



MEMORIA D'ACTIVITATS 2022

alícia

Fundació
Catalunya
La Pedrera



CONTINGUT

LA FUNDACIÓ

Patronat

Qui som

Què fem i com ho fem?

7

ALÍCIA SALUT

13

ALÍCIA INNOVACIÓ

21

ALÍCIA TERRITORI

31

TALLERS I FORMACIÓ

39

ACTUACIONS DESTACADES

43



PRESENTACIÓ

El darrer número de la revista *nature medicine* titula el seu editorial *l'Alimentació com a medicina: traduir l'evidència* i recorda que “Més enllà del seu paper essencial en l'aportació de nutrients, els aliments poden ser una eina poderosa en la prevenció i el tractament de malalties”.

També explica: “perquè les intervencions dietètiques tinguin efectes significatius en els resultats de salut de la població, es necessiten estratègies d'implementació efectives i escalables, a més d'estudis d'eficàcia. De manera encoratjadora, als Estats Units i a altres llocs, s'ha anat agafant impuls per convertir aquests conceptes en realitat”.

I és que “Prescriure aliments és més complicat que prescriure una pastilla” aclareix, després de citar una sèrie d'estudis, iniciatives i projectes d'inversió públics i privats que demostrin que aquest és un camí essencial per garantir l'efecte i la sostenibilitat dels sistemes de salut.

Alicia s'ha dedicat a això des de fa vint anys. Avui té un corpus de coneixement i expertesa en medicina culinària esdevingut instrument bàsic per, coordinadament amb la resta de la xarxa de I+D+i i salut, consolidar el nostre país com a referent, contribuint a reforçar la competitivitat del sistema alimentari, l'emprenedoria i l'economia, però sobretot la salut i el benestar dels ciutadans.

Aquesta memòria repassa els projectes i actuacions més destacades d'**Alicia** l'any 2022, treballant perquè tots mengem millor, contribuint a desenvolupar l'Estratègia Alimentària de Catalunya, innovant amb les empreses i els productors, estudiant i dinamitzant el patrimoni alimentari i valoritzant el territori.

Un any més alineats amb uns valors, missió i visió que, amb el temps, s'han demostrat fonamentals per a la societat. Segurament aquesta és la clau de la solidesa. Continuarem treballant per reforçar-la amb projectes carregats de sentit, compromís, innovació i impacte.

Toni Massanés

Director General



LA FUNDACIÓ

PATRONAT

Valentí Roqueta i Guillemet

President d'honor

Germán Ramón-Cortés Montaner

President

Marta Lacambra Puig

Secretària

Manel Rosell Martí

Vocal

Lluís A. Guerrero Sala

Vocal

Maria Lourdes Reig i Puig

Vocal

Joaquim Nin Borredà

*Generalitat de Catalunya
Departament de Recerca
i Universitats*

Vocal

Mercè Salvat Guinjoan

*Generalitat de Catalunya
Departament de Salut*

Vocal

Teresa Jordà Roura

*Generalitat de Catalunya
Departament d'Acció Climàtica,
Alimentació i Agenda Rural*

Vocal

Sebastià Catllà Calvet

Vocal

Josep Maria Lozano

Vocal

QUI SOM

ALÍCIA, ALIMENTACIÓ I CIÈNCIA és un centre de recerca en alimentació i cuina que investiga productes i processos culinaris; innovant i treballant per a millorar l'alimentació de les persones, posant especial atenció a les que tenen restriccions alimentàries i altres problemes de salut.

Fomentar la millora dels hàbits alimentaris, treballar per un món sostenible i realçar el patrimoni alimentari i gastronòmic dels territoris són els nostres principals objectius.

Alicia és una fundació privada sense ànim de lucre, creada l'any 2003. El patronat està format per la Fundació Catalunya La Pedrera, la Generalitat de Catalunya i persones de gran prestigi relacionades amb el món de l'alimentació. Forma part del conjunt d'entitats que acull la Fundació Catalunya La Pedrera i té la seu a Món Sant Benet (Sant Fruitós de Bages).

Científics de diferents disciplines relacionades amb l'alimentació, com nutricionistes, biòlegs, tecnòlegs dels aliments, químics, antropòlegs, historiadors i especialistes en cultura alimentària treballen a **Alicia** juntament amb cuiners i gastrònoms. Aquesta diversitat garanteix una visió holística de l'alimentació, que permet aportar solucions específiques i pràctiques des del coneixement culinari i el rigor científic.

El nostre compromís

El nostre principal objectiu és aportar el nostre granet de sorra perquè tothom mengi millor, amb independència de l'edat i la situació de vida. Això implica col·laborar amb productors agroalimentaris, restauradors i empreses, que proveeixen d'aliments a la població, que afavoreixen l'economia dels seus territoris i que fan possible el consum dels productes de proximitat i de qualitat.





Què volem assolir?

Impacte sobre les persones

Assegurem una alimentació sana, sostenible i bona, acceptada en funció de les cultures i les tradicions, i adaptada a qualsevol situació de vida.

Solucions culinàries per a necessitats especials

Existeixen diversos problemes alimentaris derivats de malalties o situacions físiques especials. Davant d'això, des de la fundació treballem en la recerca, la innovació i el desenvolupament de respostes pràctiques per a millorar la qualitat de vida d'aquestes persones.

Treballem amb i per a professionals del sector sociosanitari, dissenyant i desenvolupant materials i oferint-los programes de formació per tal de fomentar una alimentació saludable entre el col·lectiu i alhora dotar-los dels coneixements, capacitats i habilitats mínimes per acompanyar millor l'alimentació dels seus pacients.

Millorar hàbits alimentaris

Fomentem hàbits saludables i sostenibles com a fórmula d'inversió en salut, benestar i qualitat de vida de les persones.

Compromís social

Desenvolupem solucions pràctiques, adaptades, aplicables i de qualitat amb un impacte quantitatiu i qualitatiu a la societat.

Promoció del territori

Assegurem un impacte en el desenvolupament econòmic cultural i social dels territoris. Donant valor i dinamitzant el patrimoni alimentari i gastronòmic en benefici de l'entorn i la gent que hi treballa i hi viu.

Suport als productors i a la cadena de valor alimentària

Realcem i col·laborem amb la tasca imprescindible dels productors agroalimentaris. Des del sector primari fins a la indústria alimentària, a tots els que proveeixen d'aliments la població, i les diferents formes de restauració.

Coneixement aplicat

Fomentem la creació de coneixement i la seva transferència, divulgació i aplicació als projectes que es desenvolupen.

QUÈ FEM I COM HO FEM?

Des d'**Alicia** treballem per millorar el benestar de les persones a través de la seva alimentació, es trobin en la circumstància que es trobin. Ho fem a través de la investigació i la realització d'actuacions concretes que han de permetre una alimentació més sana, sostenible i de qualitat.

Creiem que per poder consolidar un bon coneixement sobre alimentació, salut i territori, necessitem molts actors (i factors) que ens permeten fer un salt qualitatiu. Treballem amb l'Administració Pública; dins del sector alimentari treballem amb productors primaris, indústries alimentàries, distribuïdors i restauradors; però també ho fem amb altres actors científics: hospitals, entitats de referència, centres tecnològics, farmacèutiques.

Alicia combina la creativitat culinària, el rigor científic i eines de *design thinking* amb l'esperit de la innovació oberta, en projectes focalitzats a objectius definits i mesurables per millorar l'alimentació.



*Alicia combina la
creativitat culinària,
el rigor científic i eines de
design thinking*



L'índex Alícia

L'índex és l'eina analítica bàsica d'**Alícia** per a valorar i quantificar la idoneïtat d'un producte o servei i les necessitats de millora que requereix en funció de les seves característiques, les del públic objectiu a qui va destinat i del context o circumstàncies que hi incideixen.

Aquesta eina ens permet analitzar de manera integral tots els aspectes que repercuteixen en els productes i serveis alimentaris, planificar el procés d'innovació i avaluar-ne els resultats.

- Identificar quins són els punts crítics d'un producte o servei i, per tant, establir-los com a prioritats per a millorar-los.
- Ens permet determinar on focalitzarem el treball o l'actuació: en el producte o servei (el què) o en el públic a qui van destinats (el qui).
- Avaluar el grau de millora dels projectes i serveis per a cada un dels paràmetres o característiques que l'índex analitza.

Àmbits d'actuació

L'activitat d'**Alícia** s'organitza en tres àmbits de coneixement, transversals, estretament interrelacionats entre si i totalment complementaris. Aquestes línies de coneixement s'apliquen en tots els projectes i serveis que es desenvolupen.







ALÍCIA SALUT

SALUT I BONS HÀBITS ALIMENTARIS

El principal objectiu d'**ALÍCIA SALUT** és millorar la salut i els hàbits alimentaris de les persones, posant èmfasi en aquelles que presenten malalties o tenen restriccions alimentàries.

Per a assolir-ho, treballem en la recerca, la creació i la divulgació de coneixement per a crear solucions pràctiques i ajudar en la gestió diària de l'alimentació, en diferents etapes de la vida.

En aquest cas, ens dirigim a professionals del món de l'alimentació i sector sociosanitari, a professors i cuidadors que tenen cura de persones amb diferents situacions de salut i en les quals l'alimentació adequada a cada situació és essencial.

LÍNIES DE TREBALL I PROJECTES 2022

Medicina culinària

L'alimentació és un pilar fonamental tant en la prevenció primària com en el tractament de moltes malalties d'elevada prevalença.

La medicina culinària o cuina terapèutica és un camp de la medicina, avalat per la comunitat científica, que es basa a aportar eines i recursos, a través de la cuina, que puguin ser d'ajuda al personal sanitari a l'hora de donar consell al pacient en el camp de l'alimentació i la seva gestió diària.

Des d'**Alícia**, treballem en la recerca de solucions culinàries per a la prevenció, tractament i manteniment de la qualitat de vida de pacients amb diferents malalties. A banda de la base científica, ens diferenciem per la creativitat en la cuina en el camp de la medicina culinària.

AliClinic, introducció a la medicina culinària, és un programa en línia de formació sanitària acreditat, dirigit a professionals de la salut sobre alimentació saludable, cuina pràctica preparada a casa i estratègies per facilitar un canvi d'hàbits en els pacients i en els professionals.

En el marc d'aquest programa, s'ha avaluat el coneixement que els professionals sanitaris tenen sobre nutrició, gestió de l'alimentació, habilitats culinàries i com la formació en medicina culinària pot ajudar a donar millor consell. El resultat d'aquest treball es va acceptar i publicar a Clinical Nutrition el darrer trimestre de 2022: *Influence of Nutrition Training, Eating Habits, and Culinary Skills of Health Care Professionals and Its Impact in the Promotion of Healthy Eating Habits*.

