




Edició
2014
2015

Parc a **taula**



**Diputació
Barcelona**

Xarxa de Parcs Naturals



© Diputació de Barcelona
Maig 2014

Coordinació, edició i producció:
Gabinet de Premsa i Comunicació de la
Diputació de Barcelona

Realització editorial:
Depana, Lliga per a la Defensa
del Patrimoni Natural
Àrea de Territori i Sostenibilitat de
la Diputació de Barcelona

Disseny gràfic:
Estudi Lluís Torres

Fotografies de coberta:
Xavier Cano
Plats i productes: ©Santi Caralt

Fotografies interiors:
Andoni Canela
Arxiu XPN
Consorci del Vall el Ges, Orís i Bisaura
Kim Castells
Agrícola de Cabrera
Arxiu XPN
Consorci de Promoció Turística Costa del
Maresme
Consorci del Parc de la Serralada Litoral
DO Alella
DO Pla de Bages
Esporús

Fruita Dolça de l'Alt Penedès - Fordal
Les Refardès
Marga Cruz, fotògrafa
Restaurant Cal Carter
Restaurant Capritx
Santi Caralt, fotògraf
Slow Food Garraf
Andoni Canela
Txerna Salvans

Agraïments:
Ajuntament d'Argentona
Ajuntament de Begues
Ajuntament de Barcelona
Ajuntament de Manresa
Ajuntament de Gavà
Ajuntament de Matadepera
Ajuntament de Mataró
Ajuntament de Mura
Ajuntament de Torelló
Ajuntament de Terrassa
Ajuntament de Talamanca
Ajuntament de Sitges
Ajuntament de Sant Oleni
Ajuntament de Vic
Ajuntament de Vilanova i la Geltrú
Àrea de Salut Pública de la Diputació de
Barcelona
Escola del Mar de Sitges. Diputació de
Barcelona
Parco Nazionale delle Cinque Terre
Associació de Viticultors del Massís del
Garraf

Consell Català de la Producció Agrícola
Ecològica
DO Pla de Bages
DO Penedès
DO Alella
Isabel Lugo, CETT. Universitat de
Barcelona
Jordi Tresserras. Universitat de Barcelona
Fabio Renzi. Fondazione Symbola
Sebastiano Veneri. Alta Scuola de Turismo
Ambientale
Giampiero Sammuri. Federparchi
Jordi Aligué, Anna Bellvehí i Arturo
Blasco. Vallgrassa CEA
Parco di Porto Conte
Obra Cultural de l'Alguer
Personal de la Xarxa de Parcs Naturals
Fundació Catalana de l'Esplai
Javier Puertas. Europarc
Stefano Greco. Tuber Comunications.
Anghió
Xarxa de Productes de la Terra
Carme Bollo. Setmana BIO.Generalitat
de Catalunya
Confraria de Pescadors de Sitges
Consorci del Vall el Ges, Orís i Bisaura

Impressió:
Arts Gràfiques Grinver
Dipòsit legal:
B 11355:2014

Parc a **taula**



Edició **2014-2015**



**Diputació
Barcelona**

Xarxa de Parcs Naturals

Presentació

Parc a taula és un programa de desenvolupament econòmic promogut per la Diputació de Barcelona que pretén destacar, mitjançant la gastronomia, la producció artesanal i la viticultura de proximitat i de qualitat, els valors naturals, culturals i paisatgístics dels nostres parcs.

Parc a taula està pensat com un programa transversal de la Xarxa de Parcs Naturals i va néixer dins el marc del programa cultural Viu el parc, promogut per la mateixa Diputació des del 1992. Actualment vuit parcs participen al programa, i els primers que s'hi van adherir són els del Garraf i d'Olèrdola l'any 2001. Aquesta iniciativa ha tingut continuïtat amb la incorporació del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, des del 2004; dels parcs de la Serralada Litoral i del Foix, des del 2008, del Parc del Montnegre i el Corredor, des del 2012, i del Parc del Castell de Montesquiu i del Parc Natural del Montseny, des del 2014. La Lliga per a la Defensa del Patrimoni Natural (DEPANA), entitat catalana sense ànim de lucre i de vocació ambientalista, participa a **Parc a taula** des de mitjan 2010, primer assumint les tasques d'intermediació i gerència del programa i després participant en la definició

estratègica i l'execució d'activitats concretes. Entenem **Parc a taula** com una aposta innovadora que cerca aliances per al futur dels espais naturals protegits. Lluny de propostes grandiloqüents, es tracta de destacar les activitats privades que conserven el territori, són rendibles i mereixen ser valorades. Parc a taula és un instrument de dinamització socioeconòmica, gestió del patrimoni natural i cultural, i instrumentalització de l'ús públic i pedagògic del territori. El seu repte és reunir en una iniciativa comuna el sector primari d'una àrea protegida en sentit ampli, els productors i transformadors dels productes naturals, els restauradors, el teixit social local, la conservació i la gestió pública de l'espai. Per canviar la idea del parc com un lloc ple de prohibicions i limitacions, s'intenta aconseguir un marc positiu per esperonar els agents privats a continuar treballant de costat amb els gestors administratius i la societat civil més receptiva. Aquest és el repte: els paisatges es mantenen perquè tenen un contingut econòmic lligat al parc i resulta clarament rendible. I no únicament es mantenen, sinó que són part d'un patrimoni social i natural viu. És un espai que es pot sustentar per ell mateix. I **Parc a taula** vol contribuir a valoritzar i dinamitzar aquest futur esperançador.

Per tal de donar difusió al programa, **Parc a taula** edita anualment aquesta guia que pretén posar en comú i donar a conèixer tots aquells agents que, des de fa anys, potencien i difonen els productes alimentaris locals i de qualitat per afavorir el desenvolupament econòmic sostenible, la biodiversitat i el reforç de la identitat local. D'aquesta manera, els restaurants de les poblacions vinculades als espais naturals protegits us proposen degustar diferents plats, elaborats específicament amb productes naturals i cuinats per mans expertes. Als restauradors, s'hi afegeixen els productors i artesans alimentaris del territori, que aporten la matèria primera de qualitat que exigeix la millor cuina. Finalment, a la guia s'inclouen allotjaments propers al parc, que ofereixen el millor servei per tal de gaudir d'una estada relaxant i confortable. En l'edició del 2014 hi ha 240 adherits a **Parc a taula**, dels quals 20 són allotjaments, 80 restaurants, 24 cellers, 14 establiments, 24 elaboradors i 78 productors dels vuit parcs. L'objectiu és estendre el programa de manera progressiva als dotze espais de la Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona.

Participa i gaudeix de **Parc a taula!**



Presentación

Parc a taula (Parque en la mesa) es un programa de desarrollo económico promovido por la Diputación de Barcelona que pretende destacar, mediante la gastronomía, la producción artesanal y la viticultura de proximidad y de calidad, los valores naturales, culturales y paisajísticos de nuestros parques.

Parc a taula está pensado como un programa transversal de la Red de Parques Naturales y nació en el marco del programa cultural Viu el parc (Vive el parque), promovido por la propia Diputación desde 1992. Actualmente ocho parques participan en el programa, siendo los del Garraf y de Olèrdola los primeros en adherirse en 2001. La iniciativa ha tenido continuidad con la incorporación del Parque Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, desde 2004; de los parques de la Serralada Litoral y del Foix, desde 2008, del Parque del Montnegre y el Corredor, desde 2012, y del Parque del Castillo de Montesquiú y del Parque Natural del Montseny, desde 2014. La Liga para la Defensa del Patrimonio Natural (DEPANA), entidad catalana sin ánimo de lucro y de vocación ambientalista, participa en **Parc a taula** desde mediados de 2010.

