

**Xarxa de Parcs Naturals**

 **ACTIVITATS  
CULTURALS**



# **Sabors dels parcs**

## **Rutes enogastronòmiques 2013**



**Diputació  
Barcelona**

*Xarxa de Parcs Naturals*

Us convidem a descobrir el paisatge i els productes de quatre espais naturals protegits de la Xarxa de Parcs Naturals: el Garraf, Olèrdola, Sant Llorenç del Munt i l'Obac i la Serralada Litoral. Tots ells participen del programa cultural i gastronòmic **Parc a taula**, que organitza la Diputació de Barcelona des de fa ja alguns anys.

Seguint alguna de les propostes aquí ressenyades gaudireu d'una visita conduïda per experts coneixedors del territori a indrets emblemàtics del patrimoni natural i cultural d'aquests espais. A més, coneixereu i tastareu els productes de la terra directament en origen, on els degustareu amorosament cuinats en els restaurants que s'han sumat en aquesta proposta.

GS



## Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac



### Les tines a peu de vinya (Pont de Vilomara i Mura)

Visita a l'entorn singular de les tines a peu de vinya, seguint l'itinerari senyalitzat «Les tines de la vall del Flequer», entre Rocafort i el Pont de Vilomara. Descobrirem com el sistema de cultiu va superar la llunyania de les cases dels pagesos que les conreaven tot creant un paisatge únic al món. També visitarem les vinyes i el celler de Viticultors de Mura, on farem un tast dels vins que s'hi elaboren. Per acabar, ens entaularem per assaborir, tot dinant, els productes de proximitat del programa Parc a taula.

#### Calendari i informació de la ruta

**Dates:** primers dissabtes de mes, de novembre a juny.

**Preu:** 30 euros (inclou el tast de vins). Per als infants: 10 euros.

#### Programa

- 10 h Sortida des de l'aparcament de l'itinerari (al començament de la pista d'Oristrell, carretera BV-1224, PK 4,1), prop del nucli del Pont de Vilomara
- 12.30 h Visita a les vinyes de Viticultors de Mura
- 14 h Tast de vins al celler de Viticultors de Mura. Opció de compra de vi
- 15 h Dinar



### El Molí del Mig (Mura)

Visita a l'explotació agrícola del Molí del Mig per veure el sistema de producció del seu hort. Anirem veient com es desenvolupa la feina a pagès segons la temporada de l'any i el cicle de determinades verdures. També visitarem el Centre d'Informació de Mura, el nucli antic del poble i la seva església romànica (s. XII). Per acabar, ens entaularem per assaborir, tot

dinant, els productes de proximitat del programa Parc a taula.

## Calendari i informació de la ruta

**Dates:** primers diumenges de mes, de novembre a juny.

**Preu:** 20 euros. Per als infants: 10 euros.

### Programa

- 11 h Trobada a l'aparcament del Molí del Mig, a la pista asfaltada de Mura a Rocafort, a 1 km de Mura
- 11.15 h Visita a l'horta del Molí
- 12.30 h Visita al nucli urbà de Mura
- 14 h Visita a l'església romànica de Sant Martí de Mura
- 15 h Dinar



### Informació complementària de les dues rutes

#### Requisits

- Cal fer la reserva amb una anticipació de cinc dies i escollir el restaurant.
- S'admeten grups d'un màxim de 20 persones.
- En el cas que no s'arribi al mínim de places requerides, l'organització pot anul·lar la sortida.
- Els menús inclouen pa, aigua, cafè i una ampolla de vi de Mura per a cada quatre comensals.
- El nivell de dificultat de les rutes és baix. Cal, però, portar calçat adient, aigua i roba adequada segons l'època de l'any.
- El desplaçament entre els llocs es fa en vehicles particulars.
- Fora d'aquestes dates s'accepten reserves per a grups de més de 15 persones.

