Inti de Oro: el cilantro es el superalimento del momento

Comunicados | 16/09/2025 | 00:00

Con el regreso de las vacaciones, vuelve la rutina y el deseo de cuidarse sin dejar de disfrutar. En este camino, los superalimentos ganan protagonismo, y el cilantro destaca por su frescura e historia. La cocina peruana, auténtica y sostenible, encarna estos valores. En Madrid, Inti de Oro lo demuestra desde hace más de 30 años, con clientes como los Reyes Felipe VI y Letizia, y una propuesta que va más allá de modas. Descubrir más en: https://intideoro.com/

Con el regreso de las vacaciones, vuelve la rutina y el deseo de cuidarse sin dejar de disfrutar. En este camino, los superalimentos ganan protagonismo, y el cilantro destaca por su frescura e historia. La cocina peruana, auténtica y sostenible, encarna estos valores. En Madrid, Inti de Oro lo demuestra desde hace más de 30 años, con clientes como los Reyes Felipe VI y Letizia, y una propuesta que va más allá de modas. Descubrir más en: https://intideoro.com/

Estas son las 7 propiedades más importantes que se deben conocer sobre el cilantro:

Depurativo natural: ayuda a eliminar toxinas y metales pesados del organismo.

Digestivo: favorece la digestión y reduce la hinchazón abdominal.

Antioxidante: protege frente al envejecimiento celular y aporta luminosidad a la piel.

Regulador: contribuye a estabilizar los niveles de glucosa en sangre.

Fuente de vitaminas: contiene A, C, K y del grupo B, esenciales para reforzar defensas.

Minerales clave: rico en hierro, calcio y magnesio.

Sabor fresco y versátil: realza platos fríos y calientes, del ceviche al curry.

"Desde 1991, la misión ha sido posicionar el Perú en Madrid. Hoy, se honra la pureza de estos

ingredientes ancestrales, demostrando que la alta cocina también puede ser accesible, sin perder autenticidad", explica León Carrillo, fundador de Inti de Oro

El presente se fortalece con la visión innovadora de Jafet Guimaray, chef ejecutivo de Inti de Oro Castellana: "Esta cocina es un lienzo donde cada ingrediente pinta la historia de Perú. Se exploran raíces y transformamos insumos ancestrales en experiencias gastronómicas sorprendentes, ligeras y llenas de frescura. No es solo un menú; es una declaración de autenticidad".

Acerca de Inti de Oro

Desde su apertura en 1994, Inti de Oro ha sido un embajador de la cocina peruana en Europa. Con más de tres décadas de historia, este restaurante se ha destacado por mantener la autenticidad y la calidad en cada plato. La decoración de sus locales, con murales que evocan paisajes andinos y detalles artesanales, transporta a los comensales al corazón de Perú.

El restaurante debe su éxito al compromiso de su equipo con la excelencia gastronómica, utilizando ingredientes frescos y técnicas tradicionales para recrear los sabores típicos de la cocina peruana. Además, Inti de Oro ha sabido adaptarse a los nuevos tiempos, ofreciendo menús degustación que permiten explorar la riqueza de su carta en una experiencia única.

Con su nombre en quechua que significa "Sol de Oro", el restaurante es un homenaje a las raíces culturales de Perú, combinando tradición e innovación para crear una propuesta culinaria inigualable.

Ubicaciones y contacto

Barrio de Las Letras: Calle Ventura de la Vega, 12, 28014 Madrid Reservas: 914 296 703

Nuevos Ministerios: Calle Edgar Neville, 17, 28020 Madrid Reservas: 910 849 193

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/comunicado/278660-inti-de-oro-el-cilantro-es-el-superalimento-del-momento.htm