

# menjar bé!



## COMARQUES CENTRALS

MARINA ALTA I BAIXA · SAFOR · COMTAT  
ALCOIÀ · VALL D'ALBAIDA · COSTERA





# SUMARI

<b>Editorial</b>	<b>4</b>		
<b>Restaurants</b>	<b>8</b>		
per Alfred Martínez i Lluís Ruiz Soler			
La Safor	<b>10</b>		
La Marina Alta	<b>16</b>		
La Marina Baixa	<b>24</b>		
La Vall d'Albaida, el Comtat i la Costera	<b>30</b>		
<b>Diània, terra de bons vins</b>	<b>34</b>		
per Vicent Torres			
<b>Diània, terra de bons olis</b>	<b>48</b>		
per Alfred Martínez			
<b>Embotits de Diània</b>	<b>58</b>		
per Sergi Soria			
<b>Les Llotges Centrals</b>	<b>70</b>		
per Carla Pons			
<b>Almadraves de la Marina</b>	<b>76</b>		
per Miguel Ángel Civera			
<b>Els nostres mercats</b>	<b>80</b>		
per Marián Albalat			
<b>Un passeig pels nostres pobles i ciutats</b>	<b>88</b>		
Gandia	<b>90</b>		
per Joan Iborra			
Palmera	<b>98</b>		
per Miquel Font			
Oliva	<b>100</b>		
per Chelo Peiró			
Dénia	<b>104</b>		
per Rosa Ribes			
Els Poblets	<b>112</b>		
per Júlia Vela			
El Verger	<b>113</b>		
per Júlia Vela			
		Xàbia	<b>114</b>
		per Álvaro Monfort	
		El Poble Nou de Benitaxell	<b>116</b>
		per Empar Ferrer	
		Teulada Moraira	<b>118</b>
		per Empar Ferrer	
		Benissa	<b>122</b>
		per Vicent Martín	
		Altea	<b>124</b>
		per Jean Cocó	
		Polop	<b>128</b>
		per Clara Giner	
		La Vila	<b>130</b>
		per Lluís Ruiz Soler	
		La Font de la Figuera	<b>134</b>
		per Manolo Asensi	
		Moixent	<b>136</b>
		per Vicent Torres i Vicent Santularia	
		Ontinyent	<b>138</b>
		per Eva Terol	
		Carrícola	<b>142</b>
		per Àlex Pérez	
		Otos	<b>144</b>
		per Àlex Pérez	
		Quatretonda	<b>146</b>
		per Júlia Vela	
		La Valleta d'Agres	<b>148</b>
		per Carmen Santonja i Alfred Martínez	
		La Vall de Seta	<b>154</b>
		per César Monzonís	
		Les Valls de Planes i Travadell	<b>156</b>
		per Miquel Llopis	
		La Rectoria	<b>158</b>
		per Ricard Llompert	
		La Vall de Laguar	<b>160</b>
		per José Iglesias	

Gata de Gorgos per Clara Giner	162
Alcalalí per Júlia Vela	164
Xaló per Juan Gayá	166
Llíber per Clara Giner	168
<b>Productes i Productors</b>	<b>170</b>
La primavera i l'estiu és temps de cireres per Alfred Martínez	192
El nispro de Callosa per Marián Albalat	198
<b>Allotjaments i restaurants recomanats</b>	<b>202</b>

**Director:** Alfred Martínez

**Gastrònoms:** Lluís Ruiz Soler, Alfred Martínez

**Assessor d'estil:** Toni Reig

**Fotografia:** Adolf Boluda, José Conacento, José Tomé, Peke, Jaume Femenia, Miquel Llopis

**Col·laboradors:** Vicent Torres, Carla pons, Miguel Angel Civera, Sergi Soria, Marián Albalat, Joan Iborra, Miquel Font, Chelo Peiró, Rosa Ribes, Júlia Vela, Álvaro Monfort, Empar Ferrer, Vicent Martín, Jean Coco, Lluís Ruiz Soler, Manolo Asensi, Vicent Santularia, Eva Terol, Àlex Pérez, Carmen Santonja, César Monzonís, Miquel Llopis, Ricard Llompart, Clara Giner, Juan Gayà, José Iglesias

**Disseny de portada:** Pep Gramage

**Disseny i maquetació:** Aramar Editores S.L. i Hugo Giner

**Correcció de text:** Pepa Savall i Aramar Editores S.L.

**Col·laboradors de camp:** Sento Femenia, Juanjo Roselló

**Edita:** Alfred Martínez

**ISBN:** 978-84-09-12400-8

**Dipòsit legal:** V1316-2020

Ramón y Cajal, 25 – Oliva

martí3940@gmail.com

**Impremta:** Imprenta 2019

Tel.- 605 633 287



# TERRITORI DIÀNIC, coneixement, saviesa popular i alimentació conscient

**Alfred Martínez**

---

**E**l coneixement canvia la percepció de les coses. Quantes voltes ens ha ocorregut que en conèixer una cosa de prop, amb profunditat, canvies l'opinió que tenies d'ella. He estat observant des de diferents angles, sempre dins de la vessant de la gastronomia i la producció d'aliments, coneixent de primera mà el territori diànic i intentant respondre a la pregunta del per què es pot tractar com una unitat territorial.

Hi ha alguns elements diferenciadors com són l'orografia, composta per altes muntanyes i una extensa mar, que ve a ser quasi la meitat del

perímetre del territori i que aporta minerals a les terres i muntanyes. Aquesta geografia -som la part més al nord de la serralada Bètica que xoca amb el sistema

**Són molts els  
restaurants que  
venen a confirmar i  
fer robusta la bona  
salut de la nostra  
cuina**

Ibèric- determina el nostre clima i una vegetació característica, beneficiada per una pluviometria important. Realment és una

xicoteta bioregió, així ho va definir no fa massa anys l'expert en botànica Joan Pellicer: una regió etnobotànica ben diferenciada.

Per una altra banda, els nuclis urbans són nombrosos i estan disseminats envoltats de natura, són pobles i poblets, i les ciutats no tenen excessiva població, la més gran és Gandia amb uns 80.000 habitants. Certament vivim en un medi que és molt rural, i és clar que quant més a l'interior més ruralitat i en això està la riquesa. A les ciutats menudes i als pobles més encara, així com a qualsevol medi rural, es

viu més tranquil·lament, no hi ha tanta pressa i n'hi ha més convivència amb la natura. Sabeu que aquests factors són determinants a l'hora de viure més i millor, ho explica Mikko Myrskylä, director de l'Institut Max Plank: «Sovint pensem que les millores en la tecnologia mèdica són el guardià d'una vida més saludable i duradora. No obstant això, hem demostrat que un estil de vida saludable, que no costa res, és suficient per a permetre a les persones gaudir d'una vida llarga i saludable».

A més d'aquestes consideracions pense que als nostres pobles s'ha mantingut un substrat de saviesa popular, en què s'han conservat un conjunt de valors socials, ètics i morals que, a les grans capitals s'han perdut. També s'han conservat uns coneixements d'alt valor associats a tradicions i costums, molt sovint amb poc reconeixement social al no ser científic, com per exemple els coneixements ancestrals

de les herbes mengívoles. Coneixements dels quals l'hostaleria se n'aprofita i es nodreix i on té un reservori de saviesa d'alt valor. Hui cuiners i productors reivindiquen el valor d'aquesta saviesa i d'eixos valors, tot comptant també amb criteris i pràctiques que garanteixen la sostenibilitat.

**Als nostres pobles s'ha mantingut un substrat de saviesa popular i s'han conservat un conjunt de valors socials, ètics i morals que, a les grans capitals s'han perdut**

El progrés del coneixement, és un bé de tots, de res aprofita un coneixement que no es comparteix, està clar. M'agrada posar un exemple que il·lustra l'esperit de compartir, que tant s'ha practicat entre els bons

cuiners i és, sense cap dubte, un cas d'èxit, que tots coneixem, però potser no ens hem parat a valorar-lo suficientment:

A la Comunitat Valenciana tenim 21 restaurants amb estrelles Michelin, dels quals 12 estan a les Comarques Centrals. És un poc més de la meitat, però hem de considerar que el territori diànic representa una quarta part del total del territori de tota la Comunitat, el que pujaria la comparativa de manera gran. La guia Michelin, és sense cap dubte, la més reconeguda a nivell mundial a l'hora de distingir restaurants de prestigi, per tant considere que és un indicador fiable.

Però no és tan sols això, sinó que hi ha una bona quantitat de restaurants d'alt nivell, i fins i tot podríem dir tranquil·lament d'alta cuina, que no tenen les prestigioses estrelles Michelin, en alguns casos desitjades i en altres no, però que venen a confirmar i fer robusta aquesta



*Carme Roig de Quatretonda transmet al seu nét un saber fer i unes tradicions, d'una de les millors maneres que es pot fer, cuinant junts.*



bona salut de la nostra cuina. És més, vuit d'aquests restaurants amb estrelles Michelin estan a la Marina Alta. És una bona evolució si partim de quan el Girasol era l'únic que apareixia a l'esmentada guia ja fa un bon grapat d'anys. Les coses han canviat molt per a bé, tant que la Marina Alta, Dénia en concret, ha rebut el reconeixement de Ciutat Creativa de la Gastronomia de la Unesco al 2015. Cal deixar ben clar que

### **El menjar més sostenible és el que es fa al costat de casa**

el reconeixement no és a Dénia sols, és a tota la comarca i és extensiu a tot el territori que l'envolta, les Comarques Centrals. De fet, els productes que arriben als restaurants de la costa són productes de tot el territori, olis del Comtat, vins dels Alforins o de la Marina, o les carns de corder i cabrit, per posar alguns exemples de reconegut prestigi. Pense que tot el territori diànic representa indubtablement, en

el seu conjunt, una potència productora d'aliments i gastronòmica molt singular i de primer nivell. Amb açò vull deixar patent que s'ha de creure més en el valor de allò que és lo nostre, sempre hem pensat que lo de fora era millor, però no és així, practicar en bona mesura l'amor per lo propi ens vindria molt bé, sense arribar al xovinisme, però llepant-lo un poc. L'exemple el tenim a la Marina Alta, una comarca que ha fet del seu amor per la terra i els seus productes un cavall de batalla que ha començat a donar el seu fruit.

A les pàgines que segueixen vos deixem una bona selecció de restaurants amb cuineres i cuiners que cada vegada tenen més consciència sobre el valor que té la nostra gastronomia tradicional, la que es fa a les cases, i elaboren els seus plats amb productes de qualitat i fets ben a prop, sabent de la singularitat i el valor que això significa. Hem fet un recorregut per tot el territori diànic i hem triat els restaurants que millor representen els criteris de

sostenibilitat i cuina saludable. Tot seguit trobareu, de la mà d'un bon grapat de col·laboradors entusiastes una sèrie de reportatges sobre pobles, productes i productors, tot el que es pot menjar de bona qualitat, i els mercats, llotges i tendes on comprar els productes fets a la vora de casa. I no només aquells que us agradaria menjar, també tots el que es poden beure o assaborir, com els olis o els vins. Ho complementem amb experiències per conèixer tant els productes com les persones que els elaboren.

## **Menjar bé, una necessitat i un plaer**

A dia de hui, hi ha dos maneres de menjar al nostre territori: la dieta mediterrània, sana i saludable, i la dieta composada per menjar ràpid, basada en productes processats i altres procedents de pràctiques poc adequades, que és poc



saludable.

Els que opten per la segona, que en són molts, saben, o potser no, que és una manera de menjar que ve, en part, provocada per modes i induïda per la pressa diària, l'estrés, que no deixa temps per a cuinar i que obliga a consumir menjar xatarra en restaurants de baixa categoria, o bé a adquirir menjar envasat en supermercats. Aquells que trien la segona, com vos deia, opten per una nutrició de mala qualitat i poc saludable. Però això no vol dir necessàriament exempta de plaer.

Al contrari, els que opten per la primera, la dieta mediterrània, la que sempre s'ha fet al calor de les cuines de casa, o a bons restaurants, cars o barats, es beneficien d'una de les dietes més saludables del món, i així ho reconeix la UNESCO al 2010, nomenant la dieta mediterrània patrimoni immaterial de la humanitat.

Sempre he pensat que la majoria dels nostres menjars estan ben equilibrats. Posaré per cas els nostres arrossos, fets amb cereals, verdures, llegums, oli d'oliva i un poc de carn o peix, com per exemple l'arròs amb fesols i naps o el blat picat per canviar de cereal. Són plats dels més rics a nivell nutricional, i això ara està corroborat ja per diversos estudis.

Però no ens portem a engany, no tot val. He vist paelles en supermercats i llocs de menjar per emportar a un preu de 2€ la ració, preu que no crec que es pugui superar fent-ho a casa. No tot es vendre dieta mediterrània. Si es fa mal, és igual o pitjor que l'americana, és menjar xatarra. O algú creu que van a gastar oli extra verge per a sofregir, o pollastre de corral, o posen la quantitat de fesol fresc que toca? És

impossible, els números no quadren. Encara que també he vist paelles en restaurants que es cobren a preus normals i corrents i tampoc valen res, potser aquelles paelles per a despersonalitzador turisme de masses.

Des de sempre quan s'ha cuinat per a la família s'han gastat productes de temporada que, a banda de ser baratíssims, en estar acabats de collir i madurats en la mata, tenen un alt índex en propietats nutricionals i organolèptiques. Em pregunte com hem passat d'allò tan bo i ric per a la salut i per a la butxaca, a pagar els mateixos diners o un poc menys per productes que són més roïns.

### **Amb el creixement del coneixement sobre els aliments podem afirmar que les coses barates són cares**

La cosa està clara: abans no es podia triar, no hi havien opcions, no hi havia res més que menjar que allò que era de temporada o es podia conservar. I sort tenia el que menjava suficient.

El paradigma actual és que en industrialitzar la producció de l'alimentació, concebuda com un negoci, la societat té accés a productes molt més econòmics, però de menor qualitat, amb una pèrdua de beneficis saludables que, en principi, se suposava que es mantindrien. Hui en dia, amb el creixement del coneixement sobre els aliments podem afirmar que les coses barates són cares. Vos pose uns exemples:

Un oli bo, verge extra de qualitat superior, conté molts polifenols i és molt beneficiós per a la salut, és més car però és preventiu de malalties. Els olis industrials, incloent molts verges i extra

verges, no tenen antioxidants, si de cas una quantitat insignificant, i comparativament no aporten res a la salut.

Un altre exemple és el pa, en llevar-li el germen al gra se li està llevant el principal aliment, i a més en fer-li una fermentació ràpida, la resta de la fermentació es fa a l'estómac. El resultat és un aliment sense aliment i que produeix intoleràncies com la del gluten.

Cosa semblant ocorre amb la carn de corder, la de pastura conté àcids grassos beneficiosos, les d'engreix amb pinsos conté substàncies perjudicials. Igual passa amb tot, els porcs, els peixos de piscifactoria, la llet de les vaques, els formatges...

Hui la ciència ha demostrat ja el que fa 2.400 anys deia Hipòcrates: "que el teu aliment siga la teua medicina i la teua medicina el teu aliment". Però hui hem d'anar més enllà i parlar de sostenibilitat, i saber que el més sostenible és el que es fa al costat de casa.

Estem entrant en l'època de l'alimentació conscient. ■

## Alfred Martínez

Amb l'estimadíssima col·laboració de Lluís Ruiz Soler en la comarca de la Marina Baixa, hem fet una selecció de restaurants on han primat els criteris de sostenibilitat, qualitat de producte, bon fer i posada en valor de la cuina autòctona, bé siga aquesta tradicional o moderna. Voreu els restaurants ordenats alfabèticament i per comarques, de nord a sud i de la costa a l'interior. És clar que es tracta d'una selecció entre una diversíssima oferta i que, segons gustos i experiències, cadascú en notarà a faltar algun de la seua preferència. No estaran tots, segur, però estem convençuts que els que estan identifiquen perfectament la cuina que es fa als nostres pobles.





# LA SAFOR

## Alzimar

La vista a la mar des de primera línia ja és una bona experiència. A la carta és fàcil trobar plats amb producte contundent. Cuina lligada al territori amb autenticitat, entre els sargs, meros, paelles de llagosta i arrossos valencians. Paula i Josep, en la cuina i en la sala demostren la grandesa de les coses senzilles.

**Recomanacions:** Arròs de llagosta; tonyina roja metxada amb anxova; marisc fresc de la llotja.

Av. de la Marina, 34.

**Platja Tavernes de la Valldigna**

Tel.- **96 288 51 49**



Foto: Jose Torró

## Ca Fran

Fran Parra ve del món del forn, es va iniciar en el catering d'alta qualitat i va revolucionar el sector; encara ho fa. Hui al restaurant, tirant de saber fer, té un forn de llenya en què treballa de manera sublim putxeros, arrossos i guisats i també carns com porquet, corder de llet o costellams i peixos com la llisa o el llobarro. A més, combina la

tradició amb cuina cosmopolita amb modernes i cuidades presentacions.

**Recomanacions:** Corder de llet al forn; déntol al forn; arrossos de temporada; putxero.

Papa Calixt III, 4. **Oliva**

Tel.- **96 285 54 63 - 696 411 321**

**Preu mitjà:** 24€



Foto: Adolfo Boluda

## Casa Babel

Encantador hotel i restaurant ubicat al bell centre històric de Villalonga. Cuina de producte i peix i marisc fresc, carns i verdures de temporada. La cuina tradicional de la zona està ben representada pels arrossos o el blat picat entre altres. Al front i amb bon criteri Nando Estevan

**Recomanacions:** Gamba amb bleda; fideuà melosa d'escamarlans; arròs amb bolets i ànec; foie caramel·litzat; pastís tatin

Calle Tarraso, 22. **Villalonga**

Tel.- **96 295 81 83**

**Preu mitjà:** 25 €

## Ca Marc

Manolo Peiró després de passar-se fent en la seua joventut les jornades interminables que caracteritzaven el sector, va tindre la brillant idea de muntar un local menudet, només amb 4 o 5 tauletes i el porta junt a Yolanda Ruedas, la seua dona.

Serveix un menú amb cinc platets on no en falta mai un de cullera. Cuina personal i espontània.

**Recomanacions:** Arros cremós de penca i costella amb emulsió de boletus; coqueta de panxeta curada; cremós d'albergínia a la flama amb sangatxo de tonyina i pinyons; suflé de carabassa i galeta d'ametlla.

Carrer Arquebisbe Polou, 5. **Gandia**

Tel.- **651 066 736**

**Preu menú:** 25€



Foto: José Tomé



Foto: Adolfo Boluda

## Cames

Autenticitat és la qualitat que més s'ajusta amb la cuina i el local que ofereixen Gràcia Sales i Salvador Cames. Cuina del territori, creativa i amb saber fer. Inconformisme i tradició ben actualitzada es donen la mà i sorprén agradablement. El local després de la reforma continua tenint l'essència d'aquells bars de mitjan segle passat.

**Recomanacions:** Arrossos; peixos frescos de la llotja; elaboracions tradicionals.

Carrer Sant Francesc, 1. **Bellreguard**

Tel.- **96 281 50 08**

**Preu mitjà:** 27€



## Capricho N8

Artur Galiana, 34 anys, s'ha incorporat a l'equip de Cristian Quiles. Jove però amb un llarg recorregut, ha treballat amb Ricard Camarena, amb Álvaro Garrido a Bilbao i amb Manuel Parada a Santiago. Producte

contudent fet a la brasa del Josper, tonyina, déntols, xernes, entre altres i carns madurades de vaca vella. No falten els arrossos ben fets i les picadetes de mar a la planxa

**Recomanacions:** Carns madurades; arrossos i peix fresc a la brasa.

Av. Borrans, 8. **Platja de Xeraco**  
Tel.- **602 217 070**

**Preu mitjà:** 30 €

## Casa Manolo

Manuel va representar a la comarca de la Safor, la iniciativa més valenta per a trencar, amb més o menys encert, una cuina arrelada en la tradició. Hui la seua oferta gastronòmica s'ha dividit. Ha mantingut, per una banda, plats que responen a la seua obsessió, tal vegada massa vehement, per una cuina que requereix l'aprovació del món de les estrelles Michelin; junt a una altra oferta d'una cuina més tranquil·la i que representa un tornar als seus orígens.

Reserves: <https://www.restaurantemanolo.com/reservas-2/>



## Fusta

Cuina saludable i orgànica. El 80% dels productes que entren a sa casa són productes de proximitat. Pep Solà i Anna Pericàs ho tenen molt clar, la seua filosofia és d'alt compromís amb el medi. Les herbes mengívols representen una part de la seua carta, les podeu trobar en guisats, salmorres i cremes, arrossos i coques. Les bones carns i el peix no es queden darrere.

**Recomanacions:** Coca de cavalla en escabetx; fideuà de polp i moixa; miquetes de corder amb albergínia a la flama i la salsa del seu rostit; coca en llanda amb xocolate de la Vila i taronja.

Nou local en Puríssima, 5, antic obrador de Tano.

**Gandia.** Tel.- **657 269 200** **Preu mitjà:** 25€



## Chef Amadeo

Amadeo Faus fa cuina del territori, plana, plats clàssic ben executats. Cuina valenciana amb ànima. Producte de primera, marisc i peix de la llotja de Gandia, polp sec, moixa i saludures. Els arrossos tradicionals molt encertats i a destacar la fideuà de Gandia de la que és bicampió.

Servei excel·lent per part de l'equip de sala.

**Recomanacions:** Fideuà de Gandia; caldereta de llagosta; gamba i marisc fresc; polp sec a la flama.

Carrer de Mallorca, 17. **Gandia**

Tel. **96 284 21 76**

**Preu mitjà:** 25€



## Gloriamar

L'espai condiona l'experiència, la terrassa enfront de la mar és una meravella, en aquest restaurant històric a la platja de Piles dirigit amb sapiència per Josep Colomar. Una proposta amb arrossos, producte de llotja i tradició, a la qual

no li falten alguns plats ben aconseguits de cuina cosmopolita. Tradició i modernitat ben equilibrades. Molt bona atenció a les taules.

**Recomanacions:** Ensaladilla, llagostins i algues; coca artesana de papada, vieira i

tòfona; tempura de verdures i maionesa de kimchie; burger Japo de tartar de atún; arròs de llagosta i sèpia.

Avda del Mar, 1. **Platja de Piles**  
Tel.- **96 283 13 53 - 605 282 772**

**Preu mitjà:** 28€



## La Pepica Inma

Inma Soria és una emprenedora nata. Fa uns mesos ha estrenat local, se li va quedar menut l'anterior. La seua cuina és casolana amb molt de nivell. Els arrossos secs i caldosos, mulladors, coques, productes de la mar fresquets, tot fet com a casa. La xef deixa ben patent el valor de la cuina domèstica. Bona relació qualitat-preu.

**Recomanacions:** Paelles de carn i de peix de temporada; arrossos melosos i caldosos; llom d'abadejo amb coulis i oli d'olives verdes i herbes; sepionet planxa o vitolina.

Vía de Ronda, 26, **Oliva**

Tel.- **615 94 65 96**

**Preu mitjà:** 25€



## Quimera

Vicent Escrivà, Quimera, ho té clar, en la cuina la cosa li ve de família. A pocs metres de la mar, en una urbanització poc saturada encara, la seua oferta gastronòmica és clara i sense amagatalls: la cuina tradicional de tota la vida, la valenciana autèntica. Bon producte i bon tracte.

**Recomanacions:** Coques; paelles i arrossos; paella d'abadejo i floricol.

Carrer Festuc, 13. **Platja d'Oliva**

Tel.- **693 294 379**. **Preu mitjà:** 24 €



## Les Dos Llunes

Les Dos Llunes és el lloc que millor combina amb cert nivell la gastronomia local i l'esplai. A l'aire lliure té amples zones de diversió per als nanos i a l'estiu també per als grans amb piscines diferenciades. La gastronomia local està ben present, arrossos i paelles com les de sempre, també fan, a més, carns a la brasa.

**Recomanacions:** Carns madurades de vedella a la brasa; paella tradicional de temporada i fideuà de senyoret.

Passeig Francisco Brines, 45 **Oliva**

Tel.- **96 285 63 51 – 619 102 979**

**Preu mitjà:** 23€

## Soqueta

Sense cap dubte és el clàssic que ha marcat la cuina de prestigi a Oliva durant molts anys, gamba i marisc fresc, carns de qualitat, arrossos i paelles. La família Fuster Santapau ha sabut portar bé el timó en aquest sempre complicat món de la restauració.

Carrer Via de Ronda, 118. **Oliva**

Tel.- **96 285 14 52**

**Preu mitjà:** 45€



## Oasis

Que l'experiència és un grau és innegable en el cas de Paqui Vicens. Porta tota la vida entre foguers i a més de manera apassionada, ho viu. Amb horta pròpia i bon producte ens ofereix cuina tradicional, cuina de la memòria. El restaurant està enmig d'un camp de tarongers, amb grans terrasses i menjador ample.

**Recomanacions:** Coqueta de pico; amanida de capellà i ventresca; arrossos secs, caldosos i melosos; mollets de la llotja en tempura.

Camí Hort de la Bosca, s/n. **Oliva**  
Tel.- **620 78 52 66**. **Preu mitjà:** 30€



## Telero

Un producte excel·lent, tant en la cuina com en la bodega és una de les característiques més destacables d'aquest xicotet restaurant. No falten mai bons peixos de llotja i en temporada tenen bolets. Un clàssic valuós. Fer cas de les recomanacions de Raúl Fenollar a l'hora de triar és un encert.

**Recomanacions:** Vieira Telero amb saltat de verduretes al gíngebre i gratinat amb alloli de mel; polp a la brasa en salsa gastrique de taronja i cruixent de polp i arròs; bunyols cruixents de brandada de bacallar i xips de la seua pell; arròs melós de polp, rajada i alls tendres.

Carrer Sant Ponç, 7, Baix. **Gandia**  
Tel.- **96 286 73 18**  
**Preu mitjà:** 33€



## Saborearte

Joves i apassionats per la restauració, Carlos Gámez i Rocío Corts aporten frescor a l'oferta gastronòmica al centre històric de Gandia. Una cuina d'avantguarda, cosmopolita i creativa, amb què la sensibilitat del cuiner es transmet al plats, cuina amb ànima. Una relació qualitat-preu molt bona.

**Recomanacions:** Arròs melós d'ànec i bolets; coca de dacsca amb crema de boletus, tòfona i anxova sobre liquat de dacsca; brandada de bacallà amb espinacs a la catalana; albergínia a la flama amb salsa holandesa, banaganush, sardina fumada i adobats.

Carrer Rausell, 18. **Gandia** Tel.- **96 005 11 31**  
**Preu mitjà:** 25€

# LA MARINA ALTA

## Arrels Racó Gastronòmic

Cuina arrelada a la terra, amb abundància de productes de proximitat, Vanessa Monfort i Ferran Giró ofereixen una cuina sense pretensions, però amb intel·lecte, cuidant el producte. Les herbes mengívols estan presents en molts dels plats. Tenen el restaurant enmig de Gata, on les tendes d'artesania del vímet estan casa sí casa no. Terrassa molt agradable.

**Recomanacions:** Menú gastronòmic de la terra; porc senglar amb bolets; tallarins de sèpia; poché arrels.

Plaça Espanya, 28. **Gata de Gorgos**

Tel.- **96 575 73 09**

**Preu mitjà:** sense beguda 23€



Foto: José Conacento



Foto: José Conacento

## Aticcook

L'experiència val la pena: et reben unes escultures impressionants en la planta baixa. Recomane anar amb temps, pujar per les escales i visitar cada planta de Pepe Cabrera, arquitectura i espais. L'àtic és un marc exquisit per a degustar una cuina excepcional que combina passat i present i aconsegueix altes cotes de bellesa. Bruno Ruiz és un dels grans. Un candidat al guardó estrelat.

Camí de la Bota, 13. **Dénia**

Tel.- **678 304 387**

**Menú degustació:** 55€

## Beat

José Manuel Miguel és un experimentat cuiner del món Michelin i el representa molt bé. Productes del mercat local i global sense menysprear-ne cap. En la seua carta apareixen plats que ens ubiquen en la Marina i d'altres que ens porten més enllà de les fronteres. Això sí, elaborats amb sàvia mestria.

Partida Marisol Park, 1.

**Calp**

Tel.- **628 277 858**

**Preu menús:** des de 65€ a 95€. Sense beguda.

## Audreys

La seua complicitat amb el territori i la temporada, la seua mirada a la tradició sense deixar d'influir-se tant per les tendències, permeten que Rafa Soler obtinga, cada vegada més, uns plats que harmonitzen bé els seus ingredients i van perdent, per fi, el nerviosisme que desprenien les seues antigues creacions, tot guanyant solidesa i rotunditat.

Av. Juan Carlos I, 48.

**Calp**

Tel.- **608 66 76 37**

**Preu menús:** 65€ i 95€.  
Sense beguda.



## Avenida

Amb el pas del temps un es va donant compte que hi ha coses que és millor que no canvien. Hi ha una dita que diu: si funciona bé per què canviar-ho. Al Avenida de Gata, des de sempre s'han servit les millors gambes de Dénia i altres mariscos de la llotja. Els arrossos són contundents. Maria Signes amb 89 anys encara está a la cuina; Josefa, Jaume i Maria, la tercera generació, estan al front del negoci.

**Recomanacions:** Els seus mariscos frescs; l'arròs a banda i el peix al forn.

Passeig Alacant 19. **Gata de Gorgos**

Tel.- **609 679 478 - 96 575 64 89**

**Preu mitjà:** 30€, amb gamba 60€

## BonAmb

Glamurosa oferta gastronòmica d'Alberto Ferruz, molt allunyada de les seues propostes inicials, que s'expressa en menús impregnats, de vegades, de sabors desconcertants, resultat de treballar els ingredients amb ancestrals o atrevides tècniques. Mossegades originals i sorprenents junt a d'altres amb massa matisos, que al final, tal vegada, evadeixen la memòria. La combinació de simplicitat i sofisticació, sense dubte, té com a resultat una experiència "sorpresa".

Ctra. Poble Nou de Benitatxell, 100. **Xàbia**  
Tel.- **96 508 44 40**

**Preu menús:** des de 78€  
+ 59 amb harmonia de vins, fins a 144€ + 110 amb harmonia de vins.



## Cavall Verd

Evarist Miralles va ser Campió d'Espanya de Cuiners 2011. Hui comparteix la seua activitat al capdavant del restaurant amb la docència impartint classes en el CDT de Dénia. La seua passió per la gastronomia i els productes de la terra es reparteix entre les dues activitats i les tres es retroalimenten. Cuina de producte, sense pretensions, plana i saludable, lligada al territori. Les vistes des del restaurant mereixen la pujada a Laguar.

Urbanització Balcón de Laguar, 25. **Vall de Laguar**

Tel.- **645 52 73 00**

**Preu mitjà:** 30€

## El Marino

Bati Bordes i els seus germans conserven un patrimoni gastronòmic familiar del que pocs poden fer gala. Mariscos variats, arrossos, gamba roja i eriçons són, sense eixir dels tòpics, els plats que més s'estima la clientela. Però heu de fer atenció als platets més humils i casolans, són esplèndides opcions. Tant a la Marineta Cassiana com al port.

Ctra. Dénia-Les Rotes, 35.

**Dénia**. Junt a l'accés al port esportiu Marina de Dénia i la platja de la Marineta Cassiana

Tel.- **96 578 10 17**

**Preu mitjà:** 24 €



## Casa Cantó

Ximo Cantó sempre ha fet la cuina que fa hui, arrossos de temporada, tant de terra ferma com de mar. El plat més emblemàtic de la casa segueix sent el putxero de polp. Una particularitat és que totes les paelles de temporada les serveix en racions individuals. Cuina del territori.

**Recomanacions:** Putxero de Polp; paella de polp sec, alls tendres i tomaqueta seca; coques de pasta bona.

Avda. del País Valencià, 223. **Benissa**  
Tel.- **96 573 06 29**

**Preu mitjà:** 18€ preu mitjà sense beguda.



## Cuina de Dos

Ana i Juan Carlos no són parella tot i que molta gent els confon i, de vegades, passen, sense saber-ho, per ser-ho. Però fan un tàndem perfecte a l'hora de dirigir aquest xicotet restaurant al centre històric de Benissa. Amb una alta sensibilitat cap a la cuina autòctona, ens ofereixen una combinació acurada on barregen cuina clàssica i moder-

na i algunes reinterpretacions del receptari popular.

**Recomanacions:** Croqueta d'albergínia i botifarra de Benissa; polp en tempura; ensalada "Pere Bigot"; pilota cuina.

Carrer Sant Nicolau, 6. **Benissa**.

Tel.- **96 573 07 89**

**Preu mitjà:** 22€

## Estanyó

La cuina de Mari Carmen Ripoll destil·la la saber fer i estima pels productes del territori. Junt a José Manuel Doménech, el seu marit, en la sala, porten aquest restaurant ubicat enfront de la mar, a la platja de l'Estanyó. Els arrossos són el seu punt fort.

**Recomanacions:** Caldereta de rap i llamàntol; polp sec; frita de coletes de rap marinades en cítrics, romesco i ruca.

Ctra. de Les Marines km

6,5. **Dénia**  
Tel.- **96 647 42 42**

**Preu mitjà:** 25€



## El Baret de Miquel

Potser Miquel Ruiz ha sigut el cuiner més influent de la Marina Alta en els últims 20 anys. Quan tot el món va girar els ulls cap a la tradició com a base sòlida per a crear, Miquel feia ja anys que ho practicava. Famós per haver rebutjat el distintiu de l'estrela, el nivell de la seua cuina és alt, sempre evoluciona, la ment del geni no para. La dona, Puri Codes, al timó del negoci.

Carrer Historiador Palau, 1. **Dénia**. Tel. **673 74 05 95**

**Preu mitjà:** 38€

## Mena

Si hi ha un lloc que estiga dins de la Mediterrània és la terrassa del Mena, almenys és la sensació que tens quan tens la mar oberta davant i els penya-segats comencen a agafar alçada. Al front la família Mena, tercera generació, perpetuant el negoci que el gran Diego Mena i Josefa Larrosa varen fer famós. Arròs a banda, gamba de Dénia i bons productes del mar.

**Recomanacions:** Rap a la marinera; mariscs frescs; arròs de rajada amb alls tendres i sarsuela.

Final de les Rotes. **Dénia**

Tel.- **96 578 09 43**

**Preu mitjà:** 28€





## Noguera

Idíl·lic restaurant ubicat en la mateixa arena de la platja. Les vistes a la mar en primavera i al final de l'estiu, quan comença a baixar la llum, són una veritable meravella. La família Noguera, Rosa, Anna Betlem i Joan, cosins i germans, porten el restaurant que es va fundar el 1958. La carta es fonamenta en cuina tradicional, amb abundància de producte

de llotja fresc. A tindre en compte el peix i marisc a la brasa.

**Recomanacions:** Polp sec a la flama; peix i marisc a la brasa; arròs de sèpia amb botifarra de ceba.

Ctra les Marines, km 6. Carrer Llac Major, 3. **Dénia**

Tel.- **96 647 56 50**

**Preu mitjà:** 28€

## Orobianco

Des d'una formació i concepció italiana de la cuina, Ferdinand Bernardi elabora uns plats amb sabors brillants, clars i transparents, sense estridències, que ens permeten gaudir d'una visió tranquil·la de la cuina dels nostres veïns.

Partida Colina del Sol, 49 A.

**Calp**

Tel.- **96 583 79 33**

**Preu menús:** des de 75€ fins a 110€ sense beguda.



## Pont Sec

La creativitat en la cuina de Pep Romany és desbordant i inèdita. És inèdita perquè no segueix cap pauta que fins ara coneixem com alta cuina, cuina creativa o d'autor. Un estil personal que comença en l'exigent selecció del producte, verdures, olis, vins, carns de pastura, salades o producte del mar, tot passa examen, aquí comença la creativitat

del geni. Amb ell la cuina tradicional ja és alta cuina. Anna Giner, la dona, en la sala fa que tot marxe com ha d'anar.

**Recomanacions:** Arrossos secs o caldosos de temporada; coques, salades.

Camí Vell de Gandia, km 1. **Dénia**

Tel.- **601 601 253**. **Preu mitjà:** 30€



## Miguel Juan

Fins fa pocs anys el carrer Loreto a penes si tenia uns quants barets modestos, hui és un dels carrers més animats de Dénia. La Tasca Miguel Juan es va fundar en 1929 i hui conserva l'essència d'aquelles tasques antigues. Mario Roselló ens ofereix la cuina tradicional de qualitat, clàssica però actual i es deixa portar pels productes de temporada.

**Recomanacions:** Rap amb all i pebre; arròs amb gamba de Dénia; els arrossos a la llauna; gamba amb bleda.

C/ Loreto 39. **Dénia.** Tel.- **628 948 232**  
**Preu mitjà:** 20€

## Quique Dacosta

Quique Dacosta busca hui en la cuina alguna cosa més que la sàvia i encertada composició de diferents productes. La seua cuina és una busca interminable per traslladar als seus plats la bellesa del producte; no com element solt, aïllat, sinó com el fruit, resultat del territori que el crea. Perquè vol donar-li sabor a la bellesa. O busca expressar la bellesa del sabor. Creu que "la cuina està feta d'ingredients i sentiments" i considera que els sentiments també tenen gust a alguna cosa.

Carrer Rascassa, 1  
**Dénia**  
 Tel.- **96 578 41 79**  
**Preu menús:**  
 des de 210€ fins a 392€



## Miró cuina

Maria i Enric, després de rodar per cuines i restaurants, van decidir posar un restaurant fàcil de gestionar (fàcil no hi ha res) a Benirrama, la Vall de Gallinera. La cuina d'Enric és sense dubte una de les més bones de la Marina. Tira de territori amb força i crea plats extraordinaris amb productes de primera. Cuina amb una sensibilitat excepcional amb resultats sorprenents. Un altre geni dels foguers.

**Preu mitjà:** 35€

Carrer Major, 53. **Benirrama, La Vall de Gallinera**  
 Tel.- **96 640 21 70**



## Un cuiner a L'Escoleta

Julio Vargas té a la seua esquena molta i bona experiència, va ser el número dos de Miquel Ruiz quan aquest va tindre l'estrela Michelin. La seua cuina és moderna, sense estridències, saludable i del territori. Les carns de corder i cabrit local són un luxe. Les

verdures a la brasa memorables.

**Recomanacions:** Salpicó de peix; caldereta de cabrit; coca fregida i pastisset d' herbes.

Tel.- (Reserves) **965 58 76 53**

**Preu mitjà:** sense beguda 27€



## Peix i Brases

El Peix i Brases de Tomás Arribas amb José Manuel López a la cuina i José Ignacio Arribas a la sala és un ferm candidat a rebre un guardó estrelat, el saber fer i la qualitat de la matèria primera és el caldo de cultiu per una cuina creativa inspirada en el territori amb la mar ben present. El restaurant amb vistes al port, des d'un primer pis o des de l'àtic és un luxe.

**Recomanacions:** El polp sec a la flama; bacallà a la brasa amb crema d'all rostit i essència de bo-reta; gamba roja de Dénia; cigrons amb llagosta, bacallà i espinac.

Plaça Benidorm, 16. **Dénia.** Tel.- **96 578 50 83**

**Preu mitjà:** 60€



## Volta i Volta

Restaurant coquetó ubicat al bell centre de Xàbia, carrers que conviden al passeig i a gaudir de la bona gastronomia. Carlos en la cuina, ens ofereix plats ben elaborats, arrelats al territori amb un punt d'originalitat. El celler acompanya. Magui, la sommelier i companya de Carlos, tria els vins amb gust i sensibilitat.

**Recomanacions:** Coca de mantega amb fresa de bacallà fumada, medul·la i bonítol en semi salat; favetes i tirabecs amb llonganissa i escuma de formatge; peix del Pòsit; arrossos i brasa.

Carrer Santa Teresa, 5. **Xàbia**

Tel.- **96 504 28 23**

**Preu mitjà:** 30€





## The Sand

Per a molts sempre serà La Sot, hui és el nom de l'hotel que els germans José i Juan Moll regenten a primera línia de la platja de l'Am-polla a Moraira. Alguns plats com el raviolot de rabo de bou o el carpaccio de cigales no s'obliden mai. La cuina del Sand és del territori alhora que cosmopolita. De la qualitat del producte de la mar es fan responsables els pescadors del port. El servei és impecable, per alguna raó Juan és el director de desenvolupa-

ment del grup gastronòmic de Joël Robuchon, 32 estrelles a nivell mundial.

**Recomanacions:** Gambes en tempura; polp de Moraira al forn; txangurro; arròs melós de rap i gambes; peix del dia; pastís de taronja de La Sort.

Passeig del Senillar - Hotel La Sort. **Moraira**

Tel.- **+34 96 649 19 49**

**Preu mitjà:** 30€



## Tula

Els nou estrelats Borja i Clara són la punta del gran iceberg que existeix hui en aquestes terres. Una important generació de joves cuiners i cuïneres treballant hui per una gastronomia autèntica i de qualitat. La seua recerca incansable per incorporar productes que expressen el sabor del territori, el seu treball per incor-

porar noves tècniques amb què tractar-los, dona com a resultat una oferta culinària jove, fresca, moderna i agradable.

Av. de la Llibertat, 36. **Xàbia**

Tel.- **96 647 17 45**

**Preu mitjà:** a la carta 35€ sense beguda

# LA MARINA BAIXA



Foto: José Conacento

## Be Katsu

El millor cuiner "japonés" en moltes illes a la redona és francvietnamita. Per un motiu o altre, la cuina d'André Lechien és eminentment -i impecablement- nipona, però no li falten trets de la seua sòlida formació parisenca, dels seus gens vietnamites ni de la seua llarga trajectòria professional en EUA: alta cuina del món, a Be Katsu.

**Recomanacions:** el Be Bu Roll California Roll amb vieira gratinada amb maionesa japonesa picant i salsa d'anguila; Poke Poke, barreja de tonyina i salmó fresc amb algues wakame, cherry i alvocat amanit amb salsa poke i ensalada amb oli de tòfona.

C/ Pau Casals, 7, local 12. **Albir.** Tel.- **96 686 51 73**



Foto: José Conacento

## Bon Vent

El restaurant del Club Nàutic d'Altea abraça tot el que cap en un entorn com el seu. Hi ha espais i propostes que van des del desdèjuni distés fins al sopar elegant, tot passant per les tapes informals o un dinar protagonitzat per l'arròs. La carta de vins i l'amable professionalitat del servei també estan entre les bases de Bon Vent.

Av del Port, 50. **Altea.** Tel.- **96 584 34 76**



## Ca Joan

A Ca Joan treballen la carn de boví com pocs a Espanya, des de la selecció dels animals fins la maduració en càmeres, tot i passant pel seu temperat previ a l'acció de la brasa d'alzina. La veneració per la matèria prima també comprén la tomaca de l'ensalada, les salades, el peix, els mariscs o les altres carns.

**Recomanacions:** Xulla de bou autèntic; carns a la brasa; carns de primera.

Pda L'Olla, 146.

**Altea**

Tel.- **96 688 32 34**

**Preu mitjà:** 55€

## Casa Elordi

Cuina d'alta escola, sensible a les tendències i a l'empremta de l'entorn, amb un servei, una decoració o una bodega a la seua altura. Van per la quarta generació d'una saga de cuiners bascos que es van instal·lar en el luxós preventori d'Aigües després de passar pel madrileny Lhardy.

Av. Joan Carles I, 3.  
**La Vila Joiosa**  
 Tel.- **96 685 26 63**  
**Preu mitjà:** 36€



C/ Gabriel Miró, 12. **Polop**  
 Tel.- **96 587 02 26**  
**Preu mitjà:** 30€

## Ca l'Àngels

Fa més de 30 anys que Àngeles Tormo va obrir aquest restaurant en un encantador casalot. Els seus fills, Paco i Vicenta Teuler, han consolidat un estil peculiar des del més arrelat de la gastronomia local, a mig camí entre la mar i la muntanya. Paco és un maitre tan erudit com rústic i un gran descobridor de vins insòlits.

**Recomanacions:** Arrossos i productes de la terra.

## Ca Marta

Una magnífica relació qualitat-preu i un fantàstic servei, eminentment femení, per a una proposta amb diferents opcions: tapes en la barra i la terrassa, cuina amb més pretensions al menjador, arrossos i peixos relacionats amb la seua ubicació al port...

**Recomanacions:** Arròs amb rap; cloïsses i alls tendres; aladroc a l'espatlla; montadito de relom de vedella; polp a la brasa amb cremós de creïlla.



Av. Del Port, n. 49, local 7. **La Vila Joiosa**  
 Tel.- **96 685 34 42**. **Preu mitjà:** 32€



## Club Nàutic

La ubicació del restaurant del Club Nàutic de la Vila Joiosa resumeix tot el seu atractiu: unes acollidores instal·lacions sobre el port esportiu i una matèria prima difícil de superar, amb productes dels que es diria que només cal estirar la mà i traure'ls de la mar. Els arrossos i el repertori de vins no es queden enrere.

**Recomanacions:** Arròs melós de rajada i gamba; tartar de tonyina roja sobre llit d'alcavat; arròs brut.

Av. del port s/n (en el Club Nàutic). **La Vila Joiosa**.  
 Tel.- **661 624 481** - **Preu mitjà:** 28€



## D-Vora

El restaurant de l'hotel està més que vora la mar, dalt en la platja de Llevant sobre un vertiginós penya-segat. I el seu nom ens convida a "devorar" una cuina eminentment mundana i divertida, en racions per a compartir i sociabilitzar, amb plats d'ací i d'allà, en una línia decididament "gastrobarera" i de street food.

**Recomanacions:** Ou a 65°; esclata-sangs, foie i avellanes a l'aroma de tòfona, salsa de P. X. amb base de brioche de mantega; corbina al grill amb salsa yakiniku, wasabi i flecos katsuobushi; bacallà cruixent estil limeño; secret ibèric a baixa temperatura amb salsa de pebre especial, pera, poma i moniato confitat.