#### Informació i reserves

El Molí del Mig  
Raval de Mura, 18. Mura  
Tel. 689 140 003 i 93 831 72 69  
pere969@gmail.com

## ***Menús que s'ofereixen***



### **Restaurant Cal Carter**

#### *Primer plat per compartir*

Poti-poti (plat típic de Mura a base de patates, tomàquet i bacallà esqueixat)

Cigronets de Mura gratinats amb allioli

Amanida amb fruits de l'hort o tomàquet rosa de Mura amb pernil (segons temporada)

#### *Segon plat per escollir*

Botifarra de Mura esparracada amb bolets

Pollastre amb prunes i pinyons

Jarret de vedella amb bolets

#### *Postres*

Gelat casolà de romaní



### **Restaurant L'Hostal**

#### *Benvinguda de la casa*

Croquetes casolanes, olives i xips de verdures

#### *Entrant a escollir*

Trinxat de la Cerdanya

Poti-poti muratà

Cassoleta de cigronets de Mura amb orella i morro

Fideuà negra

#### *Segon plat a escollir*

Secret de vedella a la brasa amb verdures saltejades

Lluç amb ibèric i oli d'all tendres

Peus de porc guisats amb cargols

Galta al forn amb patates al caliu

#### *Postres casolanes*



## Cafè Laika Restaurant

### *Benvinguda de la casa*

Torrades amb allioli i olives aixafades

### *Primer plat a escollir*

Amanida catalana de temporada amb embotits  
de Mura

Patates estil Laika amb ous

Trinxat de col de temporada i patata amb cansalada

### *Segon plat a escollir*

Botifarra i cigrons de Mura amb cansalada viada

Pollastre a la brasa amb escalivada

Conill a la brasa amb patates al caliu

### *Postres casolanes*

Crema catalana

Arròs amb llet

«Torrijas»

La composició dels plats pot variar segons la temporada





### Ruta prehistòrica (la Roca del Vallès)

Situat dins els límits del Parc de la Serralada Litoral, aquest extraordinari conjunt de construccions megalítiques es relaciona amb una de les primeres formes d'ocupació del Vallès i esdevé una de les evidències arquitectòniques més antigues de Catalunya i Europa, corresponent al final del neolític. La ruta prehistòrica és coneguda pels jaciments que hi ha entre el dolmen de la Cabana del Moro i el megàlit de Can Gol I.

### Calendari i informació de la ruta

**Dates:** primers diumenges de mes, per al públic en general; tots els dies de la setmana, per als grups concertats.

**Preu:** 25 euros; infants de dos a dotze anys, 13 euros. Es requereix un mínim de 8 persones. Reserva anticipada. Es cobrarà un 30% en concepte de reserva.

### Programa

- 10 h      Passejada guiada per la Ruta prehistòrica I:  
Can Gol - Céllecs.
- 14 h      Dinar al restaurant Can Parpers



### Informació complementària

#### Requisits

- El desplaçament es farà amb vehicles particulars i a peu.
- Punt de trobada: es facilita un plànol en formalitzar la reserva.
- Es recomana portar calçat adient per caminar pel camp i roba d'abric en funció de la meteorologia.

#### Informació i reserves

Restaurant Can Parpers  
Collada de Parpers, C-1415, PK 11,1  
08430 La Roca del Vallès  
Tel. 938 421 978  
can\_parpers@yahoo.es

## ***Menú que s'ofereix***



### **Restaurant Can Parpers**

#### *Primer plat*

Mongetes del ganxet DO «estil Parpers»

#### *Segon plat*

Carn a la brasa amb guarnició de temporada i allioli

#### *Postres per escollir*

Crema catalana

Xarrup de llimona

Brownie amb gelat

Torrada de pa pagès amb tomàquet

Porró de vi i gasosa

Menú especial per a nens,  
amb monitors i passeig en poni.



## **El vi al Maresme: passat i present (Vilassar de Dalt i Alella)**

Itinerari cultural per descobrir el passat de la producció vitivinícola d'aquesta comarca i assaborir el seus vins. Visitarem els forns romans de la Fornaca, a Vilassar de Dalt, i ens aproparem al celler modernista Alella Vinícola, a Alella, per conèixer la seva arquitectura i els seus vins. Finalitzarem el matí al restaurant Celler Marfil, situat a la planta baixa del celler, on s'elaboren els famosos vins Marfil, al cor de la DO Alella.

