



idealimentación

Lo mejor del
campo riojano
elaborado en
V/Gama





*Lo mejor del
campo riojano
elaborado en
V/Gama*

El proyecto IDEALimentación es un proyecto piloto innovador que persigue la generación de nuevas oportunidades y un aumento del valor añadido de los productos agroganaderos locales ecológicos y/o de calidad diferenciada de La Rioja a través de su transformación y comercialización a través de canales cortos de comercialización.

Con este fin se han elaborado ocho recetas culinarias, a partir de productos amparados con marcas de calidad de La Rioja para su posible escala en industria, es decir, para que pudieran ser fabricados a gran escala.

De ellas, tres han sido seleccionadas por sus propiedades nutricionales, su representatividad del sector agrario y ganadero riojano y por conformar un variado menú, y se han escalado, es decir, ya podrían ser producidas a gran escala y ofrecerse así al consumidor.

Todos estos productos tienen detrás el respaldo de los alimentos y marcas de calidad de La Rioja y, sobre todo, el esfuerzo y la profesionalidad de miles de productores y productoras que hacen posible esta actividad.



Ingredientes

- 200g. **Alubias DOP Alubia Anguiano**
- 100 g. **Aceite de Oliva Virgen Extra DO Aceite de La Rioja**
- 50g. Tahina (pasta de sésamo crudo)
- 1g. Comino
- 2,5g. Pimentón
- 1 Limón
- 5g. Sal
- 80g. Agua

Receta escalada

Elaboración

- 1.** Cubrir con agua las alubias en un bol y dejar hidratar durante una noche
- 2.** Cocer las alubias desde agua fría con sal hasta que estén cocidas. Una vez cocidas, colar y reservarlas hasta que alcancen temperatura ambiente
- 3.** Exprimir el zumo al limón y colarlo por un colador fino
- 4.** Mezclar las alubias con el resto de ingredientes y triturar con una batidora (o robot de cocina) hasta obtener una pasta fina. Añadir el zumo de limón poco a poco e ir probando en función de la acidez deseada
- 5.** Se puede acompañar con crudités de verduras, en tostas de pan, con queso fresco, pechuga de pollo,...



Albóndigas de ternera rellenas de queso de cameros con Fritada

Lo mejor del
campo riojano
✓Gama

Receta escalada

Ingredientes

Para las albóndigas:

- 1kg. Carne picada de ternera **TERNOJA**
- 1l. Aceite de Oliva Virgen Extra DO Aceite de La Rioja
- 200g. **Queso DOP Los Cameros**
- 50g. Pan Sobado de La Rioja
- 1 ud. Huevo ecológico
- 30g. Ajo
- 3g. Perejil
- 1g. Pimienta negra
- 6g. Sal
- 100g. Leche
- 120g. Harina

Para la fritada:

- 1,25. kg Tomate Eco
- 500g. Cebolla Eco
- 350g. Pimiento verde Eco
- 30g. **Aceite de Oliva Virgen Extra DO Aceite de La Rioja**
- 30g. Ajo ecológico
- 7g. Sal
- 20g. Azúcar

Elaboración

Para las albóndigas:

1. Cortar el pan en trozos y poner a remojo en la leche
2. Lavar y picar el perejil. Pelar y picar el ajo
3. Retirar la corteza del queso y cortar en cubos de 1,5cm
4. Mezclar la carne picada junto con el pan remojado, el huevo, el ajo, el perejil, la pimienta y la sal y amasar durante 3 minutos hasta obtener una masa homogénea
5. Pesar 30g de masa de albóndigas, poner el cubo de queso dentro de la masa y bolear hasta obtener una albóndiga donde el queso se encuentre cubierto por la masa de carne. Repetir el procedimiento con toda la masa de carne
6. Poner una sartén con el aceite a calentar. Enharinar las albóndigas retirando el exceso de harina y freír en el aceite
7. Una vez fritas, retirar del aceite sobre papel absorbente para eliminar el exceso de aceite y reservar

Para la fritada:

