

# EL MENU DE KARLOS ARGUÑANO



## Menús para la próxima semana

### LUNES, 8

- Lasaña de primavera
- Pollo con berros

### MARTES, 9

- Potaje con bacalao
- Plátanos con galletas

### MIERCOLES, 10

- Ensalada de vainas y aguacates
- Solomillitos de cerdo al cava

### JUEVES, 11

#### (MENU ESPECIAL EMBARAZADAS)

- Espárragos con bechamel
- Sardinas rebozadas

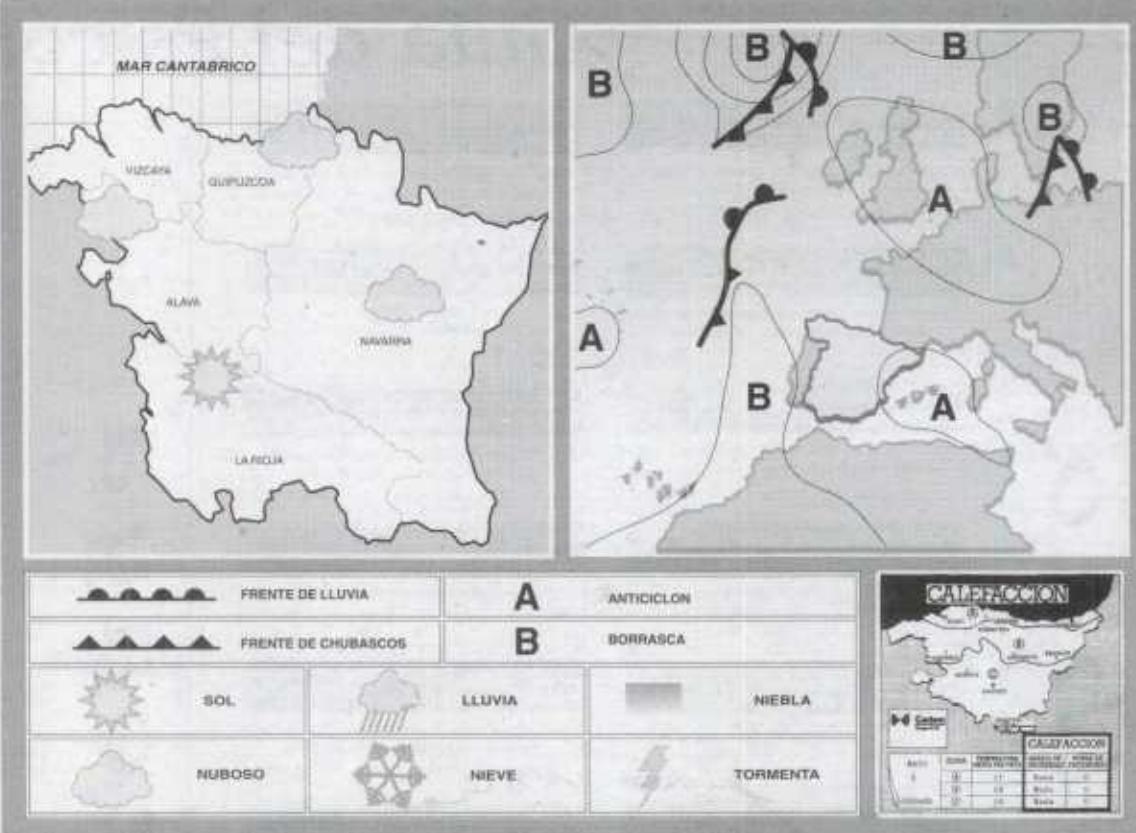
### VIERNES, 12

- Patatas rellenas de chistorra
- Salmonetes con fritada de cebolla

**xey**  
*La Cocina*

**teka**  
Electrodomésticos

Recetas emitidas en TVE-1 a las 13.30 h. dentro del programa  
EL MENU DE KARLOS ARGUÑANO



## Poco nuboso

EL CORREO. BILBAO

■ HOY. País Vasco. Poco nuboso, por la tarde intervalos de nubes medianas y altas con nubosidad de evolución en las zonas de montaña. Temperaturas en ligero descenso. Vientos flojos de componente Sur y brisas en la costa.

■ La Rioja. Nubosidad de evolución diurna con algunos chubascos o tormentas vespertinas. Temperaturas sin cambios. Vientos flojos variables, predominando la componente Sur.

■ Resto de España. Habrá cielo nuboso, intervalos muy nubosos con chubascos dispersos, ocasionalmente tormentosos, en Galicia, ambas Castillas, Extremadura, Madrid y Andalucía. También habrá intervalos nubosos con posibilidad de chubascos, que pueden ser tormentosos, en

lugares de Asturias, Cantabria, Aragón, Navarra, comunidad valenciana y Murcia.

■ Mar, 20 millas. Componente Este, predominando el Sureste fuerza 2 a 3, con períodos de calma durante la noche. Rizada a marejada. Mar de fondo del Noroeste poco significativa.

■ MAÑANA. País Vasco. Intervalos nubosos. Nubosidad de evolución en las comarcas del interior, con posibilidad de tormentas ocasionales. Ligero descenso de las temperaturas. Viento flojo variable.

■ La Rioja. Nubosidad de evolución diurna con algún chubasco o tormenta en áreas de montaña. Temperaturas sin cambios o en ligero ascenso. Calmas o vientos flojos de dirección variable.