Entendemos **Parc a taula** como una apuesta innovadora que busca alianzas para el futuro

de los espacios naturales protegidos. Lejos de propuestas grandilocuentes, se trata de destacar las actividades privadas que conservan el territorio, son rentables y merecen ser valoradas.

Parc a taula es un instrumento de dinamización socioeconómica, gestión del patrimonio natural y cultural, e instrumentalización del uso público y pedagógico del territorio. Su reto es reunir en una iniciativa común el sector primario de un área protegida en sentido amplio, los productores y transformadores de los productos naturales, los restauradores, el tejido social local, la conservación y la gestión pública del espacio.

Para dar difusión al programa, **Parc a taula** edita anualmente la presente guía que pretende poner en común y dar a conocer a todos los que participan en el programa. En la edición del 2014 hay 240 adheridos a **Parc a taula**, de los cuales 20 son alojamientos, 80 restaurantes, 24 bodegas, 14 establecimientos, 24 elaboradores y 78 productores de los ocho parques. El objetivo es extender el programa de manera progresiva a los doce espacios de la Red de Parques Naturales de la Diputación de Barcelona.

¡Participa y disfruta de **Parc a taula**!

Présentation

Parc a taula (« Le Parc à table ») est un programme de développement économique mis en place par le Conseil provincial de Barcelone (Diputació de Barcelona) pour mettre en valeur, par le biais de la gastronomie, la production artisanale et la viticulture de proximité et de qualité ainsi que les richesses naturelles et culturelles de nos parcs et la beauté de leurs paysages.

Conçu comme un programme transversal du Réseau des parcs naturels, **Parc a taula** est issu du programme culturel « Viu el parc » (Vivez le parc), impulsé par le Conseil provincial de Barcelone depuis 1992. Actuellement, huit parcs ont rejoint le programme, les parcs du Garraf et d'Olèrdola ayant été les premiers à s'y rallier, en 2001. Cette initiative s'est poursuivie avec l'intégration dans le programme du parc naturel de Sant Llorenç de Munt i l'Obac en 2004, des parcs de la Serra-lada Litoral et du Foix en 2008, puis du parc d'El Montnegre i el Corredor en 2012, puis du parc d'El Castell de Montesquiú et du parc naturel del Montseny en 2014. La Lliga per a la Defensa del Patrimoni Natural (DEPANA, Ligue pour la défense du patrimoine naturel), association catalane environnementaliste à but non lucratif, participe à **Parc a taula** depuis le milieu de l'année 2010.

Parc a taula est un pari novateur qui cherche à s'appuyer sur des partenaires soucieux de l'avenir de nos espaces naturels protégés. Plutôt que des projets grandioses, ce sont des activités privées préservant le territoire, rentables et susceptibles d'ouvrir des possibilités nouvelles qu'il cherche à encourager. **Parc a taula** est un outil de dynamisation socioéconomique, de gestion du patrimoine naturel et culturel et de mise en valeur du territoire à des fins d'usage public et pédagogiques. Son objectif est de réunir dans une initiative commune le secteur primaire d'une zone protégée au sens large, les producteurs et les transformateurs de produits naturels, les restaurateurs, les forces vives du terroir et les responsables de la conservation et de la gestion publique des parcs.

Parc a taula fait paraître tous les ans le présent guide, qui dresse le bilan de ce qui a été fait dans le cadre du programme et cite tous ceux qui y ont pris part. À l'heure où paraît ce guide 2014, **Parc a taula** compte 240 adhérents, dont 20 lieux d'hébergement, 80 restaurants, 24 chais, 14 établissements, 24 artisans et 78 producteurs des huit parcs. Notre objectif est d'étendre progressivement le programme aux douze espaces appartenant au Réseau des parcs naturels du Conseil provincial de Barcelone.

Participez à **Parc a taula** et profitez-en au mieux !

Presentation

Parc a taula (“Park at the Table”) is an economic development programme promoted by Barcelona Provincial Council (Diputació de Barcelona) which aims to showcase the natural and cultural attributes of our parks as well as their scenic beauty through local and quality cuisine, craft production and viticulture.

Designed as an across-the-board programme within the Natural Park Network, **Parc a taula** began as part of the *Viu el parc* (Experience the park) cultural programme, also promoted by Barcelona Provincial Council since 1992. Today the programme features eight parks. El Garraf Park and Olèrdola Park were the first to join in 2001. The initiative has continued to grow with the incorporation of Sant Llorenç del Munt i l'Obac Natural Park in 2004, the Park of La Serralada Litoral and Foix Park in 2008 and, most recently, The park of El Montnegre i el Corredor in 2012 and, more recently, the Castell de Montesquiu Park and the Montseny Natural Park in 2014. The Lliga per a la Defensa del Patrimoni Natural (DEPANA, League for the Defence of Natural Heritage), a Catalan non-profit environmentalist association, has taken part in **Parc a taula** since mid-2010.

Parc a taula constitutes an innovative undertaking that seeks to form partnerships for

the future of protected natural areas. Far from a grandiose initiative, its aim is to highlight private activities that preserve the territory, are profitable and add value. **Parc a taula** is an instrument for socioeconomic development, the management of natural and cultural heritage and the exploitation of the land for public and educational use. The challenge is to bring together the primary sector of a protected area in a joint initiative in the broad sense: producers and processors of natural products, restaurateurs, the local social fabric and those responsible for the conservation and public management of the space.

To disseminate the programme, **Parc a taula** publishes this guidebook every year in order to take stock of and list all those participating therein. The 2014 edition features a total of 240 participants, which includes 20 accommodation facilities, 80 restaurants, 24 wine cellars, 14 establishments, 24 artisans and 78 producers from the eight parks. The aim is to gradually extend the programme to include the twelve spaces in Barcelona Provincial Council's Natural Park Network.

Join in and relish **Parc a taula!**

Presentazione

Parc a taula (“Parco a tavola”) è un programma di sviluppo economico, promosso dalla Provincia di Barcellona (Diputació de Barcelona), il quale si propone attraverso la gastronomia di valorizzare l’artigianato e la viticoltura di prossimità e di qualità, nonché il patrimonio naturale, culturale e paesaggistico dei nostri parchi.

Parc a taula è nato come programma trasversale della Rete dei Parchi Naturali all’interno del programma culturale “Viu el parc” (Vivi il parco), anch’esso promosso dalla Provincia a partire dal 1992. Oggi sono otto i parchi che partecipano al programma, tra cui quelli del Garraf e di Olèrdola, i primi ad aderire nel 2001. L’iniziativa è proseguita con l’integrazione del parco naturale di Sant Llorenç del Munt i l’Obac nel 2004, dei parchi della Serralada Litoral e del Foix nel 2008, e del Parco di El Montnegre i el Corredor nel 2012 e del Parco di El Castell de Montesquiú e del Parco Naturale del Montseny nel 2014. La Lliga per a la Defensa del Patrimoni Natural (DEPANA, Lega per la Difesa del Patrimonio Naturale), organismo catalano senza fini di lucro e a vocazione ambientalista, partecipa a **Parc a taula** dalla metà del 2010.

