MEMORIA DE ACTIVIDADES 2022

alícia

Fundació Catalunya La Pedrera

CONTENIDO

LA FUNDACIÓN 7

Patronato

Quiénes somos

¿Qué hacemos y cómo lo hacemos?

ALÍCIA SALUD 13

ALÍCIA INNOVACIÓN 21

ALÍCIA TERRITORIO 31

TALLERES Y FORMACIÓN 39

ACTUACIONES DESTACADAS 43

PRESENTACIÓN

El último número de la revista ***nature medicine*** titula su editorial la *Alimentación como medicina: Traducir la evidencia* y recuerda que "Más allá de su papel esencial en el aporte de nutrientes, los alimentos pueden ser una herramienta poderosa en la prevención y el tratamiento de enfermedades".

También explica: "para que las intervenciones dietéticas tengan efectos significativos en los resultados de salud de la población, se necesitan estrategias de implementación efectivas y escalables, además de estudios de eficacia. De manera alentadora, en Estados Unidos y en otros lugares, se ha ido cogiendo impulso para convertir estos conceptos en realidad".

Y es que "Prescribir alimentos es más complicado que prescribir una pastilla" aclara, tras citar una serie de estudios, iniciativas y proyectos de inversión públicos y privados que demuestran que este es un camino esencial para garantizar el efecto y la sostenibilidad los sistemas de salud.

Alícia se ha dedicado a ello desde hace veinte años. Hoy tiene un corpus de conocimiento y *expertise* en medicina culinaria convertido instrumento básico para, coordinadamente con el resto de la red de I+D+I y salud, consolidar nuestro país como referente, contribuyendo a reforzar la competitividad del sistema alimentario, el emprendimiento y la economía, pero sobre todo la salud y el bienestar de los ciudadanos.

Esta memoria repasa los proyectos y actuaciones más destacadas de **Alícia** en 2022, trabajando para que todos comamos mejor, contribuyendo a desarrollar la Estrategia Alimentaria de Catalunya, innovando con las empresas y los productores, estudiando y dinamizando el patrimonio alimentario y valorizando el territorio.

Un año más alineados con unos valores, misión y visión que, con el tiempo, se han demostrado fundamentales para la sociedad. Seguramente esta es la clave de la solidez. Continuaremos trabajando para reforzarla con proyectos cargados de sentido, compromiso, innovación e impacto.

Toni Massanés

Director General

LA FUNDACIÓN

PATRONATO

Valentí Roqueta i Guillamet
Presidente de honor

Germán Ramón-Cortés Montaner
Presidente

Marta Lacambra Puig
Secretaria

Manel Rosell Martí
Vocal

Lluís A. Guerrero Sala
Vocal

Maria Lourdes Reig i Puig
Vocal

Joaquim Nin Borredà
Generalitat de Catalunya
Departamento de Investigación y Universidades
Vocal

Mercè Salvat Guinjoan
Generalitat de Catalunya
Departamento de Salud
Vocal

Teresa Jordà Roura
Generalitat de Catalunya
Departamento de Acción Climática, Alimentación y Agenda Rural
Vocal

Sebastià Catllà Calvet
Vocal

Josep Maria Lozano
Vocal

QUIÉNES SOMOS

ALÍCIA, ALIMENTACIÓN Y CIENCIA es un centro de investigación en alimentación y cocina que investiga productos y procesos culinarios; innovando y trabajando para mejorar la alimentación de las personas, poniendo especial atención a las que tienen restricciones alimenticias y otros problemas de salud.

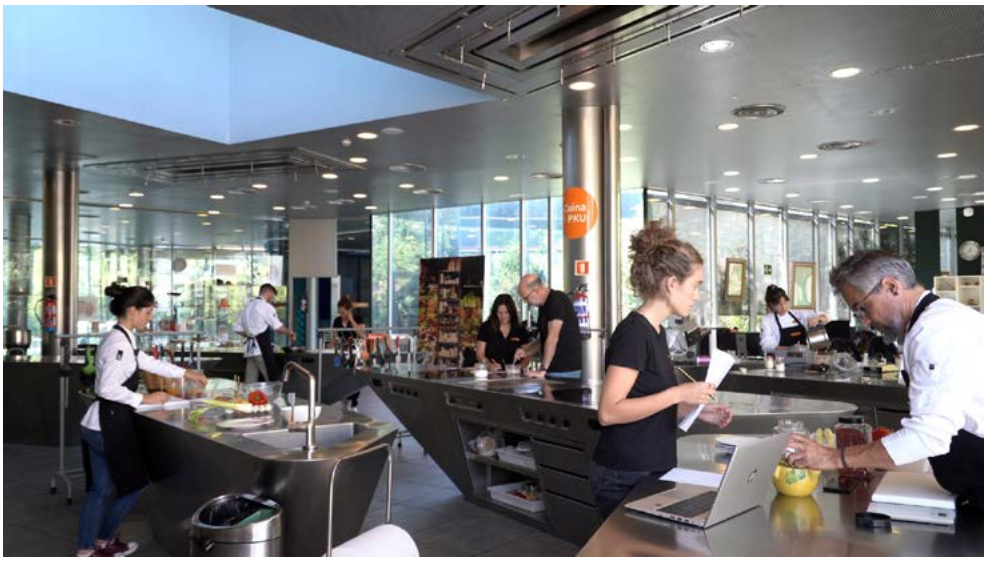
Fomentar la mejora de los hábitos alimentarios, trabajar por un mundo sostenible y realzar el patrimonio alimentario y gastronómico de los territorios son nuestros principales objetivos.

Alícia es una fundación privada sin ánimo de lucro, creada en 2003. El patronato está formado por la Fundación Catalunya La Pedrera, la Generalitat de Catalunya y personas de gran prestigio relacionadas con el mundo de la alimentación. Forma parte del conjunto de entidades que acoge la Fundación Catalunya La Pedrera y tiene su sede en Món Sant Benet (Sant Fruitós de Bages).

Científicos de diferentes disciplinas relacionadas con la alimentación, como nutricionistas, biólogos, tecnólogos de los alimentos, químicos, antropólogos, historiadores y especialistas en cultura alimentaria trabajan en **Alícia** junto con cocineros y gastrónomos. Esta diversidad garantiza una visión holística de la alimentación, que permite aportar soluciones específicas y prácticas desde el conocimiento culinario y el rigor científico.

Nuestro compromiso

Nuestro principal objetivo es aportar nuestro granito de arena para que todo el mundo coma mejor, con independencia de la edad y la situación de vida. Esto implica colaborar con productores agroalimentarios, restauradores y empresas, que proveen de alimentos a la población, que favorecen la economía de sus territorios y que hacen posible el consumo de los productos de proximidad y de calidad.



¿Qué queremos alcanzar?

Impacto sobre las personas

Aseguramos una alimentación sana, sostenible y buena, aceptada en función de las culturas y las tradiciones, y adaptada a cualquier situación de vida.

Soluciones culinarias para necesidades especiales

Existen varios problemas alimentarios derivados de enfermedades o situaciones físicas especiales. Ante ello, desde la fundación trabajamos en la investigación, la innovación y el desarrollo de respuestas prácticas para mejorar la calidad de vida de estas personas.

Trabajamos con y para profesionales del sector sociosanitario, diseñando y desarrollando materiales y ofreciéndoles programas de formación para fomentar una alimentación saludable entre el colectivo y al mismo tiempo dotarlos de los conocimientos, capacidades y habilidades mínimas para acompañar mejor la alimentación de sus pacientes.

Mejorar hábitos alimentarios

Fomentamos hábitos saludables y sostenibles como fórmula de inversión en salud, bienestar y calidad de vida de las personas.

Compromiso social

Desarrollamos soluciones prácticas, adaptadas, aplicables y de calidad con un impacto cuantitativo y cualitativo a la sociedad.

Promoción del territorio

Aseguramos un impacto en el desarrollo económico cultural y social de los territorios. Aportando valor y dinamizando el patrimonio alimentario y gastronómico en beneficio del entorno y la gente que trabaja y vive.

Apoyo a los productores y en la cadena de valor alimentaria

Realzamos y colaboramos con la tarea imprescindible de los productores agroalimentarios. Desde el sector primario hasta la industria alimentaria, a todos los que proveen de alimentos la población, y las diferentes formas de restauración.

Conocimiento aplicado

Fomentamos la creación de conocimiento y su transferencia, divulgación y aplicación a los proyectos que se desarrollan.

¿QUÉ HACEMOS Y CÓMO LO HACEMOS?

Desde **Alícia** trabajamos para mejorar el bienestar de las personas a través de su alimentación, se encuentren en la circunstancia que se encuentren. Lo hacemos a través de la investigación y la realización de actuaciones concretas que deben permitir una alimentación más sana, sostenible y de calidad.

Creemos que, para poder consolidar un buen conocimiento sobre alimentación, salud y territorio, necesitamos muchos actores (y factores) que nos permiten dar un salto cualitativo. Trabajamos con la Administración Pública; dentro del sector alimentario trabajamos con productores primarios, industrias alimentarias, distribuidores y restauradores; pero también lo hacemos con otros actores científicos: hospitales, entidades de referencia, centros tecnológicos, farmacéuticas.

Alícia combina la creatividad culinaria, el rigor científico y herramientas de *design thinking* con el espíritu de la innovación abierta, en proyectos focalizados a objetivos definidos y medibles para mejorar la alimentación.

Alícia combina la creatividad culinaria, el rigor científico y herramientas de design thinking

El índice Alícia

El índice es la herramienta analítica básica de **Alícia** para valorar y cuantificar la idoneidad de un producto o servicio y las necesidades de mejora que requiere en función de sus características, las del público objetivo a quien va destinado y del contexto o circunstancias que inciden.

Esta herramienta nos permite analizar de manera integral todos los aspectos que repercuten en los productos y servicios alimentarios, planificar el proceso de innovación y evaluar los resultados.

- Identificar cuáles son los puntos críticos de un producto o servicio y, por tanto, establecerlos como prioridad para mejorarlos.
- Nos permite determinar dónde focalizaremos el trabajo o la actuación: en el producto o servicio (el qué) o en el público al que van destinados (el quién).
- Evaluar el grado de mejora de los proyectos y servicios para cada uno de los parámetros o características que el Índice analiza.

Ámbitos de actuación

La actividad de **Alícia** se organiza en tres ámbitos de conocimiento, transversales, estrechamente interrelacionados entre sí y totalmente complementarios. Estas líneas de conocimiento se aplican en todos los proyectos y servicios que se desarrollan.