Aquesta publicació reforça la missió d'**Alícia**, i remarca l'evidència en que la formació en la gestió diària de l'alimentació per a professionals sanitaris és bàsica.



ORIGINAL ARTICLE

Influence of Nutrition Training, Eating Habits, and Culinary Skills of Health Care Professionals and Its Impact in the Promotion of Healthy Eating Habits

Catalán, Àlex MD; Gastaldo, Isabella MS; Roura, Elena PhD, RD; Massanes, Toni; Escarrabill, Joan PhD, MD; Moizé, Violeta PhD, RD

Promoció de bons hàbits alimentaris

A **Alicia** dissenyem i executem programes i accions per millorar els hàbits alimentaris de les persones i impulsar un consum responsable i sostenible, en l'àmbit domèstic, públic i privat.

Aquestes són algunes de les accions que hem portat a terme amb diferents entitats i organitzacions:

Mantenir uns bons hàbits alimentaris i una activitat física adequada, en totes les etapes de la vida, és bàsic per al nostre benestar, tant present com futur.

Col·laboració amb el programa **Manduka de la Corporació Catalana de Mitjans Audiovisuals** (TV3), dirigit a fomentar la bona alimentació en la població infantil i adolescent. Des d'**Alicia** hem creat receptes fàcils, equilibrades i atractives perquè els més menuts les puguin elaborar a casa.



El malbaratament, les propostes educatives i les experiències de treball entorn del repte de la sostenibilitat van ser les temàtiques centrals de la **VI Jornada de Menjadors Escolars (PREME)**.

En col·laboració amb l'**Agència de Salut Pública de Catalunya (ASPCAT)** hem preparat els continguts de la jornada, que va aplegar més de 100 professionals vinculats als menjadors escolars (responsables i professionals de cuines i menjadors escolars, empreses de restauració col·lectiva i tècnics de salut pública). El tema central va ser la sostenibilitat, i les intervencions van anar dirigides a proporcionar coneixements, eines, idees i possibles intervencions per transformar els menjadors escolars cap a un model més sostenible.

En col·laboració amb l'**Hospital Sant Joan de Déu de Barcelona**, hem creat continguts per a articles i càpsules audiovisuals dirigides a famílies, per a promoure la cuina com a eina bàsica per a una educació en alimentació saludable. Aquests continguts divulgatius es poden veure al [Portal Faros](#) del mateix hospital



Solucions alimentàries per a restriccions o situacions especials

L'alimentació, a través de la cuina i de la creativitat, és una part essencial en el tractament o la millora de la qualitat de vida de persones amb diferents malalties.

Càncer

Hem desenvolupat, conjuntament amb la Fundació Catalunya La Pedrera, **ONCOALÍCIA**, un portal web especialitzat que ajuda les persones que estan en **tractament oncològic**, i també els seus familiars i cuidadors, a tenir cura de la seva alimentació durant el procés. Es preocupa també pel benestar emocional facilitant-los que puguin continuar gaudint del menjar. Un portal web específic amb el contingut de les guies desenvolupades els darrers anys i el coneixement creat sobre l'alimentació durant el tractament del càncer.

www.oncoalicia.com és al servei de tothom des d'octubre de 2022. Aquesta nova plataforma web és un projecte social desenvolupat amb el màxim rigor científic que dona resposta a professionals i pacients amb dificultats a l'hora d'obtenir informació rigorosa i de qualitat per mantenir un estat nutricional òptim durant el tractament oncològic. Aquest recurs, promogut per la **Fundació Catalunya La Pedrera** i desenvolupat per **Alícia**, s'ofereix a totes les persones interessades de forma gratuïta.

Oncoalicia té els seus orígens a la col·lecció "Menjar durant el Tractament del Càncer", set guies amb recomanacions dietètiques i culinàries per facilitar la gestió de l'alimentació del dia a dia a les persones en tractament de diferents tipus de càncer. Fa un pas endavant i recopila el coneixement i investigació sobre alimentació i càncer generat per **Alícia**, amb consells, idees pràctiques i més de 200 receptes i vídeoreceptes especialment dissenyades per donar una resposta personalitzada als 25 efectes secundaris que es deriven del tractament oncològic dels 5 tipus de càncer amb més incidència o dificultats per menjar (mama, cap i coll, còlon, pulmó i pròstata).

"Menjar durant el tractament del càncer" s'ha elaborat en col·laboració d'oncòlegs, nutricionistes i personal sanitari dels millors centres de recerca i hospitalaris del país, cal destacar la col·laboració amb l'**Institut Català d'Oncologia (ICO)**, el qual s'hi va sumar aportant coneixement i experiència a través de l'equip de la **Unitat Funcional de Nutrició Clínica de l'ICO a l'Hospitalet de Llobregat**. Aquestes col·laboracions i rigor han permès que la nova plataforma rebi l'aval de col·legis professionals de dietètica i nutrició i societats mèdiques de referència del país, com **CODINUCAT** (Col·legi de Dietistes-Nutricionistes de Catalunya) i **SENPE** (Societat Espanyola de Nutrició Clínica i Metabolisme).

Els continguts d'aquesta nova eina s'aniran actualitzant i ampliant de forma permanent per a un altre tipus de tumors i tenint en compte els avenços científics i innovacions alimentàries.



Conjuntament amb l'**ICO Can Ruti** de Badalona, hem desenvolupat continguts i impartit tallers per a pacients amb càncer gàstric de l'estudi clínic: 'Impacto de la optimización del estado nutricional en la morbilidad del tratamiento radical del cáncer gástrico mediante una intervención dietética intensificada (IDI)'.
 Hem col·laborat amb la farmacèutica **Roche** en el desenvolupament de continguts per a la plataforma **ALIA**, espai web d'acompanyament als pacients amb **càncer de pulmó**. Aquest canal d'informació contempla diferents temes d'interès per als pacients i les seves famílies. Entre els temes que es tracten, hi ha aquells relacionats amb l'alimentació, en els quals s'ha centrat la participació d'**Alícia**: revisant continguts, desenvolupant-ne de nous i coordinant l'edició de vídeos experts amb la participació de professionals relacionats amb la malaltia.

L'alimentació durant el tractament del càncer és un dels principals focus d'atenció dels projectes de salut d'Alícia. L'expertesa i coneixement creat durant anys d'investigació i treballs conjunts amb professionals i institucions mèdiques de referència, fa possible abordar diversos projectes per buscar solucions dietètiques i culinàries, amb base científica, per assegurar un estat nutricional òptim als pacients durant el tractament.



Diabetis

Des de la plataforma www.diabetesalacarta.org, hem facilitat informació, material educatiu, receptes, vídeos i altres eines i idees perquè les persones afectades de diabetis mantinguin un estil de vida saludable i actiu. Aquest portal pretén facilitar la gestió de l'alimentació segons les necessitats concretes del col·lectiu i ajudar als professionals sanitaris en l'educació terapèutica dels pacients.

Hem treballat estratègies culinàries per millorar el control de la Diabetis tipus 2 (DM2). Aquest treball s'ha recollit en una publicació científica que ha estat publicada a *Frontiers in Nutrition* en novembre de 2022: *Culinary strategies to manage glycemic response in people with type 2 diabetes: A narrative review*. Aquest treball ha estat desenvolupat i signat per als següents professionals: Ariadna Mallol, Alba Adot, Fabiola Juárez, Alba Coll i Elena Roura, i Serafín Muriello i Isabella Gastaldo com a col·laboradors.

Multial·lèrgies

Projecte en el qual hem desenvolupat recomanacions alimentàries específiques per a pacients amb al·lèrgia a la LTP (*Plant lipid transfer proteins*), i diverses intoleràncies com ara al sorbitol, a la fructosa, al gluten i a la lactosa. Hem elaborat un menú o pauta orientativa setmanal a seguir en el cas d'haver de restringir aquests nutrients concrets.



Obesitat

L'obesitat continua augmentant i representa un gran problema de salut pública tant a les societats desenvolupades com a les no desenvolupades. Aquesta malaltia va estretament lligada a l'aparició de les anomenades malalties no transmissibles, que són la principal causa de mort al món com cardiovasculars, càncer, entre d'altres. Treballar per prevenir-la des d'edats primerenques i ajudar al seu tractament és una de les línies de treball d'**Alicia**.

Hem col·laborat, conjuntament amb nutricionistes de l'Hospital Clínic de Barcelona per donar respostes culinàries a les necessitats de les persones amb obesitat, a través de formació a metges i professionals implicats en el tractament de l'obesitat. Per una banda, s'han desenvolupat continguts per al "Curso avanzado de obesidad teórico-práctico" dirigit a metges i professionals sociosanitaris de la Sociedad Española de la Obesidad (SEEDO), amb experiència en el tractament de l'obesitat i interessats a aprofundir en solucions alimentàries. I per l'altra s'han desenvolupats continguts sobre propostes culinàries per a persones que han patit una cirurgia bariàtrica i s'ha realitzat un taller dins del congrés de la SECO, a Toledo. S'han recollit els continguts en una sessió amb format de taller demostratiu de cuina que complementa les explicacions d'una nutricionista. La finalitat de l'actuació és que el professional sanitari adquireixi coneixements bàsics de cuina per poder assessorar els seus pacients amb obesitat com menjar correctament en diferents situacions.

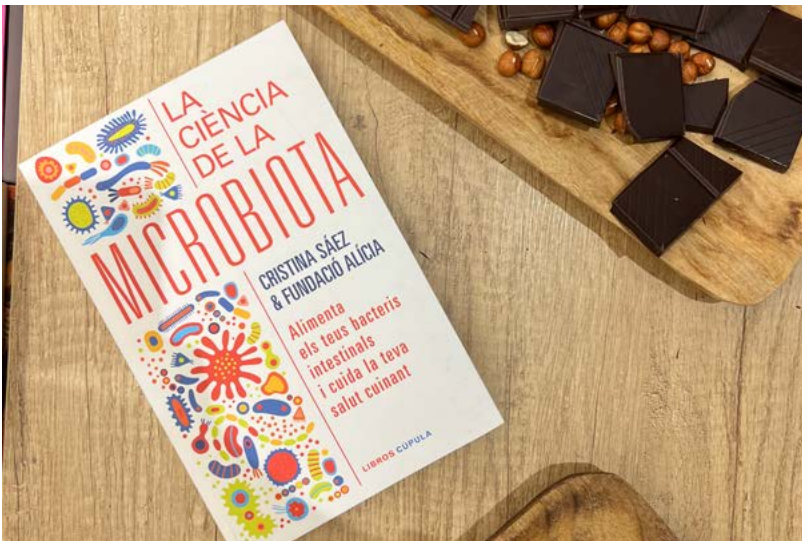
Covid persistent

Hem desenvolupat coneixement i continguts per formar a dietistes-nutricionistes de l'ICS, en relació amb l'alimentació i la Covid persistent, per poder acompanyar els pacients que presentin aquesta malaltia, treballant els principals efectes o conseqüències: relació alimentació, microbiota i Covid persistent; relació alimentació i estat d'ànim; relació alimentació i estat inflamatori; recomanacions dietètic-culinàries en l'aparició de les alteracions del gust i de l'olfacte; recomanacions dietètic-culinàries en la pèrdua de gana i pèrdua de pes, i pèrdua de massa muscular.

