

COMUNIDAD

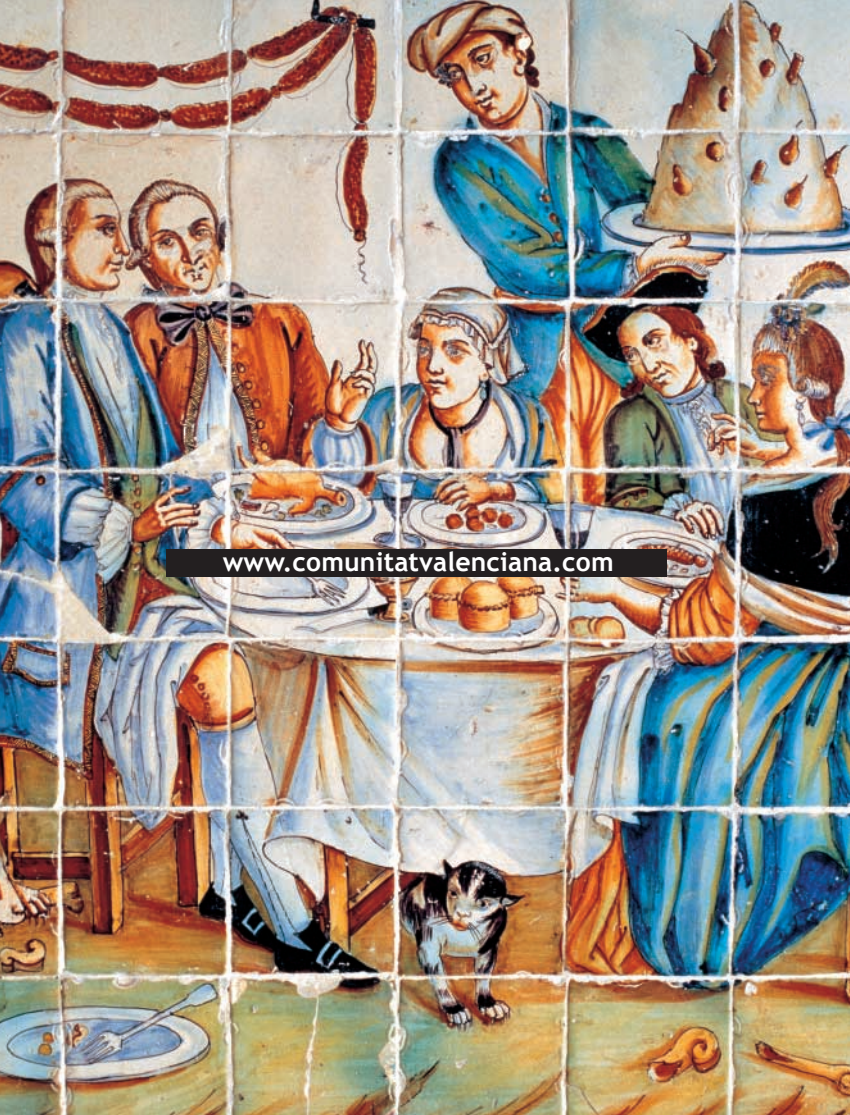
VALENCIANA

Gastronomía

TURISME
GENERALITAT VALENCIANA
AGÈNCIA VALENCIANA DEL TURISME

DIBENIO, ESTIM, PONS





www.comunitatvalenciana.com

Entre los parajes que conforman el litoral y las montañas del interior, al recorrer los mil rincones que configuran la Comunidad Valenciana, un viajero de espíritu sensible se sorprende de la enorme riqueza que atesora la cocina popular de esta región mediterránea.

Más allá de la paella y los arroces, que todo lo acaparan, se ocultan innumerables platos cotidianos tan suculentos como poco conocidos. Recetas rurales o urbanas, depuradas por el tiempo y la sabiduría de sus habitantes. Fórmulas muy sabrosas, algunas de las cuales hunden sus raíces en tiempos remotos.

Desde las salmueras y salazones, que tienen sus antecedentes en las culturas griega y romana; las olletas de *blat picat* (trigo picado), que ingerían las legiones romanas que conquistaron Hispania, según relata Tito Livio; las *farinetes* (gachas) cuyos precedentes se encuentran en el cotidiano *pulmentum*, alimento de etruscos y romanos, hasta las refinadas especialidades golosas que evocan la repostería semita -árabe y judía-, la cocina de la Comunidad Valenciana deja al descubierto un mundo de vestigios e incidencias gastronómicas vinculadas a sociedades pretéritas.