### **Calendari i informació de la ruta**

**Dates:** primers dissabtes de mes, per al públic en general; tots els dies de la setmana, per als grups concertats.

**Preu:** 26 euros; infants de dos a dotze anys, 2 euros. Visita i menú opcional. Es requereix un mínim de dues persones.

### **Programa**

10.30 h Visita guiada al jaciment romà de la Fornaca, a Vilassar de Dalt. Aquests forns són un



testimoni perfecte de la bonança econòmica dels segles I i II dC. Aleshores hi havia al llarg de la costa tres ciutats romanes: *Blandae* (Blanes), *Iluro* (Mataró) i *Baetulo* (Badalona). L'àrea rural d'*Iluro* era la més densament poblada, ja que la majoria de les vil·les o cases rurals romanes estaven situades a banda i banda de la Via Augusta, que transcorria paral·lela a la costa.

12 h Visita guiada al celler modernista Alella Vinícola i un tastet de vins Marfil Alella.

14 h Dinar al restaurant Celler Marfil a Alella



### **Informació complementària**

#### **Requisits**

- El desplaçament és farà amb vehicles particulars i a peu.
- Punt de trobada: és facilitat un plànol en formalitzar la reserva.
- Es recomana portar calçat adient per caminar pel camp i roba d'abric en funció de la meteorologia.

#### **Informació i reserves**

Tel. 691 170 860. [reserves@maresmeturisme.com](mailto:reserves@maresmeturisme.com)  
[www.maresmeturisme.com](http://www.maresmeturisme.com)

## ***Menú que s'ofereix***



### **Restaurant Celler Marfil**

#### *Primer plat per escollir*

Amanida del Celler amb vinagreta de mostassa  
Croquetes casolanes de pollastre i espatlla ibèrica de gla

#### *Segon plat per escollir*

Broqueta de carn i verdures a la brasa  
Xocos a l'andalusa

#### *Postres per escollir*

Crema catalana  
Púding casolà

Copa de vi o cava Marfil, aigua, pa i cafè



## **Els entorns de Can Sala (Montornès del Vallès)**

Passejarem per les vinyes properes a la masia i l'entorn natural del parc (les rutes es poden fer opcionalment amb carro o amb ponis). També podrem participar en les feines de l'hort i visitar la granja d'animals. El matí acaba amb un dinar amb els productes de proximitat a Can Sala.

### **Informació de la ruta**

**Preu:** 28 euros; infants de 2 a 12 anys, 18 euros. Inclou la passejada, la visita a la granja i el dinar (pica-pica més carn per triar, amb vi DO Alella).



### **Informació complementària**

Excursions per visitar les runes del castell de Sant Miquel i el poblat ibèric. El matí finalitza amb una visita a Can Sala. Durada aproximada: 2,30 hores. Preu: activitat i dinar (adult), 32 euros. L'hotel rural Can Sala disposa d'habitacions càlides i acollidores en un entorn tranquil i natural. Mitja pensió i activitats: adults, 60 euros; infants (de 2 a 12 anys), 40 euros. Preus especials per a grups de més de deu persones. Es cobrarà una bestreta anticipada del 30%.

### **Informació i reserves**

Can Sala  
Carrer de Mariana Pineda, 1  
Montornès del Vallès  
Tel. 935 683 485 i 609 589 536  
[www.cansala-montornes.com](http://www.cansala-montornes.com)



## **Submergeix-te a la natura prop del mar (Vilassar de Dalt)**

Visitarem el conjunt megalític de la Roca d'en Toni, a Vilassar de Dalt, i les vinyes d'agricultura ecològica que el celler Bouquet d'Alella té en aquest municipi, a 200 metres sobre el nivell del mar. Compartirem l'experiència de com s'elabora un vi de qualitat sota el lema «Viu la tradició, experimenta la innovació» i farem el tast d'un dels seus vins. També visitarem una ermita preromànica annexa a la masia Can Boquet.