Microbiota

Tot i que la coneixement científic sobre la microbiota no ha fet més que començar, és clau per al sistema immunitari, la salut i la felicitat de les persones. Per donar a conèixer la importància d'aquests organismes en la nostra salut i com tenir-ne cura des de l'alimentació, des d'**Alicia** hem desenvolupat conjuntament amb la periodista científica Cristina Sáez el llibre "La ciència de la Microbiota. Alimenta els teus bacteris intestinals i cuida la teva salut cuinant" que ha estat publicat per l'Editorial Planeta i va sortir a mercat a l'abril de 2022 en castellà i al setembre en català, amb un total de vendes de 3.561 exemplars

Aquest llibre està basat en les darreres investigacions publicades sobre la microbiota i en entrevistes als experts més destacats en la matèria. S'adreça a totes aquelles persones interessades a cuidar-se i millorar la seva salut a través d'una alimentació sana, sostenible, i bona. El llibre ha estat especialment recomanat tant per la Xarxa de Biblioteques de la DIBA com per reconeguts científics com Manel Esteller.



Textura modificada

Dos milions d'espanyols pateixen disfàgia i el 90% d'aquests, no estan diagnosticats. La disfàgia (dificultat per empassar de forma segura i eficaç) és un símptoma, conseqüència del mateix procés d'envelliment (afecta a més del 40% dels majors de seixanta-cinc anys) però també d'altres patologies. La seva presència en pacients neurològics amb patologies com l'Alzheimer, el Parkinson o l'Esclerosi Lateral Amiotròfica (ELA) és alta (es presenta en el 90% de les persones en fases avançades). També en el 45% de les persones que han patit un ICTUS i en persones en tractament oncològic de cap i coll. No només apareix en persones adultes, sinó que també es dona en més del 30% dels nens amb trastorns del desenvolupament i el 20% dels nens amb paràlisi cerebral.

Hem seguit amb la recerca i el desenvolupament per millorar l'alimentació de les persones que han de seguir una alimentació de textura modificada i hem fet sessions de transferència a professionals del sector sociosanitari.

En diverses actuacions formatives hem transferit coneixement d'alimentació i textura modificada a més 500 professionals del sector sociosanitari:

- La Confederación Española de Asociaciones de Atención a las Personas con Parálisis Cerebral.
- Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.
- Hospital Clínic de Barcelona.
- Laboratoris Menarini.

Conjuntament amb el Centre de Recerca en Seguretat Alimentària (CRESCA) de la Universitat Politècnica de Catalunya, hem dissenyat i realitzat una jornada sobre disfàgia i alimentació de textura modificada per a professionals sanitaris i professionals de cuina i cuidadors a càrrec de la preparació i gestió de l'alimentació de persones que requereixen l'adaptació de graus de consistència a l'hora de menjar.



Millora de la restauració col·lectiva i social

El sector de la restauració col·lectiva té un impacte molt important en l'alimentació de la població infantil, l'hospitalitzada i la que està en residències, centres sociosanitaris o els menjadors de centres de treball. Els serveis d'alimentació tenen incidència en la salut, benestar i rendiment dels comensals i, en el cas de les escoles, on els nens fan l'àpat principal del dia, també en l'educació i el foment de bons hàbits alimentaris.

Des d'**Alicia** treballem per millorar l'oferta de la restauració col·lectiva, adaptant-la a les necessitats de cada tipologia de comensal, al lloc on es dona el servei, a cultures i tradicions, aplicant criteris de sostenibilitat, de salut i de qualitat organolèptica, imprescindible per a la seva acceptació. Es treballa conjuntament amb els serveis d'alimentació d'empreses, escoles i entitats per aconseguir una experiència bona, sana i sostenible en tots els seus aspectes (econòmic, social i ambiental).

Mengem d'Aquí



Hem treballat amb CREACCIÓ - Agència d'Emprenedoria, Innovació i Coneixement d'Osona en el Projecte Mengem d'Aquí, per millorar i garantir l'oferta de qualitat dels menús diaris dels menjadors escolars. Hem potenciat la presència de productes del territori i temporada, així com elaboracions de gastronomia local.

Ens hem reunit amb famílies d'escoles per explicar la introducció de més proteïna vegetal als menús, per desmentir mites i argumentar a nivell salut i sostenibilitat el perquè de les freqüències de consum d'aliments actuals als menjadors escolars. Hem revisat els menús del curs a partir de les valoracions realitzades per part de l'equip de monitors, CREACCIÓ i els serveis de restauració de les escoles, canviant aquelles elaboracions amb menys acceptació i adequant-les a les recomanacions de l'Agència de Salut Pública de Catalunya.

Restauració de Lloret de Mar

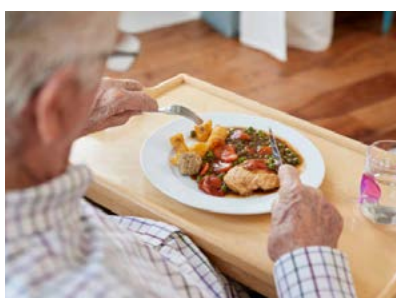


El sector de la restauració de Lloret de Mar va prendre la iniciativa en un aspecte tan important com és l'alimentació infantil. Conjuntament amb Lloret Futur SA, societat de capital municipal dedicada a la promoció turística, es treballa per posicionar Lloret de Mar com a destinació de turisme familiar, reforçant l'oferta gastronòmica dels establiments, fent que aquesta estigui adaptada a les necessitats de les famílies amb nens.

El 2022, hem continuat treballant en la creació i aplicació d'un segell/certificació per establiments de restauració i hostaleria que ofereixin propostes gastronòmiques saludables per a infants. Aquests establiments poden ser bars i restaurants, però també hotels i complexos turístics amb oferta gastronòmica.

El segell s'ha identificat com a "Little Foodies" i el 2022 hem certificat 20 establiments que han rebut la formació corresponent i ofereixen una oferta alimentària que garanteix a infants i famílies una experiència gastronòmica adaptada, plaent, saludable i completa.

Residències i serveis especialitzats



Hem treballat amb la residència de Sant Joan de les Abadesses, Fundació Privada Municipal Emma, amb l'objectiu de la millora de la qualitat del servei d'alimentació del centre, adaptant i millorant els menús de textura modificada que s'ofereixen als usuaris.

Amb el servei d'alimentació a domicili Pepeta Vilaró, de Tona, que atén a gent gran, persones amb mobilitat reduïda, dependència, convalescència i malalties cròniques, hem col·laborat per millorar la seva oferta adaptant-la a col·lectius concrets amb menús saludables equilibrats i saborosos. Hem revisat les planificacions, adaptant menús de temporada a derivacions concretes i incorporant opcions per a la insuficiència renal crònica.

Programes de formació

Estudi sobre alimentació saludable i sostenible a incloure en els plans docents. En el marc del PEAC (Pla Estratègic d'Alimentació de Catalunya de la Generalitat de Catalunya), hem desenvolupat un projecte per preparar i donar estructura als continguts necessaris per dissenyar un pla docent per a promoure l'adquisició dels coneixements, habilitats i valors imprescindibles per a millorar, des de la infància, un aspecte tan determinant de la vida de les persones com és l'alimentació i contribuir, així, a resoldre la problemàtica creixent de l'obesitat i sobrepès infantil.

El treball desenvolupat:

- Explora l'evidència existent sobre l'impacte en la modificació dels hàbits alimentaris dels infants, de diferents accions, iniciatives i programes duts a terme en àmbit escolar.
- Explora quina hauria de ser la implicació d'altres agents (menjador escolar, famílies...) per tal d'incrementar l'impacte que els plans docents tenen en els canvis d'hàbits d'infants i joves.
- Estableix el marc en què es podrien basar els futurs plans docents.
- Estableix el coneixement que mestres i professors haurien de tenir per tal d'educar en una bona alimentació.
- Llista recursos, materials existents que podrien ser utilitzats com a material docent, amb la idea de reaprofitament del que ja existeix, com a base de sostenibilitat.