ALÍCIA SALUD

SALUD Y BUENOS HÁBITOS ALIMENTARIOS

El principal objetivo de **ALÍCIA SALUD** es mejorar la salud y los hábitos alimentarios de las personas, poniendo énfasis en aquellas que presentan enfermedades o tienen restricciones alimenticias.

Para lograrlo, trabajamos en la búsqueda, la creación y la divulgación de conocimiento para crear soluciones prácticas y ayudar en la gestión diaria de la alimentación, en diferentes etapas de la vida.

En este caso, nos dirigimos a profesionales del mundo de la alimentación y sector sociosanitario, a profesores y cuidadores que cuidan de personas con diferentes situaciones de salud y en las que la alimentación adecuada a cada situación es esencial.

LÍNEAS DE TRABAJO Y PROYECTOS 2022

Medicina culinaria

La alimentación es un pilar fundamental tanto en la prevención primaria como en el tratamiento de muchas enfermedades de elevada prevalencia.

La medicina culinaria o cocina terapéutica es un campo de la medicina, avalado por la comunidad científica, que se basa en aportar herramientas y recursos, a través de la cocina, que puedan ser de ayuda al personal sanitario a la hora de dar consejo al paciente en el campo de la alimentación y su gestión diaria.

Desde **Alícia**, trabajamos en la búsqueda de soluciones culinarias para la prevención, tratamiento y mantenimiento de la calidad de vida de pacientes con diferentes enfermedades. Aparte de la base científica, nos diferenciamos por la creatividad en la cocina en el campo de la medicina culinaria.

AliClinic, introducción a la medicina culinaria, es un programa en línea de formación sanitaria acreditado, dirigido a profesionales de la salud sobre alimentación saludable, cocina práctica prepa- rada en casa y estrategias para facilitar un cambio de hábitos en los pacientes y en los profesionales.

En el marco de este programa, se ha evaluado el conocimiento que los profesionales sanitarios tienen sobre nutrición, gestión de la alimentación, habilidades culinarias y como la formación en medicina culinaria puede ayudar a dar mejor consejo. El resultado de este trabajo se aceptó y publicó en Clinical Nutrition el último trimestre de 2022: *Influence of Nutrition Training, Eating Habits, and Culinary Skills of Health Care Profesionales and Its Impact in the Promotion of Healthy Eating Habits.*

Esta publicación refuerza la misión de **Alícia**, y remarca la evidencia en que la formación en la gestión diaria de la alimentación para profesionales sanitarios es básica.

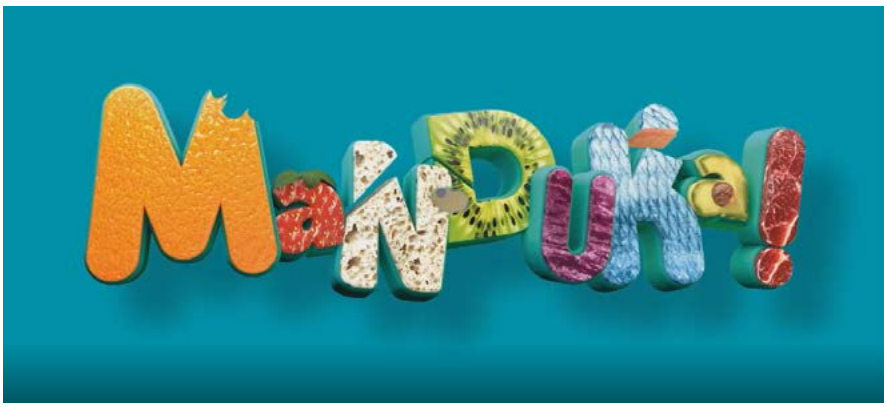
Promoción de buenos hábitos alimentarios

En **Alícia** diseñamos y ejecutamos programas y acciones para mejorar los hábitos alimentarios de las personas e impulsar un consumo responsable y sostenible, en el ámbito doméstico, público y privado.

Estas son algunas de las acciones que hemos llevado a cabo con diferentes entidades y organizaciones:

Mantener unos buenos hábitos alimentarios y una actividad física adecuada, en todas las etapas de la vida, es básico para nuestro bienestar, tanto presente como futuro.

Colaboración con el programa **Manduka de la Corporación Catalana de Medios Audiovisuales** (TV3), dirigido a fomentar la buena alimentación en la población infantil y adolescente. Desde **Alícia** hemos creado recetas fáciles, equilibradas y atractivas para que los más pequeños las puedan elaborar en casa.



El despilfarro, las propuestas educativas y las experiencias de trabajo en torno al reto de la sostenibilidad fueron las temáticas centrales de la **VI Jornada de Comedores Escolares (PReME).**

En colaboración con la **Agencia de Salud Pública de Catalunya (ASPCAT)** hemos preparado los contenidos de la jornada, que reunió a más de 100 profesionales vinculados a los comedores escolares (responsables y profesionales de cocinas y comedores escolares, empresas de restauración colectiva y técnicos de salud pública). El tema central fue la sostenibilidad, y las intervenciones fueron dirigidas a proporcionar conocimientos, herramientas, ideas y posibles intervenciones para transformar los comedores escolares hacia un modelo más sostenible.

En colaboración con el **Hospital San Juan de Dios de Barcelona**, hemos creado contenidos para artículos y cápsulas audiovisuales dirigidas a familias, para promover la cocina como herramienta básica para una educación en alimentación saludable. Estos contenidos divulgativos se pueden ver en el *Portal Faros* del mismo hospital

Soluciones alimentarias para restricciones o situaciones especiales

La alimentación, a través de la cocina y de la creatividad, es una parte esencial en el tratamiento o la mejora de la calidad de vida de personas con diferentes enfermedades.

Cáncer

Hemos desarrollado, juntamente con la Fundación Catalunya La Pedrera, **ONCOALÍCIA**, un portal web especializado que ayuda a las personas que están en **tratamiento oncológico**, y también a sus familiares y cuidadores, a cuidar de su alimentación durante el proceso. Se preocupa también por el bienestar emocional facilitándoles que puedan continuar disfrutando de la comida. Un portal web específico con el contenido de las guías desarrolladas en los últimos años y el conocimiento creado sobre la alimentación durante el tratamiento del cáncer.

www.oncoalicia.com está al servicio de todos desde octubre del 2022. Esta nueva plataforma web es un proyecto social desarrollado con el máximo rigor científico que da respuesta a profesionales y pacientes con dificultades a la hora de obtener información rigurosa y de calidad para mantener un estado nutricional óptimo durante el tratamiento oncológico. Este recurso, promovido por la **Fundación Catalunya La Pedrera** y desarrollado por **Alícia**, se ofrece a todas las personas interesadas de forma gratuita.

Oncoalicia tiene sus orígenes en la colección *"Comer durante el Tratamiento del Cáncer"*, siete guías con recomendaciones dietéticas y culinarias para facilitar la gestión de la alimentación del día a día a las personas en tratamiento de diferentes tipos de cáncer. Da un paso adelante y recopila el conocimiento e investigación sobre alimentación y cáncer generado por **Alícia**, con consejos, ideas prácticas y más de 200 recetas y videorecetas especialmente diseñadas para dar una respuesta personalizada a los 25 efectos secundarios que se derivan del tratamiento oncológico de los 5 tipos de cáncer con mayor incidencia o dificultades para comer (mama, cabeza y cuello, colon, pulmón y próstata).

"Comer durante el tratamiento del cáncer" se ha elaborado en colaboración de oncólogos, nutricionistas y personal sanitario de los mejores centros de investigación y hospitalarios del país, cabe destacar la colaboración con el **Instituto Catalán de Oncología (ICO)**, el cual se sumó aportando conocimiento y experiencia a través del equipo de la Unidad Funcional de **Nutrición Clínica del ICO** en L'Hospitalet de Llobregat. Estas colaboraciones y rigor han permitido que la nueva plataforma reciba el aval de colegios profesionales de dietética y nutrición y sociedades médicas de referencia del país, como **CODINUCAT** (Colegio de Dietistas-Nutricionistas de Cataluña) y **SENPE** (Sociedad Española de Nutrición Clínica y Metabolismo).

Los contenidos de esta nueva herramienta se irán actualizando y ampliando de forma permanente para otro tipo de tumores y teniendo en cuenta los avances científicos e innovaciones alimentarias.

Juntamente con el **ICO Can Ruti** de Badalona, hemos desarrollado contenidos e impartido talleres para pacientes con cáncer gástrico del estudio clínico: 'Impacto de la optimización del estado nutricional en la morbilidad del tratamiento radical del cáncer gástrico mediante una intervención dietética intensificada (IDI)'.

Hemos colaborado con la farmacéutica **Roche** en el desarrollo de contenidos para la plataforma ALIA, espacio web de acompañamiento a los pacientes con **cáncer de pulmón**. Este canal de información contempla diferentes temas de interés para los pacientes y sus familias. Entre los temas que se tratan, hay aquellos relacionados con la alimentación, en los que se ha centrado la participación de **Alícia**: Revisando contenidos, desarrollando otros nuevos y coordinando la edición de vídeos expertos con la participación de profesionales relacionados con la enfermedad.

La alimentación durante el tratamiento del cáncer es uno de los principales focos de atención de los proyectos de salud de Alícia. La experiencia y conocimiento creado durante años de investigación y trabajos conjuntos con profesionales e instituciones médicas de referencia, hace posible abordar diversos proyectos para buscar soluciones dietéticas y culinarias, con base científica, para asegurar un estado nutricional óptimo a los pacientes durante el tratamiento.

Diabetes

Desde la plataforma **www.diabetesalacarta.org**, hemos facilitado información, material educativo, recetas, videos y otras herramientas e ideas para que las personas afectadas de diabetes mantengan un estilo de vida saludable y activo. Este portal pretende facilitar la gestión de la alimentación según las necesidades concretas del colectivo y ayudar a los profesionales sanitarios en la educación terapéutica de los pacientes.

Hemos trabajado estrategias culinarias para mejorar el control de la Diabetes tipo 2 (DM2). Este trabajo se ha recogido en una publicación científica que ha sido publicada en *Frontiers in Nutrition* en noviembre de 2022: *Culinary strategies to manage glycemic response in people with type 2 diabetes: A narrative review.* Este trabajo ha sido desarrollado y firmado por los siguientes profesionales: Ariadna Mallol, Alba Adot, Fabiola Juárez, Alba Coll y Elena Roura, y Serafín Murillo e Isabella Gastaldo como colaboradores.

