

DESCARGAR  
LIBRO

## Laura PÉREZ

Como la publicidad le absorbía el tiempo y la energía, un día tomó la decisión de parar, dejar a un lado el estrés y cambiar de rumbo. Laura es una persona tremendamente energética, de esas que derrochan ganas de vivir. Precisamente esa vitalidad es la que le posibilita no parar de reinventarse y moverse entre proyectos. Así, un día llegó la oportunidad de abrir Lolina junto a su socio Mario, que bautizaron así en honor a su tía que había fallecido recientemente. Un refugio malasañero del que todo el mundo hablaba por la tremenda personalidad que le aportaba esa decoración tan ochentera.

Desde ahí, todo lo demás. Fue enlazando apertura tras apertura: Happy Day Bakery donde aprendió repostería de forma autodidacta, la coctelería Vacaciones y Avocado Love, el primer lugar vegano en el que el aguacate tiene una presencia fundamental. Este último proyecto ha sido el culpable de que se convierta al veganismo y se especialice en este tipo de cocina, descubriendo así un nuevo mundo repleto de sabor que le ha traído muchas alegrías y bienestar. No tiene miedo a enfrentar nuevos desafíos que le llevan al divertido juego de crear un concepto tras otro, como es el caso de este libro para el que ha creado el brownie vegano, disponible en la carta de su restaurante Avocado Love.





**U**n largo camino el que has recorrido hasta aquí. Sí, antes de dedicarme a la hostelería trabajaba de creativa en publicidad, pero llegó un punto en el que no podía más y tenía mucho estrés. Siempre había querido tener un espacio cultural así que decidí montar uno con 28 años y la verdad es que fue muy bien. Después se quedó libre el local de Lolina e

hicimos la primera cafetería vintage de Madrid a la que le pusimos el nombre en honor a mi tía que había fallecido, también utilizamos sus muebles. Resulta que nos comparaban con el Magnolia Bakery de Nueva York y de ahí nos nació la idea de montar Happy Day Bakery, especializado en cupcakes.

**¿Y sabías hacer repostería o aprendiste sobre la marcha?**

La verdad es que no tenía ni idea, pero aprendí de forma autodidacta, como ha pasado con la cocina vegana.

**Y tras Vacaciones, llegó Avocado Love.** Sí, nos enteramos de que iba a cerrar el primer restaurante

vegetariano de Madrid y allí que nos fuimos.

**¿Por qué llegasteis a la conclusión de que en Madrid hacía falta un sitio así?** Porque cada vez hay más gente vegana, me parece una opción muy buena y saludable. En cuanto al aguacate, porque es el producto de moda y no hay foto en Instagram en la que no aparezca.

**¿Qué buscáis con este proyecto?** Que la gente encuentre un sitio que no existe, donde comer rico pero sano.

Hacemos una carta que fusiona todas las nacionalidades, es muy exótica. Nuestros ingredientes fetiche son la leche de coco, la crema de cacahuete, el tahini, el curry, ají amarillo... Sustitutivos de la carne como la Beyond Burger que es de una empresa de Bill Gates y Leonardo Di Caprio. Se trata de una hamburguesa libre de carne, pero hecha con proteína de guisante que está súper lograda.

**Antes de abrir Avocado Love, ¿os fijasteis en algún modelo de negocio?** No, preferimos no

fijarnos para no copiar. Además, nuestros cocineros no venían de sitios así y creo que el que hayan cocinado de una manera no vegana aporta muchísimo.

**De la publicidad, ¿echas algo en falta?** Echo de menos variar de concepto cada poco, me alucina cambiar constantemente, pero me quedo feliz de la vida donde estoy.

**Ahora que estamos inmersos en el otoño, ¿qué representa para ti esta época del año?** Me gusta porque me da la sensación de hogar y me inspira familia.

Mi día otoñal perfecto sería salir a dar un paseo con mi hijo y mi chico por el campo, luego ir a casa a preparar algo, comer con amigos y ver una peli bajo la manta.

**¿Qué recomendarías a cualquiera que entre en Avocado Love en un día puramente otoñal?** La verdad es que ya de por sí es un sitio muy acogedor, muy bucólico, con luces tenues. Le recomiendo alguna crema caliente y el avocado grill relleno de una falsa boloñesa, que es muy otoño por el humo que desprende. Y de beber, la limonada casera con panela y hierbabuena o el agua de coco. Y por supuesto, de postre, el nuevo Baileys Almande Brownie, que podemos preparar también con helado de aguacate.

**¿A qué suena el local?** He hecho listas de Spotify con canciones que me emocionan, mucha música de los 60, canciones de Amy Winehouse, etc. Ahora hemos decidido que a mediodía queremos poner música clásica muy alta.

N°03

# BROWNIE DE ALUBIAS

## con Baileys Almande

**INGREDIENTES**

PARA CUATRO PERSONAS

3 cl de Baileys Almande1 tableta de chocolate negro  
al 75% de cacao sin lactosa  
(mejor ecológica)80 gr de aceite de coco40 gr de cacao en polvo sin  
azúcar ni lactosa45 gr de almendras molidas300 gr de alubias rojas ya  
cocidas y escurridas100 gr de dátiles50 ml de leche de coco**ELABORACIÓN**

En un cazo, se funde primero la tableta de chocolate con el aceite de coco y con el cacao en polvo. Una vez que esté todo disuelto, se le añaden el resto de ingredientes y se bate 3 minutos en máxima potencia hasta que adquiera una consistencia chiclosa.

Por otro lado, sobre un molde de tarta, se pone papel de horno, dejando que sobresalga por encima. Sobre este papel se vuelca la masa y se introduce en el horno 30 minutos a 160-170°C según la potencia del horno.

Una vez frío se separa del papel de horno y se corta en cuadrados.

Al emplatarlo, se baña el brownie con 3 cl de Baileys Almande.