Garantir i millorar l'alimentació infantil és una prioritat

a



Xarop d'auro

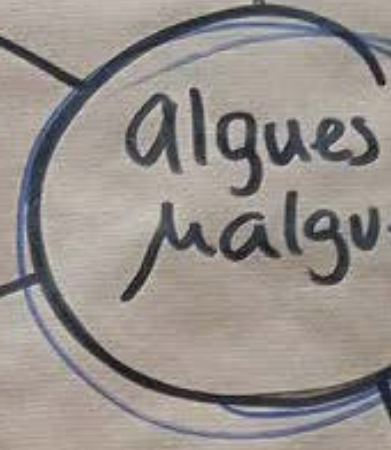
espirulina

Kombu

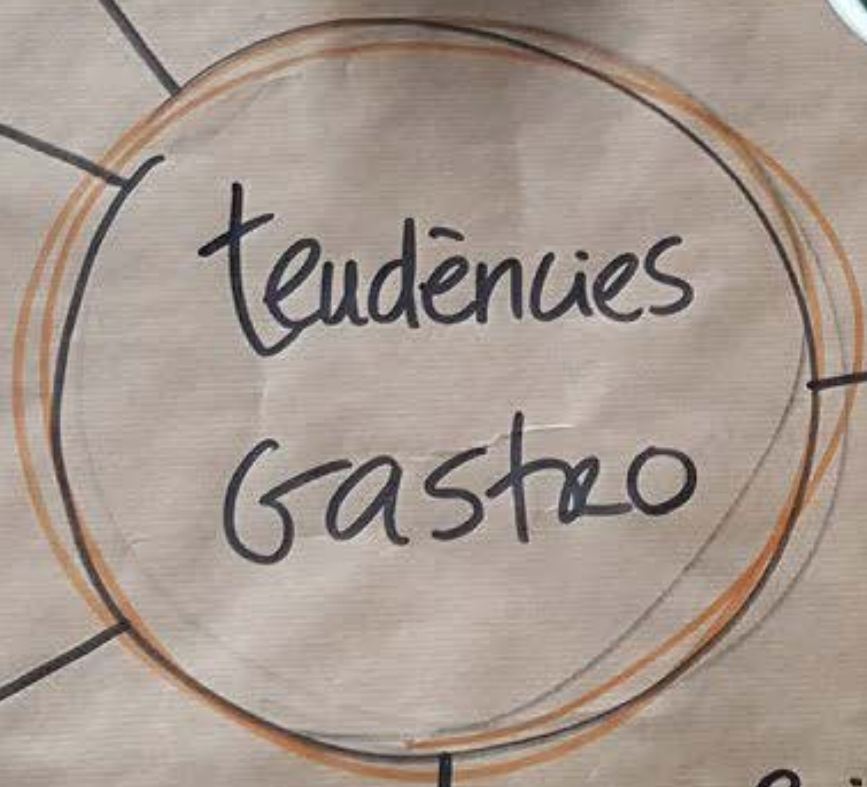
Xarop d'atencura



plancton



algues malgu

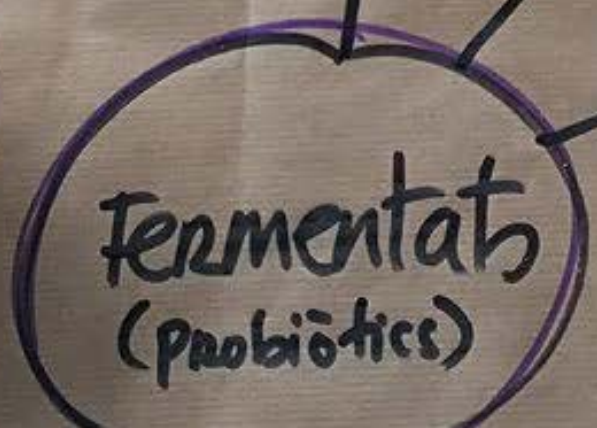


Tendències
Gastro



Sriracha

Kombucha



Fermentats
(probiòtics)



P...



ALÍCIA INNOVACIÓ

DESENVOLUPAMENT I INNOVACIÓ GASTRONÒMICA

Des d'**ALÍCIA INNOVACIÓ** apliquem la creativitat i la innovació per a millorar i desenvolupar nous productes i processos per incidir en la millora de l'alimentació. A través de la creació i transmissió de coneixement, s'influeix i es treballa en la cadena alimentària per millorar l'alimentació del màxim nombre possible de persones.

Treballem conjuntament amb empreses del sector alimentari, petites empreses, centres de recerca, emprenedors, distribuïdors, càterings, sector Horeca i altres entitats relacionades amb el món de l'alimentació.

Les activitats de l'àmbit d'innovació se centren en projectes d'R+D+I per crear coneixement, idear, obtenir i millorar productes i processos alimentaris.

LÍNIES DE TREBALL I PROJECTES 2022

Innovació amb petits productors alimentaris

Alícia posa al servei de les petites empreses tota la seva capacitat d'innovació i desenvolupament per ajudar a donar més valor als seus productes i posicionar-se en el mercat.

Es disposa d'un programa d'innovació per acompanyar als productors alimentaris a encarar projectes d'innovació i desenvolupament que millori la seva oferta de productes i els permeti créixer i posicionar-se als mercats.

Actuacions fetes:

Sanaladas & Go - Menjar preparat: elaboració i repartiment a domicili - Barcelona

Projecte per allargar la vida útil comercial del seu producte *wrap*. Hem treballat en els processos necessaris focalitzant la seguretat alimentària, la tipologia d'ingredients, la metodologia d'elaboració i el *packaging*.

Mas Joanet de Pujols - Elaboració, distribució i comercialització de productes alimentaris - Sant Vicenç de Torelló (Barcelona).

Hem assessorat en els processos que s'han de seguir per tal d'allargar la vida útil de nous productes, mitjançant l'aplicació de processos tèrmics. Hem focalitzat en els paràmetres a controlar per a poder elaborar i comercialitzar aquests productes de forma segura, evitant al màxim l'alteració qualitativa i partint dels recursos mecànics de què Mas Joanet disposa.

Associació d'Iniciatives Rurals de Catalunya (ARCA) - Xarxa Regional de Desenvolupament Rural de Catalunya - Torelló (Barcelona)

Actuacions de formació i assessorament en l'àmbit de la innovació i millora de producte a un grup de petites i mitjanes empreses agroalimentàries que elaboren diferents tipus de productes en obradors compartits (transformats vegetals, formatges, pastisseria, plats preparats, licors, vins...).



Obrador Mas Martinyà - Cultiu de llegum (fesols) - Santa Pau (Girona)

Projecte per donar valor, facilitar i promocionar el consum de fesols de Santa Pau, desenvolupant nous productes que aportin un rendiment econòmic més elevat al llarg de la cadena productiva. S'està construint un obrador, que serà la base per a la transformació del Fesol amb Dominació d'Origen Protegida amb opció d'elaborats d'altres productes de producció local. Els productes de fesol desenvolupats en el projecte han estat: conserva de plat icònic garrotxí (fesols de Santa Pau amb botifarra i fesols de Santa Pau amb cansalada) i la beguda de Santa Pau (opció en base llet de vaca i opció vegana en base d'aigua). Aquest projecte l'hem treballat amb l'Escola Agrària de l'Empordà en el marc de l'Estratègia Alimentària de Catalunya de la Generalitat.



Ara i aquí formatges - Albert Escofet Coca - Producció de formatges - Caldes de Malavella (Girona)

Projecte d'innovació sobre l'ús d'algues en l'elaboració de formatges de pasta tova, inicialment aplicant-les durant el procés d'elaboració. Amb el producte obtingut es vol generar un referent en el mercat dels làctics, on la utilització de productes marins, ajudin a crear una nova branca d'innovació. Aquest projecte l'hem treballat amb l'Escola Agrària de l'Empordà en el marc de l'Estratègia Alimentària de Catalunya de la Generalitat.



Alex Verdú Büttikofer - Elaborador d'humus - Vilassar de Mar (Barcelona)

Projecte d'elaboració d'un hummus ecològic d'alt valor organolèptic. Partint d'una formulació desenvolupada per l'elaborador s'ha buscat el procés productiu adequat, per obtenir un producte de llarga vida útil i conservació a temperatura ambient i fent servir ingredients de proximitat i ecològics. Aquest estudi s'ha focalitzat en els paràmetres a controlar per a poder elaborar i comercialitzar aquest producte de forma segura, evitant al màxim l'alteració qualitativa i centrant el procés de tractament tèrmic amb l'ús de l'autoclau. Aquest projecte l'hem treballat amb l'Escola Agrària de l'Empordà en el marc de l'Estratègia Alimentària de Catalunya de la Generalitat.



Innovació i millora de productes i processos

Ideació, conceptualització i desenvolupament de productes de forma transversal, tenint en compte tots els aspectes que intervenen en l'alimentació i d'acord amb l'avaluació de l'Índex Alícia. Disseny conceptual de productes i producció de prototips amb visió d'ús, empresarial i segons el procés d'industrialització que s'aplicarà.

Innovació càrnia i evolució vegetal

Malvasia, empresa castellana (Abejar - Soria) dedicada a la cria i elaboració de productes d'ànec, vol iniciar la transició cap a productes vegetals; en una primera etapa com a complement a la producció dels seus actuals productes d'aviram que ha evolucionat cap a productes més saludables i respectuosos en relació amb el medi ambient i el benestar animal.

L'objectiu del projecte ha estat obtenir un producte elaborat en dues versions, la càrnia i la vegetal, evitant en ambdues l'ultra-processament, el sodi i els greixos vegetals. El producte base ha estat el pit d'ànec i l'objectiu: aconseguir productes de V gamma amb els millors estàndards de qualitat i característiques sensorials i també de fàcil regeneració al forn i al microones. El resultat ha estat dos elaborats de V gamma (una escalopa vegetal i una de fetge d'ànec no engreixat) que s'estan presentant amb èxit a diverses fires sectorials i es comercialitzaran a partir del segon trimestre de 2023.

Elaborats vegetals

Juntament amb ATADES (Asociación Tutelar Aragonesa de Discapacidad Intelectual), que té un centre dedicat a l'agricultura ecològica, hem desenvolupat noves propostes culinàries d'elaborats vegetals diferencials de productes de la seva producció social i ecològica. Aquests elaborats s'industrialitzen a la seva planta de conserves, incrementant així la gamma de producte elaborat esterilitzat per a la venda a temperatura ambient.

Els productes desenvolupats han estat: cigrons amb algues, untangle de bolets, crema de bolets, salsa quètxup i salsa picant.



Aromes alimentaris

En col·laboració amb Lucta, a **Alicia** apliquem metodologia culinària per desenvolupar elaboracions atractives i identificables que permetin a la indústria crear aromes per millorar organolèpticament l'experiència alimentària del consumidor.

Els aromes són molt importants per fer reconeixibles certes elaboracions, destinades, per exemple, a l'alimentació de persones amb determinades patologies o per facilitar l'acceptació de productes de consum dietètic i nutricionalment necessaris.

Hem explorat les possibilitats aromàtiques del peix, concretament del salmó i la tonyina, identificant i potenciant les notes interessants i pròpies d'aquests peixos a través de la seva manipulació i tractament culinari, prioritzant tècniques culinàries sense temperatura o que no impliquin processos de cocció.

Caramels més saludables

Hem treballat en el projecte "Sweet Project" (una iniciativa de l'emprenedora Meritxell Escarrà Feller) per crear una nova línia de caramels tous naturals i saludables, formulats principalment a base de fruita. Un caramel que pugui ser gaudit per tothom, tant per infants com joves o adults, sense que això impliqui el consum de sucres simples.

El projecte té en compte el malbaratament alimentari, aprofitant les fruites excedents de processos productius primaris que, per aparença, no es comercialitzen als circuits habituals; s'utilitzen ingredients ecològics d'origen vegetal, sense al·lèrgens, sucres afegits ni greixos.