Multialergias

Proyecto en el que hemos desarrollado recomendaciones alimentarias específicas para pacientes con alergia a la LTP *(Plant lípido transfer proteins)*, y varias intolerancias tales como al sorbitol, en la fructosa, al gluten y la lactosa. Hemos elaborado un menú o pauta orientativa semanal a seguir en el caso de tener que restringir estos nutrientes concretos.

Obesidad

La obesidad continúa aumentando y representa un gran problema de salud pública tanto a las sociedades desarrolladas como a las no desarrolladas. Esta enfermedad estrechamente ligada a la aparición de las llamadas enfermedades no transmisibles, que son la principal causa de muerte en el mundo como cardiovasculares, cáncer, entre otros. Trabajar para prevenirla desde edades primerizas y ayudar a su tratamiento es una de las líneas de trabajo de **Alícia**.

Hemos colaborado, juntamente con nutricionistas del Hospital Clínico de Barcelona para dar respuestas culinarias a las necesidades de las personas con obesidad, a través de formación a médicos y profesionales implicados en el tratamiento de la obesidad. Por un lado, se han desarrollado contenidos para el "Curso avanzado de obesidad teórico-práctico" dirigido a médicos y profesionales sociosanitarios de la Sociedad Española de la Obesidad (SEEDO), con experiencia en el tratamiento de la obesidad e interesados en profundizar en soluciones alimentarias. Y por otra se han desarrollado contenidos sobre propuestas culinarias para personas que han sufrido una cirugía bariátrica y se ha realizado un taller durante el congreso de la SECO, en Toledo. Se han recogido los contenidos en una sesión con formato de taller demostrativo de cocina que complementa las explicaciones de una nutricionista. La finalidad de la actuación es que el profesional sanitario adquiera conocimientos básicos de cocina para poder asesorar a sus pacientes con obesidad cómo comer correctamente en diferentes situaciones.

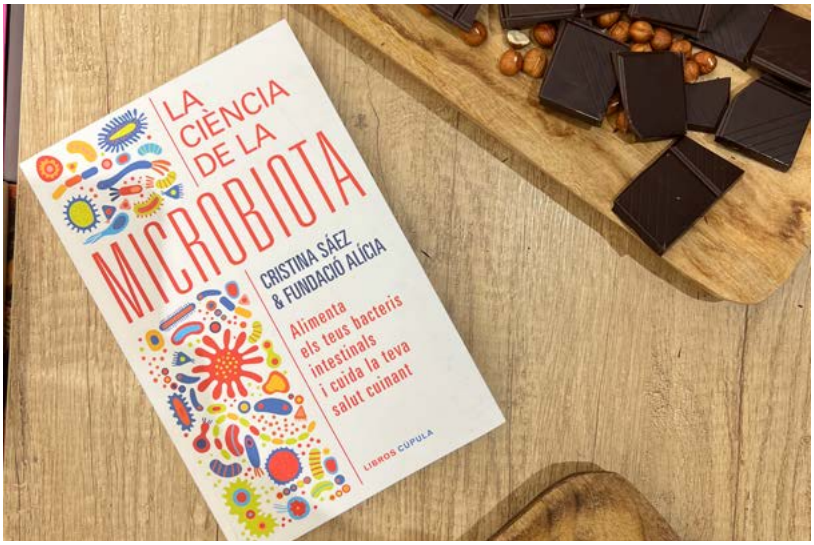
Covid persistente

Hemos desarrollado conocimiento y contenidos para formar a dietistas-nutricionistas del ICS, en relación con la alimentación y la Covid persistente, para poder acompañar a los pacientes que presentan esta enfermedad, trabajando los principales efectos o consecuencias: Relación alimentación, microbiota y Covid persistente; relación alimentación y estado de ánimo; relación alimentación y estado inflamatorio; recomendaciones dietético-culinarias en la aparición de las alteraciones del gusto y del olfato; recomendaciones dietético-culinarias en la pérdida de apetito y pérdida de peso, y pérdida de masa muscular.

Microbiota

Aunque el conocimiento científico sobre la microbiota no ha hecho más que empezar, es clave para el sistema inmunitario, la salud y la felicidad de las personas. Para dar a conocer la importancia de estos organismos en nuestra salud y cómo cuidarlos desde la alimentación, desde **Alícia** hemos desarrollado juntamente con la periodista científica Cristina Sáez el libro "La ciencia de la Microbiota. Alimenta tus bacterias intestinales y cuida tu salud cocinando" que ha sido publicado por la Editorial Planeta y salió a mercado en abril de 2022 en castellano y en septiembre en catalán, con un total de ventas de 3.561 ejemplares.

Este libro está basado en las últimas investigaciones publicadas sobre la microbiota y en entrevistas a los expertos más destacados en la materia. Se dirige a todas aquellas personas interesadas en cuidarse y mejorar su salud a través de una alimentación sana, sostenible, y buena. El libro ha sido especialmente recomendado tanto por la Red de Bibliotecas de la DIBA como por reconocidos científicos como Manel Esteller.



Textura modificada

Dos millones de españoles sufren disfagia y el 90% de estos, no están diagnosticados. La disfagia (dificultad para tragar de forma segura y eficaz) es un síntoma, consecuencia del mismo proceso de envejecimiento (afecta a más del 40% de los mayores de sesenta y cinco años) pero también de otras patologías. Su presencia en pacientes neurológicos con patologías como el Alzheimer, el Parkinson o la Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA) es alta (se presenta en el 90% de las personas en fases avanzadas). También en el 45% de las personas que han sufrido un ICTUS y en personas en tratamiento oncológico de cabeza y cuello. No sólo aparece en personas adultas, sino que también se da en más del 30% de los niños con trastornos del desarrollo y el 20% de los niños con parálisis cerebral.

Hemos seguido con la búsqueda y el desarrollo para mejorar la alimentación de las personas que deben seguir una alimentación de textura modificada y hemos hecho sesiones de transferencia a profesionales del sector sociosanitario.

En varias actuaciones formativas hemos transferido conocimiento de alimentación y textura modificada a más 500 profesionales del sector sociosanitario:

- La Confederación Española de Asociaciones de Atención a las Personas con parálisis Cerebral.
- Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña.
- Hospital Clínico de Barcelona.
- Laboratorios Menarini.

Juntamente con el Centro de Investigación en Seguridad Alimentaria (CRESCA) de la Universidad Politécnica de Cataluña, hemos diseñado y realizado una jornada sobre disfagia y alimentación de textura modificada para profesionales sanitarios y profesionales de cocina y cuidadores a cargo de la preparación y gestión de la alimentación de personas que requieren la adaptación de grados de consistencia a la hora de comer.

Mejora de la restauración colectiva y social

El sector de la restauración colectiva tiene un impacto muy importante en la alimentación de la población infantil, la hospitalizada y la que está en residencias, centros sociosanitarios o los comedores de centros de trabajo. Los servicios de alimentación tienen incidencia en la salud, bienestar y rendimiento de los comensales y, en el caso de las escuelas, donde los niños hacen la comida principal del día, también en educación y el fomento de buenos hábitos alimentarios.

Desde **Alícia** trabajamos para mejorar la oferta de la restauración colectiva, adaptándola a las necesidades de cada tipología de comensal, en el lugar donde se da el servicio, a culturas y tradiciones, aplicando criterios de sostenibilidad, de salud y de calidad organoléptica, imprescindible para su aceptación. Se trabaja juntamente con los servicios de alimentación de empresas, escuelas y entidades para conseguir una experiencia buena, sana y sostenible en todos sus aspectos (económico, social y ambiental).

Comemos de Aquí

Hemos trabajado con CREACCIÓ - Agencia de Emprendimiento, Innovación y Conocimiento de Osona en el Proyecto Comemos de Aquí, para mejorar y garantizar la oferta de calidad de los menús diarios de los comedores escolares. Hemos potenciado la presencia de productos del territorio y temporada, así como elaboraciones de gastronomía local.

Nos hemos reunido con familias de escuelas para explicar la introducción de más proteína vegetal a los menús, para desmentir mitos y argumentar a nivel salud y sostenibilidad el porqué de las frecuencias de consumo de alimentos actuales en los comedores escolares. Hemos revisado los menús del curso a partir de las valoraciones realizadas por parte del equipo de monitores, CREACCIÓ y los servicios de restauración de las escuelas, cambiando aquellas elaboraciones con menos aceptación y adecuándolas a las recomendaciones de la Agencia de Salud Pública de Catalunya.

Restauración de Lloret de Mar

El sector de la restauración de Lloret de Mar tomó la iniciativa en un aspecto tan importante como es la alimentación infantil. Juntamente con Lloret Futuro SA, sociedad de capital municipal dedicada a la promoción turística, se trabaja para posicionar Lloret de Mar como destino de turismo familiar, reforzando la oferta gastronómica de los establecimientos, haciendo que ésta esté adaptada a las necesidades de las familias con niños.

En 2022, hemos continuado trabajando en la creación y aplicación de un sello/certificación para establecimientos de restauración y hostelería que ofrezcan propuestas gastronómicas saludables para niños. Estos establecimientos pueden ser bares y restaurantes, pero también hoteles y complejos turísticos con oferta gastronómica.

El sello se ha identificado como “Little Foodies” y en 2022 hemos certificado 20 establecimientos que han recibido la formación correspondiente y ofrecen una oferta alimentaria que garantiza a niños y familias una experiencia gastronómica adaptada, placentera, saludable y completa.

Residencias y servicios especializados

Hemos trabajado con la residencia de Sant Joan de les Abadesses, Fundación Privada Municipal Emma, con el objetivo de la mejora de la calidad del servicio de alimentación del centro, adaptando y mejorando los menús de textura modificada que se ofrecen a los usuarios.

Con el servicio de alimentación a domicilio Pepeta Vilaró, de Tona, que atiende a ancianos, personas con movilidad reducida, dependencia, convalecencia y enfermas crónicas, hemos colaborado para mejorar su oferta adaptándola a colectivos concretos con menús saludables equilibrados y sabrosos. Hemos revisado las planificaciones, adaptando menús de temporada a derivaciones concretas e incorporando opciones para la insuficiencia renal crónica.