Parc a taula vuole essere una sfida innovativa aperta a partenariati interessati al futuro delle aree naturali protette. Lungi dall’inseguire proposte magniloquenti, l’obiettivo è quello di dare risalto alle attività private che tutelano il territorio, sono proficue e meritano di essere valorizzate. **Parc a taula** costituisce uno strumento di dinamizzazione socio-economica, di gestione del patrimonio naturale e culturale e di impulso all’utilizzo pubblico e pedagogico del territorio. La sua sfida è quella di unire in una comune iniziativa il settore primario di un’area protetta in senso ampio, i produttori e i trasformatori di prodotti naturali, i ristoratori, il tessuto sociale locale, nonché i responsabili della tutela e della gestione pubblica del territorio.

Per far conoscere il programma, **Parc a taula** pubblica ogni anno la presente guida, che riunisce tutti coloro che partecipano all’iniziativa. Per l’edizione del 2014 **Parc a taula** conta 240 aderenti, tra cui 20 strutture ricettive, 80 ristoranti, 24 cantine, 14 esercizi, 24 nonché produttori e 78 artigiani dei otto parchi. L’obiettivo è di estendere progressivamente il programma ai dodici spazi della Rete dei Parchi Naturali della Provincia di Barcellona.

Partecipate a **Parc a taula** e gustatene i sapori!



Sumari

10 Xarxa de Parcs Naturals

12 Parcs del Garraf, d'Olèrdola i del Foix

- 16 Productes i gastronomia dels parcs
- 20 Índex i mapa de situació dels participants
- 22  Allotjaments
- 23  Restaurants
- 29  Cellers
- 34  Establiments, elaboradors i productors




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

- 44 Productes i gastronomia del parc
- 48 Índex i mapa de situació dels participants
- 50  Allotjaments
- 53  Restaurants
- 63  Cellers
- 67  Establiments, elaboradors i productors



72 Parcs de la Serralada Litoral i del Montnegre i el Corredor

- 74 Productes i gastronomia dels parcs
- 78 Índex i mapa de situació dels participants
- 80  Allotjaments
- 83  Restaurants
- 95  Cellers
- 98  Establiments, elaboradors i productors

106 Parc del Castell de Montesquiu

- 108 Productes i gastronomia del parc
- 102 Índex i mapa de situació dels participants
- 114  Allotjaments
- 115  Restaurants
- 122  Establiments, elaboradors i productors

126 Parc Natural del Montseny. Reserva de la Biosfera

- 128 Productes i gastronomia del parc
- 132 Índex i mapa de situació dels participants
- 134  Allotjaments
- 135  Restaurants

138 Calendari de collita

140 Activitats Parc a taula

144 El sabor de l'horta del Baix Llobregat

146 Seguiu-nos a les xarxes socials

Xarxa de Parcs Naturals

La Xarxa de Parcs Naturals posa a l'abast de la ciutadania centres d'informació i documentació, itineraris senyalitzats i rutes guiades, museus i exposicions, equipaments pedagògics i culturals, albergs, allotjaments rurals i d'acampada, publicacions i audiovisuals, tallers, cursos i estades ambientals, entre altres serveis i activitats.

Actualment el programa **Parc a taula** es duu a terme a vuit parcs de la Xarxa:

- 1. Parc del Garraf**
- 2. Parc d'Olèrdola**
- 3. Parc del Foix**
- 4. Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac**
- 5. Parc de la Serralada Litoral**
- 6. Parc del Montnegre i el Corredor**
- 7. Parc del Castell de Montesquiu**
- 8. Parc Natural del Montseny. Reserva de la Biosfera**



Parcs del Garraf, d'Olèrdola i del Foix





Oficina del parc

La Pleta

Ctra. de Ratpenat a Plana Novella, km 3,5

08870 Sitges

T 935 971 819 · F 935 970 887

p.garrafi@dlba.cat · parcs.dlba.cat/web/garrafi

Obert feiners de 9 a 15 h i dissabte i diumenge de 10 a 15 h

Parc del Garraf

Un territori únic amb dues cares ben diferents. Al Garraf del litoral, penya-segats escarpats s'aboquen agrestos sobre el mar, resseguint una costa dibuixada per la inesgotable acció de l'aigua sobre la pedra calcària. Una espècie autòctona, el margalló, creix bressolada per un clima suau. La Mediterrània en estat pur. Al Garraf interior, les vinyes dibuixen un relleu plàcid de cims arrodonits. Les restes dels castells d'Eramprunyà i Olivella, dues de les fites clàssiques de l'excursionisme al parc, ens parlen dels temps en què es vivia en guerra constant contra els sarraïns. Un espai insòlit d'una bellesa captivadora.

Any de constitució del parc: 1986

Any d'aprovació del Pla especial: 1986 (ampliat i modificat el 2002)

Superfície protegida: 12.374 ha

Oficina del parc

La Pleta
Ctra. de Ratpenat a Plana Novella, km 3,5
08870 Sitges
T 935 971 819 · F 935 970 887
p.olerdola@diba.cat · parcs.diba.cat/web/olerdola

Obert feiners de 9 a 15 h i dissabte i diumenge de 10 a 15 h

Parc d'Olèrdola

Situada als darrers contraforts del massís de Garraf, la muntanya d'Olèrdola és una talaia natural sobre una gran part del territori. En aquest espai natural, la terra és d'aspecte àrid, amb predomini de la roca calcària, i destaca la presència del margalló, l'única palmera autòctona del continent europeu. Un dels punts més interessants d'aquest espai protegit el conforma el conjunt monumental d'Olèrdola, situat sobre la plataforma rocosa que domina el parc. Aquest enclavament hauria estat d'elevat valor estratègic tenint en compte la seva situació: entre la plana i la costa, entre el nord i el sud de Catalunya, i envoltat d'imponents penya-segats. Per això al llarg de la història hi han bastit les seves fortaleses diferents cultures, des dels ibers fins a l'època medieval, passant pels romans. Destacades restes d'aquestes èpoques es poden contemplar encara a l'imponent conjunt d'Olèrdola i al seu museu.

Any de constitució del parc: 1992

Any d'aprovació del Pla especial: 1992

Superfície protegida: 605 ha

Oficina del parc

C. Castell, 31
08729 Castellet i la Gornal
T 977 670 169 · F 977 670 169
p.foix@diba.cat · parcs.diba.cat/web/foix

Obert de dilluns a diumenge de 10 a 14 h

Parc del Foix

El parc més meridional dels que conformen la Xarxa de Parcs Naturals. Situat a l'Alt Penedès, té com a punt més característic el pantà de Foix, que recull les aigües del riu del mateix nom. És en aquest indret on es troben els ambients ecològics de ribera, autèntica excepció en un territori de caràcter marcadament sec. Als marges de l'embassament i del riu, així com de les rieres afluent, hi creixen verns, freixes, àlbers, oms, pollancre i salzes. Destaca molt especialment la presència del murtrar, formació vegetal de gran valor amb espècies com ara la murtra, el margalló, el llentiscle, l'aríjol o el càrritx. Igualment interessant és la fauna associada al pantà, ja que és refugi d'espècies d'aigua com ara les tortugues de rierol, l'ànec collverd, la polla d'aigua, el martinet blanc o l'esplugabous, entre d'altres.