Los *Diez libros de Agricultura* del famoso Columela, el *Libro de Cocina* del romano Apicio, las *Etimologías* de San Isidoro (siglo VIII), el *Libro de Cocina Hispano-Magrebí* traducido por Ambrosio Huici Miranda (siglo XIII), incluidos muchos párrafos metafóricos de la poesía árabe andalusí surgidos de la imaginación de Ben al Talla y Cafar Ben Utman, entre otros literatos, además del libro *Arte de Cocina* del valenciano Diego Granado, cocinero de Felipe II, configuran un gigantesco antecedente cultural que de una forma directa o velada posee un fiel reflejo en muchos de los hábitos alimenticios de estas tierras.

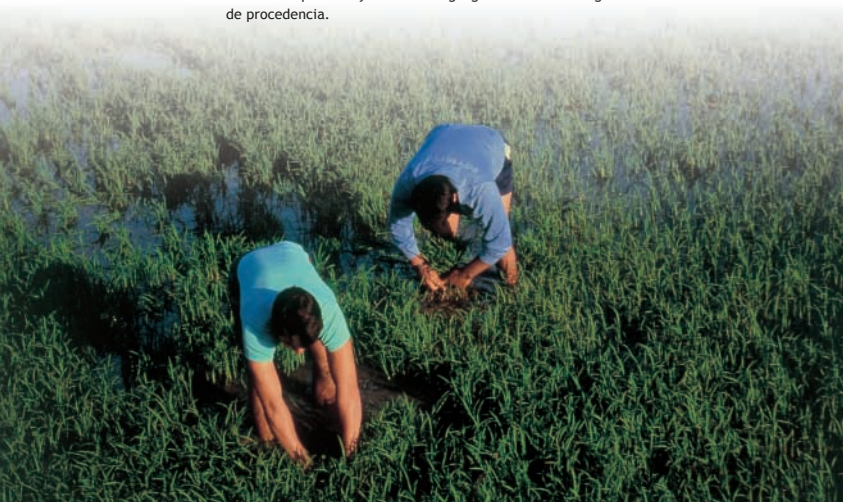
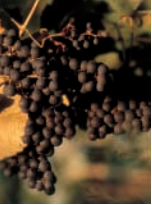
Soportes históricos de una cocina sencilla, de costa y de tierra adentro, abierta al Mediterráneo y nacida de la imaginación y de una sabia combinación de sus recursos naturales, que según los expertos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), da pie a una de las dietas más equilibradas del mundo.



■ PRODUCTOS NATURALES CON DENOMINACIÓN DE ORIGEN

Al profundizar en las bases de esta cocina, llama la atención la singularidad de la despensa de la que se abastece. Productos de enorme calidad, protegidos o no con denominaciones de origen o indicaciones geográficas específicas, que constituyen un patrimonio de primera línea.

Repertorio de alimentos naturales de producción restringida, que se vinculan a rincones concretos del territorio, y en cuya obtención tiene una incidencia determinante la mano del hombre que los extrae del mar o los cultiva en la tierra. Alimentos de rango artesano, fruto de la pesca de bajura o de una agricultura sostenible respetuosa con el medio ambiente, que en un gran número de casos se encuentran vinculados a los topónimos y referencias geográficas de cada lugar de procedencia.



Aquí están para ratificarlo las alcachofas de Benicarló, la uva embolsada del Vinalopó, los nísperos de Callosa, las cerezas de la montaña de Alicante, los aceites de oliva de la sierra de Espadán, las ñoras o pimientos de bola de Guardamar, las trufas negras del Maestrazgo de Castellón, la miel de la Marina Alta, las gambas de Dénia, los erizos de la costa alicantina, los langostinos de Vinaròs, los dátiles de Elx, el queso de la Nucia, y las naranjas y limones de tantas vegas, que configuran un breve apunte del selecto repertorio de productos típicos de la región valenciana.



Entre el mar y la montaña se fragua la cocina valenciana. Lonja donde arriban pescados y mariscos fresquísimos capturados por la flota de bajura. Frutas y hortalizas exquisitas de sus huertos y campos de labranza.

Eso sin citar esos alimentos de elaboración industrial, incluidos el turrón de Xixona y el chocolate de *la Vila Joiosa*, que tanta trascendencia poseen en la gastronomía valenciana y española, a los que se suman los de carácter asilvestrado -caza de pelo, patos (*coll-verds*) de albuferas y marjales, *pollastres* (pollos) de corral, caracoles (vaquetas)-, imprescindibles en tantos platos de la tierra.

Justo ahora, en los albores del siglo XXI, cuando el fenómeno de la globalización y la avalancha de materias primas foráneas comienza a plantear serios problemas de identidad a las cocinas regionales europeas, poseer un tesoro gastronómico semejante constituye un lujo de valor incalculable.

Arrós a banda

Raciones: para 4 personas.

Ingredientes: 1/2 kg. rape, 1/4 Kg. caballa, 1/4 Kg. jurel, 1/4 Kg. gallineta, 1/4 Kg. rata, 1/4 Kg. galeras, 150 gr. col, 4 patatas pequeñas, 400 gr. arroz, 2 ñoras, 4 dientes de ajo, azafrán, aceite, sal.