Programas de formación

Estudio sobre alimentación saludable y sostenible a incluir en los planes docentes. En el marco del PEAC (Plan Estratégico de Alimentación de Catalunya de la Generalitat de Catalunya), hemos desarrollado un proyecto para preparar y dar estructura a los contenidos necesarios para diseñar un plan docente para promover la adquisición de los conocimientos, habilidades y valores imprescindibles para mejorar, desde la infancia, un aspecto tan determinante de la vida de las personas como es la alimentación y contribuir, así, a resolver la problemática creciente de la obesidad y sobrepeso infantil.

El trabajo desarrollado:

- Explora la evidencia existente sobre el impacto en la modificación de los hábitos alimentarios de los niños, de diferentes acciones, iniciativas y programas llevados a cabo en ámbito escolar.
- Explora cuál debería ser la implicación de otros agentes (comedor escolar, familias ...) para incrementar el impacto que los planes docentes tienen en los cambios de hábitos de niños y jóvenes.
- Establece el marco en el que se podrían basar los futuros planes docentes.
- Establece el conocimiento que maestros y profesores deberían tener para educar en una buena alimentación.
- Lista recursos, materiales existentes que podrían ser utilizados como material docente, con la idea de reaprovechamiento de lo ya existente, como base de sostenibilidad.

Garantir i millorar l'alimentació infantil és una prioritat

Estratègia Alimentària de Catalunya

Xarop d'auro
Espirulina
Kombu
Xarop d'atzavara
algues
malgu
plancton
tendències gastro
Sriracha
Kombucha
Fermentats (probiòtics)

ALÍCIA INNOVACIÓN

DESARROLLO E INNOVACIÓN GASTRONÓMICA

Desde **ALÍCIA INNOVACIÓN** aplicamos la creatividad y la innovación para mejorar y desarrollar nuevos productos y procesos para incidir en la mejora de la alimentación. A través de la creación y transmisión de conocimiento, se influye y se trabaja en la cadena alimentaria para mejorar la alimentación del máximo número posible de personas.

Trabajamos juntamente con empresas del sector alimentario, pequeñas empresas, centros de investigación, emprendedores, distribuidores, caterings, sector Horeca y otras entidades relacionadas con el mundo de la alimentación.

Las actividades del ámbito de innovación se centran en proyectos de I+D+I para crear conocimiento, idear, obtener y mejorar productos y procesos alimentarios.

LÍNEAS DE TRABAJO Y PROYECTOS 2022

Innovación con pequeños productores alimentarios

Alícia pone al servicio de las pequeñas empresas toda su capacidad de innovación y desarrollo para ayudar a dar más valor a sus productos y posicionarse en el mercado.

Se dispone de un programa de innovación para acompañar a los productores alimentarios a encarar proyectos de innovación y desarrollo que mejore su oferta de productos y les permita crecer y posicionarse en el mercado.

Actuaciones realizadas:

Sanaladas & Go - Comida preparada: elaboración y reparto a domicilio - Barcelona

Proyecto para alargar la vida útil comercial de su producto *wrap*. Hemos trabajado en los procesos necesarios focalizando la seguridad alimentaria, la tipología de ingredientes, la metodología de elaboración y el *packaging*.

Mas Joanet de Pujols - Elaboración, distribución y comercialización de productos alimentarios - Sant Vicenç de Torelló (Barcelona).

Hemos asesorado en los procesos que se deben seguir para alargar la vida útil de nuevos productos, mediante la aplicación de procesos térmicos. Nos hemos focalizado en los parámetros a controlar para poder elaborar y comercializar estos productos de forma segura, evitando al máximo la alteración cualitativa y partiendo de los recursos mecánicos de que Mas Joanet dispone.

Asociación de Iniciativas Rurales de Catalunya (ARCA) - Red Regional de Desarrollo Rural de Catalunya - Torelló (Barcelona)

Actuaciones de formación y asesoramiento en el ámbito de la innovación y mejora de producto a un grupo de pequeñas y medianas empresas agroalimentarias que elaboran diferentes tipos de productos en obradores compartidos (transformados vegetales, quesos, pastelería, platos preparados, licores, vinos ...).

Obrador Mas Martinyà - Cultivo de legumbre (alubias) - Santa Pau (Girona)

Proyecto para dar valor, facilitar y promocionar el consumo de alubias de Santa Pau, desarrollando nuevos productos que aporten un rendimiento económico más elevado a lo largo de la cadena productiva. Se está construyendo un obrador, que será la base para la transformación de la alubia con Dominación de Origen Protegida con opción de elaborados de otros productos de producción local. Los productos de alubia desarrollados en el proyecto han sido: conserva de plato icónico de la comarca de la Garrotxa (*fesols* de Santa Pau con morcilla y *fesols* de Santa Pau con tocino) y la bebida de Santa Pau (opción en base leche de vaca y opción vegana en base de agua). Este proyecto lo hemos trabajado con la Escuela Agraria del Empordà en el marco de la Estrategia Alimentaria de Catalunya de la Generalitat.

Ahora y aquí quesos - Albert Escofet Coca - Producción de quesos - Caldes de Malavella (Girona)

Proyecto de innovación sobre el uso de algas en la elaboración de quesos de pasta blanda, inicialmente aplicándolas durante el proceso de elaboración. Con el producto obtenido se quiere generar un referente en el mercado de los lácteos, donde la utilización de productos marinos, ayuden a crear una nueva rama de innovación. Este proyecto lo hemos trabajado con la Escuela Agraria del Empordà en el marco de la Estrategia Alimentaria de Catalunya de la Generalitat.

Alex Verdú Büttikofer - Elaborador de hummus - Vilassar de Mar (Barcelona)

Proyecto de elaboración de un hummus ecológico de alto valor organoléptico. Partiendo de una formulación desarrollada por el elaborador se ha buscado el proceso productivo adecuado, para obtener un producto de larga vida útil y conservación a temperatura ambiente y utilizando ingredientes de proximidad y ecológicos. Este estudio se ha focalizado en los parámetros a controlar para poder elaborar y comercializar este producto de forma segura, evitando al máximo la alteración cualitativa y centrando el proceso de tratamiento térmico con el uso de la autoclave. Este proyecto lo hemos trabajado con la Escuela Agraria del Empordà en el marco de la Estrategia Alimentaria de Catalunya de la Generalitat.

Innovación y mejora de productos y procesos

Ideación, conceptualización y desarrollo de productos de forma transversal, teniendo en cuenta todos los aspectos que intervienen en la alimentación y de acuerdo con la evaluación del Índice Alícia. Diseño conceptual de productos y producción de prototipos con visión de uso, empresarial y según el proceso de industrialización que se aplicará.

Innovación cárnica y evolución vegetal

Malvasía, empresa castellana (Abejar - Soria) dedicada a la crianza y elaboración de productos de pato, quiere iniciar la transición hacia productos vegetales; en una primera etapa como complemento a la producción de sus actuales productos de aves que ha evolucionado hacia productos más saludables y respetuosos en relación con el medio ambiente y el bienestar animal.

El objetivo del proyecto ha sido obtener un producto elaborado en dos versiones, la cárnica y la vegetal, evitando en ambas el ultraprocesamiento, el sodio y las grasas vegetales. El producto base ha sido la pechuga de pato y el objetivo: conseguir productos de V gama con los mejores estándares de calidad y características sensoriales y también de fácil regeneración en el horno y al microondas. El resultado ha sido dos elaborados de V gama (una escalopa vegetal y una de hígado de pato no engordado) que se están presentando con éxito en varias ferias sectoriales y se comercializarán a partir del segundo trimestre de 2023.

Elaborados vegetales

Junto con ATADES (Asociación Tutelar Aragonesa de discapacidad), que tiene un centro dedicado a la agricultura ecológica, hemos desarrollado nuevas propuestas culinarias de elaborados vegetales diferenciales de productos de su producción social y ecológica. Estos elaborados se industrializan en su planta de conservas, incrementando así la gama de producto elaborado esterilizado para la venta a temperatura ambiente.

Los productos desarrollados han sido: garbanzos con algas, untable de setas, crema de setas, salsa kétchup y salsa picante.

Aromas alimentarios

En colaboración con Lucta, en **Alícia** aplicamos metodología culinaria para desarrollar elaboraciones atractivas e identificables que permitan a la industria crear aromas para mejorar organolépticamente la experiencia alimentaria del consumidor.

Los aromas son muy importantes para hacer reconocibles ciertas elaboraciones destinadas, por ejemplo, a la alimentación de personas con determinadas patologías o para facilitar la aceptación de productos de consumo dietético y nutricionalmente necesarios.

Hemos explorado las posibilidades aromáticas del pescado, concretamente del salmón y el atún, identificando y potenciando las notas interesantes y propias de estos pescados a través de su manipulación y tratamiento culinario, priorizando técnicas culinarias sin temperatura o que no impliquen procesos de cocción.

Caramelos más saludables

Hemos trabajado en el proyecto "Sweet Project" (una iniciativa de la emprendedora Meritxell Escarrà Feller) para crear una nueva línea de caramelos blandos naturales y saludables, formulados principalmente a base de fruta. Un caramelo que pueda ser disfrutado por todos, tanto para niños como jóvenes o adultos, sin que ello implique el consumo de azúcares simples.

El proyecto tiene en cuenta el derroche alimentario, aprovechando las frutas excedentes de procesos productivos primarios que, por apariencia, no se comercializan en los circuitos habituales; se utilizan ingredientes ecológicos de origen vegetal, sin alérgenos, azúcares añadidos ni grasas.

Productos de proteína alternativa

Hemos trabajado el desarrollo de quesos veganos con FORMO, *startup* con sede en Berlín, que está explorando recetas innovadoras y únicas para elaborar productos alternativos que pueden reproducir la experiencia de otros de proteína animal. Como ejemplo, partiendo de proteínas de la leche creadas en laboratorio, se trabaja para conseguir un comportamiento productivo, experiencial y un sabor parecido al del queso de vaca.

Elaborados de productos del sector primario: cordero y legumbres

Dentro del marco de la Estrategia Alimentaria de Catalunya de la Generalitat, hemos llevado a cabo un proyecto para aplicar ideación e innovación en productos del sector primario para obtener nuevos alimentos elaborados, que recojan tendencias, necesidades e intereses de los consumidores, facilitando su aceptación en el mercado e incrementando el valor económico del producto base.

El proyecto se centra en fomentar y trabajar la innovación para pequeñas y medianas empresas y productores del sector primario, creando método, conocimiento, nuevos productos e identificando necesidades técnicas y recursos para su producción, así como acompañándolos en los procesos de desarrollo.