Plaça Sant Jaume, 5. **Benidorm**  
 Tel.- **96 527 08 74**. **Preu mitjà:** 27 €



Foto: José Condecento

## El Nàutic

En el negoci obert pels seus pares fa tres dècades, els germans Sergio i Antonio Pascual li donen el seu toc al “menjar del mar”: arrossos amb dashi o plàncton, per exemple. La resta, inclosa la matèria prima, és rigorosament autèntic i de rabiosa proximitat.

**Recomanacions:** Bonítol en escabetx; gamba blanca al ajillo; caldereta de peix.

Av. del Port s/n, Edifici Puerto Playa (enfrent del Club Nàutic). **La Vila Joiosa.** Tel. **96 685 23 31**

**Preu mitjà:** 28€



Foto: José Condecento

## El Xato

La personalitat d'aquest restaurant estel·lar i centenari li ve d'una llarga trajectòria plasma-da en plats estilosos, apetibles, equilibrats i contemporàniament arrelats. La sommelieria de Francisco Cano forma un bon tàndem amb la cuina de Cristina Figueira i les seues filles, Esperanza i Mercedes, que són ja la cinquena generació del Xato.

**Recomanacions:** Dos menús de temporada: Temptacions 56€ i Centenari 77€

Av. Esglesia, 3. **La Nucia.** Reserves només web: [www.restauranteelxato.com](http://www.restauranteelxato.com)



Foto: José Condecento

## Hogar del Pescador

Els arrossos i el peix són els protagonistes en aquest elegant menjador amb una deliciosa terrassa sobre el port esportiu. Al capdavant es troben Marta Devesa i Julio Moreno, que perpetuen un negoci posat en marxa fa mig segle pels pares d'ella.

**Recomanacions:** Calamarons del Hogar; ensaladilla de quisquilla i rap; arròs melós, rap i gambes; arròs amb sèpia, faves i carxofes.

Av. del Port s/n - Club Nàutic, local 3.

**La Vila Joiosa** - Tel. **96 589 00 21**

**Preu mitjà:** 35€



Foto: José Conocento

## La Capella

Amb una privilegiada terrassa al centre antic, el peix i els arrossos determinen l'enorme solvència de la cuina de La Capella. El forn de llenya, amb les seues coques, rostits i arrossos, li dona un plus d'atàvica personalitat a un restaurant amb cos d'alta cuina i ànima de tradició gastronòmica artesana.

**Recomanacions:** Espatla de corder de llet amb níspros; llomello d'orada amb espinacs, pinyons, panses i reducció de Pedro Giménez; arròs melós amb rap i verdures.

C/ San Pablo, 1. **Altea.** Tel.- **96 688 04 84**

## El Pòsit

La cuina de El Pòsit conjuga modernitat, tradició i una bona relació qualitat-amenitat-preu, en unes atractives instal·lacions, terrassa inclosa, a primeríssima línia de la platja de la Vila. El seu xef, Toni Mayor, domina l'alta cuina tant com els guisats i els arrossos mariners.

**Recomanacions:**

Tapes d'autor; arrossos mariners; peix de la llotja de la Vila Joiosa.

Av. Del Port, 23

**La Vila Joiosa**

Tel.- **96 685 15 19**

**Preu mitjà:** 23€



Foto: José Conocento

## Juan Abril

La de Juan Abril es postula com "cuina espanyola" i es resumeix, fonamentalment, en entrades i arrossos. Però no falta bon peix fresc o contundents guisats mariners, ni tampoc una proposta de carns que inclou el porc ibèric i, fins i tot, el bou. Encantadora terrassa en la zona peatonal del passeig marítim.

**Recomanacions:** Tots els seus arrossos, paelles, melosos i caldosos.

Passeig del Mediterrani, 14. **Altea.** Tel.- **96 584 37 22**

**Preu mitjà:** 23€



Foto: José Conacento

## Punto de Sal

Tomás Arribas va ser l'artífex del restaurant de Dénia que va deixar en mans de Quique Dacosta quan tenia dos estrelles Michelin. Va seguir la seua pròpia línia en Peix i Brases, també en la capital de la Marina Alta, i va obrir fa uns anys aquesta delegació on guisats, arrossos i grans productes, eminentment mariners, són els protagonistes.

**Recomanacions:** Tiradito de tonyina roja, poma fuji, sèsam i kombu; arròs melós de presa, pollastre de corral i carxofes; peix de tall segons llotja a la brasa.

Plaça Torrejón, 3. **Benidorm**

Tel.- **96 585 50 22**

**Preu mitjà:** 24€

## Taberna del Xef

Amb una terrassa que és la quinta essència mateixa del casc antic d'Altea, la seua proposta de tapes *foodie* i cosmopolita sintonitza amb aqueix esperit mundà, que abraça des del més autòcton fins a l'exòtic tot passant pel més castís i inclou arrossos d'aire local i universal. El servei està en la mateixa línia: eficàcia i bon rotllo.

**Recomanacions:** Rotllets de pastela d'ànec negre marinat amb all blanc; secret de vedella amb creïlles confitades.

**Altea**

Tel.- **96 506 53 23**

**Preu mitjà:** 22€



Foto: José Conacento



Foto: José Conacento

## Taíta

José Miguel Tortosa és un benidormer de bé on els hi haja i ha fet del seu restaurant un reducte de la cuina més arrelada i autèntica del que en un temps va ser un poble de pescadors. En qualsevol cas, Tortosa és també un home del seu temps que no deixa de donar-li a eixa identitat el seu aire contemporani i cosmopolita.

**Recomanacions:** Arrossos autòctons de Benidorm; el magret d'ànec; coques de sobrassada i burrata amb oli i tòfona blanca o rajada a la mantega negra.

Tel.- **96 585 21 48**

**Preu mitjà:** 25€



## Taverna Tres14 by Pinet

Jaume Pinet és un entusiasta valedor de la “cuina de barca” -arrossos, guisats, calderetes, gaspatxos- i dels plats que ofereix la pesca del dia. Els serveix en un menjador confortable o

en les taules del carrer, en el tram més conspicu i acollidor de la via més emblemàtica de La Vila.

**Recomanacions:** Caldereta de la Vila; arrossos mariners; espe-

cialitat en cuina de barca.  
C/ Colón, 45.

**La Vila Joiosa**

Tel.- **96 685 13 83**

**Preu mitjà:** 23€



## Venta La Montaña

Des de 1981, encara que els seus orígens són de 1910, ha contribuït notablement a definir la singular restauració de la Vall de Guadalest. Entre les seues especialitats destaquen l'olleta d'arròs -tant com la de blat-, l'arròs al forn, el minxo i una boníssima rebosteria. Carlos Núñez

Ferrer recull el testimoni dels seus pares, Carlos i Juana.

**Recomanacions:** Olla de blat; arròs al forn; minxos de Benimantell.

Carretera d'Alcoi, 9. **Benimantell**

Tel.- **96 588 51 41**

**Preu mitjà:** 22€

## The Maharaja

La cuina índia està de moda i ací té un bon representant: papadoms amb chutneys per a dipear, tikkas, pakoras, samosas, kebabs, tandooris, plats regionals d'un país enorme, salses dolces o picants, moltes coses vegetarianes, guisats amb llentilles, arrossos llarguíssims, pa de naan i fins i tot, postres com el gulab jambu.

Av. del Port, 7

**La Vila Joiosa**

Tel.- **96 685 28 46**

**Preu mitjà:** 40€

# VALL D'ALBAIDA - EL COMTAT LA COSTERA



Foto: Adolf Boluda

## Bolumini

A les falces de la Serra de Mariola, el Bolumini és un restaurant espaiós i amb una decoració clàssica agradable. La terrassa gran i amb vistes a la natura és relaxant. Maria Mirón i Ismael Sempere en la sala, ens ofereixen una cuina casolana amb tocs de modernitat. A més de tindre productes locals, tenen el propi hortet on cullen hortalisses i verdures tot l'any. Un plat a tastar, el bambú entreverat, de collita pròpia.

**Recomanacions:** Blat amb boletus; arròs al forn; gaspatxo melós i postres casolans.

Carrer El Salvador, 15. **Alfara**

Tel.- **619 925 898**

**Preu mitjà:** 20€



Foto: Adolf Boluda

## Ca Les Senyorettes

Assumpció, Maria i Clara Olivares, mare i filles porten el restaurant familiar ubicat en una casa senyorial d'Otos amb hotel rural. La cuina que trobareu és la tradicional de la comarca sense disfresses, en la que la cassola d'arròs al forn és l'estrella. També fan arrossos i guisats tradicionals amb productes de la terra i de temporada. Terrassa amb molt bones vistes al Benicadell.

**Recomanacions:** L'arròs de muntanya, melós amb pollastre, conill i bolets; espençat amb capellà; cassola d'arròs al forn; entrepans pels esmorzars.

Carrer Sant Crist, 1. **Otos**

Tel.- **96 235 80 32 / 620 588 724**

**Preu mitjà:** 18€



Foto: Adolf Boluda

## Casa el tio David

Per la porta de la cuina entren només productes de qualitat. Molts d'ells fets al costat de casa, alguns se'ls fan ells com l'oli d'olives verdes d'alfarència. Les estacions marquen el ritme. Treballen molt bé els bolets i les tòfones, les croquetes, els arrossos i els gaspatxos. Paqui Pascual en la cuina i David Navarro en la sala. Cuina tradicional actualitzada.

**Recomanacions:** Arròs de colomí; canelons de vedella i vegetarians; xulletes de corder de llet; magret de colomí.

Carrer Barranc del Clot, 2. **Alfara**

Tel.- **620 78 05 48**

**Preu mitjà:** 42€



## Cuina

Cuina vegana, cuina local i cuina japonesa, totes juntes però sense mesclar-se. No hi ha fusió, a la carta podràs trobar plats que són exponents de cadascuna, tots amb la personalitat de Santi i Joaquín Prieto. Cuina creativa que es nodreix dels productes de proximitat d'aquesta rica zona d'interior. Per il·lustrar, de postres en podeu trobar un caquiguri de coco, unes rosques o un coulant de xocolata.

**Recomanacions:** Sashimi de salmó amb salsa de miso, taronja i oli d'oliva, amanida de verdures de temporada; albergínia a la flama amb pesto i emulsió de tomaca seca; sushi de calamar.

Carrer Vicent Andrés Estellés, 9. **Ontinyent**

Tel.- **96 238 77 62**

**Preu mitjà:** 30€



Foto: Adolf Boluda



Foto: Adolf Boluda

## El Tinell de Calabuig

Cuina mediterrània contemporània ben executada per Rafa Calabuig, és una mostra de la cuina de la memòria, amb sensibilitat i criteri. Bona relació qualitat-preu i excel·lent atenció a la sala baix la responsabilitat de Nieves Gramage, l'altra meitat emprendora del negoci familiar.

**Recomanacions:** Llengua escarlata amb hortalisses roges; arròs amb perdiu roja en esca-betx; llom de lluç amb cruixents de xoriç; melós de corder amb cous cous i verduretes.

Carrer Josep Melcior Gomis, 25. **Ontinyent**

Tel.- **96 291 50 48**

**Preu mitjà:** 35€



Foto: Adolf Bollaça

## L'Escaleta

Si estem d'acord que els establiments que la Guia Michelin premia amb les seues estrelles no són més que el reconeixement d'aquelles iniciatives que obren noves finestres, i amb això noves vistes a la cuina d'un territori, Kiko Moya i Alberto Redrado han obert un balcó.

Des d'allí podem gaudir amb tots els sentits d'una evocadora proposta gastronòmica impregnada del sabor de la memòria.

Pujada Estació del Nord 205. **Cocentaina**  
Tel.- **96 559 21 00**

**Menús:** des de 98€ fins 185€ sense maridatge.



## Paixixi

Trini Espí, Josep Roig i el fill dels dos, Arturo, porten el restaurant familiar ubicat al centre d'Ontinyent. Fan cuina tradicional actualitzada, l'arròs està present amb gairebé tots els menús que ofereixen i serveixen racions individuals inclús paella. La cuina és oberta al públic i el forn de brasa és per on passen el vuitanta per cent dels menjars, verdures, peixos, carns, tot amb l'aroma inconfusible que confereix la brasa.

**Recomanacions:** Cors de carxofa a la brasa amb ibèric i ou a baixa temperatura; pota de polp a la brasa amb puré de creïlla a l'oli verge extra amb mini verdures; llobarro al forn de brasa amb verdures a la graella; fideuà d'ànec amb bolets, carxofes i foie.

Av. Daniel Gil, 14-b. **Ontinyent.** Tel.- **96 191 08 57**

**Preu mitjà:** 26€



Foto: Adolf Bollaça

## Pensió Serra de Mariola

L'àvia dels germans Antolí, Juan Carlos, Marc i Víctor, va obrir la pensió en l'any 1940, on s'allotjaven carreters i tractants d'animals; on és hui el menjador eren les quadres on deixaven els animals. Tot ha canviat molt des d'aquell temps, excepte potser la cuina: els plats són els mateixos que es feien, ara amb les tècniques actuals, és clar. Cuina casolana plana i excel·lent.

**Recomanacions:** Olleta de música; bajoques farcides; borreta; pericana; panís fregit; nous amb mel.

Carrer Sant Antoni, 4. **Agres**  
Tel.- **629 29 04 24 - 96 551 00 17**

**Preu mitjà:** 27€



Foto: Adolfo Boluda

## Pitxó

El restaurant està en una masia restaurada amb cura, propietat de la família Calatayud, Celler del Roure. Al front estan Ana Calatayud a la cuina i Andrés Gomez a la sala. Només fa tres anys que estan oberts amb una oferta concisa de cuina tradicional amb arrels. Un forn morú de llenya marca la pauta. Ubicat al mig de la muntanya en plena natura, el lloc

es paradisiac, la terrassa invita al gaudi. Fan també menú vegetarià. Només obrin caps de setmana.

**Recomanacions:** Arròs al forn; gaspatxos; mintxos; crema de carabassa.

CV-651, km 2, 2. **Moixent**  
Tel.- **626 45 60 63**

## Sents

La riquesa gastronòmica d'aquestes terres, també es posa de manifest en l'excel·lent genialitat amb què Santi Prieto i el seu germà Joaquin en la sala, han sabut combinar amb enorme encert, dos cuines, l'oriental i la nostra, tan llunyanes però hui tan interrelacionades, tant en la tècnica com en els sabors. Una estrella Michelin.

Poeta Vicent Andrés Estellés,  
9 Baix. **Ontinyent**  
Tel.- **96 008 83 32**

**Preu menús:** Des de 55€  
a 79€



Foto: Adolfo Boluda

# Diània, Terra de Bons Vins

Des de fa segles s'ha fet vi al territori diànic amb DO diferents i zones ben diferenciades que van des de les terres dels Alforins i La Vall d'Albaida, passant pel Comtat fins a la Marina Alta al costat de la mar. Hui els vins de les Comarques Centrals destaquen per la qualitat.

**Tasta, passeja,  
viu l'experiència**





**Quatretonda**

-Coop. de Quatretonda

**Castelló De Rugat**

-Bodegas Bataller

**Beniarrés**

-Celler del minifundi

**Planes**

-Cup de la Muntanya

**Gorga**

Celler Gurgu

**Vall de Laguar**

-Clos Rosalea

-Gutiérrez de la Vega  
-Bodegas Parcent  
-Aida i Lluís Vinyaters

**Parcent**

-Curii Uvas y Vinos  
-Bodegas Xaló  
-Manu Guardiòla  
-Eladi Fullana  
-Bodegas Riko

**Tàrbena**

-Safont

**Benimantell**

-Torre Enmedio

**L'Alfàs del Pi**

-Enrique Mendoza

**La Vila**

-Mas de Sella

**Ondara**

-Bodegas Fondarium

**Jesús Pobre**

-Celler Les Freses  
-Dotze Ceps

**Pedreguer**

-Finca Mont Roig

**Alcanalí**

**Xaló**

**Llíber**

-Pepe Mendoza

**Benissa**

-Joan De La Casa  
-Vinyologia Canor  
-Uvas Cabrera  
-Ximo Rosello

**Benitaxell**

-Biomoscattell

**Teulada**

-Alter de Benimaquia  
-Coop. Teulada  
-Antonio Llobell  
-M de Alejandria

**Dénia**

# ON HI HA VI, HI HA ALEGRIA!

L'experiència consolidada i els projectes renovadors estan darrere del reviscolar vinícola que estem gaudint. Visitar els cellers s'ha convertit en una experiència plaent i enriquidora

## **Vicent Torres**

---

Al voltant del vi, sempre es crea alegria! Potser siga una afirmació simple, però fixeu-vos-hi bé i veureu com és ben certa. A més a més, es tracta d'una alegria espontània i una mica especial. Per altra banda, tan necessària en el moment que ara ens toca viure. Hem de romandre a casa! Mentre desitgem vida social.

Hem de guardar distanciament! Amb tant que necessitem el contacte humà. Hem de tapar-nos els somriures! En lloc de poder-los gaudir. Hem de parlar fluix! Amb tant que ens atrau el rebombori... Malgrat tot: on hi ha vi, continua havent-hi alegria. Animeu-vos i feu la prova!

Comptat i debatut, us presentem tot seguit una bona mostra de cellers de les Comarques Centrals valencianes, on experimentar aqueixa alegria referida. Allà hi trobareu persones que us rebran orgullosos de poder fer-vos partícips del seu projecte. Que pugueu assaborir el fruit de les seues il·lusions. I en definitiva, de compartir una estona que segurament enriquirà el vostre calaix dels bons records.

Heu de tenir en compte que –amb permís de la pandèmia– estem en un moment propici per a les aventures ací proposades, amb molt on escollir. I, així, podreu triar entre: cellers veterans, per se ja plens de grans experiències; alguns dels que conformaren l'avançada d'aqueix reviscolar vitivinícola que ara gaudim, amb referències d'èxit ja consolidades i ben conegudes; i també cellers creats més darrerament, encara inquietos i amb moltes ganes de mostrar vins interessants.



Amb la intenció de reflectir amb major fidelitat la diversitat geogràfica, tan pròpia d'aquesta part de la mediterrània, presentem els distints cellers organitzats segons les quatre zones que entenem que millor defineixen el seu lligam amb el territori abraçat, veritable eix vertebrador d'aquesta publicació. Obviem, per tant, les dues grans Denominacions d'Origen provincials, que tot al contrari, pel seu àmbit resulten massa homogeneïtzadores. I lluny de representar ara mateix un vincle clar amb el medi físic, fan aribat comercial d'una simple divisió polític-administrativa.

I així, hem donat veu als cellers citats, perquè amb les seues paraules o les nostres, pugueu conèixer-los, saber com treballen i el que fan. Sols hi trobareu un comentari breu, per donar així protagonisme a les experiències enoturístiques que ofereixen, com a millor manera d'animar-vos a anar-hi i trobar-vos-ho per vosaltres mateixos.

Per la situació actual, potser algunes de les activitats no s'ofereixen ara temporalment. Tingueu paciència! Açò també passarà. I per a la resta, els cellers ho tenen en compte i segur que faran per facilitar-vos un entorn segur.

Aneu-hi i gaudiu-ho! Mulleu-vos d'alegria!

I conteu-ho vosaltres! Abans que us ho conten...

# LA VALL D'ALBAIDA

Innovant, alhora que recuperant. Aqueix sembla que és ja l'esperit regnant. Productes recolzats en la tecnologia actual, però que beuen de la tradició i saber fer acumulats per les generacions precedents. Això sí! Canviant ara de paradigma, per prioritzar qualitat sobre quantitat.

## BODEGAS ONTINIUM

La Cooperativa Vinícola d'Ontinyent fou fundada a 1962 i des d'aleshores elaboren tant vi, com oli, intentant expressar la tipicitat de l'entorn que els envolta. Agrupats ara en tres marques diferenciades, hi podem trobar una bona gamma de vins blancs, rosats i negres, alguns d'ells certificats com ecològics.

**Activitats oferides:** Tast de vins i olis tots els dissabtes de matí per a grups d'entre 10 i 20. (7€/p); 10€/p, si la degustació s'acompanya d'embotit local. 962380849.



Foto: Adolf Boluda

## CAN LEANDRO

Celler familiar amb esperit reviscolador de reivindicació identitària de les característiques varietals i el terroir que les acull. Treballen amb diferents tipus de sòls i raïm, oferint uns vins honestos -tant blancs, com negres- obtesos amb intervenció mínima al celler.

**Activitats oferides:** Mentre condicionen un nou espai per poder rebre-vos més adequadament, podreu obtenir informació al telèfon 675323763.



Foto: Adolf Boluda

## CELLER TOMÀS TORRES

Entre Carrícola i Bèlgida, als peus del Benicadell, Vicent Tomàs conrea varies parcel·les de vinya pròpia, treballada de manera ecològica, per fer vins d'elaboració natural, sense additius de cap tipus. Ara mateix ofereix un total de deu referències, amb tres blancs i set negres.

**Activitats oferides:** Visites gratuïtes, concertades amb cita prèvia al 646481704.



Foto: Adolf Boluda

# EL COMTAT

En menys d'un segle es va passar de tenir Estació Enològica a Cocentaina –la 2a de l'estat, després d'Haro- a haver-se quasi extingit la vinya. Afortunadament diverses iniciatives han capgirat aquesta situació i han demostrat de nou que el gran potencial romanía latent. A més a més, la seua altitud potser siga un avantatge a tenir molt en compte, a mesura que el clima continue manifestant-se més càlid.

Una curiositat: al text d'introducció ja hem dit que aquesta zona la van distingir ja a 1979, diferenciada de l'àmbit provincial. Sabeu amb quines varietats? Garnatxa, Monestrell i Tortosina, com a recomanades, i Gironet i Moscatell, de complementàries.



## CELLER LA MUNTANYA

Fa bandera d'una vitivinicultura de Bona Pràctica Agrícola (BPA), unides a la consecució d'una quàdruple rendibilitat: econòmica, social, mediambiental i cultural. I tot això, recuperant patrimoni abandonat i valors oblidats; com una mena de compromís ètic amb l'ecosistema. Ofereixen un ventall ben ampli de referències amb vins blancs, un brisat, negres, dos vermuts i un dolç.

**Activitats:** Visita a les instal·lacions i tast de 3 vins (10€). "Ruta del Minifundi", un passeig pels bancalets i un aperitiu de productes locals, amb degustació de 4 vins (15€). "Molí Vell de Benifaíó", visita al molí, amb un aperitiu i un tast de 4 vins (10€) els dissabtes de matí. 608108833.



## CUP DE LA MUNTANYA

Aquest celler de creació recent, s'ubica a Planes i es nodreix de raïm d'allà mateix, de Benimarfull i d'altres pobles de l'entorn. Ofereixen vi blanc i negre naturals, elaborats de forma tradicional, procedents d'agricultura de muntanya.

**Activitats oferides:** Visites adaptades segons interès i estacionalitat.

Podeu consultar més detalls al telèfon 652819655.





## CELLER DEL MINIFUNDI

Nou projecte de Joan Cascant, creador i divulgador del concepte "ara segell de marca" "Microvinya", qui acaba d'iniciar una nova etapa en solitari, per posar en pràctica l'experiència acumulada, sense renunciar a les arrels i valors fundacionals. Hi podrem trobar dos vi negres i dos vermutos (roig i blanc).

**Activitats oferides:** "Ruta del celler del minifundi". A la microvinya "Cavall de Foc" en Alcosser de Planes. Exposició del projecte i tertúlia, seguit de la degustació de vins i dinar allà mateix. "Una experiència enològica en plena natura, assaborint la relació entre l'ésser humà i la terra on viu" (entre 25 i 80€, en funció del quòrum). 607902235.

## BODEGA MAS L'ALTET

Dominant la Vall d'Agres, entre aquesta localitat i Alfafara, en un entorn de gran valor paisatgístic, hi podem trobar aquest mas familiar del s. XVIII, que des de 2010 alberga les instal·lacions d'elaboració. Actualment fan tres vins negres de producció limitada, artesanals, fets amb passió i tenacitat.

**Activitats oferides:** Sols dirigides a públic professional.



Foto: Adolfo Beluda

# LA MARINA

El monocultiu de la pansa de finals del s. XIX va convertir aquest territori en el paradís del Moscatell, tot i que a la ja referida ordre de 1979 únicament se la considerava com a complementària.

I segurament, sols apta per a misteles! El seu desenvolupament, ara en plena efervescència, va mostrant altres cares d'aquesta varietat i les seues possibilitats. En una trajectòria que en aquest terroir sembla imparabile. Tendència a la que darrerament s'hi ha afegit l'altra varietat hegemònica, el giró. Riurats, marges de pedra seca, la mar mostrant-se sempre de fons...

Aspectes d'un entorn captivador que cal gaudir plenament. Rebutgeu imitacions!

## AIDA I LUIS, VINYATERS

Sense massa soroll, però amb un pas cada vegada més ferm, les primeres anyades dels vins elaborats per aquesta jove parella d'enòlegs van obrint-se camí, mostrant bondats i guanyant notorietat de manera progressiva. Treballen sols amb varietats locals, seleccionant el lloc més adient, entre El Poble Nou, el Pla de Llíber i Bèrnia, per oferir –ara mateix– un blanc, un rosat i un negre.

**Activitats oferides:** Visites concertades al celler i/o al camp, amb tast de vins (15€). 680507961.



## BODEGAS RIKO

Baix el paraigües d'aquest celler familiar, especialitzat en vins, misteles i vermutos en gran format, Oscar Mestre -amb clara vocació diferenciadora- s'ha estrenat amb èxit en el terreny del productes d'elaboració més acurada. Sols el nom de marca escollit, ja reflexa tota una declaració d'intencions! Parlem d'un moscatell i un giró. Però, com hem dit, elaboren moltes coses més...

**Activitats oferides:** Visites concertades al camp i al celler per a grups d'almenys 4p, amb tast de vins i embotit local (15€/p); 12€/p si sols es visita el celler. 966480294.

## BODEGAS XALÓ

Celler Cooperatiu amb més de 50 anys d'història i d'èxits, convertit en tota una icona comarcal en producció de moscatells i giró. I possiblement, el lloc més visitat de la Marina Alta. La gamma de productes és ben extensa: a més a més de vins blancs, rosats, negres i dolços, també elaboren escumós i vermut.

**Activitats oferides:** Visita guiada, amb tast i regal (10€). Més informació al 966480034.





## CASA AGRÍCOLA

Projecte personal de Pepe Mendoza, amb un cada vegada més interessant retrobament amb els orígens. Viticultura natural amb elaboracions artesanes de vins negres, brisat i blanc, que busquen transmetre el paisatge de la comarca.

**Activitats oferides:** Degustació en km.0 i al celler del s.XIX de tots els productes (cada dissabte de matí sense cost). Visita personal -en grup i amb cita prèvia- a la finca i al celler, incloent tast dirigit i acompanyament gastronòmic (22€). 688344767.



---

## FINCA MONT ROIG

Sens dubte és una bona notícia que hi torne a haver vinyes per a vi amb vocació comercial, també a Pedreguer. L'inici són set bancals de Chardonnay, que, tot i la seua joventut, ja mostren un potencial enorme. De moment fan un vi natural, amb vocació clara de mostrar el terroir i paisatge on neix, però ja s'experimenta en ampliar la gamma amb altres referències.

**Activitats oferides:** Visita a la vinya cada primer dissabte de mes, amb tast de vi i 3 tapes (11€). També ofereixen la possibilitat de concertar una ruta senderista. Concretu-ho al 625122357.



---

## JOAN DE LA CASA, VITICULTOR

Respectuós, selectiu i innovador, com ell mateix es defineix. I amb els antecedents familiars que el relacionen des de la infantesa amb la tradició de la vinya i els cups; Joan Pastor va emprendre amb el moscatell, el que aleshores era un camí inexplorat ací: vins brisats, de criança, dolç natural,... No li fou gens fàcil, però quasi un decenni després, els seus productes són tot un referent, d'una personalitat indiscutible. I potser una nova via d'inspiració per a altres elaboradors! Junt als ja esmentats, fa un negre de giró, també criat en bota.

**Activitats oferides:** Visites concertades amb prèvia cita per conèixer els processos d'elaboració, amb tast de 4 vins, incloent formatge i embotit de la comarca (15€). 670209371.



---

## MANU GUARDIOLA, VITICULTOR

Vins respectuosos amb la naturalesa i el medi ambient, utilitzant la manera tradicional de cultivar la vinya de manera ecològica. Manu intenta que el vi produït siga la màxima expressió del raïm que cultiva al camp. Treballa amb varietats locals elaborant un brisat, un rosat i negre, on fa servir la Merseguera com a fil conductor entre tots tres.

**Activitats oferides:** Visita al celler i tast comentat dels vins (10€). Visita al camp i al celler, amb tast (20€). Ambdós opcions són per a un mínim de 4 persones i amb cita prèvia. 650710770.





## LES FRESES

En acer, damajoanes o àmfores de fang, però sempre respectant temps i costums. Mara Bañó, d'ànima inquieta, ens convida a descobrir uns vins que mostren la seua forma d'entendre el món. Al celler, tradicional per fora i modern per dins, hi podem trobar distintes maneres d'elaborar el moscatell. I també algunes altres coses més...

**Activitats oferides:** Visita general a la vinya i celler amb tast de 3 vins i 2 tapes (12€). Visita a l'alt de Benimaquia: l'anterior opció més la visita al jaciment arqueològic amb companyia d'un arqueòleg (25€). Les visites escolars a la finca són un altre dels oferiments. A més a més, solen organitzar moltes altres activitats de caràcter lúdic, especialment en època estival (concerts, sopars-tastos...). Podeu consultar-ho al 682539463.



# TERRES DELS ALFORINS

L'altiplà dels Alforins constitueix sens dubte un dels paisatges més bells del País. Vorejant la Serra Grossa per Ponent trobem aquest paisatge agronòmic, ben conegut i molt lloat per la seua bellesa i harmonia. Un fruit obtés generació rere generació, per la saviesa acumulada en distribuir adequadament els conreus, respectant també les zones boscoses. Són les Terres dels Alforins, amb la Bastida de les Alcusses testimoniant que el seu apreci no és cosa de fa quatre dies. I sí, les comparacions insistents amb altres llocs resulten odioses!

## COOPERATIVA SANT PERE MOIXENT

A la tradició d'aquest celler cooperatiu, s'ha afegit des de fa uns pocs anys una renovació tant estètica com de fons, que ha comptat amb la col·laboració de Celler del Roure i que sens dubte els ha ajudat a projectar la qualitat dels seus vins, fruit del treball sobre els ceps de 4 generacions de socis-lauradors. Comercialitzen dos vins blancs i dos negres en ampolla, a més a més de treballar també en altres formats innovadors.

**Activitats oferides:** Visites adaptades segons requeriment, podeu consultar-les al 962260020.



## FIL·LOXERA & CIA

Amb una imatge moderna i provocadora i a penes un decenni d'existència, aquest celler ha sabut trobar un exitós espai propi que ja està donant molt que parlar: elaboracions artesanals de tirada curta, amb varietats autòctones i recuperades, que ofereixen també una bona dosi de personalitat i caràcter. Elaboren un vi blanc, un brisat i alguns negres.

**Activitats oferides:** Visites concertades a celler i/o camp amb tast, adaptades segons demanda dels visitants (10€, amb ampolla de vi inclosa). 606099599.



## CELLER DEL ROURE

Vint i pocs anys d'una trajectòria ben farcida d'èxits, han fet que Pablo Calatayud ocupe ja un lloc capdavanter en el panorama enològic valencià. Tanmateix, l'evolució continua a l'alça: dels dos negres de referència a la gamma de reutilització de les històriques gerres de la bodega fonda. I ara, amb el celler soterrat d'arquitectura excavada i l'ull posat en varietats autòctones, per experimentar amb elles i recuperar-les de l'oblit...

Continuarem expectants! De moment, hi podem trobar un vi blanc, un rosat, un escumós i mitja dotzena de negres.

**Activitats oferides:** Visites concertades en caps de setmana i festius. Tast, recorregut pel celler i la vinya, amb opció d'esmorzar. Podeu consultar modalitat i preus (des de 10€) al 962295020.

La seua ubicació, al mateix peu del jaciment de la Bastida de les Alcuses, fan que siga ideal per preparar-se una visita combinada.





## JAVI REVERT, VITICULTOR

Amb molt poc temps i amb varietats locals, –moltes d'elles autòctones i minoritàries– aquest jove enòleg ha aconseguit ja que se'l conega pel seu incipient projecte propi, amb uns vins que reflexen ben bé la identitat de la zona. Treballa uns blancs i negres que de ben segur no us deixaran indiferents, des de la seua presentació a l'interior.

**Activitats oferides:** Visita guiada al celler amb tast de 2 vins i acompanyament de productes locals (10€). Matins del cap de setmana amb reserva prèvia al 654547305.







## BODEGAS ENGUERA

Amb 45 anys de trajectòria i ja després del relleu generacional, aquest celler manté una aposta decidida per una viticultura cada vegada més sostenible, on podem destacar un projecte d'ajut a la conservació dels ratpenats pel control de la plaga de l'arna. Presenten una interessant i completa gamma de vins d'una no menys extensa mostra varietal.

**Activitats oferides:** Visita al celler, amb tast de 3 vins, tots els dies a les 11:00 h per a grups d'entre 8 i 20p (8€/4€ els menors).

“Noche de los Murciélagos”: Visita a la vinya a boqueta nit, per conèixer amb detall aquest projecte, tastant el vi ALIATS, amb un acompanyament de coques d'embotit i tomaca (15€/6€ els menors). També ofereixen el servei de càtering “Entre viñedos”. 962224318.



# “UNA CULLERADA D’OLI ALLARGA LA VIDA”

Les persones més majors sempre ho han dit. És una de les coses que la saviesa popular ha guardat en la memòria col·lectiva i que ha arribat fins al nostre temps després de segles i segles, generació darrere de generació.

## DIÀNIA, terra de bons olis

Alfred Martínez



Estaven encertades, però no del tot, perquè no tots els olis verge extra són iguals. La quantitat d'àcids grassos i de polifenols que conté un oli és molt variable, així ho demostren diversos estudis universitaris, entre altres els que ha dirigit José Todolí a la Universitat d'Alacant.

Els polifenols poden anar dels 1000 mg per kg als 50 mg, o senzillament, no tindre'n gens. Una de les seues funcions importants és evitar l'oxidació dels àcids grassos. Quanta més concentració de polifenols els olis són més saludables i més estables.

El clima, l'orientació de la parcel·la, la composició de la terra, el rec, i, evidentment, la varietat són factors que condicionen el contingut de polifenols, i sobre tots aquests factors, el que més pes té és quan i com es cull i s'espren l'oliva. Els olis d'olives verdes, molturades ràpidament, exprimides en fred i amb bones condicions de conservació, són el màxim exponent en quant a contingut de polifenols. Això no vol dir que els olis d'olives madures no en tinguen, en tenen, però no tants.

Uns més dolços i altres més amargs, els olis dels productors que hem seleccionat estan fets artesanalment i amb molta cura, tots tenen un índex elevat de polifenols i són infinitament millor, i no exagere gens, que els olis d'explotacions intensives que trobem a les prestatgeries dels supermercats.

Oli, amic i vi, balsam di





## EL OLIVISTA, Oli de Planes

Olis premium, ecològics i convencionals d'olives verdes i madures.  
Coupatge de les varietats autòctones blanqueta, mançanell i alfafarenca.  
Experiència de tast amb embotit i vi de la terra.  
Visita a les oliveres mil·lenàries de Planes.  
Preu de l'experiència a partir de 10€  
Tel.- 652 81 96 55

Preus: del premium / 8€  
Ecològic garrafa 5l / 23€  
Garrafa convencional / 19€

## POLIFENOLS

L'oleuropeïna, responsable de l'amargor de l'oli, l'oleocantal, responsable de la picor en engolir i l'hidroxitirosol que augmenta amb el temps de conservació, són uns dels principals polifenols dels nostres olis que ixen en els resultats dels estudis. Una garantia de qualitat i salut. Això sí, no els trobarem en els olis d'oliva, tan sols estan presents en els verge extra, i no en tots, i, en menor proporció, en alguns verges.





## CASTELL DE LA COSTURERA

Olis convencionals i ecològics de varietats autòctones. De olives verdes o madures, monovaritals de mançanell, blanqueta i picual. A destacar el cupatge de diferents varietats d'oliveres mil·lenàries. La ruta comença a Millena amb visita a oliveres mil·lenàries. Volta al nucli urbà a l'almàssera i el seu entorn que inclou visita a l'om mil·lenari i oliveres també mil·lenàries. Parada en l'almàssera Travadell, on s'explica el procés d'elaboració d'un oli saludable.

Analítica de contingut de polifenols en procés. Experiència: Un recorregut per Millena, Balones i Gorga on degustar olis de qualitat, vins, pa tradicional i embotits. Tastos de diferents olis d'oliva verge extra de varietats autòctones.

Preu de l'experiència des de 20€  
Tel.- 622 71 21 56  
Preu: envàs de 500 ml / 12€





## LA MICOLA

Estem en Alfafara i David fa un oli d'olives verdes sensacional, d'alfafarenca és clar; cuida les oliveres amb veritable passió. Experiència: l'oli el podeu provar en el restaurant que regenta, Casa el tio David, on organitza tastos. També podeu fer un volteta pels camps i acabar dinant o sopant al restaurant. Parlar amb David d'olis és tota una experiència. Visites als camps.

Preu experiència des de 20€  
Tel.- 620 78 05 48  
Carrer Bancal del Clot, 2. Alfafara  
Preu: envàs 500 ml / 10,5€



## TOSSUT

A 400 metres d'altitud, un projecte singular, el d'Anna López i Héctor Carrió, allí dalt, al mig de la Muntanya Gran, a Pedreguer tenen una xicoteta explotació en abancalaments i bonics marges de pedra seca, plantada d'oliveres i vinya.

Experiència a banda de tastar un oli ecològic, un cupatge de les tres varietats autòctones presents a la finca, podràs passejar per un dels paisatges més feréstecs i sorprenents a prop de la costa.

Preu de l'experiència 15€  
Tel.- 659 49 54 04

Analítica de polifenols 576 mg/kg índex elevat. Preu: envàs de 500 ml / 11,50€  
Oli Premium ecològic.





## TRVADELL

Experiència visita a l'almàssera i als camps. Podràs vore una olivera de 1600 anys d'antiguitat datada per la Universitat d'Alacant. Darrere de l'almàssera han fet una tenda amb productes del territori que és un gust. No us ho perdeu.

Preu experiència des de 10€  
Tel.- 96 551 10 73

Una de les almàsseres més grans de la zona. La família Ferrando porta tres generacions molturant olives i fent oli amb almàssera pròpia a Millena. Tenen 50 hectàrees plantades de mançanella majoritàriament, i en menor quantitat genovesa, blanqueta i arbequina. Tota la producció la tenen amb certificat ecològic i fan també un Premium d'oliveres milenàries.

Preus: Ecològic 500 ml / 6€  
Ecològic 3 l / 16€

## CELLER DE L'ARC TERRA PÚNICA

A les falades del Benicadell Raül Gómez fa un oli ecològic mesclant sàviament les tres varietats autòctones de Diània.

Experiència: Tastos amb vi, pa i embotit de la zona.  
Recorregut pels camps.  
Visita a oliveres mil·lenàries.  
Preus a partir de 9€  
Tel.- 699 14 81 59

Preu: envàs de 500 ml / 6€



## ALFAOLIVA

En Alfafara, la localitat que li dona nom a la varietat més potent en sabor de les nostres, amb permís de la Mançanell o Villalonga, Ramón Terol amb almàssera pròpia, ofereix visita a l'almàssera i al camp i tastos d'oli pur d'olives verdes. No et deixarà indiferent. Experiència de tast i visita al bancal. Informa't al Tel.- 646 52 59 83  
Preu de l'experiència a partir de 5€  
Preu: botella de 750 ml / 10€





## MASIA DEL CUCO

Saludable és la característica principal d'aquests olis monovarietals de rojal, un d'olives verdes i un altre de madures. També fa un cupatge de les cinc varietats autòctones que hi ha a la finca i un altre d'alfafarenca i blanqueta. Certificat ecològic, amb elevada composició en polifenols, 590 mg/kg un índex molt elevat i que indica l'alta qualitat del producte. Cultivat respectant el sòl, la flora i la fauna de l'explotació i produït amb energies netes. Almàssera dins la finca.

Experiència gratuïta disponible  
només per a professionals  
Tel.- 620 16 42 51  
Preu: envàs de 750 ml / 10€



## ONTINIUM

Olis ecològics, Premium i convencionals de les varietats rojal, grossal i blanqueta. El Premium és d'arbequina i piqual.

Experiència: La ruta del vi, oli i embotit d'Ontinyent comença a l'almàssera per a conèixer el procés d'elaboració i seguirem amb la visita al

celler per a finalitzar amb un tast de vins, olis, pa de poble i embotits d'Ontinyent.  
Preu de l'experiència 10€  
Avda Almansa, 17 Ontinyent  
Tel.- 630 32 16 31  
Preu: premium 500 ml / 8€  
Garrafa convencional 19€  
Analítica de polifenols pendent.

## PAGOS DEL GUERRER Coop. St Pere Moixent

Olis ecològics, premium i convencionals. Els Premium són monovarietals de grossal i tenen diferents premis. També fan olis cupatge de grossal, arbequina i blanqueta o amb piqual. El nom no pot ser més emblemàtic i descriptiu "Pagos del Guerrer" perquè en les terres d'aquells guerrers és on es fan hui aquests olis. Elevat contingut de polifenols, de l'ordre de 510 ml/kg

Experiència: Visites als camps, tastos, i en temporada participació en activitats.  
Preu de l'experiència 10€  
Tel.- 96 226 00 20  
Preu: envàs de 500 ml / 8€





## OLI DE LA TORRE

La cooperativa de l'Almàssera de La Torre de les Maçanes està fent olis premium amb 70% d'alfafarenca i 30% de mançanell. Ofereixen experiències de visites al camp i tastos a l'almàssera amb maridatge. Consulteu, estan preparant noves experiències i productes nous com el caviar d'oli.

Preu de l'experiència a partir de 10€  
Tel.- 616 81 90 90  
Carrer Sant Isidre Llaurador, 18  
Preu: envàs de 500 ml / 9€



## EL SIERRO, La Font de la Figuera

Oli ecològic, d'olives collides en primera instància, quan quasi no hi ha cap entrant en color, és un oli molt equilibrat verd intens. També fan oli convencional. Els dos són olis de molta estabilitat, cupatge d'arbequines, de picuals i d'alfafara, blanqueta i xanglotera. Experiència: visites al camp, tastos i possibilitat de tastos de vi i degustació d'embotit.  
Preu: a partir de 15€  
Tel.- 636 85 52 04



## RONTONAR

Visita els bancalons de pedra en sec a 800 metres d'altitud a les faldes del Rontonar, al ple del que s'anomena Pirineu valencià. Conreu de secà, ecològic i integrat en la natura. Olis Rontonar ha col·laborat amb Fundació Global Nature en el marc del projecte Life "Biodiversity in food Standarts".

Experiència de tast amb pa de poble.  
Olis premium ecològics, monovarietals d'alfafarenca, blanqueta i mançanell.  
Preu de l'experiència a partir de 10€  
Preu: envàs de 500 ml / 14,5€



# OLIVERES MIL·LENARIES

Oliveres mil·lenaries n'hi ha moltes, sobre tot a les valls del Comtat, al cor de Diània. Algunes datades en més de 1500 anys, encara que de ben segur, algunes amb el doble de tamany són anteriors a la dominació romana.



TRAVADELL MILLENA



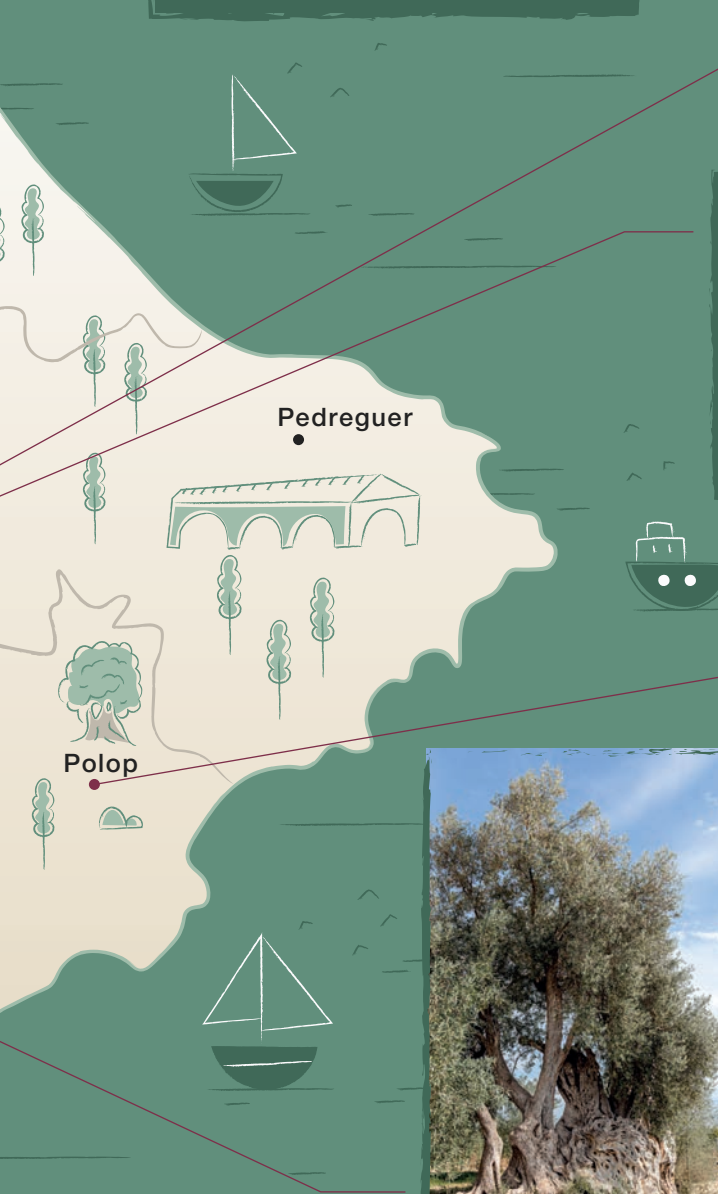
**EL OLIVISTA PLANES**



**CASTELL DE LA COSTURERA BALONES**



**BENIMASSOT**



**LA VILA L'OLIVERA GROSSA**



**POLOP**

L'olivera si no es poda mai, creix recta cap amunt, la de Polop té 11 metres d'altura.

