

Guia de Gastronomia 
Comunitat Valenciana



*Assaboreix
l'essència de la
Comunitat
Valenciana*

 **COMUNITAT
VALENCIANA**

**ACTITUD
MEDITERRÀNIA**

Plats, productes típics i receptes.



Benvinguts
a la
Comunitat
Valenciana





/ Assaboreix la Comunitat Valenciana...

... i descobreix-ne l'essència en cada plat

En la teua pròxima visita descobreix l'essència de la Comunitat Valenciana en cada plat. Tanca els ulls i tracta d'endevinar en cada mos un poc de la història, la cultura i la passió mediterrània que hi ha presents en cada recepta. Quasi sense adonar-te, t'arribarà a les papil·les gustatives un llegat ben ric de productes i tècniques culinàries polits durant segles en els plats tradicionals, una saviesa cuinada a foc lent i transmesa de generació en generació. Paelles, fideuaes, coques, pastissos de moniato... han evolucionat en mans dels joves talents valencians cap a una cuina creativa que es mostra exquisida i sorprenent.

La gamba roja de Dénia, la carxofa de Benicarló, els torrós de Xixona i Alicante, els nispros de Callosa

d'en Sarrià, l'arròs de l'Albufera... grans productes que realcen el sabor de les receptes en cada plat i que es converteixen en una raó, més que justificada, per fer-hi una escapada gastronòmica.

A través de les rutes enoturístiques d'Alacant, Utiel-Requena, València i Castelló podràs descobrir els deliciosos caldos de la Comunitat Valenciana. T'enamoraràs tant dels negres, blancs, caves i dolços com de la passió i la dedicació dels cellerers.

Productes de la terra i de la mar, tècniques centenàries, receptes tradicionals, cellers, rutes entorn del vi i l'oli i nombroses experiències gastronòmiques t'esperen a la Comunitat Valenciana. La taula ja està posada, només faltes tu.





Index



06. Gastronomia

- |
- 08. L'Exquisit Mediterrani
- 09. Estrelles i sols
- 10. La cuina de l'arròs
- 12. Cuina amb denominació d'origen i altres productes únics
- 16. Plats tradicionals
- 18. Postres i dolços

20. Enologia i enoturisme

- |
- 22. Denominacions d'origen de la Comunitat Valenciana
- 24. Rutes d'enoturisme per a sentir el vi

26. L'oli: cultura i experiències

- |
- 28. Oleoturisme

30. Pescaturisme: immersió marinera

32. Guardians de la tradició

- |
- 34. Mercats històrics
- 35. Del museu a la taula

36. Recettes de cuina

44. Compres

40. Red CdT (Centres de Turisme)

50. Decàleg gastronòmic de la Comunitat Valenciana

52. Informació



LA
Gastronomia
DE LA
COMUNITAT VALENCIANA



La gastronomia de la Comunitat Valenciana és producte d'una amalgama de cultures assentades en aquest territori en algun moment de la història i, també, de l'intercanvi comercial afavorit per la privilegiada proximitat al Mare Nostrum. Als ports no sols arribava mercaderia de terres llunyanes, sinó també un coneixement cultural important que enriquia els guisats i amplia les tècniques culinàries.







La cuina de la **Comunitat Valenciana**

La cuina de la Comunitat Valenciana s'ha forjat d'una manera natural i pausada al llarg dels segles atorgant un paper protagonista als productes locals. Cadascuna de les menges que regala aquesta franja mediterrània té un caràcter genuí, vinculat a la seua ubicació geogràfica, a la particularitat del seu clima i a la cura amb què se'n vigila el creixement. Gràcies a aquests trets tan particulars, hi aflora una màgia sorprenent dels fogons i naixen receptes innumbrables que són reflex de la forma de vida de la població i de l'intercanvi cultural.

I amb la finalitat de vetlar per tota aquesta riquesa va ser creada la marca L'Exquisit Mediterrani, amb la qual s'identifiquen les empreses, les associacions, les entitats i els esdeveniments gastronòmics que, amb el seu treball, la seua passió i la seua experiència, fan de la gastronomia de la Comunitat Valenciana una vivència única i inimitable. Amb aquesta distinció no només es reconeix el respecte pel producte, sinó també unes tècniques que han traspassat el Mediterrani i que formen part del patrimoni culinari de la humanitat.



L'EXQUISIT
mediterrani



Dieta mediterrània

La **dieta mediterrània** té una relació directa amb la idiosincràsia del poble valencià i la seua particular manera d'entendre la gastronomia. Declarada Patrimoni Cultural Immaterial de la Humanitat per la UNESCO en 2013, reconeix els valors de la tradició culinària més enllà d'un mer concepte nutricional. Aquest guardó, compartit amb altres països mediterranis, valora factors variats com el cultiu, la pesca, la manera de conservar i transformar els aliments i la difusió de la dieta mediterrània en festes i mercats locals. En resum, recull una autèntica filosofia vital.

**Patrimoni Cultural Immaterial de la
Humanitat per la UNESCO**



/ *Estreles i* **Sols**

En una destinació gurmet com la Comunitat Valenciana, el paladar es delecta en tots els racons, des de les barres més modestes fins als restaurants més exclusius. La creativitat i la innovació d'aquests últims es reconeixen, cada vegada més, amb estrelles i sols que il·luminen l'univers culinari nacional. A tot el territori valencià hi ha més de vint restaurants amb estrelles Michelin. Tot i que cadascun té una personalitat pròpia, tots coincideixen en un respecte profund cap a les arrels, el desig de renovació de les receptes i la creativitat en els fogons. Productes de proximitat, matèria primera de temporada, sostenibilitat i molta estima per la cuina són ingredients comuns d'una gastronomia que sorprèn en sabors, textures, presentació i maridatge.

El bon fer d'aquests restaurants tampoc ha passat desapercbut a la Guia Repsol, que ha distingit més de cinquanta establiments de la regió amb els seus cobejats sols. Menjar a la Comunitat Valenciana és la millor manera d'assaborir la vida com cal.

Aquesta màgia en els fogons, que porta a aquests reconeixements, naix de la creativitat de cuiners consagrats com Quique Dacosta, que llueix diverses estrelles Michelin al restaurant Quique Dacosta (Dénia), un dels 50best restaurants del món, i a El Poblet (València); del bon fer de Ricard Camarena, al capdavant del restaurant valencià homònim; de Kiko Moya, al restaurant L'Escaleta de Cocentaina; o, entre molts altres, d'Alberto Ferruz, al BonAmb de Xàbia. Cadascuna de les seues propostes culinàries ofereix un viatge sensorial pensat únicament per al gaudi del comensal.

També mereixen un esment especial les dones que s'han obert pas en l'aparador de l'alta gastronomia valenciana. Hi destaca Vicky Sevilla, qui ha aconseguit una estrella Michelin al seu restaurant Arrels i s'ha convertit en la cuinera més jove d'Espanya a obtindre-la. Altres xefs que són sinònim d'excel·lència a la cuina són Carito Lorenzo, de Fierro; María José Martínez, de Lienzo; Begoña Rodrigo, de La Salita; Susi Díaz, de La Finca; Cristina Figueira, d'El Xato; Clara Puig, de Tula; i



Alejandra Herrados, d'Atalaya. Sense oblidar Pepa Romans, qui va ser una de les primeres dones a obtindre l'estrella Michelin a Espanya. Hui en dia el seu restaurant, Casa Pepa, continua sent un referent.

