



Els nutricionistes es llancen a la recuperació del patrimoni culinari valencià amb un receptari saludable

- El Col·legi Oficial de Dietistes-Nutricionistes de la Comunitat Valenciana, la Càtedra Carmencita-UA d'Estudis del Sabor Gastronòmic i el Centre de Gastronomia del Mediterrani UA-Dénia (Gasterra) posen en marxa el projecte "34 plats. 34 comarques"
- La iniciativa persegueix redescobrir i adaptar receptes tradicionals representatives del territori de la Comunitat, preservar el llegat gastronòmic, visibilitzar i reconèixer el paper que les dones han tingut com transmissores d'aquesta herència culinària de generació en generació, ensenyant a cuinar i a menjar saludablement
- Les receptes seran elaborades per 34 nutricionistes i es plasmaran en un receptari que veurà la llum a final d'any

València, 21 de juliol de 2021.- El Col·legi Oficial de Dietistes-Nutricionistes de la Comunitat Valenciana (CODiNuCoVa), la Càtedra Carmencita-UA d'Estudis del Sabor Gastronòmic i el Centre de Gastronomia del Mediterrani UA-Dénia (Gasterra) han llançat el projecte "*34 plats. 34 comarques. Redescobrint el receptari valencià de les nostres famílies*", una iniciativa que vol visibilitzar el llegat gastronòmic de les trenta-quatre comarques de la Comunitat amb plats autòctons i sabors locals i productes de proximitat. Així, seran els i les dietistes-nutricionistes els qui recuperen i actualitzen receptes tradicionals a través dels testimonis de les dones de les seues famílies encarregades de preservar aquesta herència culinària. "Volem valorar i reconèixer el treball invisible que les dones han exercit durant dècades en la gastronomia i plasmar en un receptari aquests coneixements culinàris, transmesos de generació en generació, per a no perdre receptes tradicionals de la nostra regió i poder recuperar-les de la manera més saludable i nutritiva possible", explica María Tormo, dietista-nutricionista i investigadora-col·laboradora de la Càtedra Carmencita d'Estudis del Sabor Gastronòmic.

Un mapa de sabors de Nord a Sud

Des de Els Ports fins a la Vega Baixa passant per l'Alt Vinalopó, la Vall d'Albaida, la Foia de Bunyol o Els Serrans, totes les comarques estaran representades culinàriament amb una recepta per a 2 persones, que inclourà el nom del plat, els ingredients, la forma d'elaborar-la i el temps, una valoració nutricional, així com recomanacions dietètiques i gastronòmiques. Des del CODiNuCoVa llancen una crida als seus col·legiats, més de 900 en tota la Comunitat, als qui animen a participar i ser ambaixadors de la seua comarca: "busquem 34 dietistes-nutricionistes que recuperen aquests plats heretats dels qui

millor els coneixen: les seues mares, ties, iaies, besàvies... Generadores i transmissores dels sabors originals del nostre territori, dones que han preservat una tradició culinària saludable i nutritiva per a tots nosaltres", apunta Rafael Birlanga, vicepresident del CODiNuCoVa. Aquests nutricionistes tindran la missió de presentar receptes actualitzades, saludables i saboroses, on la personalitat, productes i sensibilitat de cadascuna de les comarques estiga representada. "Es tracta, en definitiva, de redescobrir el patrimoni culinari de cadascuna de les 34 comarques de la Comunitat Valenciana", afegeix.

El tercer objectiu de "*34 plats. 34 comarques*" passa per l'Educació Alimentària i Culinària. Així ho explica Ana Zaragoza, dietista-nutricionista i coordinadora acadèmica del Centre de Gastronomia del Mediterrani UA-Dénia (GASTERRA): "En aquests moments la societat rep un excés d'informació sobre alimentació i nutrició a través de multitud de canals, principalment online. I així i tot, els ciutadans no s'alimenten correctament ni realitzen eleccions saludables en els seus menjars. Hem d'aprendre de nou a cuinar, a usar matèries primeres, a realitzar elaboracions nutritives, saboroses i saludables que ens permeten descartar definitivament els ultraprocesats i el menjar ràpid. Amb aquest receptari també busquem això: acostar la cuina a la població bandejant la idea que per a cuinar cal invertir molt de temps".

El procés de selecció d'autors ja s'està realitzant i està previst que el receptari estiga publicat a la fi de 2021.

Sobre CODiNuCoVa

CODiNuCoVa és el Col·legi Oficial de Dietistes-Nutricionistes de la Comunitat Valenciana. Constituït en 2009, és el segon més gran de tota Espanya dedicat a la professió, amb més de 900 dietistes-nutricionistes col·legiats. Els dietistes-nutricionistes són experts en alimentació, professionals de la salut dedicats a àmbits tan diversos com la recerca, la docència, l'atenció clínica, la salut pública, la nutrició comunitària, la seguretat alimentària, la restauració col·lectiva i social o l'educació alimentària, entre altres. Des del CODiNuCoVa es treballa per a posar en valor la rellevància de la nutrició en les nostres vides, promoure una correcta salut alimentària entre la societat i integrar l'activitat dels dietistes-nutricionistes en l'estructura sanitària i social per a aconseguir una millor qualitat de vida i el benestar de tots els ciutadans. Més informació en www.codinucova.es

Sobre la Càtedra Carmencita

La "Càtedra Carmencita d'estudis del sabor gastronòmic" forma part de les càtedres institucionals de la Universitat d'Alacant i va iniciar les seves activitats el novembre de 2017. Compta amb el patrocini de l'empresa Jesús Navarro S.A de Novelda, empresa líder en el camp d'espècies, salses i condiments alimentaris (www.carmencita.com). L'objectiu principal de la Càtedra és desenvolupar activitats de recerca, divulgació i formació en l'àmbit de la gastronomia, i en particular les relacionades amb l'univers del sabor i la riquesa culinària que caracteritza a la cultura alimentària mediterrània. Per a més informació: <https://www.catedracarmencita.ua.es/>

Sobre Gasterra

El Centre de Gastronomia del Mediterrani, UA-Dénia, GASTERRA, sorgeix com una iniciativa col·laborativa de la Universitat d'Alacant (UA) i es conforma com una aliança entre aquesta, la Generalitat Valenciana mitjançant Turisme Comunitat Valenciana i Dénia, designada per la UNESCO "Ciutat Creativa de la Gastronomia" a través del seu Ajuntament. L'objectiu de GASTERRA és impulsar els estudis i la recerca en el sector de la Gastronomia, particularment en la Comunitat Valenciana, fins a situar-lo com un referent de la dieta i la cultura alimentària mediterrània, contribuint així a l'educació en hàbits alimentaris saludables. Per a més informació: <https://www.gasterra.ua.es/>