-BACON BBQ





LOMO DE CARNE ROJA

CARNES A LA PARRILLA

Secreto ibérico ..... 12,95 €
Entrecot ..... 14,95 €
Entrecot a la pimienta ..... 15,55 €
Entrecot al roquefort ..... 15,55 €
Lomo de carne roja fileteado
1/2 kilo, con plancha de hierro fundido al centro ..... 22,00 €

I P I D A - T A K E A W A Y

UIDO

LOS COMBOS

COMBO ALEMÁN

para 2 personas: **13,35 €** por persona
Degustación de Ensaladas (5 variedades)
Degustación de Patés (4 variedades)
Salchichas Bratwurst y Berner
Codillo alemán servido con puré de patatas y chucrut



COMBO DEL MUSEO

para 2 personas: **19,35 €** por persona
Cogollos de Tudela con atún y pimientos del piquillo
Huevos estrellados con patatas fritas
Lomo de carne roja fileteado
1/2 kilo, con plancha de hierro fundido al centro



COMBO PLUS

AÑADE UNA PINTA DE TU CERVEZA FAVORITA
Y UN POSTRE-MINI O UN HELADO
Suplemento: **4,55 €** por persona



MENÚ MASS BIER

para 2 personas: **15,00 €** por persona
Nuestra ensaladilla rusa con mayonesa de aceite de oliva
Croquetas de jamón ibérico seis unidades
El Tablón patatas con ternera, pollo crujiente, hamburguesitas y 6 salsas
Mass de Cerveza 1 litro de cerveza Amstel o Buckler por persona



MENÚ INFANTIL

INCLUYE AGUA O REFRESCO Y UN POSTRE MINI O UN HELADO
exclusivamente para niños hasta 12 años **6,50 €**
Elige un ingrediente rojo, un ingrediente azul y un ingrediente verde
Spaguetti con tomate - Croquetas de jamón - Huevo frito
Pollo crujiente - Hamburguesitas - Salchicha Frankfurt - Filete de ternera
Patatas fritas - Puré de patatas



www.Plan

Tu música..



eta28.com

.tu revista