Però no només hi ha noms propis femenins darrere dels fogons, sinó també com a caps de sala i sommeliers que brillen als grans restaurants de la Comunitat Valenciana. Per vocació i bon fer no es poden deixar d'esmentar, entre moltes altres, Manuela Romeralo, sommelier de Llista Negra; Raquel Torrijos, qui ha sigut sommelier, cap de sala i ara propietària de Trenca-dish; Arancha Herrera, cap de restaurant i de sala al Hikari Yatitori Bar; i Eva Pizarro, sommelier de Fierro. La vocació de servei, l'experiència i el gust pel detall les converteixen en peces indispensables de cada establiment.

GUIA
MICHELÍN



SOLES
REPSOL





La cuina de l'arròs

Escapar a la Comunitat Valenciana només per degustar algun dels seus arrossos està totalment justificat. La raó de l'èxit d'aquest plat tan internacional no és cap secret: un arròs espectacular cultivat als municipis de l'entorn dels parcs naturals de l'Albufera o de la marjal Pego-Oliva, altres ingredients de proximitat i d'altíssima qualitat de l'horta o de la mar i el mestratge d'unes receptes forjades durant segles.

Potser sorprenga aquesta dada, però al món hi ha més de huitanta mil varietats d'arròs. Emparades per la Denominació d'Origen Arròs de València, només tres: Senia-Bahía, Bomba i Albufera. Tot i que el cultiu d'aquest cereal introduït pels àrabs es remunta al segle X, s'ha anat perfeccionant i assentant als aiguamolls valencians.

Si vols fer els teus primers passos a la cuina, has de saber que hi ha varietats més idònies que altres en funció



de cada plat. Si t'abelleix un arròs amb textura cremosa, grans sucosos una vegada cuits i que absorbisca bé el sabor, t'interessa comprar la varietat Senia-Bahía. En cas que no li tingues agafat el punt a l'arròs, la varietat Bomba pot ser la teua gran aliada, ja que ofereix una bona resistència a la sobrecocció sense perdre la capacitat d'absorció de sabors. Finalment, la varietat Albufera és la més jove, però també proporciona arrossos melosos, ja que els grans tenen una consistència interna i una textura ferma. Vols saber un truc per comprovar si estàs comprant un arròs certificat? Fixa't a l'etiqueta que apareix al paquet: si hi apareix l'esbós d'una barraca i esment al Consell Regulador de la Denominació d'Origen Arròs de València, és el correcte.



Entre les receptes més tradicionals de la Comunitat Valenciana hi ha el conegut arrocito de Castelló, la paella valenciana i l'arròs alacantí amb salmorreta, una salsa saborosa feta amb tomaca, nyora i all.



Un plaer per al paladar

Les receptes d'arròs a la Comunitat Valenciana han evolucionat al llarg del temps, tot i que molts ingredients i processos s'han mantingut impertorbables. Aquelles paelles humils preparades a les barraques i alqueries del segle XIX quan van esdevenir chiringuitos, cases de menjars i merenders de les platges valencianes. Hui en dia, les especialitats de les tres províncies ofereixen desenes d'experiències gastronòmiques: deliciosos arrossos caldosos preparats en calders com l'arròs amb fesols i naps; arrossos en cassoles de fang com l'arròs al forn o l'arròs arròs amb crosta. I, per descomptat, els arrossos secs, categoria en què s'engloba la paella (que s'elabora en un recipient metàl·lic del mateix nom i de poca alçada i que es pot fer amb carn de pollastre, de conill o de caça, amb marisc i peix o, fins i tot, amb verdures, entre altres desenes de possibilitats).



Però, més enllà de les especialitats arrosseres, hi ha la cultura de compartir una paella, de reunir-se amb la família o els amics per gaudir del ritual de la cocció i de la degustació. No és menys habitual que ciutats i pobles organitzen les seues pròpies jornades gastronòmiques, en què els visitants sempre estan convidats a participar.

Es podria parlar llargament de com preparar els arrossos, ja que no és un plat tan senzill com sembla, sinó que requereix d'un gran control, no només del tipus d'arròs o la resta d'ingredients, sinó de la vivor del foc, de l'oli o de la proporció i el tipus d'aigua. No és fàcil fer-la a casa, però, amb pràctica, et pots convertir en un autèntic especialista.



/ Cuina amb

Denominació d'Origen i altres productes únics

Els millors productes de la geografia llevantina, procedents de l'horta, de la mar o de la muntanya, nodreixen el rebost de la Comunitat Valenciana i estan disposats a brindar una ruta gastronòmica exclusiva. Descobreix les delícies que sorprendran el teu paladar als racons més insospitats de la regió.

Renaixença
VICARLON
Segles d'història
75cl
Vinya de la Rambla
Vi Blanc / Ceps Vells
12% vol.

DOL



Productes amb denominació d'origen o indicació geogràfica protegida



Carxofa de Benicarló

Compacta i apinyada, de sabor intens, color verd brillant, amb una xicoteta obertura on s'ajunten les fulles i una bona resistència a l'ennegritament després del tall. Així és aquesta carxofa que es cultiva a la comarca del Baix Maestrat. La denominació d'origen se ceneix a les zones de Benicarló, Càlig, Peníscola i Vinaròs, on es cull entre octubre i juny. Trobaràs desenes de maneres de degustar-la.

Kaki Ribera del Xúquer

Mossegat un caqui de la Ribera del Xúquer és sinònim de plaer, dolçor i aroma tropical. La varietat que es cultiva a València és la roja brillant, més coneguda com Persimon, la marca amb què es ven. És una fruita de gran calibre, amb una mitjana de 80 mil·límetres, forma oblonga i consistència ferma. Una dada curiosa és que per eliminar l'astringència del caqui es fa servir una cambra d'anòxia (sense oxigen) amb què se'n lleven els tanins perquè el sabor siga encara més agradable. Una mossegada aporta vitamina C, provitamina A, fòsfor i nombrosos aminoàcids.

Nispros de Callosa d'en Sarrià

Els nispros de Callosa d'en Sarrià, de sabor dolç o una mica àcid, enarboren la seua denominació d'origen protegida amb orgull. Si encara no coneixes aquesta fruita, t'én sorprendrà el color ataronjat o groguenc, la polpa brillant i compacta i la forma ovoidal, amb una lleugera curvatura on s'uneix a la branca. L'espectacle de color està servit a la Marina Baixa durant la primavera.

Xufa de València

Aquest tubercle preuat mereix un lloc d'honor en aquest llistat. Sabies que la xufa és l'ingredient original de l'orxata? Les característiques especials d'aquest aliment, que té denominació d'origen protegida, fan que només en siga factible el cultiu en una zona localitzada del nord de l'horta valenciana. El procés d'obtenció de la xufa requereix de gran paciència: nou mesos de cultiu, recol·lecció, rentada i un mínim de tres mesos a l'assecador. L'espera val la pena, perquè la xufa té un alt contingut de midó i aminoàcids, és rica en minerals i proporciona proteïnes i greixos insaturats. I si et prens l'orxata mirant la mar, encara millor.

Cireres de la Muntanya d'Alacant

Al nord de la província d'Alacant i al sud de la de València es cultiven extraordinàries cireres regulades sota la Indicació Geogràfica Protegida. El sabor dolç, la fermesa de la carn i la grandària són característiques comunes de la *burlat*, la *picota*, la *picota ambrunesa*, l'*early lory*, la *prime giant*, la *sweet heart* i la *brooks*, entre altres. A més, la delicadesa que es posa en la seua recol·lecció manual aporta, sens dubte, un valor addicional a aquesta saborosa fruita. A partir de la primavera ja es poden veure els camps esguitats de roig.