Any de constitució del consorci: 1997

Any d'aprovació del Pla especial: 2012

Superfície protegida: 3.157 ha

Productes i gastronomia dels parcs del Garraf, d'Olèrdola i del Foix

La cultura gastronòmica dels parcs del Garraf, d'Olèrdola i del Foix té molts elements comuns que són deguts a la seva proximitat, les característiques del paisatge i un clima típicament mediterrani. La seva història agrícola i ramadera es desenvolupa en paral·lel, si bé hi ha certs trets diferencials que fan que alguns productes siguin més típics d'un parc que d'un altre.

Al **Parc del Garraf**, tot i que hi ha vestigis molt antics de la presència humana, no és fins al segle XVIII que es produeix un augment notable de la població, acompanyat d'una gran expansió del conreu de la vinya i el blat. La presència humana al Garraf s'ha fet sentir per mitjà de les activitats ramaderes i agrícoles tradicionals i té molt a veure en la transformació del paisatge. Ara bé, la plaga de la fil·loxera, que va tenir lloc entre el 1879 i el 1880, va estroncar l'activitat agrícola extensa al massís. Per contra, en els darrers decennis, l'extensió de la segona residència ha generat força moviment econòmic a la comarca.

La restauració recent d'algunes masies i la implantació progressiva d'empreses de serveis vinculats al lleure i la natura a partir de la dècada del 1990 són prova de la voluntat de dinamitzar i preservar el patrimoni natural i cultural del parc. També cal destacar l'impuls

de l'activitat relacionada amb la vinya i el vi, gràcies a la tasca conjunta d'entitats diverses com la que desenvolupa l'Associació de Viticultors del massís de Garraf.

El territori del **Parc d'Olèrdola**, tant per la morfologia com per la litologia, el podem considerar com una prolongació del massís de Garraf, amb certes particularitats notables. Hi són importants les sedimentacions detrítiques del quaternari, molt ben aprofitades per l'agricultura.

La importància històrica i arqueològica del conjunt monumental d'Olèrdola és ben coneguda des del segle XVIII. Si l'home ha ocupat la muntanya de Sant Miquel d'Olèrdola al llarg de 4.000 anys ha estat perquè aquesta li oferia, en determinats moments, uns clars avantatges de seguretat en relació amb els indrets de l'entorn i d'acord amb les seves necessitats econòmiques, polítiques i socials.

El conjunt monumental d'Olèrdola és el focus principal d'atracció de visitants al parc. Sense generar una activitat econòmica directa, és una peça important dels itineraris culturals i naturals de la zona. Aprofitant les feixes i els marges del bosc, hi ha ubicades petites explotacions agràries familiars dedicades al conreu de la vinya i als arbres fruiters.

Per la seva banda, el **Parc del Foix** també es pot considerar que és un perllongament del massís de Garraf, amb unes particularitats fisiogràfiques notables. Això vol dir que el paisatge que ens ofereix és el d'una pedra calcària de color blanc grisós i trencada. En aquest sentit, cal destacar la importància del riu Foix, que travessa l'espai de nord a sud i el pantà homònim com a connector entre la plana interior agrícola i la plana litoral, també agrícola. La vinya i el cultiu de secà són els que ocupen l'àrea més pròxima al Foix abans de penetrar al massís.

Aquesta activitat agrària, encara molt viva avui, ha apedaçat les planes amb camps de vinya i ha modelat les muntanyes amb feixes estretes –algunes actives, altres cobertes de bosc– però totes amb els seus laboriosos murs de pedra seca, la mateixa pedra clara que il·lumina el paisatge i que ha servit també per bastir els edificis que caracteritzen els nuclis habitats.

Pel que fa al bosc, i a causa de l'activitat ramadera i l'explotació forestal, en molts indrets ha estat substituït per brolles de romaní i bruc d'hivern i, a les zones obagues, per la pastura de jonça i fenàs. La vinya, tot i ser conreada per una petita part de la població, és un element integrat dins del parc ja que conforma en bona part el seu paisatge. En els darrers anys és un conreu que ha anat en augment, gràcies a l'èxit creixent de la DO Penedès, i representa un element clau en l'economia de la zona.

Actualment, als parcs del Garraf, d'Olèrdola i del Foix, on el conreu de secà té una llarga tradició, hi trobem productes d'horta, com les carxofes, el bròquil negre, els espàrrecs i la figa de coll de dama. També hi predominen els cultius de fruiters, com el préssec de l'Ordal i les cireres.





Col paperina



Escarola perruqueta



Espigall



Préssec d'Ordal

Als municipis del Baix Llobregat trobem la **col paperina**. La seva forma és ovalada i les seves fulles externes acaben formant una punta. Presenta un color verd pàl·lid per les cares exteriors i és quasi blanca per dintre. Pesa menys que altres varietats de cols. De gust suau i dolç, la planten a mitjan setembre i octubre i la podem trobar a partir de la segona quinzena de desembre, fins al mes de març. La col paperina es troba al Garraf, el Baix Camp i el Maresme.

L'**escarola perruqueta** és un dels productes més antics de l'horta del Garraf i també es troba al Baix Llobregat, el Baix Camp i el Maresme. Aquesta escarola és més petita, d'un color verd clar (més clar que la resta) i més dolça. Les seves fulles són tendres, de textura suau i cruixent. Es troba als mercats des de principis de desembre fins a finals de març.

El **tomacó** és un tomàquet que es conserva molt bé i és excel·lent per sucar el pa; per això els pagesos tradicionalment el cultivaven tot l'hivern. Les tomaqueres tenen un vigor excel·lent al llarg de tot el cultiu.

Són plantes molt altes i el fullatge és dens.

Al Garraf també hi són molt coneguts els **espigalls**.

Els espigalls són brots

de l'anomenada col brotonera, una verdura d'hivern típica de la zona, de color verd i fulles comestibles espigades i dentades. D'octubre a novembre l'espigall genera uns brots amb molta fulla que s'anomenen col verda o col de brotó a Sitges, i brotons a la resta del Garraf. Al gener, quan té lloc la floració, apareixen els espigalls, que es poden collir fins al mes de març. L'espigall té un gust suau de col; gairebé només es conrea a la comarca del Garraf i es comercialitza en parades de mercat i en algunes verduleries de la comarca. Va estar a punt de desaparèixer, però, gràcies al treball de promoció dels productors de Vilanova i la Geltrú, es torna a donar a conèixer a partir de l'any 1994.

El **préssec d'Ordal** és una fruita de secà i de qualitat a tots els nivells. Si es cull entre els mesos de juny i agost en les seves condicions òptimes de maduració, és un préssec ric, tant per les seves característiques gustatives com aromàtiques. Conreat als termes de Subirats i Avinyonet del Penedès, és un dels productes de més qualitat amb els quals compta aquest municipi, a banda dels seus vins i caves. Les característiques concretes del seu emplaçament i l'atenció acurada durant el procés de creixement, li donen un gust i una aroma més pronunciats.