### **Calendari i informació de la ruta**

**Dates:** diumenges 28 de setembre i 26 d'octubre de 2013

**Preu:** adults, 31 euros; infants de 2 a 12 anys, 9,50 euros. Es requereix un mínim de 8 persones. Cal fer una bestreta prèvia. Preus especials per a grups de més de 10 persones (5% de descompte).

#### **Programa**

- 10 h Trobada i visita guiada al conjunt megalític de la Roca d'en Toni
- 11 h Visita guiada a les vinyes i tast de vi. Visita comentada a la capella preromànica de Sant Salvador
- 14 h Dinar al restaurant Racó de Can Feliu (Vilassar de Dalt)



#### **Informació complementària**

##### **Requisits**

- El desplaçament es farà amb vehicles particulars.
- Punt de trobada: Vilassar de Dalt, a la riera de Can Targa amb el carrer del Marquès de Barberà (si hi ha més de 5 cotxes es canviarà el lloc de trobada)
- Es recomana portar calçat adient per caminar pel camp i roba d'abric adequada segons les condicions meteorològiques.

##### **Informació i reserves**

Restaurant del Racó de Can Feliu  
Àngel Guimerà, 41. Vilassar de Dalt  
Tel. 937 532 916  
info@elracodecanfeliu.com

## ***Menú que s'ofereix***



### **Restaurant Racó de Can Feliu**

#### *Primer plat per compartir*

Amanida de formatge de cabra amb vinagreta  
de mel

Caneló d'ànec i bolets amb beixamel de safrà  
Crema de carbassa amb encenalls de pernil d'aglà

#### *Segon plat per escollir*

Filet de porc amb salsa de quatre formatges

Bacallà fregit amb salsa de xampinyons

Cua de bou rostida amb bolets

#### *Postres*

Pastís o gelat

#### *El menú inclou la primera beguda*

(refresc, aigua, cervesa  
o una copa de vi blanc Bouquet d'Alella)

#### *Menú per a infants*

Plat combinat (macarrons amb tomàquet,  
pollastre arrebossat o hamburguesa amb patates )  
postres i refresc





### A la descoberta del Garraf (Begues)

Farem una ruta enogastronòmica per la vila de Begues i els entorns del Parc del Garraf per apropar-nos al patrimoni natural i cultural d'aquest massís càrstic tan singular.

#### Calendari i informació de la ruta

**Dates:** primers diumenges de cada mes.

**Preu:** 24 euros (inclou guiatge i àpat al restaurant Can Sadurní). Infants de 2 a 12 anys: 18 euros

#### Programa

- 10 h Sortida des del Petit Casal de Begues (plaça de l'Església, 1)
- 10.15 h Visita als entorns del Parc del Garraf fins al pou de glaç
- 13 h Visita a la masia i al celler de Can Sadurní
- 14 h Dinar



#### Informació complementària

##### Requisits

- El desplaçament es farà amb vehicles particulars.
- Es recomana portar calçat adient per caminar per la muntanya, aigua i roba segons l'estació de l'any.

##### Informació i reserves

Edulis, Activitats d'educació ambiental

Tel. 630 678 885

[www.edulis.cat](http://www.edulis.cat)

## ***Menú que s'ofereix***



### **Restaurant Can Sadurní**

#### *Primer plat per escollir*

Amanida de pagès  
Macarrons amb tomàquet i formatge

#### *Segon plat per escollir*

Botifarra amb mongetes  
Xai a la brasa

#### *Postres*

Gelats i cafès

*El menú inclou la primera beguda*  
(refresc, aigua, cervesa o vi)

#### *Menú per a infants*

Plat combinat (macarrons amb tomàquet  
o pollastre arrebossat amb patates )

Postres i refresc





### Ruta històrica i enogràfica pels entorns del Conjunt Monumental d'Olèrdola

Aquesta visita descobrirà tots els elements patrimonials que formaven part de la ciutat d'Olèrdola. Dins el recinte fortificat medieval, visitarem les tres àrees que estructuraven l'espai de la ciutat: el castell, al cim; més avall, l'àrea sacra amb l'església, i, en darrer lloc, la necròpolis, que ha estat excavada i restaurada recentment, i que ha aportat nova informació al coneixement d'Olèrdola. Caminarem fora de les muralles per descobrir part de l'extensió de la *civitas*, al bellmig de l'espai natural d'Olèrdola, fins arribar al conegut indret del pla dels Albats.