8. Lavar y rallar los tomates
9. Lavar y picar el pimiento. Pelar y picar la cebolla y los ajos.
10. En una olla, introducir el aceite junto con la cebolla, el pimiento y la sal, y pochar a fuego medio durante 5 minutos
11. Añadir el ajo y seguir pochando hasta que las verduras empiecen a tomar color
12. Añadir el tomate rallado, el azúcar y las albóndigas y cocinar a fuego suave hasta que las albóndigas estén guisadas y el tomate haya reducido (aproximadamente 30 minutos)



Ingredientes

- 1 kg. **Peras DOP Peras de Rincón de Soto**
- 2 botellas de vino tinto crianza **DOCa Rioja**
- 200g. Azúcar
- 1 Limón
- 1 Rama de canela

Elaboración

- 1.** Pelar el limón y retirar de la piel todos los restos de albedo (fibra blanca)
- 2.** Pelar las peras, cortar en mitades longitudinalmente y retirar el endocarpo (parte central con semillas), el cáliz, el tallo y la parte fibrosa central
- 3.** En una olla, introducir el vino, el azúcar, las pieles de limón, la rama de canela y las peras en cuartos. Calentar y cocinar durante 20 minutos, hasta que el vino haya evaporado el alcohol y las peras estén cocinadas, pero no deshechas
- 4.** Retirar del fuego y enfriar

Receta escalada

Otras elaboraciones (Potencialmente escalables)

Tortilla de patata y cebolla eco



La tortilla de patata es un plato fundamental de la gastronomía española. En el desayuno, almuerzo, comida o cena, es uno de nuestros platos más versátiles y conocidos mundialmente. Por ello, **IDEALimentación** plantea una alternativa a base de huevos, patatas y cebollas ecológicas producidas en La Rioja.

Fomento del producto local y reducción del impacto medioambiental son las dos principales líneas detrás de esta nueva receta de tortilla planteada por este proyecto.

Snack de pimiento



Los snacks adquieren cada vez más protagonismo en los lineales del supermercado, por su facilidad y rapidez de consumo. Sin embargo, la mayoría presenta un perfil nutricional claramente insuficiente.

IDEALimentación ha desarrollado un snack vegano hecho a partir de dos productos locales: **Alubia de la DOP Alubia de Anguiano y Pimiento Riojano (DOP)**. El producto está pensado para su producción en extrusión seca, de manera similar a los snacks tradicionales. Sin embargo, poseen un perfil nutricional optimizado con respecto al snack tradicional, con menor cantidad de carbohidratos y grasa, y mayor contenido en proteínas, gracias al uso de la alubia, en lugar de la harina de cereal.

Untable de nuez



Los productos dulces untables, como las cremas de cacao, son ampliamente consumidas, sobre todo entre la población más joven. Sin embargo, son numerosas las alegaciones que entidades como la OCU ha emitido contra las marcas más reconocidas de estos productos por alejarse de los productos de consumo de una dieta saludable.

Por ello, **IDEALimentación** ha querido afrontar el reto de desarrollar un producto que no solo fomente el producto local de La Rioja, como es la **Nuez de Pedroso** sino que, además, sea una alternativa saludable a un dulce de consumo diario.

El untable de nuez es un producto alineado con las tendencias de salud, consumo 'on the go' y momento de consumo de complacencia. Contiene menos azúcar y más proteína que sus homólogos y, además, se presenta en dos formatos: Untable de nuez (potente sabor a nuez) y untable de nuez con leche y cacao (producto similar a una crema de cacao comercial, pero con mayor predominancia del intenso sabor característico de la **Nuez de Pedroso**).

Crema de coliflor



La Crema de **Coliflor IGP Calahorra** se enmarca en la corriente vegana y 'ready to eat' y está, además, elaborada a partir de descartes del proceso de selección para el reaprovechamiento de subproductos; convirtiéndose en un plato saludable y sostenible.

IDEALimentación ha querido poner en valor la versatilidad y calidad del producto desarrollando una crema de coliflor que, además de poseer el producto de calidad como ingrediente estrella, también da protagonismo al aceite con DOP de La Rioja.