Gall de pota blava



Malvasia

Pel que fa a la carn, al Baix Llobregat hi trobem el **gall de pota blava**. Aquest tipus d'aviram, originari de tot el delta del Baix Llobregat i conegut també com a raça catalana del Prat, és símbol d'identitat de la ciutat. Estava en procés d'extinció i actualment disposa d'un segell europeu de qualitat. Està format per un conjunt de gallines i galls, que destaquen per les seves plomes d'un ros viu, el vermell de la cresta, la cara i les barballeres, el blanc de les orelletes i el bec fosc, i pel blau pissarra característic de les seves potes i dits, d'on prové el seu nom popular.

El **gall negre del Penedès**, en la seva varietat negra, es cria durant cinc mesos en plena llibertat, alimentat amb cereals i verdures. Es tracta de peces que poden arribar a superar els tres quilos, amb una carn consistent, sense greix i un sabor molt potent. El seu color intens denota una activitat física considerable. És, doncs, una carn molt rica. És un producte que podem trobar tots els mesos de l'any a les comarques del Penedès, però es consumeix més típicament per Nadal.

En el cas del Garraf, l'oferta vinícola destaca per la seva qualitat excepcional, fruit de les particularitats del sòl i el clima característic, i per una elaboració artesanal acuradíssima. Els viticultors s'esforcen en el cultiu de varietats


tradicionals i, cada vegada més, en la producció ecològica per aconseguir uns vins i caves de prestigi reconegut.


La varietat més típica és la **malvasia de Sitges**, una varietat de cep blanc, encara que també hi ha una subvarietat negra. El raïm de malvasia és menut i poc compacte. El gra és gros, tendre i ovoide, molt dolç i aromàtic. Actualment hi ha 2,5 hectàrees dedicades a la seva producció com a vi dolç, concretament a les vinyes de l'Hospital de Sant Joan de Sitges, on s'elabora emparat per la DO Penedès. També podem gaudir d'aquesta varietat, però elaborada com a blanc sec, a partir de les vinyes de Vega de Ribes, a Sant Pere de Ribes. La malvasia de Sitges es recomana especialment després de degustar el típic xató o per acompanyar les postres. Cal destacar el treball del moviment Slow Food Garraf en la defensa de la cuina tradicional i la recuperació dels productes autòctons. En definitiva, un assortiment de productes ampli: carns, embotits, formatges, mel, postres artesanes, confitures i vins, sense oblidar els bolets i altres fruits del bosc, les herbes remeieres, els cargols, el conill, la perdiu i el porc senglar. Tots ells, amb les seves especificitats, es troben als plats que preparen els restaurants i els allotjaments del programa **Parc a taula**.




Gall negre del Penedès

Índex de participants

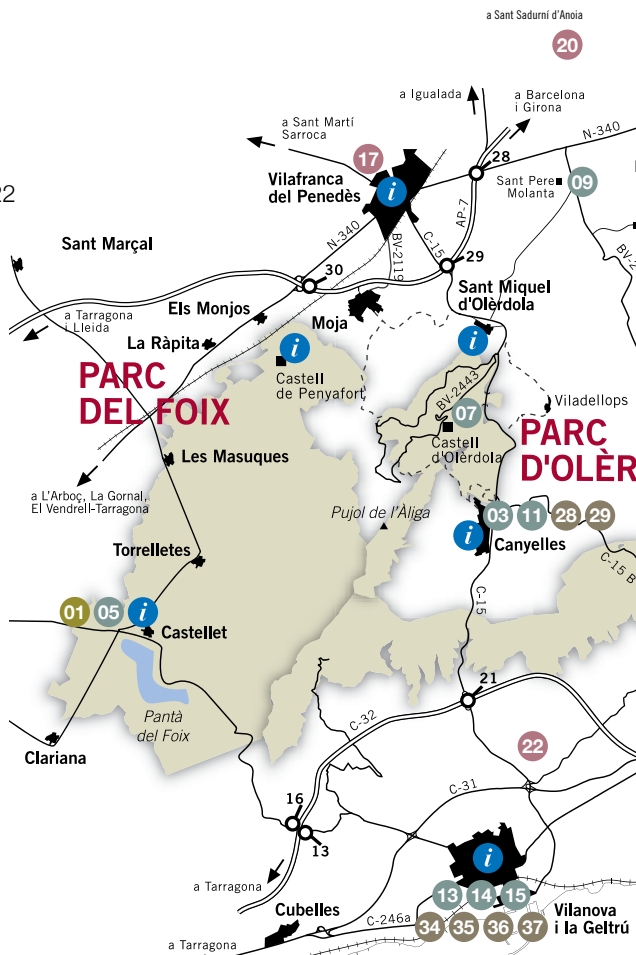
-  **01** Ca l'Helena, p. 22
- 02** Escola de Natura Can Grau, p. 22

-  **03** ARCAT Canyelles, p. 23
- 04** La Canasta, p. 24
- 05** Barretet, p. 24
- 06** Gaudí Garraf, p. 25
- 07** Masia Segarrulls, p. 25
- 08** Hostal Les Piques, p. 26
- 09** La Posada de Sant Pere, p. 26
- 10** El Celler d'en Sadurní, p. 27
- 11** Parrilla del Pou Nou, p. 27
- 12** Carnivor, p. 27
- 13** El Rosegall, p. 28
- 14** La Casa Pairal, p. 28
- 15** La Fitorra, p. 28

-  **16** Fundació Hospital Sant Joan Baptista de Sitges, p. 29
- 17** DO Penedès, p. 30
- 18** Associació de Viticultors del Massís del Garraf, p. 31
- 19** Can Ràfols dels Caus, p. 32
- 20** Celler Credo, p. 32
- 21** Caves Montau de Sadurní, p. 33
- 22** Torre del Veguer, p. 33
- 23** Vega de Ribes, p. 33

-  **24** Artcava. Celler Can Battle, p. 34
- 25** Confraria de Pescadors de Sitges, p. 34
- 26** Vins i Caves Cuscó Berga, p. 35
- 27** Pastisseria Marcel, p. 35
- 28** Cava Grau Dòria, p. 36
- 29** Fleca Bertran, p. 36
- 30** Les Filos, p. 37
- 31** Masia La Fassina, p. 37

- 32** Mas Quadrell - Associació La Abeja Loca, p. 37
- 33** Associació de Productors Préssec d'Ordal, p. 38
- 34** Aurora Terés, p. 38
- 35** Cal Tupí d'Olives, p. 39
- 36** La Garrofa, p. 39
- 37** Martínez, p. 39
- 38** Altres productes dels parcs, p. 40





Castellet (Castellet i la Gornal)

C. Nou, 4
T 637 539 980
helena@calhelena.com
Preu setmana (8 persones)
1.450 € temporada alta
1.100 € temporada baixa
480 € cap de setmana



Olivella

Can Grau
(GPS: 402845, 4573699)
T 934 744 678
accc@fundesplai.org
Obert tot l'any. Adults: 35 € pensió completa (PC). Nens fins a 12 anys: 22 € PC. Nens de 0 a 2 anys: gratuït
Menús per a grups a partir de 15 €



01

Ca l'Helena

Allotjament rural

Ca l'Helena era un antic paller que ha estat restaurat per convertir-lo en una casa lluminosa i càlida, amb capacitat per a vuit persones, que compta amb tots els serveis i les comoditats per fruit plenament de la tranquil·litat que ofereix l'entorn. La casa s'integra en el nucli del poble de Castellet, que està presidit pel castell del segle x i envoltat de boscos, vinyes i el pantà del Foix.