Raïm de taula embossat del Vinalopó

Pell molt fina, coloració uniforme i un sabor deliciós són les característiques principals que defineixen aquest tipus de raïm de taula que creix dins d'una bossa de paper i roman així almenys 60 dies. Per curiós que sembla, amb aquest mètode es protegeixen els grans de les inclemències de l'oratge. L'aspecte és impol·lut. Emparades per la DO n'hi ha set varietats: en pell clara, Aledo, Ideal, Dominga, Doña María, Rosetti i Victòria; i amb la pell negra, la Red Globe. El seu àmbit geogràfic és la vall del Vinalopó Mitjà i es pot consumir des de final d'agost fins a mitjan gener.

Magrana mollar d'Elx

La magrana Mollar d'Elx, de forma voluptuosa i un color que oscil·la entre el crema i el robí intens, és una fruita que enamora amb la seua dolçor. A més, la llavor és blanca i comestible. Per les seues característiques, és considerada de les millors del món. Geogràficament, la denominació d'origen abasta més de 40 municipis de les comarques alacantines del Baix Vinalopó, l'Alacantí i la Vega Baixa. Entre les propietats d'aquesta súper fruita hi ha la seua capacitat antioxidant, depurativa i fins i tot preventiva de malalties cardíaques.



Cítrics Valencians

Taronges, mandarines i llimes s'inclouen dins de la Indicació Geogràfica Protegida dels Cítrics Valencians. Però no es tracta només d'una qüestió administrativa, sinó d'un llaç amb els sentits i la memòria, ja que la Comunitat Valenciana fa olor de flor del taronger i fa gust de cítrics. L'aroma d'una taronja acabada d'espremer mai s'oblida.

Torrans de Xixona i Alacant

Aquest aliment dolç que va començar sent estacional, però que ja es ven tot l'any, va ser un dels primers a assolir l'emparrada oficial. Els seus ingredients i processos són examinats minuciosament perquè la qualitat sempre siga excel·lent. Els torrers amb IGP de Xixona i Alacant són elaborats amb ingredients naturals com les ametles, la mel i el sucre i la zona d'elaboració i envasament ha de ser obligatòriament Xixona, tot i que la matèria primera pot procedir de tota la Comunitat Valenciana.



Altres aliments singulars de la Comunitat Valenciana



Tòfona negra del Maestrat

És l'or negre de la gastronomia valenciana i un dels sabors que descobriràs en moltes receptes de cuina

innovadora. Aquest aliment, que ja era venerat pels grecs, es produeix en diverses poblacions que compleixen els requisits adequats d'altura i clima. Si vols conèixer-ne l'origen pots visitar Benassal, Ares del Maestrat, Culla, El Toro, Catí o Morella. També trobaràs tòfona negra a la població valenciana d'Andilla. Organitza una excursió entre gener i març per observar-ne la recol·lecció.



Gamba roja de Dénia

Si et diem que és de color roig intens, que està deliciosa i que és un producte de la mar de l'entorn de Dénia, què diries

que és? De segur que has encertat: aquesta gamba roja no necessita presentació. La ciutat creativa de la gastronomia és el bressol d'aquest producte que es pesca als caladors situats entre Dénia i Eivissa, a 600 metres de profunditat. La pots demanar cuita amb aigua de la mar o a la planxa, d'ambdues maneres resulta exquisida; a més, és font de vitamines del grup B i té un alt contingut de ferro i iode.



Llagostins de Vinaròs

La textura i el sabor dels llagostins de Vinaròs són únics per diverses raons: la salinitat baixa de l'aigua on es crien, la

temperatura moderada durant tot l'any i els aliments que ingereixen, enriquits pels depòsits del riu Ebre, que aporten a la carn unes característiques organolèptiques singulars. Com els pots identificar? Pel seu gruix, que pot assolir els 20 centímetres, i un color que va del rosat al marró.



Embotit de Requena

Entre els aliments singulars de la Comunitat Valenciana no pot faltar l'embotit de Requena, que engloba diversos

productes que es distingeixen d'altres embotits pel seu sabor i aroma. El secret de la seua qualitat resideix en el tipus de carns que s'hi fan servir i en la selecció de les parts emprades per a elaborar cada embotit: botifarra de ceba, *güeña*, llonganissa, salsitxó, sobrassada, perro, xoriço i orsa.



Tomaca d'El Perelló

De les hortes valencianes del poble d'El Perelló (Sueca) ixen xicotets tresors que fan les delícies de comensals i

cuiners. Quan visites la Comunitat Valenciana demana algun plat amb aquesta tomaca com a ingredient principal i comprovaràs que n'hi ha poques amb aquesta carnositat, dolçor i finor de pell. Entre les seues singularitats hi ha que es cultiva en arena de platja, de manera ecològica i sostenible.





PLATS MEDITERRANIS

Amb els exquisits productes valencians es preparen guisats plens de sabor, d'aromes, de tradició i d'afecte. El turisme gourmet permet descobrir la riquesa que aporten la geografia i la història a cadascuna de les receptes. Les olles populars de l'interior no tenen res a veure amb els adreços mariners, però, conjuntament, configuren la singular gastronomia mediterrània.



Entrants per a obrir boca

Els entrants arriben de la terra i de la mar, fins i tot de manera combinada: prova el sabor fresc d'una ensalada de tomaques amanida únicament amb unes gotes d'oli i acompanyada de salaó. Aquest últim pot ser des d'una tonyina de tronc fins a una moixama, freses, bacallar o budellet, que igual alegren una ensalada que potencien un guisat. Posar una cullerada de titaina, espencat o esgarraet sobre un tros de pa artesà és només l'avantsala dels plats que assaboriràs. Altres suggeriments són la borreta de melva (un guisat de peix cuinat en un calder), la coca farcida, la tonyina marinada amb set espècies i les petxines de pelegrí rostides amb carxofes i morelles.

Fideuaes, olles i olletes

Els plats tradicionals de la Comunitat Valenciana van més enllà de l'arròs. N'hi ha alguns com la fideuà, plat típic de Gandia, on la gramínia se substitueix per una mena de fideu. Al voltant d'aquest plat també hi ha variants i fins i tot competicions. En certes zones abunden les fideuaes marineres amb fideus fins,



amb fideus gruixuts i cloïsses o delicioses especialitats amb fideus negres tenyits amb la tinta de calamarons o sèpies.

A més de tot l'anterior, hi ha també una gamma de putxeros, olles, olletes i tarongetes amb ingredients molt més contundents i idonis per a les estacions més fredes o per a zones de l'interior. A partir de carns de porc, embotits, bledes, carabasses, blat, llegums i arrossos es creen plats de cullera que fan les delícies dels amants del bon menjar. En àrees muntanyenques, les reines de la taula són les olletes, un tipus de bullit caldós amb aromes d'embotit i diverses carns.

Un altre d'aquestos plats tradicionals que també mereix un esment (perquè és el millor exemple de cuina d'aprofitament) és el putxero de Nadal: del qual es pren el primer dia la sopa, les pilotes de carn, altres carns i embotits. El segon dia s'hi afig arròs al caldo i, finalment, per a la jornada posterior es prepara "ropa vieja", un plat que consisteix a sofregir les carns sobrants ben picades amb tomaca i ceba.

Cuina marinera i horta valenciana

Els plats de l'interior, que fins i tot tenen carns de caça entre els seus ingredients, són més contundents que els de la costa. Al litoral s'imposen els productes i les receptes marineres, on els peixos a la planxa, al forn, a la brasa o fregits ocupen una posició d'honor. Amb les sardines, tonyines, rogers, llenguados, raps, escórpores, ratlles, daurades... que veuràs als mercats es cuinen guisats ben gustosos. Les sopes de peix (suquets de peix), que es guisen amb morralla, ofereixen uns sabors intensos que no tenen res a envejar a les millors cassoles de peixos i hortalisses al forn o al deliciós peix a la sal, preparat segons la mateixa recepta que van introduir els fenicis.