Hemos desarrollado elaborados de cordero y de legumbres, productos que serán presentados a lo largo de 2023 a productores, elaboradores y diferentes actores de la cadena de valor para incorporarlos al proceso productivo y de comercialización.

Elaborados de cordero. Se concreta el desarrollo de un elaborado a partir de carne de cordero como estrategia para potenciar un sector que se ve gravemente afectado por una bajada considerable de producción y de consumo. Como producto muy ligado a la cultura alimentaria del país, se visualizan oportunidades en términos de territorio y paisaje, posibilidad de trabajo con razas autóctonas y de desestacionalizar su consumo. Opciones desarrolladas: Platos preparados de V gamma, fricandó de cordero y curry de cordero.

Elaborados de legumbre. Se concreta el desarrollo de un elaborado con base de legumbre con el fin de incidir en un sector prioritario y clave en términos de sostenibilidad y salud. Sostenibilidad en todos sus ámbitos, tanto medioambiental en relación con la necesidad de potenciar los productos de origen vegetal, como económica, para poder reforzar una producción basada en pequeños productores repartidos por todo el territorio que se encuentra con muchas dificultades para que su producto tenga salida. Opciones untables desarrolladas:

- Lenteja con zanahoria, sofrito de cebolla y vinagre balsámico.
- Judía con sofrito de cebolla, ajo y tomate.
- Garbanzo con cebolla y miel..

Restaurantes innovadores

Dentro del marco de la Estrategia Alimentaria de Catalunya de la Generalitat, estamos trabajando en la creación de una red de restaurantes que adopten, de forma ágil, aquellas innovaciones que los harán más atractivos para los consumidores. **Un proyecto que remarca el apoyo al sector de la restauración.**

Se plantea la creación de pruebas piloto con restaurantes en Catalunya, deslocalizados por el territorio, que puedan incorporar y evaluar las estrategias escogidas. Los restaurantes participantes serán las antenas para detectar si las innovaciones propuestas son bien aceptadas. Para estos restaurantes, debemos establecer los parámetros de participación (coste / beneficio) que los fidelicen como integrantes de la red.

Este 2022 la red se ha iniciado con los siguientes restaurantes:

La Gormanda
Carlota Claver (cocinera)
Barcelona - Barcelonés - Barcelona

Quatre Molins
Rafel Múria (cocinero)
Cornudella de Montsant - Priorat - Tarragona

La Boscana
Joel Castanyé (cocinero)
Bellvís - Pla d'Urgell - Lleida

7 Portes
Paco Solé Parellada (cocinero)
Barcelona - Barcelonés - Barcelona

L'Horta de Tavertet
Jordi Coromina (cocinero)
Tavertet - Osona - Barcelona

Lo Paller del Coc
Mariano Gonzalvo (cocinero)
Surp - Pallars Sobirá - Lleida

L'Ò
Ivan Margalef (cocinero)
Sant Fruitós de Bages - Bages - Barcelona

El Ventador
Eli Farrero (cocinera)
Barruera - Alta Ribagorça - Lleida

La Cava
Albert Marimón (cocinero)
Tárrega - Urgell - Lleida

Les Voltes de Sant Sebastià
Jan Fargas (cocinero)
Moiá - Moianés - Barcelona

Bionbo
Xavier Aguado (cocinero)
Girona - Gironés - Girona

Castell de Ceuró
Marc Casabosch (cocinero)
Castellar de la Ribera - Solsonés - Lleida

Follia
Jo Baixas (cocinera)
Barcelona - Barcelonés - Barcelona

Cal Esteve
Xesco Bueno (cocinero)
Castellbisbal - Vallés Occidental - Barcelona

Le Clandestin
Joseba Cruz (cocinero)
Navás - Bages - Barcelona

AÜRT
Artur Martínez (cocinero)
Barcelona - Barcelonés - Barcelona

Ca la Núria
Núria Bonet (cocinera)
Bellver de Cerdanya - Cerdanya - Girona

L'Exquisit
Carles Rodríguez (cocinero)
Igualada - L'Anoia - Barcelona

Atzucac
Xavier Franquet (cocinero)
Reus - Baix Camp - Tarragona

Ca L'Amador
Diego Alías (cocinero)
Josa del Cadí - Alt Urgell - Lleida

El Celler
Roger Alcaraz (cocinero)
Sallent - Bages - Barcelona

Protocolo de conservación

Cada vez se desarrollan más proyectos con pequeños productores que requieren experiencia en tratamientos de conservación de cara a facilitar la industrialización de los productos trabajados. Aunque algunos disponen de diferente maquinaria para replicar algunos de los procesos que tienen lugar a escala industrial, a la hora de tratar un producto (por autoclave, horno de vapor, abatidor, congelador ...) hay que tener el conocimiento para aplicar los parámetros de tiempo y temperatura adecuados.

Hemos creado un protocolo para traspasar este conocimiento en relación a los tratamientos térmicos a los pequeños productores. Para facilitar que comprendan mejor cuáles son los principios y las bases científicas a la hora de establecer unos parámetros concretos al tratar un producto para alargar su vida útil.

Fermentados

Actualización permanente de conocimiento sobre fermentados, entendiendo estos como una técnica culinaria en la que un alimento está sujeto a una transformación química por la acción de un fermento. Esta transformación puede conllevar cambios en el alimento organolépticamente, nutricional y de conservación por lo que es imprescindible conocer y entender, para aplicarlo de forma correcta y lograr los resultados deseados.

Alícia tiene un equipo profesional en evolución constante por el estudio de los diferentes tipos de fermentaciones y sus aplicaciones. Algunas de las actuaciones en este sentido son:

- La estandarización de procesos que permiten que se lleve a cabo esta técnica de manera segura.
- El filtrado de la información que se encuentra sobre esta técnica.
- La detección de nichos de innovación donde la fermentación pueda dar respuesta a necesidades culinarias aún no cubiertas en el desarrollo de nuevos productos.

Tendencias

Actualización permanente de conocimiento para saber qué ocurre en el mundo en materia de productos, cocinas, culturas alimentarias, consumidores y maneras de consumir. Se trabaja para conocer en cada momento hacia dónde va la sociedad, las personas en sus diferentes ámbitos y situaciones, sus intereses, motivaciones, preocupaciones, gustos, modos... en cuanto a la comida, para poder incidir mejor. Conocer las tendencias nos ayuda a encontrar soluciones para mejorar la alimentación en todo momento y circunstancia.

CUINA CA
CATALAN
CUCINA CA

ALÍCIA TERRITORIO

PATRIMONIO ALIMENTARIO Y SOSTENIBILIDAD

Los proyectos de **ALICIA TERRITORIO** remarcan la herencia natural ligada a la gastronomía y se fundamentan sobre una base de investigación y conocimiento para favorecer el patrimonio alimentario, la agrobiodiversidad local, los productos de la tierra, la tradición gastronómica, la investigación histórica y arqueológica, el turismo sostenible, el reequilibrio territorial y la dinamización de la economía local.

El reconocimiento gastronómico de un producto, territorio o localidad permite estudiar y realzar el aspecto cultural y social de los alimentos, el porqué se come un producto o una elaboración determinada en un territorio concreto.

Para llevarlos a cabo de manera efectiva, se trabaja en colaboración con administraciones públicas, entidades de promoción turística, asociaciones de productores agroalimentarios, cooperativas, universidades, fundaciones y restauradores, entre otros.

LÍNEAS DE TRABAJO Y PROYECTOS 2022

Estudios sobre productos alimentarios, creación de recetarios y diseño de elaboraciones.

Se generan contenidos aplicables a elaboraciones, recetas y consejos de uso. Se analizan e interpretan las tradiciones existentes y se crean recetarios como herramienta para realzar los productos y productores locales, y el patrimonio cultural.

Recetarios históricos 7 Portes

La Colección 7 Portes de Recetarios Históricos de Cocina catalana es un proyecto estratégico para el estudio de la historia de la cocina catalana, de la mano del Editorial Barcino y el trabajo conjunto de **Alícia**, el Restaurante 7 Portes de Barcelona y acreditados profesionales, que tiene como objetivo contribuir a difundir la investigación de las raíces de la cultura gastronómica catalana y el fundamento de su capacidad de innovación. Una investigación que muestra la evolución que ha experimentado la cocina catalana a lo largo de siete siglos y que pretende poner al alcance de todos las transformaciones y las continuidades de la cocina catalana. El análisis de estos textos y recetas consigue dar una perspectiva de la evolución de la sociedad, y aclara el origen de las prácticas culinarias, costumbres gastronómicas y culturales.

En 2022 se ha trabajado en el volumen número 8 “La Cocina de los Carmelitas Descalzos”, que se publicará a principio de 2023.

Trigo forment

El trigo forment es una variedad antigua de trigo duro que se cultivaba en los campos de la comarca del Lluçanès hasta que otras variedades más productivas entraron en el mercado y lo desplazaron progresivamente. Las innovaciones tecnológicas de la segunda mitad del siglo pasado no respetaron las variedades del territorio que producían menos, a pesar de ser mucho más buenas y saludables para la alimentación.

Juntamente con el Consorcio del Lluçanès hemos desarrollado un proyecto para posicionar el trigo forment como **producto saludable** (salud), **de proximidad** (sostenibilidad) **y de calidad** (consumo), teniendo en cuenta los valores del patrimonio y la tradición.

Hemos trabajado las combinaciones culinarias del trigo forment con los restauradores del territorio, para que éstos dispongan de herramientas para incluirlo en la oferta gastronómica, teniendo en cuenta los diferentes formatos de los establecimientos: bar, hostal, restaurante, hotel...

Hemos organizado una sesión con restauradores en las instalaciones de **Alícia** para presentar y debatir el trabajo desarrollado, poniendo las bases para diseñar la estrategia de posicionamiento gastronómico en torno al trigo forment. El conocimiento y conclusiones del proyecto se han facilitado a los restauradores para que lo puedan aplicar y dar valor a esta variedad identificada con el territorio.

Col verde

En colaboración con el Consejo Comarcal del Bages, La Era (Escuela Agraria de Manresa) y con el apoyo de la Diputación de Barcelona, hemos desarrollado la guía *"La col verde Manresana. Un tesoro gastronómico de invierno del Bages"*. Un proyecto para dar a conocer las particularidades y singularidades de este producto. **Alícia** ha sido la encargada de desarrollar los contenidos culinarios y científicos.