Preparación:

Sofreir la ñora y picarla en un mortero con los dientes de ajo. Añadir un poco de sal. Sofreir la col y la patata en el mismo aceite y añadir el majado de ñora. A continuación se le echa el agua necesaria y se le deja cocer unos 10 minutos. Seguidamente se incorpora el pescado por orden de textura y de dureza.

Agregar el azafrán, dejar cocer el pescado durante 10-12 minutos y colar el caldo. Rectificar de sal. Aparte en una cacerola se sofríe el arroz en un poco de aceite y se añade el caldo del pescado.

Dejar cocer 18 minutos y apagar el fuego. Dejar reposar unos 5 minutos antes de servir. Como segundo plato se sirve el pescado.



En la Comunidad Valenciana el arroz es una referencia inevitable. Se guisa con carnes, con verduras y con pescados. La bellísima Albufera y otras zonas húmedas (marjales), proporcionan anguilas y patos, ingredientes básicos.

MIL RECETAS CON ARROZ

Admitida la diversidad culinaria valenciana, es obligado reconocer que el arroz que todo lo monopoliza es también una referencia inevitable. No sin razón afirma el crítico Antonio Vergara: "el Mediterráneo español es la pequeña China. La diferencia está en que nuestra técnica de guisar el arroz es mucho más divertida, colorista y amena que la de aquel país".

Con la paella, humilde y exquisito plato de la huerta, que a finales del siglo XIX saltó de las barracas y alquerías a las casas de comidas, barracones y meredenderos de la playa de la Malvarrosa en Valencia y el Portichol y la Albufereta en Alicante, no se agota en absoluto el repertorio de los arroces valencianos.

Arroz al horno

Raciones: para 4 personas.

Ingredientes: 1/2 kg. costillas de cerdo, 1/4 Kg. morcillas de cebolla secas, 1 cabeza de ajos, 2 tomates, 250 gr. arroz, 2 patatas medianas, 125 gr. garbanzos cocidos, aceite, sal.

Preparación:

En una cazuela de barro sofreir la carne, las morcillas secas y los ajos. A continuación sofreir un tomate y dar unas pasadas por la cazuela al arroz. Sofreir el otro tomate a rodajas. Agregar doble cantidad de agua, sazonar y verter los garbanzos ya cocidos. Cortar las patatas a rodajas, sofreirlas y disponerlas, junto con el tomate cortado encima del arroz. Hornear hasta que la parte superior se ponga dorada.



El conjunto de especialidades que ofrecen los restaurantes urbanos, las arrocerías al uso y los chiringuitos playeros, son difíciles de encuadrar dentro de un somero listado.

Hay arroces caldosos cocinados en calderos, pucheros, peroles y cazuelas, como el famoso *arròs amb fesols i naps*, y arroces melosos preparados en cazuelas hondas de barro, del estilo del *arròs al forn* (arroz al horno) o el *arròs amb costra* (arroz con costra), cuyas recetas guardan una enorme similitud con el *arròs en cassola al forn* que figura en el Libre de Coch, de Robert de Nola (1.520).



■ LA PAELLA COMO RITUAL

Luego está la familia de los arroces secos, en la que entroncan las típicas paellas, que se elaboran en los conocidos recipientes metálicos de paredes bajas provistos de dos asas. Arroces que pueden prepararse con carne de pollo o de conejo, con mariscos y pescados variados o sólo con verduras. Desde la paella cuaresmal de bacalao y coliflor, pasando por la paella de caza, las combinaciones son inabarcables.

Para cualquier valenciano que se precie, el arroz, materia prima capaz de integrar mil sabores e ingredientes, es casi un símbolo de identidad, un alimento emblemático que al llegar a la mesa siempre suscita polémica.

Por su misma naturaleza, la paella es un plato de grandiosidad barroca, festivo, popular y masculino, un plato que suelen poner a punto los hombres casi siempre fuera de las cocinas domésticas. La frase *anar de paella* (ir de paella), de uso rutinario en toda la Comunidad, deja entrever el conjunto de factores ambientales que la rodean. Se trata de una receta de ejecución menos sencilla de lo que aparenta, para cuya realización existen especialistas en cada localidad o pueblo. En su sabor influyen un conjunto de factores, empezando por la viveza del fuego, la calidad de los granos (bomba, granza, secretí), la composición del agua y la proporción de aceite.

La "fideud", típica de Gandia, es igual que una paella en la que los fideos sustituyen al arroz.



En Valencia el arroz es un símbolo de identidad regional, un alimento emblemático.