Finalment, també cal esmentar la importància de les verdures de l'horta valenciana, ja siga integrades en plats com les coques, en empanades, en guisats o en ensalades. No hi ha cap dubte que recórrer la Comunitat Valenciana ofereix mil sorpreses al paladar.



/ Postres i

Dolços

L'herència gastronòmica jueva i àrab ha generat en rebosteria nombroses especialitats que han arribat als nostres dies per alegrar els més llépols. En aquests dolços tenen un paper protagonista fruites seques com el pistatxo i edulcorants naturals com la mel. Dels deliciosos massapans i el torró, que fins i tot té la seua pròpia denominació d'origen, es té constància documental des del segle XVI.



Torrón de Xixona i Alacant

De la mescla d'ametles (pelades, torrades i trossejades), mel pura d'abella i sucres naix la massa del **torró de Xixona**, una delícia que endolceix la vida no sols per Nadal sinó durant qualsevol estació. Cada ingredient és seleccionat amb cura i les ametles han de ser de les varietats valenciana, mallorca, marcona, mollar o planeta. Dins del certificat de la Indicació Geogràfica, els torróns de Xixona poden ser de categoria Extra o Suprema. Els torróns emparats sota la IGP han de ser elaborats i envasats a Xixona. El denominat **Torró d'Alicante**, per la seua banda, incorpora clara d'ou i oblia a més de portar ametles, mel i sucres.

De les pastes a l'orxata

Entre la fleca i la pastisseria trobaràs un ampli ventall de propostes que van des de les mones de Pasqua fins a les pastes, els *pastissos*, les *coques* i les *coquetes* dolces. Sense oblidar un dolç emblemàtic, com és l'arnadí de Xàtiva,



Flaons

que s'elabora amb carabassa o moniato; el pastís de glòria, del dissabte de Setmana Santa; o els flaons de brull típics en Morella, entre moltes altres delícies. També mereix un esment a banda un producte com l'orxata de xufes, que desperta passions.

Gelats

Els gelats artesans de la Comunitat Valenciana no són només per a l'estiu, sinó que el plaer de assaborir-ne la textura cremosa i el sabor intens s'estén als dotze mesos. Independentment del moment de la visita, no s'ha de deixar d'acudir a les gelateries, algunes de les quals han sigut reconegudes entre les millors del món. Sabors com els de taronja, orxata i fartó porten l'ADN valencià. Els més atrevits poden provar-ne d'altres com els d'Aigua de València o anís.



Cítrics a la cuina i a la taula

La Comunitat Valenciana és de cítrics més important d'Europa, amparats sota la IGP Cítrics Valencians. Les taronges, les mandarines i les llimes no només es consumeixen directament, sinó que s'integren en receptes de cuina, guisats, ensalades, postres i, fins i tot, en begudes. A més, és un element bàsic de la dieta mediterrània.



Enologia I enoturisme



Tot i que no es pot parlar d'un vi "típic" valencià, sí que hi ha una cosa que caracteritza els vins de la Comunitat Valenciana: la seua qualitat.





Denominacions d'origen de la comunitat valenciana

Varietats com la monestrell, la boval o la moscatell fan d'aquestes elaboracions quelcom original i diferent que, unit a la cerca constant de l'excel·lència, els ha valgut el reconeixement dels grans experts mundials. Amb el raïm moscatell d'Alexandria s'elaboren tant vins secs com afruitats, a més de vins de licor amb una graduació per damunt dels 15°, cosa que dona origen a la mistela de moscatell i al vi de licor moscatell.

D.O. València

El sector vitivinícola representa un paper primordial en l'economia de la província de València. La DO València, igual que les altres dues grans denominacions d'origen de la Comunitat Valenciana, es va crear en 1932. S'estén per quatre subzones: Alt Túria, Moscatell, Valentino i Clariano. El 85 per cent dels cellers d'aquesta DO són cooperatives. Entre les varietats acceptades en aquesta DO hi ha la boval i la monestrell, en negres, i la marseguera, la moscatell i la verdil, en blanques.

D.O.P. Vins d'Alacant

Aquesta denominació d'origen es va fundar l'any 1932 i el consell regulador es va constituir en 1957. L'arrencada dels vins alacantins va arribar en la dècada dels anys 90, quan es van instal·lar o es van crear nous cellers, recollint la tradició, van començar a impulsar la innovació. La diversitat de climes, comarques i varietats de les diversos zones que formen part de la DOP Vins d'Alacant porta amb si un ampli catàleg de tipus de vins que inclou els dolços, els espumosos i el fondellol. Quant a les varietats, hi destaquen la moscatell d'Alexandria en blancs i la monestrell i la garnatxa, en negres.



EL FONDILLÓN VI DE REIS

El Fondillón és un vi únic al món. Es tracta d'un vi anyenc natural de la varietat monestrell amb més de deu anys de criança i elaborat únicament a la demarcació històrica d'Alacant. Per elaborar-lo es deixen sobremadurar el raïm als ceps i, a continuació, després del procés de la fermentació, es cria durant un mínim de deu anys en berriques de fusta de cellers certificats pel Consell Regulador de la DOP Alicante. Aquesta criança es du a terme mitjançant el sistema de soleres i per criança oxidativa. Com que són vins que necessiten molt de temps per a l'elaboració i guarda, no hi ha molts cellers que els elaboren hui dia, motiu pel qual existeixen molt poques reserves d'aquest producte. Tot això el converteix en un vi exclusiu, molt particular, rar i diferent.



D.O. Utiel-Requena

El vi és el principal motor econòmic d'aquesta zona de l'interior de la província de València. La denominació d'origen es va crear en 1932, després d'algunes dècades en què la línia de ferrocarril València-Utiel va impulsar la

formació dels barris de cellers. De tota manera, la tradició vitivinícola d'aquest territori pot tindre fins a 2.600 anys, segons els descobriments realitzats en jaciments arqueològics com el de Solana de las Pilillas, d'origen iber, que situen aquesta zona com una de les més antigues quant a la producció i comercialització de vi. La varietat de raïm per excel·lència de la DO Utiel-Requena és la boval.



D.O. Cava

Diferents cellers situats a la localitat valenciana de Requena pertanyen a la DO Cava, dins de l'anomenada Zona de Llevant, una de les quatre que formen aquesta Denominació d'Origen supraautonòmica. Quasi tots els caves elaborats ací fan servir la varietat macabeu, tot i que també es pot trobar la *chardonnay* o la garnatxa en algun cava rosat.



IGP Castelló

Aquesta Indicació Geogràfica Protegida es va crear l'any 2003 amb la intenció de recuperar el llegat vitivinícola d'aquesta zona. Les tres comarques o subzones que en formen part són les denominades Alt Palància-Alt Millars, Sant Mateu i Les Useres-Vilafamés.



Rutes

d'Enoturisme per a sentir el vi

L'enoturisme permet descobrir la Comunitat Valenciana a través dels seus vins, però, més enllà d'això, proporciona la possibilitat d'entendre i aprehendre els paisatges, les tradicions, l'artesania, l'arquitectura, la gastronomia... L'esperit mediterrani impregna les quatre rutes del vi que trobem en tot el territori, dos d'elles (Alacant i Utiel-Requena), a més, pertanyents a la marca Rutes del Vi d'Espanya, el referent de l'enoturisme al nostre país.



Ruta del Vi Utiel-Requena

Aquesta ruta del vi discorre pel territori de la Denominació d'Origen Utiel-Requena i està composta per més de 50 establiments: hotels, restaurants, cases rurals, botigues d'artesania, empreses de turisme actiu, museus i, per descomptat, cellers.