Us explicarem com al llarg dels segles x i xi, el *castrum* d'Olèrdola tingué un paper destacat en el control i la defensa del sud de la Marca Hispànica, la frontera entre cristians i musulmans. El seu terme abraçava gran part de les comarques penedesenques actuals i n'era la capital. Mentre passegem entre les restes arqueològiques i gaudim de les panoràmiques del parc, us recordarem un capítol destacat de la història de Catalunya al segle xi, quan Mir Geribert, senyor d'Olèrdola i gran magnat de la frontera, s'autoproclamà *Prínceps* d'Olèrdola.

### Calendari, horari i informació de les rutes

#### Juny

Dissabte 1 i diumenge 13: «Guisla la remeiera» (12 h)

Diumenge 2: «Descobreix l'Olèrdola medieval» (12 h)

Diumenge 9: «Olèrdola, una muntanya d'històries» (11 h)

Dissabte 15: «L'estrany viatger i el seu mapa» (11 h)

Diumenge 30: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle xi» (11 h)

#### Juliol

Dissabtes 6 i 13: «Ruta nocturna d'Olèrdola» (21 h)

Diumenge 7: «Descobreix l'Olèrdola medieval» (12 h)

Diumenge 28: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle xi» (11 h)



## **Agost**

Diumenge 4: «Descobreix l'Olèrdola medieval» (12 h)

Diumenge 24: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle XI» (11 h)

## **Setembre**

Diumenge 1: «Descobreix l'Olèrdola medieval» (12 h)

Diumenge 8 i dissabte 21: «Guisla la remeiera» (12 h)

Diumenge 15: «L'estrany viatger i el seu mapa» (11 h)

Diumenge 23: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle XI» (11 h)

## **Octubre**

Diumenge 13: «Olèrdola, una muntanya d'històries» (11 h)

Dissabte 19: «L'estrany viatger i el seu mapa» (11 h)

Diumenge 20: «Guisla la remeiera» (12 h)

Diumenge 27: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle XI» (11 h)

## **Novembre**

Dissabte 2: «Olèrdola, una muntanya d'històries» (11 h)

Diumenge 3: «Descobreix l'Olèrdola medieval» (12 h)

Diumenge 10: «L'estrany viatger i el seu mapa» (11 h)

Diumenge 24: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle XI» (11 h)

## **Desembre**

Diumenge 1: «Descobreix l'Olèrdola medieval» (12 h)

Dissabte 7: «L'estrany viatger i el seu mapa» (11 h)

Diumenge 15: «Olèrdola, una muntanya d'històries» (11 h)

Diumenge 29: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle XI» (11 h)

## **Programa per a les rutes diürnes**

Trobada a l'entrada del recinte del Conjunt Monumental d'Olèrdola i ruta guiada.

Dinar al restaurant Masia Segarrulls (a 500 m del Conjunt Monumental)

**Preu:** 26 euros. Ajust de preu per a famílies segons el nombre de comensals. Consulteu el preu especial per a grups. Cal fer reserva prèvia. Es cobrarà una bestreta anticipada del 30%.



## Informació complementària

### Requisits

- Cal portar calçat adient per caminar per la muntanya, aigua i roba d'abric segons l'estació de l'any.
- El nivell de dificultat dels recorreguts és baix.
- Els desplaçaments al punt de sortida i al restaurant es faran en vehicles particulars.

