

Radio  Salamanca

*nuestras*  
NAVIDADES

OCIO | COMPRAS | TRADICIONES

CADENA  
**SER2**

**dial**

**Los**  
**40**  
Classic

**Los**  
**40**





Hasta el 5 de enero

**EN 2021  
LOS REYES  
MAGOS TE  
TRAEN UN  
SUELDO DE  
1.000€ AL MES**



**CONSIGUE 12.000€  
SOLO POR COMPRAR  
ESTA NAVIDAD EN EL  
CENTRO COMERCIAL**



CENTRO COMERCIAL Y DE OCIO

**ELTORMES**



RADIO SALAMANCA

3

## Saludo Navideño



Feliz Navidad a todos los que formamos esta gran familia de trabajadores, oyentes y anunciantes de Radio Salamanca, La SER. Sería el mejor modo de terminar este deseo en forma de carta pero he preferido abrir con ese grito de esperanza y de gratitud en unas celebraciones que aunque diferentes no dejaremos de disfrutarlas, si cabe con más corazón que nunca.

Ha sido un 2020 para olvidar y recordar. Una paradoja que suele darse en circunstancias siempre excepcionales de la vida, y esta, la que nos ha tocado vivir, lo ha sido, y de qué manera. Todos hemos sentido miedo, impotencia, rabia en muchas ocasiones, pena y alegría, una mezcla de emociones que llegan al final de este año convertidas en esperanza. La mirada puesta en una recuperación sanitaria hacia la normalidad, recuperación económica que acabe con la incertidumbre y recuperación anímica de una sociedad necesitada de volver a sonreír como motor de vida.

Ahí está la radio, esta, Radio Salamanca con el firme propósito de continuar un reto que antes, durante y hasta que el final del túnel de esta pandemia nos ilumine, siempre ha sido informar y entretener; ser un servicio público desde la empresa privada, estar volcados en acercarles la realidad y estirar de sus músculos faciales para provocar una sonrisa en tiempos de tonos grises. Y aquí seguiremos con más fuerza que nunca sintiéndonos, a su lado, en la distancia y cercanía de las ondas, como una gran familia. Con su permiso....parte de su familia. **Felices fiestas, feliz 2021...**

*Victoria Prieto Martín*

DIRECTORA RADIO SALAMANCA SER





## Así ahorras en estas fiestas...

Sí. Lo sabemos. Llegan estas fechas y todo lo que tienen de amorosas, dulces y acarameladas se tornan en despilfarro, gastos de más y economía tocada para los primeros meses del año. Pero desde Radio Salamanca queremos ser prácticos y ponerte sobre aviso con unos cuantos trucos para que tu economía arranque el 2021 con mejor salud... pese a la Navidad.

### Lo que tienes, lo que vales

La **revisión de las instalaciones (gas, electricidad, etc.)** es necesaria tanto por motivos de seguridad como para evitar gastos excesivos. En casas nuevas la revisión se debe hacer cada 10 años, mientras que las que tienen más de 25 años, hay que hacerla cada 5 años. Te recomendamos que antes de nada compares presupuestos y acudas siempre a profesionales y empresas acreditadas, así evitarás sorpresas desagradables.



### Llamar más NO es pagar más

**Compara las distintas tarifas telefónicas** que hay en el mercado (que hoy en día son muchas) y elige la que mejor se adapte al uso que haces del teléfono. Los paquetes que incluyen línea fija, línea móvil e Internet (a veces también televisión) suelen salir bastante más económicos que contratarlo todo por separado. Sobre todo, mira y compara y ¡ojo con las permanencias!



# Saunier Duval

**Avisat**  
**Servicio Técnico Oficial**  
**923 23 26 41**



temperatura 21°C



llegada 19:45h.



Disponible en la  
**App Store**



Disponible en  
**Google play**

**199€**  
IVA incl.  
**instalación  
incluida**

## Controle su caldera desde cualquier lugar

El termostato inteligente MiGo con tecnología eBus permite que la temperatura se adapte en función de las necesidades reales de calor en el hogar. Además, podrá controlar y programar la temperatura desde su Smartphone, esté donde esté.