Aunque hay tantas clases de paellas como comarcas, en la genuina valenciana se considera preceptiva la presencia de *ferraduras* (judías verdes de vainas estrechas y largas), y *garrofó* (judión ancho y redondeado extraordinariamente mantecoso). Como elementos cárnicos valen el pollo, el conejo y, excepcionalmente, el pato silvestre. Y por supuesto el caracol serrano, denominado *xoneta* o *vaqueta*, de cáscara blanca con franjas negras, con un enorme poder saborizante, que en los mercados locales alcanza cotizaciones elevadas. Además, están las paellas de marisco, que en los últimos años han conseguido un éxito desbordante, y entre las que destaca la de langosta con acentos muy especiales.



Los arroces se guisan en pucheros, en cazuelas, en calderos y en paellas metálicas.



Sea cual fueren los ingredientes que intervengan, en toda paella ortodoxa, los granos deben quedar secos, dorados y sueltos, sin dejar el menor rastro de grasa en el plato. Cuando se elaboran a la intemperie con fuego de leña, lo preceptivo es que los comensales se coloquen en círculo alrededor del recipiente, dispuesto sobre las propias trébedes que se emplearon para guisarla, y degustar el arroz con el auxilio de una cuchara de madera de boj mientras se refresca la boca con tragos de vino de porrón (*barral*).

Otra receta muy popular que recurre al mismo recipiente, es la *fideuà*, que en palabras del ya citado Vergara "es un arroz de barca y marisco, con fideos en lugar de arroz", es decir, una paella en la que la gramínea se sustituye por fideos de diferente grosor.

Plato de textura melosa y delicada, cuyos colores fluctúan entre el dorado de las que contienen mariscos y azafrán, y el negro zahino de las que se aderezan con la tinta de calamar o sepia. En los restaurantes de Gandia principalmente, donde se organizan grandes concursos, y en los establecimientos de la Marina alicantina, abundan las *fideuàs* marineras de fideos finos, las de fideos gruesos con almejas, y las de fideos negros teñidos por la sepia o chipirones.



Los pescados y mariscos constituyen la base de arroces en cazuela suculentos.



Fideuà

Raciones: para 4 personas.

Ingredientes: 1/2 kg. morralla de pescado, 1/2 Kg. atún cortado a tacos, 1 tomate, 2 horas, 6 dientes de ajo, 1/4 Kg. calamares pequeños, 3 tiras de pimiento rojo, 375 gr. pasta de "fideuada" (fideos cortos gruesos), azafrán, aceite, sal.

Preparación: Hervir la morralla con agua, un poco de aceite y dos dientes de ajo, a fuego lento. Colar a continuación el caldo. Desechar la morralla. Sofreír las horas, después el tomate y las tiras de pimiento rojo. Majar en el mortero las horas, los ajos, sazonar y reservar. Pasar por harina el atún (opcional), sofreír y apartar. El aceite del sofrito se echa en la paella y se aparta. Pasar los fideos por dicho aceite a fuego mínimo. Agregar el majado, el azafrán y los calamares pequeños, dándoles unas pasadas. Añadir el caldo de la morralla. Hervir durante 15-18 minutos. A última hora incorporar las tiras de pimiento. El fideo debe quedar meloso.





En tierra adentro, los platos de ebullición (ollas, olletes, putxeros y tarongetes), a base de legumbres y cerdo, tienen gran importancia.

Olleta

Raciones: para 4 personas.

Ingredientes: 1/4 costilla de cerdo, 1/4 oreja de cerdo, 1 pie de cerdo, 150 gr. habichuelas blancas, 150 gr. habichuelas pintas, 150 gr. trigo pica-do, 2 morcillas de cebolla, 2 zanahorias, 2 nabos, 4 "penques" (cardos), 1 boniato, 2 hojas de acelgas, sal, aceite.

Preparación: Poner las habichuelas a remojo la noche anterior a la preparación del plato. Lavar y cortar las verduras. Colocar todos los ingredientes en una olla con agua. Sazonar. Dejar cocer a fuego lento durante dos horas y media. Unos tres minutos antes de apagar el fuego retirar la piel a la morcilla de cebolla, desmenuzarla y verter sobre el contenido de la olla.



OLLAS Y GUISOS

En la cocina valenciana el capítulo que concierne a los platos de ebullición también tiene una importancia relevante. Imposible no mencionar el conjunto de ollas y olletes, *putxeros* y *tarongetes* (*fasseures* o *pilotes*) en los que intervienen carnes de cerdo, embutidos, calabazas, pencas de acelga, granos de trigo, garbanzos, alubias y arroz. Desde la comarca de Els Ports hasta la Vega del Segura, en toda la Comunidad se localizan ollas singulares.

Con *l'olla de recapte*, típica de la ciudad de Morella, que contiene hortalizas legumbres y carnes, y cecina de vaca; *l'olla de cardets*, donde intervienen cardos, acelgas y alubias, y *l'olla barrejada*, cuyos ingredientes principales son carne de cordero, tocino y garbanzos, Castellón puede presumir de un recetario notable dentro de los platos de cuchara. Especialidades poderosas a las que suman en la misma provincia *l'olla de la Plana* y *l'olla churra*.

