



www.comunitatvalenciana.com



Destino gastronómico.

Aceites, verduras, vinos, pescado, especias, carnes, dulces, fruta, marisco, arroz. Todos ellos productos que conforman la esencia de la dieta mediterránea, una dieta que habla de tradiciones, de cultura ancestral y de compartir. Una dieta que habla de vida y de salud, de campo, de montaña y de mar, de respeto y pasión por el acto de comer, que es muchísimo más que alimentarse. La **gastronomía mediterránea** es uno de los pilares fundamentales de la cocina mundial, y es admirada, estudiada y trabajada por un sinfín de profesionales a lo largo y ancho del globo. Pero su origen



no es otro que el de las poblaciones bañadas por las aguas del mar que le da nombre, y es en ellas donde mejor se entiende el vínculo de esta gastronomía con su entorno.

Los restaurantes de la Comunitat Valenciana ofrecen una increíble variedad de recetas elaboradas con arroz y todo tipo de ingredientes naturales, de guisos y gazpachos de la cocina del interior, de helados, turrone y dulces de origen árabe, acompañando estas comidas con vinos de la tierra con denominación de origen. Todo ello sin olvidarnos de manjares como la gamba roja de Dénia, cuyo sabor la hace excepcional y reconocida más allá de nuestras fronteras, por no hablar de la refrescante horchata, uno de los sabores estrella de esta tierra.

Además de por su sabor, la gastronomía mediterránea es apreciada por sus beneficios para la salud, algo que le otorga un gran valor en unas sociedades cada vez más conscientes de las ventajas de una vida sana. No hay mejor manera de integrarla en nuestro día a día que conociéndola de primera mano: una vez entra a formar parte de tu estilo de vida, ya no se puede renunciar a ella.

La gastronomía mediterránea es parte fundamental de la cultura de la Comunitat Valenciana, un aspecto clave en la identidad de sus pueblos y ciudades que se puede disfrutar tanto en la costa como en el interior, de norte a sur y de este a oeste.



Gastronomic destination.



01



02

Los mercados son enclaves fundamentales para entender nuestra gastronomía, el mejor lugar para comprobar la variedad y la calidad de los productos de esta tierra.

Pocas experiencias tan representativas de la cultura mediterránea de la Comunitat Valenciana como disfrutar de una paella junto al mar, pocas tan satisfactorias para el paladar. Una manera perfecta de entender en qué consiste una dieta admirada internacionalmente.

- Culturas como la griega, romana, árabe o judía han dejado su huella en la dieta de la Comunitat Valenciana, enriqueciéndola y haciendo de ella la sublimación de distintas tradiciones.

- La dieta mediterránea fue declarada Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO el año de dos mil trece, obteniendo así un importantísimo reconocimiento que garantiza su protección y la sitúa en la primera línea de los bienes intangibles mundiales.

- Dénia fue nombrada Ciudad Creativa de la Gastronomía por esta misma institución, logrando un merecido título que premia tanto su tradición culinaria como su innovación en este mismo terreno y la pone en el mapa global de la cultura gastronómica.

- Son doce los restaurantes de la Comunitat Valenciana que cuentan con estrellas de la prestigiosa Guía Michelin, uno de ellos con tres.

- La Comunitat Valenciana cuenta con una de las gastronomías más saludables del mundo, al estar definida por lo mejor de la dieta mediterránea.