**MiGo**



[www.serviciotecnicooficial.saunierduval.es/#migo](http://www.serviciotecnicooficial.saunierduval.es/#migo)





### Aíslate del frío, no del mundo

Enlazando con el tema de la calefacción y el aire acondicionado, muchos hogares se ven obligados a abusar de ello, debido a las **pérdidas de energía (calor o frío)** que se produce a través de sus ventanas. Por eso, quizás ha llegado el momento de plantearte cambiar tus viejas e ineficientes ventanas (probablemente correderas de aluminio sin rotura de puente térmico) por unas buenas ventanas de PVC, que impidan que se escape por ellas nuestro dinero y los grados de temperatura que nos hacen sentir bien. El mejor sistema de apertura para garantizar un buen aislamiento es el practicable (también llamado abatible). No es broma, con unas buenas ventanas las pérdidas de energía que se producen a través de la ventana se pueden llegar a reducir hasta en un 70%.

Instalar unas buenas ventanas no puede considerarse un gasto como tal, sino más bien una inversión a medio-largo plazo, ya que gracias a ellas ahorraremos bastante dinero en nuestra factura energética y ganaremos en confort y bienestar.



### Con las manos en la masa

También **a la hora de cocinar hay ciertas prácticas que nos pueden ayudar.** Además de usar el calor residual de la placa o no precalentar el horno en exceso, algunas otras buenas e inteligentes costumbres en la cocina son: elegir sartenes y cazuelas de igual tamaño que los fuegos (evitarás que se desperdicie calor), tapar las ollas y sartenes, picar bien los alimentos antes de echarlos a la cazuela (tardarán menos en cocerse), dar preferencia al microondas con respecto al horno y, si utilizas éste último, cocina varios platos a la vez.

El tupper es nuestro gran aliado. Si el trabajo te obliga a comer fuera de casa, huye del bar todo lo que puedas y opta por el tupper o la tartera de toda la vida. Es una opción más sana y, desde luego, mucho más barata. Y comerás comida casera a diario.



Despedimos, por fin, este 2020 que, de verdad, ha sido histórico. La pandemia del coronavirus se ha llevado en la provincia de Salamanca la vida de más de 1.200 personas y nos ha hecho cambiar la forma de actuar en muchos sentidos. Principalmente, en las relaciones con nuestros seres más queridos y cercanos.

Ahora que llega la Navidad, y a punto de dar paso a un 2021 que, ojalá, traiga toda la salud posible a todos y cada uno de los salmantinos, es momento de recordar a las personas que no podrán estar con nosotros por diferentes motivos. Lo tendremos que hacer manteniendo la máxima distancia social con esos amigos a los que volvemos a ver en las fiestas navideñas para saber cómo les va la vida; también sin tanta alegría y sin algunas de las cenas a las que habitualmente acudíamos; y en muchos casos, a través de las llamadas telefónicas y de vídeo que, a duras penas, suplirán el calor familiar de los que se congregan en torno a una mesa para compartir comidas, risas y acalorados debates.

Nos toca vivir una Navidad diferente y sin tanta cercanía para poder disfrutar de muchas más. Vivámosla.

*Sergio Valdes*

Chimeneas  
**MARTIN**

**¡DESEA A TODOS UNAS FELICES FIESTAS!**

**VENTA, INSTALACIÓN Y LIMPIEZA**

- Chimeneas
- Calderas
- Hogares
- Estufas
- Insert

**INSPECCIÓN CON TV**

Avda. Italia, 44 / 37007 - Salamanca  
Tel. 923 710 029 - Móvil: 616 048 711  
chimeneasmartin@hotmail.com

DISTRIBUIDOR OFICIAL

**enervill**  
conexión







## Super Cheff con Paprika Beard

Si está harto de hacer siempre lo mismo en estas fiestas navideñas. Que tus comensales, durante años, no salgan de los langostinos, la sopa de marisco y una carne a la plancha... déjate llevar por las recetas únicas, ricas, sanas, sabrosas y originales que nos trae Paprika Beard

**Te proponemos un menú con estas delicias:**

- > Ensalada de burrata
- > Costilla de Ternera
- > Carrot Cake

Con esta delicia de menú tus familiares estarán deseando que cada día del año sea Navidad y poder acercarse a tu casa a repetir plato. El Chef Rafa Calvo Cordovilla, Paprika Beard en su canal de Youtube tiene preparado paso a paso todas las recetas que además comentamos en Hoy por hoy Salamanca los viernes para que te chupes los dedos con pequeñas grandes creaciones que te harán disfrutar entre fogones.