02

Escola de Natura Can Grau

Antiga masia vitivinícola del segle xiv situada en un punt enlairat al cor del Parc del Garraf. La casa, amb una capacitat de 52 places, ofereix àpats casolans i adapta els menús per a qualsevol tipus de celebració. Itinerari sensorial per a persones invidents, realització d'excursions guiades en l'entorn natural, visita al Centre Experimental de les Arts de Vallgrassa i a l'Observatori Astronòmic del Parc Garraf.

Canyelles

Pl. Onze de Setembre, 1
08811 Canyelles
T 938 973 011 / F 938 188 130
promocioeconomica@canyelles.cat



03

Associació de Restaurants, Comerços i Activitats Turístiques de Canyelles (ARCAT Canyelles)

L'Associació de Restaurants, Comerços i Activitats Turístiques de Canyelles va néixer amb l'objectiu de potenciar i donar a conèixer els comerços del municipi. Entre la costa del Garraf i l'interior del Penedès, el municipi de Canyelles ofereix una gran varietat de plats de la cuina tradicional elaborats de forma casolana. Per exemple, el xató i els cargols es presenten com a protagonistes de les cartes dels restaurants del municipi. Així mateix, es pot gaudir de les coques gustoses i del pa cuit al forn de llenya –temptacions que atrauen i fan acostar a Canyelles moltes persones de la comarca i de fora. Els establiments que formen part de l'Associació són: La Pedrera, Cal Manelet, La Taberneta, Casal de Canyelles, Cellers Grau Dòria, Queviures Cal Deus, Alimentació Canyelles, Fleca Bertran, Pastisseria Hidalgo, Barbacoes El Pinar, La Casa del Pollastre, Queen Pizza i La Ginesta.

Castelldefels

Passeig Marítim, 197 / Plaza del Mar, 3
T 936 656 857
info@restaurantelacanasta.com

Horari: de 13 a 16.30 h i de 20 a 23 h
Preu: 40-50 €

**Castellet i la Gornal**

C. Nou, 17
T 931 022 269 / 619 747 797
castellet@movistar.es

De dimarts a divendres de 8.30 a 16 h. Dissabtes de 8.30 a 16 h i de 21 a 23 h. Diumenge de 8.30 a 16 h
Feiners: menú especial 14 €; menú normal 17 €. Menú de cap de setmana 17 € + suplement. Sempre: menú d'esmorzar amb forquilla 7 €; menú infantil (10 anys), 8,50 €

**04****La Canasta**

Cuina mediterrània marinera

Restaurant situat al nucli de la platja de Castelldefels, a 100 metres del mar i a 7 minuts de l'aeroport del Prat. Disposa de tres salons decorats amb fusta, amb quadres de pintors reconeguts, un saló privat amb un petit celler a l'interior i una acollidora terrassa oberta tot l'any. El restaurant, regentat per la família Yepes des del 1976, continua obtenint premis i reconeixements dels seus clients. Ha guanyat quatre vegades la Forquilla d'Or al millor restaurant i està recomanat a la *Guia Michelin*. A La Canasta trobareu els millors arrossos del món, amb productes autòctons de l'horta, del parc i del mar.

05**Barretet**

Cuina tradicional catalana i de mercat amb plats típics del Penedès

Situat al costat del pantà de Foix i a prop del castell. Hi trobareu molt ben cuinats els plats típics del Penedès, com vedella amb bolets, ànec mut, gall del Penedès, xató, esqueixada de bacallà o un bon assortiment de carns a la brasa fetes al menjador a la vista de tothom amb maridatge dels vins del celler, a més de "menuts", un plat de l'edat mitjana. Quan fa bon temps es pot esmorzar, dinar i, els dissabtes, sopar a l'aire lliure amb vistes al pantà i els voltants. Disposem d'un menjador per a celebracions privades i d'empreses, amb vistes al pantà i el castell. I el més important: hi trobareu el caliu humà, símbol d'acollida i bon menjar.

Garraf (Sitges)

Ctra. de Barcelona a Santa Creu de Calafell, km 173, C-31
 (GPS: 408474, 4567920)
 T 936 320 180 / 936 320 019
 gaudigarraf@gaudigarraf.com

De dijous a diumenge al migdia de 13.30 a 16 h. També obert a les nits de l'estiu de divendres i dissabte de 21 a 23 h
 Preu mitjà: a partir de 30 € per persona

**Sant Miquel d'Olèrdola**

Carretera C-15, km 10,2
 Pujada al Castell d'Olèrdola, s/n
 (GPS: 392743, 4573991)
 T 938 903 799
 restaurant@masiasegarrulls.com

De dimarts a diumenge de 13 a 16 h
 Dilluns tancat
 35 € preu mitjà carta



 | 06

Gaudí Garraf

Especialitzat en tot tipus d'esdeveniments.
 Hi destaca el plat de caldereta de llamàntol

Situat a l'edifici Celler Güell 1895-1904, obra de l'arquitecte Antoni Gaudí, el restaurant disposa de servei a la carta amb cuina de mercat, de temporada, de proximitat i internacional, i tots els plats estan elaborats amb oli d'oliva arbequina de les plantacions de la Finca Can Granada, situada al parc natural. Aquest oli es a la venda al mateix restaurant. Gaudí Garraf ofereix menús de temporada amb "La calçotada del Gaudí Garraf" (amb collita de la Finca Can Granada) o "La xatonada del Gaudí Garraf i pica-pica degustació", menús especials per a grups d'empresa i ofereix l'opció de personalitzar els menús. Gaudí Garraf és un complex format per terrasses, jardins i salons amb una gran capacitat, que pot acollir des de 10 comensals fins a 400 persones. S'hi poden celebrar tot tipus d'esdeveniments.

www.gaudigarraf.com

  | 07

Masia Segarrulls

Cuina tradicional catalana

A la Masia Segarrulls –masia catalana del segle XVI, autèntica joia rural de la pagesia catalana, situada enfront del Castell d'Olèrdola, a mig camí entre Vilafranca del Penedès i Vilanova i la Geltrú–, el mestre cuiner Pedro Alonso hi ha instal·lat els seus fogons per delectar els amants de la bona cuina tradicional catalana. D'entre els nostres plats, tots cuinats amb matèries primeres d'alta qualitat, cal destacar el gall del Penedès en civet i les faves ofegades d'Olèrdola. Tot això es combina amb una dedicació exquisida en la presentació perquè cada plat sigui excepcional. Disposem de sis sales amb ambients diferents, que tenen capacitat per a grups de 14 a 120 comensals. El restaurant disposa del certificat de qualitat turística.

www.masiasegarrulls.com

Olivella

Av. de Can Turíols, 1 (urbanització Les Colines)

(GPS: 397796, 4574348)

T 938 968 180

infoposada@yahoo.es

Divendres i dissabte de 13 a 16 h i de 21 a 23 h

Diumenge i festius de 13 a 16.30 h

De dilluns a dijous tancat (excepte encàrrecs per a grups)



i | **08**

Hostal Les Piques

Especialitat en cargols a la llauna i carns i verdures a la llosa i a la brasa

El restaurant Hostal Les Piques està situat a tres quilòmetres del poble d'Olivella. Disposa de tres menjadors independents amb capacitat per a 20, 40 i 120 comensals. Les especialitats del restaurant són els menjars a la llosa i a la brasa. Alguns dels plats a la llosa són: assortiment de verdures, filet de vedella i de bou, entrecot, magret d'ànec, bacallà, rap i llamàntol. El restaurant també disposa d'un foc a terra amb llenya d'alzina, on es fa el pa torrat, l'escalivada i tota mena de carns i verdures. Altres especialitats són els cargols i els arrossos. Es recomana encarregar taula. Disposa d'un apartament turístic amb tots els serveis. Local ideal per realitzar festes familiars i d'empresa; els grups de fins a 40 persones poden estar tots junts en una taula ovalada.