# EMBOTITS DE DIÀNIA, propis, pròxims i amb personalitat

Carnissers i artesans busquen fer el millor producte, el més distingit i personal.

**Sergi Sòria**  
Mestre xarcuter

**T**ot el món sap bé que els habitants de les nostres comarques hem tingut per segles el porc com a animal referencial o, encara més, totèmic. El porc, durant molt de temps, ha sigut la font d'energia i aliment, i una de les preocupacions anuals de les famílies. Un animal que es criava a cada casa i que estava i està present en la gastronomia del país a través de diferents plats i tradicions populars.

“Del porc s'aprofita tot!”. Així resa la divisa popular. La màxima transfiguració que li hem fet al porc és convertir-lo mengívolament en l'embotit, així no

conservàvem la carn de tan bell i bon animal, sinó que ell ens conservava a nosaltres, ens alimentava cíclicament fins a la propera matança i ens feia passar l'any.

De les matances casolanes passàrem a la professionalització de les persones que, amb la seua saviesa, feien transitar els animals que romanien al si de la porquera en excel·lències culinàries fins arribar a la sublim i satisfactòria varietat policromàtica que inunda el món de l'embotit, portat en trelat, durant segles, pels artesans carnissers, cansaladers o, com solen ano-



## Fora de modes passatgeres, si vols qualitat, la trobaràs només als llocs de prop i de xicotet comerç

menar-los ara, per les exclusivitats dels productes, xarcuters. Darrere de la tradició d'aquesta activitat està la influència mallorquina, la dels pobladors de les nostres serralades i dels llogarets deshabitats vinguts de les illes després de l'expulsió dels moriscos, que enriquia i completava les aportacions prèvies aragoneses, catalanes i fins i tot occitanes.

No hi ha cap poble a les nostres comarques on no hi haja un o més professionals de la carn i alhora elabore els seus embotits, amb el seu art personal, volent fer el millor producte, el més



## Per divertir-se menjant a tota hora

Una generació darrere de l'altra les carnisseries familiars garanteixen l'excel·lència de les carns i els seus elaborats. Molts disposen de carns de pastura de la comarca i la qualitat del producte elaborat és molt superior a la que les grans superfícies tenen als expositors.



distingit i el més singular, dins dels paràmetres que els anys i les tradicions han marcat.

Així doncs, fent una volteta per Diània, encara trobem artesans que fan un embotit artesà excepcional. Pel tipus d'elaboració i de consum el dividim en tres grups: fresc, cuit i curat. Coneguem-ne uns quants.

## CUIT I AL PAP!

### BOTIFARRA DE CEBA

Normalment es presenta en rastre. Parlem de l'emperadriu dels nostres embotits, el més poliva-

lent i versàtil en la cuina. Es pot menjar torrada, fregida, al forn, en calent, freda. Feta de magre, ceba, sang, pebre, orenga, marduix o en alguns llocs pebrella, d'un color negre preciós; seca també és excel·lent.

### BOTIFARRA DE CARN

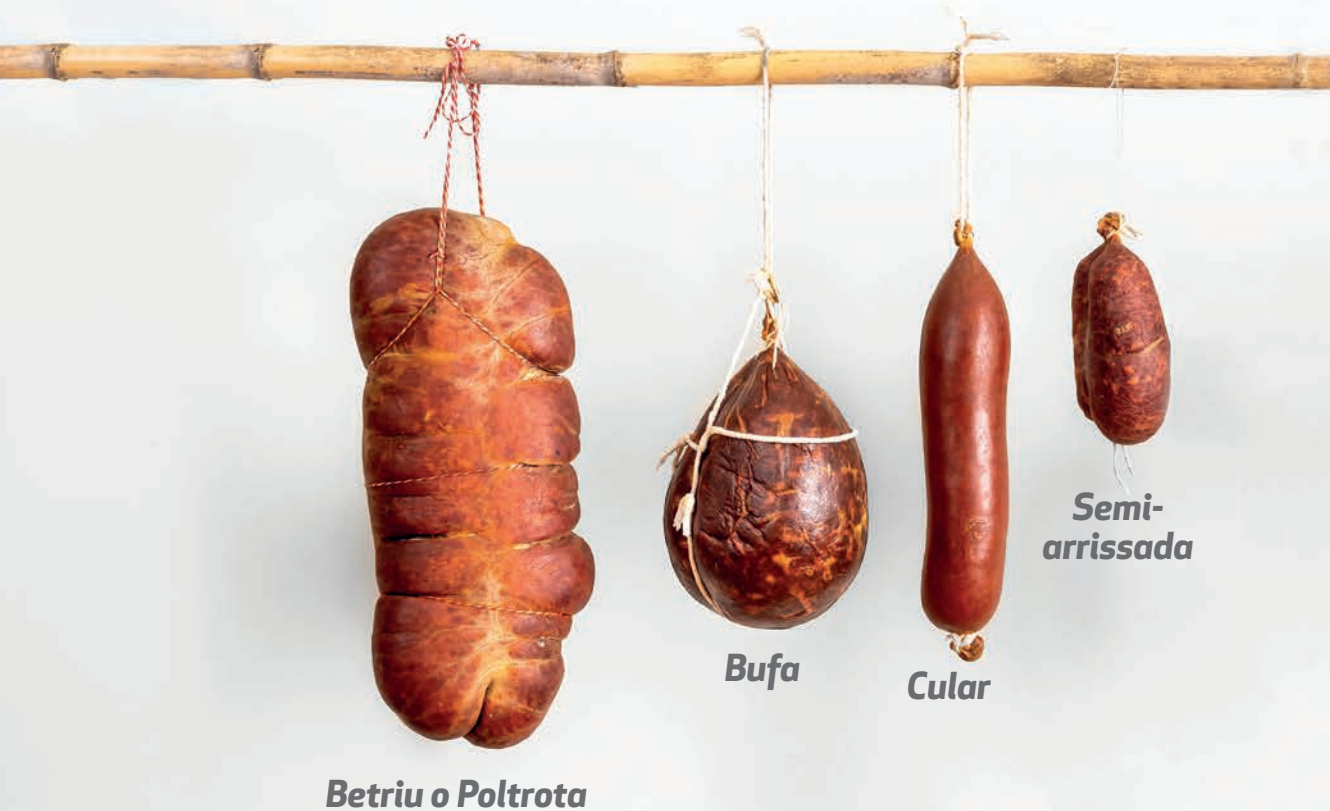
Botifarra contundent feta amb les parts nobles de la carn del porc. És a dir, feta de pasta bona embotida en budell que pot variar el diàmetre i la llargària. Les espècies que porta varien segons zones i pobles.

### BLANQUETS

En alguns llocs es coneix com botifarra d'ou. Molt polivalent quant a l'ús. Fa temps ja tenia una càrrega religiosa molt important i es consumia més ser vespra de Quaresma i Carnestoltes, per motius evidents.

### BUFA

Nom genèric per a tots els embotits el continent dels quals és una bufeta de porc. Pot ser bufa de blanquet, o de sobrassada, antic bisbe, o de pasta bona. A molts pobles del Comtat i de L'Alcoià se li diu poltrota i a la Safor, garró.



**Betriu o Poltrot**

**Bufa**

**Cular**

**Semi-arrissada**

## GARRÓ

En el garró ha perdurat el nom, però no la butsa d'embotir. El garró és la part inferior de la cuixa. Es trau la pell, es cus, es cou i s'oreja. Es pot farcir de pasta bona, costella, llengua, etc. Alguns el coneixen com morcó, denominació importada i imposada per la indústria càrnia. La cotna s'asseca i es menja a tallades o daus. A les Balears li diuen camaïot. Té una maduració més llarga.

## FRESC PER A TORRAR!

### LLONGANISSES

Embotit, normalment fresc que està adobat amb espècies diverses, segons el poble, que és prou popular i la gent el té com molt propi, potser siga el més consumit dels embotits, blanca o roja. De diàmetre prim, i de menjar en relativa facilitat, com a acompanyament en molts men-

jars, carn, sal, pebre i el lex artis dels artesans. També pot ser en alguns pobles les sobrassades que es fan primes, en budell prim de corder, per a torrar o fer coques. Aquesta sobrassada sol ser de consum més fresc o immediat.

## CURAT I ASSECAT

### SALSITXA

Embotit curat, salpebrat, que pot ser gros o prim, de la família dels salsitxons i fuets, que molt sovint es confonen. N'hi ha diferents tipus i versions, de diferents calibres i sabors, alguns porten més ingredients per a fer-los innovadors i moderns, però els tradicionals són molt complets.

### SOBRASSADA

La sobrassada ara és la vedet de les nostres menges, està de moda, és polivalent culinàriament i molt delicada. Es menja en

**ELS INGREDIENTS DE LA PASTA BONA Magre, cap de porc, freixura i sang, tot ben cuit. Pebre negre, pebre roig, sal i un polsim de canyella**





**Arrissada**

**De Volta**

**Llonganissa**

**Llonganissa  
fina**

**Semicular  
o Sobrassada**



dolç, en salat, en agre dolç i més variacions, però la sobrassada, herència dels repobladors de les Balears, no és com la mallorquina fina i mantegosa per escampar, sinó que és tendra, amb molta càrrega de magre, que ompli, que fa que el mossegar siga un tast explosiu i no pastós.

### EL GOSSET

Un embotit de llarga maduració, fascinant i rotund que està en vies de desaparició entre els artesans. De forma aplanada, al

posar-li pes damunt, les seues llesques s'assemblen a les del formatge de tovalló.

D'estructura més sòlida, es trinx la carn a trossos, no es capola finament. Una faena en què cal tindre l'habilitat de manejar dos ganivets fent creu i amb ambdós braços tallar cap a fora alhora. La càrrega de salses especiades era la mateixa que per a la pasta bona o bé per a la sobrassada. En compte d'embotir la bufa o el budell, era l'estómac del porc, d'ací la forma que li dona nom.

### EL FIGATELL

No és un embotit a l'ús, perquè realment no s'emboteix, sinó que s'embolica. S'elabora artesanalment amb una mescla de fetge i carn magra de porc, amb pebre negre, sal, clau i julivert i s'embolica tot amb la mantellina o mesenteri, un teixit reticulat i fibrós que li aporta sabor i suavitat. ■

### **La mantellina**

La mantellina és el tel greixós que s'utilitza per a embolicar el farciment del figatell.





# CARNISSERIES



## ELADIO

Eladio Tecles va treballar durant anys a la carnisseria de l'Eroski i després uns anys a l'escorxador d'Alcoi i, amb eixe bagatge, fa ara quinze anys, va obrir la carnisseria en Alfafara, ara també en té una a Agres.

Elaboren embotits i cuixots, la poltrotta de pasta bona és el producte estrella. La sobrassada la fa amb un 30% de magre, 50% de panxeta i la resta de papada en format semicircular i amb cec de bou d'un pes de 2,5 kg amb una curació mínima de 6 mesos. A més elaboren llonganisses fresques, botifarra de ceba, de carn i d'arròs, xoriç, fuet, pasqüeres i llonganissa de volta amb nous, pilotes de putxero i hamburgueses variades. Té carn de pastura d'ovelles roges autòctones, una delícia. La tenda la té plena de productes d'allí, pomes, bresquilles, tomaques, tot de temporada i olis i vins de la terra. Tel.- 606 270 146  
Carrer Filiberto Martí, 2. Alfafara  
Carrer Gràcia Maria, 1. Agres

## DONAT

Carmen Garrote i J. Vicente Donat són la quarta generació familiar al càrrec del negoci, hui tenen tres carnisseries: una al mercat i dos a Ontinyent. Elaboren sobrassada cular, semicircular, de cec de porc i poltrotta amb un 50% de cansalada magrosa i un 50% de papada, unes amb picada fina i altres grossa. El producte estrella és la botifarra de ceba i la llonganissa tendra. A més fan llonganissa de volta, xoriç sec, dolç i picant, poltrotta, botifarres de carn, salsitxa i fuet. Hamburgueses de pollastre, d'ibèric, d'alls tendres i més. També fan magre cuit i pit de polit cuit. Per regalar i quedar bé en Nadal, i durant tot l'any, fan unes caixes ben completes amb conserves i productes de proximitat. Un bon regal de profit! Olis, vins, formatges i conserves de productores locals completen l'oferta.

Avda Daniel Gil, 43. Tel.- 96 191 41 62

Avda Almaig, 54. Tel.- 96 191 41 62

Mercat Municipal. Tel.- 626 255 912



## CARNISSERIA PEIXET

Toni Torres pertany a la 2a generació de carnisers. El seu pare va fundar el negoci fa 50 anys i fins fa poc era ramader d'ovelles. Sobrassada cular, semiar-rissada, de volteta, llonganissa grossa i fina. Totes elles compostes per un 20% de cansalada i un 80% de magre. Producte estrella: botifarra de ceba. Elabora figatells, pilotes de putxero i mandonguilles. També llonganisses, blanquet, bisbe (morçó) i llonganissa de Pasqua. Elabora hamburgueses de pollastre, de pollastre amb espinacs, de vedella i de porc. Té corder de pastura autòcton de la Marina. Tel.- 96 575 6241 – 679 256 194  
C/ Bisbe Cervera, 7. Gata



## EMBOTITS ARTESANALS GLÒRIA

Mari Carmen i Marco tenen l'assecador a Guadalest a un quilòmetre en direcció a Callosa, en l'emblemàtica Raconada dels botijons. Fan torrades a les festes populars i degustacions i mostres d'elaboració de l'embotit. Sobrassades cular i semicular, poltrot a i les enormes de 5 kg de cec de vedella de mitja i llarga curació. La composició és el 70% de magre i el 30% de cansalada.

Producte estrella: Llonganissa blanca i botifarra de ceba. També fan bufa, blanquet, llonganissa roja, hamburgueses i pilotes de putxero.

Per encàrrec poden servir carn de pastura, corder autòcton.



Els trobareu als mercats de Callosa dimarts i dissabte i al rastre de Polop i la Nucia i a la carnisseria de Guadalest en la Raconada dels botijons. Tel.- 609 529 223



## CARNISSERIA "EL COIXO" GERMANES CALABUIG

Paco el coixo era el pare de Vanessa, Bea i Paqui Calabuig, les tres germanes que estan al front del negoci junt a sa mare, Ana Vidal, que encara els tira una maneta amb el saber fer que donen els anys d'experiència.

Fan sobrasada amb el 35% de panxeta i la resta de papada, en format semicircular i cular, també en fan una amb mel dels apicultors del poble. A més salsitxó, xoriç, llonganissa fresca, botifarra de ceba són el producte estrella junt a la llonganissa fresca, botifarra de carn, fuet i llonganissa de Pasqua.

Elaboracions: Pollastre i rellomello farcits, saba-denya i sesso, no té res a vore amb cervell. Carreró Pallisses, 2, 4. La Font de la Figuera Tel.- 96 229 00 26



## CARNISSERIA MANOLO

Amparo Ribera i Manolo Calabuig porten esta carnisseria amb el seu fill Manolo, que representa ja la quarta generació. Inquiet d'esperit, Calabuig està recuperant embotits, preparats i plats que es feien, no fa tants anys i que han caigut en l'oblit, com ara el braç de gitano de la Font o el galló metxat que es feia per Nadal o a festes senyalades, es fa amb rodó de vedella farcit amb ou i verdures.

Fan la sobrasada amb un 75% de panxeta i un 25 % de cansalada ibèrica. El producte estrella és la botifarra de ceba. També fan blanquet, pasqüera, llonganissa fresca, llonganissa d'Aragó, fuet i morcò de blanquet. I elaboracions com el figatell, hamburgueses variades i fassedures (pilotes)

C/ Portal de Villena, 1. La Font de la Figuera Tel.- 96 229 00 76



## CA CURRO

La família Arabí regenta el negoci des de 1913, any en el qual, Jaime Arabí Signes, el besavi de Toni, va obrir el que per aquell temps era una tenda per a vendre carn i embotits els diumenges. Tot l'embotit s'elabora sense conservants ni colorants. Disposen d'assegador d'embotit amb temperatura i humitat controlades. Les sobrassades que fan són betriu, cular, sobrassada o semicircular, de volta i llonganissa grossa i fina, i n'elaboren uns 40 kg per setmana. La composició és de 55% de carn i la resta de cansalada. La betriu o la cular necessiten d'entre quatre i sis mesos de curació, aïllades de la llum i amb l'atmosfera controlada, i mai les posa a la venda fins que passe eixe temps. El procés el segueix el mestre carnisser amb meticulositat i passió i per això aconsegueix productes únics.

Ara en fa unes de cec de bou amb més de 2 kg. Productes estrela: sobrassada i botifarra de ceba. També fan botifarra dolça amb ceba caramellitzada i mel, blanquet, blanc i roig, llonganissa de Pasqua natural, xoriç, bisbe, salsitxa, fuet i botifarra de carn.

Elaboren més de 20 tipus diferents d'hamburgueses i uns figatells amb 50% de fetge que són una verdadera delícia.

Disposa de carn de pastura de corder de la Marina. Productes de proximitat omplien les prestatgeries de la tenda, formatges, olis, llegums, conserves, espècies, vins, caves, champagnes o vermuts.

Carrer Signes, 23, Baix. Gata de Gorgos  
Tel.- 96 575 62 19. Venda online d'embotits artesans: <http://www.cacurro.com>

## CARNISSERIA CA PAQUITINA



Francis representa la 2a generació que regenta la carnisseria. La seua, és una tenda productes gourmet i sobretot de productes de proximitat. Elabora l'embotit sense conservants.

Fan sobrassada semicircular, de volteta, llonganissa i semicircular. La composició és de 35% de cansalada i 65% de magre. La sobrassada amb tomaca seca és una especialitat de la casa molt encertada. Productes estrela: botifarra de ceba en diverses versions (fresca, de volta curada, clàssica, picant i amb panses) i botifarró amb poma ecològica i nous.

Elabora tres variants de figatells: de sobrassada, d'all i pebre i de muntanya. També fan llonganissa, blanquet, xoriç, salsitxó i pilotes de putxero. Té carn de pastura de corders de la Marina.

C/ Sant Joan, 3. Ondara  
Tel.- 96 576 63 39 – 616 938 953.

## CA RABOSA

Quatre són les generacions que la família Rabosa porta venent carn i elaborant embotit, hui Sergi Soria porta el relleu generacional. Les ganes de continuar amb un treball artesà, la selecció dels ingredients, una curació adequada i una bona dosi de creativitat són patents als productes finals.

Elaboren sobrassades de diferents tamany, cular, semicular, arrissada i semiarrissada, poltrot, de volta i llonganissa. Ara estan fent grans sobrassades amb cec de bou. Són de llarga cria fins a 6 mesos i algunes prou més. Totes compostes d'un 65% de magre i un 35% de cansalada.

Producte estrella: Botifarra de ceba i arròs. Sergi i Òscar Soria Moll pertanyen a la 4a generació de la família Rabosa que fa embotit al poble de dalt. Estan especialitzats en l'embotit tradicional: fan salsitxes, fuet, pasqüeres, blanquets grossos i fins i tot botifarra de carn, botifarró i bufa.

No tenen tenda oberta, però atenen el públic. Serveixen a domicili a particulars, restaurants



i altres. Carrer Benlloch, 22. Benimaurell, el poble de dalt. Vall de Laguar.  
Tel.- 628 929 395



## PINZELLER

Pinzeller és el malnom pel qual se li coneix al poble a Paco Ferrer Berenguer i a la seua família. Paco hui està retirat però continua emocionalment lligat a l'equip de producció de la carnisseria. Hui porta el negoci Trini Carrió, que ve d'una família de Pedreguer, carnissera també de tercera generació. Fa dotze anys que treballa a la carnisseria i sis anys que està com a responsable al front del negoci.

Trini porta des de ben menuda en l'ofici. Recorda com anava amb

son tio a l'escorxador i a embotir. No volia estudiar i es va matricular en l'escola que dona l'experiència de treballar dia a dia. Emprenedora per naturalesa, no li ha faltat mai feina.

A la carnisseria també treballa Joaquina Grimalt, que porta tota la vida amb Paco. És una persona fonamental a l'equip de producció.

Les sobrassades que fan són la de volteta, la poltrot o betriu, cular, semicular, arrissada i semiarrissada i la llonganissa grossa i fina. Posen un 65% de cansalada i panxeta i un 35% de magre.

Producte estrella: Llonganissa de Pasqua.

També fan fuet, figatells, pilotes i mandonguilles.

Disposen de corder de la Marina del ramat de Ramón de Benissa, alimentat de manera natural, i de vedella asturiana ecològica.

Carrer San Nicolás, 50. Benissa  
Tel.- 96 573 05 88 - 686 517 683



Foto: José Conacento

Altea

**P**er als mariners la pesca és la seua vida, el seu manteniment. Molts d'ells van créixer a bord d'una barca amb els seus avis i els seus pares, els quals els transmeten la passió per la mar. I encara que, en els últims anys, aquesta professió ha anat en declivi -bé per la falta de relleu generacional, bé perquè altres nínxols de mercat han ocupat els ports o els recursos de la mar s'han reduït-, aquest

art encara desperta interès entre els visitants i turistes que s'acosten a les poblacions costaneres. Les llotges ara no són només el lloc de treball dels pescadors, sinó que han esdevingut llocs d'atracció que cada dia, a l'hora que arriben de faenar les barques de pesca, s'omplen de curiosos que volen saber més sobre aquest ofici i sobre els fruits.

El visitant busca viure una experiència, conèixer la història

**Carla Pons**

---



# LES LLOTGES CENTRALS, una mar per a menjar-se-la



i la cultura marinera, i tastar el variat producte que ofereixen les embarcacions, els llocs de les llotges i les pescateries especialitzades. Encara en temps d'ultraprocessats i menjars preparats, són molts els gourmets i els que valoren el bon menjar, els qui s'interessen cada vegada més pel producte de qualitat, el de proximitat, que en el cas del peix i el marisc, és el que pesquen els mariners de

la zona. Gamba roja, escamarlans, galeres, escorpa, llagosta, mero, bonítol, cèrvia, polp, sèpia, calamar, molls, aladroc, sardines, verat, tonyina... una infinitat de varietats de la millor qualitat. De la mar a la taula. "La diferència entre el peix salvatge i el de piscifactoria és abismal. La gran majoria de peix que es ven als supermercats és de piscifactoria i està alimentat a base de pinso i hormones perquè cresca

ràpidament, a la qual cosa cal afegir una quantitat ingent d'antibiòtics per culpa de l'amuntegament. No és igual un peix que es cria dins la mar menjant els aliments que necessita que un que naix dins d'una piscina i van atipant-lo perquè es faci tan gros com siga possible", explica Pepe Serrat, mariner de la barca de tresmall David de la flota de Xàbia.

Això també es nota en el sabor



Gandia

i la qualitat de la carn. D'ací la diferència de preu. Fins i tot la mateixa classe de peix, per exemple el llobarro, indica Serrat, “canviant de la Mar Mediterrània al Cantàbric o a l'Atlàntic, ja no té el mateix sabor perquè els nutrients són diferents. Així que imagina't la diferència amb els que se'ls dona pinso per a menjar”.

El sabor no ho és tot. Més enllà d'aquest important criteri, la pesca de proximitat juga un important paper social i econòmic. Àgueda Vitoria, coordinadora de les experiències de pesca-turisme a Xàbia, apunta que “pots escollir entre menjar peix de les barques del teu poble o dels voltants, que dona de menjar a famílies i afavoreix el teixit social i productiu de la

zona, o pots estar donant diners a grans empreses, sobretot companyies congeladores, que tenen vaixells treballant en aigües de l'altra punta del món i amb treballadors que no tenen garantits els seus drets laborals”.

Aquest reportatge s'endinsa en un recorregut pels principals atractius de les llotges de les comarques centrals i els seus productes més cobdiciats.

## Gandia

La llotja de Gandia és un dels grans punts de compravenda de peix de la Comunitat. La seua flota pesquera compta amb 40 embarcacions d'art menor, cinc d'arrossegament i quatre de cercol. La subhasta

de les seues captures és molt atractiva per a turistes i visitants. Les instal·lacions foren renovades en 2009 i actualment compta amb un espai amb vidriera per a poder observar des de l'altura tot el procés, des que arriben les barques fins que el peix és adquirit per majoristes i minoristes.

Totes les vesprades, sobre les 16:15 hores, la gent acudeix a aquest ritual que se celebra de dilluns a divendres. A més a més, un dia a la setmana un treballador de la Confraria de Pescadors ofereix una visita guiada en què explica els tipus d'embarcacions, les principals arts de pesca i el procés de subhasta. La confraria no compta amb punts de venda al públic general; sí que té una marca d'origen, Peix de Llotja, que identifica la procedència de les seues captures. Per a les visites guiades, es pot contactar amb els telèfons 96 284 29 19 i 96 284 12 80.

## Dénia

A Dénia la joia de la corona és la gamba roja. Moltes de les embarcacions de la seua flota pesquera es dediquen a la pesca d'aquest menjar, entre d'altres espècies. La de Dénia



Dénia



Xàbia

és una llotja “condicionada per a rebre el visitant”, explica el patró major de la confraria, Juan Antonio Sepulcre. Des d’un mirador amb vistes excepcionals, el visitant pot observar tot el procés de preparació i venda de les captures del dia.

De dilluns a divendres, a les 17:00 hores, s’obre l’accés als visitants, que pugen a una pasarel·la envidrada en altura amb precioses vistes tant a l’interior de la llotja com al mar, al port pesquer i al castell. El mirador permet contemplar l’arribada de les embarcacions i la descàrrega del gènere abans de passar per la cinta de sub-hasta. “Fa ombra i la gent està a cobert en un lloc privilegiat. A més a més, els visitants no interfereixen en el treball dels pescadors”. Un dia d’activitat normal poden passar per la cinta transportadora més de 30 espècies diferents, algunes difícils de trobar en el sector de la restauració: tòtina, furó, passamar, moixa... Algunes vesprades també es realitzen visites guiades amb grups de 15 o 20 persones que es poden contractar a través de la Confraria de Pescadors (96 578 00 06).

Després es pot adquirir tot el gènere fresc al lloc de venda de

la llotja, de 17:15 a 21:00 hores, i al matí següent al Mercat Municipal (tret dels dilluns), de 7:00 fins a 14:00 hores.

En una Ciutat Creativa de la Gastronomia, reconeguda per la UNESCO i situada vora mar, és nombrosíssima la seua oferta gastronòmica dedicada al peix i al marisc. Al llarg de l’any es duen a terme jornades específiques, i destaca especialment el Concurs Internacional de Cuina Creativa de la Gamba Roja de Dénia, que sol celebrar-se durant el mes de març al Mercat Municipal, o la campanya Enamorats de la gamba de Dénia, que el passat mes de febrer ofería la possibilitat de tastar una paperina de mitja dotzena de gamba bollida més beguda al preu de 3 euros, a la vegada que aconseguia atraure l’interés per altres espècies menys conegudes exposades als aparadors de les peixateries.

## Xàbia

A Xàbia el turisme pesquer s’ha convertit en tota una experiència per als visitants. Per una banda, els turistes poden viure en directe la subhasta de peix i presenciar tot el procés. La gentada es fon al mateix lloc de

treball amb els pescadors. Així, s’aproximen primer als amarraments per a contemplar la descàrrega de peix i marisc a pocs metres d’ells, i per a la subhasta es posicionen darrere d’una barra metàl·lica per a vore de cara com liciten pel gènere els compradors a les grades.

Hi ha dos oportunitats al dia de presenciar el procés. Al llarg del matí, entre les 8:00 i les 12:00, alhora que van arribant les barques de cércol, se subhasta el peix blau, un dels punts forts de la seua llotja. Per la vesprada és el torn de les barques d’arrossegament, que comencen a arribar al port sobre les 16:00, i pocs minuts després tenen disposada la seua mercaderia per a una nova subhasta. El peix fresc es pot adquirir després al lloc de venda del Pòsit fins les 21:00 hores. També compta amb un punt de venda directe al Mercat Municipal, que obri de dimarts a dissabte, de 8:00 a 14:00 hores.

Recentment el Mercat de Xàbia ha experimentat un auge gràcies a l’aposta no només d’alimentació sinó també gastronòmica. Així, a la parada Barket i Mercat venen el gènere fresc de les principals llotges de la Marina Alta i el cuinen allí



## La Vila

mateix, oferint delicioses tapes de gamba a la planxa, clòtixines al vapor, peix fregit, combinat de tonyina a la planxa amb creïlles... i guisats per emportar a migdia, com allipebre de polp o fideuà(da).

### El pesca-turisme a Xàbia

La novetat més atractiva per als turistes és la d'esdevenir mariner per un dia. A Xàbia, junt a d'altres localitats de la Comunitat, s'han adonat de l'estiró que té l'art de la pesca, la fascinació que produeix entre els turistes i l'auge del turisme experiencial. Tot conjugat ha donat com a resultat el "pesca-turisme", una experiència a través de la qual els visitants poden acompanyar els mariners en la seua jornada de pesca, ajudar-los i aprendre les seues faenes, enriquir-se tot coneixent les diferents arts de pesca i, una vegada acabada l'àrdua jornada, degustar a bord les captures del dia.

Aquesta modalitat de turisme experiencial es va iniciar el passat mes d'abril de 2019 i, un any després, el balanç és extraordinari. "Veiem que la gent repeteix i ho recomana", assegura el secretari de la confraria de pescadors, Jaime Pons. Francesos, alemanys,

austríacs, de totes les parts d'Espanya i moltes persones locals. Parelles, amics i famílies (avis amb els seus nets, per exemple) s'embarquen en el Cap Prim Segon o el Sol Tercer -les dos barques de pesca que ofereixen ara mateix aquest servei- al voltant de les cinc del matí i viuen un dia sencer com pescadors.

Viure aquesta extraordinària experiència de primera mà costa 125 euros. El preu inclou assegurança de responsabilitat civil, 12 hores d'acompanyament, begudes, desdejuni, esmorzar i dinar amb els productes més selectes: gamba roja, escamarlans, peix fresc... de la mar directament a l'estómac, quasi sense passar per la taula.

"Hem d'aprofitar l'oportunitat de poder embarcar gent en barques de pesca professionals no només perquè visquen una experiència, sinó perquè conegen i aprecien la realitat de la professió i l'origen dels aliments, i canvien així els seus hàbits de consum", afirma Àgueda Vitoria, coordinadora de les experiències de pesca-turisme. Per a gaudir d'aquestes eixides es pot contactar amb ella a través del telèfon 646 832 749.

### Moraira

A Moraira fa alguns anys que la subhasta pública de peix va desaparèixer. Les cada vegada més dures lleis de pesca i la falta de relleu generacional anaren minvant una activitat que un dia va ser un dels motors de la localitat. Encara queden tres barques de pesca menor que venen la major part del seu gènere en la subhasta de Dénia i algunes captures a restaurants de la zona.

Tot i això, el seu port és encisador i acollidor. "És dels més nets que hi ha", destaca Diego Noguera, de l'embarcació Nova Villa Moraira. I encara que els turistes i visitants no poden ser testimonis del curiós i excepcional procés de venda en una subhasta, sí que acudeixen a veure aplegar les barques i meravellar-se amb la bonica estampa del seu port pesquer.

### Calp

Calp compta amb unes instal·lacions totalment adaptades perquè el visitant pugui ser partícip del procés de subhasta, sense condicionar el treball dels pescadors. "Tenim molta afluència durant tot l'any", manté el secretari de la confraria Santos Pastor. De dilluns a

divendres, l'oficina de turisme de Calp ofereix visites guiades des de 8 euros (preu d'adult). Es pot trobar tota la informació per a les reserves en [www.cuentameunpuerto.com](http://www.cuentameunpuerto.com).

Des d'una passarel·la situada a una altura de dos a tres metres coneguda com "Mirador de la llotja", els turistes observen, a partir de les 16:30 de la vesprada, l'arribada de les barques, la descàrrega del peix i marisc i com puguen per allí posteriorment els majoristes. Abans, la subhasta es feia a crits, però fa uns anys que s'ha informatitzat tot.

La mercaderia de la Confraria que arriba cada dia en les barques de pesca es pot comprar en tres punts de venda: un punt a la llotja, la peixateria de la plaça dels Mariners al casc antic de Calp i un tercer punt al Mercat Municipal de Benissa. A més a més, el municipi compta també amb diverses peixateries amb una excel·lent oferta.

Tots aquests establiments compten amb el distintiu Peix de Calp, una marca impulsada per la Confraria de Pescadors i l'Ajuntament per a reconèixer i promocionar aquells establiments comercials, tant majo-

ristes, detallistes i d'hostaleria, que comercialitzen activament el peix desembarcat a la llotja de Calp. A més a més, aquest distintiu actua com garantia per als consumidors que el peix que compren compta amb les condicions de qualitat que caracteritza el peix de la localitat.

## Altea

El port d'Altea és un bonic reclam per als turistes, però la seua llotja no compta amb subhasta pública ni tampoc amb lloc de venda de peix. El procediment és privat, entre els pescadors i els majoristes i minoristes. No obstant això, de vegades admeten l'entrada de grups reduïts de 3 o 4 persones.

## La Vila Joiosa

La de la Vila Joiosa és una altra de les grans llotges de la Comunitat. Compta amb 29 barques d'arrossegament i 9 de tresmall. La flota pesquera de la Vila ha sigut històricament una de les més importants de la Mediterrània, i encara hui la pesca segueix sent un dels motors de l'economia local.

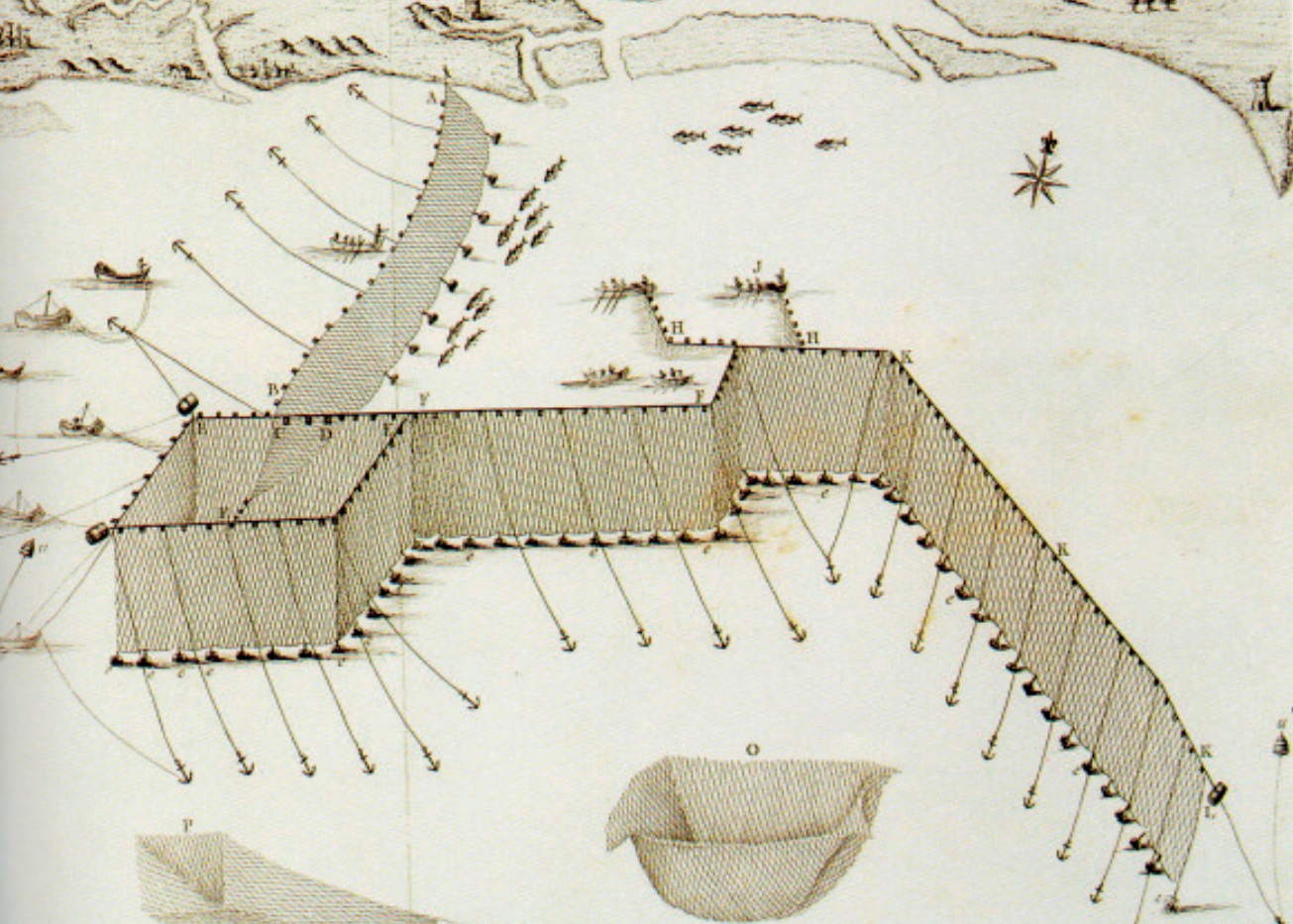
A mitjan vesprada és digna de

veure l'entrada dels pesquers a port i les maniobres d'atracada i descàrrega. La subhasta, a les seues instal·lacions acabades de reformar, es pot visitar sempre i quan siga en grups i amb cita prèvia, telefonant a la Confraria de Pescadors al 96 589 02 00 o enviant un correu a [cofradialavila@gmail.com](mailto:cofradialavila@gmail.com).

Per als amants de la gastronomia i els productes de quilòmetre zero és imprescindible la visita al seu Mercat Municipal. Amb una oferta variadíssima de productes del mar i la terra, el peix i el marisc agafen un important protagonisme. Es pot comprar el gènere fresc en qualsevol de les seues peixateries i menjar-se'l allí mateix, ja que te'l cuinen al moment al bar.

A més a més, una bona mostra de la cultura marinera es veu reflectida en la gastronomia local, amb clars exponents com la caldereta de peix, el suquet de peix, la pebrereta amb sangatxo, el polp a la vilera o l'arròs amb llampuga. Aquesta gran varietat de plats es poden degustar el mes de març en la Mostra de Cuina Marinera de la Vila Joiosa. ■





# ALMADRAVES DE LA MARINA, la pesca que feia comarca

Miguel Ángel Civera

Biòleg

Avui són història, però ens han deixat una cuina d'Almadrava que encara és capaç de generar novetats.

**Q**ue un complex i cada vegada més sofisticat sistema de xarxes, les almadraves de la Marina, interceptara el pas migratori reproductor de tonyines, sense menysprear altres espècies com melves, bonitols o albacores, demostra la importància d'aquestes costes per a la provisió d'aliments i de com una activitat pesquera anava generant assentaments costers i ha anat construint un patrimoni social, econòmic, cultural i tecnològic molt important en les nostres costes.

Un art de pesca de més de 3000 anys d'història que en les nostres costes va tindre gran importància a partir del segle XVI i que va decaure amb el temps, quan les costes de la seua plantada no compensava la inversió. Les almadraves de Dénia (que eren de retorn/revés) i Xàbia van tancar a finals del segle XIX mentre que les de la Vila i Benidorm (anada/dret) duraren fins 1945/55.



Pepe Piera, el Pegolí, disposat a traure les peces de la tonyina.  
En la foto de dalt una tonyina de 240 kg

**“Eren les tonyines tan nombroses que la flota d’Alexandre el Gran quan passava cap a Àsia es va haver de col·locar en ordre de batalla com contra una flota enemiga, ja que un vaixell aïllat no podria obrir-se camí” (Plini)**

“almadrava és una modalitat de pesca sanguinolenta (vista o tir, monteleva, \*buche i sedal) centrada en una espècie, la tonyina, que era molt abundant en el seu moment i que suposava un gran recurs alimentari, i que aplegaven a pesar fins a 600 quilos. Calia posar-la en uns llocs determinats en funció de la forma de la costa, vents, corrents, ruta migratòria d’anada de l’Atlàntic al Mediterrani per a reproduir-se (abril-juny) o de tornada (agost-setembre), i això requeria un gran coneixement de l’entorn i del comportament de l’espècie. Un art que va evolucionar al llarg dels segles i les civilitzacions en la seua tecnologia i organització, que arribà a generar, per la seua importància i singularitat, una cultura pròpia.

Es necessitaven xarxes, vaixells, àncores, ploms, astes, flotadors, sal, àmfores i magatzems, i això es traduïa en treballs especialitzats per a la seua construcció i manteniment. Requeria, a més a més, una gran quantitat de mà d’obra en el moment de la captura, conservació, transport i comercialització. D’ací la seua importància en la formació d’assentaments costers i en la seua estructura social a la Marina.

### **A per tonyina i a vore el duc**

Era una pesca cada vegada més complexa i costosa però molt important, i la seua explotació sempre va estar unida a prerrogatives dels que més manaven. A partir del segle XVI i fins a finals del segle XIX l’explotació de les almadraves de la Marina estigué lligada a concessions reials a nobles que subarrendaven la seua explotació a comerciants.

Una complexitat que exigia una estructura organitzativa i coneixements tècnics capaços de dirigir amb èxit allò que

aparentment és molt complicat. Elegir els materials necessaris, el personal adequat, triar on, com, quan es disposava l'almadrava i decidir les accions per a capturar tonyina, coordinar la recollida de totes les arts i el seu manteniment, depenia d'una figura capital per al bon funcionament de qualsevol almadrava, de l'arraix, el capità de l'almadrava.

L'almadrava ha estat lligada particularment a Benidorm, població d'on sorgiren innumbrables arraixes que han dirigit almadraves en quasi tota la Mediterrània. Cavanilles, ja en 1795, va deixar constància de la seua importància "...i com tenen la reputació ben assegurada de ser ells els més destres de la costa, també són ells els escollits per a estendre les huit almadraves que hi ha des de Tortosa fins a Cartagena. Ixen regularment per a aquesta pesca 150 homes, ...i, a més a més, uns altres huit amb el nom d'arraix o capitans, ...i un doble número de subalterns, i tornen després tots ben recompensats..."

Aliments, arts i oficis que varen deixar un lèxic, un llenguatge d'almadrava que, perquè procedixen d'altres èpoques i pel seu intercanvi amb altres llocs, és únic. Àrabs, sicilians, catalans, andalusos, corsos, portuguesos... recolliren, barrejaren i adaptaren paraules –almadrava, arraix, moixama...– en una babel que facilitava la seua comprensió allà on s'hi calava.

## A Benidorm almadraves, a Altea mariners...

La seua contribució a l'alimentació i la gastronomia de la comarca ha estat fonamental durant segles. Des de Dénia fins a Benidorm, en totes les poblacions, encara hui en dia trobem una gran varietat de productes procedents de les diverses parts de la tonyina que, bé en cru o conservada en sal, formen part del patrimoni alimentari de la Marina. Moixama, sangatxo, pelletes, espineta, ous de sèpia,

illada, cua, tronc, vísceres (budellet, bull, estómac, cor), són la base d'una cuina d'almadrava a la Marina que des de la tradició segueix generant novetats.

Les almadraves de la Marina són memòria, cultura a través d'uns assentaments, d'uns coneixements, d'uns productes, d'una forma de transformar-los, d'una parla, d'uns hàbits, d'uns símbols i valors. ■



Foto: Héctor Aura



**El bull de la tonyina**  
De la tonyina s'aprofita tot, el bull és  
l'estomac del peix, sec i salat.





# EL MERCAT, una parada imprescindible



**Els mercats són idiosincràsia,  
són empremta, són poble...  
són allò que som**



Alcoi - Mercat Zona Nord

**S**i existeix un lloc on la nostra identitat es manté de forma arrelada, aquest és el mercat; si hi ha un punt on trobar-nos i entendre'ns, aquest és el mercat. Encara que el temps passe, els costums canvien i la gent no siga la mateixa, la terra ens mantindrà sempre units per un sabor propi, per una olor peculiar, però sobretot, pel característic esforç que escampa la gent del camp, aquella de la qual no podem prescindir. Som mar, som terra, som el que ens emportem a la taula, som el que compartim.

Maria i Miquel s'alcen quan tot just la lluna vol amagar-se. Matinen per arribar al camp tan prompte com apareixen els primers rajos de sol. La jornada és tan llarga com l'astre rei vulga; mentre, les mans van endurent-se, van deixant petja-

da a capritx del temps, del seu pas. Cada fruit és tractat amb la cura que requereix, cada fruita viu a la terra el temps que necessita, mai menys, com sí que passa en els llocs grans. Allà, en aquelles immenses tendes, banyades pel color verd de la collita prematura, no som més que uns clients.

A la parada del mercat que regenten Maria i Miquel, tot arriba rosat, tot assoleix el seu punt òptim de maduresa, i cada tomaca, cada taronja, és pesada amb la delicadesa que Rosa, la compradora, mereix. Ella porta a casa el millor de la terra, el mos més saludable i saborós. Res pot enriquir-nos més que allò natural, fresc, el que es tracta amb amor i emana de la nostra preuada terra.

Anar al mercat és més que anar de compres. A les Comar

---

**Marián Albalat**



Mercat d'Altea



Foto: Aboir Boluda

Mercat d'Oliva

ques Centrals podem presumir de mercats municipals, mercadets setmanals i mercats de la terra, que a més a més, alguns, ens ofereixen un temps d'oci per gaudir als seus bars. Sens dubte, el mercat forma part de la nostra idiosincràsia, ens identifica com a poble, i en definitiva... són allò que som, són la nostra empremta. Mercats, que mai ens falten.

## Mercats de les Comarques Centrals

**Albaida.** Mercat municipal, plaça del Convent, 4. Horari: dimarts, divendres i dissabte de 8 a 14:30 h.

**Alcoi.** Mercat de Sant Roc AIE, carrer Espronceda, 2. Horari: de dilluns a dijous de 7:30 a 14 h, divendres de 7 a 20 h i dissabte de 7:30 a 14 h.