La guía se dirige al consumidor final, los restauradores y los productores agrícolas. En este sentido, se quiere ofrecer a los productores información sobre el producto, a fin de que puedan trasladarla a sus clientes, y también incentivar los que aún no la cultivan. En el caso del consumidor final, la guía pretende animarlos a comprar en mercados de proximidad.

La col verde manresana es uno de los productos singulares de la Red de Productos de la Tierra. Esta denominación se refiere a un producto que destaca por sus características únicas que lo distinguen del resto y que está arraigado en un territorio concreto, donde se produce o se elabora.

Estrategias de promoción de productos del territorio.

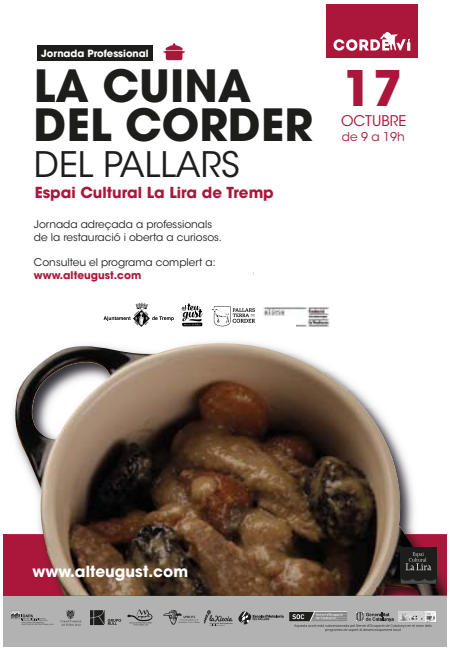
Desarrollar propuestas prácticas y realistas para dar valor a productos y productores locales. Se trabajan estrategias que fomenten tanto visitas turísticas sostenibles, como el conocimiento de los productos facilitando así su venta y distribución en los mercados.

Tremp - Pallars Jussá

Con el Ayuntamiento de Tremp hemos trabajado, desde 2014, en la construcción de una identidad gastronómica del territorio, potenciando la cocina y la producción de productos agroalimentarios que la identifiquen. En 2022 hemos organizado dos jornadas divulgativas.

La cocina del cordero del Pallars.

Jornada, celebrada en octubre de 2022, dedicada a la promoción de la carne de cordero del Pallars, como motor económico de la comarca. Ha combinado sesiones para público genérico con sesiones para profesionales en activo del sector de la restauración, estudiantes de cocina y otros profesionales vinculados a la ganadería del ovino. Ha fomentado el conocimiento de la carne de cordero y todas sus aplicaciones y virtudes. Ha combinado sesiones teóricas, demostrativas y prácticas y ha contado con la participación de cocineros de renombre tanto del territorio como del resto de Catalunya, y también con la participación de expertos y restauradores del Pirineo aragonés.



Alimentación deportiva

El Pallars es cada vez más un destino interesante para los deportistas, tanto en cuanto a rutas de senderismo como actividades con BTT o carreras de montaña. Considerando la oferta de turismo deportivo que hay en el territorio, hay que aprovechar que cada vez hay más gente que practica deporte en la naturaleza y fomentar el conocimiento de la nutrición deportiva (o gastronomía deportiva).

En noviembre de 2022, en la Pobla de Segur, hemos organizado una jornada para enseñar a los restaurantes y alojamientos el conocimiento de la nutrición deportiva (o gastronomía deportiva). Explicar las necesidades gastronómicas y nutricionales de los usuarios practicantes de deportes en el territorio.

Productos y platos catalanes para todos

Trabajamos la cocina catalana para darla a conocer a todos, para posicionarla como una cocina que garantiza el consumo saludable, en el ámbito doméstico, público e industrial.

Dentro del marco de la Estrategia Alimentaria de Catalunya de la Generalitat, estamos trabajando platos y elaboraciones representativas de la cocina catalana para posicionarla, abriéndola a las diferentes necesidades de consumo.

Hemos hecho una identificación de productos, elaboraciones y platos representativos de la cocina catalana y trabajamos para proponer versiones adaptadas a frecuencias de consumo y afecciones de salud más prevalentes. El segundo semestre de 2023 el proyecto iniciará la fase de transferencia, inicialmente en el sector de la restauración.

- Arroces de montaña
- Arroces marineros
- Bacalao
- Bases (salsas y picadas)
- Brandada de bacalao
- Buñuelos y otros fritos dulces
- Buñuelos y otros fritos salados
- Canelones
- Caracoles
- Carne a la brasa
- Cazuela de campo
- Civet de jabalí
- Clotxa/ Coca de recapte / panadones
- Conejo guisado
- Crema catalana *(Postre)*
- Escabeches
- Escudellas
- *Rellenos (manzana, berenjena, cebolla rellena, calamares)*
- Habas / guisantes estofados
- Alubias con butifarra
- Fideos a la cazuela
- Hortalizas con romesco
- Legumbres hervidas
- Mar y montaña
- Mejillones a la marinera
- Pan con tomate
- Bizcocho, tortas dulces y roscón (Postres)
- *Panellets (Postres)*
- Patata y col / patatas enmascaradas
- *Peras al vino (Postres)*
- Pies de cerdo guisados
- Platillo de pollo
- *Platos con sanfaina (bacalao, conejo, pollo)*
- Platos de sepia
- Platos de ternera
- Sopa de cebolla
- Suquets de pescado / zarzuela
- Tripa a la catalana
- Tortilla con zumo / espigalls
- Xató

Productos poco conocidos y poco valorados

Dentro del marco de la Estrategia Alimentaria de Catalunya de la Generalitat, estamos trabajando para crear una estrategia y materiales de promoción de productos autóctonos poco conocidos y valorados, analizar su situación y problemática y proponer las actuaciones que se consideren necesarias para fomentar su conocimiento y aumentar su producción y consumo.

Este proyecto está focalizado, especialmente, en el desarrollo de contenidos culinarios que podrán ser explotados por los diferentes actores de la cadena de valor de cada producto trabajado, en función de sus necesidades.

En 2022 hemos trabajado las estrategias de promoción de dos productos, los cortes de ternera (vacuno) poco conocidos y valorados y algunas de las especies de pescado poco conocidas por el consumidor.

Ternera, partes poco valoradas

En este caso se han trabajado partes de la ternera que hoy en día se ha perdido el conocimiento de cómo manipularlas a la cocina porque se han sustituido por formatos más fáciles y rápidos de cocinar, debido a la percepción que los consumidores tienen de falta de tiempo para cocinar. El objetivo principal se centra en agilizar y facilitar el uso de estas partes de la ternera utilizando cocciones que reducen el tiempo dedicado a la cocina.

Pescado

Se trabaja la estrategia de valorar especies de pescado poco conocidas, pero que se pescan en Catalunya y que a menudo son descartadas por la poca salida que tienen en el mercado. Se trata de ayudar al sector pesquero sacar rendimiento de algunas de estas especies, como el bísol, gamba blanca, jurel, melva, brótola, canana y sardo, siguiendo la estrategia de la sustitución (cocinar el producto de la misma manera que otros productos similares), diversificando la pesca y el consumo, evitando la sobreexplotación y promocionando especies que pueden ser más económicas para el consumidor.

GASTRONOMÍA Y PRODUCTORES - TERRITORIO MIDIT

Hemos comenzado un proyecto para dar valor a la restauración y los productores del territorio de la MIDIT (Mancomunidad de Iniciativas para el Desarrollo Integral del Territorio de Vandellòs y L'Hospitalet de l'Infant, Tivissa y Pratdip).

Hemos hecho un análisis de la situación de la oferta de restauración y diseñado un mapa de actuaciones realistas que puedan aplicarse en un periodo definido de tiempo y conseguir:

- Promover la oferta gastronómica de calidad y proximidad del territorio de la MIDIT con productos del territorio.
- Aprovechar la experticia de los restauradores para difundir la calidad de los productos de la zona mediante una oferta gastronómica arraigada en el territorio.
- Potenciar la restauración con cocina de cercanía (con productos locales y de temporada) que permita reforzar la producción del territorio, favoreciendo sus productores. Hacer de la restauración el prescriptor de consumo de producto de proximidad entre la población.
- Facilitar la relación entre restauradores y productores para reforzar la autoestima alimentaria y de costumbres entre la población del territorio y el reconocimiento de los visitantes.

SEMI
MUESLI
Què menges? ¿Qué comes? What do you eat?

TALLERES Y FORMACIÓN

Los talleres y jornadas de formación son los formatos principales de divulgación y transferencia de conocimiento de **Alícia**. Son actuaciones que se hacen tanto en las instalaciones de **Alícia**, como en las empresas y entidades que las solicitan, y también de forma virtual.

TIPOLOGÍA DE TALLERES

Talleres para escuelas

La Fundación Catalunya La Pedrera dispone de un amplio programa de talleres para las escuelas, un proyecto didáctico confeccionado a partir de los currículos escolares que consta de visitas y talleres para todos los niveles educativos. El objetivo es que la experimentación sea la principal actividad de aprendizaje, característica diferencial de los talleres de cocina, alimentación y ciencia, que se llevan a cabo en las instalaciones de **Alícia** y Món Sant Benet.

