

INF+ LOCAL Alicante



Uno de los platos de la Vega Baja preparados por Aurora Torres.

TONY SEVILLA

JAVIER SEGURA

La gastronomía es el «arte de preparar una buena comida», la principal acepción que recoge el diccionario de la Real Academia Española agrupa lo que se configura en torno a una cultura culinaria que las sociedades han ido desarrollando y pasando de generación en generación. Esta tradición del paladar que busca en la necesidad básica de alimentarse el deleite, también debe adaptarse para continuar con los sabores de antaño convirtiéndolos en clásicos atemporales.

Para ello cabe preguntarse cómo han evolucionado los ritmos de vida de la sociedad, los criterios que se siguen y aquello que mejor conviene a la salud, especialmente ahora, cuando las grasas saturadas y el azúcar reinan, en la sombra, en la dieta de una gran mayoría de la población. Por todos estos motivos, el Colegio Oficial de Dietistas-Nutricionistas de la Comunidad Valenciana, la Cátedra Carmencita-UA de Estudios del Sabor Gastronómico y el Centro de Gastronomía del Mediterráneo UA-Dénia (Gasterra) han llevado a cabo la magna tarea de crear un recetario que recoja los platos más arraigados de todos los rincones de la Comunidad Valenciana para actualizarlos, permitiendo así que no queden en el olvido y ofertando la posibilidad de que comer los menús de casa de la abuela sea posible sin necesidad de desabrocharse el botón del pantalón.

Bajo el título «34 plats. 34 comarques», el libro permite sentarse en las mesas de todos los rincones de la Comunidad desde casa. La publicación, que espera ver la luz el segundo trimestre de este 2022, es un mapa que han trazado los chefs, quienes prepa-

Recordar a través del sabor. Es uno de los objetivos que se han propuesto para homenajear a las abuelas y al mismo tiempo facilitar opciones de comida más saludable a la población, que cada vez más muestra una dieta menos variada.

Sabores de siempre para la cocina de hoy

► El recetario «34 plats. 34 comarques» recorre la Comunidad Valenciana para rescatar del olvido aquellas comidas tradicionales



Aurora Torres con unos de los platos tradicionales de la Vega Baja.

TONY SEVILLA

raban las elaboraciones, pero especialmente los nutricionistas del Colegio de Dietistas-Nutricionistas, artífices de que esto fuera posible. Su responsable, María Tormo, explica la dificultad de elegir entre la oferta tan variada

con la que cuenta la Comunidad, aunque además de recuperar recetas, el objetivo era «intentar visibilizar a las yayas», quienes transmiten esta sabiduría. Por otra parte, «cada vez nos alejamos más de la dieta mediterrá-

nea», lamenta Tormo.

En este sentido, se muestra más esperanzada la chef Aurora Torres, quien asegura que durante la pandemia «la gente ha vuelto a poner la olla al fuego», asegura que la clave están en la previ-



INFORMACIÓN

«Partimos de sabores que son reconocibles para el comensal y les damos una vuelta»

DANIEL FRÍAS
CHEF DEL RESTAURANTE LA ERETA



INFORMACIÓN

«Cada vez nos alejamos más de la dieta mediterránea. El objetivo es intentar visibilizar a las yayas»

MARÍA TORMO
RESPONSABLE DEL PROYECTO '34 PLATS'

sión. La cocina de su restaurante, La Herradura, comparte esta filosofía de comida tradicional, como La Ereta, donde regenta los fogones Dani Frías. Por su parte, explica que «partimos de sabores reconocibles para el comensal y les damos una vuelta». Por su parte, Pep Romany, de Pont Sec, explica el cambio de las tradicionales coques del norte de la provincia, experimentando con la masa, algo que siempre había quedado relegado al pan.