Mercat Zona Nord, carrer Arquebisbe Domènech, 3. Horari: dilluns, dimarts i dijous de 7:30 a 14 h, dimecres de 6:30 a 14 h, divendres de 6:30 a 14 h i de 17 a 20 h, dissabte de 6:30 a 15 h.

Mercat de Sant Mateu, carrer Sant Mateu, 20. Horari: de dilluns a dijous de 7 a 14 h, divendres de 7 a 15 h i dissabte de 7:15 a 14 h.

Mercat setmanal, carrer Montdúver. Horari: diumenge de 9 a 14 h.

**Altea.** Mercat municipal, avinguda Rei en Jaume I, 4. Horari: de dilluns a dissabte de 7:30 a 14:30 h.

Mercat setmanal, avinguda de La Nucia. Horari: dimarts de 8 a 13:30 h.

**Benissa.** Mercadet setmanal, carrer Sant Josep, carrer Sant Nicolau i carrer Hort de Bordes. Horari: dissabte de 8 a 13 h.

**Canals.** Mercat municipal, avinguda Jaume I, 6. Horari: de dilluns a dissabte de 6 a 15 h.

**Cocentaina.** Mercat municipal, plaça Venerable Escuder. Horari: dimarts i dimecres de 8 a 14 h, dijous de 7 a 14 h, divendres de 8 a 14 i de 17 a 20 h, dissabte de 8 a 14 h.

Mercat ambulat, plaça Venerable Escuder. Horari: dijous de 8 a 13 h.

**Dénia.** Mercat municipal, carrer Magallanes, 16. Horari: de dilluns a dissabte de 8 a 15 h.

Mercadet setmanal, carrer Magallanes. Horari: divendres de 8 a 14 h.

**Autocine Drive-in,** carretera de les Marines, 2. Horari: des



Mercat de La Vila



Foto: Adolf Boluda

Benissa - Mercat dels dissabtes



Foto: Adolf Boluda

Muro - Mercat de la Mistera



Foto: Adolf Boluda

Mercat del Poble Nou de Benitatxell



Mercat d'Ontinyent

de finals de setembre fins a mitjans de juliol, dissabte de 9 a 14 h.

**Énguera.** Mercat municipal, plaça del Convent i Plaça Ibáñez Marín. Horari: dissabte de 8 a 14 h.

**El Poble Nou de Benitatxell.** Mercat municipal, carrer del Mercat, 1. Horari hivern: dilluns, dimarts, dijous i divendres de 9 a 13 h i de 17 a 20 h, dimecres i dissabte de 9 a 13:30 i de 17 a 20 h. Estiu: dilluns, dimarts, dijous i divendres de 9 a 13 h i de 17:30 a 20:30 h, dimecres i dissabte de 9 a 13:30 h i de 17:30 a 20:30 h.

**Fontanars.** Mercat setmanal, plaça Major. Horari: dijous i diumenge de 8 a 13 h.

**Gandia.** Mercats a l'aire lliure.

Dijous al Grau, dissabtes al Passeig - Roís de Corella, diumenges passeig Rosa dels Vents a la Platja i els dimarts plaça del Jardinet-Corea. Tots es celebren de matí.

**Jesús Pobre.** Mercat de la terra. Mercat del Riurau, carrer del Pinaret, 2. Horari: mesos d'estiu, diumenge de 9 a 14 h i mesos d'hivern de 18 a 23 h.

Mercat setmanal, el Riurau, carrer del Pinaret, 2. Horari: dijous de 8:30 a 11:30 h.

**Muro.** Mercat la Mistera, carrer la Bola. Horari: dimarts a dissabte de 8 a 14 h.

**Teulada-Moraira.** Teulada, plaça Sisé Centenari. Horari: dimecres de 8 a 14 h. Moraira, pàrquing Les Sorts. Horari: divendres de 8 a 14 h.

**Xàbia.** Mercat d'abastos, plaça Celestino Pons. Horari: de 8 a 15 h i de 17 a 20 h i dissabte de 8 a 14 h. Els bars del mercat estan oberts de 8 a 22 h.

Mercat setmanal, plaça de la Constitució. Horari: dijous de 8 a 14 h.

**Xaló.** Mercat de la terra, avinguda del Rei Juan Carlos I. Horari: dissabte, hivern de 9 a 14 h, estiu de 19 a 23 h. ■



Autocine Drive-in





Mercat del Murau



Mercat de Carrícola



Xalé - Mercat de la Terra

# Un passeig per les taules i els costums culinarians de les Comarques Centrals

Durant dècades, parlar del “menjar de poble” ha sigut sinònim d'alimentació sana però de consum excepcional, farcida de plats contundents i digestions difícils. El concepte s'oposava a una presumpta alimentació urbana adaptada a productes i dietes amb etiquetes “light”, “sense” o “bio”. Afortunadament això comença a esvair-se i avui alimentar-se saludablement no significa renunciar a tradicions i costums ni a substituir productes de sempre que han sigut de vegades condemnats a l'execració social en benefici de modes més o menys alienes o més o menys pròximes. Menjar bé i sa ja no és una qüestió de geolocalització. L'alimentació és sana si és el fruit del territori, respectuosa amb l'entorn i sorgida del llegat cultural dels seus veïns. És, per tant, sana i identificadora. I ambdós conceptes s'integren perfectament si apliquem la fórmula de l'alimentació “conscient”.

En el nostre recorregut gastronòmic per les ciutats i els pobles de les Comarques Centrals del País Valencià ens hem trobat amb infinitat de plats, receptes i mètodes culinarians que compartim i que cadascun considera d'arrel pròpia. Tots fem paella i arròs amb fesols i naps, preparem putxero en dies assenyalats o acabem les celebracions amb tortades d'ametla. Són trets comuns tot i que en cada poble, i si afinem en cada casa, identificarem xicotetes variacions de gust, aspecte i, fins i tot, nominals.

Tot això també contribueix a fer més rica la nostra cuina. Canviarà un ingredient o una tècnica però el nostre gust el reconeixerà.

Recórrer les taules i cuines d'unes comarques de marcada personalitat ens ha permés també retrobar-nos amb sabors que alguns teníem oblidats o pensàvem perduts. Aquell embotit especialment especiat, un vi extraordinari fet amb mètodes naturals, un mos singular i de producció ancestral, el pastís de dolçor diferent, o el plat del poble (la pericana, el figatell...) que ha superat fronteres i ha assolit fama més enllà dels rius, les valls i els límits geogràfics que l'envolten. Podreu descobrir que cada plat local –compartit o exclusiu– té gust a un entorn determinat: l'aigua de la mar amb que es bull la gamba, les herbes que aromatitzen guisats i gaspatxos de l'interior, les tomaques que fan diferents una amanida idèntica servida a Altea o a Bocairent, o la carn, el peix i la verdura que impregnen cada gra dels nostres variadíssims i portentosos arrossos.

Són tantes les coses que compartim a l'hora de menjar com tantes són les particularitats de cada cuina local. Hi ha ciutats i pobles que han fet de la gastronomia un dels seus estandards culturals i un del seus actius econòmics més potents. Potser haurem de ser finalment conscients que les Comarques Centrals estan consolidant-se com una potència gastronòmica.





Foto: Adolf Boluda

# **GANDIA,** **la taula de les exquisideses**

Cuina ducal, burgesa i vuitcentista que perviu en un inventari de plats enigmàtic i, ocasionalment, sorprenent.



**Joan Iborra**  
Escriptor

---

**Q**ue difícil resulta alçar-se de bon matí i observar Gandia, renovada, amb altres ulls, amb aquella serenitat incrèdula amb què visitem ciutats desconegudes. Els gestos ens delaten, naixen enyoradissos d'un bell principi. Feta edificar ex novo sobre una petita alqueria àrab, a certa distància de la mar per evitar-ne els perills, a mil vuit-centes passes de 1873, i no

tan lluny com per aprofitar-ne el comerç marítim i la pesca, Gandia manté l'essència d'aquella vila ducal, literàriament mediterrània, amb figures excepcionals d'antany i d'enguany, comercial i levítica en altres èpoques. Un influx que envolta la ciutat cobdiciosament. La vida a sota del castell de Bairén discorre com un sortilegi, pura distància amb olor de rosella.

Entre el riu Serpis i el barranc de Sant Nicolau, a vora mar, hi existia un delta fluvial, germen de la marjal. Durant l'edat mitjana, al petit estuari del Serpis es capturava molt bon peix, entre ells l'esturió probablement, de carn gustosa i sense espines. El riu d'Alcoi rega l'Horta de Gandia, de tal manera que els cronistes retenen que la terra sempre estava ben proveïda i l'esplendor arribava fins a les portes de la mar, singularment els melons, reputats com els millors d'Europa.

Terra senyorial i borgiana, el sucre fou la principal activitat econòmica fins al segle XVIII, quan s'extingí el trapig d'Oliva. Hora de confits, de citronat, de rossos, d'esquallat, d'alfanics i

## Gandia manté l'essència d'aquella vila ducal, literàriament mediterrània

important tradició confitera. La quietud s'ha instal·lat a ciutat i res no canvia el capvespre. Sempre som en un instant concret.

Als encontorns de Gandia, l'enginy dels seus habitants ha fet del sòl un verger fèrtil i la "situació més favorable que la natura hagi creat mai: els arbres, els fruits, les verdures hi creixen amb tanta rapidesa com abundància. La terra no hi reposa mai". Santes paraules de Laborde que descriuen admirativament l'agricultura gandiana divuitesca. Aquella producció agrícola arribava diàriament al

mesturasses amb què es compraven voluntats polítiques i els gaudien els membres de la reialesa europea o la cúria papal. Poca cosa queda avui d'aquella

Aquests déntols porten el distintiu que garanteix la seua qualitat i que la seua obtenció ha sigut respectuosa amb el medi. Un producte selecte que pots trobar a les peixateries, tant les que estan a la costa com a l'interior, per exemple les de Llutxent o les d'Alcoi o Cocentaina.



Foto: M. Llopis



Foto: Adelf Boluda



Foto: M. Llopis

Arròs amb sèpia, carxofes i faves

Prado, de bella i antiga estampa desapareguda, on feien cap els llauradors de l'horta, avui traslladats a Alcodar. La llotja de Gandia, amb les barques de bou i de tresmall, proveeix la comarca de peix, i en alguna època, d'afamats llagostins, golosia de ducs.

Els productes de la terra i la mar, sàviament tractats amb tècniques de cocció ancestrals, constitueixen els factors que determinen la cuina tradicional de Gandia. I l'arròs. Present en quasi totes les cases i establiments. Amb totes les formes i sabors, ajustats al pas de les estacions, i també als dejunis de Quaresma i les Tèmpores. És la menja més popular de la ciutat. A cada temporada es guisava un tipus de d'arròs, de ceba i creïlla, d'espinacs i aladrocs, de floricol, a banda, d'abadejo... Alguns d'aquests arrossos han traspas-

**Gallina trufada,  
arròs en bull i  
confiteria  
delicada són trets  
d'una identitat  
gastronòmica  
a recuperar**

sat les fronteres locals, com l'acreditat sabor de l'arròs melós amb sèpia, faves i carxofa. També es coneix un antic "arròs en bull" que s'elaborava amb el budell d'un anfós fresc, considerat durant anys el millor arròs mariner de Gandia. La fideuà(da) és un plat a banda. Menja popular dels pobles mariners, gràcies al Grau i a Gandia, ha esdevingut internacional i avui la trobem, com la paella, a tot arreu. El concurs de fideuà(da) constitueix una fita per a la gastronomia de la ciutat. Un esdeveniment que devia incentivar el canvi d'arquetip culinari a l'hostaleria local i propiciar la cuina d'arrel.

L'inventari de plats procedents de la memòria escrita i popular és llarg, enigmàtic i ocasionalment, sorprenent. D'Alfons el Vell, duc reial de Gandia, s'han conservat alguns menús que



**Les vaques de la Taulaïna**  
Ganadera pasturen per la marjal, mengen herbes riques en omega 3, polifenols i altres nutrients que fan que la llet siga d'alta qualitat, els resultats als formatges que fan es nota. Ara també organitzen visites guiades per veure la granja i els animals.

mostren els ingredients utilitzats i el tipus de cuina de llavors. Arròs i fideus per a les sopes d'aletria, comú en dies de precepte. "Digous a XIII de març, aquest dia mengà senyor fideus ab formatge; la vianda darrera, 1 turma de terra". Pasta fresca amb formatge i tòfones. Cuina actual amb sis-cents anys d'edat.

Ens sorprenen les coses que a poc a poc anem deixant i oblidant. Silenci de paraules massa temps abandonades que devien eixir de la foscor. L'horta d'hortalisses i fruites donà pas al paisatge canviant de la canyamel, la morera, els melons i finalment la incerta i calamitosa agricultura dels cítrics. El temps recorre sendes travessant paisatges variats.

Notem la pervivència de la cuina burgesa i vuitcentista en un receptari de 1905, amb nombroses receptes que reflecteixen, dalt o baix, la forma de guisar de les cases gandianes, almenys les de mitja capa en amunt. Hi trobem les fórmules més conegudes com l'olla, l'arròs al forn o la tonyina amb pebre i tomaca,

antany molt popular i avui en desús. I la gallina trufada, típica de la Fira de Gandia, que preparaven les guisadores que anaven de casa en casa. Un plat que devia rescatar la restauració local perquè presenta una estampa preciosista i denota una acurada confecció.

La capacitat d'innovació de la cuina gandiana és proverbial. Cuiners agosarats han proposat idees noves per al menjar, com el mític As de Oros, el primer a combinar sàviament hortalisses, arròs i marisc en una fórmula que feu fortuna. A l'antic poble de Beniopa, gent treballadora i marjalera, el propietari d'un reconegut bar, Reno, fou capaç de combinar en un mateix plat ingredients de la terra i la mar, conill i gambes fresques del Grau, amb una sofisticació tal que exigeix una àrdua labor de cocció, saber i paciència. Un sabor ancestral i profundament arrelat a la cuina antiga. Per la complexitat exhibida recorda el niu, el famós plat dels pescadors de l'Empordà.

El pas dels anys ha fet des-



Foto: M. Llapis

**Gallina trufada**, una galantina procedent de la cuina burgesa que unes guisadores elaboraven per a les cases benestants de la ciutat durant la Fira de Gandia. Era una recepta prou complexa de cuiners professionals dels grans restaurants europeus d'influència francesa del segle XIX, atesa la dificultat intrínseca de la preparació i també l'elevat preu dels ingredients usats com la tòfona i el pernil.





Foto: José Tomé

Corona de glòria de la Pastisseria Ramiro

aparèixer aquelles antigues vaqueries que produïen la llet per al consum diari. Avui, a la Safor, tan sols en queda una, propietat de Carles Bataller, situada a la marjal de Gandia, que ha optat per alimentar les vaques amb farratge natural i pastura. Elabora formatge artesà, de cassoleta i curat de tres mesos. La llet, prohibida de vendre, què li anem a fer.

La pastisseria compta amb una llarga tradició que ha deixat un sòl de tècniques de l'antiga indústria sucrera i també casolanes. L'aparició de la Pastisseria Tano generà enormes expectatives i durant molts anys fou un referent pastisser al País Valencià. Havia optat per la recuperació de les pastes més tradicionals i una visió innovadora i enginyosa de l'art sucrer que creà escola. Els viaranys inexorables del temps finí aquella dolçíssima experiència. Avui mantenen l'artesania altres pastisseries que han seguit l'estela o han fet un camí individual sota el comú denominador de la qualitat i el sabor. Alguns productes de la pastisseria gandiana són ben remarcables, com la corona de glòria, de sabor antiquíssim, el massapà del duc, el conegut arnadí, no massa

prolífic, i una gamma diversa de pastes de bona factura. La gent del gremi ha optat per la creació d'un dolç típic de Gandia, batejat amb nom de llegenda, la Delicà, a l'estil de les ensaimades de Mallorca.

Avui, Gandia és una ciutat hostalera i turística i comercial, amb zones molt determinades per a menjar, picar o fer una conversa, com el Prado i la platja. I el port, un punt d'atracció inevitable que invita al passeig i a la picada.

Temps al temps, hem travessat les foscos dels dies foscs i avui Gandia presenta la càlida esplendor d'una ciutat renascuda, vital i atractiva. ■



## ON MENJAR

**Al centre**, quasi tot per a vianants, hi ha una oferta ben extensa de terrasses i restaurants, la plaça del Prado, la de l'Ajuntament i els carrerons del carrer Major i Sant Francesc de Borja conviden a picar, dinar o sopar o senzillament a fer-te un vermut.

**Al Grau** i la platja l'especialitat dels restaurants és la cuina marinera i de barca, amb abundància d'arrossos.

## ON COMPRAR

La visita als mercats al carrer és molt recomanable, dijous al **Grau**, els dissabtes a **Passeig - Roís de Corella**, els diumenges passeig **Rosa dels Vents**, i els dimarts plaça del **Jardinet-Corea**.

**Fira Mercat Gandia al Prado** és una visita obligada, sempre amb el permís de la covid 19, clar. Es programen activitats diverses per reforçar e impulsar l'emprenedoria local.

Al voltant de la plaça del **Prado** queden alguns bons establiments d'alimentació que recorden l'activitat que es feia històricament a la plaça.



# PALMERA, cuina d'aprofitament entre el putxero i el colomí

Xaro Lull fent arròs amb crosta



La Fundació Todolí ha reunit la major col·lecció de varietats cítriques del món

**Miquel Font**  
Periodista

**E**nvoltat per una mar de tarongers, el municipi de Palmera, que durant anys formà part del Ducat de Gandia, té com emblema la palmera dactilera *Phoenix dactylifera*, un dels arbres més bonics que inunden les comarques centrals valencianes, junt amb el cérvol. A dia d'avui aquesta localitat saforenca alberga una de les col·leccions de cítrics més importants del món, la Fundació Todolí.

Les dones i els homes de Palmera des de fa anys han considerat la crosta com al plat més tradicional del municipi. Sembla que les dones del poble solien fer tots els dijous el típic putxero valencià. Però tot no s'ho podien acabar en un dia i s'utilitzaven les restes per fer l'endemà un arròs al forn de putxero amb crosta, és a dir els

divendres. Antigament s'utilitzava la cassola redona amb forat enmig i damunt li posaven brases perquè la crosta quallara. I aquesta tradició de la "crosta" s'ha mantés en la localitat durant molts anys passant de generacions a generacions.

Entre els arrossos tenen la paella valenciana saforenca, amb pebrera incorporada, o la de temporada de faves i carxofa, i la d'arròs amb ceba i floricol, l'arròs caldós o la fideuà. És especialment estimat entre els guisats el "Putxero de Colomí", amb les verdures típiques, el moniato i el colom, amb un arròs quasi quallat sublim. Ben estès està també "Guisat de polp amb penques" i els plats amb herbes mengívols, com els llicsons, cama-roges i roselles amb el bacallà.

Si parlem de dolços, el "Pa

benet" és el més tradicional de la localitat i se sol fer per al dia del patró Sant Antoni del Porquet, el 17 de gener. Du farina, oli, sucre, ous, llevat; si es vol, un got de llet, ratllat de llima i llavorettes d'anís, a més de sucre glaç per empolverar.

Però també a les cases de Palmera no falta la tortada d'ametlles, sobretot sense pelar-les i amb el toc d'alguna ametlla amarga, o la coca en llanda, i entre les pastes haurem de destacar entre els gustos locals la Fabiola i els Balduïns o la Corona de Glòria. Per al dia de la patrona, la Puríssima, les associacions de jubilats i dones del poble fan bunyols amb xocolata amb fins benèfics.

L'Ajuntament de Palmera organitza el Putxero de Sant Antoni per a unes 300 persones,

mentre que per al 9 d'Octubre se sol fer un concurs de paelles al Parc Públic Municipal. A més estan molt arrelades les paelles d'amics i familiars per Sant Vicent, pel Nadal els pastissos de moniato i cabell d'àngel, i també la casca de Reis, els rosegons o els rotllets d'aiguardent.

## La Fundació Todolí

Vicent Todolí és la cinquena generació d'una família de tradició viverista de cítrics. A inicis del segle XXI son pare li va suggerir que comprara la finca que es venia al costat dels viviers familiars, a l'Hort del Bartolí, amb tres fanecades. Tindria una vintena de varietats cítriques i va ser el començament d'aquest projecte.

Sobre l'any 2010, abans de tancar-se el restaurant El Bulli, Todolí va parlar amb Ferran Adrià, qui comprava els seus cítrics a un viver de Perpinyà. I allà se n'anaren i comprovaren que els cultivaven amb testos, els treien al març i a l'octubre els entraven a l'hivernacle. En veure tot allò va dir en veu alta: "és increïble que en un lloc on no sobreviuen els cítrics tenen una gran col·lecció. A la meua terra, a València, el bressol de la taronja, no hi ha



cap col·lecció". I li respongueren: "fes-la tu". Va pensar que era una bona idea i va anar a l'Ajuntament de Palmera per intentar paralitzar el PAI urbanístic previst a la zona i li van dir que, si feia el Museu de Cítrics privat més important del món, el paraven. I així va ser.

En sis mesos va comprar la terra a una quinzena de veïns i a poc a poc va aconseguir fins a les 50 fanecades actuals i al voltant de 400 varietats cítriques mundials. El projecte es lligà des del principi amb la gastronomia i la investigació. Té un conveni amb l'IVIA, Departament de Farmàcia de la Universitat de València i àrea d'olis essencials.

L'Hort del Bartolí disposa d'un laboratori d'investigació i una biblioteca de llibres gastronòmics. En principi els cítrics els regala-

ven però per fer viable el projecte hui en dia han de cobrar-los. Ferran Adrià és l'assessor de la Fundació Todolí i han passat per allí, o adquireixen els seus productes, cuiners com Ricard Camarena, Manuel Alonso, Kiko Moya, la família De Andrés, María José Sanromán, Albert Raurich, Andoni Aduriz, Josep Colomar, entre d'altres. Però també d'àmbit internacional com Pierre Troisgros, un dels tres estrelles Michelin més coneguts de França i que, al costat de Paul Bocuse, va revolucionar la cuina francesa i mundial; Michel Rouleau també 3 estrelles Michelin i la prestigiosa cuinera famosa pel seu sushi Silla Bjerrum, entre d'altres. Des de fa dos anys la Fundació Todolí i l'Ajuntament de Palmera organitzen un concurs culinari per promoure el consum dels cítrics. ■



### ON MENJAR

Hi ha uns quants bars al poble, una bona opció és **QUATRE CANTONS**

# OLIVA, a la vora de la mar i a la vora de l'horta

Fer pebreres farcides és part d'un ritual d'estiu que comença al mercat i acaba en festa.

**Chelo Peiró**  
Escriptora

**T**inc la sort d'haver nascut a Oliva i que aquest siga un poble mariner. La Safor no només és afortunada per tindre la mar tan a prop, sinó per ser una zona on hi ha camps, granges i fèrtils hortes que ens permeten disposar dels més frescos ingredients per als nostres populars plats, que se sumen a la riquesa de la gastronomia valenciana.

Dels estius a la platja d'Oliva guarde bons records, entre ells l'arribada a la vora de la mar de les barques de pescadors i la curiositat amb què les xiquetes i xiquets de barri ens hi acostàvem. Entre la varietat de peixos acabats de capturar, podien aparèixer boniques petxines, vidres roms per l'erosió, com pedres precioses verd maragda, xicotetes estrelles, algues de posidònia i cavallets de mar, o fins i tot trossos d'alguna resta arqueològica. En aquell temps el desastre ecològic, amb la contaminació, els maleïts plàstics i altres increïbles residus al fons de la mar, no existia encara. Recorde la força necessària de tres o quatre homes alhora per treure les barques, amb ajuda de travesses de fusta, col·locades a la vora per facilitar varar-les a la sorra, al crit simultani d'una expressió, així com "ooribáaa!". La platja i aquestes barques amb les xarxes, olor intensa a mar, a

sal, peix, algues seques, pintura i brea, a les quals lliurement teníem accés, van ser escenari dels nostres jocs.

Solíem pescar amb només un fil i ham, "mabretes", "palaetes" i altres peixets que abundaven a la vora i amb rastells de joguet trèiem fàcilment un grapat de petxines, que portàvem satisfets a les nostres cases en poalets de plàstic, perquè les mares les cuinaren amb salsa de tomaca i ceba, que famolencs mullàvem amb pa. Els dies de pluja sortíem il·lusionats a agafar caragols, que ens cuinaven de la mateixa manera, afegint l'herba aromàtica anomenada fenoll. També en el meu record hi ha les dones dels pescadors, que esperaven la seva arribada amb grans cistells, disposades a vociferar pels carrers que portaven peix fresc, "Peix acabat d'agafar, xiquets!". I les nostres mares sortien ràpidament per comprar-lo i portar-lo directament a les nostres cuines. A la vorera, davant de l'estanc del carrer Verge de la Mar, que en aquells dies regentava una coneguda i estimada família de pescadors, era habitual trobar dones reparant les xarxes per a la nova sortida a la mar a la matinada següent.

- Mamà, què dinem hui?

- Peixet d'ahí enfront! - contesta-va ma mare.





**Caudeli, una peixateria de les de tota la vida, té en peix fresc cada dia, una oferta incomparable en qualitat i varietat, tot peix d'aigües lliures de la Mediterrània, un privilegi.**

Tindre el mar davant de casa, és un meravellós privilegi, però resulta curiós que els plats més populars a Oliva, estiguen elaborats amb saladura, com les pebreres farcides, l'arròs al forn de tonyina, el bonítol al forn, la paella de bacallà o els ingredients que cobreixen les nostres famoses coques dels divendres. El Mercat Municipal, tenia llavors una zona amb diversos llocs dedicada exclusivament a la venda de peix, hui són despatxos i oficines d'Informació i Turisme amb un pati central. Aquests últims anys he re-





**Carmen Argudo, nascuda a Oliva el 1966, és pescadora, patrona i armadora al Grau de Gandia des de fa 20 anys. Una dona pionera, la primera a ser vicepresidenta d'una confraria de pescadors a tot l'Estat. Porta dos barques que té en propietat, és una dona apassionada i entusiasta de la seua professió.**

copilat, cuinat i fotografiat tots els plats tradicionals del poble i conserve un ampli arxiu de totes aquestes receptes, algunes convertides ja en llibres, la majoria semblants en tots els pobles de la comarca i en altres comarques de la Comunitat Valenciana, amb algunes xicotetes diferències en la seua elaboració. Cite els més coneguts plats i dolços que, per tradició, solem fer a casa nostra, restaurants i forns:

**- Mamà, què dinem hui?  
- Peixet d'ahí enfront! - contes-tava ma mare**

roja- i la fideuà. Els cite en primer lloc per la repercussió universal d'aquests dos plats valencians. L'arròs al forn, que hauria de ser tan universal com els dos plats anteriors, i les pebreres farcides o l'arròs d'estiu, amb els mateixos ingredients. Més arrossos: amb fesols i nap, amb crosta,

La paella -elaborada amb els ingredients bàsics de la tradicional valenciana, i com és costum ací adornada amb tires de pebrera

la paella de faves i carxofes, la d'espínacs i aladroc, la de ceba, la de bacallà, floricol i alls tendres, l'arròs amb banderetes i l'arròs amb sèpia i carxofes.

El putxero és plat dels diumenges i recapte de les festes de Moros i Cristians, i entre els guisats de cullera caldrà fer lloc per al potatge de Quaresma i l'allipebre d'anguila. A tot hora podem picar i dinar amb la gamma amb bleda, els figatells, el bonítol al forn, la sang amb ceba, mulladors diferents, l'espencat, crestes fregides, peix fregit, i les imprescindibles coques, que ofereixen cada divendres puntualment els forns d'Oliva, amb les varietats de coques a la calfó o coquetes de dacsa, també anomenades per ací coquetes de pluja.

Els nostres dolços són els bàsics de la rebosteria valenciana, com la tortada d'ametlla, la coca en llanda, el rotllo borratxo, el bescuit, els bunyols de carbassa, les mones, els pastissets d'ametlla, els de moniato i aiguarent, les mantecades i les esponjoses valencianes.

**Cuina tradicional, cuina de mercat**

Em van preguntar recentment si es podia fer cuina tradicional valenciana sense els mercats. Vaig contestar que no, evidentment. En concret, per a elaborar el nostre plat més popular, les pebreres farcides o l'arròs d'estiu, es necessita un tipus determinat de pebreres roges i verdures com són els fesols de careta i els garroffons, que no es troben en els grans supermercats. I per fer la paella valenciana, els fesols de ferradura, els rogets i els garroffons només els trobarem amb garanties en els nostres mercats o petites botigues. Tampoc es troba en les grans superfícies el fesol morú, tan apreciat a Oliva per elaborar l'exquisida







paella d'estiu i l'arròs caldós, ni les penques del terreny per fer el nostre putxero o l'arròs amb fesols i nap.

A Oliva, per cuinar les pebreres farcides, normalment en un dia de festa d'estiu, hi ha un xicotet ritual que comença el dia anterior. Al mercat exterior dels divendres, al mercat interior o en les botiguetes de fruites i verdures, s'han de triar les millors pebreres, les més adequades, que no han de ser massa grans, d'un roig intens, de carn fina i el més rectes possible perquè siga fàcil omplir-les. A les cuines se segueix el laboriós i lent procés de la seua elaboració, amb el resultat final d'una atractiva i

apetitosa cassola de pebreres farcides que sempre alegra els comensals, perquè menjar-les, a l'igual que la paella, és sinònim de festa.

Des de l'Ajuntament d'Oliva es fan diverses accions de suport al mercat i a la gastronomia local. El concurs de coques naix a partir d'una iniciativa dels Amics de les Coques d'Oliva, i ha aconseguit amb suport institucional, interès popular i jurats de prestigi, una gran repercussió nacional. ■

L'arròs al forn d'estiu de tonyina, en Oliva el saben fer a cada casa, si l'encomanes, alguns restaurants també te'l fan. És un dels plats que més goig fa entre la població. Amb la particularitat que l'endemà encara està més bo, i es pot menjar sense calfar, és un dels seus avantatges.



### ON MENJAR

Tasteu els arrossos, les pebreres farcides, les coques i els figatells, que els trobareu a tots els bars i restaurants. Podeu anar al poble o a la platja, els dos nuclis urbans ofereixen una cuina tradicional ben cuidada, arrelada al territori.

### ON COMPRAR

Carnisseries i forns i el mercat municipal són llocs recomanables. El mercat dels divendres es una experiència agradable, en tot el color i la varietat que té un mercat a l'aire lliure.

# DÉNIA, una cuina nova que s'obri camí des de la memòria

**Rosa Ribes**

Periodista

---

**A** Dénia es ve a estiuar, a passar el cap de setmana o simplement a dinar. La seua cuina s'ha convertit en reclam per a forasters i veïns de la comarca. Quan una revela que és de Dénia, és fàcil que li diguen: que bé es menja allí! Veritat és. Es menja bé, hi ha on triar -amb una bona quantitat de restaurants i bars-, cuina casolana i elaborada i plats exquisits en cadascuna de les èpoques de l'any.

Menjar-se uns eriçons per les calmes de gener, deixant-se acariciar la pell pels tímids rajos de sol, aspirant l'olor a iode i contemplant el subtil balanceig de la mar -que eixos dies sembla una basseta d'oli-, és una experiència que et fa despertar tots als sentits, divina. No és fàcil però trobar eriçons autòctons, tan estimats pels deniers, perquè durant dècades s'han agafat sense cap control. Encara que els eriçons siguen forasters, menjats a Dénia semblarà que són d'aquí: quan passes el producte per una cultura, la cultura s'expressa en el producte. I si de cas no els agraden -els eriçons no són tampoc del gust de tots els paladars-, no patisquen, des de les taules més ben parades i els locals de luxe fins els més modestos i amb menors pretensions, a Dénia trobaran plats que els faran tocar el cel.

Lluny d'entrar en discussions sobre si un plat és d'aquí o és d'allà, parlarem d'aquells plats o productes que formen part de la cuina deniera perquè els hem fet nostres, per la nostra manera de preparar-los i menjar-los, amb l'aprovació d'aquells a qui van dirigits, les persones que se'ls mengen. Són els plats que han fet que la nostra cuina siga tan estimada, que haja qui vinga a Dénia expressament a tastar-los o que s'han mantingut com a símbol d'una gastronomia vinculada moltes vegades a les cases humils.

Els arrossos en són un exemple. Els menjarem de tota classe, alguns com els feien els nostres iaïos i que, amb el pas dels anys, pràcticament s'elaboren igual. No hi ha res com una paella d'aladroc i



### **Pont Sec**

La innovació en la creativitat caracteritza la cuina de Pep Romany, no reinterpreta plats al ús de la revolució Adrià, executa amb excel·lència i guardant les formes de la cuina tradicional.

### **El Baret de Miquel**

Fer que una penca en vinagre, una ceba o una florícol en salmorra siga un delicat mos d'alta cuina és sorprenent, són sabors subtils, sabors a la memòria.



### **Aticcook**

Bruno Ruiz, amb una energia creativa potent, crea plats amb base de cuina popular amb uns resultats admirables, i sinó, mireu la versió que fa de la gamba amb bleda.



**No hi ha res com una paella** d'aladroc i espinacs com aquelles que es feien en temps de Quaresma o de bacallar i floricol per al dia de Divendres Sant.



espinacs com aquelles que es feien en temps de Quaresma o de bacallar i floricol per al dia de Divendres Sant. A l'hivern podem regalar-nos un arròs caldós amb fesols i naps i, a l'estiu, què els semblarien uns fideus rossejats? Trobaran una gran varietat de paelles amb carn o peix i amb ingredients tan variats com els cigrons, les albergínies, les faves, el bull o els caragols, i combinacions quasi perfectes com la de rajada i alls tendres, la de faves i carxofes o la de calamar i verdures. No cal recordar que l'arròs a banda és el més popular dels nostres arrossos i que el seu secret, diuen els entesos, està en utilitzar peix de roca per fer el caldo.

Aconseguir el punt de cocció que ens permet obtenir un bon arròs a la valenciana –solt, gustós i amb el gra sencer–, com el

fan a Dénia, és un art que alguns dels nostres cuiners i cuineres han dut a la perfecció virtuosa. Davant l'arròs –potser l'ingredient més apreciat en la cuina valenciana– es plega el nostre tres estrelles Michelin, Quique Dacosta, que el qualifica com “un autèntic portent de la natura” i del qual alaba la seua personalitat, humil i camaleònica alhora.

Dacosta ha explorat també les salaures i les ha introduïdes en el món de la cuina d'altura. Utilitza noves tècniques que li han permès incorporar sabors i textures als seus plats en una aposta agosarada per reinventar aquella tècnica que van universalitzar els romans i que a Dénia hem fet tan nostra. Parlar de gastronomia a Dénia i no fer-se ressò del salat seria imperdonable. L'utilitzem per a guisats i plats tradicionals i els restauradors l'han incor-





**Divendres hi ha mercat fora**, al carrer, on es donen cita productors de Dénia i dels pobles del voltant.

porat a les seues receptes creatives. És fonamental que siga de bona qualitat i que tinga eixe puntet de sal al qual hem acostumat el nostre paladar. Si parlem de tonyina, possiblement procedisca de l'almadrava de Barbate (Cadis) o

de les factories de San Pedro del Pinatar (Murcia); aquí ja s'agafa poca tonyina roja. Tot i això, bars i restaurants serveixen plats tan populars com el tomacat, el bull amb ceba o la borreta de melva. De la tonyina s'aprofita tot, fins i tot les espinetes i les pelletes. El sangatxo i les parts nobles de l'animal són els que tenen més eixida en el mercat. És el cas de

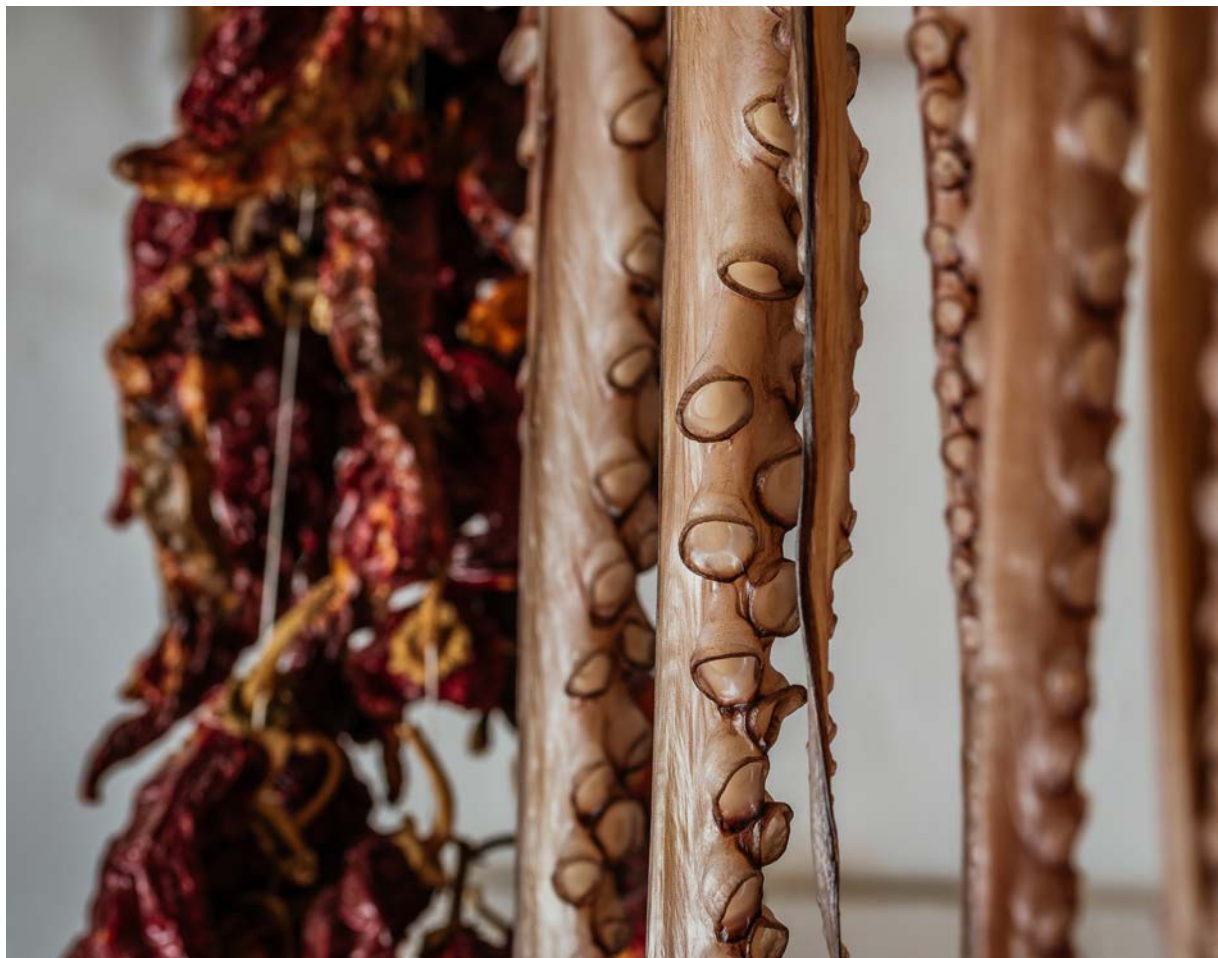
**No cal recordar que l'arròs a banda és el més popular dels nostres arrossos i que el seu secret, diuen els entesos, està en utilitzar peix de roca per fer el caldo**

no quede massa dur i amb la textura adequada; i després el menjarem torrat a la flama o a la brasa i només amb un bon raig d'oli. El bacallaret o capellà i la moixa també tenen presència destacada entre els gustos dels deniers. I lligant-lo amb el salat, cal fer esment d'un altre plat molt vinculat a la nostra cuina: les coques. Són possiblement

la moixama, l'ou de tonyina o la tonyina de sorra que, amb un bon oli d'oliva verge extra, conviden a mullar.

Ens hem de detenir en els assecats, on el polp sec és el gran protagonista. S'ha de saber assecar bé perquè





el millor indicador que passat, present i futur s'agafen de la mà. En elles, de nou trobem les salaures. Però ara compartint protagonisme amb embotits, herbes i verdures. Se sorprenia un amic meu quan li explicava que aquí a Dénia, i a la Marina Alta en general, s'acostumava a acompanyar les coques amb un singlot de raïm a la mà. Com al meu amic, a molts els podia resultar estranya la manera de procedir. Així que per facilitar les coses als comensals, algun restaurador s'ha aventurat a fer del moscatell un ingredient més de les seues coques. Aconsegueix així que pegar un mos a la coca de salat i raïm siga veritablement una d'eixes experiències que et trasllada a la infantesa.

Sabors de quan érem menuts són també els de la salmorra que, com els salats i els embotits, podem comprar al Mercat Municipal de Dénia, visita imprescindible per conèixer com respira la ciutat. D'ell s'abasteixen molts restauradors i algun, amb el cabàs a la mà, és de visita diària. Allí tenen carn (tasten els figatells!) i peix fresc (si hi ha sepionet, compren! -el de Dénia, a la planxa, no té la fama debades-); i paren atenció a les fruites i les verdures. Divendres hi ha mercat fora, al carrer, on es donen cita productors de Dénia i dels pobles del voltant.

En els últims anys s'ha fet una aposta per part d'un sector de la restauració local per recuperar l'ús de peixos poc considerats

### **Ens hem de detenir en els assecats, on el polp sec és el gran protagonista**

que habitualment no s'inclouen en les cartes, però que poden ser del gust del client i donar molt de joc en la cuina. La Confraria de Pescadors comptabilitza la captura de més de 100 espècies diferents. I entre totes elles, la gamba roja continua sent la reina de la subhasta.

Diuen que el que la fa diferent de la gamba que agafen altres barques que calen en el Canal d'Eivissa és la manera que tenen



# Una cuina senzilla i amb caràcter reconeguda per la UNESCO

**P**arlar de cuina a Dénia és paraula major. Els deniers presumeixen de la mar i del Montgó, de milers d'anys d'història, d'un important patrimoni cultural, de la bondat del clima i del caràcter tan particular. Ha sigut ciutat refugi d'artistes i d'escriptors, lloc d'estiueig de les classes benestants i de la burgesia valenciana i també, durant molts anys, ha estat escenari del tràfec de vaixells dedicats al comerç. Ara bé, la seua cuina –sense caure en el tòpic de la gamba roja i l'arròs a banda, que també– és l'expressió d'una cultura, entesa com un costum que funciona. S'han mantingut plats que partien del que es tenia a l'abast, n'han incorporat d'altres forasters i n'han inventat de nous, obtenint l'aprovació d'aquells que se'ls havien de menjar, el que ha possibilitat perpetuar-los i diferenciar el llegat gastronòmic propi.

Amable i senzilla però, a la vegada, amb caràcter i personalitat, la cuina de Dénia està arrelada, a la mar i a la terra i, en definitiva, a una manera de fer i viure que mira cap el futur i ens trasllada més enllà dels foguers. Acomodada durant un temps en una fama que pràcticament li va permetre viure de rendes, en els últims anys hi ha hagut un despertar d'iniciatives i mampreses encaminades a fer de

la restauració alguna cosa més que un motor econòmic. Parlar de cuina i de menjar avui en dia a Dénia és recordar d'on venim per repensar cap on anem. L'acreditació de Ciutat Creativa de la Gastronomia de la UNESCO ([www.deniacreative.city](http://www.deniacreative.city)), extensible a tota la Marina Alta pel seu projecte de mires comarcals, i representativa d'una cuina valenciana de gran riquesa, va arribar a les acaballes de 2015 i ha sigut revalidada recentment, no fa més que reconèixer una cultura gastronòmica enriquida constantment des de fa segles per aquells cuiners -avantpassats, precursors o actuals-, que coneixien i coneixen com ningú com dur a l'existència uns menjars vertaderament nous i bons, i a uns convidats amb paladars educats que els han valorat suficientment per a que siguen dignes de pertànyer a la nostra cultura.

Que a Dénia alguna cosa es mou a nivell gastronòmic és ben cert. I que la bona cuina no és només un èxit dels cuiners sinó també dels productors, els llauradors, els pescadors, els ramaders i tot aquell que es preocupa per mantenir vives les nostres arrels. Però també d'uns paladars educats en una cultura que són, al remat, qui decideixen si allò és bo i roí i si ho hem de recordar o oblidar.

els pescadors i els restauradors de Dénia de treballar-la. La gamba roja forma part de la cultura gastronòmica de Dénia no per la seua naturalesa sinó pel tractament que rep i per la manera de fer-la bullida, al punt i amb aigua de la mar, la tècnica que popularitzaren el Gavilà i el Pegolí. Els "entesos" diuen que s'ha de xuclar el cap de la gamba, que és el més gustós. No xuclen vostés el cap si no volen però, si tenen l'oportunitat de menjar-la, no es priven d'ella. ■



L'interés per mimar i fer créixer eixe moviment gastronòmic emergent, on es barregen conceptes com l'alimentació saludable o la sostenibilitat, ha donat peu al naixement de propostes com el Mercat del Riurau de Jesús Pobre, consolidat i tot un referent no sols per a la comarca sinó també per a terres veïnes; i a projectes com el Celler Les Freses o la Cooperativa Dotze Ceps, que fan del moscatell alguna cosa més que vi dolç, recuperen varietats de raïm antigues i trepitgen el terreny de mètodes d'elaboració naturals o tan antics com els utilitzats pels ibers a les factories de l'Alt de Benimaquia, en el Montgó.