En la montaña de Alicante y en el interior de Valencia, la olleta constituye el plato supremo. Cocido suculento -uno de los más refinados españoles-, simil de potaje caldoso, de sabor intenso y muy perfumado por la fragancia aromática de los embutidos, que una vez desengrasado alcanza un punto sublime. Son cocidos de distintas hechuras, que en no pocas ocasiones revisten carácter conmemorativo, como sucede con el puchero de San Blas, típico de Bocairent, y que a menudo se alargan y desdoblán para dar lugar a otras recetas que prolongan su degustación en los días que siguen a una festividad determinada.



Con el cordero se elaboran platos de origen pastoril como la caldereta, o mucho más modernos, como la pierna rellena de trufas negras.

Así sucede con el cocido de Nadal del que se toma la sopa, las pelotas de carne y el surtido de carnes y embutidos el primer día; el arroz con el caldo el segundo, y la "ropa vieja", preparada con las carnes sobrantes picadas sofridas con tomate y cebolla la última jornada. Ritual gastronómico del que sobreviven los brillantes testimonios literarios de Blasco Ibañez en su novela *Arroz y Tartana*, y Teodoro Llorente Falcó en *Memorias de un sesentón*.

Aunque no sea más que por una cuestión de suculencia, entre las ollas invernales y los gazpachos y guisos de montaña valencianos hay una relación de familiaridad innegable. Los gazpachos del valle de Ayora y el valle del Vinalopó, y los de la Plana de Requena y Utiel, no son otra cosa que estofados de carnes de caza (liebre, conejo de monte y perdiz) finalmente desmenuzadas, que se traban con trocitos de torta de pan sin levadura. Algo así como una lasaña de caza.



Las alubias con perdiz, el cordero asado y el pato guisado son muestras succulentas del repertorio gastronómico valenciano.

Platos deliciosos de origen pastoril, insustituibles en algunos pueblos en las fiestas de Moros y Cristianos, que por su carácter dietético y ausencia de grasas, cuando están bien elaborados rayan la frontera de la modernidad más absoluta. En algunos lugares también se elaboran gazpachos de pescado y marisco, aunque su implantación sea mucho más reciente.



■ PESCADOS Y MARISCOS FRESCOS DEL MEDITERRÁNEO

Haciendo gala de una gran sabiduría, en la Comunidad Valenciana los pescados se tratan de manera muy sencilla, al horno, a la plancha, a la brasa, en fritura o bien con guisos tan simples como succulentos. A pesar de la progresiva escasez de algunas especies, en los puertos artesanales de la costa todavía se desembarcan a diario especies finísimas, las mismas que configuran gigantescos bodegones en los puestos del Mercado Central de Valencia, y de cuya captura por el arte *al bou* dejó constancia Joaquín Sorolla en algún lienzo.





Atunes, sardinas, merluzas, salmonetes, lenguados, rapes, pulpos, meros, cabuts, pintarrojas, breccas, sepías, gallinetas, caballas, melvas, chernes, rayas, doradas, brótolas y lechas constituyen la materia prima sobre la que se montan deliciosas especialidades marineras.

Los *suc* y *suquets de peix*, no son más que guisos reducidos de diferentes pescados que se presentan sobre una salsa liviana, a la que se suele añadir un majado de almendras y ajo; las sopas de pescado valencianas, que se hacen con la "morralla", extraen a las pequeñas especies hasta la quintaesencia de sus sabores yodados; las *casollas* o cazuelas al horno parten de sofritos de tomates, cebollas y ajos finamente picados, sobre los que se disponen las rodajas de pescado, y en los pescados a la sal, fórmula de antecedentes fenicios, las piezas se hacen al horno sin otro aderezo que la nivea cobertura de cloruro sódico marino que las envuelve.



En el capítulo de los guisos marineros destacan los "suc" y "suquets", pescados y mariscos con una salsa ligera. Entre los mariscos, destacan los langostinos de Peñíscola y Vinaròs.

Gazpacho mariner

Raciones: para 4 personas.

Ingredientes: 1 kg. morralla, 4 trozos de mero, 2 tomates maduros, 3-4 dientes de ajo, 100 gr. cebolla, 8 mejillones, 8 almejas, 4 cigalas, 4 gambas rojas, 1 cucharadita de "pebreña", 100 gr. harina, 25 gr. levadura, sal, aceite.