Productes de proteïna alternativa

Hem treballat el desenvolupament de formatges vegans amb FORMO, startup amb seu a Berlín, que està explorant receptes innovadores i úniques per elaborar productes alternatius que poden reproduir l'experiència d'altres de proteïna animal. Com a exemple, partint de proteïnes de la llet creades en laboratori, es treballa per aconseguir un comportament productiu, experiencial i un gust semblant al del formatge de vaca.



Elaborats de productes del sector primari: xai i llegums

Dins del marc de l'Estratègia Alimentària de Catalunya de la Generalitat, hem dut a terme un projecte per a aplicar ideació i innovació a productes del sector primari per obtenir nous aliments elaborats, que recullin tendències, necessitats i interessos dels consumidors, facilitant la seva acceptació al mercat i incrementant el valor econòmic del producte base.

El projecte se centra a fomentar i treballar la innovació per a petites i mitjanes empreses i productors del sector primari, creant mètode, coneixement, nous productes i identificant necessitats tècniques i recursos per a la seva producció, així com acompanyant-los en els processos de desenvolupament.

Hem desenvolupat elaborats de xai i de llegums, productes que seran presentats al llarg de 2023 a productors, elaboradors i diferents actors de la cadena de valor per incorporar-los al procés productiu i de comercialització.

Elaborats de xai. Es concreta el desenvolupament d'un elaborat a partir de carn de xai com a estratègia per a potenciar un sector que es veu greument afectat per una baixada considerable de producció i de consum. Com a producte molt lligat a la cultura alimentària del país, s'hi visualitzen oportunitats en termes de territori i paisatge, possibilitat de treball amb races autòctones i de desestacionalitzar el seu consum. Opcions desenvolupades: plats preparats de V gamma, fricandó de xai i curri de xai.

Elaborats de llegum. Es concreta el desenvolupament d'un elaborat amb base de llegum amb la finalitat d'incidir en un sector prioritari i clau en termes de sostenibilitat i salut. Sostenibilitat en tots els seus àmbits, tan mediambiental en relació amb la necessitat de potenciar els productes d'origen vegetal, com econòmica, per poder reforçar una producció basada en petits productors repartits arreu del territori que es troba amb moltes dificultats perquè el seu producte tingui sortida. Opcions untables desenvolupades:

- Llentia amb pastanaga, sofregit de ceba i vinagre balsàmic.
- Mongeta amb sofregit de ceba, all i tomàquet.
- Cigró amb ceba i mel.



Restaurants innovadors

Dins del marc de l'Estratègia Alimentària de Catalunya de la Generalitat, estem treballant en la creació d'una xarxa de restaurants que adoptin, de forma àgil, aquelles innovacions que els faran més atractius pels consumidors. **Un projecte que remarca el suport al sector de la restauració.**

Es planteja la creació de proves pilot amb restaurants arreu de Catalunya, deslocalitzats pel territori, que puguin incorporar i avaluar les estratègies escollides. Els restaurants participants seran les antenes per a detectar si les innovacions proposades són ben acceptades. Per a aquests restaurants, hem d'establir els paràmetres de participació (cost/benefici) que els fidelitzin com a integrants de la xarxa.

Aquest 2022 la xarxa s'ha iniciat amb els següents restaurants:

La Gormanda

Carlota Claver (cuinera)

Barcelona - Barcelonès - Barcelona

Quatre Molins

Rafel Múria (cuiner)

Cornudella de Montsant - Priorat - Tarragona

La Boscana

Joel Castanyé (cuiner)

Bellví - Pla d'Urgell - Lleida

7 Portes

Paco Solé Parellada (cuiner)

Barcelona - Barcelonès - Barcelona

L'Horta de Tavertet

Jordi Coromina (cuiner)

Tavertet - Osona - Barcelona

Lo Paller del Coc

Mariano Gonzalvo (cuiner)

Surp - Pallars Sobirà - Lleida

L'Ò

Ivan Margalef (cuiner)

Sant Fruitós de Bages - Bages - Barcelona

El Ventador

Eli Farrero (cuinera)

Barruera - Alta Ribagorça - Lleida

La Cava

Albert Marimón (cuiner)

Tàrraga - Urgell - Lleida

Les Voltes de Sant Sebastià

Jan Fargas (cuiner)

Moià - Moianès - Barcelona

Bionbo

Xavier Aguado (cuiner)

Girona - Gironès - Girona

Castell de Ceuró

Marc Casabosch (cuiner)

Castellar de la Ribera - Solsonès - Lleida

Follia

Jo Baixas (cuinera)

Barcelona - Barcelonès - Barcelona

Cal Esteve

Xesco Bueno (cuiner)

Castellbisbal - Vallès Occidental - Barcelona

Le Clandestin

Joseba Cruz (cuiner)

Navàs - Bages - Barcelona

AÜRT

Artur Martínez (cuiner)

Barcelona - Barcelonès - Barcelona

Ca la Núria

Núria Bonet (cuinera)

Bellver de Cerdanya - Cerdanya - Girona

L'Exquisit

Carles Rodríguez (cuiner)

Igualada - L'Anoia - Barcelona

Atzucac

Xavier Franquet (cuiner)

Reus - Baix Camp - Tarragona

Ca L'Amador

Diego Alías (cuiner)

Josa del Cadí - Alt Urgell - Lleida

El Celler

Roger Alcaraz (cuiner)

Sallent - Bages - Barcelona



Protocol de conservació

Cada cop es desenvolupen més projectes amb petits productors que requereixen expertesa en tractaments de conservació de cara a facilitar la industrialització dels productes treballats. Tot i que alguns disposen de diferent maquinària per replicar alguns dels processos que tenen lloc a escala industrial, a l'hora de tractar un producte (per autoclau, forn de vapor, abatedor, congelador...) cal tenir el coneixement per aplicar els paràmetres de temps i temperatura adequats.

Hem creat un protocol per a traspassar aquest coneixement envers els tractaments tèrmics als petits productors. Per facilitar que compreguin millor quins són els principis i les bases científiques a l'hora d'establir uns paràmetres concrets en tractar un producte per allargar la seva vida útil.

Fermentats

Actualització permanent de coneixement sobre fermentats, entenent aquests com una tècnica culinària en què un aliment està subjecte a una transformació química per l'acció d'un ferment. Aquesta transformació pot comportar canvis en l'aliment organolèpticament, nutricional i de conservació per la qual cosa és imprescindible conèixer i entendre, per aplicar-lo de forma correcta i assolir els resultats desitjats.

Alicia té un equip professional en evolució constant per l'estudi dels diferents tipus de fermentacions i les seves aplicacions. Algunes de les actuacions en aquest sentit són:

- L'estandardització de processos que permeten que es porti a terme aquesta tècnica de manera segura.
- El filtratge de la informació que es troba sobre aquesta tècnica.
- La detecció de nínxols d'innovació on la fermentació pugui donar resposta a necessitats culinàries encara no cobertes en el desenvolupament de nous productes.

Tendències

Actualització permanent de coneixement per saber què passa al món en matèria de productes, cuines, cultures alimentàries, consumidors i maneres de consumir. Es treballa per conèixer a cada moment per on va la societat, les persones en els seus diferents àmbits i situacions, els seus interessos, motivacions, preocupacions, gustos, modes... pel que fa al menjar, per poder incidir-hi millor. Conèixer les tendències ens ajuda a trobar solucions per millorar l'alimentació en tot moment i circumstància.







CUINA CA
CATALAN
CUINA CA



ALÍCIA TERRITORI

PATRIMONI ALIMENTARI I SOSTENIBILITAT

Els projectes d'**ALÍCIA TERRITORI** remarquen l'herència natural lligada a la gastronomia i es fonamenten sobre una base de recerca i coneixement per afavorir el patrimoni alimentari, l'agro-biodiversitat local, els productes de la terra, la tradició gastronòmica, la recerca històrica i arqueològica, el turisme sostenible, el reequilibri territorial i la dinamització de l'economia local.

El reconeixement gastronòmic d'un producte, territori o localitat, permet estudiar i realçar l'aspecte cultural i social dels aliments, el perquè es menja un producte o una elaboració determinada en un territori concret.

Per a dur-los a terme de manera efectiva, es treballa en col·laboració amb administracions públiques, entitats de promoció turística, associacions de productors agroalimentaris, cooperatives, universitats, fundacions i restauradors, entre d'altres.

LÍNIES DE TREBALL I PROJECTES 2022

Estudis sobre productes alimentaris, creació de receptaris i disseny d'elaboracions.

Es generen continguts aplicables a elaboracions, receptes i consells d'ús. S'analitzen i interpreten les tradicions existents i es creen receptaris com a eina per a realçar els productes i productors locals, i el patrimoni cultural.

Receptaris històrics 7 Portes

La Col·lecció 7 Portes de Receptaris Històrics de Cuina Catalana és un projecte estratègic per l'estudi de la història de la cuina catalana, de la mà de l'Editorial Barcino i el treball conjunt d'**Alícia**, el Restaurant 7 Portes de Barcelona i acreditats professionals, que té com a objectiu contribuir a difondre la recerca de les arrels de la cultura gastronòmica catalana i el fonament de la seva capacitat d'innovació. Una recerca que mostra l'evolució que ha experimentat la cuina catalana al llarg de set segles i que pretén posar a l'abast de tothom les transformacions i les continuïtats de la cuina catalana. L'anàlisi d'aquests textos i receptes aconsegueix donar una perspectiva de l'evolució de la societat, i aclareix l'origen de les pràctiques culinàries, costums gastronòmics i culturals.

El 2022 s'ha treballat en el volum número 8 "La Cuina dels Carmelites Descalços", que es publicarà a principis de 2023.



Blat forment

El blat forment és una varietat antiga de blat dur que es conreava als camps del Lluçanès fins que altres varietats més productives van entrar al mercat i el van desplaçar progressivament. Les innovacions tecnològiques de la segona meitat del segle passat no van respectar les varietats del territori que produïen menys, tot i ser molt més bones i saludables per a l'alimentació.

Conjuntament amb el Consorci del Lluçanès hem desenvolupat un projecte per posicionar el blat forment com a **producte saludable** (salut), **de proximitat** (sostenibilitat) i **de qualitat** (consum), tenint en compte els valors del patrimoni i la tradició.

Hem treballat les combinacions culinàries del blat forment escairat amb els restauradors del territori, perquè aquests disposin d'eines per incloure'l a l'oferta gastronòmica, tenint en compte els diferents formats dels establiments: bar, fonda, restaurant, hotel...

