**Valencia, mucho más que paella**

*La cocina de la Comunitat Valenciana cuenta con innumerables platos tan suculentos como desconocidos.*

***LOS GUISOS***

En invierno, por ejemplo, son ideales los guisos en puchero1: *l'olla de recapte* que contiene hortalizas, legumbres, carnes y cecina de vaca;*l'olla de cardets*, donde intervienen cardos, acelgas y alubias; o l'olla barrejada, cuyos ingredientes principales son carne de cordero, tocino y garbanzos.

***LOS GAZPACHOS***

Mención aparte merecen los gazpachos. Se trata de estofados de carnes de caza (liebre, conejo de monte y perdiz) finamente desmenuzadas2, que se traban con trocitos de torta de pan y dan como resultado algo parecido a una lasaña de caza.

***LOS PESCADOS***

Los pescados de la Comunitat Valenciana se preparan de manera muy sencilla, a la plancha, a la brasa en fritura o bien con guisos tan simples como suculentos. Atunes, sardinas, merluzas, salmonetes, lenguados constituyen la materia prima con la que se elaboran deliciosas especialidades marineras como los sucs y suquets de peix. Las *cassolas* o cazuelas al horno parten de sofritos de tomates, cebollas y ajos finamente picados, sobre los que se disponen las rodajas de pescado.

***LA HUERTA VALENCIANA***

Las verduras y hortalizas de esta comunidad poseen una calidad excepcional. Con cebollas, acelgas, judías tiernas y patatas, se prepara el famoso *bullit*; y con habas, pimientos alcachofas, berenjenas, cardos, calabazas y nabos.

***LOS EMBUTIDOS***

En la cocina valenciana destacan también los salazones, de atún, melva, bonito y bacoreta3.  Lo mismo ocurre con los embutidos de cerdo entre los que destacan las botifarres (morcillas), la longaniza fresca, la *llonganissa* de Pascua, los blanquets (butifarra blanca), chorizos y sobrasadas.

***LOS DULCES***

Y como colofón a cualquier comida en esta tierra, nada mejor que unos buenos dulces como natillas, buñuelos de Fallas, leche merengada, *flaons* de requesón, rotlles (roscos) de anís; empanadillas de calabaza, carquiñolisde avellana; orelletes (dulces de sartén)

<http://www.guiarepsol.com/es/gastronomia/cultura-gastronomica/valencia-mucho-mas-que-paella/>

**Vocabulario:**

1 el puchero: la marmite

2 desmenuzar = cortar en trozos

3 melva, bonito y melva= variedades de atún

4 el bollo: le pain au lait

**Orientaciones para el comentario:**

1. Identificar y presentar el documento
2. Si lo típico de Valencia es la paella… ¿Qué otros alimentos son típicos de Valencia? ¿Qué podemos concluir de ello?
3. Presenta la receta de la paella valenciana tradicional