Un dels atractius més destacats és quelcom que no es troba fàcilment en altres territoris vitivinícoles: les coves i galeries subterrànies on s'han conservat les enormes gerres en què antigament s'elaborava i emmagatzemava el vi. Les pots visitar al centre històric mateix de Requena i d'Utiel. A més del paisatge replet de vinyes dels pobles de la Ruta, inclou un lloc únic: una part del Parc Natural de las Hoces del Cabriel.



Ruta del Vi d'Alacant

La Ruta del Vi d'Alacant és l'alternativa o el complement perfecte al turisme de sol i platja. Una proposta ideal per a descobrir zones de l'interior d'aquesta província, carregades d'història, cultura, gastronomia i una llarga tradició vitivinícola. En el viatge tindràs davant teu un recorregut fascinant per dues comarques: el Vinalopó, al sud, i la Marina Alta i Baixa, al nord; diferents però unides per la vinya.

Entre el ric patrimoni trobaràs els castells i fortaleses medievals que, en una altra època, defensaven el territori de la Corona d'Aragó enfront de la Corona de Castella. I, més centrats en la cultura vitivinícola, els riurais, unes construccions rurals relacionades amb la producció de panses (la moscatell d'Alexandria va conquerir el món en els segles passats i es va arribar a exportar per tota Europa, Rússia i Amèrica del Nord) i, per descomptat, el fondellol, un vi únic.



Ruta del Vi de Castelló

A Castelló també hi ha una ruta del vi que permet visitar cellers, hotels, masies, cases rurals, restaurants i comerços tradicionals. La tradició vitivinícola de l'interior castellonenc és menys coneguda que la valenciana i l'alacantina, i això la fa també més curiosa. L'enoturisme que proposa aquesta ruta del vi es pot complementar amb l'oleoturisme, ja que en aquesta mateixa província s'han conservat oliveres i olivars centenaris que, a més de ser un patrimoni únic, s'estan convertint en una destinació atractiva.

València, una ruta del vi singular

Aquesta Ruta del Vi permet conèixer, des d'un punt de vista turístic, les diverses zones que componen la DO València i ofereix una gran varietat de recursos. Hi trobaràs llocs tan singulars com el que és considerat el celler més antic de València, el Celler de Proava del segle XIII, en ple centre històric de la capital; l'encantadora vall dels Alforins, un territori que amaga cellers centenaris i un dels jaciments ibers més antics de la Comunitat Valenciana, la Bastida de les Alcusses; el territori de l'Alt Túria, famós pels seus "vins d'altura" elaborats en un entorn natural declarat reserva de la biosfera per la UNESCO; o localitats com Chiva i Turís, on hi ha algunes de les cooperatives amb més història d'Espanya especialitzades en l'elaboració de moscatell.



Oli, cultura i experiències



L'oli de la Comunitat Valenciana, amb un equilibri delicat entre el sabor afruitat i la intensitat d'amargor i picant, regala una experiència única al paladar. En una escapada oleoturística descobriràs varietats autòctones que no hi ha en cap altre lloc, com la blanqueta, la serrana de Espadà, la villalonga, la farga i la morruda. Amb aquestes varietats es fan uns olis espectaculars, de gamma alta i que ofereixen una àmplia variabilitat aromàtica.





L'oli és també un dels components essencials de la dieta mediterrània i de milers de receptes sense la presència de les quals perdrien tot el sentit. Abans de gaudir d'aquest producte a la taula, observa les oliveres al camp, coneix les diferents varietats d'olives i fes algun tast. És un món apassionant. Per acostar-te a finques olivereres i visitar almàsseres hauràs de dirigir-te a algunes subzones de Maestrat, Plana Alta-Alcalatén, Serres d'Espadà i Calderona, Regions Muntanyenques del Túria-Ribera del Magre, Utiel-Requena-Valle de Ayora, Massís del Caroig-Vall d'Albaida, muntanya d'Alacant i Vinalopó.



Oleoturisme

La millor manera de conèixer l'apassionant món de l'oleoturisme és interactuant amb el medi natural on creixen les oliveres i es desenvolupa la vida dels agricultors que vetlen per aquest fruit tan preuat. Apegats a la terra i sabent interpretar els senyals de la naturalesa cada temporada, extrauen collites en forma d'olives que es converteixen en l'or líquid de les llars. Un oli groc verdós que esdevé un element indispensable de la saludable dieta mediterrània.





EXPERIÈNCIES AL VOLTANT DE L'OLI

Al voltant de l'oleoturisme s'han creat una sèrie d'activitats que revelen els secrets tant de la labor agrícola com de les olives mateixes. Aquestes experiències estan pensades per a tots els públics i abasten des del recorregut per les finques fins a la degustació.



Oleoturisme



Experiences



Entre oliveres

Els olivars guarden històries i llegendes que només poden ser revelades a través de passejos guiats entre arbres mil·lenaris. Aquesta experiència és idònia per a aprendre a diferenciar varietats, conèixer les tècniques de cultiu o descobrir com s'elabora l'oli.

Almàsseres

Seguir el procés d'elaboració de l'oli en una almàssera des que entra l'oliva fins que ix l'oli embotellat ajuda a valorar aquest element indispensable de la cuina. Encara hi ha almàsseres històriques en actiu que val la pena visitar.

Museus i centres d'interpretació

Visitar aquests centres del coneixement, molts d'ells situats en llocs centenaris, és la millor manera d'aprofundir en la història i l'evolució del cultiu de les oliveres, les eines i maquinàries emprades per a l'obtenció de l'oli i moltes altres dades d'interés.

Tastos i degustacions

Qualsevol experiència oleoturística hauria de finalitzar amb un tast d'olis dirigit per un especialista que ajude a identificar varietats, aromes, tonalitats, sabors...





Pescaturisme,

INMERSIÓ

marinera



La millor manera de conèixer la tradició marinera de la Comunitat Valenciana és amb experiències immersives que permeten sentir en primera persona com es desenvolupa l'activitat pesquera des de la mar fins a la llotja. Pujar al vaixell d'un pescador, compartir la matinada, veure començar el dia des de la coberta o l'emoció de les primeres captures són vivències que formaran part del teu record per sempre. Arribar a port, conèixer els mètodes de subhasta i recórrer les llotges de les ciutats costaneres són altres maneres de valorar aquests productes que degustaràs posteriorment al plat.



Activitats marineres

A bord d'un vaixell

Permet un aprenentatge en primera persona ja que es gaudeix d'una jornada de pesca "real" en la què es viu l'emoció de la captura, la classificació de les peces... i es degusta un ranxo mariner amb la pesca acabada de capturar. És inoblidable.



Ruta marinera amb degustació

Caminar entre els vaixells del port, conèixer les diverses arts de pesca i el treball dels mariners és només la introducció d'una jornada que continua amb la subhasta del material nouvingut i amb una degustació de peix fresc. En algunes ciutats, a més, es visiten museus o centres d'interpretació dedicats a la mar o a la pesca que permeten contextualitzar l'experiència viscuda.



** Per a prendre nota*

Peix de Llotja

Quan visites les llotges, fixa't en l'indicatiu "Peix de Llotja", una marca de garantia de la Comunitat Valenciana que és gestionada per COINCOPECA (la Comissió Interfederativa de les Confraries de Pescadors). Amb aquest segell es distingeixen aquells productes que han sigut capturats pels pescadors de les confraries de manera sostenible i respectant el medi ambient en els 500 quilòmetres de costa valenciana. Cada vegada que compres "Peix de Llotja" estaràs adquirint un producte de qualitat i de proximitat de Castelló, València o Alacant i, al mateix temps, recolzant l'economia de més de huit mil famílies.



Guardians DE LA tradició: ELS Mercats



La manera més agradable de conèixer els productes autòctons de la Comunitat Valenciana és passejar pels mercats, les places de proveïments i les fires gastronòmiques. Molts d'aquests espais se situen en escenaris històrics on l'arquitectura forma part de l'experiència. D'altres s'han convertit en autèntics temples gastronòmics on degustar deliciosos mossos que fan gust de tradició o mostren la faceta creativa dels cuiners locals.