Para el entrante, \*Ensalada de Burrata\*, los ingredientes son:

- ✓ 2 Berenjenas
- ✓ 1 Burrata
- ✓ Sal / Pimienta
- ✓ Aceite
- ✓ Para la vinagreta:
  - > 6 tomates cherry
  - > Sal / Pimienta
  - > Orégano
  - > Vinagre de Módena
  - > Aceite de Oliva
  - > Rúcula
  - > Zumo de lima
  - > Sal
  - > Aceite



Para dejar el mejor sabor de boca: Carrot Cake

- ✓ PARA EL BIZCOCHO:
  - > 150 gramos de zanahoria rallada
  - > 150 gramos de harina normal
  - > 150 gramos de azúcar
  - > 4 huevos
  - > 75 gramos de aceite de girasol
  - > 1 sobre de levadura royal (impulsor químico)
  - > 1 cucharadita pequeña de canela
- ✓ PARA LA COBERTURA
  - > 250 gramos de queso crema
  - > 4 buenas cucharadas de yougur tipo griego
  - > 4 cucharadas de azúcar

Para el plato CONTUNDENTE.  
"Costilla de Ternera", los ingredientes son:

- ✓ Costilla de ternera
- ✓ 200 gr de recortes de puerro y cebolleta
- ✓ Vinagre
- ✓ Un chorrito para la salsa:
  - > Vino tinto
  - > 1/2 vaso caldo de coccion de
  - > Costilla
  - > Soja
  - > Un chorrito salsa de ostras (dos cucharadas pequeñas)
  - > Guisantes
  - > Boniato
  - > Mantequilla
- ✓ Cherrys
- ✓ Cilantro
- ✓ Cebolla morada
- ✓ Aceite de Oliva
- ✓ Sal







Si en este año que termina hemos aprendido algo es que hay que celebrar todo. Por eso, en 2021, os proponemos celebrar todo lo que ha acontecido en 2020, cumpleaños, bodas, despedidas de soltero, ascensos... lo propio del año que estrenamos e incluso los Días Mundiales.

Hay días Mundiales e Internacionales para todos los gustos y de lo más variopinto pero, al fin y al cabo, una buena excusa para celebrar. Hagamos un repaso por algunos de estos días.

En el primer mes del año tiene lugar el día que conmemora las croquetas, así que el 16 de enero todos a comer este delicioso plato para coger fuerzas que en febrero llegan los Zombies.

Ya en marzo es momento para el número Pi, sí, que también se merece su fecha, como los Simpson que tienen su día. El 19 de abril maratón de estos personajes amarillos que se cuelan en tantas casas y tantas risas nos arrancan.

Si alguna característica tienen los Simpson es que, que me perdonen, pero son un tanto frikis, por eso también celebraremos el Día del Orgullo Frikis, es el 25 de mayo.

Cambiamos de tercio. Las redes sociales forman parte de nuestra vida así que toca descorchar una botella por ellas el día 30 de junio.

Y ya metidos en el verano, en julio y agosto se conmemoran el Día de los Abuelos y el Día de la Cerveza, uno más merecido que el otro.

Y en la recta final del 2021 seguiremos celebrando. En septiembre el Día del Bienestar en el Caribe, un destino muy apetecible y en el que nunca les falta una sonrisa, y menos en su Día Mundial, el 2 de octubre.

El Día de las Librerías, esos rincones que tanto nos hacen soñar se celebra en noviembre. Y ya en diciembre tenemos 31 días para celebrar todo aquello que se nos haya quedado en el tintero porque, recuerda, hay que disfrutar de cada momento y para eso celebrar todo, celebrar en definitiva, la vida.



# Jero

## BAR - RESTAURANTE



[www.restaurantejero.es](http://www.restaurantejero.es)

Estamos en  
C/ Meléndez, 11 Salamanca  
Teléfono: 923215871





Todos sabemos que habitualmente la Navidad es un período de tiempo donde el consumo de minutos delante de la pequeña pantalla se dispara y, teniendo en cuenta la situación pandémica que nos toca vivir, con restricciones de horarios que limitan nuestro ocio fuera de las cuatro paredes de nuestro hogar, este tiempo se incrementará de manera notable. Por eso, desde esta guía especial de Radio Salamanca SER te queremos recomendar algunas de las propuestas que, sin duda, te podrán atrapar para llevar a cabo maratones de visionado. A por ellas....

