



01/08/2021
135.47 cm² (22%)

Levante
EL MERCANTIL VALENCIANO

Prensa Escrita (España)
Página 16

Valor Informativo
V.Económico (VP)
Circulación
Difusión
Audiencia

8989 EUR
1500 EUR
29 059
21 996
111 676

Buscan las 34 recetas más representativas y tradicionales de la C. Valenciana

► El Colegio de nutricionistas y la Universidad de Alicante publicarán un libro con un plato típico de cada comarca

SABEL VICENTE. ALICANTE

■ Olletas, arroces, gazpachos... La C. Valenciana presume de una variedad de gastronomía tradicional heredada de nuestras madres y abuelas que, con las prisas y la proliferación de platos precocinados, corren el riesgo de desaparecer. Para evitarlo, el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas,

la Cátedra Carmencita-UA de Estudios del Sabor Gastronómico y el Centro de Gastronomía del Mediterráneo UA-Dénia (Gasterra) han lanzado el proyecto '34 plats. 34 comarques. Redescobrint el receptari valencià de les nostres famílies', para visibilizar el legado gastronómico de las treinta y cuatro comarcas con platos autóctonos y productos de proximidad.

Serán dietistas-nutricionistas quienes recuperen y actualicen recetas tradicionales a través de los testimonios de las mujeres de sus familias encargadas de preservar esa herencia culinaria.

«Queremos poner en valor y reconocer el trabajo invisible que las mujeres han desempeñado durante décadas en la gastronomía y plasmar en un recetario esos conocimientos, transmitidos de generación en generación, para no perder recetas tradicionales de nuestra región y poder recuperarlas de la manera más saludable y nutritiva posible», explica María Tormo, dietista-nutricionista e investigadora-colaboradora de la Cátedra Carmencita de Estudios del Sabor Gastronómico.

Todas las comarcas estarán representadas culinariamente con una re-

ceta para dos personas, que incluirá el nombre del plato, los ingredientes, su modo de elaboración y tiempo, una valoración nutricional, así como recomendaciones dietéticas y gas-

Los nutricionistas recuperarán recetas tradicionales a través de los testimonios de mujeres

tronómicas «Se trata, en definitiva, de redescubrir el patrimonio culinario de cada una de las 34 comarcas de la Comunitat Valenciana», apunta Rafael Birlanga, vicepresidente de la entidad.

El tercer objetivo de '34 plats. 34 comarques' pasa por la educación alimentaria y culinaria. Así lo explica Ana Zaragoza, dietista-nutricionista y coordinadora académica de Gasterra: «En estos momentos la sociedad recibe un exceso de información sobre alimentación y nutrición a través de multitud de canales. Y aun así los ciudadanos no se alimentan correctamente ni realizan elecciones saludables en sus comidas. Debemos aprender de nuevo a cocinar. Con este recetario buscamos acercar la cocina a la población desterrando la idea de que para cocinar hay que invertir mucho tiempo».