/ Mercats Centrals

Mercat Central de Castelló de la Plana

Aquest mercat de 1949, considerat el rebost de la capital de Castelló, va ser construït seguint un disseny de l'arquitecte Vicente Traver Tomás. Està situat en ple centre, a la plaça Major. En una visita podràs conèixer productes locals i de proximitat en els 60 llocs que el componen. Carns, verdures, rebosteria... el lloc ideal per a adquirir productes de qualitat.

Mercat Central de València

Passejar per l'interior d'aquest mercat d'estètica modernista, que es va començar a construir en 1914, suposa una experiència inoblidable. La bellesa de l'arquitectura de ferro, els taulells i les grans vidrieres que inunden l'espai de llum només es pot comparar al plaer d'observar els quasi 300 llocs replets de productes que parlen de València. A més d'un lloc de compres, és també un espai gourmet.



Mercat Central d'Alacant

Aquest històric mercat d'estil eclèctic, amb quasi 300 llocs i una llarga trajectòria que té les seues arrels en 1921, és el millor lloc de la capital alacantina on observar el rebost local. Passa a l'interior per la porta principal, a través d'una gran escalinata, i passeja pels espais comercials de dilluns a dissabte des de primera hora del matí. Aprofita la visita per conèixer l'oferta gastronòmica de les cafeteries i els bars, on podràs fer-te des d'unes ostres amb cava fins a unes tapes amb una cervesa artesana.





/ del Museu.. a la taula



Una bona manera de conèixer a fons els productes gastronòmics és visitant centres d'interpretació i museus temàtics on se n'expliquen en profunditat les característiques més singulars, el mode de cultiu, la recol·lecció... Alguns fins i tot organitzen visites guiades i tallers didàctics.

La dieta mediterrània seria impossible d'entendre sense la presència de l'oli d'oliva. Per això és més que recomanable conèixer les bondats de l'or líquid en aquest centre d'interpretació de Segorbe. El recorregut per l'interior d'aquesta antiga almàssera es fa amb l'ajuda de moderns panells audiovisuals interactius que en narren l'evolució i recreen tot el procés de creació de l'oli. No t'en vages sense saludar La Morruda, una olivera mil·lenària.

Les característiques geogràfiques de València han impulsat al llarg del temps el cultiu de l'arròs a l'entorn del Parc Natural de l'Albufera. Al voltant d'aquest producte tan arrelat hi ha dos museus que n'expliquen l'origen, el cultiu i la importància en la gastronomia regional. Un està situat en una antiga ermita rehabilitada de Cullera i l'altre, a València en un antic molí de Serra de principis del segle XX.

Quant saps de la xufa i de l'orxata? Després de visitar el museu valencià dedicat a l'orxata deixarà de tindre secrets. Aquest espai didàctic està situat en plena horta d'Alboraia, a l'alqueria de Machistre, del segle XI, un habitatge amb terra de fang del segle XVI i taulells de Manises del segle XVIII. Al seu interior coneixeràs com es cultiva la xufa i com s'elabora i es comercialitza l'orxata. Fins i tot degustaràs una orxata preparada per tu mateix.

El museu del Torrò de Xixona s'ha forjat durant un llarg període de temps. Va començar agrupant maquinària obsoleta a les seus de les ensenyes d'El Lobo i 1880 i, a poc a poc, ha anat creixent, igual que ho ha fet el consum de massapà i torrons. Hui dia pots visitar les tres plantes del museu (*Matèries primeres, Processos i Comercialització*) per aprofundir en l'origen d'un producte de què hi ha referències des del segle XV. Les històries de Xixona i del torrò estan unides indissolublement.

En tauleta, a la tassa o com a cobertura d'un pastís: el xocolate sempre és ben acollit. Tindràs l'oportunitat d'observar antics utensilis que s'empraven per a l'elaboració, tocar el fruit del cacau i tafanejar en una completa biblioteca

amb llibres i imatges relacionats amb el xocolate fins a sucumbir al plaer de la degustació a La Vila Joiosa o a Sueca.

Un antic molí saliner acull l'interessant museu alacantí dedicat a la sal i situat al Parc Natural de les Salines de Santa Pola. És una ubicació privilegiada per entendre'n el procés d'extracció, els sistemes d'explotació, les característiques i els usos. Sense oblidar la biodiversitat que es desenvolupa als entorns salins. Hi veuràs també, des de l'observatori, diversos tipus d'ocells com els flamencs, els martinets blancs, les gavines camagroga o els xarxets marbrencs, i fins i tot és factible fet alguna visita guiada pel parc.



Receptes

AMB PRODUCTES
DE PROXIMITAT
I D.O.COMUNITAT
VALENCIANA



/ Entrants

BORRETA DE MELVA

La borreta de melva és una recepta molt típica i tradicional elaborada, majoritàriament, en localitats alacantines com Benissa o Xàbia. És un plat que es prepara amb salaó de melva, amb el toc tradicional que li confereix el calder de ferro. Sense cap dubte, un plat senzillament sublim pel sabor i la qualitat de cadascun dels seus ingredients. Una recepta que reflecteix l'essència de la gastronomia valenciana, que elabora molts dels seus plats fent ús d'un ingredient únic i essencial: el peix, un producte de gran fama i reconeixement a tot el litoral mediterrani.

Ingredients:

- 200 g melva en salaó
- 3 pimentons secs
- 4 creïlles
- 2 cebes
- Oli i sal

Elaboració

Una vegada tenim tots els ingredients, podem posar-nos a la feina i començar a elaborar el nostre plat. El primer és posar al foc un calder de ferro amb aigua, on introduïm les cebes i les creïlles trossegades. Una vegada bull, hi afegim la melva, que hem d'haver dessalat prèviament (3-4 hores és suficient) i, finalment, els pimentons secs. Hi afegim l'oli i ho ajustem de sal. Deixem coure la borreta de melva durant un temps, a foc lent. Ara ja estem llestos per poder gaudir de la nostra recepta!





COCA FARCIDA

Una de les receptes més populars i amb multitud de presentacions que es poden trobar en molts forns i fleques de la Comunitat Valenciana és la coca farcida. La coca farcida valenciana es pot fer de diverses maneres. Esta recepta està elaborada sobre una massa de farina i oli, farcida d'una saborosa samfaina de tomaca, pésols i tonyina. La coca farcida és un plat ideal per degustar-lo entre hores o com un entrant exquisit.

Elaboración

En un recipient mesclar la farina, la sal i el bicarbonat. Escaldar amb l'oli calent. Si la massa quedara seca, afegir aigua bullent. Dividir en dos parts iguals.

Per a preparar la samfaina cal sofregir les cebes, les tomaques i afegir els pésols i la tonyina esmicolada. El tronc de la tonyina es dessala prèviament durant tres hores canviant d'aigua. Quan estiga tot sofregit, afegir ou dur tallat en trossos xicotets. Estendre una capa de massa sobre la safata del forn prèviament oliada. Col·locar sobre ella la samfaina i cobrir amb una altra capa de massa. Enfornar fins que daure.

Ingredients

- 1 kg de farina
- 1/2 l d'oli
- 1/2 kg de cebes
- 1/2 kg de tomaques madures
- 125 g de tronc de tonyina en salaó
- 250 g de pésols
- 1 ou dur
- 20 g de sal
- Bicarbonat

/ Plats

PAELLA VALENCIANA**Ingredients per a 4 persones:**

- 400 g de conill
- 700 g de pollastre
- 300 g de fesols tendres
- 100 g de tavella
- 200 g de garrofó
- 1 tomaca madura
- 400 g d'arròs DO València
- 8 cullerades d'oli
- un polsim de pebre roig dolç, safrà i sal.