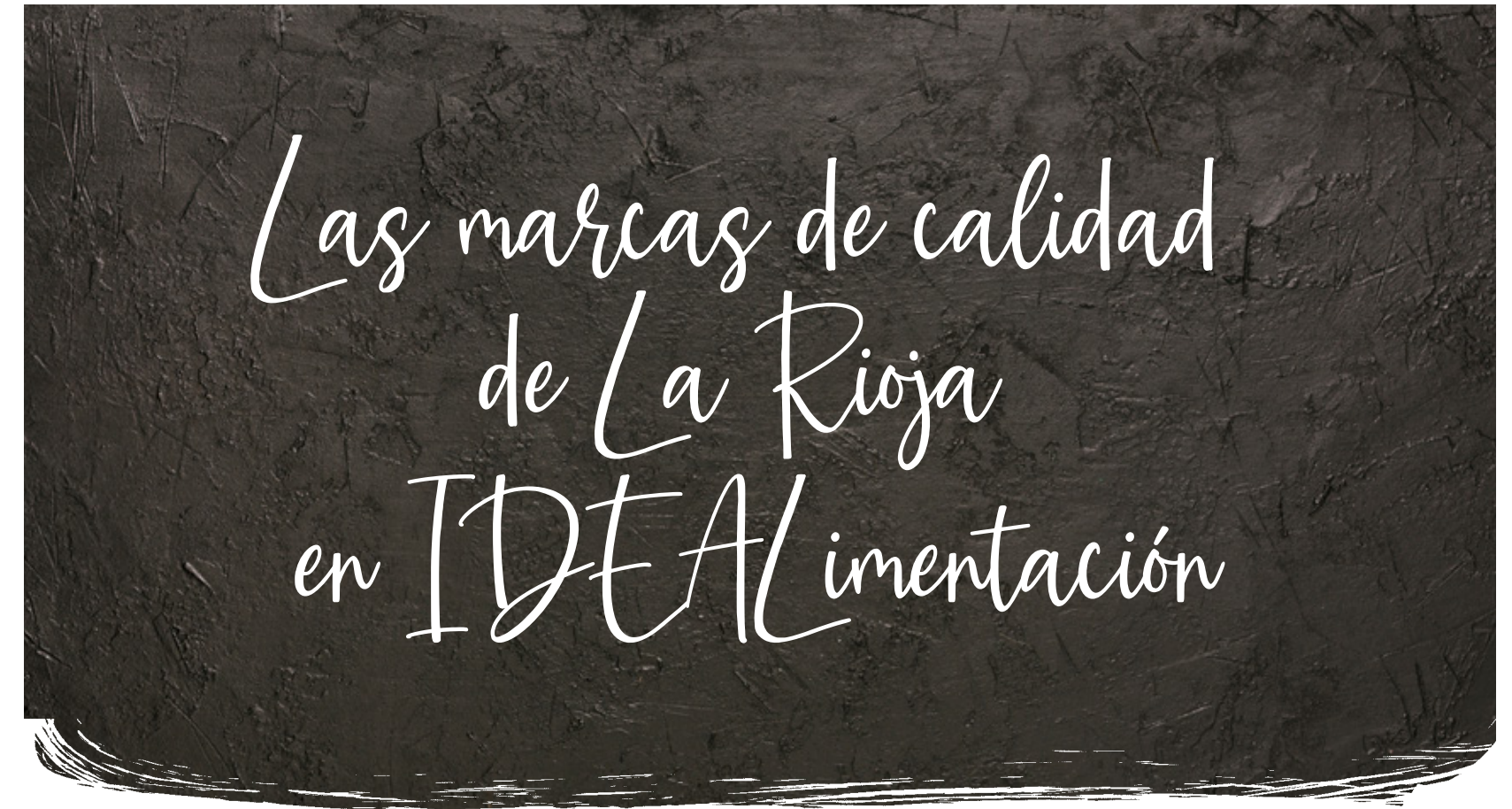
Mermelada de pimiento



La mermelada ha sido tradicionalmente uno de los protagonistas en el desayuno mediterráneo. Sin embargo, suelen ser productos con elevado porcentaje de azúcar y, por tanto, poco interés nutricional, a pesar de tener como ingredientes principales frutas como melocotón, fresa, etc.

IDEALimentación ha desarrollado una mermelada que, además de contener una reducción de azúcar considerable con respecto a una mermelada tradicional, está hecha a partir de pimiento **IGP Pimiento Riojano**; en pro del consumo de productos locales y agricultura de proximidad.

