



Sabors dels parcs

Rutes enogastronòmiques



**Diputació
Barcelona**

Xarxa de Parcs Naturals

Us convidem a descobrir el paisatge i els productes de quatre espais naturals protegits de Catalunya: 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.



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 del mateix nom 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 conreen 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 as-

saborir, 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 requerrides, 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 93 931 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

Amanida o suc de tomàquet

Entrant a escollir

Amanida de melva escabetxada

Torrada d'escalivada amb manxego

Cassola de cigronets de Mura

Pasta del dia

Segon plat a escollir

Botifarra de pagès amb seques

Pollastres a la brasa amb guarnició

Vedella brasejada amb patates al caliu

Galta a la brasa amb guarnició

Postres casolanes



Parc de la Serralada Litoral



Els entorns de Can Sala (Montornès del Vallès)

Passejarem per les vinyes proeres a la masia i l'entorn natural del parc (les rutes es poden fer opcionalment amb carro o amb ponis). També podem 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

www.cansala-montornes.com

Tel. 935 683 485



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

Us proposem una visita al conjunt megalític de la Roca d'en Toni, a Vilassar de Dalt, i a 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 21 d'octubre i 18 de novembre de 2012, i 14 d'abril i 12 de maig 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

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 a 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





Parc del Garraf



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.

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

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



Informació complementària

Requisits

- El desplaçament es farà amb vehicles particulars.
- Es recomana portar calçat adient per caminar pel camp i roba d'abric adequada segons les condicions meteorològiques.

Informació i reserves

Edulis, Activitats d'educació ambiental
Tel. 630 678 885
www.edulis.cat



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 la necròpolis, que ha estat excavada i restaurada recentment, han 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 destacat paper 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 i informació de la ruta

Dates

Octubre

Diumenge 14: «L'estrany viatger i el seu mapa»

Dissabte 20: «Olèrdola, una muntanya d'històries»

Diumenge 28: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle XI»

Novembre

Diumenge 11: «Olèrdola, una muntanya d'històries»

Diumenge 25: «Olèrdola, la ciutat medieval del segle XI»

Programa

- 11 h Trobada a l'entrada del recinte del Conjunt Monumental d'Olèrdola
- 11.15 h Visita al Conjunt Monumental d'Olèrdola i ruta guiada segons el calendari
- 14 h Dinar al restaurant Masia Segarrulls (a 500 m del Conjunt Monumental)

Preu: adults, 28 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

restaurant@masiasegarrulls.com



Menú medieval

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, a escollir

Pollastre de pagès
Churrasco de vedella
Costella de porc
Xai a les herbes del parc
Botifarra artesana, amb patates noves al caliu
amb all i oli a 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 del Coll d'Estenalles

Ctra. BV-1221 de Terrassa a Navarces, PK 14,8

Tel. 938 317 300

p.santlllorenc@diba.cat

Horari: feiners i festius, de 10 a 15 h

Centre d'Informació de Mura

Antigues escoles de Mura. 08278 Mura

Tel. 938 318 375

p.santlllorenc.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: de l'1 de gener fins al 20 de juny, divendres i dissabtes de 10 a 14.30 h i de 15.30 a 17.30 h, diumenges de 10 a 14 h; del 21 de juny al 30 de desembre, cada dia de 10 a 14.30 h i de 15.30 a 17.30 h, dimecres tancat; 24 i 31 de desembre, de 10 a 14.30, Nadal, tancat

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

Parcs del Garraf i Olèrdola

Oficina del Parc

La Pleta (Begues)

Ctra. de Rat Penat a Plana Novella, PK 4

Tel. 935 970 892

p.garrafdiba.cat

Horari: feiners i festius, de 10 a 15 h

Centre d'Informació Petit Casal de Begues

Passeig de l'Església, 1. Begues

Tel. 936 392 509 i 627 978 569

p.garrafpetitcasal@diba.cat

Horari: caps de setmana i festius, de 10 a 14 h

Triade, Serveis Culturals

Misser Rufet, 2, 2-1. Vilafranca del Penedès

Tel. 938 172 868

info@triadecultural.com

Amb la col·laboració de:

Ajuntament de Begues
Ajuntament de Mura
Ajuntament d'Olèrdola
Ajuntament de Vilassar de Dalt
Ajuntament de Montornès del Vallès
Allotjament Can Sala (Montornès del Vallès)
Bouquet d'Alella
Casa Museu Molí del Mig (Mura)
Caves Montau de Sadurní (Begues)
Consorti del Parc de la Serralada Litoral
Edulis
Museu d'Arqueologia de Catalunya-Olèrdola
Restaurant Cal Carter (Mura)
Restaurant Can Sadurní (Begues)
Restaurant del Racó de Can Feliu (Vilassar de Dalt)
Restaurant L'Hostal (Mura)
Restaurant Masia Segarrull (Olèrdola)
Parc a taula
Tríade, Serveis Culturals
Muradine, Viticultors de Mura

Coneix també «El Garraf dels sentits». Descobreix el paisatge, el patrimoni i els productes de la terra del Garraf en una visita guiada.

Parc a taula



Parcs de Catalunya

Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona

Parc del Castell de Montesquiu, Espai Natural de les Guilleries-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