A l'ombra de la cuina que es nodreix de productes frescs, de temporada i de proximitat, s'han fet campanyes d'alimentació saludable a les escoles i s'han tornat a posar en producció terres que havien sigut abandonades fins el punt de perdre eixe ordre i simetria tan característics dels bancals valencians, ben treballats, amb cavallons rectes, de magnífics marges de pedra

seca i sistemes de reg perfectament estructurats. Quan tot era fàcil, quan dedicar-se al camp estava mal vist i era molt més senzill guanyar-se la vida d'altra manera, ens vam oblidar que la terra ens ho havia donat tot, o quasi tot. Ara, ens adonem que el millor que li pot passar a la nostra cuina és que siga capaç d'impulsar la recuperació d'un paisatge que fou un pur prodigi no fa massa temps. Benvinguts els xicotets productors que d'uns anys ençà omplien el rebost dels restaurants de verdures, hortalisses i fruites fresques. Benvinguts aquells que, preocupats per obtenir farines més saludables i recuperar parcel·les en desús, han posat en marxa el projecte Blat de la Marina, altra mampresa que no ens podem permetre deixar de banda. I llarga vida a la nostra flota pesquera, bastant minvada en els darrers anys però que continua fent de la llotja de Dénia un dels trossos de la ciutat. ■





Amb el lema **“Cuinant una terra. Llaurant un futur”**, el mes de novembre de 2019 es reunien a Dénia productors, cuiners, hostalers, professionals del turisme i experts en tots els elements que formen la cadena de valors de l’alimentació sostenible. El D\*NA Fòrum, amb el cuiner Pep Romany com a comissari, era una versió diferent del festival gastronòmic D\*NA que havia dirigit Quique Dacosta amb un gran èxit els dos anys anteriors.

El Fòrum era un festival per a reflexionar, intercanviar experiències, veure errors i encerts, explorar vies de consolidació de projectes innovadors i renovar la il·lusió per fer una comarca, la de la Marina Alta, més forta i unida al voltant d’una tasca monumental: reaprofitar i redirigir el fenomen turístic cap a fórmules respectuoses amb l’entorn, amb la tradició i amb l’economia local. Del Fòrum eixiren unes conclusions per abordar eixe futur sostenible i un compromís dels ajuntaments per reconstruir un sòlid Sistema Agroalimentari Local.



## ON MENJAR

### El menjar va per barris

En el centre urbà, al voltant de l’emblemàtic **Carrer Marqués de Campo**, encara es pot assaborir el regust d’aquells hotels, casinos i cafeteries que van posar els pilars de la cuina local elaborada.

El barri de **Baix la Mar**, convertit en zona de vianants, és un laberint de barets i cases de menjar on prima el producte de la llotja pròxima.

El cor del **barri vell**, el que tancaven les antigues i desaparegudes muralles, és ara també un potent reclam gastronòmic. El carrer **Loreto** ja és conegut dins i fora de la ciutat per la seua eclosió de locals de tota gamma.

A les **Marines** són innumerables els llocs on poder menjar i sopar vora l’arena, i a les **Rotes**, un paratge més exclusiu i singular encara regna el marisc i la cuina marinera de cases de peix, marisc i gamba que toquen l’aigua de la mar.

### Els Magazins, un mercat gastronòmic entre murs carregats d’història

Un tros del barri de Baix la Mar de Dénia, més de 3.000 m<sup>2</sup>, que ocupaven carrerons, patis, casetes, tallers i fabriquetes de joguets, es reconverteix l’any 2019 en un modern espai gastro-cultural. Sorgia de la iniciativa de Federico Cervera, empresari d’una família amb quatre generacions vinculades a l’hostaleria local. Els Magazins és un mercat gastronòmic que concentra una vintena de barres, tendes i locals de la més variada oferta (cafés, pinxos i tapes, embotits, pasta italiana, gelats, vineteques, ostreria...)



# ELS POBLETS

## entre tres aigües



Resultat de la fusió de tres nuclis de població, estan a uns pams de les aigües de la mar, toquen riu i han rebut la influència dels marjals i paratges humits pròxims. La seua cuina és, com el poble, una fusió de tres aigües.

**E**ls actuals Poblets es formen a partir de la unió de la Setla, Mira-rosa i Mirafior, popularment coneguts com els Llocs al s. XVI. Els trobareu al final de la vall del Girona, tot just abans de la desembocadura del riu. Només els més majors recorden que fa uns vuitanta anys els Poblets era un poble de mar.

El terme dels Poblets és reduït, tot i que avui molt poblat per la presència d'urbanitzacions sorgides del boom immobiliari, ara convertides en refugis de residents europeus. La cuina casolana i els locals de restauració es beneficien de la influència d'un territori d'aigües variades. Alguns restaurants vora mar, ubicats en terme de Dénia, però lligats per proximitat als Poblets, han fet fama amb el peix fresc que els seus propietaris capturaven artesanalment en caladors de la platja. Meros i tonyines a la brasa i a la planxa, quan es presentaven generosos pel litoral, o excel·lents suquets i llançetes, formen part d'una oferta molt atractiva. A més, riu i marjal els han dotat d'anguiles i crancs que s'han incorporat igualment a les cassoles populars.

La Platja de l'Almadrava deu el seu nom a l'activitat que els avançats pescadors de la zona van desplegar per a la captura de tonyines. D'elles ho aprofitaven tot: treien la moixama, el bull, el budellet, la de sorra, la ventresca, els ous... Encara avui trobarem l'empremta de la tradició culinària de la tonyina.

A la zona que fita amb la platja, Sorts de la Mar, trobem el jaciment arqueològic romà millor conservat de tota la Comunitat Valenciana. Es tracta d'una vil·la romana dedicada, principalment, a la fabricació d'àmfores per a l'exportació de vi i l'oli, durant els segles I, II i III dC. La terrisseria es troba en un lloc estratègic, al costat de Dénia, i que donava eixida a vora mar els productes de secà que arribaven de l'interior de la comarca pel riu Girona que en eixa època devia ser navegable. Actualment, es pot visitar el jaciment de la mà de l'arqueòleg Josep Antoni Ahuir, visita guiada 96 647 53 52. ■

**Júlia Vela**

Periodista



### ON COMPRAR

**AGRO NATURAL.** Podeu comprar hortalissa i fruita de temporada a peu de bancal, tots els dissabtes de 8 a 13:30h. Tenda: camí Real de Gandia darrere urb. las Ranas en Ctra. les Marines **679 498 798**

### ON MENJAR

**RESTAURANT BAR LA PLAÇA**  
Cuina casolana, arrossos, peix fresc, eriçons i saladures com polp sec, tonyina, capellà  
Plaça del Castell, 1. La Setla  
Tel.- **644 56 75 07**

**RESTAURANT LA BRESCA**  
La Bresca Restaurant és un restaurant de tota la vida trobareu tonyina d'almadrava, sepionets, polp, figatells, coques escaldades, cavalla i saladura tradicional.  
Arrossos per encàrrec.  
Tels. **658 123 176 / 676 925 279**

**TEMPTACIONS**  
Bar-restaurant tradició del producte amb bones presentacions. Bona carta de vins valencians. Polp, saladures coques a la pala i tradicionals.  
Tel. **603 860 032 / 711 706 986**



# EL VERGER, la fertilitat d'una terra vora riu

La gran varietat d'entrepans i tapes dels bars locals ha servit per a promocionar l'esmorzar valencià.

**E**l refranyer diu "Terra per fer plantiu, terra vora riu". El Verger té una de les terres més fèrtils de la rodalia, tant per estar situada al delta del riu Girona com per la seua proximitat a la marjal Pego-Oliva.

Els avantpassats dels vergerins i les vergerines es dedicaven a l'agricultura de regadiu i de secà: cultivaven garrofes, olives, vinyes, cereals i llegums, taronges, hortalissa, alfals i fruitals, i fins i tot canyamel. Hui en dia encara podeu visitar a la Casa del Trapig les restes de l'antic molí que transformava la canya de sucre en melassa. Al segle XV es va introduir a la Safor i a la Marina el cultiu de canyamel des de Sicília, ja que aquesta zona compta amb un bon volum de pluja i els rius portaven aigua quasi tot l'any. Més tard, aquest molí es transformaria en una almàssera d'oli, per donar eixida al cultiu d'olives.

D'altra banda, la pesca de

l'angula i l'anguila al Riu Racons-Molinell és una pràctica artesanal que ha viatjat de generació en generació fins als nostres dies. Cada any, des de novembre fins a finals de març una colla de vergerins preparen algun tram del riu amb "paraderes" i gànguils per enganyar les esmunyedisses anguiles i atrapar-les dintre dels embuts de tela. L'angula, la cria de l'anguila, es pesca el mes de gener de la manera tradicional.

Aquests costums emmarquen la cuina marinera, d'horta i de marjal, que trobareu als bars i restaurants del Verger. Fa uns anys es va popularitzar l'Esmorzà, una iniciativa dels restauradors locals per promocionar la gran varietat d'entrepans i tapes que ofereixen tots els matins. També us recomanem una carnisseria tradicional, un forn on cuiden les farines per a elaborar pans, coques i pastissos, i un productor novell de xocolata. ■

**Júlia Vela**

Periodista



## BARET DE XUS

El Baret de Xus és un bar-restaurant familiar encapçalat per Xus. La mare, Rosa, cuina de manera tradicional, com ho faria en sa casa. Es pot esmorzar qualsevol dia per sis euros, amb un "cremaet" ben fet inclos, però el dia gran de l'esmorzà és el diumenge, amb plats com cua de bou, patonets, mussola, galta de porc, all i pebre d'anguila del Molinell... Fan sopars amb tapes a partir de peix fresc de la llotja de Dénia i hortalissa de temporada.

**Álvaro Monfort Torres.**

Periodista i escriptor a la voreta de la mar

# XÀBIA, cuina ancestral de mar i terra

Ha sigut fidel a l'herència d'aquella primigènia societat que treballava la terra i s'endinsava en la mar. Esta dansa amable entre els dos ecosistemes, quasi mitològica, ha donat peu a un rebost carregat de receptes.

**L**a vila de Xàbia aflora a l'abraçada de gegants de pedra, els quals un dia van decidir dormir per sempre amb els peus a remulla sota l'atenta mirada de l'etern vigilant del Montgó i donar nom als actuals Cap de Sant Antoni, Cap Prim, Cap Negre i Cap de la Nau. Una vall fèrtil per a l'assentament de reduïdes comunitats d'ibers i port de fondeig dels grans pobles viatgers de la Mediterrània, com han constatat les àncores trobades en l'entorn submarí de l'illa del Portitxol.

La situació privilegiada del municipi, protegit per una rica i variada orografia que actua com a barrera natural, i -probablement- la seua falta de grans connexions (encara que durant els mesos d'estiu multiplique

a nivells exponencials la seua població), han permès que haja sigut capaç d'atresorar i preservar molts dels seus costums i tradicions i, per suposat, la seua gastronomia.

La cuina de Xàbia està lligada a la seua història i al seu entorn. Ha sabut evolucionar i enriquir-se gràcies a la influència dels pobles veïns i del territori valencià, però sempre ha sigut fidel a la seua herència, d'arrel ancestral, d'aquella primigènia societat que treballava la terra i s'endinsava en la mar. Esta dansa amable entre els dos ecosistemes, quasi mitològica, ha donat peu a un rebost carregat de receptes per a fer del menjar una experiència que cal gaudir amb els cinc sentits.

La gastronomia xabiera sap i té

aroma a verdures, fruites i hortalisses dels cultius d'autoconsum. A llegums i cereals, tenint com a protagonistes d'or les faves, guixes, pèsols, llentilles, l'ordi, el blat convertit en farina als Molins de la Plana, i l'arròs com a cereal importat i típic en la dieta valenciana. També a cultius de secà, d'oliveres, ametlers, figueres, vinyes i conserves de tot tipus per a garantir una alimentació rica i variada al llarg de tot l'any.

Si es parla de menjars que arriben del camp a la taula, cal parlar de les coques. Les de Xàbia, fetes al forn de llenya, són famoses. Tenen sabor a vesprades d'estiu al Riurau o a la naia de la caseta, i recorden el so dels amics els dies de Pasqua. Fetes amb farina de blat, les més conegudes són

les d'esgarrat, ceba i tomaca, oli, anxoves o tonyina de sorra. Si parlem de pastissets, els de pèsols i espinacs són els reis indiscutibles. Obertes o tapades, la tradició mana fer una festa de la seua elaboració, seguint el ritme d'amassat de les sàvies iaies, i degustar-les amb bona cosa de raïm moscatell.

La terra dona peu a altres elaboracions com l'arròs amb fava pelada, amb fesols i naps o al forn, el tradicional putxero amb pilota,

## Xàbia també sap a saldares que combinen la destresa de la conserva tradicional amb el peixos de la badia, i que els mariners encara preparen amb molta cura

les faves sacsaes ben condimentades, la sang amb ceba, l'esgarrat, els caragols amb fenoll i els arrossos en paella.

A l'hora de parlar de la gastronomia del municipi, posar l'accent en el seu Pòsit de Pescadors és ineludible. El poble mira a la mar i les seues aigües -banyades per la llum que va captivar Sorolla-



Foto: Adolf Boluda

són font d'aliment. De les activitats associades al sector primari, la pesca encara constitueix un dels motors de l'economia local i d'ella es nodreix l'àmbit de la restauració en el sector terciari.

Al voltant d'una vintena de barques de diferents tipologies (d'arrossegament, encerclament i de tresmall) conformen la flota de la Confraria de Xàbia i són les encarregades d'abastir gran varietat d'espècies de peix i marisc fresc que es poden adquirir en la Lotja situada en el moll pesquer i en el Mercat Municipal. Tots ells donen peu a plats tan saborosos com el cruït de peix, el guisat de polp amb penca, la borreta (amb saladura de bull), el suc roig i el madroc de bacallar. Les fideuues també s'han fet tan habituals a les taules com els arrossos secs o melosos. De la mar també

prové una de les delícies més apreciades i protegides: els bogamarins. No cal cuinar-los, només obrir-los i mullar pa per a assaborir la seua gustosa i intensa carn roja.

Per a finalitzar, qué millor que un dolç que ens recorde eixe passat àrab que va deixar la seua petjada amb l'ametlla com a protagonista de receptes com la tortada i la coca maria -que semblen bescuits- i els dolços de les festivitats que compartim de la tradició valenciana. Les panses i la mistela de moscatell són el complement perfecte. ■



### Gastronomia galàctica:

Xàbia compta amb restaurants guardonats com ara el **BONAMB** (amb 2 estrelles Michelin i 3 sols Repsol) d'Alberto Ferruz i Pablo Catalán, el restaurant de l'**HOTEL RODAT** (1 estrella i 1 sol), el **TULA** de Borja Susilla i Clara Puig (1 estrella i 1 sol).



Foto: Adolf Boluda



# EL POBLE NOU DE BENITATXELL, un paisatge gastronòmic

L'arròs amb fava pelà, de textura sorprenent i superior al millor risotto, és el plat més representatiu de la cuina poblera.

**E**l paisatge crea expectativa gastronòmica. Sí, és indubtable que en tirar-se a la boca un grapat de panses apareix per encantament la bella visió dels bancals de vinyes. Però propose eixa experiència a l'inrevés. Passejar pels paisatges i imaginar els seus sabors. La cuina de territori és una felicitat expressió. No hem d'oblidar el territori de la cuina. I jo isc a passejar pel Poble Nou de Benitatxell i albire un rebost extraordinari.

He crescut entre vinyes, esbarzers de dolces mores, figueres d'exquisida fragància, bancals que deixen un intens aroma a fenoll després de pasturar les ovelles i cabres... El meu veí ens portava a casa de tant en tant

una dotzena d'erçons de mar. La mar entrava com una glopada en la nostra taula, que recorde disposada amb platets de bull amb ceba, pitxelides, mullador de sangatxo, cruet de peix, espencat, tomaques seques. El fenoll marí i la pebrera en salmorra adobaven l'amanida. L'horta, la salmorra i la mar... sabors dolços i salins.

El plat més genuí de la cuina poblera és, sense dubte, l'arròs amb fava pelà. Textura sorprenent. Ni el millor risotto li fa ombra a aquest arròs superior. L'arròs i la fava són pura harmonia gastronòmica. La fava poblera, per cert, té la seua festa a l'abril. Aquest llegum dona per a tapes tradicionals (faves sacsades, magnífiques) i per a cuina d'allò

més innovadora i sorprenent.

La cuina poblera té el seu punt de misteri. Si fóra evident, perdria l'encant. Fins i tot el tradicional putxero pobler té la singularitat de comptar amb la pilota dolça de postres, un dolç d'origen àrab deliciós elaborat amb ametlla molta, moniato, sucre, canella i llima.

Comencem en el Mercat. La Tendeta d'Amparo, excel·lent i ben assortida, amaga una delícia que es ven en pots: allí podem comprar la mel de flors o de muntanya de l'apicultor del poble. La pescateria del Mercat també és de primera. En el Carrer de la Pau, ens espera el Forn de Mònica. Coques, bollets de dacsà, pastissets, caspells de pansa, mones, coca d'ametlla i

**Empar Ferrer**

Periodista i escriptora de  
"El gegant mitjafava"  
i "El secret de la pansa"



*Pesquera de cingle*

dolços de xuclar-se els dits. Un forn de poble és una benedicció en aquests temps d'omplir a tota pressa el carro. El Poble Nou també compta amb carnisseries tradicionals on comprar exquisides sobrassades, botifarres i blanquets com la carnisseria del Mercat i la del Marqués. I el "sumum" del comerç de proximitat és Coaliment, un esta-

bliment on pots omplir la cistella del dia amb productes frescos i del terreny.

Aquest poble té una altra particularitat. Ha sigut de sempre un poble consagrat al raïm de moscatell. Ja ho diu el refrany: "El Poble Nou de Benitaxell, frescoreta i moscatell". Diverses famílies segueixen "celebrant" (sí, la cosa té ja dimensió de ritual) l'escaçada de la pansa. A més, s'han adaptat als nous temps i, amb l'assessorament del projecte del Biomoscatell, fan pansa ecològica. Biomoscatell tira d'il·lusió. I ha contagiats els agricultors del Poble Nou de Benitaxell. Els vins Moraig i Cova dels Arcs, i el suc ecològic de raïm moscatell, entre altres, van obrint-se pas en el ferotge mercat de la viticultura. Els seus vins es poden encomanar i comprar en qualsevol dels establiments de menjar del Poble Nou de Benitaxell.

Conclusió: un paisatge de bancals de vinyes i penya-segats, de figueres i garrofers, de riurais i d'una cúpula blava, la de l'església, que porta el cel i la mar al rovellet del poble, ha de tindre una cuina valenta i de contrastos. Arròs amb fava pelà, faves sacsades, amanides amb fenoll marí, coquetes, raïm de moscatell... els cuiners d'avantguarda ja poden prendre nota. ■



## ON MENJAR

Potser els bars i restaurants del Poble Nou de Benitaxell no siguen d'estovalles fines, cal trencar ja una llança pel tapej sense pretenensions. **ARCO IRIS (96 649 33 02)**, la **TRILLADORA (96 649 31 10)**, el **BAR DEL MERCAT (644 423 750)**, **ANTIQUARY (96 649 36 20)**, **ENTRE IBÉRICOS (96 649 31 75)** o **CA TONI MÓNICA (96 649 36 36)**... igual donen esmorzars com dinars o sopars. De les cuines bregades en mil batalles ixen tapes magnífiques. I es trenquen molts prejudicis. Fins no fa molt el putxero estava vetat en els restaurants. Plat del populatxo. Ca Toni Mónica el prepara de luxe. Ja és hora que els plats senzills conquisten les cartes.

## MITJAFAVA FEST

Mitjafava fest: amb el seu Mitjafava rock, una festa dedicada al vi, la fava i al més autèntic rock valencià. El festival arranca amb la Setmana Gastronòmica de la fava durant la qual els bars i restaurants del poble oferixen el tradicional plat d'arròs amb fava pelà i les "faves sacsades".

## RUTES INTERESSANTS

"Capvespre entre vinyes" i "Moscatell amb els cinc sentits": Rutes guiades pels paisatges agrícoles del municipi en les quals els assistents podran participar en el procés de cultiu i recol·lecció del raïm moscatell. Els excursionistes podran tallar cada xanglot que vulguen, assaborir i degustar una selecció de productes autòctons, salats i dolços, mentre contemplen el crepuscle.

Més informació en  
**Turisme 96 649 35 46**



Foto: Adolf Boluda



Foto: Adolf Boluda

# TEULADA MORAIRA, cuina amb música, raïm i molta llum

Joël Robuchon, el xef del segle, es va emocionar amb la "cuina familiar" d'aquest poble que té en l'auditori i el certamen Alere Dolia un far que escampa la llum de la seua gastronomia per tot arreu. La Dama, un dolç únic en el món, reforça la singularitat de les receptes locals.

## **Empar Ferrer**

Periodista i escriptora de  
"El gegant mitjafava"  
i "El secret de la pansa"

**T**ris, tras, tris, tras... Peculiar música. Als darrers dies d'agost, aquest ressò ix dels magatzems de Teulada Moraira. Dins, les quadrilles de dones estisoren amb destresa els xanglots de raïm de moscatell.

Tris, tras, tris, tras... Aquest raïm viatjarà als principals mercats d'Espanya. Les estisoradores li leven els granets més lletjos. El moscatell romà o d'Alexandria

(inevitable que tinguera un nom tan mediterrani) és or i dolçor.

Tris, tras, tris, tras...El moscatell també és paisatge. Els bancals descendeixen, escalonats, des del turó on s'alça la vila medieval de Teulada fins a l'antic barri de pescadors de Moraira, ara empori turístic. Les fileres de vinyes formen un ventall, que s'obri cap a la mar. Els bancals, de murs de pedra en sec, domestiquen l'orografia. Aquest paisatge





abancalat, albirat des de la mar, transmet hospitalitat.

La música de les estisoradores és evocadora. Tris, tras, tris, tras... Remor de faena acurada, pacient. Faena que tanca tot el cicle d'un any de treballar les vinyes i la terra.

El paisatge rural i mariner de Teulada Moraira té una fabulosa potència gastronòmica. Inspira plats. Els bancals donen sentit als plats de mar i muntanya.

El raïm ací és únic: s'amara d'humits vents salins. La cuina és molt rica en exquisides salades de melva, bull i anxoves. El "putxero de polp", una recepta compartida des del Cap d'Or fins al Penyal d'Irac, i arrossos tan especials com el de sardines i espinacs, arròs negre, a banda i del senyoret remarquen la suculència del mar i la muntanya. Perfecta harmonia.

Aquesta singularitat la va veure al primer cop d'ull un visionari de la cuina. Joël Robuchon, el xef del segle (32 estrelles Michelin arreu

del món), era un entusiasta de la cuina d'aquest municipi. Assidu de la subhasta al Pòsit de Moraira, a Robuchon no se li escapava que el peix d'aquesta badia té un sabor especial. La Posidònia oceànica, els fons marins de Cymodocea nodosa, el litoral de roques... aporten a les espècies una qualitat gastronòmica única que dona per a plats deliciosos com la sopa de peix. A més a més, els mariners són experts en arts artesanals i selectives com el tresmall, un art de superfície o de fons fix amb què es captura el peix tradicional com ara lluç, moll, rascassa, pagell, dentut, escorpa i polp entre d'altres. Allò que ara s'anomena pesca sostenible s'ha practicat tota la vida a Moraira.

Robuchon també lloava l'oli de les nostres oliveres mil·lenàries. Deia que era el millor del món. Amb les oliveres passa el mateix que amb les vinyes que miren a la mar: són Mediterrània i civilització clàssica. Configuren un





paisatge històric amb emprentes fenícies, hel·lenístiques, romanes i andalusines. L'oli també dona lligam a la cuina de la mar i la muntanya.

Tot això ho va veure Robuchon a partir d'assaborir els plats senzills i potents de la gastronomia de Teulada Moraira. El xef amb més estrelles ha estat un ambaixador d'excepció d'aquesta terra. Destacava que allò que més l'emocionava era la seua "cuina familiar". El seu deixeble i amic Joan Moll, de Teulada Moraira, manté viu el llegat del mestre com a Maitre del Grup Robuchon. El raïm de Teulada Moraira té una altra vessant gastronòmica: la dels vins.

La bodega cooperativa Sant Vicent Ferrer, cinc vins premiats enguany, és tota una institució al poble. A més també hi ha tres cellers més, M de Alejandria, Alter de Benimaquia i Antonio Llobell que elaboren vins de gran qualitat. Curiosament, un poble beneït pels seus vins té una Font Santa, ermita que s'alça on Sant Vicent Ferrer, patró de Teulada va fer el miracle de fer brollar l'aigua cristal·lina.

I ja que parlem d'institucions cal anomenar la Societat Recreativa la Cultural on podem menjar plats típics a molt bon preu. El 2019 va complir 90 anys. Un "casino" dels que ja no en queden. Un altre lloc molt

Joan Moll i Joël Robuchon





Dama de Teulada

visible, amb tapes de la terra i extraordinàries, és el bar Toni Cantó entre d'altres que també suggerim.

Aquest poble pot fer gala de tindre un dolç únic en el món. Els forns tradicionals elaboren per Sant Blai la Dama, que té silueta de dona i és un remei infal·lible contra les malalties de la gola. La seua forma evoca la de les Venus del paleolític. El fet que els xics les regalen a les seues núvies reforça que aquest dolç està emparentat amb els ídols de la fecunditat de l'antiguitat.

Tris, tras, tris, tras... I a aquest

univers gastronòmic de Teulada-Moraira només li faltava una musiqueta especial. Canten les tissors en les acaballes d'agost. Les estisoradores també s'arranquen amb cançonetes de la terra. La remor ix dels magatzems, però la cuina d'ací també té un far que escampa el seu sabor per tot arreu. És l'auditori, que organitza el certamen d'enoturisme i gastronomia Dolia. Avantguarda i tradició barrejades en una proposta cultural innovadora, imaginativa i oberta. Està vist que la gastronomia de Teulada Moraira té música, llum, tradició i molt de sabor. ■



## ON MENJAR

Hi han dos nuclis ben diferenciats el poble i el poblat mariner, amb una oferta gastronòmica eclèctica, destaquen alguns restaurants de cuina tradicional i de producte, **TONI CANTÓ, CA EL MAÑET, EL REFUGIO, CA LA IAIA o BELLA DONA**



# BENISSA, la supervivència reconvertida en plaer

**Vicent Martín. Sociòleg**  
Consultor en Planificació Estratègica

La relació dels veïns amb la seua partida del camp i amb la seua caseta és un reforç a la conservació de la tradició i el patrimoni gastronòmic local.

**S**i la Marina fora un territori "total", que en una superfície no massa extensa acumulara una illa de meravelles geogràfiques i gastronòmiques, com és el cas, Benissa podria representar la concentració de tot això. Des del nivell de la mar fins els més de 1000 metres de Bèrnia, en escassos quilòmetres trobem un grapat d'ecosistemes humans, agrícoles i forestals. En pensar que he de parlar de gastronomia i cuina patrimonial de Benissa, d'entrada el full se'm queda en blanc. Què puc dir que no haja dit abans, i millor, Bernat Capó? Ho intentaré a la meua manera.

Aquesta disposició geogràfica, a vegades aïllament, ha marcat l'estil de vida dels seus habitants i l'accés a les fonts d'alimentació. Actualment, la cosa ha canviat, és ben evident, però ens ha deixat un patrimoni gastronòmic que toca tant l'alimentació com la identitat del poble i de

cadascun dels seus racons, de cada partida del terme: jo soc de Canor, jo de Pedramala, jo de Beni... La varietat de cultius permetia tindre a casa vi, oli, farina, llegums, conserves, ametlles, figues seques, i així anar apanyant-se. A més, ens arribava una forta empremta marinera a la cuina i al camp. Abans del turisme la mar ja era un factor de dependència.

Els cultius de temporada, el corral propi, les herbes mengívoles o les tècniques de conservació són elements troncalss d'aquesta dieta que, per fortuna, encara que de manera recreativa, podem trobar actualment a Benissa gràcies a la cultura de la caseta. La relació dels benissers amb la seua partida i amb la caseta: per estiuar, passar els caps de setmana o tot l'any, és un reforç a la conservació de la tradició i el patrimoni gastronòmic.

La cuina relacionada amb les tècniques de conservació

d'aliments és una de les més identificatives de Benissa. Els embotits li han donat fama i continuen sent un referent de la gastronomia local. La tan coneguda "frescoreta" de Benissa ha sigut un reforç a les tècniques de durar i conservar. Recorde moltes vegades de torrà amb amics fer el ranking, i fins i tot discutir: "a mi m'agrada més la sobrassada de...", "doncs a mi la botifarra de...". És important que els productes tinguen nom, cognom, malnom i lloc, eixe és el gran valor de la gastronomia local. Si parlem de brasa, no hi ha torrà sense clofolls de ceba amb anxova. Dolç, salat, divertit, el que podríem dir avui un umami pur. Res més a dir. El mèrit, per al torraor.

El salat, en totes les seues formes, representa l'altre gran protagonista de les conserves: mullador de pelleta per a les coques o els caragols... i tants altres plats ben coneguts en les cases.



Caspell



Què seria de les coques, sense el salat? Pocs plats uneixen tant Benissa com les coques, molt més que una paella.

Hem començat per l'embotit i acabarem per la tomaca de pot. Les conserves representen, en definitiva, l'accés als productes durant gran part de l'any, la supervivència, i per això els tenim tan arrelats en la nostra memòria. Ara l'elaboració de conserves està en les renovades tendències de l'alimentació. Un bon pas.

Actualment a la Marina Alta el vi representa el major exemple de reconexió amb el territori i Benissa no n'és aliena. Estan fent-se molt bons vins, i més que n'eixiran.

Condicions ambientals, agròniques, tècniques i varietats, en té de sobra.

Relacionat amb el vi tenim el raïm, moscatell de taula; bonic, daurat, assolellat i brisat pel Mediterrani, beneit llebeig. I la cura de les estisoradores, que originàriament anaven de bancal en bancal, armades amb el davantal, les tisores a la butxaca i la cadira de boga al coll. Allà on estaven els collidors es movia tot el circ sota els envelats, per fer arribar en les millors condicions les gotes de l'or de Benissa als mercats de tot el món.

Anem al putxero de polp. L'alimentació es basa en un cost d'oportunitat; la paella és un recipient fàcil de dur i de fer en

qualsevol lloc, d'on poden menjar molts, en la mateixa cassola, i a més a més admet de tot. Més ancestral, impossible. La fideuà diu la tradició que la va crear el cuiner d'un vaixell de pesca que es va quedar sense arròs. Segurament el putxero de polp serà alguna cosa semblant, per la impossibilitat de fer-lo de carn pel motiu que fora, o per l'ocurrència d'algú. M'atreveria a dir que és el plat més exòtic, per transgressor, de la cuina benissera. Estendard de la promoció gastronòmica local i una oportunitat per crear

connexions amb altres llocs on es tinga el polp com a símbol gastronòmic.

No vull acabar sense parlar del que és, per a mi, el més exquisit i polivalent

producte gastronòmic de Benissa: a totes hores és bo i amb tot pega. Què és? El caspell. Amb formatge, sobrassada, botifarra, un figatell al damunt, una anxova, ensaladilla, sol... Cruixent, més gros, més prim, més gran, més menut. Si estiguera en una gran superfície, li posarien nom italià. Per a quan els bars de Benissa trauran un caspell, com a tapa, cada vegada que algú demane un vinet o una cervesa local? El caspell es mereix una reflexió.

I per finalitzar, una proposta: la cuina de Bernat Capó. Obrir un espai a la gastronomia que apareix en els seus escrits per crear plats que reflectisquen aquest patrimoni. ■

## L'experiència gastronòmica no és completa sense el vi; d'això a Benissa, n'hi ha ampla tradició i molta modernitat



Putxero de polp



### ON MENJAR

L'oferta més gran gastronòmica de Benissa es troba en la zona al voltant de la **Plaça Jaume I** i l'**església**, on es pot esmorzar, dinar o sopar, degustar tapes tradicionals i cuina més creativa. El nucli històric de Benissa és un bon lloc per passejar i fer gana, o pegar una volteta el dissabte pel mercat també és una bona opció.

No sols al centre es menja bé, també hi ha una bona oferta a la resta del poble, així com vora mar a les cales de la zona costanera, també a **Benimarcó** o a la zona de **Pinos i Bèrnia**.

# ALTEA, gastronomia tradició, mar i muntanya

Altea és coneguda com el poble que tot ho cura, entre el blau i blanc s'obri un racó màgic de la Mediterrània amb un perfecte microclima i molt d'encant.



**A**quest poble destaca per les seues cases blanquíssimes, de balcons acolorits i finestres plenes de testos amb flors i buguenvil·lees, carrerons empedrats que ens situen en el famós Centre Antic; el carrer Sant Miquel ens porta a la plaça on es troba l'església de la Senyora del Consol, coneguda com la "Cúpula de la Mediterrània", i el famós i impressionant Mirador dels Cronistes, des d'on es pot observar la seua important badia que proporciona l'abastiment a la saborosa restauració, basada en la dieta mediterrània, muntanya i horta.

La seua ubicació tocant a la Mediterrània inspira a visitar i caminar pel passeig marítim, la llotja, el mercat central i, per descomptat, les seues platges de pedra i aigües cristal·lines.

La cuina a Altea ens ofereix influències de diferents cultures que enriqueix la qualitat culinària, de la qual es pot destacar els productes autòctons tant de l'horta com de la mar, que no

deixaran indiferent ningú a l'hora de tastar un bon plat sa de la mediterrània.

Altea és creadora de sentits, ha inspirat artistes durant anys i segueix fent-ho, aquest municipi no només t' enamorarà pels ulls, també et conquerirà pel paladar amb la seua deliciosa gastronomia.

Si parlem d'un plat tradicional d'Altea, hauríem de parlar, en primer lloc de la famosa coca a la llumà que consisteix en una massa escampada de farina de dacsa. En setembre l'olor de foc ens recorda que estem en festes. Els dijous sol ser el dia en què es reuneixen familiars i amics per celebrar les festes en honor al Stm. Crist del Sagrari i prendre uns trossos de coca a la llumà, encara que també la gaudim altres dies de l'any com en Sant Blai (patró de la localitat). Per tradició està feta al foc i a molta temperatura, per això rep el nom de "a la llumà". Els ingredients que la coronen solen ser de molta varietat: embotits,



**L'arròs que té més prestigi en el poble és l'arròs amb fesols i naps**

verdures i hortalisses de l'horta d'Altea. També es poden trobar en adobats i saladures, com les anxoves.

A més a més, trobem varietats com la coca farcida com una empanada amb l'interior farcit de samfaina i els brioixos de bleada o brioixos de farina de dacsa que són empanades fregides farcides d'anxoves, botifarra i espinacs. No pots anar-te'n d'Altea sense tastar-ne una.

Els arrossos es poden trobar cuinats de múltiples maneres, a Altea l'arròs se sofrig abans d'afegir el brou, així queda més solt que la típica paella valenciana, en la qual l'arròs s'afig una vegada tenim el caldo. La paella d'aladrocs ens portarà a la mar, és famosa i saborosa, feta amb pocs ingredients: aladrocs, floricol, carxofes i faves, típica en la temporada de l'hivern.

L'arròs que té més prestigi en el poble és l'arròs amb fesols i naps, és un arròs caldós amb fesols i naps que popularment

es cuina en cassola de fang; un arròs exquisit que et recordarà Altea, i que podràs tastar en diferents restaurants d'aquest municipi.

Dels arrossos al forn destaca l'arròs amb ceba, un arròs típic per a tastar qualsevol dia de l'any que s'acompanya amb pebrera i ceba, i, per a potenciar el seu sabor, se li sol afegir qualsevol peix blau de la badia.

Quan l'hivern arriba a Altea no pot faltar en les seues cuines menjars d'olla i perol com el cruet de peix (caldereta de peix amb creilles i col) o el reconegut putxero amb pilotes. Aquest plat està relacionat majoritàriament amb les festes, se sol fer el Diumenge del Crist, però el pots trobar cada dia en els restaurants, en les penyes de moros i cristians i en qualsevol casa d'Altea.

Sempre hi ha un espai per a tastar unes bones postres o dolços típics com els rotllets de taronja, gelats artesans, les famoses

mones en vespres de Pasqua, els pastissets de moniato per Nadal i d'altres dolços d'ametla i mel de procedència àrab.

Antigament Altea estava plena d'hortes tot al llarg i ample del municipi que s'abasteix gràcies al riu Algar. Hui se segueix conservant una gran extensió d'horta que ens permet tastar la seua varietat de verdures i hortalisses. Una de les mesures per a la conservació de l'horta ha estat la implantació d'hortes urbans per a ús i gaudi dels veïns del poble.

L'estiu comporta el sabor més típic de l'horta, com la prestigiosa tomaca "Rosa d'Altea", una tomaca conreada en la zona amb molta tendresa, que ens recorda els sabors d'abans. Destaca pel seu gran grandària, la seua fina pell i pel seu color rosat, es diferencia d'altres tomaques per la dolçor que elimina la seua acidesa, saborosa i carnosca,

que esdevé la millor opció a l'hora d'utilitzar-la en amanides i entrants freds. Aquest producte es recull dos vegades a l'any, una en hivern i, la més productiva, a l'estiu.

Altea s'ha caracteritzat per ser un poble de pescadors, de llarga tradició familiar i manteniment de moltes llars del poble.

Ubicada al port pesquer d'Altea es troba la llotja, una de les principals llotges que distribueix gran quantitat de peix i marisc a tota la zona i a gran part d'Espanya, que cada vesprada, quan cau el sol, les seues barques porten peix per a la subhasta, així s'assegura una òptima qualitat i frescor dels productes de la mar.

Uns altres productes que tenen, fins i tot fàbrica a Altea, són l'ametla i les cerveses artesanes, que li donen un toc mediterrani, aportant a la zona un exclusiu viatge gastronòmic que el

**Heu de provar la famosa coca a la llumà**





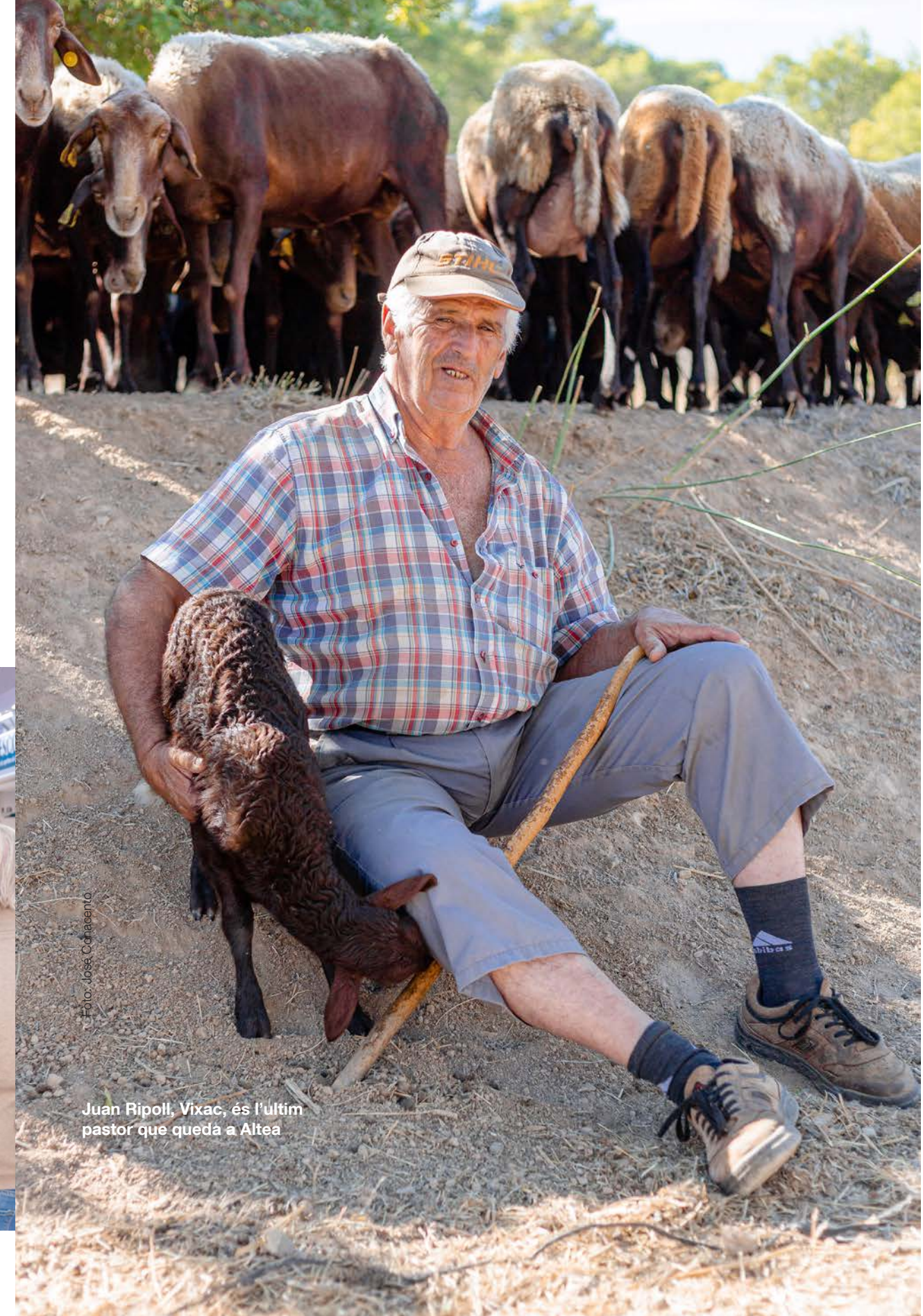


Foto: José Cebalento

Juan Ripoll, Vixac, és l'últim pastor que queda a Altea



Foto: José Conacento

Tomaca Rosa Altea



### ON MENJAR

L'alta qualitat de la hostaleria d'Altea fa que el poble tinga una oferta gastronòmica extensa i variada, que va des de les especialitats més cosmopolites fins a la cuina més tradicional

complementen a la perfecció junt amb els seus menjars i plats principals.

Al llarg de l'any es realitzen diverses jornades gastronòmiques i rutes de tapes, que pot ser una ocasió única per a delectar les diferents cartes que ofereixen els restaurants, bars i tavernes, amb una essència única.

Altea ha aconseguit distingir-se com un lloc d'interés rellevant i un punt de referència gastronòmica d'alta qualitat i parada obligatòria de tots els visitants, per

a gaudir dels seus meravellosos racons i finalitzar amb una experiència culinària completa. ■



Foto: José Comacento

# POLOP DE LA MARINA, cuina de poble amb encant

**Clara Giner**

Periodista

**A** només 9 quilòmetres de Benidorm trobem a la comarca de la Marina Baixa, Polop, un entranyable poble d'interior que s'ubica damunt d'un turó on destaca com a imatge principal un castell d'origen musulmà, que data del s.XII. El municipi, llar acollidora de forans sobretot europeus, va enamorar l'escriptor alacantí Gabriel Miró, que s'inspirà en aquestes terres per escriure *Años y leguas*, el seu lloc trobat. La coneguda casa dels Xorros s'ha convertit en el seu museu.

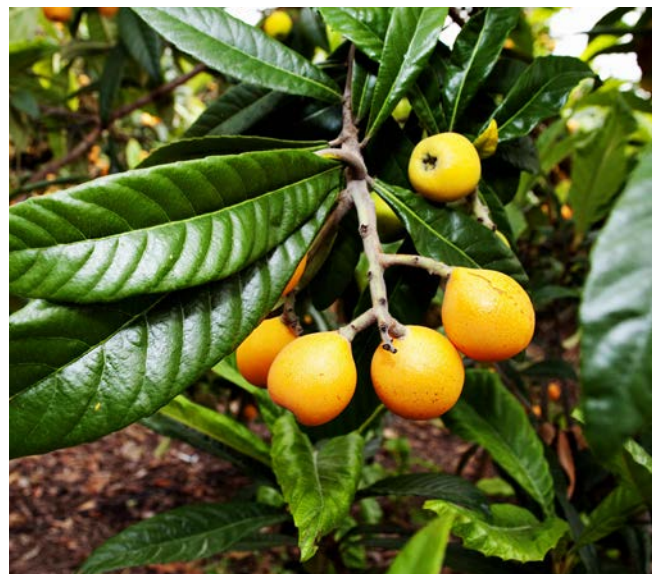
Pel que fa a la gastronomia local de Polop destaquen les pilotes de dacsa, fetes amb farina de blat de moro, mongetes, carn i verdures. Així com l'olleta de blat, l'arròs amb fesols i naps, i com no, una bona paella, plat representatiu de tots els valencians.

Cuina de poble llaurador amb herència morisca que es nota no sols amb la dacsa, sinó sobretot amb el dolç. Tradició rebostera on s'empra l'ametlla per gairebé tot. Pastissets de moniato, ametllats o coca Maria com a la comarca germana de la Marina Alta. I ja pel que fa al cultiu, l'omnipresent nespre (o nispro) al natural o amb almívar, com a la veïna Callosa d'en Sarrià.

Poble amb un casc antic de contínues pujades i baixades, amb carrers de pedra en eterna costera que trenquen l'alé del visitant enmirallant-lo com si el temps no hagués passat. Amb la torre de

l'església de Sant Pere Apòstol i l'antic cementeri, i sempre a la vora els barrancs del Salt i del Canet de Xirles i la silueta del massís de Ponotx o Ponoig, el lleó adormit.

