



# ALTEA

GASTRONOMÍA  
GASTRONOMIA  
GASTRONOMY

  
**Costa Blanca™**  
ALICANTE • SPAIN

[www.visitaltea.es](http://www.visitaltea.es)



ESPAÑOL  
VALENCIÀ  
ENGLISH



#VISIT  
**Altea**

# EL PLAT DE CALENT

## (DEL 18 AL 27 DE FEBRERO DE 2022)



Restaurante Mallol, segundo puesto Cuina de les Barques 2021.

Según cuentan nuestras abuelas, al ocaso, Altea olía a arroz con habichuelas, hervido, cocido, potaje de garbanzos... y es que los labradores se retiraban de la labor del campo para ir a casa y descansar, donde un festival de tradición culinaria, les esperaba en las cocinas alteanas. Por las mañanas, su fuente de energía era el almuerzo, a base de productos de temporada que se llevaban de casa, y por la noche todos se recomfortaban con un buen plato de caliente.

**VAL** Segons contem les nostres àvies, a poqueta nit tota Altea feia olor a arròs amb fesols, bullit, putxero, potatge de cigrons... i és que els llauradors es retiraven del camp per anar a casa i descansar, on un festival de tradició culinària els esperava a les cuines alteanes. Pels matins la seu font d'energia era l'esmorzar, basat en productes de temporada, recpte que s'emportaven de casa, i per la nit tothom gaudia amb un bon plat de calent.

**EN** Our grandmothers tell us that once the sun set in Altea, the air became full of the smell of rice with beans, boiled vegetables, stews and chickpea casseroles cooking... farmers would leave their fields and go home to rest, where a traditional culinary feast awaited them in their kitchens. Their morning source of energy was supplied by a mid-morning home-made snack, made with seasonal products and in the evenings, everyone sat down to enjoy a good hot meal.

# HORTA DE PRIMAVERA

## (DEL 6 AL 15 DE MAYO DE 2022)



**ES** La Historia no se lee sólo en los documentos. También las huertas alteanas son un libro donde nuestros antepasados han ido construyendo el paisaje agrícola y seleccionando sus variedades de frutas y verduras. Naranjas, tomates, habas, cebollas... forman parte de nuestra despensa desde siglos.

**VAL** La Història no es llig només als documents. També les hortes alteanes són un llibre on els nostres avantpassats han anat construint el paisatge agrícola i seleccionant les seues varietats de fruites i verdures. Taronges, tomaques, faves, cebes... formen part del nostre rebost des de segles.

**EN** History is not just about reading documents. Altea's gardens are likewise a book through which our ancestors have slowly built the agricultural landscape and selected the varieties of fruit and vegetables. Oranges, tomatoes, beans, onions... all of them have been our food stocks for centuries.

# CARRILLADA PURPURA CON MERMELADA DE NÍSPERO



Bistro Shabby Chic, ganador tapa obligada 2021.

## **ES** Ingredients 4 personas:

Aceite de oliva virgen extra  
500 g carrillada de ternera  
2 cebollas  
150 g zanahoria  
150 g puerro  
4 dientes de ajo  
50 g vino tinto  
Agua  
2 ramitas de romero fresco  
5 hojas laurel  
50 ml soja  
Sal  
Pimienta negra  
160g de níspero  
1 cuchara de mantequilla  
Zumo de limón  
Pedro Ximénez  
1 cucharada de miel

## **VAL** Ingredients 4 personnes:

Oli d' oliva verge extra  
500 g galta de vedella  
2 cebes  
150 g carlotes  
150 g porros  
4 grans d' all  
50 g vi negre  
Aigua  
2 ramalets de romer fresc  
5 fulles de llorer  
50 ml soja  
Sal  
Pebre negre  
160g de níspero  
1 cullera de mantega  
Suc de llima  
Pedro Ximénez  
1 cullera de mel

## **EN** Ingredients for 4:

Extra virgin olive oil  
500 g beef cheek  
2 onions  
150 g carrots  
150 g leeks  
4 garlic cloves  
50 g red wine  
water  
2 fresh rosemary sprigs  
5 laurel leaves  
50 ml soy sauce  
salt  
black pepper  
160 g loquats  
1 tbsp. butter  
Lemon juice  
Pedro Ximénez dessert sherry  
1 tbsp honey

## Elaboración:

Dorar un poco la carrillada en una olla con el aceite de oliva. Añadimos la cebolla, la zanahoria, el puerro y los dientes de ajo. Dejar pochar la verdura y añadir el vino tinto y el agua. Pasados unos minutos incorporar la soja, el romero, el laurel, la sal y la pimienta negra. Llevar a ebullición controlando la carne ya que después hay que reducir la salsa.

