

---

# HOY HABLAMOS DE GASTRONOMÍA CON DANIEL CESTAU LIZ

Escritor, emprendedor, tenista  
y ciudadano del mundo

---

Por Gaby Lopez



Daniel, gracias por recibirnos en el día de hoy, queríamos hablar contigo únicamente de comida.

Adelante, es la primera vez que me hacen una entrevista de este tenor más teniendo en cuenta que habitualmente no cocino y además como muy poco, pero es una realidad que, por trabajo o por placer con amigos, almuerzo y ceno la mayor parte de las veces en restaurantes.

Si te parece, para hacerle honor al tema de la cocina, los recibiré en la cocina de mi casa...

**¿Dónde resides actualmente?**

Resido con mi familia en Ciudad de México desde hace 18 años pero, paso en mi casa de Miami casi la mitad del tiempo.

Los negocios a los que me dedico y el deporte que sigo me llevan a viajar todos los años a New York, Londres, París, Melbourne además de Centroamérica y Sudamérica y siempre la gastronomía es un común denominador a la hora de reunirme con clientes y con queridos amigos en cada viaje.

---

**¿Cómo son tus hábitos a la hora de comer?**

En 2011 me hice un bypass gástrico en Colombia porque mi peso estaba disparado, pesaba 123 kilos, bajé a 91 kg. Luego de la operación me establecí mucho tiempo en 95 kg. Hoy, después de casi tres años de una rutina diaria de ejercicios peso 79 kg. y si bien, me encanta comer lo hago en porciones muy pequeñas.

Desayuno un jugo de naranja y una tostada cuando regreso del gimnasio, salgo a la oficina y generalmente como con clientes a las dos de la tarde.

A la noche ceno en mi casa algo muy liviano como por ejemplo pollo con ensalada. Desde hace un tiempo por lo menos dos veces a la semana hago ayuno intermitente de 16 horas.



¿A la hora de comer afuera qué restaurantes nos recomiendas en Ciudad de México?

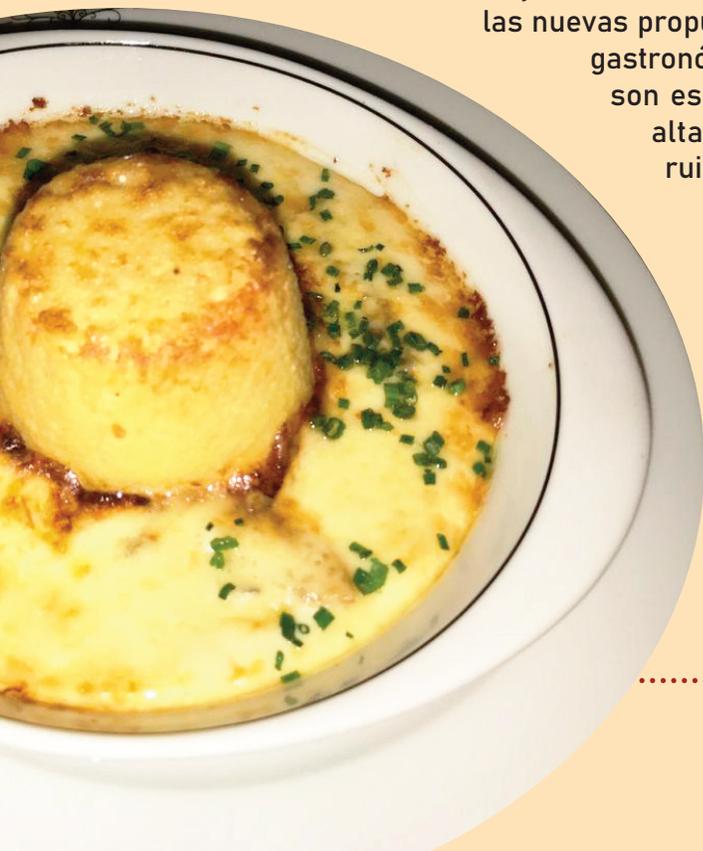
Me gusta mucho el Hunan (asiático), Teppan Grill y Suntory (japoneses), Prego y Cipriani (italianos) y para comer carne El Rincón Argentino, pero la realidad es que la oferta es cada vez más variada. México tiene una excelente gastronomía.

¿Y en Miami cómo es tu rutina gastronómica?

En Miami como no cuento con servicio en mi casa generalmente me preparo yo mismo el desayuno a la mañana y almuerzo y ceno afuera.

La oferta gastronómica hoy en Miami es de las mejores del mundo. Milos, Cecconi's, Komodo, Swan, La Sereniuse en el Four Seasons -voy cada vez más seguido por el ambiente-, Zuma, La Petite Maison, Nurs-et, Cipriani, Il Gabeano, Novicov, Smith & Wollensky, Nobu. Hay tantas opciones que te cuesta decidir dónde comer. Siempre hay un nuevo lugar de moda con excelente cocina para experimentar. Generalmente busco restaurantes con poco ruido ya que tengo un problema auditivo que me limita

mucho y lamentablemente las nuevas propuestas gastronómicas son espacios altamente ruidosos.



¿Fuera de Miami y Ciudad de México y en el camino que te llevan tus actividades laborales qué restaurantes nos recomiendas?

Bueno, me voy a referir a las ciudades donde viajo habitualmente y a los restaurantes donde me gusta ir y me siento más cómodo y regresamos asiduamente.

En París: Hotel Costes, L'Avenue, Café L'Esplanade.

En Londres: Novicov, Cecconi's, Sexy Fish, Nobu, Sumosan Twigga, Sexy Pizza, Cipriani.

En Buenos Aires: La Cabrera, Piegari.

En Montevideo: García, Dakel.

En NY: Per Lui, Nello, Zuma, Milos, Baltazar.

En Costa Rica: Terraza Toscana, La Divina Comida.



¿Si tuvieras que pedir los cuatro menús de tus sueños cuáles serían?

#### Entradas

1. Souffle Suisse del Wolseley en Londres.
2. El Ceviche de La Hola en Guatemala.
3. Pizza de trufa en Novicov de Londres.
4. Ensalada Griega en Milos de NY, Miami o Londres.

#### Plato principal

1. Spaguetti a la ruota de Novicov de Londres, puede ser el mismo plato en Prego de Ciudad de México.
2. Rac de Cordero en García de Montevideo.
3. Costilla de cerdo y papas a la suiza de Dakel en Montevideo o Bungalow Suizo en Punta del Este.
4. Ñoquis a la Sorrentina en Cenácolo en Cancún.

#### Postre

1. Omelette Surprise o Panqueque de Manzana en García de Montevideo.
2. La Bola de chocolate de la Rosa Negra de Cancún o de Terraza Toscana en San José de Costa Rica.
3. Sambayón con nueces en Piegari en Buenos Aires.
4. Almendrado del Fundador (el que es de color bien amarillo) en Buenos Aires.



¿Terminas siempre tu comida?

Jamás. Generalmente comparto porque como menos de la mitad del plato pero aún sigo comiendo con los ojos y pido mucho más de lo que al final puedo comer.

¿Si nos tuvieras que cocinar, qué nos cocinarías?

Aprovechando que estamos en la cocina vamos a hacer hoy un Faina de Queso Parmesano Grana Padano y ¡espero que te guste!

Muchas Gracias, Daniel, por tu tiempo y los datos gastronómicos que nos has facilitado, ¡vamos ya a probarlo!

