

Santa Cruz de Tenerife, 20 de junio de 2025

Unos 60 niños y adultos cocinan en equipo una merienda saludable en el VIII Pequechef Solidario, el taller de Cruz Roja y Ashotel

Una nueva edición de esta iniciativa solidaria bate récords de inscripción en menos tiempo y agota las plazas en pocos días, gracias a la fórmula de cocinar con miembros de la familia

La chef Andrea Martín, Lanutrivista, fue la encargada de capitanear en esta ocasión a los participantes

Un total de 29 niños y niñas, acompañados por otros tantos adultos, casi 60 personas en total, disfrutaron en equipos el taller de cocina saludable de esta octava edición de Pequechef Solidario en el hotel Iberostar Heritage Grand Mencey de la capital tinerfeña, dirigidos por la chef **Andrea Martín**, conocida en redes sociales como '[Lanutrivista](#)'. Organizado desde 2016 por Cruz Roja Española y Ashotel, el fin último de esta iniciativa, que se enmarca en la política de Responsabilidad Corporativa de la patronal hotelera, es contribuir a la lucha contra la desigualdad social. Este año la novedad fue la decisión de la organización de hacer equipos entre niños y adultos, lo que fue muy bien acogido, hasta el punto de que las plazas se agotaron los primeros días. Este 2025, además de la colaboración del citado hotel, ha contado con el patrocinio de la empresa [Adom](#), miembro del Club de Proveedores de Ashotel.

Andrea Martín, coach de salud y chef privada, formada en escuelas de Barcelona, Madrid y Francia, especializada en cocina vegetal y nutrición ayurveda, es la creadora de Lanutrivista, un proyecto que une salud, sabor y creatividad en la cocina. Las recetas propuestas por la chef estaban enfocadas en una merienda saludable, fácil de cocinar para los más pequeños, como una **focaccia de remolacha vegetal**, **muffins de zanahoria** con frosting de yogur y canela, **fiambre de pollo casero** y **batido energizante**.

Los participantes de esta iniciativa, que nace del convenio suscrito en 2016 entre la patronal hotelera y la ONG, abonan con la inscripción de cada menor 24 euros, a cambio de los cuales se les entrega a sus padres cuatro boletos del Sorteo de Oro de la Cruz Roja, que tradicionalmente se celebra en julio.

Myriam Ortega, vicepresidenta de Ashotel, y **Javier Pérez**, técnico del área provincial de Empleo de Cruz Roja en Santa Cruz de Tenerife, fueron los encargados de dar la bienvenida a los participantes al taller. Myriam Ortega puso el foco en la novedad de este año: "Está claro que la fórmula del equipo entre niños y adultos ha sido acertada", afirmó, al tiempo que recordó que "Pequechef Solidario renueva el compromiso que mantiene la patronal hotelera con

entidades no gubernamentales como Cruz Roja Española". Este proyecto concreto persigue, desde el punto de vista de Ashotel, un triple objetivo: "En primer lugar, contribuir a que los más pequeños aprendan en un ambiente divertido, y este año junto a un adulto de su familia, a preparar recetas sencillas y saludables y, a ser posible, con productos locales; en segundo lugar, a poner en valor las figuras profesionales del chef, cocinero, ayudante de cocina, profesiones clave en la industria hotelera; y finalmente, ayudar a una causa solidaria, el Sorteo del Oro, cuyos beneficios se destinan a proyectos y fines sociales, promovidos por Cruz Roja Española", dijo la vicepresidenta de Ashotel.

Por su parte, Javier Pérez destacó la importancia que desde su organización dan a iniciativas como Pequechef Solidario, "porque no solo fomentan hábitos de vida saludables desde la infancia, sino que también fortalecen los lazos familiares y comunitarios". "Esta octava edición", insistió, "ha sido especialmente significativa por la implicación activa de niños y adultos trabajando en equipo, lo que refleja el espíritu de colaboración y solidaridad que promovemos". Además, comentó que el vínculo con el Sorteo del Oro permite que cada participación contribuya directamente a los proyectos sociales que mejoran la vida de muchas personas en situación de vulnerabilidad. Finalmente, agradeció a Ashotel, al hotel Mencey, a la chef Andrea Martín y a todas las personas participantes "por hacer posible esta jornada tan enriquecedora".