www.posada-piques.com

Sant Pere Molanta (Olèrdola)

C. Sant Pere, 20

T 938 921 399

infoposada@yahoo.es

De dilluns a divendres de 10 a 16 h

Dissabte de 9 a 16 h i de 21 a 23 h

Diumenge i festius de 9 a 16.30 h



i | **09**

La Posada de Sant Pere

Especialitat en cargols a la llauna i carns i verdures a la llosa i a la brasa

Restaurant fundat el 1975, situat al bell mig d'un poble de 500 habitants envoltat de vinyes, molt proper a Vilafranca del Penedès. Disposa d'un foc a terra amb llenya d'alzina on s'hi fa l'escalivada, el pa torrat i tot tipus de carns. També s'elaboren uns quants plats que es presenten a taula amb una llosa de pissarra calenta que permet que el plat s'acabi de cuinar a taula i es mantingui tota l'estona calent. Altres especialitats de l'àmplia carta són els cargols a la llauna, l'ànec al forn i els arrossos. També hi ha plats de temporada com són els calçots, les carxofes o els rovellons a la brasa. Disposa de cinc apartaments turístics totalment equipats al mateix poble.

www.posada-piques.com

Begues

Masia Can Sadurní
 (GPS: 409064, 4577683)
 T 936 390 161
 info@montaudesadurni.com

Divendres de 21 a 24 h
 Dissabte de 13 a 16 h i de 21 a 24 h
 Diumenge de 13 a 16 h
 20/30 € preu carta orientatiu

**Canyelles**

C. Pou Nou, 2
 T 938 973 032
 parrilladelpounou@yahoo.es
 Horari: Cada migdia de 9 a 16 h
 Sopar amb reserva prèvia

**Sant Pere Ribes**

Carretera Vilafranca, km 4,6
 (GPS: 41277065,1761889)
 T 938 960 302 / 669 135 048
 info@carnivor1922.com
 Obert cada dia
 Preu mitjà 40 €

**10****El Celler d'en Sadurní**

Cuina tradicional i de muntanya

El restaurant, obert des de l'any 2000, està situat a les antigues dependències de la masia, on es guardaven els carros. Hi podeu trobar documents històrics, com ara un document censal de l'any 1576 i l'arbre genealògic de la família. També disposa d'una terrassa amb carpes per a celebracions i d'un celler propi. Hi ha la possibilitat de visitar el jaciment prehistòric de la Cova de Can Sadurní, amb reserva prèvia.

11**Parrilla del Pou Nou**

Cuina argentina, catalana i de temporada

Especialitats de plats argentins fets a la brasa i acompanyats d'amanides i guarnicions delicioses i variades. Podeu tastar la nostra graellada de diverses carns o la supergraellada de talls argentins de vedella presentats al braser. També n'hi ha de peix i marisc. Preparem un arròs exquisit amb llamàntol, a més de la típica calçotada, també vegetariana, quan n'és temporada. Tanquem l'àpat amb unes postres casolanes d'allò més bones acompanyades de vins de qualitat.

12**Carnivor**

Cuina a la brasa, productes de temporada i proximitat

Ubicat al mig del massís de Garraf, hi trobareu una simbiosi gastronòmica entre mar i muntanya en un ambient únic i acollidor. Treballem amb productes de temporada i de proximitat, com ara la carn de vedella gallega i de vedella ecològica, que cuinem amb carbó vegetal de primera qualitat. També innovem constantment i creem nous plats segons la temporada. A més, tenim un celler selecte amb productes del massís de Garraf i els millors vins de cada denominació d'origen.

Vilanova i la Geltrú

Passeig Marítim, 72
 (GPS N41.21630 E 1.73130)
 T 938 157 063
 elrossegall@hotmail.com
 Horari: des de les 12.45 h
 Preu mitjà: 20 €

**Vilanova i la Geltrú**

Plaça Soler Carbonell, 35
 T 931 739 948
 info@lacasapairal.com
 Horari: de 8.30 a 15 h i de 19 a 23 h
 Preu mitjà: 15-20 €

**Vilanova i la Geltrú**

C. Isaac Peral, 4-8
 T 938 151 125
 reservas@hotelcesar.net
 Restaurant: de 13.30 a 15.30 h i
 de 20.30 a 22.30 h (diumenge nit i
 dilluns tancat)
 Hotel: obert tot l'any
 25-30 € preu carta orientatiu

**13****El Rossegall**

Cuina marinera

Restaurant de cuina marinera i de pescador situat al passeig Marítim. Els propietaris pertanyem a una família de llarga tradició marinera. Tenim embarcació pròpia i anem directament a la llotja de Vilanova. Oferim plats elaborats amb productes de proximitat. Disposem d'un envelat exterior amb parc infantil.

  www.elrossegall.com

14**La Casa Pairal**

Cuina de proximitat

La Casa Pairal està ubicada al centre de Vilanova, justament al Mercat Central, en una casa restaurada dels anys trenta que ha conservat els seus símbols d'identitat. La carta ofereix una selecció de productes artesans i de temporada que anem variant durant l'any. La nostra fruita i verdura és ecològica: melmelades sense cap additiu i amb baix contingut en sucre, embotits artesans i d'autor, i elaboració de plats innovadors amb els ingredients de sempre i de mercat.

 www.lacasapairal.com

15**La Fitorra**

Cuina de mercat

El restaurant La Fitorra es troba situat a l'hotel Cèsar, una antiga casa d'indians que manté l'aire del romanticisme i els seus jardins. Gestionat per la mateixa família des de fa cinc generacions, el restaurant és una petita casa de pescadors amb terrassa i llar de foc. La cuina és de mercat i ens agrada que el client surti havent menjat molt bé. Carta amb vins del Garraf. Guardonats amb el quadre d'honor de la guia Gourmetour 2005 i 2006. Valorat com un dels millors restaurants de la comarca.

www.hotelcesar.net

Sitges

C. Cardenal Vidal Barraquer, 2 bxs

T 938 940 003 / F 938 146 090

info@hospitalstiges.cat

Horari: a partir de les 8.30 h


 | 16

Fundació Hospital Sant Joan Baptista de Sitges

Celler del segle XIX, que conserva les mateixes característiques de l'època original. Se'n conserven una gran part de les barriques, que duen a terme la funció d'envelliment de la malvasia dolça. El celler, juntament amb la resta de la finca on s'ubica actualment l'Hospital Sant Joan Baptista, va ser cedit el 1935 pel senyor Manuel Llopis i Bofill. L'Hospital ha estat el garant durant tot aquest temps de la conservació del raïm malvasia de Sitges, varietat autòctona de les més antigues que es conserven, que va estar a punt de desaparèixer durant el segle XX. L'Hospital obté quatre tipus de vins a partir d'aquesta varietat, en funció de la seva elaboració:

