



Un mercado de abastos orgánico

El Huerto de Lucas (<http://elhuertodelucas.com/>) es un innovador proyecto *ecogastrocultural* ubicado en la calle San Lucas de Madrid. Un mercado de comida orgánica **con** más de 450 metros cuadrados dedicados al cuidado de la salud y el medio ambiente a través de la alimentación.

Fue fundado en 2014 por la Dr. Pilar Muñoz-Calero, profesora de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid, pionera en el desarrollo de la medicina ambiental en España y presidenta de la Fundación Alborada, especializada en el desarrollo y la divulgación de la medicina ambiental.



Ecogastrocultural: unión entre lo ecológico y natural con la gastronomía y la cultura/conciencia medioambiental.

Ecológico: producto que proviene de un sistema de producción medioambientalmente respetuoso.

Orgánico: alimentos cultivados sin pesticidas artificiales, fertilizantes, herbicidas y libre de transgénicos y plaguicidas en plantaciones libres de tóxicos.

Nuestra filosofía: la primera medicina es el alimento



Servimos productos saludables, 100% orgánicos, que proporcionan el máximo sabor y los máximos valores nutricionales. A su vez, son producidos con un uso racional de los recursos naturales (aguas, suelos, biodiversidad o aire), sin productos químicos ni contaminantes.



Apostamos por productos frescos y ecológicos que garantizan una alimentación sana y respetuosa con el medioambiente. Contamos con el aval de las certificaciones ecológicas tanto para los productos de origen vegetal como los de origen animal.



Favorecemos la economía local contando con productores cercanos a nuestro proyecto. Sus cosechas y productos están certificados por los Comités de Agricultura Ecológica de cada comunidad autónoma.



Promovemos un estilo de vida saludable a través de una experiencia *ecogastronómica*, única en España, donde además de promover la salud se contribuye a crear un mundo más consciente y responsable, libre de tóxicos. Somos una plataforma de encuentro para todos aquellos interesados en una nueva cultura medioambiental también a través de exposiciones, charlas y talleres.

¿Qué puedes encontrar en el huerto de Lucas?

Un mercado de abastos tradicional y 100% ecológico: una cuidada selección de puestos donde hacer tu compra completa con todas las garantías y certificaciones orgánicas.

- **Frutas y verduras** ecológicas, sanas y sabrosas. Provenientes de agricultores de cercanía.
- **Panadería** donde comprar también repostería, lácteos y bollería dulce y salada. También se pueden encontrar harinas y semillas con certificado ecológico.



- La única **carnicería ecológica al corte** de Madrid con ternera, cerdo, cordero, solomillo o pavo en diferentes formatos.
- **Pescadería ecológica abastecida por** Naturiz, la única empresa en España que produce, transforma y comercializa pescado ecológico proveniente de la acuicultura multifuncional.
- Una **charcutería** con quesos y embutidos naturales, elaborados de forma artesanal como los jamones de jabugo de Dehesa Maladua, embutidos curados de Biobardales y quesos ecológicos internacionales como Gouda y Parmesano, y españoles como Parra Camino o Quesos Cerrón.
- **Producto seco:** conservas, bodega, galletas, leche, chocolates, pastas y cereales, legumbres, aceitunas, yogures, mermeladas y patés.
- Productos de **cosmética, higiene y limpieza del hogar**, todos ellos ecológicos y respetuosos con la salud del ser humano y el medio ambiente.
- **A granel:** trae tus propios botes de casa y podrás comprar más de 30 productos disponibles en este formato, desde arroces a frutos secos, infusiones y especias, de los que escoger la cantidad realmente necesaria.

Cantina ecológica: una carta de platos sencillos donde degustar los productos ecológicos de venta en nuestro mercado, cocinados a bajas temperaturas siguiendo los principios de la cocina honesta (aquella que aporta bienestar a nuestro organismo).

Una propuesta orgánica y sostenible basada en la calidad de productos frescos avalados por los sellos de producción orgánica. Con un menú ideado por el chef Javier Muñoz-Calero, a base de sabores puros y platos creativos, también aptos para vegetarianos, incluyendo una zona gluten free y una zona raw.

Cafetería con barra de zumos, cafés y té ecológicos: zumos elaborados al momento con frutas y germinados frescos, café ecológico y más de 20 tipos de té. Tanto para desayunar, merendar o simplemente hacer una pausa para coger fuerzas la cafetería combina opciones saladas con bollería o deliciosas tartas artesanales. Además, la carta ofrece una gran variedad de opciones sin gluten y vegetarianas.

Eventos privados: Desde el diseño arquitectónico hasta la elección de los materiales constructivos, El Huerto de Lucas está diseñado para potenciar el bienestar siendo un espacio vivo, sano, consciente y humano. Un espacio único donde celebrar todo tipo de eventos desde meetings de trabajo hasta presentaciones de producto o prensa.

Un espacio bio-saludable

El Huerto de Lucas está diseñado para potenciar el bienestar a través del diseño bio-saludable y la construcción sin materiales nocivos para la salud y el medio ambiente. Se ha priorizado el uso de materiales naturales como el cáñamo, la madera o la piedra, así como pinturas y barnices ecológicos.

Un oasis urbano, 100% saludable, diseñado por el estudio More&CO, donde disfrutar de una experiencia cercana a la naturaleza gracias a su jardín vertical situado en la entrada y a las plantas colgantes del patio interior. El jardín móvil del techo funciona como una nube vegetal que invade el patio y pone énfasis en la relación entre el individuo y la naturaleza. Un concepto elaborado por el artista Jeronimo Hagerman que nos hacen cobrar conciencia de nuestra propia existencia.

Un espacio único en España debido al aprovechamiento del ciclo de las materias primas naturales. El Huerto de Lucas funciona gracias a la energía solar, toda el agua de la cantina es previamente purificada, existe una zona de reciclaje y los restos orgánicos se utilizan para compostaje.