Talleres a la carta

Son actuaciones de divulgación y transferencia en las que los contenidos se adaptan a las necesidades y requisitos de los asistentes y se divulgan de una manera demostrativa y participativa. Estos talleres van destinados a empresas, centros, asociaciones y todo tipo de colectivos que quieren canalizar el conocimiento creado en **Alícia**. Son una de las actividades de transferencia con mayor demanda y éxito. Algunas entidades con las que se ha trabajado son:

- *Ayuntamiento de Tremp*
- *Agencia de Desarrollo del Berguedà*
- *Agencia Catalana de Turismo*
- *Instituto de Investigación y Tecnología de los Alimentos (IRTA)*
- *Universidad de Tours*
- *Compass Group*
- *Grupo Elior Chefs*
- *Mercado de la Boquería de Barcelona*
- *Andorra Taste*
- *Culinary Institute of America*
- *Escola Agraria Kalo de Dinamarca*
- *Ayuntamiento de Ger*
- *Asociación Mujeres Rurales Catalunya*
- *Alimentaria 2022*
- *Universitat Politécnica de Cataluña-CRESCA*
- *Danone*
- *Mercabarna*
- *Cámara del Berguedà*
- *Universidad de Pollenzo (Italia)*
- *Universidad de California*

Talleres de educación y promoción de buenos hábitos

Acciones de divulgación y demostración de cocina que tienen como objetivo promover buenos hábitos entre la población, de cualquier edad. Contribuyen a fomentar una mejora de la alimentación presente y futura de las personas y, en consecuencia, de su calidad de vida. Algunas entidades con las que se ha trabajado son:

- *Caritas Manresa*
- *CLILAB Diagnósticos*

Talleres para mejorar la restauración colectiva y social

Divulgación y transferencia a cocineros y restauradores. Sesiones culinarias demostrativas orientadas a mejorar la oferta culinaria de la restauración colectiva, adaptándola a las necesidades de los diferentes tipos de comensales, por edad y estado de salud, y también en función de la cultura gastronómica y el patrimonio alimentario del lugar donde los servicios están ubicados. Algunas entidades con las que se ha trabajado son:

- *Creacció, Agencia de Emprendimiento, Innovación y Conocimiento*
- *Agencia de Salud Pública de Catalunya*

Talleres para centros sociosanitarios y residencias

Sesiones culinarias demostrativas para profesionales vinculados a la alimentación de hospitales, residencias y centros sociosanitarios. La planificación de los menús o la dieta de textura modificada son algunas de las materias formativas destacadas. Algunas entidades con las que se ha trabajado son:

- *Hospital Clínico de Barcelona*
- *ICS de la Catalunya Central*

Talleres para colectivos con necesidades especiales

Adaptados a los requisitos alimentarios de diferentes tipos de afecciones de salud u otras necesidades sociales que haya que tener en cuenta. Se presentan propuestas culinarias para ayudar a mejorar el día a día de personas afectadas por patologías y tratamientos específicos.

Estos talleres se adaptan en función de la afección concreta y del destinatario: cuidadores, profesionales sanitarios (médicos, enfermería, nutricionistas), pacientes, cuidadores y otros relacionados con cada situación. Es una tipología de talleres altamente solicitada por los profesionales del sector sociosanitario. Algunas entidades con las que se ha trabajado son:

- *Colegio de Fisioterapeutas de Cataluña.*
- *Sociedad Española de Cirugía de la Obesidad y de la Sección de Obesidad de la AEC.*
- *Asociación Española Contra el Cáncer Cataluña Central.*
- *Asociación de Diabetes de Cataluña Central.*
- *Confederación Española de Organizaciones de Atención a las Personas con parálisis Cerebral y Afines (Confederación ASPACE).*
- *Laboratorios Fresenius Kabi*
- *Vifor Pharma*
- *Laboratorios Menarini*
- *Universidad Rovira i Virgili (URLL)*
- *Universidad de Barcelona - Hospital Clínico (IDIBAPS)*
- *Universidad de Madrid*
- *Fundación Universitaria del Bages*

ACTUACIONES DESTACADAS

Festa Alícia't

Món Sant Benet, mayo de 2022

Este año ha sido la novena edición de **ALICIA'T,** celebrada el 21 de mayo de 2022 en el entorno único y singular de Món Sant Benet, volviendo a la presencialidad después de dos años de pandemia.

La Fiesta de la Gastronomía de las Comarcas de Barcelona ha puesto el acento en el producto de proximidad y del territorio. Esta cita para *foodies*, adultos y familias ha concentrado en un solo día decenas de actividades vinculadas a la cocina fácil y sostenible. Món Sant Benet se ha llenado con más de 1.600 visitantes que han disfrutado de las actividades, de gastronomía, cocina, música y productos singulares del territorio.

Se han hecho demostraciones culinarias con chefs de primer nivel, como la chef Ada Parellada de Semproniana, Fran Baixas del Follia de Pot o Ivan Margalef del restaurante L'Ó de Món Sant Benet. También, como ya es habitual, el espacio expositivo se ha convertido en un gran escaparate para productores de las comarcas de Barcelona y se ha podido disfrutar de las experiencias agroalimentarias singulares de productores del territorio. La música, los espectáculos y las actividades infantiles al aire libre han sido otro de los atractivos de la jornada que ha finalizado con el concierto gratuito del grupo: "Made in Black" en el escenario del Prat.

Una de las novedades de Alícia't de este año ha sido la apuesta por quedarse con lo bueno y lo mejor de la fiesta también en formato digital, para poder disfrutar más allá de la experiencia presencial. En la última edición de 2021, y en un contexto de pandemia, la fiesta Alícia't se hizo exclusivamente en formato virtual. Ese año, a pesar de regresar a la presencialidad, se decidió apostar por una fórmula híbrida. La fiesta se celebró en Món Sant Benet, pero se grabaron buena parte de los talleres y demostraciones culinarias con el objetivo de facilitar el contenido virtual y en abierto a posteriori, a través del espacio: **http://festaalicia.alicia.cat.**

La Fiesta de la Gastronomía de las Comarcas de Barcelona es una iniciativa impulsada por la Fundación Catalunya La Pedrera, la Diputación de Barcelona y **Alícia**.

Gastromar

L'Ampolla (Tarragona) – marzo 2022

Participación en la organización y coordinación científica de la segunda edición del congreso culinario Gastromar celebrada en L'Ampolla del 20 al 23 de marzo. Un congreso sectorial que dio a conocer los productos del mar de les Terres de l'Ebre, y por extensión del Mediterráneo, con la participación de una veintena de chefs y de científicos.

Esta edición creó debate sobre la elaboración de los productos marineros del Delta del Ebro, la alimentación responsable y la cocina de aprovechamiento, sostenible, saludable y familiar.

En la vertiente de cocina, una decena de chefs elaboraron platos y recetas marineras tanto de cocina clásica y tradicional como de fusión mediterránea-oriental, o de cocina de autor contemporánea, moderna y conceptual. Se hizo una demostración de la elaboración de platos, con pescados sostenibles, arroz, con ostra y moluscos del Delta y con pescado poco conocido o con partes del pescado que no se suelen consumir.

Por otra parte, y desde la vertiente académica y científica del congreso, intervinieron expertos de referencia para hablar de cómo se puede continuar disfrutando de todo lo que el mar ofrece y, al mismo tiempo, favorecer su ecología, la economía local, la vida de los pescadores, la restauración, el turismo sostenible, la salud de los ciudadanos, la cultura y el placer gastronómico.

Estas jornadas profesionales de cocina y ciencia tienen como objetivo tratar temas relacionados con la cocina marinera tradicional y contemporánea, la cocina de a bordo, poner sobre la mesa cuestiones sobre investigación, ciencia, salud y sostenibilidad y consolidar L'Ampolla como espacio gastronómico del Delta del Ebro.

Gastromar 2022 ha contado con la participación de cocineros como Ada Parellada, del restaurante Semproniana; Gessamí Caramés, pastelera y presentadora del programa Cocinas de TV3; Eduard Xatruch, del restaurante Disfrutar de Barcelona y del Compartir de Cadaqués; Ivan Margalef y Xavier Benito, del restaurante L'Ó de Món Sant Benet; Y Yolanda Bustos, la cocinera de las flores, entre muchos otros. En el ámbito científico han participado, entre otros expertos e investigadores, Toni Massanés, director de **Alícia**; Paula Molés, periodista y presentadora del programa Un restaurante caníbal en Berlín de Catalunya Radio; Cristóbal Aguilera, gestor de Innovación del IRTA y divulgador científico; y Lourdes Reig, bióloga y doctora en Ciencias del Mar, profesora titular de la Universitat Politécnica de Catalunya y directora de la Red de I+D+I Marítima de Catalunya.

Ecotrophelia España 2022

Món Sant Benet, abril de 2022

Alícia acogió la XIII Edición de los Premios Ecotrophelia España, organizada por la Federación Española de industrias de alimentación y Bebidas (FIAB) y con el apoyo del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (MAPA).

El certamen busca premiar la creatividad de los estudiantes del sector de la alimentación y bebidas y el desarrollo de productos innovadores, impulsando el emprendimiento y el talento de los participantes con el objetivo de promover y contribuir a la formación de profesionales aptos y capaces de abordar los retos futuros de la industria de alimentación y bebidas.

Los proyectos presentados se caracterizan por incorporar un componente disruptivo e innovador en alguna de sus fases de producción (etiquetado, envasado, fabricación, etc.), además de ser distinguibles por sus propiedades organolépticas, entre otros aspectos, como cumplir con la legislación vigente o ser aptas para el consumo humano. Además, como parte del compromiso de la industria de alimentación y bebidas con el impulso de modelos de producción cada vez más sostenibles, los proyectos que participan deben incorporar el punto de vista medioambiental en todo el proceso de elaboración.

Un snack elaborado con proteína de guisante, presentado por un grupo de estudiantes de la Universidad de Valladolid y por Tecnocampus (Universidad Pompeu Fabra), fue el producto ganador de esta edición de los premios.

El segundo clasificado fue para Legubinis (Universidad de Barcelona), que propuso unas virutas de legumbres listas para consumir como *topping* o para añadir en elaboraciones culinarias.

El tercer premio fue para Ricese (Universidad Politécnica de Valencia) gracias a su producto untable elaborado con arroz y fermentos lácteos.

Jornada técnica de aceites - IRTA

Constantí (Tarragona), mayo de 2022

Participación en la Jornada Técnica de Aceites, promovida por la Escuela Agraria Mas Bové y el IRTA, con la colaboración de la Diputación de Tarragona y el restaurante Les Moles. Las intervenciones corrieron a cargo de Agustí Romero, investigador del IRTA, con una introducción a los aceites de oliva disponibles para la cocina; Toni Massanés, director de **Alícia**, hablando de la percepción sobre el aceite de oliva virgen extra; Laia Badal, de **Alícia**, comentando sobre la necesidad de dar valor al aceite de oliva virgen extra a partir de sus usos gastronómicos; Montse Jiménez, coordinadora de la cocina experimental en aceites del IRTA, presentando los primeros resultados para aceites Premium catalanes. La jornada finalizó con una demostración de cocina con aceites a cargo de Jerónimo Castillo, chef del Restaurante Les Moles, con una estrella Michelin.

La jornada estaba dirigida a profesionales de la cocina, gestores de venta de cooperativas, escuelas de cocina y DOP.

Micro y macroalgas
Estrategia marítima de Cataluña 2030

La Rápita (Tarragona), mayo de 2022

Participación en la jornada empresarial de micro y macroalgas, con el objetivo de profundizar en el cultivo de estas plantas marinas y transferir conocimientos a las empresas que ya están trabajando en este ámbito o tengan interés en hacerlo.