## 1 El Cid AMAZON PRIME VIDEO

El **18 de diciembre** podrás seguir **las aventuras de Rodrigo Díaz de Vivar** con la espectacularidad de una de las propuestas más ambiciosas que la plataforma de “los envíos a domicilio” ha producido en nuestro país. Protagonizada por uno de los EliteBoys Jaime Llorente, actor protagonista también de La Casa de Papel, seremos testigos de un relato histórico lleno de fantasía. Para estar atentos.



## 2 FoQ: El reencuentro ATRESPLAYER PREMIUM

Será el **27 de diciembre** cuando el canal bajo demanda de Atresmedia levantará el telón a **una de las producciones más esperadas para los fieles seguidores de una serie que marcó una generación**. Algunos teasers de la miniserie de dos capítulos ya se han convertido en contenidos virales para los fans de los Cabano, Paula, Yoli y compañía. Para emocionarse...



## 3 El desorden que dejas NETFLIX

**11 diciembre.** Desde la primera mitad del mes se puede consumir en la plataforma una producción con deseos de conquistar un target muy parecido a la antes mencionada **Élite**. **Basada en la novela homónima de Carlos Montero**, Inma Cuesta será una profesora que viaja a un instituto gallego y se encontrará con un panorama desquiciante a la par que inquietante. Para no pestañear...



## 4 Dime quién soy MOVISTAR PLUS

**4 diciembre.** Arrancaba con el último mes del año una serie cuidada en su estética y que ya tiene críticas a favor y en contra por lo que proponemos que seas tú, y sólo tú quien decidas si te engancha o la aborreces. **La biografía de Amelia Garayoa y los cuatro hombres de su vida** quedan en tus manos... Para analizar....



Fruta, verdura, hortalizas, pan.... ¡ **Todo fresco y delicioso!** **SERVICIO DE ENTREGA GRATUITO A DOMICILIO**

Av. de Villamayor, 64, 37007 - Salamanca / Tel. 923 00 09 27





## Un paraíso al lado de casa

Pocas provincias de la geografía española pueden presumir de la riqueza natural que tiene Salamanca. Desde dehesas que se extienden hacia donde no alcanza la vista hasta montañas en las que la nieve corona cada cima. Por ello siempre es una buena oportunidad para descubrir esas joyas escondidas y más en estos días. Empezamos por un viaje al pasado. **La ruta de las fábricas textiles de Béjar** discurre al lado del río Cuerpo de Hombre y nos invita a recorrer el pasado industrial de la ciudad al sur de la provincia y sorprendernos con algunas cascadas de una considerable altura. Ya que mencionamos al líquido elemento... No podemos dejar de visitar uno de los enclaves más famosos de nuestra provincia. **El Pozo de los Humos, en Masueco**, nos deleita con la llegada de las lluvias de un espectáculo natural inigualable. Muy cerca, en Pereña de la Ribera, nos espera el Pozo Airón, un lugar donde la pared por donde cae la cascada conforma una cueva y nos permitirá pasar por detrás del salto de agua. Para cerrar, Salamanca nos ofrece una experiencia que une el entorno natural con el arte, a través de varias rutas en **el Parque Natural de las Batuecas**. Son diferentes rutas circulares, de entre 7 y 10 kilómetros, en los que el caninamente se sorprenderá por la propia flora de la zona y encontrará como aliciente, diferentes obras artísticas que salpican estos senderos. El Camino de los Prodigios, entre Miranda del Castañar y Villanueva del Conde, el de Asentadero-Bosque de los Espejos que recorre Sequeros, Las Casas del Conde y San Martín del Castañar, el Camino de las Raíces, alrededor de La Alberca y el Camino del Agua, situado entre Mogarraz y Monforte de la Sierra nos trasladarán a otro mundo con el que embriagar nuestros sentidos.



FELIZ NAVIDAD 2020  
Y PROSPERO AÑO NUEVO  
DESDE JOCKEY BAR SALAMANCA

[www.jockeybarsalamanca.com](http://www.jockeybarsalamanca.com)

## Info y Reservas

Teléfono:  
**923 263 988**

C/ Rector Lucena 15  
37002 Salamanca





Queridos  
Reyes Magos:







---

# Navidad en Salamanca

---



[www.navidadsalamanca.es](http://www.navidadsalamanca.es)



Ayuntamiento  
de Salamanca

