vinetur

“El respeto al producto, el valor de la sostenibilidad y la capacidad de innovar mantienen a la gastronomía española en la élite mundial”

Desde un rinconcito en La Latina, Pablo Sánchez, chef de Marmitón propone una gastronomía que fusiona influencias personales y una creatividad ilimitada que dan vida a una cocina auténtica y sorprendente

viernes 14 de noviembre de 2025

ESCRITO POR MARIANA GIL JUNCAL



Pablo Sánchez es un cocinero de 35 años con una historia personal que lo ha llevado a forjar un estilo único. Desde pequeño, la cocina formó parte de su vida de la mano de su padre, quien, además de cocinar en casa, le transmitió el gusto por la gastronomía y se convirtió en una figura clave en su interés por esta profesión. Más adelante, durante los campamentos de scouts, mientras convivía con la naturaleza, disfrutaba preparando comidas para sus compañeros, una actividad que consolidó aún más su afinidad por la cocina. Aunque inició sus estudios universitarios en ingeniería, siempre tuvo claro que su destino estaba en la gastronomía. Ya como chef, en Paradores trabajó la cocina tradicional, y a su paso por ciudades como Córdoba, León, Málaga y Mallorca, fue acumulando experiencias que, con el tiempo, le permitieron abrazar un enfoque más gastronómico y contemporáneo en su estilo.

Su traslado a Londres fue clave en su evolución. Allí, se sumergió en la alta cocina, especialmente en un entorno de línea francesa que lo inspiró profundamente. De esa etapa, destaca su tiempo en Hélène Darroze en The Connaught, donde descubrió lo que significa trabajar en un nivel de exigencia máxima. Tras regresar a España, se unió a Fismuler, donde conoció a Gonzalo "Lalo" Zarcero,. De esa relación nació una

confianza y complicidad que los llevó a, en poco tiempo, emprender juntos el proyecto de Marmitón.

¿Cómo llegó la cocina a sus vida?

Pablo: Curiosamente, compartimos el mismo punto de partida. Ninguno de los dos venimos de familia hostelera, pero los dos recordamos a nuestro padre cocinando en casa con pasión y muy buen hacer. Él fue, sin proponérselo, nuestro primer referente culinario. No se dedicaba profesionalmente a la cocina, pero nos transmitió el placer de cocinar y compartir alrededor de una mesa.

¿Qué platos marcaron sus infancias?

Pablo: La paella, el secreto ibérico con salsa de nata y brandy, y los espaguetis a la carbonara. Platos que preparaba mi padre y que le salían de maravilla.

Lalo: Migas extremeñas y caldereta de cordero. Platos que me transportan a la lumbre del pueblo y a cocinar en familia.

¿Qué sabores los conectan con la cocina de sus padres?

Pablo: El sofrito, el ajo y el toque de vinagre de los boquerones caseros. Son sabores que sigo utilizando hoy en mi cocina.

Lalo: El ahumado y el ajo frito: recuerdo del pueblo, del invierno y de esos platos calientes que te reviven el alma.



Pablo y Lalo

¿Qué significa hoy cocinar?

Pablo: Exactamente lo mismo que antes: reunirse, disfrutar de la comida y compartir tiempo con las personas importantes. La diferencia es que hoy vivimos más deprisa y tenemos menos tiempo, así que lo elegimos mejor: con quién nos sentamos y qué cocinamos.

¿Qué valoran de la cocina tradicional de Paradores? ¿Y qué aporta la innovación en su cocina?

Pablo: Paradores es, para nosotros, una referencia de cocina tradicional en España. Hay recetario, estudio y respeto por el producto en cada plato. Visitar un Parador es conocer un lugar emblemático y su gastronomía local. Hablo con conocimiento, porque estudié y trabajé allí. En nuestra cocina, la tradición es la base. La innovación llega después: reinterpretar, evolucionar y adaptar sin perder el origen. Es un equilibrio entre memoria y creatividad.

¿Qué tiene que tener un plato para que sea rico?

Pablo: Un buen plato comienza con un producto excelente: ingredientes frescos y de calidad que se complementen entre sí. Después, tiempo, técnica y cariño: la cocina exige atención, y eso se nota. Y por último, equilibrio: sal, acidez y, cuando corresponde, picante. Esa armonía es la que hace que un plato funcione... y emocione.

¿Cómo definiría hoy la cultura gastronómica de su país?

Pablo: España posee una cultura gastronómica profundamente arraigada, fruto de un territorio diverso en clima, paisaje y producto. Eso nos ha dado un recetario enorme, donde los platos cambian según la región y el ingrediente local. Nuestra tradición es una base sólida para quienes cocinamos: nos permite evolucionar sin perder identidad. Hoy destacamos por el respeto al producto, el valor de la sostenibilidad y la capacidad de innovar sin renunciar a nuestras raíces. Esa combinación es lo que mantiene a la gastronomía española en la élite mundial.

¿Qué los inspiró para abrir Marmitón?

Pablo: La inspiración fue mutua. Trabajando juntos descubrimos que compartíamos visión, sensibilidad y cariño por la cocina. El paso natural fue crear algo propio... y hacerlo juntos.



¿Cuál es el mayor desafío de Marmitón?

Pablo: Mantenernos creativos y seguir sorprendiendo al comensal. Hay grandísimos cocineros abriendo proyectos maravillosos y eso nos impulsa a estar en constante movimiento, a no conformarnos.

¿Cuáles son los clásicos de Marmitón?

Pablo: Los tortellini son, sin duda, uno de nuestros platos insignia: sorprenden cuando llegan a la mesa y cuando se prueban. Y el steak tartar, el único plato que compartimos en nuestros dos restaurantes. Equilibrio, personalidad y un toque que lo hace reconocible: cuando lo pruebas, sabes que estás en casa.

¿Qué significa formar parte de la Guía Michelin durante cuatro años consecutivos?

Pablo: Es un orgullo enorme que la Guía Michelin apostara por nosotros poco después de abrir y que nos mantenga desde entonces. Que profesionales de ese nivel valoren tu cocina es un reconocimiento muy grande. Pero también implica responsabilidad: quienes vienen con expectativas deben encontrar lo que buscan —o más—. Nos obliga a estar siempre al máximo nivel.

¿Qué es lo que más disfrutan de cocinar?

Pablo: El poder emocionar. Crear algo que genere placer en otra persona es fascinante. Ver disfrutar a alguien con un plato tuyo es la mejor recompensa y el sentido de nuestro trabajo.

¿Y de beber?

Pablo: Elegir el vino adecuado para cada cliente y cada plato. Como cocineros, nos ha tocado estudiar mucho para poder recomendar con criterio y ese proceso de aprendizaje también se disfruta.

¿Qué importancia tiene el vino en Marmitón?

Pablo: Muchísima. Para nosotros, una buena comida merece un buen vino. A pesar del poco espacio, ofrecemos más de 140 referencias y buscamos variedad: proyectos pequeños, vinos de distintas regiones y también clásicos imprescindibles. Igual que con la comida, no tenemos una carta fija; nos gusta cambiar, descubrir y ofrecer opciones nuevas a quien disfruta explorando.

¿Cómo se proyecta 2026?

Pablo: Con grandes sorpresas... y hasta aquí podemos contar.