La paella és el màxim estandard de la cuina valenciana i, probablement, també de l'espanyola, ja que és reconeguda gastronòmicament a escala mundial. El seu origen, com el de tots els plats de la cuina popular, deriva de la conjunció dels aliments que cada família tenia al seu abast, especialment a la zona de l'horta de València, que es proveïa de verdures fresques. A més, antigament hi havia el costum de criar pollastres i conills per a ús familiar, per la qual cosa, si a tot això unim l'abundància de l'arròs cultivat a l'Albufera, el resultat és aquest plat genuïnament valencià que rep el nom del recipient en què es cuina.

**Elaboració**

En una paella al foc aboquem l'oli i, una vegada calent, hi posem la carn trossegada. La sofregim bé i hi afegim els fesols tendres, el garrofó i la tavella. Seguim amb el sofregit uns huit minuts i hi aboquem la tomaca ratllada. Quan estiga fregida, hi afegim el pebre roig i, sense deixar que es creme, hi agreguem l'aigua fins a la vora. Deixem coure uns 30 minuts i ajustem de sal. Quan el caldo arribe als rebllons, hi incorporem l'arròs i el repartim, hi afegim el safrà i ho deixem coure entre 15/20 minuts. Al final la deixem reposar uns minuts abans de servir.



ARRÒS AL FORN

El arroz al horno, arròs al forn, és una recepta deliciosa a més d'un plat realment bonic, de presentació espectacular. També és una de les preparacions més destacades de la gastronomia de la Comunitat Valenciana!

Els ingredients de l'arròs al forn són els ingredients d'una recepta associant i rica en matisos, de deliciós embotit, costelles o cansalada però també tomaques de la nostra horta, alls, cigrons i, per descomptat, arròs amb Denominació d'Origen. Dècades arrere, aquest arròs també rebia el nom d'"arròs passejat", ja que una vegada preparats els passos previs a la cocció final, s'emportava, en la característica cassola plana de fang en la qual es cuina, fins al forn de pa del barri per a la seua cocció.

Elaboració

Precalfa el forn durant 10 minuts a 250°.

Sofrig la tomaca i afig els cigrons amb un gra d'all. Els cigrons han d'estar posats en remulla des de la nit anterior.

Sofrig la cansalada viada i la costella i reserva també amb els alls.

Posa el sofregit de cigrons amb la tomaca en una cassola de fang, afig 80 g d'arròs per persona en cru. Afig el caldo calent, en una proporció de 2 parts de caldo per 1 d'arròs.

Remou l'arròs amb el caldo i afig la cansalada viada, la costella, les rodanxes de tomaca i de creïlla, els alls i tasta el punt de sal abans de ficar-ho al forn.

Fica-ho en el forn i cuina a 250° durant 20-30 minuts fins que no quede caldo i l'arròs estiga cuït.

Ingredients:

- 4 tires de cansalada viada
- 16 trossos de costella
- 4 botifarres
- 4 làmines de creïlles
- 4 rodanxes de tomaca
- 1 cabeça d'all
- 250 g de cigrons
- 100 g de tomaca natural ratllada
- Arròs

Caldo de bollit elaborat amb:

- Ossos de porc
- Ossos de vedella
- Cebes
- Carlotes
- Gallina
- Api verd
- colorant
- sal fina



/ Postres

PASTISSOS DE MONIATO**Ingredients:**

Si eres un amant empedreït dels dolços i del sucre, el pastís de moniato et seduirà per complet. Apunta els ingredients següents que necessitaràs per fer la recepta.

Per fer la massa i el farciment necessites:

- 1/2 got de cassalla d'alta graduació
- 1/2 got d'oli d'oliva
- 1/2 kg de sucre
- 3/4 kg de farina
- 1 ou
- 3/4 kg moniato blanc
- 1/4 kg sucre
- Canyella

A la Comunitat Valenciana, el pastís de moniato és el dolç de Nadal per excel·lència. Aquest dolç, d'origen àrab, sol elaborar-se amb forma de xicotets pastissos, per això és habitual parlar de pastissos, en plural. La fusió del sabor de la canyella i el moniato, unida al toc de la cassalla, suposen tota una festa per als sentits.

Elaboració

Per elaborar aquestes postres hem de fer, d'una banda, la massa, i d'una altra, el farciment. Si segueixes les indicacions que et donem a continuació, en res tindràs un pastís de moniato deliciós per degustar quan vulgues.

Primer en fem el farciment. Bullim els moniatos amb pell. Els pelem, en traiem la polpa i la treballem en calent amb el sucre i el polsim de canyella fins que formem una pasta. Per elaborar la massa posem la cassalla i l'oli juntament amb el sucre en un cassó al foc. S'ha de tindre precaució, ja que com que la cassalla és d'alta graduació, prendrà. Tapar llavors amb una tapadora uns segons. Quan s'evapora part de l'alcohol i queda dissolt el sucre hi afegim la farina. Removem fins a formar una massa. En total, tot el procés ha de durar uns 20 minuts.

Finalment, per formar el pastís de moniato, la massa es treballa en calent. L'estenem en porcions de forma redona (un got pot fer de motle), sobre una superfície llisa i oliada. Els emplenem amb la pasta de moniato i els tanquem. En segellem els extrems pressionant amb una forqueta. Els pintem amb l'ou batut perquè després d'enfornar-los queden brillants. Els introduïm al forn, calfat prèviament i els coem a temperatura forta, 220 °C, durant 25 minuts.



ARNADÍ



Elaboració

Rostim el moniato embolicat en paper d'alumini i la carabassa partida per la meitat a 170 °C, durant 45 minuts. Traem la polpa de la carabassa i el moniato i escorrem l'excés d'aigua que pugui tindre.

Posem en un bol l'ametla molta, la ratlladura de llima, 400 grams de sucre (reservar-ne 100 per a després), la canyella molta i removem.

Hi afegim l'ametla picada i rovells d'ou batuts fins a aconseguir integrar bé els ingredients. Ho posem en una cassola o paella antiadherent i removem a foc suau durant 15 min.

Hi afegim l'oli (opcional) i removem fins a integrar-ho. Amb l'ajuda d'una llengua o una cullera mullada en aigua, ho disposem sobre una cassola de fang de manera que acabe en punta cònica. Decorem amb les ametles i pinyons en forma de creu. Ho empolvorem amb sucre i rostim al forn a 150 °C durant 30 min. Ha de quedar tendre a l'interior i amb una crosta a l'exterior, sense que es cremen les fruites seques. Ho deixem refredar i a gaudir.

Ingredients:

- 500 g de carabassa rostida o bullida
- 500 g de moniato rostit o bullit
- 2 rovells d'ou
- 5 g de canyella molta
- 1 llima ratllada
- 125 g d'ametla molta
- 125 g d'ametla picada
- 20 g Oli d'oliva
- 100 g d'ametla sencera
- 50 g de pinyons





Compres,

SABORS

mediterranis

A LA MALETA



Tots els viatges acaben amb un punt de tristesa per deixar enrere dies de diversió, cultura i una gastronomia excel·lent. Però, per recordar les vivències, no hi ha res com guardar a la maleta alguns productes icònics que hagen suposat un descobriment en l'escapada. Tot i que el llistat podria ser quasi infinit, s'han seleccionat algunes propostes gastronòmiques que et faran recordar aquells dies feliços amb sabors mediterranis.







Formatges

Entre els nombrosos formatges artesans que s'elaboren en terres valencianes n'hi ha per a tots els paladars, des de frescos fins a curats, de llet de vaca, ovella o cabra. Alguns dels formatges més premiats són els d'Almedijar i els de Catí, de l'interior de Castelló, però hi ha excel·lents productes per tota la regió.