Preparación: Para elaborar la torta de gazpacho verter en un bol la harina, una pizca de sal y la mitad de la levadura, agregar agua y preparar una masa. Tapar con un paño húmedo y transcurrida una hora derretir en un poco de agua la otra mitad de la levadura e incorporarla. Dejar que la masa repose durante 8 horas. Transcurrido ese tiempo formar con ella bolitas del tamaño de una nuez y estirarlas con el rodillo. Hornear unos 10 minutos con el horno a 160°. Preparar un fondo con la morralla. En una sartén freír la ñora y picarla junto a los ajos crudos en un mortero. Añadir el tomate rallado crudo y reservar. En el aceite de freír la ñora verter la cebolla cortada en pequeños trozos. Cuando esté "al dente", agregar el pescado y el marisco. En unos minutos, cuando se abran los mejillones y las almejas añadir el picado de ajo, ñora y tomate. Incorporar el caldo de morralla, previamente colado, la pebreña y sazonar. Dejar hervir 5 minutos y a continuación agregar la torta de gazpacho, desmenuzada. El plato debe quedar meloso, ni con demasiado caldo, ni muy seco.



ENTRANTES

Un capítulo que merece especial relevancia son las salmueras y salazones que, al igual que los embutidos de cerdo, no son otra cosa que preparaciones antiguas destinadas a evitar la descomposición de la carne de los pescados capturados para postergar su consumo hasta fechas posteriores.



Conservas naturales de antecedentes milenarios, como ratifican los numerosos restos arqueológicos localizados en las colonias fenicias, cartaginesas y romanas del litoral valenciano y alicantino, sobre todo Benidorm y La Vila Joiosa. Hoy todavía, las salazones de atún, melva, bonito y bacoreta, proporcionan piezas de sabores muy cotizados por los expertos -*tonyna de tronc* o *de sorra* (atún de ijada), mojamas, huevas, *bull* (buche), *budellet* (tripas), *espineta*-, que intervienen en ensaladas, hervidos (*bullit*), sofritos y guisillos (*borreta*, *pebrereta*, *pericanas*) extraordinariamente succulentos.



Las salmueras y salazones de pescado son aperitivos exquisitos. Lo mismo que las ensaladas y las cocas, tortas aplastadas de harina que se hacen al horno con salazones, embutidos o pescados en conserva.

Un papel semejante a efectos de conservación de la carne, es el que desempeñan los embutidos de cerdo -*botifarres* (morcillas), *llonganissa fresca* (longaniza), *llonganissa de Pascua*, estrecha y delgada, *blanquets* (butifarra blanca), chorizos, y sobrasadas típicas de la Marina-, que intervienen en determinados arroces y olletas o se consumen tal cual o tras un breve salteado. Embutidos singulares, en cuyo aliño se intuyen lejanas influencias moriscas, y en cuyos sabores afloran toques de canela, clavo, frutos secos y anisillos (*llavorettes*).

Borreta de melva

Raciones: para 4 personas.

Ingredientes: 200 gr. melva en salazón, 3 pimientos secos, 4 patatas, 2 cebollas, aceite, sal.

Preparación: Poner al fuego un caldero de hierro con agua. Introducir en él las cebollas y las patatas troceadas. Cuando rompa a hervir se agrega la melva previamente desalada 3-4 horas y los pimientos secos. Añadir aceite y rectificar el punto de sal. Acabar de cocer a fuego lento.

Coca farcida

Raciones: para 4 personas.

Ingredientes: 1 kg. de harina, 1/2 l. de aceite, 1/2 Kg. cebollas, 1/2 Kg. tomates maduros, 125 gr. tronco de atún en salazón, 250 gr. guisantes, 1 huevo duro, 20 gr. sal, bicarbonato, aceite.

Preparación: Mezclar en un recipiente la harina, la sal y el bicarbonato. Escaldar con el aceite caliente. Si la masa quedara seca, añadir agua hirviendo.

Para preparar el pisto hay que sofreír las cebollas, los tomates y añadir los guisantes y el atún desmenuzado. El tronco de atún se desala previamente durante tres horas cambiándole el agua. Cuando esté todo sofrito añadir un huevo duro cortado en trozos pequeños. Extender una capa de masa sobre la bandeja del horno previamente aceitada. Colocar sobre ella el pisto y cubrir con otra capa de masa. Hornear hasta que dore.



Las verduras y hortalizas, como las alcachofas de Benicarló, poseen una calidad excepcional. Constituyen la base de platos tradicionales y modernos.

VERDURAS DE LA HUERTA

No se puede concluir un inventario como este sin hacer referencia a apartados de enorme singularidad pese a su presunta modestia. Es el caso de las verduras y hortalizas, que en la Comunidad Valenciana poseen una calidad excepcional, aunque la famosa huerta que antaño circundaba el casco de Valencia haya prácticamente desaparecido.

Con cebollas, acelgas, judías tiernas y patatas, se prepara el famoso *bullit* (hervido), plato más popular que la paella, una receta otrora casi obligada durante la hora de la cena en todos los hogares valencianos. Y con habas, pimientos alcahofas, berenjenas, cardos, calabazas y nabos, mil y un platos que empiezan en las ensaladas más imaginativas y concluyen en las verduras surtidas a la plancha.