Polop, històricament indret de parada i descans dels viatgers com delata la impressionant font dels Xorros amb més de dues-centes canelles d'aigua des d'on bevien els animals. I on actualment es reuneixen locals i visitants. Festes, alegria i bon menjar, com a la Fira del Porrat a l'agost en honor a Sant Roc, o les festes patronals d'octubre per Sant Francesc d'Assís. ■



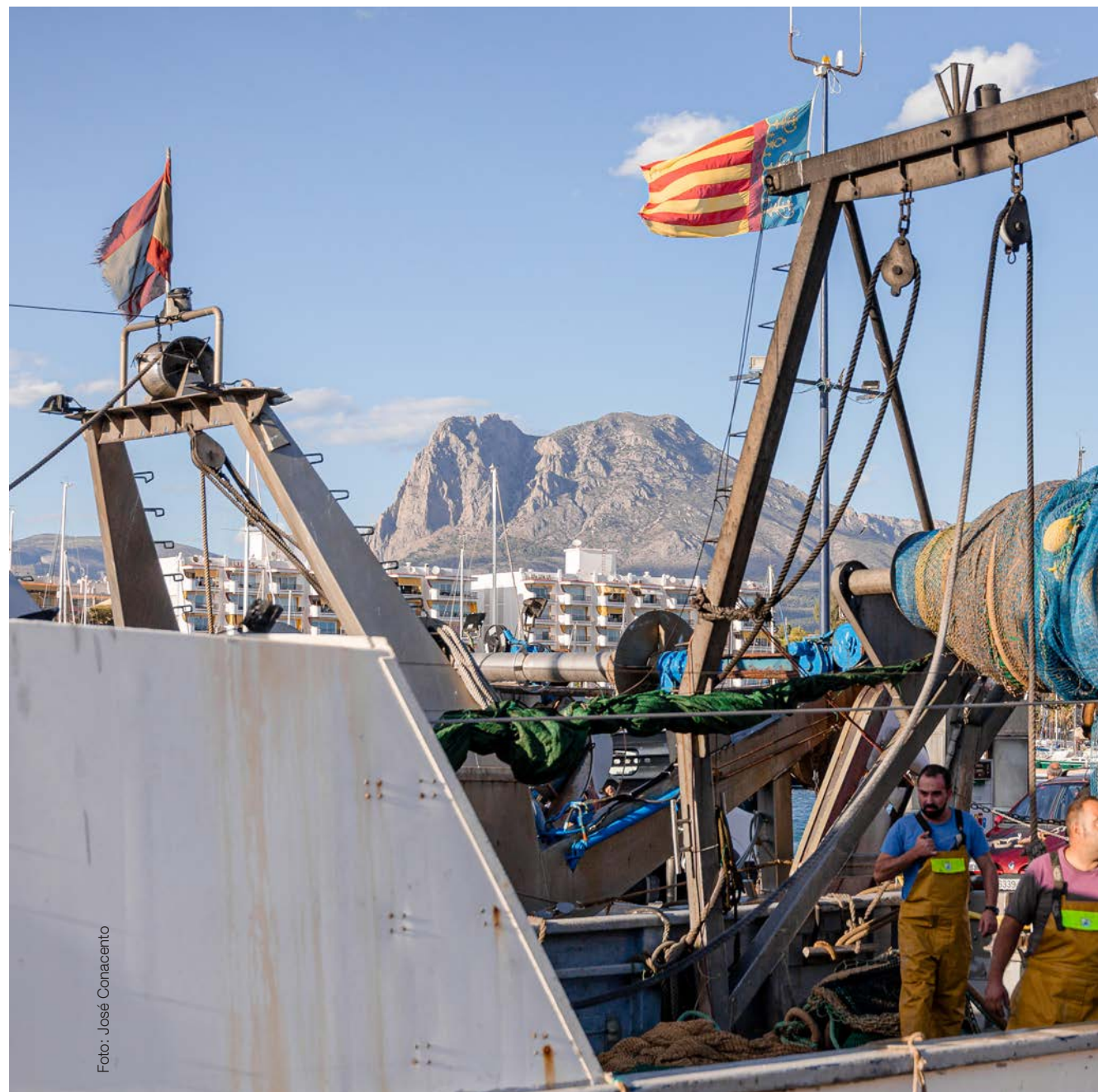


Foto: José Conacento

**Lluís Ruiz Soler**

# LA VILA, xocolate, peix i amplis horitzons

Els fruits de la mar, frescos o en salaó i incloent els seus guisats i arrossos, són l'espina dorsal de la gastronomia vilera, amb permís d'una tradició artesana i industrial que fa que, encara hui, a vegades, la Vila faça olor de cacau.



**S**ense dubte, la peculiaritat gastronòmica més cridanera de la Vila Joiosa, per a propis i estranys, és el xocolate. Cal estar carregat d'anys per a recordar quan tot el poble feia olor a cacau i podies entropessar amb una xicoteta fàbrica al girar un cantó, però aquesta tradició segueix viva i arrelada en marques com Valor, Clavileño o Pérez. Degustar els seus productes i visitar els seus museus són activitats imprescindibles en qualsevol agenda gastroturística. Tampoc hem d'oblidar, en el capítol de la indústria agroalimentària més llépola, els torrons de Carremi, reis indiscutibles, almenys pel que fa a una especialitat: el torró a la pedra.

Per la resta, la cuina vilera s'identifica plenament amb la de la Marina en els seus trets essencials, amb les corresponents particularitats locals. Un endemisme emblemàtic és la pebrereta, versió pròpia de quelcom tan mediterrani com la ratatouille, la samfaina o el pisto.





Foto: Jaume Femenia

Entre les seues característiques, destaca la presència del sangatxo amb la pebrera, la tomaca i eixa carabassa de pell verdíssima i plena de bonyes, que en llocs més o menys pròxims es coneix com carabassa vilera: tanta és la predilecció local per aquesta varietat.

El sangatxo és un modest subproducte de l'especejament de la tonyina. El seu mèrit consisteix a aprofitar la carn negra que es queda apegada a l'espina i conservar-la en saladura per a preparar alguna cosa igualment humil: la pebrereta no és més que un mullador que permet

**La pebrereta és el paradigma de la cuina local més arrelada: la carabassa vilera i el sangatxo defineixen un mullador rigorosament popular i mediterrani**

aprofitar una bona ració de pa. D'altres salades, des de les més nobles ins les més populars –de la moixama al biset, de l'ou de tonyina a la garrofeta– fre-

qüenten els millors bars i algun lloc especialitzat al Mercat Central. D'arquitectura coquetament contemporània, la seua limitada superfície és inversament proporcional a la qualitat i l'autenticitat dels seus continguts, tot incloent la cantina que frig o torra al moment el que compres al mercat i el gran ambient que s'hi genera, sobretot, els dissabtes. La carabassa vilera també és protagonista d'un arròs quasi totèmic. Una de les versions de l'arròs amb carabassa incorpora la llampuga, peix menyspreat en altres llocs -a Canàries l'anomenen "comemuertos"- i venerat



Foto: Jaume Femenia

en la Vila així com a Mallorca o a Malta.

Una forma ecumènica de preparar-lo és fregit amb alls i pebreres. Arriba a aquestes aigües a finals d'estiu, procedent de Déu sap on, i després desapareix sense deixar rastre. Els arrossos caldosos tenen un profund arrelament domèstic, encara que els secs siguen, tal vegada, els més demanats als restaurants de la Vila. Un dels arrossos amb dret propi és la paella bruta, amb sèpia, faves i carxofes. Cal no oblidar-se dels guisats mariners ni de l'arròs a banda que va essencialment unit a un d'ells: el calder. Evidentment, els fruits de la pesca local no es destinen únicament a preparar arrossos. Si a d'altres ports se'ls reconeix el lideratge quant a una espècie o altra, la Vila pot traure pit pel seu peix per a fritura -molls, llucets i palaies- o per les seues cigales i la seua gamba blanca.

## En les cases marineres s'afegien gambes a la paella valenciana

En canvi, la paella vilera –el que en la Vila s'entén per paella– és una especialitat càrnica. Es fa amb conill i/o pollastre, pebrera roja i cigrons, més la ineludible i generosa picada de nyora fregida. Pot portar uns trossets de magre de porc i, potser, unes reginetes o caragols. En les cases marineres no era estrany afegir-hi unes gambes, per exemple, encara que sembla que s'ha imposat l'injust desprestigi de la paella "mixta". No va ser, de cap manera, un invent de l'hostaleria per a turistes i "diuengers", sinó la manera en què els pescadors adaptaren al seu rebost un invent que venia d'un entorn tan distint com l'horta. Podem trobar bones mostres de tota aquesta

gastronomia en alguns restaurants de la Vila Joiosa. També estan ben representades en els menjadors públics de la ciutat les cuines procedents de tradicions llunyanes o les més gourmets.

Els forns són uns altres llocs on gaudir de la identitat gastronòmica vilera i mediterrània: per exemple, les coques dolces o salades. I no us oblideu de les gelateries, plenes de sabors profundament arrelats o universalment novedosos i, fins i tot, de pintoresques especialitats -expressió genuïna de la idiosincràsia local- que combinen diferents granissats amb absenta, amb ginebra i també amb whisky. ■



Foto: Jos Conca-mo



## ON MENJAR

En la zona del port hi ha uns quants restaurants de cuina marinera: tradicional o més aviat moderna, d'oripell o amb una bona relació qualitat-preu...

A la **Vila Vella**, algun local autèntic conviu amb uns altres més turístics, incloent, de camí, un interessant hindú.

A dalt, el carismàtic carrer **Colón** o els voltants del **Mercat Central** completen l'oferta.

# LA FONT DE LA FIGUERA, on comença la Costera

El poble ol a vi i roure vell, a oli, a pa de forn de llenya, a embotits de fàbrica humil i autèntica.

**Manolo Asensi**

**S**i venim del ponent, d'Almansa, de terres castellanes, per on passava l'antic Camí Reial de Madrid fet autovia, ens trobem quasi de sobte en la nostra terra valenciana, on el paisatge, els costums i la llengua són prou diferents.

Venim amb la monotonia de les planades manxegues, de camps infinits de cereal, i en un tres i no res, de cara al llevant, albirem la vall de Montesa, comarca de la Costera. I passem de 700 metres d'altitud a poc més de 400 metres en un obrir i tancar d'ulls, enfilats pel Port d'Almansa, i des d'allí, de sobte, tot. A la nostra dreta, el pic de la Silla que es fita entre València i Castella, i des d'on quasi dominem l'antiga taifa

de Dènia, l'Emirat de *Dàniyya*, el bressol de l'antiga Governació de Xàtiva, de les Comarques de les Muntanyes, a la fi les Comarques Centrals.

I entrem observant olivars i vinyes de la Font de la Figue-

ra, ametllers i alguns fruiters de terres de secà perquè són fresques, fèrtils i carregades de segles de conreu.

Trobem els paratges de Tasca, Moreral, Simeta, Carrascal, Juncarejos, Milà, Bovalar, Co-



## Gatxamiga

Abans d'eixir el sol, els llauradors de les cases de camp tenien per costum alimentar-se bé per suportar feines diàries en aquells durs hiverns. La mecanització no havia arribat i anar llaurant amb una mula de sol a sol, era una cosa normal. Les dones de

la casa preparaven al foc, com cada dia, la gatxamiga per a tots, amos, criats i "muleros" a fi de mamprendre el dia ben nodrits.

Hui en dia, al nostre poble, es manté el costum de fer-la per ocasions com un dia de temporal o de neu, i diem que "fa un dia de gatxamiga". I a banda, des de fa

molts anys, la fem una nit de festa major reunits per colles d'amics a la Plaça del poble.

Diríem que li hem donat categoria social a aquest humil menjar de farina, oli, aigua i cebes o alls

Un excel·lent motiu per retrobar-nos amb els amics.







## Gaspatxo manxego

Quan el mal ve d'Almansa... no tot. Com a bon poble fronterer hem sabut agafar les coses que aquesta condició ens ha oferit històricament com ara un caràcter obert, una llengua valenciana afermada però de fonètica plana i dolça, i com no, el millor de la seua gastronomia: el gaspatxo. Este plat pren al poble la categoria de gran; té l'excel·lència per celebració important a una família; la "gaspatxà" és el retorn del fill pròdig, el retrobament de tota la família, és el plat que oferim a un convidat als restaurants... i és el que ens honra com a amfitrions.



llaos, Pebrades, Corna, Corbí... ben diferenciats per les terres criadores, per l'altura o pel clima que suporten. Arenes, argiles, albardisses, pedrissa...

I entrem al poble.

És un poble costerut, perfecte des de l'antiguitat pel seu emplaçament estratègic i lliure de ramblades, on s'han trobat infinitat de restes arqueològiques d'assentaments de bronze, ibers, romans, amb la seua via Augusta creuant el terme i els testimonis de clots de vinyes que ens diuen tot sobre el costum de fer vi al poble.

Entrem i s'olora la flaire subtil a celler, a vi i a roure vell. A un costat els dipòsits de la gran Cooperativa, i a l'altre, l'ermita de Sant Sebastià com a metàfora d'aliments indispensables per l'esperit humà, el vi i la religió.

Carrers amples i diàfans, nets i tranquils, carregats d'història i foradats a les seues entranyes de penya dura per més de vint cellers domèstics, hui tan sols catalogats pels historiadors etnogràfics al magnífic museu local. Cellers menuts, hui rebostos frescos baix les cases, que foren testimoni de segles de cultura enològica.

Abans d'eixir el sol, els funerals dels tres forns de llenya ens recorden que el pa està cuït i a punt de traure a pala. Són moments màgics d'un poble que cal assaborir.

I seguim anant

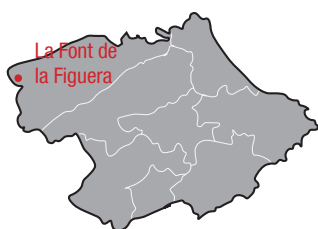
Els bars obrin molt matí i allí ens trobem habitualment abans d'anar a la feina: cafenet, tocaet, cremaet o "moniato", com alguns diuen per ací...

I tot comença a rodar.

Moviment de llauradors, d'obers, de forners fent coques de gaspatxos i pa socarrat, de carnisers que fa hores que estan fent als obradors figatells, braç de gitano, embotit i sobrasades fetes per tradició familiar i antiga... I els diumenges, mercat, que és singular pel dia i dona peu a un bon esmorzaret, volteta i una visita a l'església que alberga un valuós i espectacular retaule del gran pintor renaixentista Joan de Joanes i qui, segons la tradició oral, va nàixer al poble.

Després, dinem a qualsevol establiment tranquil·lament i assossegada, recordant els olors que hem conegut, els vins, olis, pans o embotits de fàbrica humil i autèntica.

I és un dia qualsevol, a la Font de la Figuera. ■



### ON COMPRAR

**FORN EL PÒSIT**  
Carrer Arxidiaca Ros  
Tel.- 96 229 03 28

**FORN EL MORENET**  
Carrer Pallises, 50  
Tel.- 96 229 10 82  
650 23 75 47

**FORN LA PLAÇA**  
Plaça Major, 4  
Tel.- 96 229 02 59  
676 53 95 73

**CARNISSERIA EL COIX**  
**GERMANES CALABUIG**  
Carreró Pallises, 2, 4  
Tel.- 96 229 00 26

**CARNISSERIA MANOLO**  
Carrer Portal de Villena, 1  
Tel.- 96 229 00 76

# MOIXENT, la felïç trobada dels gaspatxos i l'arròs

La producció del vi està històricament arrelada en unes terres generoses que ara recuperen varietats de ceps autòctons, Mandó i Arcos, oblidats.

Vicent Torres/ Vicent Santularia

**E**l terme de Moixent, a la comarca de la Costera, està travessat de Sud-oest a Nord-est pel riu Cànyoles i la Vall de Montesa, que transcorre entre les serres d'Énguera i Grossa, punt de contacte de les serralades Ibèrica i Bètica. Aquesta vall és, a més a més, un dels principals accessos entre la meseta castellana i la costa; pas actual de l'A-35 i l'AVE, però molt abans, de la via Augusta, i més anteriorment, de la via Heràklia i probablement del Camí d'Annibal.

Per altra banda, però també dins d'aquest context geogràfic, el triangle que forma Moixent amb els veïns Fontanars i la Font de la Figuera, configura l'altiplà dels Alforins: una vall agrícola

de secà de gran interès i bellesa per la seua peculiar configuració: parcel·les de dimensió reduïda en les quals alternen cultius de cereal, vinya i fruiters, separats per tanques o marges de pedra i envoltat per boscos de pineda. Tot sàviament ordenat. Sembla ser que els successius pobladors d'aquests indrets han conreat sempre la terra per quarts, (olives, blat, vinya i ametlles) un fet que s'ha mantés quasi inalterable fins l'actualitat i que ha originat un paisatge agronòmic tan bell i idíl·lic.

Al parlar de Moixent resulta indefugible esmentar la Bastida de les Alcusses, el major jaciment ibèric del País Valencià: un poblament emmurallat on s'estima que van viure més d'un miler de per-

sones. Tot i la seua importància, no va durar més enllà d'un segle i els historiadors han observat indicis que apunten que va ser violentament destruït i abandonat entorn a l'any 330 abans de la nostra era, un segle abans de la romanització de la Península Ibèrica. El conjunt va ser declarat Monument Históricoartístic ja al 1931, any en què, durant una campanya d'excavacions, es va trobar al recinte la ben coneguda figureta de bronze que representa un guerrer a cavall: l'anomenat "Guerrer de Moixent".

L'altre indret digne d'esment, per la seua riquesa natural i patrimonial, podria ser l'embassament del Bosquet, un llac artificial del s.XVIII –amb una presa datada entre 1770 i 1775– fruit d'un

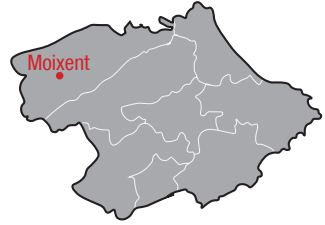


Foto: Adolf Boluda

projecte il·lustrat d'enginyeria hidràulica que tenia com a objectius els de regar els terrenys confrontants i subministrar aigua a la població de Moixent, mitjançant un sistema d'assuts i séquies.

Aquesta presa va mantenir les seues funcions de regadiu fins a l'últim terç del s.XX. Als seus voltants s'han trobat pintures rupestres neolítiques, jaciments de l'edat del bronze i abundant ceràmica medieval.

Pel que fa a la producció agrícola, pràcticament invariable com ja hem dit, caldria destacar en l'actualitat l'obtenció d'oli i vi, on podem distingir l'important paper de la Cooperativa V. Sant Pere, com aglutinadora d'ambdues produccions. La resta de cellers són Bodeval de Moxente, Celler del Roure, Pago Casa Gran i Clos Cor Vi. Quant a les varietats més emprades, trobem Monestrell, Garnatxa Tintorera, Malvasia, Macabeu i Verdil. A les quals s'han afegit recentment les autòctones Mandó i Arcos, ajuntant-se una vegada més innovació i tradició. Una mostra d'aquest tàndem el podem veure també en la Bodega Fonda, un



## ON COMPRAR

Forns i carnesseries del poble

## ON MENJAR

RESTAURANT PITXÓ

edifici soterrat datat ja a 1694, integrat ara a les instal·lacions productores de Celler del Roure.

En la gastronomia, pel seu enclavament de transició meseto-costaner, trobarem tant arròs com gaspatxos. A les festes i celebracions familiars i d'amics el plat que més es fa són les gaspatxades. També podem trobar la gatxamiga o les farinetes, una sopa d'all, les coques i els arrossos, caldosos, al forn o en paella.

Al forn són famosos els sequillos, els moixentins -un dolç d'ametlla-, els rosegons, els rotllets d'anís, les mones moixentines, i les magdalenes. ■




Foto: Adolf Boluda



MÉS QUE HORTA  
VERDURA ECOLÒGICA





# ONTINYENT, botifarres, coca de fira, meló d'or i una horta immensa en el record

**Eva Terol Trezano**

Periodista i treballa com a editora de continguts digitals en À Punt Mèdia.

El reducte verd s'esforça en fer producció ecològica, recuperar llavors de varietats tradicionals i conservar els tresors d'un camp fecund i oblidat.

**H**i va haver un temps, no massa llunyà, en què Ontinyent regava vora 3000 fanecades d'horta amb l'aigua que baixava del riu Clariano. Ara en seran, com a molt, unes 500. Si arriba. M'ho conta, amb un pesar mal dissimulat, Casimir Romero, mestre, llaurador, cuiner, cofundador de l'associació gastronòmica *Foc i Cassola*, conductor de l'espai radiofònic *Del camp a la taula* i autor del llibre *Herbes mengívoles*.

Aquella horta fèrtil i rica, que fins a la dècada dels setanta omplia el rebost de les llars ontinyenines, és hui un llenç erm, sense mans que la treballen -moltes, la immensa majoria, se'n van anar a les fàbriques de tèxtil-, tot i que no manca ni l'aigua ni el clima per fer-la productiva. L'excepció, el reducte verd que continua fecundant de vida llavors, cal buscar-la en els prop de 150 horts socials que esguiten el terme i en el projecte Més que Horta. Aquesta cooperativa, fundada el 2012 per quatre amics, conrea hortalisses i verdures ecològiques de temporada, així com meló d'or. Al capdavant trobem una dona, Isabel Pla, de 55 anys, que va decidir reinventar-se després de molts anys treballant com a administrativa. L'acompanyen en la feina el seu fill Víctor, de 22, format en Producció Agroecològica en l'Institut Josep Segrelles d'Albaida; Joan Ferrero, de 24, i

company de promoció de Víctor, i Carlos Valls, de 31. Tots quatre es guanyen la vida doblant el llom en diverses terres d'horta i de secà, algunes pròpies i altres arrendades, i venent tot allò que el bancal els retorna en el mercat municipal d'Ontinyent -només obert divendres, dissabte i dilluns-, una tenda-magatzem al barri del Llombo i servint comandes en línia. No només estan certificats pel CAE-CV els seus productes, sinó les llavors que reproduïxen pacientment: la farcol de la Puríssima, la col tendral, el nap d'Ontinyent, el meló de pipa grossa... Tampoc no estan sols en la croada per la preservació dels vells sabors. El viverista Toni Reig, de malnom el Pono, ha conservat i continua venent, al costat de la Melonera, nombroses varietats d'hortalisses i verdures del poble. I per sort, alguns jubilats encara cuiden els seus trossets de terra i ofereixen part de la collita a la porta de casa.

Entre les relíquies del patrimoni agrícola local, salvades a temps de l'extinció, el meló d'or ocupa un lloc d'honor. Dolç com la mel, nodrit a cops de sol i de pluja, sense cap tipus de reg addicional i cultivat des de fa prop de sis segles -les primeres referències documentals daten

del 1424-, aquesta artesanía autòctona, que la Cooperativa Agrícola d'Ontinyent distribueix en exclusiva, comença a fer-se un lloc dins el món de la restauració. És veritat que la mala sort de sequeres i pedregades ha deslluït les últimes campanyes, lamenta Isabel Pla, però això no ha minvat l'esforç de productors i Ajuntament perquè la Generalitat li atorgue un segell de qualitat i el ministeri d'Agricultura el reconega com a varietat de conservació.

Un altre excel·lent ambaixador dels plaers del paladar que esperen als que visiten la capital de la Vall d'Albaida, i dels més coneguts, és l'embotit. Aquí també, els xarcuters i xarcuteres que han heretat, generació rere generació, la tradició d'obrar a foc lent eixe emblema del porc que és la botifarra de ceba, eixamorada, seca o salmaia, lliuren una batalla perquè l'etiqueta Botifarra d'Ontinyent siga garantia d'excel·lència i no tot allò que, malauradament, arriba hui als supermercats sota aquesta denominació.

Precisament, la botifarra de ceba i la llonganissa fresca presideixen, juntament amb la cansalà, els pebrassos -com anomenem per aquesta contrada els rovellons- i la carxofa,



Foto: Adolf Boluda



Foto: Adolf Boluda



Foto: Adolf Boluda



Foto: Adolf Boluda



Foto: Adolf Boluda

eixe prodigi de sabor i senzillesa que és la coca de fira, una de les receptes que més ha contribuït a posar en valor el nom d'Ontinyent en el paisatge gastronòmic. El carnisser José Donat, de l'Associació d'Embotits Tradicionals i Artesanals, assegura que és arribar els dies de fira, en novembre, i duplicar-se la venda d'aquests embotits. I una cosa semblant passa en desembre, amb les festes de la Puríssima i la trilogia del bou en corda. Toca menjar cassola eixos dies i no hi ha casa, colla d'amics o bar, que no prepare aquesta genuïna versió de l'arròs al forn, que entre els seus calòrics ingredients, té, com no podia ser d'una altra manera, la botifarra.

Rafa Calabuig, del Tinell de Calabuig, un dels restauradors més compromesos amb la memòria

culinària i el producte local, inclou en la seua carta festivals per als sentits com els cruixents de botifarra o els calamars amb blanquet. El seu establiment forma part de la plèiade de restaurants que els últims anys han acaparat premis i distincions per l'altíssim nivell de les seues propostes. La Cuina i Sens, dels germans Prieto, o Paixixí, en l'estela de la cuina que oficien, en comarques veïnes, mestres com Miquel Ruiz, completen aquesta llista.

I no podríem acabar aquest recorregut-degustació sense fer esment de les especialitats de la pastisseria Mora, proveïdors oficials de la Casa Reial des de 1877. L'obrador de Teodoro Mora, al carrer Teixidors, fa temps que va tancar, però les seues nous al fondant, els

pastissos de rovell d'ou, de carabassot i de moniato, continuen exportant arreu del món el prestigi dels bocins més dolços d'Ontinyent. ■





# CARRÍCOLA, on l'ecologia, l'art i el gust de viure van de la mà

És sorprenent saber que des dels anys 80 ací es fa producció biològica.

**Àlex Pérez**

**S**ense perdre de vista el Benicadell i sempre envoltats de camps de conreu, arribem a un petit nucli poblacional enmig d'un silenci corprenent, d'una tranquil·litat quasi monacal, on només s'aperceben els sons de la natura. Un cartell a l'entrada del municipi ens posa sobre avís i ens fa l'ullet: estàs a Carrícola, la xispa de la Vall, tot i simulant el famós refresc de cola. Ací, què passa?

Doncs passa que Carrícola té un "no sé què" que encisa. Potser la qualitat de l'aire, l'assossec o l'entorn que convida a caminar, alguna cosa hi ha perquè un poble xicotet, i tan recòndit, reba

la visita de gent de la comarca i d'altres veïnes, atreta per l'ecologia, el patrimoni i l'art. Un referent per a tots aquells que busquen formes de vida més respectuoses amb les persones i el seu entorn. La fusió entre l'art i la natura, l'esport a la muntanya i l'Ametlla de Palla, el Centre d'Educació Ambiental, són tres motius per visitar Carrícola.

Estem en un municipi eminentment agrícola, al terme hi ha conreus de fruiters, oliveres, vinyes, tarongers, així com una gran varietat d'hortalisses. És sorprenent saber que des dels anys 80 ací es fa producció biològica. Una xicoteta empresa





familiar, La Vall Bio, es dedica a la producció i comercialització de fruites i verdures exclusivament ecològiques. És la versió actual d'aquells llauradors que van ser, sens dubte, pioners a l'Estat Espanyol.

Avui dia, l'ecologia ja va lligada a tot allò relacionat amb Carrícola. No solament s'ha fet extensiu el conreu ecològic i agroecològic als camps, també s'han posat en marxa un fum d'iniciatives que promouen l'harmonia amb l'entorn. Per exemple, amb la col·laboració de la Universitat Politècnica de València, la instal·lació d'una depuradora de sistema natural que neteja l'aigua a través de microorganismes, plantes i pedres (fito depuració), sense generar males olors ni sorolls i està totalment integrada en el paisatge.

Amb el Projecte Biodivers també es fa art de l'ecologia. El 2010 va tindre lloc la primera convocatòria. La idea va ser llençar una invitació a qualsevol persona creativa, amb predisposició per a deixar empremta a l'entorn d'uns circuits naturals establerts i de manera altruista. L'objectiu era aconseguir una visió estètica enmig de la natura, com un museu obert, integrat i respectuós amb



el medi ambient. Tant si les obres tenien caràcter permanent com efímer, s'havien de quedar on havien nascut, per a formar part del paisatge de Carrícola i que la pròpia natura les fera seues.

Per arrodonir el ventall de productes de la terra, podem visitar també el Celler de Vicent Tomás, on trobarem els vins que elabora de les seues vinyes. De conreu ecològic i procés artesanal, té una producció anual que no supera les 7000 botelles.

Cada diumenge la plaça del poble acull el mercat. La xarxa llauradora munta la seua parada de fruites i verdures ecològiques de proximitat, però també trobarem cosmètics artesans i naturals, treballs de pell fets a mà i, si hi ha sort, el pa del Forn de Carrícola que s'elabora amb farines 100% biològiques a la manera tradicional. ■



# OTOS, gent valenta i un obrador comunitari

En els pobles menuts passen coses. Sí, és una obvietat, però m'he sorprès pensant-ho després d'aproximar-me a Otos i a Carrícola on estan ocorrent coses molt interessants, així, com qui no fa. En aquests dos llogarets de la Vall d'Albaida es treballa, amb creativitat i energia (molta i bona energia), perquè no s'apague el batec del ritme seré i la terra fecunda en la vida rural.

**H**e tingut la sort de conèixer algunes de les persones protagonistes d'aquesta mampresa i, en concret, les que canalitzen part de la seua il·lusió en la posada en marxa d'un obrador comunitari. Conèixer el què, el com i el perquè em va dur a passar unes hores amb Lilian, Damien, Lleó, Lucía, Xusa i Tedi. Unes hores molt profitoses en les quals vaig aprendre els matisos de la vida compromesa amb una alimentació saludable, respectuosa amb les persones i els ecosistemes; una militància ferma a viure en conseqüència, és a dir, a dur una lluita constant contra els entrebancs que fabrica el capitalisme de manera sistemàtica.

Ah! Però hi ha un corrent de resistència, homes i dones que van fent camí a contracorrent. Hi ha connexions entre productors i

hi ha xarxes de consumidors que s'organitzen per menjar productes amb garantia de qualitat, a un preu raonable que beneficie realment el productor.

Xarxes de consumidors com ara "El cabasset", que té la seua Gandia al C/ Doctor Fleming 40 Baix, està oberta els dimecres de 18 a 20'30 h. (cabassetgandia@gmail.com).

Un altre dels col·lectius amb els quals treballen és la xarxa Agroecològica d'Alcoi, que té el punt de recollida al carrer Murillo, 5 de la mateixa ciutat. Està obert dimecres de 17.00 a 20.30h, i dijous de 9.30 a 13.00h i de 17.00 a 20.00h. (laxarxaagroecologica@gmail.com).

Per la seua banda, Lilian, Damien, Lleó i Lucía son productors agroecològics que, també, transformen la matèria prima en productes elaborats com ara

conserves, melmelades, olis de tota mena, etc. Tot basat en la seua producció ecològica i amb elaboració artesanal.

Actualment només poden comercialitzar els productes primaris, tot i pagant els aranzels per fer valdre el seu origen ecològic, però els transformats només els poden compartir en fires d'intercanvi de productes.

D'una banda, perden els ingressos d'aquesta vessant del seu treball i d'altra, no poden donar resposta a la clientela que demanda aquests tipus de producte.

D'aquesta necessitat naix la idea de l'obrador de la Vall (obradordelavall@gmail.com) des d'on podran eixir a la venda tot tipus d'aliments transformats a partir de les fruites i verdures de petits productors ecològics, millorar la viabilitat econòmica i crear pro-

ductes nutritius amb valor afegit, que aniran de l'horta a la cuina.

## Què és un obrador comunitari o compartit?

Cal començar per dir que la normativa actual per a la comercialització d'aliments està pensada per a produccions a gran escala, és a dir, amb processos industrials. Els projectes que es basen en el rendiment artesanal, d'àmbit més local i amb un volum de transformació més petit, ho tenen molt difícil per poder arribar a les exigències requerides per la legislació. Però és que, precisament, tampoc eixa és la via que volen per a la seua producció! Perquè els conceptes d'agroecologia, respecte, proximitat, tradicions, cultura i economia equitativa no solen anar aparellats a grans inversions econòmiques i tecnològiques.

La solució que pot pal·liar aquesta discriminació administrativa és la dels obradors comunitaris, on una infraestructura compartida permet a petits projectes d'elaboració artesana i petites produccions agroalimentàries, elaborar de forma segura i regulada els aliments transformats. I, el què és més important, que

puguen obtenir el Registre Sanitari que els permeta comercialitzar allò que fan i poder rendibilitzar el seu treball.

En el cas de l'obrador d'Otos, la necessitat i l'oportunitat van unir un grup de joves productors agroecològics amb la Fundació Danielle y Nina Carasso ([www.fondationcarasso.org](http://www.fondationcarasso.org)), que finança projectes que promouen l'alimentació sostenible i l'art ciutadà.

En la convocatòria del 2019, els nostres amics van presentar la proposta de l'obrador comunitari, que va ser seleccionada i guanyadora d'una ajuda econòmica per fer-lo realitat. L'Ajuntament d'Otos els ha cedit l'espai i també es fa càrrec de les obres d'adaptació.

## Molt més enllà de l'elaboració d'aliments: el compromís social

També a nivell d'implicació social estan teixint tota una xarxa de complicitats. Les persones membres de l'obrador han fet acords de col·laboració per establir relacions d'intercanvi i cooperació amb d'altres col·lectius comarcals. L'objectiu és

promoure el desenvolupament rural de la Vall d'Albaida, la recuperació del territori i la posada en marxa d'accions encaminades a promoure polítiques alimentàries sostenibles i diferenciades. Un exemple és la col·laboració amb l'IES Josep Segrelles d'Albaida, amb el cicle formatiu d'agroecologia o amb organitzacions mediambientals com la Colla Ecologista l'Arrel, l'Associació d'Emprenedors Rurals (AER) i l'agència de dinamització rural "Busca Tierras".

Amb la finalitat de donar oportunitats laborals a persones amb possible risc d'exclusió social, han generat vincles amb diferents col·lectius, com ara A.D.I.E.M (Associació per la Defensa i Integració de les persones amb Malaltia Mental), que compta amb un projecte d'horts terapèutics. L'obrador serà l'espai per ensenyar-los a fer els transformats que després puguen vendre o consumir.

I no vull oblidar un dels objectius que s'han proposat com a prioritari, la realització d'un càtering escolar per als centres que volen fer de la transformació dels aliments i l'alimentació sana, un element important en la seua tasca educativa. ■





# QUATRETONDA, arròs caldós que d'un plat se'n fan dos

**L**a gastronomia quotidiana de Quatretonda i, en general, dels pobles valencians naix de l'enginy de les mestresses de casa per donar menjar a tota la família amb el poc que tenien a mà. L'arròs caldós, en qualsevol de les seues variants, servia per a donar de calent i amb aliment quan no hi havia carn o peix per a tots els que s'asseien a dinar.

L'alimentació diària de la postguerra era escassa i repetitiva, faltaven lactis, proteïnes, fòsfor... El dinar, constituïa el plat fort del dia, amb un únic plat. Normalment un arròs caldós fet amb verdures i hortalisses de temporada i deixalles de carn. És per això que l'arròs es converteix en l'ingredient central de les re-

ceptes dels dies de feina i també dels caps de setmana.

A les Comarques Centrals, com ara la Vall d'Albaida, cada casa passava l'hivern gràcies a tot allò que arrebegaven del camp: naps, bledes, penques, floricol, herbes, caragols... També a les conserves que es guardaven de l'estiu: tomaca, salmorra, melmelades... I, pels dies de festa, feien licor-café i llima casolana amb mitjans rudimentaris.

Enmig d'aquesta època de fam i escassetat, a les cuines de llars dedicades a l'agricultura es crea l'anomenat "arròs en banderetes". És un arròs caldós d'hivern amb espinacs, penques, fesols i naps. Sense eixir de casa ha passat de generació a generació

**Júlia Vela**

---



fins a arribar als nostres dies. Hui en dia aquest tipus de plats s'han convertit en una exquisidessa pels que no han tingut la sort de trobar-se'ls cada dia a la taula de sa casa.

La mare d'Enri, natural de Quatretonda, ens fa arribar la seua pròpia recepta: es posen un grapat de fesols blanquets per persona al foc en aigua gelada, els deixen bullir deu minuts i després s'afegeix un "pitxeret" d'aigua gelada. A continuació, es pelen dos o tres naps i els fan a trossos xicotets. D'altra banda, es preparen les penques a trossets d'uns dos o tres centímetres, un grapat per persona.

I es posa tot a la mateixa olla. En una altra paella es fregeix una "rosqueta" de pa amb oli. En acabar de fregir-lo, es para el foc i quan es gela es posa també a l'olla gran. I per últim es posen els espinacs. Vint minuts abans de dinar es posa l'arròs i se serveix calent.

Aquest plat tan típic de Quatretonda i dels pobles del voltant, el trobareu amb altres denominacions i variants a tot arreu de la geografia valenciana. Amb bledes, amb caragols, amb tomaca... També anomenat arròs amb bledes, arròs amb banderes.


En la visita a Quatretonda podem aprofitar i comprar un excel·lent formatge de cabra que elaboren a la Heretat de Pere, un mas ubicat a les afores del poble, anant en direcció a la Pobla del Duc. La granja és ecològica i els formatges són de llet crua, també podeu fer una volteta i vore les cabretes pasturant pel camp.

Concerteu visita al  
Tel.- 666 376 968. ■



# LA VALLETA D'AGRES, producte, gastronomia, tradicions i persones entranyables



A large flock of sheep, including several dark-colored ones, is grazing in a dry, open field. In the background, there is a dense forest of trees on a hillside under a clear sky. The text is overlaid on the upper right portion of the image.

La Valleta d'Agres és una xicoteta vall que comprén tres pobles: Agres, Alfafara i Bocairent; els dos primers d'Alacant i l'últim de València. La Valleta la formen a un costat la serra de Mariola, tota a floretes, i a l'altre la d'Agullent. Olis, olives i embotits, bajoques que no són pebreres, ovelles autòctones, cases de menjar amb marca pròpia i la pericana feta a casa unifiquen un entorn que ens toca directament la memòria i el sentiment.



Foto: Acaif/Boluda



## El goig d'anar d'Alfafara a Agres

**N**omés he estat cinc o sis vegades a la Valleta d'Agres, unes voltes a Alfafara, altres a Agres i un parell a Bocairent. No puc dir que conega a fons la zona però almenys el que he conegut, tant persones com paratges, formen un conjunt que genera un sentiment entranyable que queda a la memòria. Javier Arenas em va fer de cicerone; és metge i s'ha instal·lat a l'antiga masia del Cuco, l'ha rehabilitada respectuosament i està fent uns olis ecològics molt saludables. De la seua mà he conegut establiments de restauració i productors que són un goig. Us conte.

A Alfafara, població que li dona nom a una varietat d'olives de sabor potent, hi ha una almàssera que es diu Alfaoliva, que porta Ramón Terol, que a banda de fer un potent oli d'olives verdes, també moltura les olives d'agricultors dels voltants. Li fa l'oli a David, del restaurant Casa el Tio David, un oli intens d'olives verdes que rep el nom de la partida, la Mícola. Els tres estan referenciats a la secció d'olis d'aquesta publicació i voreu les experiències per tastar-los i

visitar els camps.

Vi també en trobareu a la bodega Mas l'Altet. En la masia familiar dels seus pares, on va nàixer, Alfredo Esteve no fa uns vins corrents, són vins negres excel·lents amb llargues criances. Dos restaurants, Bolumini i Casa el Tio David expressen la personalitat del territori, cadascun al seu estil.

Al centre del poble trobareu la carnisseria d'Eladio; elaboren embotits i cuixots. Molt bones són la sobrassada i la bufa de pasta bona i té carn de pastura d'ovelles autòctones. La tenda la té plena de productes locals: pomes, bresquilles o tomaques, tot de temporada. També té una carnisseria a Agres.

Entre Agres i Alfafara pastura un xicotet ramat d'ovelles roges Jesús Beneyto. La relació de Jesús amb els animals és d'admirar, és un tracte de respecte. És un apassionat de les tradicions i un dels que porta avant el concurs de gossos de ramat que se celebra a la primavera cada any a Agres.

A quatre quilòmetres al sud està Agres, on es respira la mateixa atmosfera agradable, per a goig del visitant àvid d'experiències

**Alfred Martínez**

autèntiques. Menjar a la Pensió Mariola és conèixer d'un colp els plats clàssics de la gastronomia de la zona i en la Vilana, un baret de picadetes i bocates del terreny, tasteu l'entrepà de pollastre. La carn i l'embotit el podeu comprar a la carnisseria d'Eladio, a qui hem conegut a Alfafara, i la fruita compreu-la a la porta de casa d'Enric: préssecs, pomes, anous... tot de temporada. És quan un comprén que la fruita de secà és més saborosa, supose que per la falta d'aigua que concentra més els sabors. ■





## Bocairent, saborosa i contundent

**Carmen Santonja**

**P**er a parlar de la gastronomia d'un lloc, primer cal realitzar un breu acostament a la seua geografia, les seues gents, i la seua història. L'il·lustrat bocairentí Josep Joaquim Castelló va realitzar una detallada descripció geogràfica de la comarca en 1790: "En esta villa se verifica que donde la agricultura no puede mantener una crecida población, están la industria y el comercio... Labran las lanas que dan los muchos ganados que crían en el término, y con el estiércol benefician las tierras, sin lo que, por ser muy fría la tierra, nada cogerían... Sus producciones son trigo y otros granos, maíz, vino, frutas y hortalizas, alguna seda, cáñamo y aceite... Todo el territorio es montuoso, abunda

en pastos y buenas aguas... De todo ello se aprovechan los naturales. Crían y mantienen mucho ganado cabrío, con cuya carne, que es excelente, abastecen la villa y muchos pueblos circunvecinos. Cógese porción de miel muy exquisita, y nueces. Y así, son todos ramos de industria y con su aplicación, viven aquí los naturales, en un país ingrato, con tanta o mayor comodidad que los que disfrutaban de un suelo fertilísimo... El clima de los pueblos es seco y medianamente frío los aires, sutiles y saludables; los alimentos sabrosos y con mucho sustento. De modo que sus naturales gozan de la salud más robusta y viven hasta avanzada edad. Son sobrios, laboriosos e industriosos; propios para el



trabajo, así de cuerpo como de espíritu; sin que por ser montañeses, se les eche de ver en su trato y porte la aspereza de los montes que habitan”.

Aquesta descripció de la comarca conté aspectes que romanen actuals i que determinen la gastronomia que ha transcendit fins els nostres dies: aliments saborosos i contundents.

Són característics els plats calents per a combatre el fred, com són les “bajoques farcides” -que no pebreres-, bajoques roges grans amb magre de porc al qual es poden afegir trossets de pit de pollastre, tomaca i pinyonets. També son característiques les olletes:

l’olleta de penques (penques, arròs, fesols, costelletes, creïlles, nap, ceba, all, tomaca, fesols), l’olleta de llentilles (penques, arròs, llentilles, fesols, creïlla i costelletes) o l’olleta de cigrons (cigrons, arròs, bledes i creïlla...)

Totes les olletes tenen la versió de quaresma sense carn. En totes elles es combinen els llegums amb l’arròs. Avui en dia sabem que la combinació de cereals i llegums és molt saludable per a obtenir les proteïnes diàries de qualitat que permeten reparar teixits i crear noves estructures, fins i tot sense aportació de proteïnes d’origen animal.

Altres plats són el “Empedraet” o “arròs de mosqueter”, amb

alls tendres i fesols; el putxero del dia de Sant Blai, amb fassedures, sense fulla de col; els gaspatxo amb caça (perdiu i llebre), els renyons de masero (tomaques partides sobre un llit de ceba, albergínia, amb picada i al forn), etc.

La pericana mereix menció especial. És característica dels pobles de la Mariola i presenta variacions segons pobles i cuineres. En tot cas l’element singular és la bajoca de “enrastrar” que antigament es veia secant a les cambres de totes les cases. Les bajoques s’han de deixar assecar a l’ombra a l’aire de la serra. Una vegada seques es torren i es fan a trossets i es barreja amb els trossets d’abadejo el qual



Foto: Adolf Bellido



prèviament li hem passat la flama i trossets de llima. Tota la barreja es banya en abundant oli d'oliva de la zona, i es deixa reposar. La pericana està més bona quants més dies ha estat feta. És un plat que es conserva bé i que es pot menjar en qualsevol moment. Una autèntica delícia de sabor intens que forma part del nostre rebost des de temps immemorial.

La borreta de la Mariola és un plat a base d'abadejo, bajoques verdes, nyora, creïlles i un ou caigut en el moment d'escudellar. Des de fa uns anys l'Ajuntament de Bocairent fa un concurs anual d'aquest plat.

Quant a dolços, el més significatiu són els de les festes

de moros i cristians de febrer, pastissets de moniato, rotllet d'ametla, polvorons, o rotllos d'ou bullits, entre altres, i les mones i tonyes per Pasqua. ■



A photograph showing two people sitting on the thick, gnarled roots of a large, ancient tree. The tree's canopy is dense with green leaves, and sunlight filters through. The background shows a hilly landscape with more trees and a clear sky.

# LA VALL DE SETA, cuina mediterrània de sempre als peus de la Serrella

El suc d'oliva és la base de molts plats i les herbes del bancal i de la muntanya deixen l'aroma de la serra en cada recepta.

**S**ón les set del matí, el silenci ha estat trencat pel gall de "l'Aviador" ja fa estona i a ell s'han afegit després les oronelles, en fila dalt de la llum que hi ha al costat de la Font del Raval, i el lladrar d'algun gos. Els "tacatacatatacatata" dels primers tractors toquen a diana pels carrers estrets i empinats del poble. Tot i que estem a setembre cal tapar-se per la nit, i a aquestes hores del matí la força de la gravetat exercís tota la seua magnitud i resulta complicat alçar-se.

Estem en una de les valls de "l'Espanya saquejada" com alguns habitants prefereixen anomenar-la. La Vall de Seta, ubicada entre els peus de la Serrella i la serra d'Almudaina, a la comarca del Comtat, està formada per set municipis: Famorca, Fageca, Tollos, Benimassot, Balones, Gorga i Quatretondeta. Entre tots no apleguen als 600 habitants en hivern, bona part d'ells persones majors.

Des de la Torreta de Benimassot es contempla una vista privilegiada de la Vall: tan dura, tan natural, tan quieta... tan meravellosa. Milers d'oliveres i ametlers omplien el paisatge que es manté pràcticament invariable des de fa segles i reflexa un cel blau de conte. En el darrer segle, amb la

malaltia del míldiu se substituïren les vinyes que omplien molts bancals. De fet, cap el 1950 sols a Benimassot hi havia 6 cups. No obstant, des de fa una dècada productors, principalment de Fageca i de Gorga, han reiniciat la producció de vi amb resultats molt esperançadors.

La dificultat orogràfica, la importació massiva de productes procedents d'agricultura intensiva, l'escassa rendibilitat del secà i l'erràtica actuació administrativa, han anat ofegant la vida en aquestes poblacions, com ara Tollos, on viuen en hivern menys de 10 persones. En els darrers anys l'aparició de la "xileya fastidiosa" en ametlers i la posterior política d'eradicació instaurada des de la Unió Europea ha suposat la destrucció de molts arbres sans i està clavillant l'ànima dels llauradors.