Hem organitzat una trobada amb els restauradors a les instal·lacions d'**Alicia** per presentar i debatre el treball desenvolupat, posant les bases per a dissenyar l'estratègia de posicionament gastronòmic entorn del blat forment. El coneixement i conclusions del projecte s'han facilitat als restauradors perquè el puguin aplicar i donar valor a aquesta varietat identificada amb el territori.

Col verda

En col·laboració amb el Consell Comarcal del Bages, l'Era (Escola Agrària de Manresa) i amb el suport de la Diputació de Barcelona, hem desenvolupat la guia "*La col verda Manresana. Un tresor gastronòmic d'hivern del Bages*". Un projecte per donar a conèixer les particularitats i singularitats d'aquest producte. **Alicia** ha estat l'encarregada de desenvolupar els continguts culinàris i científics.

La guia s'adreça al consumidor final, als restauradors i als productors agrícoles. En aquest sentit, es vol oferir als productors informació sobre el producte, per tal que puguin traslladar-la als seus clients, i també incentivar els que encara no la cultiven. En el cas del consumidor final, la guia pretén animar-los a comprar en mercats de proximitat.

La col verda manresana és un dels productes singulars de la Xarxa de Productes de la Terra. Aquesta denominació es refereix a un producte que destaca per les seves característiques úniques que el distingeixen de la resta i que està arrelat a un territori concret, on es produeix o s'elabora.



Estratègies de promoció de productes del territori.

Desenvolupar propostes pràctiques i realistes per donar valor a productes i productors locals. Es treballen estratègies que fomentin tant visites turístiques sostenibles, com el coneixement dels productes facilitant així la seva venda i distribució als mercats.

Tremp – Pallars Jussà

Amb l'Ajuntament de Tremp hem treballat, des de 2014, en la construcció d'una identitat gastronòmica del territori, potenciant la cuina i la producció de productes agroalimentaris que l'identifiquin. El 2022 hem organitzat dues jornades divulgatives.

La cuina del corder del Pallars.

Jornada, celebrada l'octubre de 2022, dedicada a la promoció de la carn de corder del Pallars, com a motor econòmic de la comarca. Ha combinat sessions per a públic genèric amb sessions per a professionals en actiu del sector de la restauració, estudiants de cuina i altres professionals vinculats a la ramaderia de l'oví. Ha fomentat el coneixement de la carn de corder i totes les seves aplicacions i virtuts. Ha combinat sessions teòriques, demostratives i pràctiques i ha comptat amb la participació de cuiners de renom tant del territori com de la resta de Catalunya, i també amb la participació d'experts i restauradors del Pirineu aragonès.

Jornada Professional

LA CUINA DEL CORDER DEL PALLARS

17 OCTUBRE
de 9 a 19h

Espai Cultural La Lira de Tremp

Jornada adreçada a professionals de la restauració i oberta a curiosos.

Consulteu el programa complet a:
www.alteugust.com

www.alteugust.com

Alimentació esportiva

El Pallars és cada cop més un destí interessant per als esportistes, tant pel que fa a rutes de senderisme com activitats amb BTT o curses de muntanya. Considerant l'oferta de turisme esportiu que hi ha al territori, cal aprofitar que cada cop hi ha més gent que practica esport a la natura i fomentar el coneixement de la nutrició esportiva (o gastronomia esportiva).

El novembre de 2023, a la Pobla de Segur, hem organitzat una jornada per ensenyar els restaurants i allotjaments el coneixement de la nutrició esportiva (o gastronomia esportiva). Explicar les necessitats gastronòmiques i nutricionals dels usuaris practicants d'esports al territori.

Productes i plats catalans per a tothom

Treballem la cuina catalana per donar-la a conèixer a tothom, per a posicionar-la com una cuina que garanteix el consum saludable, en l'àmbit domèstic, públic i industrial.

Dins del marc de l'Estratègia Alimentària de Catalunya de la Generalitat, estem treballant plats i elaboracions representatives de la cuina catalana per posicionar-la, obrint-la a les diferents necessitats de consum.

Hem fet una identificació de productes, elaboracions i plats representatius de la cuina catalana i treballem per proposar versions adaptades a freqüències de consum i afeccions de salut més prevalents. El segon semestre de 2023 el projecte iniciarà la fase de transferència, inicialment al sector de la restauració.

- Arrossos de muntanya
- Arrossos mariners
- Bacallans
- Bases (*salses i picades*)
- Brandada de bacallà
- Bunyols i altres fregits dolços
- Bunyols i altres fregits salats
- Canelons
- Cargols
- Carn a la brasa
- Cassola de tros
- Civet de senglar
- Clotxa/Coca de recapte / panadons
- Conill guisat
- Crema catalana (*Postres*)
- Escabetxos
- Escudelles
- Farcits (*poma, albergínia, ceba farcida, calamars*)
- Faves/pèsols ofegats
- Fesols/mongetes amb botifarra
- Fideus a la cassola
- Hortalisses amb romesco
- Llegums cuinats
- Mar i muntanya
- Musclos a la marinera
- Pa amb tomàquet
- Pa de pessic, coques dolces i tortell (*Postres*)
- Panellets (*Postres*)
- Patata i col/ patates emmascarades
- Pera al vi (*Postres*)
- Peus de porc guisats
- Platillo de pollastre
- Plats amb samfaina (*bacallà, conill, pollastre*)
- Plats de sèpia
- Plats de vedella
- Sopa de ceba
- Suquets de peix/sarsuela
- Tripa a la catalana
- Truita amb suc/ espigalls
- Xató





Productes poc coneguts i poc valorats

Dins del marc de l'Estratègia Alimentària de Catalunya de la Generalitat, estem treballant per crear una estratègia i materials de promoció de productes autòctons poc coneguts i valorats, analitzar la seva situació i problemàtica i proposar les actuacions que es considerin necessàries per fomentar el seu coneixement i augmentar la seva producció i consum.

Aquest projecte està focalitzat, especialment, en el desenvolupament de continguts culinàries que podran ser explotats pels diferents actors de la cadena de valor de cada producte treballat, en funció de les seves necessitats.

El 2022 hem treballat les estratègies de promoció de dos productes, els talls de vedella (boví) poc coneguts i valorats i algunes de les espècies de peix poc conegudes pel consumidor.

Vedella, parts poc valorades

En aquest cas s'han treballat parts de la vedella que avui dia se n'ha perdut el coneixement de com manipular-les a la cuina perquè s'han substituït per formats més fàcils i ràpids de cuinar, degut a la percepció que els consumidors tenen de falta de temps per cuinar. L'objectiu principal se centra a agilitzar i facilitar l'ús d'aquestes parts de la vedella utilitzant coccions que redueixen el temps dedicat a la cuina.



Peix

Es treballa l'estratègia de valorar espècies de peixos poc conegudes, però que es pesquen a Catalunya i que sovint són descartades per la poca sortida que tenen al mercat. Es tracta d'ajudar al sector pesquer a treure rendiment d'algunes d'aquestes espècies, com ara el bísol, gamba blanca, sorell, melva, bròtola, canana i sard, seguint l'estratègia de la substitució (cuinar el producte de la mateixa manera que altres productes similars), diversificant la pesca i el consum, evitant la sobreexplotació i promocionant espècies que poden ser més econòmiques per al consumidor.



Gastronomia i productors – territori MIDIT

Hem començat un projecte per donar valor a la restauració i als productors del territori de la MIDIT (Mancomunitat d'Iniciatives pel Desenvolupament Integral del Territori de Vandellòs i l'Hospitalet de l'Infant, Tivissa i Pratdip).

Hem fet una anàlisi de la situació de l'oferta de restauració i dissenyat un mapa d'actuacions realistes que puguin aplicar-se en un període definit de temps i aconseguir:

- Promoure l'oferta gastronòmica de qualitat i proximitat del territori de la MIDIT amb productes del territori.
- Aprofitar l'expertesa dels restauradors per difondre la qualitat dels productes de la zona mitjançant una oferta gastronòmica arrelada al territori.
- Potenciar la restauració amb cuina de proximitat (amb productes locals i de temporada) que permeti reforçar la producció del territori, afavorint els seus productors. Fer de la restauració el prescriptor de consum de producte de proximitat entre la població.
- Facilitar la relació entre restauradors i productors per reforçar l'autoestima alimentària i de costums entre la població del territori i el reconeixement dels visitants.





e14014

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

Com cuines? ¿Comenzas?

MUESLI

SEMIL

TALLERS I FORMACIÓ

Els tallers i jornades de formació són els formats principals de divulgació i transferència de coneixement d'**Alicia**. Són actuacions que es fan tant a les instal·lacions d'**Alicia**, com a les empreses i entitats que les sol·liciten, i també de forma virtual.

TIPOLOGIA DE TALLERS

Tallers per a escoles

La Fundació Catalunya La Pedrera disposa d'un ampli programa de tallers per a les escoles, un projecte didàctic confeccionat a partir dels currículums escolars que consta de visites i tallers per a tots els nivells educatius. L'objectiu és que l'experimentació sigui la principal activitat d'aprenentatge, característica diferencial dels tallers de cuina, alimentació i ciència, que es duen a terme a les instal·lacions d'**Alicia** i Món Sant Benet.

