

Cuando empezamos en este oficio de dar de comer y de beber, había muy pocas guías sobre vinos. Pensábamos que ‘Parker’ era un bolígrafo, ‘Wine Spectator’ no llegaba a los quioscos, para leer ‘Decanter’ tenías que ir hasta Londres y el libro de referencia era ‘The World Atlas of Wine’, de Hugh Johnson con Jancis Robinson.

Aquí, en La Vaquería Montañesa, tenemos vinos naturales porque están ricos, te sientan bien, tienen historias detrás que son fascinantes: un montón de noches pensando en sus uvas, en el tiempo, en las heladas, en el día que hay que arar, podar, recoger la uva y en cómo hacer el vino. Si tienes la suerte de que te inviten un día a comer con ellos en vendimia a una parrillada de cordero en pleno campo con leña de viñas viejas, acabas deseando pedirle la mano al dueño.

Calle Blanca de Navarra 8

911 387 106

[lavaqueriamontanesa.es](http://lavaqueriamontanesa.es)

@lavaqueriamontanesa

## la vaquería montañesa

En 1972 Madrid expulsó a sus vacas y se cerraron la mayoría de vaquerías, donde se dispensaba leche fresca a granel y cuyas trastiendas se habían convertido en improvisados establos. Las vacas volvieron al campo, lugar del que nunca debían haber salido, y dieron por finalizado su encierro. Hasta esa fecha, solo en el ensanche de Chamberí y en el barrio de Salamanca había 47 vaquerías capitaneadas por los montañeses. Originarios de los valles de Cantabria, estos montañeses y montañesas —así se llamaba a los cántabros cuando a Cantabria se le denominaba La Montaña—, cuidaban de sus vacas en pleno centro de Madrid hasta la expulsión. Algunos se reconvirtieron en tiendas de ultramarinos, y así sucedió con La Vaquería Montañesa hasta la llegada del milenio, que se transformó en un restaurante.

La Vaquería Montañesa es ahora un lugar de referencia donde poder cuidarse al mismo tiempo que se disfruta de la cocina de producto. Somos especialistas en pescados de la lonja de Santander, que compramos nosotros mismos en persona, en verduras ecológicas de temporada y de pequeñas huertas nacionales y en ternera ecológica de Siete Valles de Montaña, la primera cooperativa de ganaderos ecológicos de Cantabria.

## picoteo vaquero

**CROQUETAS DE MARISCO DEL NORTE** *croquetas de nécoras con leche fresca de pasto y mantequilla de Liérganes* 16

**CATA DE CUATRO ANCHOAS** *con regañás de Sidonia* 16

**RABAS DE SANTANDER** *crujientes y con salsita madrileña para untar* 19

**TABLA DE 4 QUESOS** *de pastores invencibles de El Súper de los Pastores* 12

**SOUFFLÉ DE 3 QUESOS** *a la antigua* 22

## tomates de España

**ENSALADA TROPICAL MALAGUEÑA** *de aguacate, tomate y mango con aceite de hierbas* 18

**ENSALADA DE CINCO TOMATES** *con taquitos de queso fresco de Los Tiemblos y pesto Especial Angélica* 16

**SALPICÓN DE TOMATES** *con aceite arbequina y flor de sal de Chiclana* 16

**LA PRIMERA BURRATA DEL NORTE,** *de un proyecto ultra innovador entre unos cántabros y unos vizcaínos* 16

## huevos eco

De las pitas de Guillermo, de Pedaque, en Fuentemilanos (Segovia), un veterinario reconvertido en granjero. En su finca hay una por cada 20 metros cuadrados y por eso, además de por lo que comen, sus huevos tienen tanta vitamina B7

**HUEVOS FRITOS CON CHORIZO** *de caserío vasco con patatas ultracrujientes* 17

**HUEVOS FRITOS** *al más puro estilo de El Landa, con morcilla ecológica de Villarcayo* 17

**HUEVOS FRITOS CON JAMÓN IBÉRICO** *del bueno* 22

**TORTILLA DE HUEVOS ECO Y PUERROS** *al cabrales* 19

**TORTILLA DE PATATA CAMPEONA DE CANTABRIA** *con la receta de El Machi* 19

## las verduras

de huertas ecológicas y de pequeños productores nacionales. Recién recolectadas, sin químicos ni cosas raras. El auténtico sabor de la verdura