Como afirma Carlos Llorca -estudioso de la gastronomía de la Comunidad Valenciana-, las empanadas, cocas y *minxos*, constituyen por sí solas un interesante apartado gastronómico, sobre todo en Alicante. Se rellenan de verduras (acelgas, guisantes, cebollas, pimientos y berenjenas), o se cubren de salazones, embutidos o pescados en conserva. Algo delicioso, con mucha mayor entidad que cualquiera de las pizzas al uso.





Un repertorio goloso espectacular, que culminan los dulces estrella de la gastronomía española, los turrónes de Xixona y Alicante, basados en la calidad y abundancia de la almendra y la miel que se produce en distintas comarcas. Turrónes blandos y duros, de rosas y de nieve, además de mazapanes, *panellets* y huesos de santo.

Relación a la que hay que añadir los helados y cremas frías, de elaboración artesanal, que cuentan con una sólida tradición en la Marina Baixa y que tienen en Ibi y Xixona sus capitales indiscutibles. Capitulo al que hay que incorporar los refrescos y granizados -leche merengada, agua de cebada, café granizado- que en La Vila Joiosa gozan de enorme arraigo.

DULCES CON REMINISCENCIAS ÁRABES

En la Comunidad Valenciana hay quesos artesanos -*cassoleta*, de servilleta, Tronchon, Burriana, Puzol, Cervera- de poderosas características sápidas, y unos dulces singulares cuya elaboración en muchos casos está vinculada a las efemérides religiosas del calendario.

Masas de harina dulces, que rayan en la frontera entre la panadería y la pastelería y que alcanzan el cenit durante finales del invierno y la eclosión de la primavera con las típicas y variadísimas "monas de Pascua". A las *pastes* y *pastissos*, *coques* y *coquetes* dulces de cualquier momento del año, es necesario añadir un dulce emblemático como el *arnadí* elaborado con boniato o calabaza; natillas; *buñuelos* de fallas; *pastis de gloria* del sábado de Semana Santa; leche merengada; horchata de chufas; *flaons* de requesón; *rotlles* (roscos) de anís; empanadillas de calabaza, *carquiñolis* de avellana; *orelletes* (dulces de sartén) y un *inacabable* etcétera.



Muchos dulces valencianos se elaboran en fiestas señaladas. El repertorio goloso de esta Comunidad es uno de los más variados del mundo. La horchata de chufas, los helados y cremas frías, de Ibi y Xixona, figuran entre los más afamados.





Pastissos de Moniato

Raciones: para 6 personas.

Ingredientes: Para la masa: 1/2 vaso de cazalla de alta graduación, 1/2 vaso de aceite de oliva, 1/2 Kg. azúcar, 3/4 Kg. harina, 1 huevo.
Para el relleno: 3/4 Kg. boniato blanco, 1/4 Kg. azúcar, canela.

Preparación: Para el relleno, hervir los boniatos con piel. Pelar, sacar la pulpa y trabajarla en caliente con el azúcar y la pizca de canela hasta formar una pasta.

Para elaborar la masa, poner la cazalla y el aceite junto con el azúcar en un cazo al fuego. Tener precaución porque al ser la cazalla de alta graduación, prenderá. Tapar entonces con una tapadera unos segundos. Cuando se evapore parte del alcohol y quede disuelto el azúcar agregar la harina. Remover hasta formar una masa. En total, todo el proceso debe durar unos 20 minutos. Para formar los *pastissos* la masa se trabaja en caliente. Extenderla en porciones de forma redonda (un vaso puede hacer de molde), sobre una superficie lisa y aceitada. Rellenar con la pasta de boniato y cerrar. Sellar los extremos presionando con un tenedor. Pintar con el huevo batido para que después de hornear quede brillante. Introducir al horno, previamente calentado y cocer a temperatura fuerte 220° durante 25 minutos.



Helado de turrón

Raciones: para 6 personas.

Ingredientes: 1/2 l. leche, 100 cc. nata, 100 gr. azúcar, 150 gr. turrón de Xixona.

Preparación: Con la ayuda de un cuchillo trocear el turrón blando. Mezclarlo con la leche, el azúcar y la nata hasta obtener una pasta, ni excesivamente blanda ni demasiado dura. Dejar macerar durante más de cinco horas. Verter en una heladera y darle la consistencia necesaria.



Con la miel y las almendras que se producen en estas tierras se elaboran dulces tan afamados como los turrónes de Xixona y Alicante, además de los "panellets" y mazapanes.