Cocinar la carne durante 3 horas aproximadamente. Filtrar la salsa hasta que quede reducida y servir acompañada de un puré de patata.

Para la mermelada de níspero, caramelizaremos cebolla y añadiremos los nísperos, la mantequilla, el zumo de limón, el Pedro Ximénez y la cucharada de miel para endulzar. Cuando esté espeso, retiramos del fuego y añadimos a la carrillera.

## Elaboració:

Daurar un poc la galta en una olla amb l'oli d'oliva. Afegim la ceba, la carlota, el porro i els grans d'all. Sofregir la verdura i afegir el vi negre i l'aigua. Passats uns minuts incorporar la soja, el romer, el llorer, la sal i el pebre negre. Portar a ebullició controlant la carn ja que després cal reduir la salsa.

Cuinat la carn durant 3 hores aproximadament. Filtrar la salsa fins que quede reduïda i servir accompanyada d'un puré de creïlla.

Per a la melmelada de nispro, caramel-litzarem ceba i afegirem els nispros, la mantega, el suc de llima, el Pedro Ximénez i la cullerada de mel per a endolcir. Quan estiga espés, retirem del foc i l'afegim a la galta de vedella.

## Preparation:

Lightly fry the beef cheek in a pan with olive oil until golden. Add the onions, carrots, leeks and garlic cloves. Sauté the vegetables on low heat and add the red wine and water. A few minutes later, add the soy sauce, rosemary, and salt and pepper. Bring to the boil and cook the meat carefully, as the stock must be later reduced to a sauce.

Braise the meat for approximately 3 hours. Sieve the remaining sauce until reduced and serve with mashed potatoes.

To make the loquat preserve, caramelize the onion and add the loquats, butter, lemon juice, Pedro Ximénez sherry and a tablespoonful of honey to sweeten it. Once thickened, take it off the heat and add the beef cheek.

# TACO DE COCHINITA PIBIL CON NÍSPERO



Maná Lounge Beach, ganador tapa libre 2021.

## **ES** Ingredientes para la cochinita:

2 tacos de maíz - 1 kg cabeza de lomo de cerdo  
 Zumo de 2 naranjas - Zumo de 1 limón - 50g de achote en pasta  
 Comino - Orégano - Sal - Pimienta - Papel de aluminio

## Ingredientes para el pico de gallo:

1 Pimiento verde - 1 Pimiento rojo - 1 Pimiento amarillo  
 Cilantro s/s - Limón - Sal - Pimienta

## Ingredientes para la mousse de remolacha:

Hummus de garbanzos - 400 g de garbanzos cocidos  
 200g de remolacha cocida - 50 g de tahini - 5 g de Comino  
 10g de ajo - Sal - Pimienta - 50ml aceite de oliva

## **VAL** Ingredientes para la cochinita:

2 tacos de dacsa - 1 kg cap de llom de porc - Suc de dos taronges  
 Suc d'una llima - 50 g d'achiote en pasta - Comí  
 Orenga - Sal - Pebre - Paper d'alumini

## Ingredients pel “pico de gallo”:

1 Pebrera verda - 1 Pebrera roja - 1 Pebrera groga  
 Coriandre al gust - Llima - Sal - Pebre

## Ingredients per a la mousse de remolatxa:

Hummus de cigrons - 400g de cigrons cuits  
 200g de remolatxa cuita - 50g de tahini - 5g de Comí - 10g d'all  
 Sal - Pebre - 50ml Oli d'oliva

## **EN** “Cochinita Pibil” Ingredients:

2 Corn tacos - 1 kg pork tenderloin - Juice of two oranges  
 Juice of one lemon - 50 g achote paste - Cumin  
 Oregano - Salt - Pepper - Aluminium foil

## 3 Colour Pepper “Pico de Gallo” Ingredients:

1 Green pepper - 1 Red pepper - 1 Yellow pepper  
 Coriander to taste - Lemon - Salt - Pepper

## Beetroot Mousse Ingredients:

Chickpea hummus - 400 g boiled chickpeas - 200 g boiled beetroot  
 50g Sesame paste (tahini) - 5g Cumin - 10g Garlic  
 Salt - Pepper - 50ml Olive oil

## Ingredientes para el guacamole:

2 Aguacates - 50 g cebolla roja - 10 g de cilantro - Sal  
 Zumo de limón - Pimienta - 1/2 chile rojo

## Elaboración:

Desmenuzar la carne y colocar encima del taco de maíz, añadiéndole todos los ingredientes. Tapar con papel de aluminio y meter al horno a 170°C durante 40 minutos.

Para el pico de gallo, cortar los pimientos en juliana y añadir el cilantro, el limón, la sal y la pimienta y remover.