Es, además, un producto versátil, pues puede emplearse en cocina tanto dulce como salada y está en línea con una de las principales tendencias contemporáneas: los snacks y productos de consumo 'on the go'.



DOC LA RIOJA



600 bodegas



15.000 viticultores



Variedades tintas: Tempranillo, Garnacha, Mazuelo y Graciano, además de Maturana tinta.

Variedades blancas: Viura, Garnacha blanca y Malvasía, además de Maturana, Turruntés, Tempranillo blanco, Chardonnay, Sauvignon blanc y Verdejo.



La Rioja, País Vasco y Navarra.



www.riojawine.com

DOP ACEITE DE LA RIOJA



500.000 litros de producción



1.400 hectáreas



700 olivicultores



70 marcas



13 empresas



www.aceitedelarioja.com/es

MARCA COLECTIVA TERNOJA



La carne de Ternoja, tierna y sabrosa, procede de terneros que han permanecido en las explotaciones de los ganaderos de la asociación al menos cuatro meses, con el fin de controlar su alimentación, siempre de origen vegetal.



Asociación Riojana de Vacuno de Carne Marqués de Murrieta, 3
26005 Logroño, La Rioja



Tel: 941 224 063
Fax: 941 205 012



ternoja@aragasaja.com

DOP QUESO CAMERANO



40.000 kilos producidos



260.000 € ingresos anuales



El Queso Camerano se obtiene de la leche cabras de las razas Serrana, Murciana-Granadina, Malagueña, Alpina y sus cruces.

Elaborado como un queso de pasta blanda con desuerado natural por gravedad, puede sufrir o no proceso de maduración y según ese proceso se divide en las siguientes categorías: Queso Camerano fresco, Queso Camerano tierno, Queso Camerano semicurado y Queso Camerano curado.

DOP PERAS DE RINCON DE SOTO



2.500 hectáreas



30.000 toneladas



80% de la producción de pera en La Rioja.

Variedades: Conferencia y Blanquilla.

Características: Muy dulces y de gran calibre, presentan un intenso color verde y una rugosidad característica en la piel (russeting) muy apreciada porque es un indicativo de su calidad.



www.perasderincondesoto.com

DOP ALUBIA DE ANGUIANO



26 hectáreas



30 socios



30.000 kilos producidos



www.alubiadeanguiano.com

DOP NUEZ DE PEDROSO



Zona de producción: 1.163 km²
38 municipios.



Valles del Oja y el Najerilla



Producto rico en fósforo, calcio, hierro y potasio, que ofrece un alto aporte calórico y nutritivo ideal para contrarrestar esfuerzos físicos.



www.nuezdepedroso.com

IGP PIMIENTO RIOJANO



500 toneladas de producción.



Valles de Rioja Baja, Rioja Media y Rioja Alta.



16-18 centímetros de longitud
6-8 milímetros de grosor.



De color rojo o entreverado, no son picantes y resultan finos y agradables al paladar. Comercializado en fresco o en conserva.



www.igp-pimientoriojano.com

IGP COLIFLOR DE CALAHORRA



11 municipios



Valles del Ebro y el Cidacos



11 cm. de diámetro mínimo



Características: Agradable sabor y una bonita apariencia, cabeza firme y compacta, hojas verdes, ausencia de granulosidad y tonalidades que oscilan entre los colores blanco y crema, dependiendo de la variedad.



www.coliflordecalahorra.com

GRUPO OPERATIVO



El Centro Europeo de Información y Promoción del Medio Rural, es una asociación sin ánimo de lucro, de carácter privado e independiente, que se constituyó con el fin de promover y fomentar el desarrollo del medio rural, para mejorar la calidad de vida de sus habitantes.

www.ceiprural.com/es



El Centro Tecnológico Agroalimentario Ctic Cita es una entidad privada sin ánimo de lucro creada en 2001, con el objetivo de proporcionar a las empresas las soluciones necesarias para competir en un mercado global y en constante cambio.

www.ctic-cita.es

AGENTE DE INNOVACIÓN



www.alfonsolacuesta.com

FINANCIAN