EL PLACER DE LA BUENA COCINA

En los últimos años, la hostelería valenciana está evolucionando de una manera muy positiva. En los lugares más insospechables, en pueblos del interior y de la costa, trabajan restaurantes de nuevo cuño, cada vez de más calidad, donde se practica una cocina mediterránea moderna, en muchas ocasiones de perfil vanguardista, fiel a sus raíces a la vez que extraordinariamente cromática y dietética. Todo un ejemplo de lo que ha empezado a dar de sí la nueva generación de jóvenes cocineros valencianos, que poseen técnica e imaginación y un profundo conocimiento de los productos de la tierra. Y también una muestra de la enorme riqueza culinaria que atesora la Comunidad Valenciana, cuyas recetas regionales constituyen una fuente de inspiración extraordinaria para cualquier profesional que profundice en los hábitos alimentarios de cada zona.

La cocina valenciana está evolucionando de forma acelerada. Las recetas tradicionales conviven con las modernas.



Los progresos que se aprecian en la hostelería valenciana son tan notables que en algunos enclaves geográficos coinciden varios establecimientos con altas puntuaciones en las mejores guías gastronómicas. A esta apreciación hay que añadir la fastuosidad de determinadas barras de bares, particularmente en Alicante -las mejores de España por la calidad de sus materias primas-, donde el rito tan español de la tapa alcanza niveles sublimes.

En la Comunidad Valenciana bulle en plena efervescencia el alma de la cocina mediterránea, esa forma de cocinar que armoniza placer y salud en proporciones idénticas. Conociendo los lugares y los secretos gastronómicos que brindan estas tierras, comer puede convertirse en una fiesta.

■ VINOS VALENCIANOS, CON UNA CALIDAD EN ALZA

En el conjunto de la gastronomía valenciana no es menos relevante el papel que desempeñan sus vinos, que en el transcurso de los últimos años han experimentado una mejora notable.

Vinos blancos, tintos y dulces de las tres denominaciones de origen oficialmente reconocidas -Alicante, Utiel-Requena y Valencia-, a las que se suman los producidos en la zona de Benirráss, al norte de Alicante, y los de Sant Mateu, provincia de Castellón.



Con las uvas monastrell y tempranillo a las que se han incorporado poco a poco la cabernet-sauvignon, la merlot y la syrah, se obtienen en Alicante unos vinos francos, muy frutales, de mediana estructura y con una tanicidad marcada. Y con el famoso moscatel de Alejandría, unos vinos blancos -secos o dulces- fragantes y frutales. En particular los modernos moscateles dulces de la Marina Alta son un orgullo de la zona.



Los vinos valencianos también han evolucionado de forma notable. Con tecnología de vanguardia y una crianza artesanal se obtienen blancos, tintos y rosados de alta calidad.

Otro vino alicantino de calidad es el Fondillón, típico vino rancio de alta graduación, licoroso, de tonalidad roja al nacer y ámbar después de la crianza, que se elabora a partir de uvas asoleadas sobre cañizos y es ideal para postre. En Utiel-Requena, donde triunfa la tinta bobal en compañía de la tempranillo y otras mejorantes (cabernet-sauvignon y merlot), se están obteniendo tintos y rosados muy actuales. Vinos rosados equilibrados y frescos, con agradable paso de boca, y tintos muy bien estructurados, sabrosos y elegantes, con todas las características de los mejores vinos españoles.

Tampoco se quedan atrás los producidos en los 66 municipios que configuran la Denominación de Origen Valencia. Un área que comprende cuatro subzonas -Alto Turia, Clariano, Moscatel de Valencia y Valentino- de clima mediterráneo acusado aunque con influencia variable del mar, que también da lugar a blancos, rosados y tintos muy agradables que disfrutan de magnífica acogida en numerosos países europeos. Vinos cuya calidad está en ascenso creciente y que armonizan a la perfección con el variado recetario valenciano.

NOTAS PRÁCTICAS

Para ampliar esta información, puede dirigirse a la red de oficinas de turismo de la Generalitat Valenciana, red Tourist Info, que cuenta con más de 90 puntos de atención en todo el territorio valenciano.



Tourist Info Alicante

Rambla Méndez Núñez, 23 · 03002 Alacant
Tel. 96 520 00 00 · Fax: 96 520 02 43
touristinfo.alicante@turisme.m400.gva.es

Tourist Info Castellón

Pl. María Agustina, 5 · 12003 Castelló de la Plana
Tel. 96 435 86 88 · Fax: 96 435 86 89
touristinfo.castellón@turisme.m400.gva.es

Tourist Info Valencia

Paz, 48 · 46003 Valencia
Tel. 96 398 64 22 · Fax: 96 398 64 21
touristinfo.valencia@turisme.m400.gva.es

Si quiere obtener más información de la oferta turística de la Comunidad Valenciana, visítenos en Internet. Allí encontrará toda la información para preparar su viaje y disfrutar más durante su estancia.

Playas, fiestas, turismo urbano, gastronomía, rutas, oferta de alojamiento, ocio y eventos, oficinas de turismo y mucho más...

www.comunitatvalenciana.com

...el lugar de referencia del turismo valenciano en internet.