La llei natural marca la vida de la Vall durant les diferents estacions. No sols a l'hora de treballar al camp sinó també a l'hora de seure a taula. El suc d'oliva, un dels millors del món, és la base principal de molts plats, ja siga en cru o guisat. Les herbes del bancal i de la muntanya deixen el seu aroma de la serra en cada recepta, i l'arròs –baratat en el passat amb productors de la marjal de Pego-Oliva– està present quasi a diari en la dieta dels pobles.

La despoblació ha afectat tots els àmbits de la Vall fins al punt que únicament quatre municipis disposen de locals d'hostaleria i la majoria d'ells obrin les portes de dijous a diumenge. A Famorca trobem el Bar la Font, que des de juny té una nova direcció i obri de dimecres a divendres; Ca Boro, a Benimassot, porta un any al front del bar i ha traslladat a la carta tota una vida de cuina tradicional; com la Creu de Gorga, on postres i licors tradicionals posen el caramull a una cuina casolana. Finalment ens trobem a Quatretondeta amb Ca Cañares, el més antic de tots ells ja que va obrir les seues portes el 1946, i on l'arròs al forn és la seua principal carta de presentació. En setembre va tancar Ca Pere a Fageca.

La cuina de tots ells és molt semblant, farcida de tapes, arrossos i guisats. Uns fogons que comparteixen l'espai i el ritme del temps en què viuen. El tracte del personal sempre és molt proper i acollidor, i és un reflex de l'hospitalitat dels habitants de la Vall de Seta. A més a més, la relació preu-qualitat és excel·lent ja que per 15 euros pots dinar en tots ells. I amb l'afegit impagable de contemplar la Serrella com la veïen els nostres avantpassats... ■



## ON MENJAR

### CA BORO

Terrassa mirant a la Serrella.  
Menjar casolà, bona atenció i  
bona relació qualitat-preu  
Carrer Raval, 1. Benimassot  
Tel.- 628 708 179



Foto: Monzonis



Foto: Monzonis



# LES VALLS DE PLANES I DE TRAVADELL



Miquel Llopis





Foto: Adolf Boluda

**A**rribareu a Planes, comarca del Comtat, pujant per la Vall de Gallinera. Famós és l'embotit de Planes gràcies a dos carnisseries, la Sola i Seguí, però els forns també poden presumir de cocotets, coques, pans i dolços i més coses, com que la població es coneix com la capital de la cirera. Productes autòctons de qualitat no en falten, olis ecològics d'oliveres mil·lenàries i vins naturals.

Catamarruch, Margarida i Benialfaquí, són pedanies que pertanyen a la l'antiga baronia de Planes i són llocs encantadors.

Tot seguit podeu continuar per la carretera i arribar a Benimarfull, la Vall de Travadell, on la carnisseria, el forn, el bar de la cooperativa i la tenda de queviures són visites que omplin l'esperit. Després un altre poblet, Benillup malauradament famós perquè el barranc Cairata, afluent del Serpis, està literalment apunt d'engolir-se algunes cases del poble i a pocs quilòmetres arribem a Millena on hi ha una almàssera, la de Travadell, que heu de vore, olis ecològics i oliveres mil·lenàries i un restaurant al poble on fan bon menjar casolà. ■





# LA RECTORIA, menjar de bancals, muntanyes i corrals al pas del riu Girona

Ricard Llompart  
Historiador

El regadiu, el secà i els fruits de la muntanya condicionen la gastronomia dels cinc pobles que veuen baixar el riu Girona al recer de la Segària.

**L**a Rectoria conforma un espai propi dintre la Marina Alta, un territori de la zona prelitoral de la comarca ocupat per les poblacions de Sanet, Benimeli, Ràfol, Sagra i Tormos, i delimitat, per una banda, per una espina dorsal muntanyenca que arranca dels contraforts inicials de Segària i s'endinsa en les valls de l'interior i, per l'altra, pel curs mitjà del Girona amb la seua planura. Tot això suposa un fort contrast entre els dos tipus de relleu i, per tant, la convivència entre el secà i el regadiu condicionen la seua gastronomia.

Si s'haguera de recrear el menjar

d'un dia qualsevol, de temps no molt llunyans, la jornada començaria amb un bon tassó de sopes de llet, quasi mai de vaca; continuaria amb un esmorzar compost per pa, sempre, i com a companatge saladura o embotit; a migdia un arròs amb ingredients de la temporada; a mitjan vesprada alguna cosa per trencar la fam, principalment dels menuts; i per sopar, un bollit, una sopa d'all o unes bledes i un acompanyament si calia.

Respecte a la carn i la llet, el bestiar caprí o oví pasturava per l'àrea muntanyosa, on encara queden abundants runes dels

corrals que els resguardaven. La seua decadència comença amb l'ús intensiu del territori i l'abandament per aprofitar l'explotació en primer lloc del raïm, amb l'auge de la pansa, i després de l'ametlla. La nòmina animal s'amplia amb conills i gallines, que vivien en els corrals de casa i subministraven la carn del dia a dia, i altres com el porc que garantien carn i embotits: botifarres, blanquets, llonganisses blanques i roges i l'herència mallorquina de les sobrassades. Una altra tècnica de conservació era el frito, carn fregida conservada amb oli cru. Del camp,



principalment de la muntanya, arribava el subministrament dels caragols que tant de joc donaven a la cuina local.

La farina i l'arròs eren els dos elements primordials, el primer s'havia conreat al territori, però havia deixat pas a productes més competitius com ara la pansa, l'ametla i la taronja. Pel que fa a la farina, amb ella es preparaven menjars dolços i salats, i el que és més important, el pa. La rebosteria local comptava amb bescuits, tortades, coca Maria (a la llanda), rotllets d'anís, rosegons i pastissets de moniato, ametla o cabell d'àngel; respecte al salat, també coca a la llanda, en aquest cas amb tomacat, pèsols i ceba, sobrassada, melva o anxova, i els pastissets salats. De l'arròs, quant a l'origen, provenia de la Marjal de Pego o de la Ribera, territori, aquest últim, on anaven a segar de temporada molts dels homes de la Rectoria. A més, era, sens dubte, la base per elaborar el menjar de migdia. La seua capacitat de combinar amb qualsevol aliment vegetal o animal –carxofes, penques, faves, pèsols, creïlles, conill, pollastre, magre, caragols, polp, bacallà i tants altres més– li

conferien possibilitats il·limitades que transitaven des d'un arròs fadrí –sense carn– fins les diverses maneres de confeccionar la paella, plat estrella per excel·lència. Sense oblidar l'arròs al forn, amb fesols i penques o naps i tants altres que asseguraven un plat diferent per a cada dia de la setmana. A banda de la paella, el putxero era l'altre menjar festiu que alegrava el Nadal o les festes del poble. Ambdós plats s'utilitzen en l'actualitat amb una regularitat quasi setmanal. Dels dos va eixir un híbrid, la paella de putxero, que tants reconeixements li donà al ja desaparegut bar Ripo de Sanet. Consistia amb un arròs preparat a la paella amb el caldo del putxero i adornat per les corresponents pilotes. Separadament se servien la carn i les verdures.

De la muntanya i el terme en general arribava el subministrament gratuït, però molt apreciat, de caragols, llicsons, camaroges i esclata-sangs, components d'una llarga llista que complementaven la cuina casolana.

Pel que fa als productes del mar, a pesar que el territori es troba a pocs quilòmetres del litoral, la seua influència en la cuina

de la Rectoria es va limitar a les salades. El rei indiscutible era el bacallà sec que, de quan en quan, alegrava un plat de bollit per les nits, un arròs a migdia, un guisat o un mullador, en aquest cas l'espenecat. Altres salades com el sangatxo o la melva s'utilitzaven també per a tomacats i coques o, simplement, com a companatge que els homes del camp s'emportaven de recapte. El polp és un cas especial, utilitzat tant amb arrossos caldosos com amb guisats amb penques i creïlles.

I com la cuina evoluciona, la introducció massiva del porc senglar al territori ens ofereix un clar exemple que ha tingut com a efecte la incorporació de plats nous com el seu guisat, i el cas especial, incorporat en la carta d'algun bar, de la fideuà de porc senglar. ■



# LA VALL DE LAGUAR, l'aliança de la gastronomia i el paisatge



La terra manté l'empremta dels moriscos expulsats i els costums dels seus repobladors.

**José Iglesias**

**B**enimaurell, Fleix i Campell, els tres pobles que formen la Vall de Laguar han aconseguit mantenir una personalitat pròpia en la seua gastronomia tradicional malgrat les influències externes que han assetjat aquest xicotet territori, que s'alça 500 metres sobre la mar i a escassos 20 quilòmetres de la mar Mediterrània.

Entre dos serres, la d'Ebo i la del Migdia, la vall està també tancada pel Cavall Verd i els camins escalonats que ens porten a descobrir una meravella de la natura com és el Barranc de l'Infern. Entendre el paisatge de la Vall de Laguar és descobrir alhora les seues particularitats i, en el cas que ens ocupa, les seues peculiaritats gastronòmiques, que li han donat personalitat pròpia a la vall i a les seues gents.

I dic això del paisatge perquè els

seus pujolets abançalats no són més que el llegat de la població morisca que durant més d'un segle es va assentar en tot l'entorn de la serra del Cavall Verd fins que van ser expulsats en 1609. Conta la història que uns 50.000 moriscos van eixir des del port de Dénia en galeres, i van deixar quasi desertes les terres de Laguar i Ebo principalment, on va quedar la seua petjada cultural, paisatgística i gastronòmica.

El llegat va ser una terra dedicada al cultiu del blat, vinya, oliveres, verdures, hortalisses i ametlers. Farina, vi, oli, fruits secs i aliments bàsics de la saludable alimentació mediterrània que s'han mantingut fins a hui.

Expulsats els moriscos va quedar tota una infraestructura agrària abandonada fins que la zona es va repoblar amb l'arribada dels mallorquins. Els illencs

van portar les seues tècniques de conservació de la carn i van fer pròpies les formes de preparar embotits, les quals es van afegir immediatament a la base de l'alimentació tradicional dels veïns d'aquesta terra d'anades i tornades.

Per això és imprescindible conèixer el paisatge per a poder comprendre per què és tan tradicional l'espencat, per exemple, que no és més que pebrera i albergínia torrades al forn de llenya, d'on adquireixen un toc de sabor fumat, regat amb un bon oli d'oliva i all laminat, acompanyat d'un peix conservat en saladura. Verdures conreades junt a les seues cases i torrades en uns forns de fang construïts amb les tècniques que van implantar els moriscos.

En eixos forns segueixen coent-se les coques, una massa de pa fermentada i farcida, en el

seu origen, de les verdures de l'espençat, més la tomaca, més la saladura, i sempre l'oli d'oliva. Forns que couen també un arròs al forn on conviuen les botifarres i la carn amb les creïlles i els cigrons. El putxero, cuit a foc lent, amb les seues pilotes enrotllades amb fulles de col, possiblement amb alguna influència morisca per aquell guisat de couscous, tot i que la carn de porc li aporta uns altres matisos.

Arrossos de la Marjal de Pego-Oliva, el cereal base per a l'alimentació d'un poble que el barreja amb verdures i llegums per a preparar saborosos arrossos amb fesols i naps, o les faves sacsades, plats consistents de cullera amb una elaboració pacient que agraeixen els paladars acostumats als sabors actuals de la cuina ràpida. Són reconeguts els embotits de la Vall de Laguar, curats a una temperatura fresca i constant en la vall.

I per a les postres tornem a

l'horta i al cultiu dels ametlers. D'eixa horta escalonada de la Vall de Laguar recollirem la carabassa i amb ella prepararem els bunyols, imprescindibles per a qualsevol celebració familiar. Amb el moniato farem els pastissets amb una massa d'aiguardent o d'ametles, amb una base d'oblea. La coca Maria, amb o sense ametla. O els carquinyols (herència de les Balears també) i només aptes per a bones dentadures.

La vall amaga secrets gastronòmics i grans vins produïts per xicotetes almàsseres, fermentats amb processos tradicionals i acurats fins a l'últim detall. Un espai rural on també sobreviu el pasturatge d'autosuficiència per abastir la pròpia població de carns saludables i formatges artesans de gran qualitat. Viure ací és gaudir de la natura en estat pur, treballar pel seu manteniment, i nodrir-se de tot allò que pot donar la terra que, en definitiva, és la vida. ■



---

## ON COMPRAR

La Vall compta amb dos carnisseries i un forn.

---

## ON MENJAR

Un grapat de bars i un parell de restaurants de renom  
**EL NOU CAVALL VERD i L'HOTEL ALAHUAR**

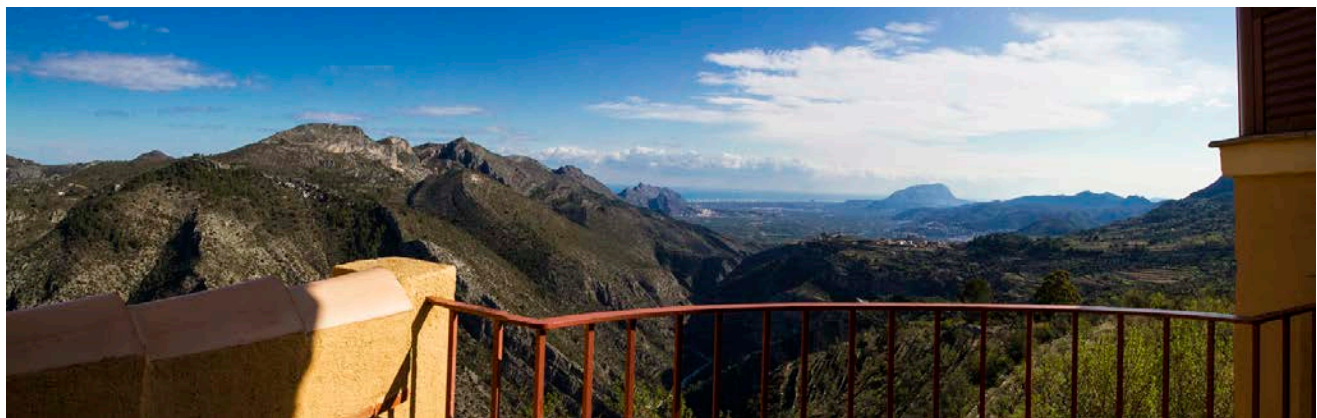




Foto: Miguel Llor

# GATA DE GORGOS, artesanía, carn, embotit i tradició

**Clara Giner**  
Periodista

Gata, poble artesà i llaurador que travessa el riu Gorgos de camí a la mar. Paisatge de vinyes de moscatell i riurals a quatre passes del Montgó. I de camps d'ametlers, oliveres, figueres i garrofers en bancals de pedra seca.

**T**erra plena d'història de moros i cristians on encara es guarden tradicions culinàries com l'elaboració de l'embotit, que té el seu origen en aquells llauradors mallorquins que repoblaren en part aquesta antiga alqueria islàmica, poc després de l'expulsió dels moriscos el 1609.

Terra de secà, d'oli, ametla, raïm de moscatell, pansa, mistela i vi. Menjar de poble, senzill. Coques amb tomaca, ceba o herbes que alegren l'esperit.

Els gaters són gent d'arrels i parlar "apitxat", coneixedors de l'agricultura i amants de la

carn. De fet en aquesta població trobem fins a cinc carnisseries on podem comprar llonganisses, sobrassades, botifarres de ceba, garró i blanquets. També hamburgueses i figatells, aquestes mandonguilles aplanades amb magre i fetge de porc adobats amb espècies que li atorguen un tast més oriental i en aparença llunyà. Però els carnisers, alguns amb avantpassats ramaders, també venen xai de qualitat criat a la Marina, de raça segureña i guirra, aquesta darra autòctona valenciana, ovella roja que pastura a muntanyes i valls de l'interior.

## **Cada divendres mercat**

El mercat de Gata, que se celebra els divendres a la plaça Nova, té una història de gairebé cent anys, des del 17 de març de 1933. Abans però, llauradors i veïns ja es congregaven a la plaça de l'església, el que ara és la Plaça Major. I és que la vida al poble es palpa els dies de mercat. De bon matí els comerciants monten els seus "tinglados" de fruites i verdures a la plaça gran, ben a prop dels comerços locals: un grapat de carnisseries especialitzades en embotit tradicional, la pescateria amb peix fresc de la Llotja de Calp i els forns que



encara conserven el costum de fer dolços i pa amb massa mare i farines de qualitat. No falten tampoc xicotetes tendes de verdures, a banda dels supermercats, o els locals on es venen productes gourmet de la Marina, Comarques Centrals i d'altres indrets. Els bars i restaurants també estan a un pas.

Prop d'una vintena d'establiments on poder picar unes tapetes abans de dinar. Pilotes, sang amb ceba, magre guisat, mandonguilles, xones, bull de tollinya, i borreta de melva... Mar i muntanya al plat. I ja per seure a taula, pura gastronomia mediterrània tradicional: putxeros, arrossos, paelles i fideuàes, i sempre carn i peix a la brasa o al forn. I de postres, rebosteria amb reminiscències àrabs com els bunyols de carbassa, les

coques de pansa i ametlla o l'arrop, amb el gotet amb mistela al costat.

### Berenaret de Pasqua

El primer diumenge després de la Setmana Santa se celebra a Gata el "berenaret de Pasqua", una trobada lúdica i gastronòmica que inclou cercavila, dolçaina, tabalet i balls tradicionals. Eixe dia els veïns s'ajunten per gaudir d'un guisat amb pèsols, carxofa, ous, embotit, mandonguilles i conill. A la taula també hi haurà embotit.

### Artesania al carrer

Gata de Gorgos és un poble conegut pels seus locals d'artesanía que es poden veure quan travesses el municipi per la carretera nacional. Un bon gra-



pat de tendes amb les façanes farcides de cistelles de disseny i clàssiques, de cabassets, de cadires fetes i encordades a mà, de mobles de vímet i d'altres objectes de decoració, clar reclam túrístic pels visitants. Un micromon artesà que en certa manera honra el passat humil i llaurador dels gaters. No en va el massís del Montgó està propet i no fa tants anys els homes encara caminaven on fóra precis per arreplegar canyes per fer canyissos pels riurats i per a l'escadà. I de pas, agafar fulles i plantes amb les quals les dones farien a mà els cabassos que empraven per posar el raïm acabat de collir. De la necessitat, virtut. ■





# ALCALALÍ, un poble en flor

**Júlia Vela**  
Periodista

Amb la precisió inequívoca de la naturalesa, cada any, a finals de gener, els ametlers anuncien l'arribada de la primavera a la Vall del Pop. Alcalalí s'engalana de blanc i rosa per acomiadar l'hivern. Els camps sembla que es vesteixen per a la festa i la màgia, la salut i la prosperitat. Molt prompte l'ametla estarà a les taules i dispenses de cada casa.

**A**lcalalí han creat el "Feslali", un festival cultural i festiu dedicat a la producció i l'aprofitament de l'ametla, per donar visibilitat al fruit més preat de la seua terra i dinamitzar el seu cultiu.

El "Feslali" se celebra cada febrer a Alcalalí amb tota classe d'activitats gastronòmiques, paisatgístiques, fotogràfiques i fins i tot esportives dedicades a l'ametla. La programació inclou la ruta de l'ametler en flor, un recorregut pels camps florits del terme, i una ruta gastronòmica en la qual als bars i restaurants del poble es poden assaborir receptes tradicionals i tapes amb voluntat innovadora amb l'ametla com a ingredient. Tindreu l'oportunitat de captar els bells paisatges de la flor de l'ametler i participar en el concurs foto-

### La qualitat de l'ametlla d'Alcalalí és gastronòmicament molt apreciada

gràfic que es convoca eixos dies. Pots trobar tota la informació a la web de turisme d'Alcalalí.

A conseqüència de l'esforç i la unió municipal per donar el valor que li cal a l'ametlla local i potenciar la seua distribució, sorgeix la SAT de llauradors, que produeix i comercialitza l'ametlla autòctona i la llet d'ametlla, un producte nou i amb grans possibilitats gastronòmiques i comercials. La

cooperativa està formada per llauradors d'entre 22 i 80 anys. Tots comparteixen la passió pel cultiu de l'ametlla i molts d'ells han dedicat bona part de la seua vida a continuar una dedicació transmesa entre generacions.

Les ametlles, empaquetades amb format d'un quilo o mig quilo, i la llet d'ametlla, anomenada "Rumbeta" en honor a la més local i pròpia de les varietats, es poden comprar tant al Bar Toni, en la plaça del poble, com al Mercat del Riu Rau de Jesús Pobre. ■



### ON COMPRAR

#### PANADERIA VICENS

C/ Forn, 16  
Tel.- 638 829 874

#### CARNISSERIA PASCUAL

C/ Major, 28b  
Tel.- 629 607 789

#### LA BRESCA PRODUCTES NATURALS - MIELES NOGUERA

C/ Dénia, s/n  
La Llosa de Camatxo (Alcalalí)  
Tel.- 96 648 22 11  
C/ Major, 32

#### PASTISSERIA ROSANNA

C/ Major, 20  
Tel.- 651 58 13 26

### ON MENJAR

#### BAR LA TORRE

Fan paelles, arròs al forn, arròs caldós (tots els arrossos són per encàrrec). Mandonguilles de carn i ametlla i altres picadetes tradicionals.

Menú diari 15€ Preu mitjà 20€  
Carrer l'Hort, 2. Tel.- 691 927 559

#### BAR EL PORCHE

Ofereixen cuina casolana, trobareu guisats i picadetes tradicionals i plats combinats.

Tasteu el rabo de bou, figatells i pilotes de putxero.  
Tel.- 96 648 21 23

#### BAR TONI

Pl. de l'Ajuntament, 7  
Tapes i plats combinats.  
Cuina de temporada, en estiu tenen llet d'ametlla i tapes amb ametlla com les faves o la sang.

Preu mitjà: 9/10€  
Tel.- 606 19 73 52

#### BAR EMILIO

Tapes de poble, carn torrada els diumenges. Tasteu les mandonguilles amb tomaqueta.

Preu mitjà: 10€  
Tel.- 96 648 28 99  
La Llosa de Camatxo

## LA LLOSA DE CAMATXO, el pati de les llimeres

Més enllà del Castell d'Aixà, el paisatge canvia del blanc solemne d'Alcalalí al groc cítric de la Llosa de Camatxo. La presència de llimeres en aquestes terres, dedicades originàriament a ceps i ametlers, recorda quina va ser l'alternativa dels llauradors locals després de la plaga de la fil·loxera a la primera meitat del segle XX. Ací trobem el "Llimafest", un festival cultural de música que deu el seu nom al principal cultiu del poble, la llima. Avui el número de llauradors dedicat a aquest cultiu s'ha reduït considerablement degut a la forta competència, a la grandària limitada dels seus camps i la difícil accessibilitat dels camions als seus bancals. Fent de les dificultats un valor local i afegit, són moltes les cases que obrin les portes per comercialitzar la llima directament del llaurador al consumidor. ■

# XALÓ, tradició viva

## Un poble obert



Juan Gayá  
Escriptor

En la nostra comarca, en la Marina Alta, si parles de vins, d'embotits, de dolços... d'encants, de mercadets... del mercat de la terra, de cultura al cap i a la fi, no pots no pensar en Xaló, l'antiga baronia de Xaló.

**L**a població eminentment agrícola, i antigament també ramadera, junt amb Líber, va ser una de les majors productores de raïm pansa de la comarca. No debades, l'esmentada elaboració ja es coneixia des de l'època mudèjar. Abans del segle XIX les vinyes ja competien amb el principal cultiu de la Vall de Xaló, el blat, l'ordi i l'avena.

A poc a poc, l'elaboració de la pansa es va convertir en el motor de l'economia també en

quasi tots els municipis de la Comarca, com Pedreguer i Gata de Gorgos, principalment, així es van omplir els camps de vinyes. Van haver de sobreviure a la devastadora plaga de l'oïdi, a les onades de calor, a les nevades i a les sequeres de mitjans del segle XIX, però malgrat tot, a mitjans del segle passat el seu cultiu va passar a ser merament testimonial, canviant en moltes zones. Allà on podia canviar-se de secà a regadiu, passaren al cultiu de cítrics, i on no, van

mantindre les vinyes; aquesta vegada però, per a l'elaboració de vins i misteles.

En 1962 es va fundar la Cooperativa Virgen Pobre, Bodegas Xaló, una cooperativa d'èxit, que elabora hui afamats i guardonats vins. Hui a Xaló, a part d'aquest gegant hi ha xicotets productors, artesans apassionats, com Manú Guardiola, Curii Raïm i Vins, Eladio Fullana i Bodegues Rico que elaboren excel·lents caldos.

Xaló també destaca pels seus embotits tradicionals. Tradició





heretada, fa més de 400 anys, per la repoblació mallorquina. Cal destacar la sobrassada, la botifarra, el garró, la bufa, el blanquet, la llonganissa, el salsitxó i el figatell.

Antigament entre les famílies es realitzava la tradicional matança del porc en els primers mesos de l'any, aprofitant el fred per a assecar i conservar l'embotit. En el segle XVII ja es coneix l'existència d'una carnisseria en la població que comptava amb llicència per a sacrificar animals i la seua posterior venda.

Cal destacar l'embotit tradicional de la carnisseria Seguí, la de Pepita i de Galan, hui Companatge.

Els dolços característics que, gràcies a mans expertes, s'elaboren en aquesta població són els pastissos, rotllets, sequillos, carquinyols, almendrados, mantecades, rotllets, tortà, coca bova, coca Maria, bescuit, bambas, cocoquets, roscos... sense oblidar el pa tradicional de forn artesà. Destaquem la pastisseria la Vicentica, Ana i la de Francis.

I què podem menjar? La nostra gastronomia és part de la nostra cultura diferenciadora de pobles, cultures i defineix la nostra singularitat. Forma part d'on som, dels nostres records, de les nostres arrels, d'allò que ens uneix als nostres avantpassats. Conformem la nostra pròpia i diferenciadora identitat.

La cuina, això que mengem, diu molt de qui som i com vivim. I de com van viure a través dels temps. La cuina d'abans, la cuina de penombres, de mancan-

ces, la cuina de tradició que s'ha hagut d'adaptar al temps, aplega a nosaltres com un llegat obligat per mantindre i transmetre als nostres successors. O, és que la cuina humil no ha donat plats excepcionals? Sense tradició no hi ha evolució.

Tal vegada els plats més característics d'aquesta cuina xalonera no els trobes en cap restaurant. Però estan ací, a les cuines de les nostres àvies i de les nostres mares, els quals hem de rescatar i no deixar que es perden com un gran llegat que ens correspon transmetre de generació en generació.

Recollir herbes silvestres, camarroges, llicsons... i elaborar el bollos o les coques; els nostres arrossos: al forn, de fava pelada, fesols i naps, amb llentilles, cigrons en salsa, faves sacrades, potatges, borretes, bull amb ceba, guisats, el putxero, l'esmorzar del dia de la porquejà, la sopa de carabassa; i què direm de les nostres salmorres, de pebreres, de raïmet de pastor, de tomaques verdes... les nostres olives amanides, les nostres penques; assecar tomaques, la borra... La nostra cultura gastronòmica.

Però Xaló és tot això, és tradició viva, amb gent acollidora que dia a dia recorda el seu passat, les seues tradicions i les fan presents a dia de hui.

Destaquem establiments amb cuina tradicional nostra i també d'internacional, donat l'assentament de persones de fora que han fet de Xaló la seua residència i així l'han enriquit. ■



## ON MENJAR

**BISTRO SELENE**, on pot tastar la coca de dacsa amb botifarra i confitura d'ànec.

Un antic edifici amb encant, el **VERD I VENT**, on podrà tastar el corder al forn i els seus famosos creps.

**CASA ALELUYA**, restaurant amb estil propi i música en directe, on podrà degustar el seu polp al forn, pilotes de putxero i les costelles a la brasa.

**CASA SUSI**, que combina cuina marroquina amb l'autòctona i mediterrània. Cal destacar el seu fabulós tagín de corder o de pollastre, i el seu ossobuco guisat.

**CASA CATY**, cuina casera marroquina on destaquem el seu fabulós cuscús, el seu corder a la mel amb prunes i ametles, i el seu ànec en salsa silvestre.

**CAL XIXONERO**, cuina tradicional amb tocs moderns, on tastar l'embotit del lloc, el seu arròs caldós amb polp, tomaques seques i penques. Destaquem les seues coques, el seu arròs al forn i les seues tapes d'autor.

**DEL HIERRO**, cuina francesa amb tocs mediterranis molt ben elaborada. Destaquem el seu cremós paté, un bon i casolà entrecot, i un molt ben elaborat lluç en salsa. Els seus saborosos profiterols i creps, creps i profiterols per a acabar.





# LLIBER, passat i present llaurador

**E**ntre vinyes i muntanyes just al bell mig de la Vall de Pop trobem el Pla de Llíber on descobrim un xicotet poble de l'interior de la Marina conegut pel seu passat i present llaurador. Repoblat per colons mallorquins poc després de l'expulsió dels moriscos la seua tradició gastronòmica guarda secrets d'aquests dos mons. Reminiscències d'un passat morisc sobretot pel que fa a la rebosteria tradicional i d'una herència balear que es veu, s'olora i degusta en l'elaboració d'embotits i si ens fixem encara és present en els cognoms de

molts dels seus habitants.

Llíber, ubicat a la vora del riu Xaló i de la Muntanyeta, municipi estimat i conegut per molts estrangers residents. Paisatge tenyit de moscatell i giró, amb riurats on encara es posa a assecar la pansa, aquest tresor tan nostre i que tant va afavorir l'economia local i comarcal fins a finals del s.XIX, principis del XX.

Vinyes i bancals de pedra seca embelleixen la vall mentre el poble resta tranquil amb les seues cases tradicionals de pòrtics de fusta i els seus sinuosos carrers de pedra amb costeres amunt que condueixen a l'església de

**Clara Giner**  
Periodista



Sant Cosme i Sant Damià, a la Muntanyeta i al calvari des d'on gaudir de les vistes del Pla.

Gastronomia i tradició. Ruta dels riurats. Vi, mistela, pansa, ametles, dolços i embotits. Un passeig a peu o en bici pel barranc del cau, a l'abric del Tossal, per la partida de Marnes, terra de secà i d'ametlers, o per la Font d'Aixa fan obrir la fam. Coques o bollos (empanades) farcits de mullador, pèsols o herbes com cama-roges, llicsons i bledes són un bon entrant. Després ja ve la botifarra amb ceba i arròs, la seua especialitat, o també la llonganissa, la salsitxa

o la sobrassada local. Les faves sacsades també s'han de tastar. I ja de postres carquinyols i coca maria –amb llanda– regada d'un gotet de mistela per acompanyar. I si s'apropen festes de Nadal llavors el pastisset de moniato no pot faltar. ■



### ON MENJAR

A la plaça del poble podreu trobar una bona representació de la gastronomia local, podeu triar entre tres bars, el **GASTROBAR VARETES**, el **BARBER** o la **PLAÇA**.



## **Productes de proximitat, un salt qualitatiu majúscul a l'hora d'ingerir aliments**

Lluny del que passa amb els productes procedents de la poc sostenible agricultura intensiva, consumir productes de proximitat fets a la manera artesanal i cuinar amb ells és fer un salt qualitatiu majúscul en els plats que elaborem, tant els sabors com els valors nutricionals milloren moltíssim. Els productes de conreu intensiu es fan a presses i coreres, emprant agroquímics, tot només amb un criteri, fer volum. Pensant-ho en gelat hauriem de redefinir les tendències de consum i ja posats consumir directament del productor, que ens garanteix menjar saludable, enfortir l'economia local i respectar el medi ambient. Ja ho diu l'expressió popular, i en aquest cas és aplicable, "salut i força al canut".





## FORN I PASTISSERIA FRANCIS

“La Francis”, com es coneix aquest forn a Xaló, és el forn de tota la vida del poble. El forn el va obrir en 1840 el besavi de Francis. Actualment està regentat per Francis Monserrat i anteriorment per sa mare i son pare. Fer pa li ve de família i es veu només els visites. Situat al centre del poble, a 100 m de la plaça, és una visita obligada si estàs per la zona.

Aquest forn té molts productes artesans dolços i salats (bollos, coques, pizzes casolanes) tots ells de gran qualitat, però és especialment conegut pel seu pa, que és per a molts, el millor del poble. També recomanen el “bescuit de taronja” (al poble sols el fan ells) o la mantecada d’ametlla.

Carrer Sant Joan Batiste, 12. Xaló  
Tel.- **96 648 01 39**





## EL BANCAL DE NÀSIO

Nàsio Mascarell s'ha dedicat tota la vida als treballs agrícoles que comporta el cultiu del taronger i, cansat de traure poc de rendiment de les 13 fanecades que tenia, ara es dedica a fer productes d'horta, cítrics i herbes mengívoles. Llaura els camps amb tracció animal i està en tràmits d'obtenir la certificació ecològica. Amb les herbes mengívoles està en un projecte amb Agrivall on cama-roges, conillets, blets o verdolagues estan a l'abast de tothom.

Dimecres de vesprada i dissabte de matí està al bancal, on podeu adquirir els seus productes de primera mà. Informa't sobre les experiències que es poden fer en cada temporada. Podràs collir directament dels arbres o plantes.

Està a la urbanització Monte Corona a Ador.  
Tel.- **675 554 136**



## ARRÒS LES TANQUES

Pego Natura és una empresa familiar que dirigeixen Paula i Vicent Dominguis. Conreen arròs en la Marjal Pego-Oliva de dos varietats autòctones, bomba i bombó, aquesta última recuperada fa pocs anys gràcies a l'Estació Arrossera de Sueca, que va conservar les llavors d'aquest arròs durant més de sis dècades.

Pego Natura ha col·laborat recentment amb la Universitat

Miguel Hernández d'Elx en un estudi dirigit per l'investigador Àngel Carbonell, sobre els índex d'arsènic, compost tòxic catalogat per la UE i l'OMS dins de les 10 substàncies químiques considerades perjudicials per a la salut pública, present en els sòls de manera natural. De la investigació es desprén que la marjal de Pego-Oliva presenta els índex d'arsènic més baixos de tot Espanya, gràcies a les aigües corrents dels brolladors

propers. L'estudi conclou que fins i tot el seu arròs és apte per al consum de la part de la població més sensible a aquesta toxina, criatures en edat infantil i bebés.

És un arròs, doncs, cultivat en brolladors d'aigües netes, que naixen ací, a Pego i és únic en el món, com afirma Vicent Dominguis i acredita la ciència.

Tel.- **639 251 578**  
**www.pegonatura.com**



Foto: José Conzento

## MIEL APÍCOLA PÉREZ

El besavi de Rubén va començar amb 20 ruscs d'abelles a dedicar-se a l'apicultura. Cada generació ha anat creixent i ara Rubén té 1500 ruscs d'abelles autòctones. La meitat d'ells estan fixos als peus de la Serrella, allí van xuclant de les floretes del romers i timonets i altres flors de la muntanya i el pla. Trauen mel de romer, de taronger i de muntanya. L'altra meitat de les abelles fan la transhumància, unes van a Guadalajara als camps de lavandí i altres a Burgos i Sòria

on trauen mel de muntanya i de bruc. També comercialitzen pol·len. Tot es fa de manera artesanal com abans, però comptant amb les noves tecnologies.

Tenen tenda física en Castell de Guadalest al carrer la Verge, 18 i al web [www.apicolaperez.com](http://www.apicolaperez.com) A banda tenen una tenda de cosmètica basada en l'abella que es diu Abeelium, els seus productes els podràs trobar a Dénia, el Verger, Gandia i més llocs, consulta la web [www.abeelium.com](http://www.abeelium.com)



## L'OLIERA. Llarga vida a la tendeta de sempre

L'Oliera resisteix i té encara al capdavant Maria Rosa Ivars, l'hereva d'una tradició de tres generacions. Regenta a la Xara el que potser un dels darrers reduïts d'aquelles tendetes d'alimentació que abans proliferaven en els nostres pobles i els barris de les grans ciutats. No ha deixat de modernitzar-se, però mai ha renunciat a aquell concepte familiar que en algun moment va arribar a conèixer-se com "ultra-marins".

L'Oliera es va plantar quan es va estendre l'ús del nom "super", i això li dona encara més encant a un espai on es poden veure en prestatgeries i vitrines els productes que fan falta en totes les cases i que estan fets molt a prop: en els bancals del voltant o en tallers, cellers i fabriquetes dels pobles pròxims. A més de marques industrials convencionals, trobareu embotit casolà, vins del terreny, olis de l'interior, hortalisses i fruites tan fresques com acabades de collir, o llegums i fruits secs a granel, com servien aquells enyorats establiments de la més llunyana infantesa. També tenen barrets i espartenyas. Una tenda que, de tant clàssica com és, a dia de hui és de les més innovadores.

Avda. de l'Oest, 26. La Xara. Tel.- **96 578 18 98**



## L'HORTA DE XAVIER. Un pioner del retorn a la terra

Foto: Peke



Entre Dénia i Pedreguer, en la partida l'Albardanera, als peus del Montgó, tres generacions de la família de Xavier Mulet. El 1987, amb el títol d'advocat i assessoria oberta a València, Xavier decideix tornar al bancal. Comença a canviar els omnipresents tarongers i diversifica la producció: hortalisses, herbes, fruites, llegums... El riurau de la finca l'habilita com a tenda pròpia, que obri tots els dissabtes i que atén ell, la seua dona i els seus fills. Posa

a la venda la seua pròpia producció ecològica, recent collida, i es pot adquirir també mel, pa artesanal i ous. Ofereix productes agrícoles que són de collita pròpia, però es marca un límit de procedència, que no va més enllà dels 100 quilòmetres, amb l'Horta de València pel nord i la Marina Baixa pel sud.

Partida Albardanera, 125. Pedreguer.  
Tel.- **679 383 140**

## EL FORN DE CARRÍCOLA



Ruth va treballar molts anys en el món de l'hostaleria però, el 2015, decideix posar en funcionament el forn municipal morú del seu poble i crea el Forn de Carrícola: un projecte de vida, de retornar als orígens per recuperar l'elaboració de pa artesanal a partir de blats antics, llevat mare fresc i la cocció a forn de llenya, tal com ho feien les nostres iaies. Ella en prepara de dues classes, un amb diferents tipus de blat i un altre amb farina 100% d'espelta. També sol fer-ne un especial de temporada amb algun producte del moment. Des fa 3 anys, per motius logístics va decidir parlar amb Jesús i Amparo, els forners de Bèlgida, poble veí, per compartir obrador.

Per a Ruth les coses funcionen d'una altra manera, tot es té en compte: "El nostre pa és un aliment nutritiu, deliciós i fet amb molt d'amor, que cuida i millora les digestions de les persones que estimes". Amb la mateixa filosofia també fa rosquilletes, magdalenes, galetes i un petit sortit de productes de forn dels de tota la vida. Treballa per comanda i distribueix personalment o a través de les xarxes de consum. Si té excedent podem trobar-la al mercadot de Carrícola algun diumenge.

Carrer Sant Ramon. Bèlgida. Tel.- **629 974 276**  
[www.elforndecarricola.com](http://www.elforndecarricola.com)

## L'HORT DE NELI

Neli Miralles i Paco Pérez es dediquen a la seua horta les estones lliures que els deixa la feina. Ell és fontaner i ella mestra, i els caps de setmana conreen tres fanecades d'hortalisses d'hivern i d'estiu i mandarines, tot amb certificació ecològica. La producció la venen directament al particular o al

restaurant, no tenen distribució ni càmera de refrigerat ni magatzem. Així que tot funciona collint-se el client els aliments directament de les plantes. Més fresc i sa ja és difícil de trobar, a més de passar una estona agradable en família o amics. Com diu Paco "als xiquets els encanta collir la tomaca més

gran o la fava més llarga". L'alegria de ben segur és compartida pels pares també.

Podem anar qualsevol dia de vesprada cridant abans, o els caps de setmana amb més temps.

Partida la Xara, 30. Pedreguer.  
Tel.- **609 855 943**

## TAULAÏNA GANADERA



Els pares de Carles Bataller van posar la granja a la marjal de Gandia el 1942. Avui ell i la seua dona Gema, porten l'explotació i fan formatges que venen als mercats de la terra i a la pròpia granja. Les més de 60 vaques que ara té -n'ha arribat a tindre al voltant de 200- pasturen per la marjal i s'alimenten de tota classe d'herbes, donant-li al formatge

unes qualitats nutritives immillorables. Ofereix l'opció de conèixer la granja de primera mà. Veure com s'alimenten i observar el tracte exquisit que Carles té amb les vaques és una experiència molt agradable. Tastar els formatges amb amics i dos copes de vi s'ho val.

Tel.- **635 266 816**

## EL BANCAL DE CENTO

La fama de les tomaques del bancal de Cento està justificada. Quan arriba la temporada la demanda es dispara. Tomaca valenciana "masclat", no en fa prou. Paqui Rendo i Cento Borrull conreen un poc més d'una hectàrea als Marenys de Rafalcaid, al costat mateix del Serpis quan arriba a la mar. Cento va estar 11 anys al País Basc compartint amb la gent dels caserius el dia a dia, i l'amor per la terra que tenen allà dalt se li va apegar. Van decidir ser independents econòmicament i viure de la terra.

Els dissabtes munten una tenda en la caseta i allí de 9 a 13:30 pots adquirir totes les verdures d'horta d'hivern o d'estiu. Carlotes, cols, penques, naps, napicols, penques (de tot per al putxero!), entre altres coses. També taronges navelines. Tot amb SPGE Ecollaures, una certificació agroecològica local que inclou bones pràctiques.

Reparteix cistelles tancades a domicili en l'àmbit de la Conca de la Safor. A més, fa, un parell de dies a l'any, amb els clients que ho aprecien, una volteta per l'horta amb explicació dels processos de conreu ecològic que inclou també tastos.

Tel.- **665 446 730**



## M'AGRADA

M'agrada és el projecte de Toni Carrió, que amb la il·lusió dels 30 anys d'edat decideix amb son pare canviar els tarongers per magraners. Sabien que si no transformaven i venien el producte acabat ho tindrien més difícil, van fer unes proves amb un espremedor manual i l'experiència els va convèncer. Hui tenen 18 fanecades amb 570 arbres i el fruit el converteixen en suc de magrana embotellat i pasteuritzat. Tot es fa en família i de manera totalment artesanal. Ja sabeu que els beneficis per a la salut que té la magrana en són molts. Diuen que és bona per al cor, la pell, els ronyons o la diabetis i que és antioxidant. Podeu demanar el suc per encàrrec també natural. Us assegurarem que gaudireu de la visita tastant de primera mà aquest suc fet a terres de la Xara.

Fan servei a domicili a la zona de Dénia i Ondara. Els trobareu també al mercat del Riurau i al web [www.magrada.es](http://www.magrada.es) i en Amazon.

Tel.- **679 362 704**



## MÉS QUE HORTA

Isabel és d'eixes dones que, davant les situacions difícils, veu oportunitats que conviden a fer canvis. Així va viure la crisi que el 2008 va traure les sarpes i ens va trastocar la vida de mala manera, com l'ambient idoni per fer un gir de 180 graus en la vida. Va canviar l'oficina pel camp, les dades administratives empresarials per les dades del què, el quan, el com es conreen les terres per fer una producció agrícola que li permetés viure de l'ofici de llauradora. A més a més, apostant per una producció sostenible i respectuosa amb el medi ambient i les persones, lliure de residus químics. Tot i representen la cultura tradicional de l'horta d'Ontinyent. Així t'ho conta Isabel, amb una veu que transmet energia i entusiasme. Un convenciment que de ben segur va ser decisiu a l'hora de contagiar el cuquet del projecte als tres joves amb qui comparteix Més que horta, la cooperativa que van fundar el 2014. Victor, el fill d'Isabel, és l'únic que ha estudiat agrícoles. Per al més jove de l'equip, l'horitzó ja venia perfilat pels horts de secà de son iaio. D'altra banda, Joan i Carlos quan es van posar a estudiar mecànica i geografia respectivament, no sospitaven encara que, en realitat, eren llauradors vocacionals.

I mireu si han fet camí que hui en dia conreen 20 fanecades d'hortalisses d'horta i 12 fanecades d'hortalisses de secà, entre elles el meló groc, cultiu tradicional al secà d'Ontinyent. També treballen fruiters de secà i oliveres.

Tot això portant a la pràctica la recuperació de varietats autòctones i generant les seues pròpies llavors, amb les quals ja planten el 60% de la producció actual.

El cogombre d'Ontinyent, la col tendral o blanca o les penques, diverses varietats de tomaques de llavors recuperades, creïlles, alls tendres, pimentó de 4 morros, només són uns pocs exemples de tot allò que ofereixen setmanalment, entre els 25 tipus de verdura i les 15 varietats de fruita. Des que van obrir la primera parada de verdura ecològica al Mercat Municipal d'Ontinyent, la parada 18, estan cada dia més a prop de la seua clientela, comptant també amb el local propi, on també venen la producció d'altres llauradors de les rodalies.

Són membres de la Xarxa Llauradora, amb qui participen en l'elaboració de caixes per als grups de consum i també fan venda directa a través de la tenda virtual de la seua web.

En paraules d'Isabel, és un projecte de vida de bojos o somiadors que volen i s'entesten a viure d'açò. "Som un equip que ha trobat l'equilibri, entre tots 4 ens complementem però compartim una mateixa vocació: fer arribar a ta casa, des de la proximitat, aliments de veritat amb el sabor de tota la vida".

Més que Horta, Carrer Rafael Juan Vidal 24. Ontinyent. Dimecres, dijous i divendres de 17:00 a 21:00 h

Mercat Municipal d'Ontinyent, parada 18. Dilluns, divendres i dissabte de 8:30 a 13:30

Tel.- **645 039 405**

Tenda online: **[www.mesquehorta.com](http://www.mesquehorta.com)**

@: [mesquehorta@gmail.com](mailto:mesquehorta@gmail.com)

Inicialment no tenien cap marca comercial, eren senzillament Juan Cháfer i Pepa Nácher. Era principis dels anys 80 i arriben fins Carrícola unes empreses franceses que buscaven terra per produir cítrics de manera biològica. Aconsegueixen el compromís dels carricolins de passar-se al cultiu biològic, sota la supervisió de les empreses, a canvi de vendre'ls tota la producció en exclusiva.