Para la mousse de remolacha, triturar todos los ingredientes y listo.

Para el guacamole, pelar los aguacates y en un bol añadir todos los ingredientes.

Finalmente, poner el taco de cochinita en el plato, y acompañar junto con el pico de gallo, la mousse de remolacha y el guacamole.

## Ingredients pel guacamole:

2 Alavocats - 50 g ceba roja - 10 g de coriandre - Sal  
 Suc de llima - Pebre - 1/2 xile roig

## Elaboració:

Esmicolar la carn i posar damunt del taco de dacsa, afegint tots els ingredients. Tapar amb paper d'alumini i ficar al forn a 170°C durant 40 minuts.

Pel “pico de gallo”, tallar les pebreres en juliana i afegir coriandre, llima, sal i pebre i remoure.

Per a la mousse de remolatxa, tan sols triturar tots els ingredients.

Pel guacamole, pelar els alavocats i afegir tots els ingredients en un bol.

Finalment, posar el taco de “cochinita” en el plat i acompañar amb el “pico de gallo”, la mousse de remolatxa i el guacamole.

## Guacamole Ingredients:

2 Avocados - 50 g Red onion - 10 g Coriander - Salt  
 Lemon juice - Pepper - 1/2 red chili pepper

## Preparation:

Shred the meat and place on top of the corn taco and top with all the other taco ingredients. Cover with aluminium foil and bake at 170° for 40 minutes.

Cut the peppers into strips and add coriander, lemon, salt and pepper and stir for the “pico de gallo” pepper mixture.

Grind all the beetroot mousse ingredients together.

Peel the avocados and grind together with the other guacamole ingredients in a bowl.

Finally, place the pulled pork taco on a plate and garnish with the pico de gallo peppers, the beetroot mousse and the guacamole.

# SENSACIONS QUE EVOQUEN QUATRE SEGLES D'HISTÒRIA



**ES** Tradición, eso es lo que hemos transmitido a través de generación en generación, una herencia milenaria, resultado de un largo proceso biológico e histórico.

Nosotros que hemos merendado pan con aceite, sal y tomate, tenemos grabado el Mediterráneo en el fondo de nuestro paladar. Comparte con nosotros los beneficios nutricionales y las costumbres de nuestros antepasados, herencia milenaria que fue mejorando con el paso del tiempo gracias a la versatilidad de nuestra agricultura y sistemas de regadio.

Hemos unido Historia y Nutrición con la esperanza de que sean suficientes para explicar las razones de nuestra alimentación.

**VAL** Tradició, això és el que hem transmés a través de generació en generació, una herència mil·lenària, resultat d'un llarg procés biològic i històric.

Nosaltres que hem berenat pa, oli, sal i tomaca tenim gravat el Mediterrani al fons del nostre paladar. Comparteix amb nosaltres els beneficis nutricionals i costums dels nostres avantpassats, herència mil·lenària que va anar millorant amb el pas del temps, gràcies a la versatilitat de la nostra agricultura i els sistemes de regadiu.

Hem unit història i nutrició amb l'esperança que siguin suficients per a explicar les raons de la nostra alimentació.

**EN** Tradition, a thousand-year-old legacy transmitted generation to generation, is the result of a long historical and biological process.

Having bread with oil, salt and fresh tomato for tea ever since our childhood, we have the Mediterranean carved into our palates. Share with us the nutritional benefits of our ancestors' customs, a thousand-year-old legacy which has improved throughout the years thanks to our agriculture and irrigation systems' versatility.

We have combined history and nutrition, hoping to explain the causes of our Mediterranean diet.

# LA CUINA DE LES BARQUES

## (DEL 4 AL 13 DE NOVIEMBRE DE 2022)



Cantó del Palasiet, tercer puesto en la Cuina de les Barques 2021.

**ES** Los productos de temporada son la base de nuestra riqueza gastronómica. Riqueza que hemos conseguido gracias a la fusión entre tradición y gastronomía. Boniatos, calabazas, alcachofas, acelgas, cardos, membrillos, granadas,... son productos que nos llegan directo de nuestras tierras fértiles a nuestras mesas, ofreciéndonos platos típicos alteanos, que al mismo tiempo también amenizan nuestras fiestas, con dulces típicos alteanos, como son los pastisos, buñuelos,.... Una cultura culinaria mantenida durante siglos y todo un deleite para nuestro paladar.

**VAL** Els productes de temporada són la base de la nostra riquesa gastronòmica. Riquesa que hem aconseguit gràcies a la fusió entre la tradició i gastronomia. Moniats, carabasses, carxofes, bledes, penques, codony's, magranes,... són productes que ens arriben directe de les nostres terres fèrtils a les nostres taules, oferint-nos plats típics alteans, que al mateix temps, també amenitzen les nostres festes, amb dolços típics alteans com són els pastissos, bunyols,....