**ENSALADA DE PIMIENTOS ROJOS** *doblemente asados* 17

**ENSALADA DE CRUDITÉS** *con lechugas recién cogidas y vinagreta de miel con limón* 16

**ENSALADA ‘GUACA-CABRA’** *con endibias y una mezcla de aguacate de Málaga y queso de cabra de pastoreo* 16

**ENSALADA MULTIVITAMINAS** *de lechugas del día con verduritas salteadas y vinagreta de tomate y mango* 14

**ESCALIVADA** *de berenjena con pimientos rojos, almendras tostadas crujientes con aceite de las montañas de Alicante y hierbabuena* 16

**CREMA DE ESPINACAS** *con croutons aparte* 14

**PUERROS EN COCOTTE** *gratinados con una bechamel ligera de leche de pasto* 15

**VERDURITAS AL CURRY** *al más puro estilo de nuestro compañero cocinero Johnson, de Kerala (India)* 17

**MENESTRA** *de seis verduritas salteadas* 18

**TAGLIATELLE ECO** *de Spiga Negra al funghi* 20

**ARROZ CON SIETE VERDURITAS** 20

**TRONCO DE CALABAZA ASADA** *con manzana, miel y picadillo de nueces, almendras, y avellanas* 15

**TIRAS DE CALABACÍN SALTEADAS** *con albahaca, cilantro y perejil, con ralladura de limón de Novales* 15

**ZANAHORIAS SALTEADAS** *con comino, orégano, perejil, menta y chips de zanahoria* 15

**BRÓCOLI AL WOK** *con champis y guisantes bio* 17

## las alcachofas

**ALCACHOFAS CRUJIENTES** *con mayonesa de ajo negro aparte* 16

**ALCACHOFAS EN SALSA VERDE** 16

**ALCACHOFAS SALTEADAS** *a la sartén con su jugo y virutas de jamón* 17

## fideuà y arroccitos marineros

**RISOTTO MARINERO DE PUNTALETTE** *con calamar de peludín de la bahía de Santander* 20

**FIDEUÀ DE CALAMAR** *con el truco que aprendimos de Xavi, del Xalol, un cocinero marinero de Tarragona* 23

**ARROZ MARINERO** *con almejas, mejillones y taquitos de pescado de la lonja de Santander* 25

**CALDERETA MARINERA** *de pescado de la lonja de Santander con patatita triscada a mano* 23

## ternera ecológica de siete valles de montaña

Siete Valles de Montaña es la primera cooperativa de ganaderos ecológicos de Cantabria

**ESCALOPINES DE TERNERA ECO** *a la milanesa, con patatas fritas. Y para el que quiera, gratinados con queso pasiego* 21

**STEAK TARTAR DE TERNERA ECO** *con un toque de bourbon de Chicago, vodka montañés o whisky escocés* 20

**PALLARDA FINA DE TERNERA ECO** *a la plancha, con siete hierbas y ensalada de lechugas vivas* 21

**TAGLIATTA DE TERNERA ECO** *a la plancha, en tiras crujientes y con patatas fritas* 25

**ALBÓNDIGAS DE TERNERA ECO** *con salsa boscaiola y guanciale* 18

## pollo ecológico

La finca ecológica Sarbil se encuentra a las faldas del monte Sarbil (Pamplona). Los pollos picotean aquí y allí, todo el día al aire libre

**CORDON BLEU** *relleno de jamón y queso eco pasiego de Los Tiemblos* 23

**TAQUITOS DE POLLO ECO** *crujientes, con champis y patatitas al Jerez* 24

## alta montaña

Lechazo de Chencho, un pastor de Polaciones, y cabrito de Rafa, de Bejes, ambos en los Picos de Europa. Y cerdo de caserío vasco, de Basatxerri, donde pastan en libertad por los montes

**MOUSSAKA VAQUERA** *con bechamel gordita de leche fresca de pastoreo* 21

**SALCHICHAS VASCAS DE CASERÍO** *al vino blanco con puré de patata eco* 22

**MINI CANELONES DE CABRITO** *gratinados con bechamel de pasto* 24

## la pescadería de la vaquería

Aunque en Madrid no tenemos mar, el pescado más rico de las aguas del Cantábrico también llega a la capital desde la lonja de Santander. Cada uno de nuestros peces tiene nombre y apellidos; el del barco y el de los marineros que lo han pescado. Se levantan a las tres de la mañana para que los demás podamos disfrutar de los manjares del mar

**MERLUZA** 23

**CUCO** 24,5

**LOMITOS DE RAPE** *a la plancha* 25

**MILANESA DE RAPE,** *finita, con patatas fritas y mayonesa de anchoas* 22

**SAN MARTÍN** 29

*servicio de pan por persona 2,25€  
precios con IVA incluido  
@lavaqueriamontanesa  
lavaqueriamontanesa.es*