Tallers a la carta

Són actuacions de divulgació i transferència en les quals els continguts s'adapten a les necessitats i requisits dels assistents i es divulguen d'una manera demostrativa i participativa. Aquests tallers van destinats a empreses, centres, associacions i tota mena de col·lectius que volen canalitzar el coneixement creat a **Alicia**. Són una de les activitats de transferència amb més demanda i èxit. Algunes entitats amb les que s'ha treballat són:

- *Ajuntament de Tremp*
- *Agència de Desenvolupament del Berguedà*
- *Agència Catalana de Turisme*
- *Institut de Recerca i Tecnologia dels Aliments (IRTA)*
- *Universitat de Tours*
- *Compass Group*
- *Grupo Elior Chefs*
- *Mercat de la Boqueria de Barcelona*
- *Andorra Taste*
- *Culinary Institute of America*
- *Escola Agraria Kalo de Dinamarca*
- *Ajuntament de Ger*
- *Associació Dones Rurals Catalunya*
- *Alimentaria 2022*
- *Universitat Politècnica de Catalunya-CRESCA*
- *Danone*
- *Mercabarna*
- *Cambra del Berguedà*
- *Universitat de Pollenzo (Itàlia)*
- *Universitat de Califòrnia*

Tallers d'educació i promoció de bons hàbits

Accions de divulgació i demostració de cuina que tenen com a objectiu promoure bons hàbits entre la població, de qualsevol edat. Contribueixen a fomentar una millora de l'alimentació present i futura de les persones i, en conseqüència, de la seva qualitat de vida. Algunes entitats amb les que s'ha treballat són:

- Caritas Manresa
- CLILAB Diagnòstics

Tallers per millorar la restauració col·lectiva i social

Divulgació i transferència a cuiners i restauradors. Sessions culinàries demostratives orientades a millorar l'oferta culinària de la restauració col·lectiva, adaptant-la a les necessitats dels diferents tipus de comensals, per edat i estat de salut, i també en funció de la cultura gastronòmica i el patrimoni alimentari del lloc on els serveis estan ubicats. Algunes entitats amb les que s'ha treballat són:

- Creació, Agència d'Emprenedoria, Innovació i Coneixement.
- Agència de Salut Pública de Catalunya

Tallers per a centres socio-sanitaris i residències

Sessions culinàries demostratives per a professionals vinculats a l'alimentació d'hospitals, residències i centres socio-sanitaris. La planificació dels menús o la dieta de textura modificada són algunes de les matèries formatives destacades. Algunes entitats amb les que s'ha treballat són:

- Hospital Clínic de Barcelona
- ICS de la Catalunya Central

Tallers per a col·lectius amb necessitats especials

Adaptats als requisits alimentaris de diferents tipus d'afeccions de salut o altres necessitats socials que calgui tenir en compte. Es presenten propostes culinàries per ajudar a millorar el dia a dia de persones afectades per patologies i tractaments específics.

Aquests tallers s'adapten en funció de l'afecció concreta i del destinatari: cuidadors, professionals sanitaris (metges, infermeria, nutricionistes), pacients, cuidadors i d'altres relacionats amb cada situació. És una tipologia de tallers altament demandada pels professionals del sector socio-sanitari. Algunes entitats amb les que s'ha treballat són:

- Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya.
- Sociedad Española de Cirugía de la Obesidad y de la Sección de Obesidad de la AEC.
- Associació Espanyola Contra el Càncer Catalunya Central.
- Associació de Diabetis de Catalunya Central.
- Confederación Española de Organizaciones de Atención a las Personas con Parálisis Cerebral y Afines (Confederación ASPACE).
- Laboratoris Fresenius Kabi
- Vifor Pharma
- Laboratorios Menarini
- Universitat Rovira i Virgili (URLL)
- Universitat de Barcelona - Hospital Clínic (IDIBAPS)
- Universidad de Madrid
- Fundació Universitària del Bages





ACTUACIONS DESTACADES

Festa Alícia't

Món Sant Benet, maig de 2022

Aquest any ha estat la novena edició d'**ALÍCIA'T**, celebrada el 21 de maig de 2022 a l'entorn únic i singular de Món Sant Benet, tornant a la presencialitat després de dos anys de pandèmia.

La Festa de la gastronomia de les comarques de Barcelona ha posat l'accent en el producte de proximitat i del territori. Aquesta cita per a *foodies*, adults i famílies ha concentrat en un sol dia desenes d'activitats vinculades a la cuina fàcil i sostenible. Món Sant Benet s'ha omplert amb més de 1.600 visitants que han gaudit de les activitats, de gastronomia, cuina, música i productes singulars del territori.

S'han fet demostracions culinàries amb xefs de primer nivell, com la xef Ada Parellada del Semproniana, Fran Baixas del Follia de Pot o Ivan Margalef del restaurant L'Ó de Món Sant Benet. També, com ja és habitual, l'espai expositiu ha esdevingut un gran aparador per a productors de les comarques de Barcelona i s'han pogut escoltar i gaudir de les experiències agroalimentàries singulars de productors del territori. La música, els espectacles i les activitats infantils a l'aire lliure han estat un altre dels atractius de la jornada que ha finalitzat amb el concert gratuït del grup: "Made in Black" a l'escenari del Prat.

Una de les novetats de l'Alícia't d'enguany ha estat l'aposta per quedar-se amb el bo i millor de la festa també amb format digital, per poder-ne gaudir més enllà de l'experiència presencial. En la darrera edició de 2021, i en un context de pandèmia, la festa Alícia't va fer-se exclusivament en format virtual. Aquest any, tot i tornar a la presencialitat, es va decidir apostar per una fórmula híbrida. La festa es va celebrar Món Sant Benet, però es van enregistrar bona part dels tallers i demostracions culinàries amb l'objectiu de facilitar el contingut virtual i en obert a posteriori, a través de l'espai: <http://festaalicia.alicia.cat>.

La Festa de la gastronomia de les comarques de Barcelona és una iniciativa impulsada per la Fundació Catalunya La Pedrera, la Diputació de Barcelona i **Alícia**.



Gastromar

L'Ampolla (Tarragona) - març 2022

Participació en l'organització i coordinació científica de la segona edició del congrés culinari Gastromar celebrada a l'Ampolla del 20 al 23 de març. Un congrés sectorial que va donar a conèixer els productes del mar de les Terres de l'Ebre, i per extensió de la Mediterrània, amb la participació d'una vintena de xefs i de científics.

Aquesta edició va crear debat sobre l'elaboració dels productes mariners del Delta de l'Ebre, l'alimentació responsable i la cuina d'aprofitament, sostenible, saludable i familiar.

En el vessant de cuina, una desena de xefs van elaborar plats i receptes marineres tant de cuina clàssica i tradicional com de fusió mediterrània-oriental, o de cuina d'autor contemporània, moderna i conceptual. Es va fer una demostració de l'elaboració de plats, amb peixos sostenibles, arròs, amb ostra i mol·luscs del Delta i amb peixos poc coneguts o amb parts del peix que no se solen menjar.

D'altra banda, i des del vessant acadèmic i científic del congrés, van intervenir experts de referència per parlar de com es pot continuar gaudint de tot allò que el mar ofereix i, al mateix temps, afavorir la seva ecologia, l'economia local, la vida dels pescadors, la restauració, el turisme sostenible, la salut dels ciutadans, la cultura i el plaer gastronòmic.

Aquestes jornades professionals de cuina i ciència tenen com a objectiu tractar temes relacionats amb la cuina marinera tradicional i contemporània, la cuina a bord, posar sobre la taula qüestions sobre investigació, ciència, salut i sostenibilitat i consolidar l'Ampolla com a espai gastronòmic del Delta de l'Ebre.

Gastromar 2022 ha comptat amb la participació de cuiners com Ada Parellada, del restaurant Semproniana; Gessamí Caramés, pastissera i presentadora del programa Cuines de TV3; Eduard Xatruch, del restaurant Disfrutar de Barcelona i del Compartir de Cadaqués; Ivan Margalef i Xavier Benito, del restaurant L'Ó de Mont Sant Benet; i Iolanda Bustos, la cuinera de les flors, entre molts d'altres. En l'àmbit científic han participat, entre altres experts i investigadors, Toni Massanés, director d'**Alicia**; Paula Molés, periodista i presentadora del programa Un restaurant caníbal a Berlín de Catalunya Ràdio; Cristóbal Aguilera, gestor d'Innovació a l'IRTA i divulgador científic; i Lourdes Reig, biòloga i doctora en Ciències del Mar, professora titular de la Universitat Politècnica de Catalunya i directora de la Xarxa d'R+D+I Marítima de Catalunya.



Ecotrophelia España 2022

Món Sant Benet, abril de 2022

Alícia va acollir la XIII Edició dels Premis Ecotrophelia España, organitzada per la Federació Española de Industrias de Alimentación y Bebidas (FIAB) i amb el suport del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (MAPA).

El certamen busca premiar la creativitat dels estudiants del sector de l'alimentació i begudes i el desenvolupament de productes innovadors, impulsant l'emprenedoria i el talent dels participants amb l'objectiu de promoure i contribuir a la formació de professionals aptes i capaços d'abordar els reptes futurs de la indústria d'alimentació i begudes.

Els projectes presentats es caracteritzen per incorporar un component disruptiu i innovador en alguna de les seves fases de producció (etiquetatge, envasament, fabricació, etc.), a més de ser distingibles per les seves propietats organolèptiques, entre altres aspectes, com complir amb la legislació vigent o ser aptes per al consum humà. A més, com a part del compromís de la indústria d'alimentació i begudes amb l'impuls de models de producció cada vegada més sostenibles, els projectes que participen han d'incorporar el punt de vista mediambiental en tot el procés d'elaboració.

Un snack elaborat amb proteïna de pèsol, presentat per un grup d'estudiants de la Universitat de Valladolid i per Tecnocampus (Universidad Pompeu Fabra), va estar el producte guanyador d'aquesta edició dels premis.

El segon classificat va ser per a Legubinis (Universitat de Barcelona), que va proposar uns encenalls de llegums a punt per consumir com a topping o per afegir en elaboracions culinàries.

El tercer premi va ser per a Ricese (Universitat Politècnica de València) gràcies al seu producte untable elaborat amb arròs i ferments làctics.



Jornada tècnica d'olis – IRTA

Constantí (Tarragona), maig de 2022

Participació en la Jornada Tècnica d'Olis, promoguda per l'Escola Agrària Mas Bové i l'IRTA, amb la col·laboració de la Diputació de Tarragona i el restaurant Les Moles. Les intervencions van anar a càrrec d'Agustí Romero, investigador de l'IRTA, amb una introducció als olis d'oliva disponibles per a la cuina; Toni Massanés, director d'**Alicia**, parlant de la percepció sobre l'oli d'oliva verge extra; Laia Badal, d'**Alicia**, comentant sobre la necessitat de donar valor a l'oli d'oliva verge extra a partir dels seus usos gastronòmics; Montse Jiménez, coordinadora de la cuina experimental en olis de l'IRTA, presentant els primers resultats per a olis Prèmium catalans. La jornada va finalitzar amb una demostració de cuina amb olis a càrrec de Jeroni Castell, xef del Restaurant Les Moles, amb una estrella Michelin.

La jornada estava adreçada a professionals de la cuina, gestors de venda de cooperatives, escoles de cuina i DOP.



Micro i macro algues Estratègia marítima de Catalunya 2030

La Ràpita (Tarragona), maig de 2022

Participació en la jornada empresarial de micro i macro algues, amb l'objectiu d'aprofundir en el cultiu d'aquestes plantes marines i transferir coneixements a les empreses que ja estan treballant en aquest àmbit o tinguin interès a fer-ho.

El cultiu de micro i macro algues és una activitat innovadora, natural, adaptada a l'entorn on té lloc i que està començant a desenvolupar-se amb força a la Unió Europea. A partir de l'aqüicultura d'aquestes plantes marines es poden obtenir, de forma sostenible, aliments naturals, pinsos, productes de farmàcia, bioplàstics, fertilitzants, biocombustibles, etc.