### Informació i reserves

Masia Segarrulls

Carretera C-15, sortida 11

Pujada al castell d'Olèrdola, PK 1. Olèrdola

Tel. 938 903 799. [restaurantemasiasegarrulls.com](mailto:restaurantemasiasegarrulls.com)

## *Menú medieval*



### Restaurant Masia Segarrulls

Ambientació medieval i animació amb joglars durant l'estada als jardins i les sales del restaurant

#### *Benvinguda de la casa*

Brou de benvinguda (vi especiat),  
delícies de verro i fruits d'oliveres centenàries

#### *Entrants*

Pa de blat cuit al forn de llenya  
Olla de la senyora de la casa (sopa de verdures)  
Amanida amb productes frescs de l'horta  
i embotits artesans

#### *Plats principals, per escollir*

Pollastre de pagès  
Churrasco de vedella  
Costella de porc  
Xai a les herbes del parc  
Botifarra artesana, amb patates noves al caliu  
amb allioli i servit en graelles de carbó

#### *Postres*

Dolços de la masia i xarrup de moscatell

Vi del celler i aigua de manantial

#### *Hi ha menú per a infants*

Els menús inclouen la primera beguda

## **Informació**

### **Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac**

#### **Centre d'Informació de Mura**

Antigues escoles de Mura

08278 Mura

Tel. 938 318 375

p.santllorenc.mura@diba.cat

Horari: dissabtes, diumenges i festius, de 10 a 14 h

### **Parc de la Serralada Litoral**

#### **Punt d'Informació de Can Lleonart**

Plaça Germans Lleonart, 1

Alella

Tel. 935 554 650

p.slitoral.lleonart@diba.cat

Horari: consulteu el web [www.diba.cat/parcsn](http://www.diba.cat/parcsn)

#### **Centre d'Informació de la Creu de Can Boquet**

Creu de Can Boquet. Vilassar de Dalt

Tel. 656 903 642

p.slitoral.canboquet@diba.cat

Horari: consulteu el web [www.diba.cat/parcsn](http://www.diba.cat/parcsn)

### **Parc del Garraf**

#### **Oficina del Parc**

La Pleta (Sitges)

Ctra. de Ratpenat a Plana Novella, PK 4

Tel. 935 970 892

p.garrafd@diba.cat

Horari: feiners i festius, de 10 a 15 h

### **Parc d'Olèrdola**

#### **Tríade, Serveis Culturals**

Misser Rufet, 2, 2-1

Vilafranca del Penedès

Tel. 938 172 868

info@triadecultural.com

## Amb la col·laboració de:

Ajuntament d'Alella  
Ajuntament de Begues  
Ajuntament de Montornès del Vallès  
Ajuntament de Mura  
Ajuntament d'Olèrdola  
Ajuntament del Pont de Vilomara i Rocafort  
Ajuntament de la Roca del Vallès  
Ajuntament de Vilassar de Dalt  
Alella Vinícola (Alella)  
Allotjament Masia Can Sala (Montornès del Vallès)  
Bouquet d'Alella  
Cafè Laika Restaurant  
Casa Museu Molí del Mig (Mura)  
Caves Montau de Sadurní (Begues)  
Consorti del Parc de la Serralada Litoral  
Edulis  
Maresmeturisme  
Muradine. Viticultors de Mura (Mura)  
Museu d'Arqueologia de Catalunya-Olèrdola  
Restaurant Cal Carter (Mura)  
Restaurant Can Sadurní (Begues)  
Restaurant Can Parpers (la Roca del Vallès)  
Restaurant Celler Marfil (Alella)  
Restaurant del Racó de Can Feliu (Vilassar de Dalt)  
Restaurant L'Hostal (Mura)  
Restaurant Masia Segarrullis (Olèrdola)  
Tanit didàctica i difusió cultural  
Tríade, Serveis Culturals

## Parc a taula



## Parcs de Catalunya

### Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona

Parc del Castell de Montesquiú, Espai Natural de les Guillerries-Savassona, Parc Natural del Montseny, Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, Parc del Montnegre i el Corredor, Parc de la Serralada Litoral, Parc de la Serralada de Marina, Parc Natural de la Serra de Collserola, Parc Agrari del Baix Llobregat, Parc del Garraf, Parc d'Olèrdola, Parc del Foix.



**Diputació  
Barcelona**

**Àrea de Territori  
i Sostenibilitat**

**Espais Naturals i Medi Ambient**

**Gerència de Serveis d'Espais Naturals**

Comte d'Urgell, 187. 08036 Barcelona

Tel. 934 022 428

xarxaparc@diba.cat · [www.diba.cat/parcsn](http://www.diba.cat/parcsn)