

Esto es comer, el portal de comida a domicilio que recupera la cocina de la abuela

Un servicio dirigido a particulares y empresas que reivindica la comida tradicional como fuente de salud y generación de buenos hábitos, recuperando la cocina de la abuela como la mejor medicina preventiva del mundo

Es habitual guardar recuerdos de la infancia, y posiblemente, los mejores tienen que ver con la comida que preparaban madres o abuelas; olores y sabores de aquellas cocinas donde todo se elaboraba sin prisas y con mucho amor.

La realidad hoy, es muy distinta. El trabajo o teletrabajo, los niños, las videoconferencias, las obligaciones diarias, ... no queda tiempo para nada y cada vez es más difícil poner límites al frenético ritmo de vida que deja poco tiempo para planificar la alimentación familiar. La realidad es que según los estudios los Españoles tienen una mala alimentación, según los datos el 78% lleva una dieta poco sana y equilibrada (1) y el 76% de los adolescentes debe mejorar su alimentación (2). Las comidas procesadas y ultraprocesadas, los excesos de grasas saturadas y frituras, ... son opciones para salir del paso, pero afectan directamente a la salud de adultos y menores.

Comer bien ahorraría el 20% del gasto en salud en España (Informe Alimentación, factor de salud y sostenibilidad 2020).

Con esta misión nació www.estoescomercomer.com, dando solución a los problemas funcionales de la mala alimentación de estos días; supliendo la falta de tiempo de las familias para cocinar; proponiendo una cocina de calidad, hecha con cariño, de manera artesanal, sin conservantes ni aditivos y con todas las garantías sanitarias y de conservación alimenticia y distribuyéndola a domicilio con un solo envío semanal y caducidades de hasta 14 días.

Pero la visión de www.estoescomercomer.com sobre la buena alimentación es mucho más profunda y no solo busca dar soluciones funcionales que pueden estar cubiertas por otros operadores de comida a domicilio más generalistas. Aquí, tienen claro que la apuesta tiene que ser diferencial al resto:

Recuperan la cocina tradicional como fuente de salud y bienestar, elaborando una cocina casera, sana, equilibrada y variada, de las abuelas para toda la familia.

Reivindican el hábito de comer bien, no solo por lo que se come, buenos alimentos 100% naturales sin procesar. Si no por cómo se come, reviviendo momentos, recuerdos, sabores y olores de la cocina tradicional, como parte importante de nuestra cultura y futuro legado.

Fundamentan el alma del proyecto en una herencia familiar única. Un recetario de cocina casera con más de 100 años de historia culinaria, iniciado por la matriarca de la familia "la abuela Mercedes" y alimentado durante tres generaciones. Un libro de consulta que recoge toda la experiencia de la cocina tradicional en su esencia más pura. UN VADEMÉCUM CULINARIO con más de 400 recetas.

Contribuyen de manera responsable y eficaz al cuidado del Medio Ambiente, utilizando envases 100% biodegradables (residuos orgánicos), bolsas en vez de cajas para los envíos y vehículos ECO para las entregas.

En palabras de Igor Negueruela, Consejero Delegado de la compañía: "Queremos que nuestra propuesta sea verdaderamente única en el mercado, por eso el valor diferencial está sustentado en nuestras propias creencias, promoviendo buenos hábitos alimenticios para toda la familia con una cocina tradicional con más de 100 años de historia y con una apuesta firme por el cuidado del medio ambiente. Esto es en lo que creemos y esto es difícilmente imitable."

Pero en esta compañía, no solo les mueve una misión y visión empresarial, si no que también creen en la obligación de aportar valores que contribuyan activamente a la mejora de la sociedad, por eso, apuestan por el empleo juvenil y de segundas oportunidades y en la solidaridad con las familias más necesitadas, colaborando con el catering solidario de Norte Joven.

Su oferta culinaria bien podría estar cocinándose en muchas de las cocinas españolas donde aún se dedica tiempo y ganas a la cocina, con una gran variedad de pescados (Bacalao a Vizcaína, Rape en salsa verde, Merluza a la Riojana, Marmitako, Chipirones en su tinta, caldereta de pescado, ...), sopas, verduras y pastas (Menestra, Verduras plancha, Lasaña de Calabacín, Timbal de verduras al horno, crema de guisantes, sopa juliana, Canelones de ragú de ternera, lasaña de carne con espinacas, ...), carnes (Rabo de ternera a la Cordobesa, Pollo relleno de verduras, Costillar asado, Caldereta de Cordero, Puntas de solomillo al ajillo, Codornices en salsa cazadora, ...) y legumbres (Garbanzos con pulpo, Cocido Madrileño, Alubias pintas con verduras, Judiones de la Granja con Langostinos, Fabada Asturiana, ...). Además, hay una sección exclusiva de raciones, pensadas para consumir en compañía como la Ensaladilla Rusa de Gambas, Patatas Revolconas, Dados de salmón, Mejillones a la Vinagreta, Pulpo a la gallega, ...). Cada semana hay 36 platos a elegir que van rotando para que los consumidores tengan siempre variedad donde elegir.

"Nuestra competencia está en las cocinas de las casas, no en el resto de operadores de comida a domicilio. Incluso para aquellas familias que cocinan mucho, somos un alivio recurrente porque cambiar semanalmente el menú familiar, no es nada fácil y nuestros consumidores, tienen claro que la cocina de la abuela, es la mejor medicina preventiva del mundo." (Igor Negueruela)

Aunque su principal negocio está dirigido a particulares a través de www.estoescomercomer.com, también tienen operan con empresas, proporcionando "Brunchs" y comidas para reuniones virtuales y están abriendo una división Horeca para suministrar menús diarios a restaurantes y cadenas que no tienen una gran infraestructura de cocinas o son sin salida de humos, pero quieren dar una oferta casera y saludable a sus clientes.

Esto es comer comer, la diferencia entre (solo) comer y comer bien bien.

(1) Estudio 360° Well-being Survey 2020. / (2) Estudio Aladino 2019 sobre alimentación en España.

Datos de contacto:

Igor Negueruela Lucena
Consejero Delegado, Esto es comer SL
636957123

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Sociedad](#) [Madrid](#) [Restauración](#) [Personas Mayores](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>