En els darrers anys la Direcció General de Política Marítima i Pesca Sostenible (DGPMPs) ha organitzat, dins del Pla de Transferència Tecnològica (PATT) del Departament, jornades de difusió d'aquesta activitat econòmica que han estat seguides amb molt d'interès i participació. Per continuar promocionant aquesta activitat a casa nostra, la DGPMPs, en col·laboració amb la Comissió General de Pesca del Mediterrani, l'Organització de les Nacions Unides per l'Agricultura i l'Alimentació, l'Ajuntament de La Ràpita, ACCIÓ i la Xarxa Marítima de Catalunya BlueNetCat, va organitzar aquesta sessió de treball empresarial de micro i macro algues.



**Estratègia marítima
de Catalunya 2030**



Congrés SECO Toledo - Obesitat

Toledo, maig de 2022

Participació d'**Alicia** juntament amb l'Hospital Clínic de Barcelona, en el XXIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Cirugía de la Obesidad (SECO) amb la realització d'una demostració de cuina dirigida als professionals sanitaris, amb l'objectiu de dotar-los de coneixements bàsics de cuina perquè puguin aconsellar als seus pacients amb obesitat a gestionar la seva alimentació, abans i després de cirurgia.



Congrés Internacional Història i Cultura de l'Alimentació

Tours (França), juny de 2022

Participació en el *VII Congrés Internacional Història i Cultura de l'Alimentació* organitzat per l'Institut Européen d'Histoire et des Cultures de l'Alimentation (IEHCA) i la universitat François Rabelais a Tours, França.

L'esdeveniment forma part de les activitats multidisciplinàries i transversals organitzades per la Xarxa de Recerca Temàtica liderada per l'IEHCA, amb el suport de la regió Centre-Val de Loire, per donar suport a la recerca i facilitar oportunitats de treball en xarxa entre els investigadors d'Estudis Alimentaris.



Jornades Andorra Taste

Andorra, setembre 2022

Participació en les jornades professionals ANDORRA TASTE que tenen com a objectiu el compromís amb el territori, realçant la gastronomia andorrana, els seus productes autòctons, la seva influència gastronòmica i la relació estreta amb França i Espanya.

Un esdeveniment que pretén consolidar-se com una de les cites gastronòmiques de referència, amb cuiners del Principat i internacionals, productors i professionals de l'àmbit turístic, per a treballar la singularitat de la cuina d'alta muntanya.



Jornada professional – La cuina del corder del Pallars Fira del Corder

Tremp, octubre 2022

Conscients de la importància de reivindicar el valor de la carn de corder, no només pel seu valor gastronòmic sinó també pel seu paper clau de ramats i pastors en el manteniment i desenvolupament del territori, **Alicia** i el programa "Al teu gust aliments del Pallars" van impulsar el 2015 l'estratègia "Pallars terra de corder", que compta amb la implicació, entre altres, d'associacions ramaderes i gastronòmiques del Pallars.

La jornada professional d'enguany, ha comptat amb la participació de xefs pallaresos i xefs convidats, així com d'altres professionals, tots ells compromesos en donar el valor que mereix el producte i ajudar així a garantir el seu futur.



Jornada dones del món rural

Món Sant Benet, novembre 2022

Alicia va acollir L'Assemblea Extraordinària de l'Associació de Dones del Món Rural, entitat formada per dones rurals de Catalunya, principalment ramaderes i pageses, que vetlla per a donar visibilitat a la seva feina, defensar els seus interessos i necessitats, crear sinergies i millorar la igualtat d'oportunitats del sector amb l'objectiu de consolidar-se com un pilar important de l'economia catalana.



Fira Vedella Autòctona

Olvan (Berguedà), novembre 2022

Participació d'**Alicia** a la Fira de la Vedella Autòctona de Catalunya, la **Muussegada**, organitzada per l'Ajuntament d'Olvan juntament amb la Federació Catalana de la Raça Bruna dels Pirineus. Es tracta d'un esdeveniment al voltant de la promoció de races autòctones de Catalunya, enfocat al públic en general. La participació d'**Alicia** es va centrar a promocionar aquelles parts de la vedella que, essent excel·lents, no són prou conegudes o valorades.

Utilitzem la cuina, potenciant la salut, la sostenibilitat i la cultura, per mostrar les qualitats, característiques i virtuts de les parts poc conegudes i valorades de la vedella de pastura extensiva.



La Marató TV3

Món Sant Benet, desembre 2022

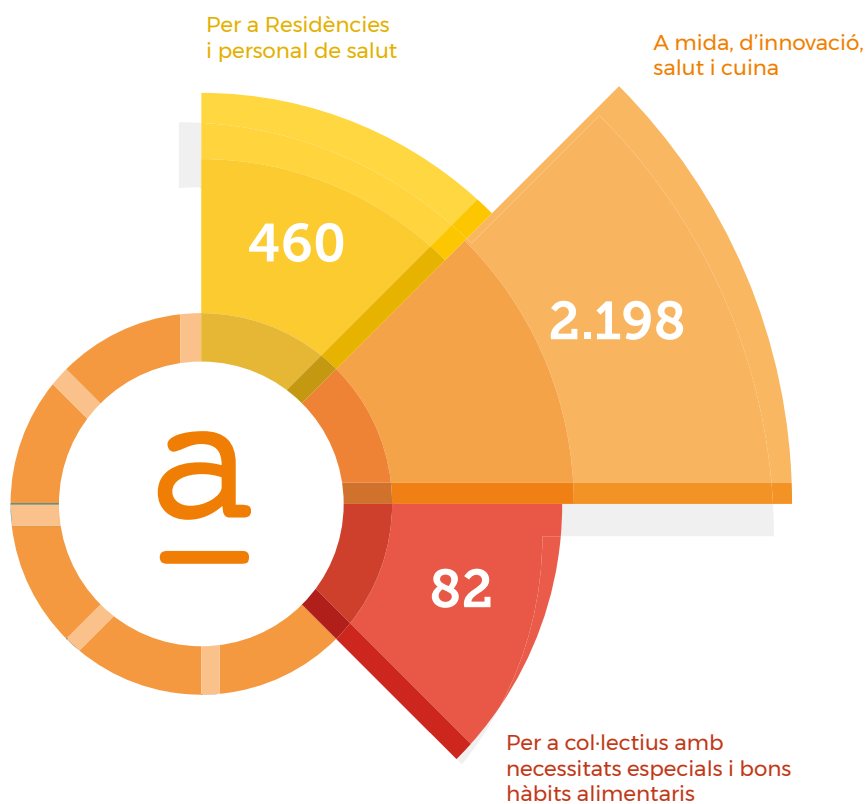
Món Sant Benet es va convertir en una de les seus de **La Marató de TV3**, enguany sobre les malalties cardiovasculars, principal causa de mort als països desenvolupats. A Catalunya, una de cada quatre persones mor per problemes al cor o a les artèries. Poden afectar tothom, tant homes com dones, i a qualsevol edat, des d'infants fins a gent gran.

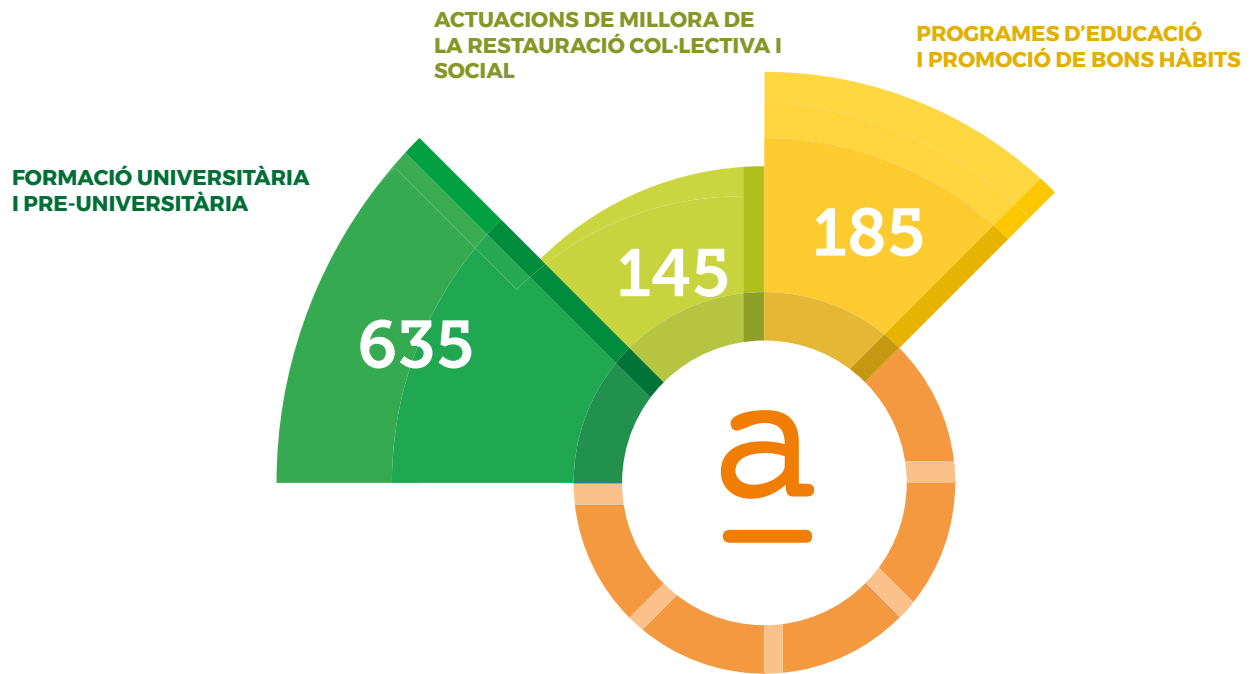
Per això, la prevenció és fonamental i l'alimentació hi juga un paper clau. **Alicia** va participar amb tallers de bons hàbits alimentaris per a famílies, així com en diverses entrevistes amb professionals sanitaris, metges i persones afectades amb alguna malaltia cardiovascular.



IMPACTE SOCIAL

TALLERS





VISITES ALS PORTALS DE SALUT





FUNDACIÓ ALÍCIA, ALIMENTACIÓ I CIÈNCIA

Camí de Sant Benet, s/n

08272 Sant Fruitós de Bages

alícia

Fundació
Catalunya
La Pedrera

www.alicia.cat