

Elas fano en galego



Algunhas das súas receitas:

- Canapé de sardiña e queixo fresco
- Fabas de Lourenzá, polbo e setas
- Pescada de Celeiro en salsa verde mariña
- Pularda, San Simón da Costa e castañas
- Kiwi Atlántico, bagazo de herbas e leite
- Vieira, touciño, ovas tobiko
- Tenreira, ameixas e limón
- Mexillón, pak choi, lentellas
- La vie en rose

Lucía Freitas (Santiago de Compostela, 1982)

Lucía Freitas é unha cociñeira que realizou o seus estudos na Escola de Hostalaría de Artxanda. Ademais, complementou a súa formación con cursos de pastelería, xadería e bombonaría. Traballou no Celler de Can Roca, Mugaritz, Bohio, restaurante Tápies da Seu de Urgell e Bensd Avall en Mallorca. Dende fai anos é chef e copropietaria da Tafona Casa de Xantar en A Coruña. Todos os anos participa no concurso de tapas de Santiago. Ten unha **Estrela Michelin** (2019). No Concurso Cociñeiro do Ano **espera mostrar a súa cociña e representar con ela a súa terra**. Ademais, quere vivir unha nova experiencia, aprender e desfrutar de todos os profesionais que nel participan.

Webgrafía: (<https://www.concursococinero.com/lucia-freitas/#:~:text=Naci%C3%B3en%20Santiago%20de%20Compostela,y%20Bensd%20Avall%20en%20Mallorca.>)

[Cociñeira: leva o galego e a súa terra ás súas cociñas]