Fruites

Les fruites valencianes tenen un valor tan extraordinari que justificarien un viatge per elles mateixes. Fes lloc al maleter per portar tot tipus de cítrics, magranes d'Elx, caquis Ribera de Xúquer, nisos de Callosa d'en Sarrià, raim de taula embossat del Vinalopó o cireres de la Muntanya d'Alacant.



Xocolate

Una tauleta de xocolata artesà o alguna de les seues múltiples elaboracions d'una empresa local és un dels obsequis que millor acollida té entre familiars i amics quan es torna a casa.

Oli

L'elixir daurat d'olives nascudes en oliveres mil·lenàries o de varietats autòctones com la blanqueta, la serrana d'Espadà, la villalonga, la farga i la morruda és un dels records gourmet imprescindibles per a portar una bona dieta mediterrània.



Tòfones negres de l'Alt Maestrat

Fàcil de portar a casa i un ingredient deliciós que es pot afegir a infinitat de guisats per potenciar-ne el sabor. Tot i que la tòfona negra es recull entre gener i març, la trobaràs envasada tot l'any. Un regal amb què sempre quedaràs bé.

Vins

Als cellers de les denominacions d'origen de la Comunitat Valenciana (Alacant, València i Utiel Requena) o de la IGP de Castelló trobaràs excel·lents records en forma de vins blancs, rosats, negres o caves. Fins i tot alguns tan especials com el fondello, un vi dolç d'alta graduació que s'elabora a Alacant.



Arròs

Si durant el viatge recorres el Parc Natural de l'Albufera de València i observes el cultiu d'aquest cereal, voldràs emportar-te a casa irremeiablement les millors varietats: Senia, Bomba o Albufera. Així podràs recordar a casa les delicioses receptes d'arrossos d'aquesta terra.



Licors variats

Formen part de la cultura gastronòmica i són una bona manera d'acabar qualsevol menjar. Hi ha opcions tan valorades com la mistela, que es fa amb most de raim i alcohol, o les begudes aglutinades sota la Denominació Específica Begudes Espirituoses Tradicionals: l'Aperitivo Café d'Alcoi; el Cantueso alicantino, elaborat amb la flor i el pèndol del cantueso; l'Herbero de la Serra de Mariola, amb sàlvia, polioli i altres herbes; i l'Anís Paloma de Monforte del Cid, realitzat amb anís verd o estrellat.

Torrans de Xixona i d'Alacant

Sucre, mel i ametles: pocs productes es poden elaborar amb tan pocs ingredients i resultar tan deliciosos.

Licor Carmelitano

Aquest licor d'herbes de color daurat s'elabora amb raïm i més de trenta herbes medicinals que li aporten un sabor inimitable. El seu origen es remunta al segle XVII, quan els monjos del monestir carmelita del Desert de les Palmes, molt a prop de Benicàssim, van començar a preparar-lo. Es va haver d'esperar a 1896 perquè es comercialitzara i hui dia és un dels records més demandats.

Orxata

L'orxata, elaborada amb xufa, sucre i aigua, és una beguda que trasllada immediatament a la Comunitat Valenciana. La pots portar concentrada per refrescar-te en qualsevol moment i recordar la teua estada.

Salaons

Les conserves i els salaons són productes de gran durabilitat que podràs emportar-te a casa per recordar els sabors valencians. Hi ha opcions com les fresses, la moixama, el bacallar sec, la tonyina de tronc o el budellet (budells secs de tonyina).



Centres DE Turisme

COMUNITAT
VALENCIANA

A través de la Xarxa de Centres de Turisme, l'entitat de Turisme Comunitat Valenciana millora l'ocupabilitat i l'eficiència dels recursos humans, l'atracció de talent, la investigació, innovació i promoció de la gastronomia, de l'hostaleria i el turisme.

La Xarxa de CdT es compon actualment de deu centres que vertebrèn la Comunitat Valenciana: Castelló, Morella, València, Gandia, Dénia, Alacant, Alcoi, Elx, Benidorm i Torrevieja. La ubicació d'aquesta xarxa permet atendre les necessitats formatives globals del sector.

També hi ha una plataforma *e-learning*, com a alternativa a la formació presencial, que dona resposta a les necessitats formatives del sector turístic, cada vegada més diversificat i en evolució constant.





Decàleg gastronòmic

1.

La Comunitat Valenciana forma part d'un entorn cultural, històric i alimentari reconegut per la UNESCO com a patrimoni de la humanitat. Per això adquirim el compromís de fomentar una alimentació saludable i sostenible basada en els recursos naturals propis del nostre territori.

2.

Respecte i reconeixement a les tradicions i institucions que han forjat l'estructura social dels territoris de la Comunitat Valenciana: on trobem llegats patrimonials com el Tribunal de les Aigües, les comunitats de regants; tècniques agràries, marcs de plantació i cultius tradicionals, l'horta, els arrossars, les vinyes, les varietats de cítrics; els gremis artesanals, l'esperit comercial reflectit en *La Tira de Contar*, mercats, forns; tradicions i arts de pesca, vela llatina; folklore i una cultura festiva inabastable, tot això lligat a la gastronomia

3.

Adquirim el compromís de transmetre el llegat gastronòmic rebut en les millors condicions i de la manera més lúdica i didàctica possible, amb arguments tan sòlids com el nostre receptari, el ric rebost i el paisatge gastronòmic.

4.

Vetlar per l'autenticitat de les varietats i els sabors dels aliments, vinculats amb el territori i les seues gents. Impulsar el producte local i singular, enfront de l'industrial i global, promoure'n la producció i el consum ètic i responsable.

5.

Integrar en l'estratègia de promoció turística el sector productiu agroalimentari com a origen de la matèria primera i base de la gastronomia sobre la qual es fonamenta el PIB de la nostra Comunitat.





6.

Impulsar l'emprenedoria en totes les àrees de la gastronomia dotant els nostres professionals d'una formació àmplia per convertir-los en ambaixadors de l'excel·lència, de la bona taula i dels productes de la Comunitat Valenciana.

7.

Fomentar la innovació, la investigació i la creativitat en la gastronomia des de les nostres arrels sense perdre la identitat que ens caracteritza, des de tots els centres d'innovació, qualificació i formació de turisme, així com des de les institucions acadèmiques públiques i privades.

8.

Generar un potent impuls de la diplomàcia gastronòmica de la Comunitat Valenciana a través de trobades, xarxes d'interès comú, fòrums i programes de cooperació amb ciutats, estats i regions.

9.

Projectar la viabilitat i el futur de la gastronomia amb la garantia de la seua promoció i ús. Si el patrimoni que atresorem no s'usa ni es transmet, ningú l'heretarà, i no volem que caiga res més en l'oblit.

10.

La nostra gastronomia forma part d'una àrea privilegiada de l'arc mediterrani, encara que ha mantingut la seua singularitat, producte del cresol de civilitzacions i esdeveniments que hi han forjat un relat culinari complex.







© Turisme Comunitat Valenciana, 2024
Fotos: Arxiu Turisme Comunitat Valenciana
Disseny i coordinació: Circulo de Comunicació, S.L.
Autor: Pepa García Martín



GENERALITAT
VALENCIANA



TURISME
COMUNITAT VALENCIANA

Fes de la teua estada a la
Comunitat Valenciana una
experiència inoblidable.



www.comunitatvalenciana.com

Tot comença en comunitatvalenciana.com

*Segueix-nos
i comparteix!*



@comunitatvalenciana



@comunitat_valenciana



@c_valenciana



@Visit Comunitat Valenciana



visitcomunitatvalenciana