Una cultura culinària mantinguda durant segles, i tot un plaer pels nostres paladars.

**EN** Seasonal products form the base of our rich gastronomy, a wealth obtained thanks to fusing tradition and gastronomy. Sweet potatoes, pumpkins, artichokes, chard, cardoon, quince, pomegranates,... products straight from our fertile lands directly to our tables to provide us with typical Altean dishes and enliven our fiestas with typical Altean pastries, such as sweet potato pasties, pumpkin fritters,...

This culinary culture, maintained throughout the centuries, provides great pleasure to our palates.

# ARROZ CON RAPE, SEPIA, ALMEJAS Y GAMBAS



El Gallet, ganador La Cuina de les Barques 2021.

## Ingredient para 4 personas:

400 g. de Cola de rape  
1 Sepia mediana  
2 Ñoras  
2 Tomates  
100 g de ajo y perejil  
2 litros de caldo de pescado  
2 Cebollas  
4 Gambas  
4 Almejas  
400g de arroz  
Aceite de oliva virgen  
Una pizca de sal

## Ingredients per a 4 personnes:

400 g. de Cua de rap  
1 Sépia mitjana  
2 Nyores  
2 Tomaques  
100g d'all i julivert  
2 litres de caldo de peix  
2 Cebes  
4 Gambes  
4 Cloïsses  
400g d'arròs  
Oli d'oliva verge  
Un polsim de sal

## Ingredients for 4:

400 g. Monkfish tail in pieces  
1 medium-sized cuttlefish in pieces  
2 Noras- small red dried peppers  
2 Tomatoes  
100g chopped garlic and parsley  
2 litres of fish stock  
2 Grated onions  
4 Prawns  
4 Clams  
400g rice  
Virgin olive oil  
A pinch of salt

## Elaboración:

En una olla honda añadimos aceite y sofreímos las ñoras. Cuando estén listas las retiramos y las ponemos en la picadora junto con los ajos. Previamente rallamos los tomates y los añadimos a la picadora. De ahí obtendremos la “salmorreta”.

Ponemos la olla al fuego y sofreímos las gambas y la sepia con aceite. Cuando esté listo las retiramos y añadimos el rape, cocinándolo vuelta y vuelta. Rallamos la cebolla y la sofreímos un poco. Luego sofreímos el arroz y añadimos la “salmorreta” hecha previamente.

Añadimos el caldo de pescado y, cuando este hirviendo, vamos añadiendo la sepia, el rape, las gambas y las almejas y una pizca de sal. Lo dejamos 18 minutos, apagamos el fuego y a comer.

## Elaboració:

En una olla fonda afegim oli i sofregim les nyores. Quan estiguen llestes les retirem i les posem en la picadora juntament amb els alls. Prèviament ratllem les tomaques i els afegim a la picadora. D'aquí obtindrem la “salmorreta”.

Posem l'olla al foc i sofregim les gambes i la sépia amb oli. Quan estiga llest les retirem i afegim el rap, cuinant-lo volta i volta. Ratllem la ceba i la sofregim una mica. Després sofregim l'arròs i afegim la “salmorreta” feta prèviament.

Afegim el caldo de peix i, quan aquest estiga bullint, anem afegint la sépia, el rap, les gambes i les cloïsses i un polsim de sal. Ho deixem 18 minuts, apaguem el foc i a menjar.

## Preparation:

First make the “salmorreta” sauce: Lightly fry the dried nora peppers in a deep pot. Once brown, set them aside and grind together with the garlic. The previously grated skinned tomatoes are also added to the mincer.

Heat the pan and sauté the prawns and cuttlefish in the olive oil. Once golden, set aside and then fry the monkfish very lightly on both sides and also set aside. Then sauté the grated onions and rice a little and add the previously made “salmorreta” sauce.

Add the fish stock, bring it to the boil and add the cuttlefish, the monkfish, the prawns and the clams with a pinch of salt to the pot. Simmer the rice for 18 minutes, let it repose a little, and enjoy.



E S P A Ñ A  
S P A I N

Costa Blanca  
ALICANTE



**Patronato Provincial de Turismo  
de la Costa Blanca**  
Tel. +34 965230160  
Fax. +34 965230155  
[turismo@costablanca.org](mailto:turismo@costablanca.org)  
[www.costablanca.org](http://www.costablanca.org)



**Tourist Info Altea**  
C/ Sant Pere, 14  
Tel. +34 965844114  
[altea@touristinfo.net](mailto:altea@touristinfo.net)  
[www.visitaltea.es](http://www.visitaltea.es)