■ Resto de España. En Galicia, ambas Castillas, Extremadura, comunidad de Madrid, Andalucía oriental, comunidad valenciana, Murcia, Navarra, Aragón y Cataluña, nuboso con chubascos débiles ocasionalmente tormentosos y más probables en las montañas y por la tarde. En las comunidades cántabras y Andalucía occidental, nuboso con posibilidad de chubascos débiles, tormentosos en las montañas. En Baleares y N de Canarias, intervalos nubosos. Brumas en Galicia, comunidad valenciana, Murcia y litoral andaluz oriental.

■ Mareas. Pleamar: 9.12 y 21.34. Bajamar: 3.09 y 15.22.

### PREDICCIÓN PARA HOY POR REGIONES

ZONA	CIELO
Rías gallegas	nuboso
Cornisa cantábrica	nub. variable
Ebro	interv. nubosos
Costa Brava	poco nuboso
Costa Dorada	poco nuboso
Costa de Azahar	poco nuboso
Costa Blanca	interv. nubosos
Costa de Almería	interv. nubosos
Costa del Sol	interv. nubosos
Costa de la Luz	interv. nubosos
Baleares	poco nuboso
Canarias	poco nuboso
Centro	nuboso

ESPAÑA	Mi. Me.	ESPAÑA	Mi. Me.	EUROPA	Mi. Me.
Alicante	12 25	Málaga	16 23	Amsterdam	10 24
Almería	18 29	Oviedo	15 25	Berlín	9 21
Badajoz	19 27	Palma	7 23	Biarritz	17 27
Barcelona	12 24	Pamplona	8 25	Bruselas	12 26
Bilbao	18 29	San Sebastián	18 30	Copenhague	7 18
Burgos	9 21	Santander	17 25	Estocolmo	— —
Córdoba	16 25	Segovia	13 23	Helsinki	— —
Gerona	5 27	Sevilla	19 28	Lisboa	20 24
Granada	13 26	Soria	8 19	Londres	6 25
La Coruña	16 30	Teruel	5 20	Milán	— —
Las Palmas	19 24	Valencia	12 24	Múnich	— —
León	11 20	Valladolid	14 24	Oslo	— —
Logroño	9 23	Vitoria	10 25	París	13 27
Madrid	10 24	Zaragoza	9 23	Roma	7 19
Murcia	12 26			Viena	12 19

● Mi.: Temperaturas mínimas

● Me.: Temperaturas al mediodía

Teléfonos de interés TRAFICO 91-7421213 TELE-RUTA 91-4417222 SOS DEIAK 088 CADEM 900-400485

## HOROSCOPO

**aries** 21 marzo a 20 abril. Alteraciones en la digestión y evacuación serán las modalidades más corrientes por donde se manifestará la excesiva sensibilidad nerviosa que te caracterizará hoy.

**tauro** 21 abril a 21 mayo. No tendrás muchas oportunidades para realizar lo planeado. Será mejor que esperes a mañana, o mejor aún a la semana que viene, pues entonces te encontrarás con mayores facilidades astrales.

**geminis** 22 mayo a 21 junio. Tu planeta regente, Mercurio, se manifestará hoy positivamente, alianzándose las dificultades y poniendo lo más arduo y complejo al alcance de tu mano.

**cáncer** 22 junio a 22 julio. Tendencia a la depresión y a los celos. Conviene que te tranquilices y controles más efectivamente tu sensibilidad pues de lo contrario estarás expuesto a un sufrimiento continuo por unos días.

**leo** 23 julio a 23 agosto. Te alcanzará una buena dosis de inconsciencia en el modo de apreciar las cosas pero menos mal que seguirás siendo perseverante a la hora de esforzarte por conseguirlas.

**virgo** 24 agosto a 23 septiembre. Indudablemente lo que ahora necesitas es el apoyo de un aries para salir de ese estado de ánimo deprimido en el que te encuentras. Permaneciendo solo te costaría bastante más.

**libra** 24 septiembre a 23 octubre. Alcanzarás hoy un cierto grado de prosperidad económica que te permitirá vislumbrar el futuro inmediato con optimismo y esperanza. Pero no desciudas el esfuerzo personal.

**escorpión** 24 octubre a 22 noviembre. Te encontrarás con problemas de índole práctica que requerirán soluciones rápidas y tajantes. Procura no olvidarte de esto y obrar en consecuencia. Trastornos musculares.

**sagitario** 23 noviembre a 21 diciembre. Clara dualidad en tu comportamiento que tirará de ti por lados opuestos mostrando una manifiesta incoherencia en la acción. Problemas reumáticos y dolores de cabeza.

**capricornio** 22 diciembre a 20 enero. Te comportarás hoy como un sujeto muy responsable pero tenderás con demasiada facilidad a extender esa misma responsabilidad a los que te rodean lo cual no te será muy rentable.

**acuario** 21 enero a 18 febrero. Vas a estar atareado con preocupaciones laborales que no te dejarán ni un momento libre para dedicarlo a otros menesteres. Pero obtendrás una gran satisfacción por los resultados obtenidos.

**piscis** 19 febrero a 20 marzo. Te hará falta un poco de insistencia o iniciativa para salir del atolladero en que andas metido. Normalmente te atrae todo lo que es novedad pero hoy será todo lo contrario.