El seu treball es basa en coses fonamentals com el respecte a la fauna útil i la rotació de cultius en horticòles. Envien a l'estranger el 80% de la seua producció. La gamma de productes és variada: a l'hivern el fenoll, la col Romesco, la floricol i les cebes; a l'estiu albercocs, bresquilles, nectarines, caquis, així com una ampla varietat de cítrics. Fan producció de tota mena d'hortícòles: creïlles, carxofes, etc.

La Vall Bio també aposta pel comerç de proximitat. Forma part de la Xarxa Llauradora de les Comarques Centrals que gestiona serveis comuns, organitza mercats de la terra i consciència la ciutadania cap a l'agricultura tradicional, ecològica i el comerç just. Aposten pel consum crític i la sobirania alimentària.

Tel.- **659 977 393** [www.lavallbio.com](http://www.lavallbio.com)

## LA VALL BIO



## MIELES ALGAR

En Apícola Ripoll són professionals de la mel i tenen una estructura productiva que abasta diferents territoris de la península. Segueixen el rastre de les abelles i tots els processos naturals per a la recol·lecció de la mel. El pol·len el fan en terres de la Manxa i els seus ruscs es traslladen d'un punt a un altre seguint la transhumància natural de les abelles. En l'actualitat tenen abelleres distribuïdes en les nostres comarques, principalment en paratges de muntanya i valls de l'interior, com ara Parcent, on l'empresa té seu i tenda, Benigembla o Planes. D'aquests punts trauen mel de romer, de taronger i de mil flors. A

l'estiu els mateixos ruscs els pugen a Burgos, i a l'hivern els baixen al voltant d'Alacant. Tot aquest constant moviment els permet produir mel de molt diverses varietats.

L'empresa naix fa 20 anys a la vora del riu Algar, a la Marina Baixa, de la mà de José Vicente Ripoll. La primera tenda s'obri a Benidorm. Avui el negoci el porta Fernando Ripoll i al front de la tenda de Parcent trobem a Ana. Tota la mel que ofereixen és natural i de collita pròpia.

Avda. de Benidorm, 12. Parcent.

Tel.- **96 640 54 66**



## L'HORT DE PASTENAGA

Lilian i Damien van arribar a Oïos fa uns anys a la recerca de l'espai idoni per establir el seu projecte de vida. Ella va estudiar geografia i ell informàtica, però ambdós són llauradors i gestionen una empresa de venda de productes agroecològics:

L'Hort de pastanaga. Treballen la terra, a l'ombra del Benicadell, lliure de químics i de productes transgènics. Aposten pels mercats locals, pel comerç i el tracte de proximitat.

Conreen verdura de temporada,

mirant de prioritzar varietats autòctones, i també elaboren conserves amb els excedents de la producció del camp. Preparen caixes, d'acord amb les comandes, i s'encarreguen de la distribució. Venen directament al consumidor a través de la seua pàgina web [lhortdepastenaga.com](http://lhortdepastenaga.com), als comerços locals i a les xarxes de consum. A la web també es pot trobar l'oferta d'altres productors ecològics de les rodalies.

Per la seua banda, Lilian imparteix tallers i xerrades sobre tot el que envolta el món de l'agroecologia i la producció artesanal.

Per entrar a la web [www.lhortdepastenaga.com](http://www.lhortdepastenaga.com), per a veure els productes, demana el teu enllaç per telèfon.

Tel.- **644 282 344**  
**692 184 280**



## ECOMASET

Lucía se'n va anar de la Vall d'Albaida per estudiar biologia marina i el seu entusiasme per l'ecologia la va dur a col·laborar activament amb Greenpeace per uns anys però, des d'en fa 6, viu al bell mig d'una mar de camps de conreu de secà.

L'Ecomaset és una finca d'agricultura ecològica en Aielo de Malferit gestionada i treballada per Lucía de la que s'autoabasteix de molts i bons aliments. Bona cosa d'herbes aromàtiques i medicinals amb

les quals elabora olis macerats. Els camps d'ametllers són la font de fruits secs torrats o fregits o garapinyats, de llet vegetal, de farina d'ametlla, de dolços tradicionals. Amb les oliveres, a més d'adobar el seu fruit, extrau oli d'oliva verge extra que també aromatitza amb herbes.

La diversitat de fruiters li permet elaborar deshidratats i melmelades d'albercoc, de mandarina, de figa, d'arborç... La finca, situada a la falda del Benicadell, acull a les persones que vulguen gaudir d'aquest paradís. Una oportunitat per la desconnexió en plena natura, amb rutes de senderisme i ciclisme, i la possibilitat de realitzar tallers d'aprenentatge. L'equilibri entre la nostra salut i la salut del nostre entorn, enmig d'un paratge tan prolífic, o els tallers sobre la saviesa d'oficis quasi perduts: el treball amb l'espert i el vímet, la calç i la pedra seca, són només una mostra del que ofereix una estada a l'Ecomaset. Experiències com ara recollir herbes i realitzar els teus olis medicinals i aromàtics, fer pa amb massa mare o fermentats, o participar en sessions de ioga i teràpies alternatives com l'artteràpia.

Ecomaset Tel.- **605 901 766**

## EL BANCAL DE LLEÓ

Lleó treballava de topògraf però farà 6 o 7 anys va decidir que volia viure fent altres coses que l'ompliren més i estigueren més lligades al seu compromís amb el territori, en concret a la vertebració de la Vall d'Albaida i a la defensa de la seua terra davant d'accions que puguen fer malbé la seua salut i la dels que l'habiten.



Així és com es va posar mans en feina per fer-se càrrec dels horts familiars en la Pobla del Duc. Preguntant i deixant-se assessorar per altres llauradors/es ha convertit els seus conreus a la producció ecològica i s'ha integrat de ple en el moviment que promou els valors de sostenibilitat, proximitat i justícia social.

El seu fort és la fruita d'estiu: albercocs, prunes, figues, etc. Amb l'excedent de la producció ela-

bora melmelades amb totes les varietats. També practica l'horticultura, fent un poc de tot, que li permet fer diferents tipus de pesto casolà.

Per a ell com per a la resta de productors/es, l'obrador és fonamental a l'hora de traure major rendibilitat al seu treball i als excedents de producció. Ha començat a invertir esforços en una producció que li done rendiment també a l'hivern.  
Tel.- **656 257 502**



## XUSA I TEDI

Xusa i Tedi estan buscant un lloc per vendre-se'n a viure a la Vall, el més a prop possible dels companys amb els que comparteixen el projecte de l'obrador comunitari. Xusa ha treballat durant molts anys de cuinera i, un bon dia, va decidir que li interessava més l'aspecte nutricional del menjar i la cura de la salut en l'alimentació, així és com ella ens conta com va decidir fer-se vegetariana i canviar la seua vida laboral. Xusa i Tedi treballen actualment en un centre ocupacional per a persones amb diversitat funcional. Tedi, a més a més, també treballa la terra, tot i que encara no tenen cultius propis.

El seu fort és la transformació d'aliments, especialment els llegums. Per experiència pròpia saben que resulta difícil

trobar al mercat productes vegetarians elaborats amb garanties de qualitat agroecològica. En el cas dels llegums, component bàsic de la dieta, es requereix un temps d'elaboració complicat de compaginar amb el treball de cada dia. I això van decidir fer: conserves de tot tipus de lleguminosa, prioritzant i experimentant en les varietats autòctones. "No cal importar soja o lletilles, ací tenim varietats de llegums que tenen totes les característiques adequades" ens diu Xusa. Han dut les seues elaboracions, també salses i melmelades, a les fires d'intercanvi i han tingut molt bona acollida. Tenen contacte amb gent dels països escandinaus que els anima a l'exportació, augurant un mercat (on poc es cuina) que els rebrà amb els braços oberts per la font d'energia, l'elaboració artesana i ecològica dels seus plats. L'obrador comunitari és la clau per obrir nous horitzons d'aquesta parella entusiasta i solidària.

Tel.- **620 290 269**



## ARRÒS DÈNIA

Una interessant iniciativa de producció comercial d'herbes la Finca "Rincón del Rosario" ocupa un paratge únic, confrontant amb el Parc Natural de la Marjal de Pego-Oliva entre les províncies d'Alacant i València. La superfície total de la finca és de 173 hectàrees, amb una extensió de cultiu de 155 hectàrees dedicat en exclusiva a l'arròs. Es troba a cavall dels termes municipals d'Oliva, Dénia i una xicoteta part del Verger. Agafa el nom de Dénia perquè la major part de la finca s'hi troba en aquest terme.

L'objectiu d'Arròs Dénia se centra en l'obtenció de la màxima qualitat a partir del cultiu de dos varietat d'arròs autòcton que tradicionalment s'han sembrat en aquest territori, bomba i bombó. Després de la primera fase d'investigació i experimentació, en aquesta última campanya, s'ha

obtingut una part de la producció ecològica.

El projecte Finca "Rincón del Rosario" va més enllà de ser considerada una explotació agrària a l'ús, perquè des del primer moment fou concebuda com santuari per a aus migratòries i autòctones. Els treballs agrícoles i pràctiques de gestió mediambiental han permès assolir la certificació ISO 14.001. La Finca ja forma part de la xarxa Wildlife States, i per les seues característiques i potencial en biodiversitat ha despertat l'interés dels responsables de SEO Birdlife en la Comunitat Valenciana.

Els professionals de la cuina que ja han utilitzat l'Arròs Dénia, el descriuen per la seua versatilitat i capacitat de resposta front al receptori tradicional d'arrossos de la zona on es produeix, com la crosta, el sec a banda o els melosos.



## TERRÀNEA

Xavi Català és un incansable mamprenedor i mestre cerveser. Va començar com aficionat a fer cerveses en casa artesanalment, amb molta il·lusió i moltes ganes. La seua Terrànea és una cervesa que convé, de beure agradable, 100% artesanal i natural, amb la màgia i el sabor de la terreta. Avui elabora dos cerveses, una Golden Ale i l'altra torrada estil Red Ale.

Consulteu les experiències de tast i coneixereu de primera mà, tècniques, ingredients i processos d'elaboració.

[www.terranea.beer](http://www.terranea.beer)

Tel.- 626 291 561





## VICENT DE LA FOIA

L'apel·latiu de la Foia li ve a Vicent Herreros Fuster del mas que està entre Oliva i la Font d'en Carròs. Allí es va criar amb la família que duia les terres del mas. Sempre dedicat a l'agricultura ecològica, des de ben menut, avui produeix a Potries, en un parell d'hectàrees, l'hortalissa i verdura de tota classe, figues, plàtans, magranes, cítrics, aromàtiques i més. També té una desena de ruscs d'abelles d'on trau mel milflors i de taronger. Tot amb SPGE Ecollaures, una certificació

agrocològica local que inclou bones pràctiques. Dona classes als horts escolars de la Marina Alta en col·legis infantils i de primària.

Dimecres de 11 a 14 i dissabtes està en la paradeta en l'hort. També podeu adquirir els seus productes en el col·lectiu el cabasset. Informeu-vos d'experiències que ofereix al llarg de l'any.

Carrer Barranc, just a l'eixida de Potries direcció Villalonga. Tel.- **658 943 818**



## PLANETA ECO. El refugi dels ODS

Si les Nacions Unides passaren examen sobre el compliment dels tan reivindicats Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS), aquesta tenda de Xaló trauria nota alta. Entre els seus trets d'identitat té el referent planetari, que no és el de la globalització, sinó més be el contrari. Planeta Eco és una de les variades iniciatives de l'actiu emprenedor agrícola Josep Manuel Bissetto, que entre l'ampli ventall d'ocupacions habituals té al seu càrrec xiquets i xiquetes involucrats en projectes d'horts escolars en molts col·legis. Des de l'empresa agrícola Agricologia ve treballant la terra dels seus avis amb uns escrupolosos criteris de respecte a la terra, als animals i a les perso-

nes. Tot el que trobareu a la tenda té certificació ecològica oficial o està garantida la seua producció orgànica o biològica. Exigeix als seus proveïdors que tot el procés productiu s'ajuste a mètodes saludables i a bones pràctiques professionals i socials. De l'horta pròpia arriben diàriament les hortalisses i verdures, i en la tenda es cou pa de massa mare i s'elaboren gelats ecològics. Té, a més, una línia d'alimentació vegana i macrobiòtica i ha reduït al mínim l'ús del plàstic per a l'envasament i les compres. Servei a domicili de cistelles variades.

Sant Domènech, 18. Xaló. Tel.- **616 162 055**



## AGRONATURAL

Javier Cabrera ve d'una família de llauradors de la Marina i ha posat dempeus un xicotet circuit de producció, distribució i venda. Treballa la terra en tres bancals de la comarca, un a Pedreguer, un altre als Poblets i el tercer a la Vall de la Gallinera. Això li permet fer agricultura tradicional i molt variada. De la terra plana trau verdures i hortalisses, de la muntanya porta cireres i fa oli. A l'hora de vendre té una parada al mercat dels divendres de Dénia, té un punt directe obert a l'hortet dels Poblets, i una tenda, Agronatural, a Pedreguer. No li falta l'hortalissa i la fruita de temporada, l'oli de producció pròpia (extra verge de mançanella, arbequina i blanqueta), olives de primera maduració, i ous de gallines criades en el seu corral. L'oferta es completa amb vins del terreny, llegums a granel i mel de la comarca. Subministra directament restaurants i fa repartiment a domicili.

Av. Canonge Valerià Costa, 33. Pedreguer. Tel.- **679 498 798**



## BONXIC. Vinagretes fetes a la Safor

Amb més de 20 anys d'experiència en la restauració, Onofre Aranda, d'esperit inquiet, s'ha convertit en un expert en crear vinagretes. Amb la marca Bonxic i en un xicotet obrador a Gandia, està envasant vinagretes partint de productes de contrastada qualitat i amb propostes tan suggeridores com la vinagreta de cítrics, la de mostassa o la "Nostrum" de formatge cremós. Són salses perfectes tant per a amanir com per a cuinar.

Els envasos són de 80, 250 i 500 ml i els trobareu a les tendes especialitzades en alimentació.

Bonxic.com. Tel.- **96 296 15 29**



## CULT ECO PEGO. L'horta natural i diversa

Joan Folqués i Cristina Franqueza tenen una destacada experiència en el conreu natural de la terra i s'han fet un nom i una imatge des de les arcades del Mercat del Riu Rau de Jesús Pobre. Treballen un limitat però ben aprofitat espai agrari de dos hectàrees a la fèrtil horta de Pego, al qual li trauen el màxim rendiment. Fan hortalissa de temporada, tenen arbres fruitals i cultiven herbes aromàtiques i fruits rojos. Tot ho fan ecològicament certificat. Estan atents a tot el que es mou en el sector de la restauració i s'han guanyat la confiança de molts cuiners conscients

de la importància dels ingredients de proximitat i que no dubten a recórrer a la seua producció. Ell també s'adapta a les necessitats del sector i entre la seua producció d'herbes ha incorporat el conreu del fenoll marí, planta habitual en costa de la Marina que ja ha entrat en plats d'alta cuina. Està treballant varietats tradicionals locals oblidades amb llavors rescatades, i no deixa d'explorar amb ofertes innovadores com la llima dolça.

Madrigueres s/n. Pego. Tel.- **626 451 951**



## AGRIVALL

Una interessant iniciativa de producció comercial d'herbes mengívoles. Ens situem a la Vall de Gallinera, en una explotació agrícola certificada ecològica, 40 fanecades plantades de cireres, albercocs, nous i tarongers. Xavier Savall es va posar al cap produir, en una part de la terra, herbes mengívoles i enguany ja tenen una bona collita. Per al

projecte Xavier i Rosa, la dona, han fet pinya amb Nasio Mascarell, que fa verdures i fruites ecològiques a terres d'Ador. Una novetat que pinta molt bé: blets, cama-roges, borratges, conillets i moltes més. Nutritives i salvatges, sanes i estupendes. Es pot viure l'experiència de collir fruita depenent de la temporada o fer herbes i endur-

te-les a casa, sabent que tot és ecològic. Pots complementar amb esmorzar o dinar amb coques de les herbes que has fet. No deixes passar la florida de la cirera. Les herbes Agrivall les podreu trobar en tendes amb principis i mercats de la terra. Tel.- **679 765 842**



## LA VICENTICA

És comú que la gent acudisca a Xaló per a aconseguir bons vins i embotits. Molts d'aquests visitants, en els seus passejos pel poble, es troben amb el Forn de Pa la Vicentica i es queden sorpresos pel seu bon fer. Aquest forn, obert des de 1969 per Vicenta i el seu home, i regentat actualment per Francesca Mas, la seua filla, és molt conegut en la zona de la Vall del Pop. Cada dia un gran nombre de clients acudeixen de bon

matí buscant les coques de mullaor, les coques de ceba o uns rotllets de pèsols acabats de traure del forn.

Cal esmentar especialment els seus dolços artesans, com els pastissos que poden ser de taronja, d'anís, o d'ametla. Recomanem tastar-los amb un bon café o te. Tota una delícia.

Av Rei Juan Carlos I, 2. Xaló  
Tel.- **96 648 01 45**



## MONTAÑA, delicatessen del Llenguadoc

Formatges de xicotets productors d'alta muntanya de la Lozanne (en occità, Lengadòc-Rosselhon; en valencià, Llenguadoc-Rosselló) i salicions i patés d'Ardèche, Auvernia-Roine-Alps. I tot al mercat de Dénia.

Els formatges de cabra i ovella elaborats amb llet crua i amb una curació entre 7 dies i 6 mesos formen un ventall de sabors i textures. Els salicions són sense gluten ni lactosa i els patés, de campanya, de cap de porc, bolets o castanyes s'elaboren artesanalment sense colorants ni conservants.

L'artífex és Sebastien Jacob, de pare francès i mare de Gandia. Ens porta productes de xicotets productors del sud de França a la mà.

Tel.- **642 318 734**



## CASA DEL VI NATURAL

Més que una tenda o un negoci la Casa del Vi Natural és un projecte que engloba i agermana agroecològica, enologia i el nou món digital. Al darrere està la personalitat de Jérôme Chesnot, un comunicador d'origen francès que fa uns anys va entrar en contacte amb xicotetes productors de vi del sud de la comarca de la Marina, agrupats en l'associació Bancals de Vi de Benissa. Encantat i absorbit pels extraordinaris vins que eixien d'una producció local amb mètodes pràcticament artesanals, Jérôme posa en marxa la seua iniciativa l'any 2020. L'objectiu és promocionar i distribuir vins naturals sense sulfits. Fa una selecció limitada, garanteix que en la seua elaboració no s'han utilitzat productes químics ni tècniques industrial, que els ceps

s'han cultivat amb criteris agroecològics i que la collita del raïm s'ha fet a mà. Els vins elegits els posa a la venda en internet i en una tenda que ha obert al poble de Benirrama, a la Vall de Gallinera. En la web ha incorporat un mapa interactiu amb els vins, vinicultors, punts de venda i els restaurants que els tenen a les seues cartes. En aquesta primera temporada ofereix vins de xicotets productors de Jesús Pobre, Benissa, Ontinyent, Carrícola, Monòver, Villena, Planes, Pedreguer, Teulada o les Coves de Vinromà que han passat la seua rigorosa selecció. Organitza tastos i visites concertades.

Jérôme Chesnot: Tel.- **634 540 900**  
[www.vinatural.org](http://www.vinatural.org)



## PABLO I PILAR DE LA VALL D'ÉBO

Des de la Vall d'Ebo venen pomes de diferents varietats, perellons i carabasses a la tardor i a l'hivern, i a la primavera i estiu cireres, albercocs, prunes i figues. Especial menció mereixen les figues de pala que el seu sogre cull i ven pelades i sense punxes. La seua dona Pilar també està present als mercats amb coques tradicionals i creatives. Els trobareu als "Mercats de la Terra" de tota la comarca i tots els divendres trobareu a Pablo amb les fruites de temporada al mercat de Dénia.

Tel.- **609 003 218.**

També fan servei a restaurants.



## MEL PALMER, mels sense fronteres

El temps de vida d'una abella és proporcional a les hores de vol.

És curiós, en estiu les abelles viuen uns quinze dies i a l'hivern trenta dies, i és que la vida d'aquest insecte mel·lífer està directament relacionada amb les hores de vol, a l'estiu com fa el dia més llarg vola el doble d'hores que a l'hivern, treballa més i trau més cries avant, però viu la meitat de temps.

És una certesa que saben els melers, Josep Palmer té el centre base de les abelles a l'Orxa, entre el pantà de Beniarrés i el cim de la Safor, però porta els ruscs per Castella la Manxa i

Lleó, fa la transhumància, buscant menjar lluny quan ací s'acaba per la secor de l'estació.

Fa mel de romer, d'ametller, de taronger, de xinpei (petorros us sonarà més) i de mil flors de la muntanya. També fa pol·len, pròpolis i una novetat, el pa d'abella que és la principal font de proteïna per a les larves. Està compost de pol·len, mel i diversos enzims que aporten i fermenten les abelles.

Podeu adquirir els seus productes als mercats de la terra de Jesús Pobre i de Xalò i per telèfon, si crideu, us l'envien a casa.

Tel.- **626 543 658**



## AMASANA

Claudia Ribas va arribar a la Marina Alta ara fa 6 anys. Coneixia la comarca, els seus pares tenen casa a Benissa i va deixar el seu treball fix a l'aeroport de Madrid per vindre-se'n a viure ací. Buscava una vida més equilibrada, una alternativa per a poder criar els seus fills d'una manera més harmoniosa.

Quan va arribar a Jesús Pobre, just va començar el mercat del Riurau. Ella va vore que el que faltava al mercat era pa, i va començar a fer-ne. Fa pans de espelta, ordi, de kamut, sense gluten, pa de blat integral i blanc... Sa mare, alemanya, li va apegar el costum del centre de Europa de fer i consumir pans de diferents cereals, sempre amb farines ecològiques i rent (massa mare). Actualment treballa amb la farina del mercat i pertany al projecte del blat de la Marina.

També imparteix tallers d'elaboració de pa.

Els seus pans els trobareu els diumenges al Riurau i els dimecres al Súper Isa de Jesús Pobre.

Tel.- **629 048 832**



## CELLER DE LA MARINA

“Ens vam preguntar per què no presentem els nostres productes al públic”. Ells, Santi Sigens i Amparo Esteve, venien de l'agricultura, de les vinyes, del raïm de taula, del vi de moscatell i, com no, de la mistela. Al 2005 munten la tenda i amb uns principis clars: vendre producte de la terra; tradició, cultura i territori.

Entre la seua àmplia oferta trobareu els millors olis premium del Comtat i les Marines, més de 25, tots els vins que es fan a la Marina Alta, que no són pocs, cerveses artesanals, mels i melmelades artesanals i els vinagres del Perolet de Confrides, uns vinagres aromatitzats que valen la pena.

Fan la seua pròpia mistela: “Celler de la Marina”.

I una cosa més, una representació dels productes més interessants de l'artesania de Gata: palma, espart i vímet (mimbre).

Plaça d'Espanya, 25. Gata. Tel.- **96 575 61 40**



## BODEGAS LEOPOLDO

José Domenech sempre ha cuidat molt la qualitat dels productes que distribueix. Hui a banda de tindre una excel·lent representació de vins de totes les DO i de l'estat i els licors de més prestigi, està enriquint la seua oferta amb tot el ventall de productes de la comarca i de les Comarques Centrals. Vins i olis de productors de proximitat omplen les prestatgeries de la seua tenda, on a més es fan tastos concertats. També disposa de vinagretes, melmelades, esperitosos entre altres molts productes. Informeu-vos de les diferents activitats a cada temporada.

St. Jaume, 3. Ondara. Tel.- **96 576 63 14**



## NURIA I BENJAMÍN

Benjamín Ortolà i Núria Franch són parella, ell fa agroecologia per convicció, planta per temporades hortals, verdures i fruites. Bona part la transforma en melmelades o la seca com les tomaques, els albercocs o les prunes. Una especialització curiosa és la de fer canyissos, un ofici que ja no es veu; també fa planter de llavors autòctones, tomaques, pericana, albergínies...

Núria és ceramista i treballa el gres a alta temperatura. Fa peces utilitàries per a la vida domèstica, destaquen plats i fonts per a restaurants. Tot fet a mà, decorat amb motius naturals vinculats a la nostra terra mediterrània.

Els trobareu a alguns Mercats de la Terra i sempre al de Benissa, del que són organitzadors.

Tel.- **682 511 499**



# HERBES DEL MOLÍ, Diània en estat pur

## Plantes i saviesa popular del pobles de l'interior mediterrani

**D**iània, com diria el nostre admirat naturalista i etnobotànic valencià Joan Pellicer. Paisatges i terres de mar i muntanya que amaguen tresors en la natura, saviesa mil·lenària i popular de les plantes amb la qual des de sempre els nostres avantpassats han pogut guarir-se de malalties. Territori rural i a vegades esquerp però ric en herbes i tradició. Infusions i tisanes de flors...

Camamí·la, menta, poliol, timó, anís...

Tot a la vora de serres com Mariola, Almudaina, la Safor o el Benicadell, i no gaire lluny d'Aitana.

Al 1986 tres joves amics naturistes van emprendre un projecte sostenible de desenvolupament rural amb què volien conscienciar sobre les bondats de l'agricultura biològica a Espanya, ja que llavors es confonien bastant els termes natural i ecològic i moltes herboristeries desconeixen encara productes de qualitat i empraven plantes que no eren de la zona. En aquest context Ismael Corberá, Josep Rodie i Boel Maria Scott escolli-

ren la comarca del Comtat i el poble d'Alcosser de Planes, amb tradició herbolària, per obrir una cooperativa innovadora amb la qual recuperar i compartir la saviesa de les plantes d'aquell indret. El projecte ha aconseguit despuntar en la recol·lecció i elaboració de plantes medicinals, aromàtiques i culinàries.

Herbes del Molí va nàixer així en un antic i emblemàtic molí fariner reconvertit hui en seu d'una fundació des d'on es pretén formar i innovar en matèria de plantes herbàcies, agricultura ecològica, desenvolupament rural i innovació. Els tres amics es van convertir en pioners en plantes aromàtiques i a la dècada dels noranta van començar a exportar a nivell internacional. Actualment els seus productes

**Clara Giner**

es distribueixen a França, Estats Units, Portugal, Grècia, Bèlgica, Dubai, Corea del Sur, entre d'altres països.

Fenoll, romer, regalíssia, galda, melissa, cua de cavall, estèvia, valeriana... La cooperativa va anar creixent, sempre des d'una producció en ecològic, i van anar ampliant la gamma d'herbàcies a recol·lectar per fer també medicinals i no només aromàtiques i culinàries.

D'Alcosser de Planes passen el 2006 a Benimarfull on actualment tenen les seues instal·lacions que ocupen dues naus industrials dedicades a la transformació, envasat i emmagatzematge, així com espai per a oficines, sales de reunió i laboratoris.





Des de la seua filosofia d'em- presa verda promouen la recol- lecció silvestre sostenible i amb varietats autòctones i també ajuden a formar i desenvolupar projectes i cooperatives en d'al- tres indrets on les plantes són tropicals i subtropicals, cercant així el seu hàbitat natural i afa- vorint economies locals.

Espècies i condiments de tota la vida com orenga, romer, safrà, pebre roig i pinyons o d'altres més singulars i foranes com el curri roig, nou moscada, ga- ram-massala o cúrcuma. També extractes d'equinàcia o carxofe- ra i olis essencial de bergamota, espígol, trementina, citronella o clau....

## Herbes del Molí i Artemis

La cooperativa té dos marques conegudes. Artemis Bio es va llançar el 1995 per poder arribar als supermercats i al consumi- dor directe per tal que pogués conèixer el producte i prendre consciència de l'existència de producció ecològica en plan- tes aromàtiques i medicinals. D'altra banda, Herbes del Molí se subministra exclusivament en centres dietètics i super- mercats ecològics. La gamma de productes inclou fins a 170 plantes amb la marca Herbes del Molí. I fins a una seixantena d'espècies i condiments i una setantena d'infusions i tisanes amb Artemis Bio.

## Economia sostenible i comerç just

Herbes del Molí s'ha convertit en un exemple a seguir pel que fa al desenvolupament sosteni- ble i la lluita contra la despoblació en zones rurals d'interior i en un referent dins del món bio. És a dir, l'agricultura ecològica i la recol·lecció silvestre controla- da potenciant el cultiu ecològic local, nacional i internacional. De fet, actualment està present en els 5 continents amb una fi-

losofia on prima la sostenibilitat i protecció del medi ambient, i amb polítiques que afavoreixen el comerç just, especialment en zones desfavorides.

## Segell en Bio 100%

Amb la recol·lecció dels herbacis s'inicia el procés productiu que continua amb l'assecat i cribrat per a la separació de fulles, tija, etcètera. Després, les plantes són emmagatzemades en sec complint la normativa interna- cional d'agricultura ecològica i seguretat alimentària fins que abans de ser envasades es tallen conservant la frescura i les propietats. L'envasat també és sostenible.

Herbes del Molí aposta així des dels seus inicis pel producte bio de qualitat amb productes certificats, convertint-se en la primera empresa espanyola en aconseguir la certificació Fair Wild.

## Fundació Herbes del Molí Organic & Cultural Word Center

Herbes del Molí ha creat una fundació en l'antic molí d'Al- cossier de Planes que pretén fomentar i incentivar la in- vestigació, l'estudi, formació i intercanvi de coneixements en la implantació de sistemes sostenibles de desenvolupament rural relacionats amb l'agricultu- ra ecològica i les plantes. Entre els seus objectius es troben la construcció d'aules formati- ves, la creació d'una col·lecció botànica com a jardí pedagògic, l'estructuració d'una biblioteca i d'una base de dades amb informació en qualsevol suport sobre plantes aromàtiques, medicinals, condimentàries, agricultura biològica i energies renovables. I també la creació d'un banc de llavors i un labora- tori per a la reproducció in-vitro d'espècies protegides. ■





Foto: Adolf Boluda

**LA PRIMAVERA  
I L'ESTIU ÉS  
TEMPS DE  
CIRERES,  
que bones!!**







## Alfred Martínez

---

Menudes, roges, redones o amb forma de cor, però sobretot dolces i saboroses, et deixen en un desig irresistible, no pots parar de picotejar, una, una altra, una l'altra més...

**É**s a la primavera ben avançada quan es poden menjar les més primerenques de les cireres, a finals d'abril o principis de maig, però el temps de cireres comença a la florida i és al mes març quan es produeix un dels espectacles més encantadors d'arbres en flor que ens regalen les nostres muntanyes, molt semblant al que ofereixen els ametllers al mes de febrer. I sinó pregunteu-li-ho als nipons, que senten autèntica veneració per aquest fenomen. Des de les valls de les Marines, quan l'orografia per-

met que fructifiquen amb èxit els cireres, per dalt dels 300 metres d'altitud, fins a la serra d'Aitana, llepant els 800, a l'Alcoià i fins arribar a la província de València a Ontinyent i Bocairent, els camps ens donen els seus fruits des d'abril a principis d'agost. La IGP, Indicació Geogràfica Protegida "Cireres de la Muntanya d'Alacant", és una garantia de que el producte, majoritàriament fet a territori diànic, és de primera categoria.

Qui es pot resistir al plaer d'anar picotejant una darre-re de l'altra, sense presa, les

esferes menudes i a vegades en forma de cor, que ens ofereixen les diferents varietats de la fruita que més a donat joc a l'hora de fer bombons, combinada amb conyac i brandis i amb la xocolata com la millor de les acompanyants.

El cirerer o cirer, *prunus avium*, és habitual als camps de la Marina Alta, el Comtat, la Vall d'Albaida i l'Alcoià. Això sí, no el voreu mai per baix dels 400 metres d'altitud, no pot fructificar, necessita que els hiverns siguin



ben definits, demanen un clima temperat i amb certa altitud. Les flors rosades o blanques al març, el verd de les primeres fulles i fruits a la primavera, el roig dels fruits madurs dona pas a les fulles grogues i taronja al octubre i les branques nues, platejades i gomoses als mesos d'hivern.

A més de preparar postres també podeu incorporar les cireres a altres plats, aporten dolçor i matisos, com aquest mar i muntanya amb escamarlans i porquet amb curri de cirera d'Enric Miró.





## Les cireres són goloses i molt beneficioses per a l'organisme

Contenen antioxidants, tenen propietats antiinflamatòries, són bones per a l'elasticitat de les articulacions i de la pell i hi ha estudis

que apunten a que poden ser molt beneficioses per a contenir l'arteriosclerosi.

Acostumats a veure-les en confitures, melmelades, pastissos i guarnicions de carn de caça, o acompanyant al foie, cada vegada més el cuiners del territori les fan servir per als seus creatius plats i sinó mireu aquesta recepta que fa d'Enric Miró al seu restaurant a Benirrama. ■



### EXPERIÈNCIES

#### Balones – Gorga

##### Cireres, mel, vi i oli

Visita a una finca de cireres, passejos pel camp flor, recollida de cireres.

Visita als ruscs d'abelles i participació i envasat de la mel

Tastos d'oli extra verge

Tast de vi amb maridatge

Tel.- 610 488 859

#### Planes

##### Cireres, vi i oli

Visita a una finca de cireres, passejos pel camp en flor, recollida de cireres.

Tastos d'oli extra verge amb visita a l'almàssera.

Tastos de vi amb maridatge.

Tel.- 652 819 655

#### Gallinera

##### Cireres i herbes mengívoles

Visita a una finca de cireres, passejos pel camp en flor, recollida de cireres.

Recollida d'herbes mengívoles

Tast d'herbes amb maridatge

Tel.- 679 765 842

# EL NISPRO DE CALLOSA, la fruita de la bellesa

Producció artesanal, alt poder nutritiu i saludable, potent sabor i cada vegada més incorporat a la cuina local.

**H**i ha fruites que conquisten el nostre paladar de tal manera que no podem prescindir-ne. Si al seu sabor li sumem la seua riquesa en nutrients essencials i les seues escasses calories, ens trobem encantats de tindre-les en la nostra taula. Així és el nispro de Callosa d'en Sarrià que, per si fora poc, presumeix dels seus carotens els quals ajuden a la cura de la pell, un component ideal per a preparar-la a l'arribada de l'estiu i aconseguir un bronzejat saludable. Aquestes característiques l'han proclamat mereixedor de ser conegut com la fruita de la bellesa. Motius no li'n falten per haver-se guanyat, també, la denominació d'origen.

La tardor ens regala, de manera sorprenent, una fotografia espectacular: la floració dels nispros, que donen pas, a l'hivern, de forma sinuosa, al naixement de la seua fruita. Així doncs, la pri-

mavera ens convida a passejar fins a Callosa d'en Sarrià per a degustar-lo a l'abril, i també per a delectar-lo a foc lent com mermelada; una delícia quasi pecaminosa.

L'estampa en arribar a aquesta localitat de la Marina Baixa ens crida l'atenció: una carretera de corbes plenes de malles que cobreixen els camps de nispros per a protegir-los de les inclemències meteorològiques. És la manta que els escampen per a ressagar-los i cuidar-los.

Les condicions que presenta aquesta magnífica zona, proporcionen al producte una forma de treball sostenible. La proximitat dels manants d'aigua i dels magatzems de classificació i envasat fan que els costos energètics de producció siguen molt reduïts. A més a més, no s'apliquen insecticides, ni tampoc una vegada recollit, requereix conser-



**Marián Albalat**





El procés de cultiu, recolecció, classificació i envàs és totalment artesanal i ens dona a entendre l'estima amb què és tractat des del primer moment fins que aplega a la nostra cistella, ple de qualitat i preservant les seues propietats nutricionals i organolèptiques. Els mercats esperen amb ganes l'abril per veure com els seus llocs retornen al particular color ataronjat del nispro i fer encara més abellidor els seus vistosos llocs de venda.

## Un llegat preuat

Des de finals dels anys setanta, la zona de Callosa va anar adquirint importància pel seu nispro. Aquest tresor que les seues terres els ofereix, li va valdre en 1992 la denominació d'origen d'aquest exquisit postre. El nispro va trobar a Callosa el seu millor lloc per a créixer, projectar-se al món, deixar-

se veure i conèixer pel seu sabor autèntic.

Els nombrosos llocs de treball que aconsegueix reunir aquesta preuada fruita fan que la població tinga assegurat el futur del seu espai agrícola. Els secrets d'una tasca impecable han passat de pares a fills, i el compromís que s'adquireix traspasa allò purament professional per a endevinar que el que el fa especial no és només el sol que el banya, sinó els manyacs que rep i el temps que se li dedica. Callosa sent un arrelament cap a aquest cultiu que la compromet a no perdre un llegat essencial per a tots. La investigació que es realitza per a millorar la seua qualitat, sabor i textura de pell el transformen en únic i especial per al paladar més exigent.

## Bo al quadrat

La llista de beneficis salu-

dables del nispro és llarga. És diürètic, ja que estimula la funció dels ronyons. Facilita la funció del fetge, té poder associant gràcies al seu contingut en fibra soluble i protegeix el sistema digestiu. Té cura de la pell i del cabell gràcies a la seua aportació en vitamines C i A. Té un efecte reductor del nivell de glucosa en sang per als diabètics. Els carotens que ens aporta són un valor afegit per a mantenir la nostra vista. Retarda l'envel·liment de cèl·lules i teixits per la seua acció antioxidant, clau per a la prevenció de malalties cardiovasculars. El nispro contribueix a eliminar l'àcid úric acumulat i, a més a més, posseeix una acció astringent alhora que té cura de la mucosa del sistema digestiu.

Sense dubte, les seues bondats es compten a parelles i el seu exòtic sabor dolç amb tocs àcids, converteixen el nispro de Callosa d'en Sarrià en una fruita inconfusible.

Foto: José Canacento





## Nispro, per a xuplar-se els dits durant tot l'any

La fruita de la bellesa ens regala moltes possibilitats, tantes, que podem gaudir d'ella tot l'any. Nispro en almívar, mermelada de nispro, formatge amb nispro i nèctar de nispro; a més, existeix una gamma de begudes com la crema de nispro, la cervesa de nispro i l'aiguardent. Aquestes delícies es poden adquirir en la Cooperativa de Xaló, en el super-

mercat Mymercat de Calp i en la Cooperativa Agrícola de Callosa d'en Sarrià; aquesta última, a més, col·labora amb la fàbrica de conserves la Jalancina que ens facilita comprar mitjançant el seu web [www.jalancina.com](http://www.jalancina.com). També, en [www.ruchey.es](http://www.ruchey.es) trobem moltes d'aquestes per a sorprendre els nostres convidats. ■



# ALLOTJAMENTS I RESTAURANTS RECOMANABLES



## Hotel Alahuar

L'hotel està a Benimaurell, el poble de dalt, ubicat al mig de la Vall de Laguar a uns 500 m d'altura. La panoràmica que es veu des d'allí és d'una gran bellesa amb la mar al fons.

La cuina és l'autèntica local acompanyada de bons vins del territori. Xavi Ballester, director de l'hotel i Vicent Mengual a la cuina estan a càrrec de l'establiment hostaler.

**Recomanacions:** Embotits secs tradicionals; arròs al forn; ous a baixa temperatura amb cruixent de cansalada; corder de la Marina desossat a baixa temperatura.

**Preu mitjà:** 23€

Partida El Tossal, s/n. **Benimaurell. La Vall de Laguar.**

Tel.- **96 558 33 97**



## Hotel Mardenit

Ubicat al centre geogràfic de la Marina, al Mardenit un hotel rural amb classe, es respira gastronomia pels quatre cantons, tenen experiències de tastos de vins i olis i gastronòmiques amb productors i restaurants de qualitat. A la terrassa podeu fer-vos la vostra barbacoa.

Carrer Pintor Ruano, 11. **Orba**

Tel.- **644 313 635**



## Bistro Selene

Una cuina fresca, cosmopolita i eclèctica. Productes de temporada de la zona i un esperit jove regís aquest prometededor restaurant de Xaló.

**Recomanacions:** Polp amb crema de creïlla; vitello tonatto; llenguado a la Meunière

**Preu mitjà:** 17€

Tel.- **602 600 751**



## Racó del Raval

Només obrin els caps de setmana i festius. La cuina de Joanna Bataller es mou amb les estacions, adaptant-se als productes que dona la temporada. Fa arrossos sempre per encàrrec: secs, al forn, melosos i caldosos (excepte en paella). Disposen d'un menú compost per quatre entrants individuals, un principal a triar entre 4 o 5 opcions i postre per 20€. No inclou la beguda.

**Recomanacions:** Galteta de porc a baixa temperatura amb salsa de taronja; arròs al forn d'estiu; arrossos i plats de temporada.

Carrer Raval, 20. **Benissivà.** Tel.- **686 010 910**

## El Paraíso

El plat estrela de la casa és la fideuà de porc senglar amb verdures de temporada, també les carns a la brasa són un fort. Els arrossos per encàrrec.

Svetlana Alyabieva i Manolo Sala porten el negoci.

**Recomanacions:** Fideuà de porc senglar; espatla de cérvol a baixa temperatura amb salsa de boletus i “apple crumble” amb reducció de vi negre i gelat de vainilla; llom de cérvol i de senglar

**Preu mitjà:** 23€

Carrer Pouet de mar, 95. **Parcent.** Tel.- **617 337 012**

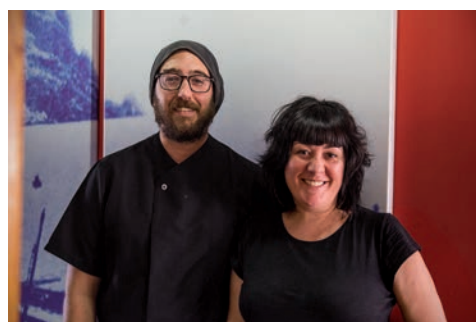


## Ca Natxo

Yolanda i Natxo porten el restaurant. La cuina de Natxo Bielsa ha evolucionat bé. Sempre en els peus al terra, amb productes de temporada i peix de la llotja fa elaboracions i propostes tan seductores com estes: Tonyina fresca amb salsa de titaina; carpaccio de tomaca amb corfoll de ceba i polp sec; albergínia a la flama; rabo de bou amb crema de cigales; ous trencats amb polp i allioli de mel. Entre setmana fa un menú de 12€ a 15€ depenent del plat principal i el cap de setmana es demana a la carta on es poden tastar arrossos i les suggerències del dia.

**Preu mitjà:** 22€

Avda Ajuntament, 59. **Sanet i Negrals.** Tel.- **685 131 534.**



## Xato Gastrotaberna

La proposta de Josep Fornés està basada en arrossos, tapes tradicionals i carns a la brasa, corder, vedella o secret. A banda de cuina tradicional fan cuina fusió amb la mexicana o la japonesa. Selecció de vermutos per copes.

**Recomanacions:** Paella de faves i carxofes; arròs amb fesols, naps i penques; fideuà d'ànec; steak tartar; tàrtar de tonyina roja.

**Menú:** 13,80€ i 16,50€ depenent del plat principal.

**Preu mitjà:** 20€

Carrer Major, 51. **Beniarbeig.** Tel - **96 576 63 22**



## Restaurant-Bar Roca

El nom de “Roca” li ve perquè un terratrèmol al segle XVIII va deixar una fractura amb una espècie de cova on avui es troba el menjador. Ha sigut almàssera i taverna. La cuina que practiquen és la típica de muntanya en la qual destaquen les coques fregides: les fan de gamba amb ceba i tomaca, de bledes i espinacs i de carn amb tomaca i pebre. La paella de muntanya i els arrossos són per encàrrec.

**Recomanacions:** Coques fregides; blat picat; porc senglar estofat; carn de caça; corder de la Marina.

**Menú:** entre setmana, 12€ i 15€, beguda a banda.

**Preu mitjà:** 22 €

Carrer Almàssera, 34. **Benirrama.** Tel.- **96 557 01 44**





## **Pebreres de mosset**

La recerca de l'excèl·lència en l'emblemàtic plat de les pebreres farcides a Oliva fa que les cuineres les busquen menudetes, rectes i sense colmello.







## Respecte pels animals

Aquesta és una de les fotos que més m'ha agradat de tot el treball que teniu a les mans, perquè reflexa la tendresa que els pastors tenen amb els animals. És una relació de respecte admirable. Ho he anat constatant amb els pastors que he conegut Patricio el Roig, Antonio el Granaino, Joan Vixac i Jesús Beneyto, en la foto. Una actitud que dignifica l'ofici de pastor de cabres i ovelles, un ofici que ha estat present a les nostres terres des del Neolític.

*Alfred Martínez*





La guia "Menjar bé!" fa un pas avant i s'endinsa en un territori encara poc articulat però ben definit en moltes de les seues manifestacions cíviques i culturals. Les Comarques Centrals agrupen un conjunt de ciutats i pobles que són font de tradició popular i una potència gastronòmica emergent. La seua gastronomia, la forma de menjar i de cuinar, la manera d'entendre l'alimentació i la producció d'aliments, és l'eix d'aquesta guia que fa un passeig pausat per paratges i racons que conserven els tresors culinaris heretats, treballen en les cuines els fruits del seu entorn o aposten per noves i més saludables opcions. Trobareu els productors que fan hortalissa, formatge, oli o vi a la vora de casa, restaurants que fan la seua carta amb la disponibilitat dels recursos locals, i tendes que omplin prestatgeries amb els fruits i els béns elaborats pels seus veïns. Hem visitat llotges de peix i mercats, pescateries i carnisseries, forns, granges, ramaders, horts i cellers. De la mà de molts col·laboradors hem volgut anar un poc més enllà i conèixer què menja i com menja cada poble d'aquestes terres a les quals el botànic Joan Pellicer es referia com a territori Diànic. Vos convidem a un tast d'autenticitat, el de les Comarques Centrals.

**PVP 16€**

ISBN 978-840923738-8

978-84-09-23738-8



9 788409 237388