El cultivo de micro y macroalgas es una actividad innovadora, natural, adaptada al entorno donde tiene lugar y que está empezando a desarrollarse con fuerza en la Unión Europea. A partir de la acuicultura de estas plantas marinas se pueden obtener, de forma sostenible, alimentos naturales, piensos, productos de farmacia, bioplásticos, fertilizantes, biocombustibles, etc.

En los últimos años la Dirección General de Política Marítima y Pesca Sostenible (DGPMPS) ha organizado, dentro del Plan de Transferencia Tecnológica (PATT) del Departamento, jornadas de difusión de esta actividad económica que se han seguido con mucho interés y participación. Para continuar promocionando esta actividad en nuestro país, la DGPMPS, en colaboración con la Comisión General de Pesca del Mediterráneo, la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, el Ayuntamiento de La Rápita, ACCIÓN y la Red Marítima de Catalunya BlueNetCat, organizó esta sesión de trabajo empresarial de micro y macroalgas.

Congreso SECO Toledo - Obesidad

Toledo, mayo de 2022

Participación de **Alícia** junto con el Hospital Clínico de Barcelona, en el XXIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Cirugía de la Obesidad (SECO) con la realización de una demostración de cocina dirigida a los profesionales sanitarios, con el objetivo de dotarlos de conocimientos básicos de cocina para que puedan aconsejar a sus pacientes con obesidad a gestionar su alimentación, antes y después de cirugía.

Congreso Internacional Historia y Cultura de la Alimentación

Tours (França), junio de 2022

Participación en el *VII Congreso International Historia y Cultura de la Alimentación* organizado por el Instituto Européen d'Histoire et des Culturas del Alimentation (IEHCA) y la universidad François Rabelais en Tours, Francia.

El evento forma parte de las actividades multidisciplinarias y transversales organizadas por la Red de Investigación Temática liderada por el IEHCA, con el apoyo de la región Centro-Val de Loire, para apoyar la investigación y facilitar oportunidades de trabajo en red entre los investigadores de Estudios Alimentarios.

iehca
EUROPEAN INSTITUTE FOR
THE HISTORY AND CULTURES OF FOOD

Jornadas Andorra Taste

Andorra, setembre 2022

Participación en las jornadas profesionales ANDORRA TASTE que tienen como objetivo el compromiso con el territorio, realzando la gastronomía andorrana, sus productos autóctonos, su influencia gastronómica y la relación estrecha con Francia y España.

Un acontecimiento que pretende consolidarse como una de las citas gastronómicas de referencia, con cocineros del Principado e internacionales, productores y profesionales del ámbito turístico, para trabajar la singularidad de la cocina de alta montaña.

Jornada profesional - La cocina del cordero del Pallars Feria del Cordero

Tremp, octubre 2022

Conscientes de la importancia de reivindicar el valor de la carne de cordero, no sólo por su valor gastronómico sino también por su papel clave de rebaños y pastores en el mantenimiento y desarrollo del territorio, **Alícia** y el programa "A tu gusto alimentos del Pallars" impulsaron en 2015 la estrategia "Pallars tierra de cordero", que cuenta con la implicación, entre otros, de asociaciones ganaderas y gastronómicas del Pallars.

La jornada profesional de este año, ha contado con la participación de chefs pallareses y chefs invitados, así como de otros profesionales, todos ellos comprometidos en dar el valor que merece el producto y ayudar así a garantizar su futuro.

Jornada mujeres del mundo rural

Món Sant Benet, noviembre 2022

Alícia acogió la Asamblea Extraordinaria de la Asociación de Mujeres del Mundo Rural, entidad formada por mujeres rurales de Cataluña, principalmente ganaderas y campesinas, para dar visibilidad a su trabajo, defender sus intereses y necesidades, crear sinergias y mejorar la igualdad de oportunidades del sector con el objetivo de consolidarse como un pilar importante de la economía catalana.

DONES MÓN RURAL

Feria Ternera Autóctona

Olvan (Berguedà), noviembre 2022

Participación de **Alícia** en la Feria de la Ternera Autóctona de Cataluña, la **Muussegada**, organizada por el Ayuntamiento de Olvan junto con la Federación Catalana de la Raza Bruna de los Pirineos. Se trata de un evento para la promoción de razas autóctonas de Cataluña, enfocado para público genérico. La participación de **Alícia** se centró en promocionar aquellas partes de la ternera que, siendo excelentes, no son suficientemente conocidas o valoradas.

Utilizamos la cocina, potenciando la salud, la sostenibilidad y la cultura, para mostrar las calidades, características y virtudes de las partes poco conocidas y valoradas de la ternera de pasto extensiva.

La Marató TV3

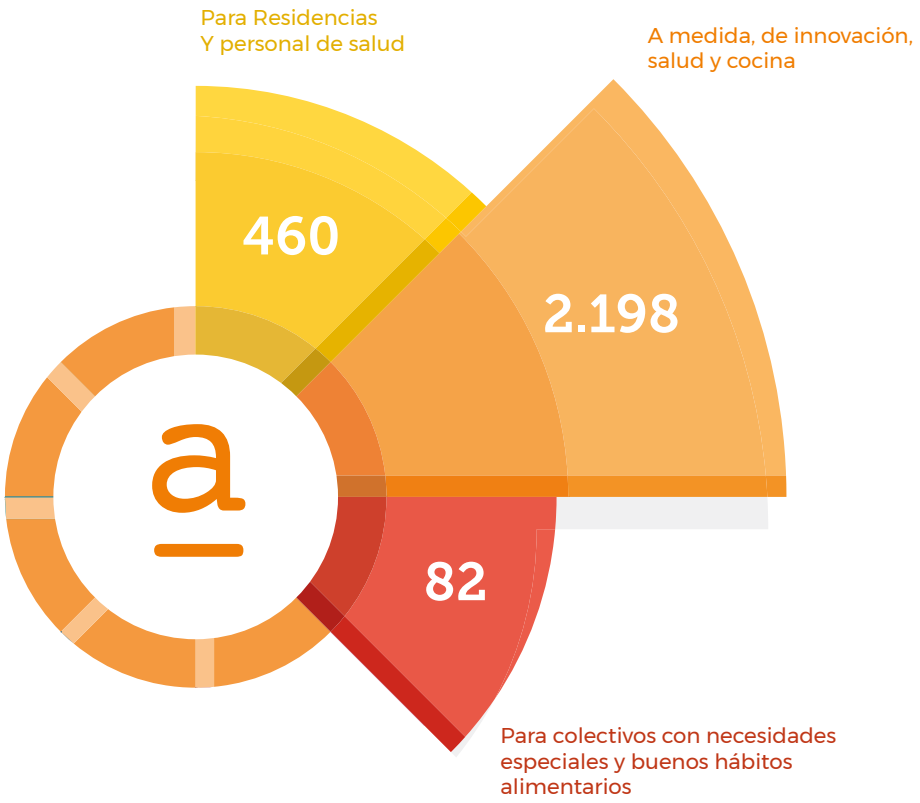
Món Sant Benet, diciembre 2022

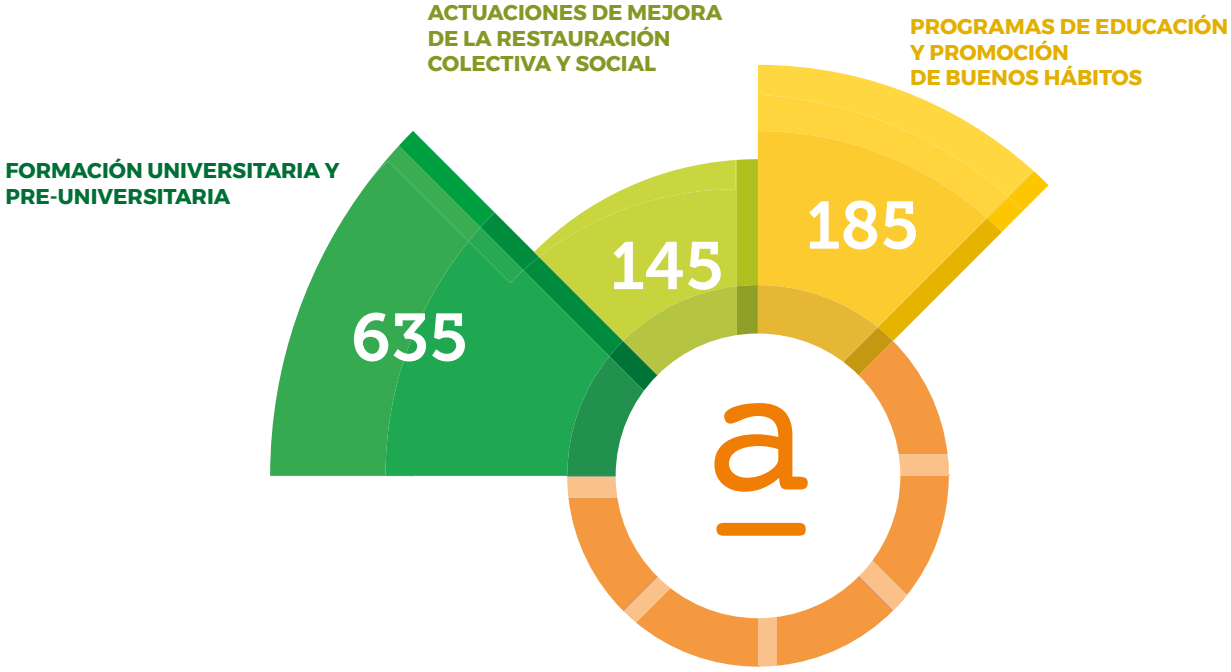
Món Sant Benet se convirtió en una de las sedes de **La Marató de TV3**, este año sobre las enfermedades cardiovasculares, principal causa de muerte en los países desarrollados. En Cataluña, una de cada cuatro personas muere por problemas en el corazón o en las arterias. Pueden afectar a todos, tanto hombres como mujeres, y a cualquier edad, desde niños hasta personas mayores.

Por ello, la prevención es fundamental y la alimentación juega un papel clave. **Alícia** participó con talleres de buenos hábitos alimenticios para familias, así como en varias entrevistas con profesionales sanitarios, médicos y personas afectadas con alguna enfermedad cardiovascular.

IMPACTO SOCIAL

TALLERES





VISITAS A LOS PORTALES DE SALUD

** Datos desde noviembre 2022*

FUNDACIÓ ALÍCIA, ALIMENTACIÓ I CIÈNCIA
Camí de Sant Benet, s/n
08272 Sant Fruitós de Bages

alícia

Fundació Catalunya La Pedrera

www.alicia.cat