- La malvasia seca: vi sec, fermentat i envellit en barrica de castanyer, molt aromàtic, per a aperitius.
- El Blanc Subur: blanc jove, sec, fresc i aromàtic, per acompanyar primers plats.
- Monembàsia: escumós de llarga criança, sec, aromàtic i voluminós. Per a segons plats.
- La malvasia dolça tradicional: vi dolç per a postres.

www.hospitalstiges.cat

Vilafranca del Penedès

Plaça Àgora, 1
T 938 904 811 / F 938 904 754
dopenedes@dopenedes.cat



 | 17

DO Penedès

L'origen del nostre vi

Una de les zones de més projecció internacional de Catalunya és el Penedès, que destaca per la qualitat dels seus productes i el dinamisme de la seva gent. El territori de la denominació s'estén des del pont del Diable fins a l'arc de Berà, i des de Montserrat (serralada prelitoral) fins al Mediterrani. La DO Penedès inclou diversitat de microclimes i sòls. La climatologia és típicament mediterrània, suau i càlida. Gran productora de vins blancs, la varietat estrella dels quals és el xarel·lo, ofereix vins joves, suaus, sedosos, afruitats i amb bona acidesa, i vins blancs més estructurats que han estat elaborats i/o criats en bóta, i que són consistents, càlids, llargs i amb final mineral. Els rosats són fragants, amb una aroma intensa i persistent, adaptats a la modernitat i molt valorats pels mercats. Els negres tenen cos i estructura gràcies als tanins sedosos que aporta la maduració del raïm. Finalment, els vins escumosos són equilibrats i estructurats, reflex del raïm, de la segona fermentació en ampolla amb un mínim de 15 mesos i dels sòls del Penedès.



18

Associació de Viticultors del Massís del Garraf

L'Associació de Viticultors del Massís del Garraf neix de la iniciativa d'uns viticultors arriscats que defensen la tipicitat del massís de Garraf. *Terroir* és la suma de sòl, clima i història. Tot això fa que els vins que s'elaboren en aquesta zona tinguin un caràcter diferent. Els cellers són:

Can Ràfols dels Caus

Finca Valldofera

Finca Viladellops

Torre del Veguer

Vall Dolina

Vega de Ribes

Caves Montau de Sadurní

La Caseta de Fusta

La causa principal de tots aquests cellers és la defensa de les nostres vinyes. Per això, tots nosaltres som viticultors i elaboradors de vins del massís de Garraf. La història vitivinícola de les nostres vinyes és ancestral i la implicació de la societat amb el paisatge passa per conèixer i gaudir amb els vins que s'elaboren al massís de Garraf, i d'aquesta manera, poder conservar el paisatge tan singular que tenim.

www.viticultorsdelmassisdelgarraf.com

Avinyonet del Penedès

Can Ràfols dels Caus, s/n
 (GPS: 399800, 4579445)
 T 938 970 013
 info@causgrup.com / enoturismo@causgrup.com

Visites guiades al celler
 Reserva prèvia



19 Can Ràfols dels Caus

La magnífica casa pairal amb torre fortificada, objecte d'una restauració exemplar, conviu en harmonia amb un paisatge de pins, alzinars, rouredes i ametllers. A més, gaudeix d'un nou celler de disseny capdavanter on s'elaboren vins exclusivament de collita pròpia i parcel·les úniques. Tot el cultiu és ecològic, amb 4 hectàrees de vinya del cultiu biodinàmic. Activitats: tast exclusiu i personalitzat amb enòleg; visita guiada de les vinyes, del celler i de la casa amb tast de vins. Can Ràfols dels Caus continua apostant per la creació de vins únics de terror i lluitant per l'invisible.

Sant Sadurn d'Anoia

C. de Tamarit, 10
 (GPS 41° 25' 30.9" N 1° 47' 13.56" E)
 T 938 910 214 / F 938 911 697
 vins@cellercredo.cat

Visites guiades a la vinya, el celler i tast. Reserva prèvia



20 Celler Credo

Al Celler Credo es defineixen com a defensors de la bio (vida) i la dinàmica (moviment). Cultiven 8 hectàrees de vinyes pròpies situades a 4 quilòmetres de Sant Sadurn d'Anoia i certificades en agricultura ecològica i biodinàmica. Elaboren vins blancs de terror, vins que s'erigeixen en cronistes d'una història sensorial nua d'artificis i que remetent al paisatge d'on són originaris. La varietat mediterrània del xarel·lo és el *leitmotiv* del Celler Credo i el fil argumental que dóna origen als seus vins excepcionals. Ofereixen tastos exclusius i personalitzats al celler, així com visites guiades a les seves vinyes, sempre amb concertació prèvia. El Celler Credo és el projecte de vins tranquils de la família Recaredo, considerats tot un referent en el món del cava.

Begues

Masia Can Sadurní
 (GPS: 41343728, 1912344)
 T 936 390 161
 info@montaadesadurni.com

Morari: de dilluns a diumenge, d'11 a 13 h i de 16 a 18 h; visites guiades al celler amb reserva prèvia

**Sant Pere de Ribes**

Urb. Torre del Veguer, s/n
 (GPS: 394055, 4567571)
 T 938 963 190
 torredelveguer@torredelveguer.com

Horari: de 9.30 a 14 h i de 15.30 a 20 h. Visites guiades a la vinya, el celler i tast. Reserva prèvia

**Sant Pere de Ribes**

Masia la Serra
 Camí del Montgrós, 18
 (GPS: 395672, 4568071)
 T 938 960 024
 info@vegaderibes.com



21 Caves Montau de Sadurní

Propietat dedicada al cultiu de la vinya des de l'any 1530, elabora els vins i els caves Montau de Sadurní. Aquest celler artesà, de producció reduïda, elabora el cava de forma natural. Igualment, ens ofereix vins de diverses varietats, des de criances amb merlot, cabernet i garnatxa fins a blancs fets amb xarel·lo, la varietat autòctona més representativa de la finca. Hi ha la possibilitat de visitar el jaciment prehistòric de la Cova de Can Sadurní, amb reserva prèvia.

  www.montaadesadurni.com

22 Torre del Veguer

Els orígens, una masia fortificada d'estructura medieval, daten del 1359. El primer vi de qualitat que s'hi va elaborar es remunta a abans del 1888. Des de les vinyes hi ha vistes meravelloses. Conreem varietats autòctones del Penedès mediterrani com el xarel·lo i el moscatell, i també el cabernet sauvignon, el merlot i el sirà. Tots els nostres vins els elaborem amb raïm propi collit a mà. Veniu a conèixer les vinyes i el celler, i a tastar els vins amb el nostre enòleg!

  www.torredelveguer.com

23 Vega de Ribes

Vega de Ribes és una empresa familiar dedicada a l'elaboració i embotellament de vins de qualitat de collita pròpia. El raïm s'obté de les vinyes de la finca La Serra i es conrea amb agricultura ecològica integrada amb altres conreus i ramaderia. Les vinyes es disposen en feixes, voltades dels marges de pedra seca. El celler es va renovar l'any 2002 per aprofitar els avantatges dels equips enològics moderns.

 www.vegaderibes.com

Avinyonet del Penedès

Masia Can Batlle, s/n (a 800 m d'Avinyó Nou)

(GPS: 397436, 4580555)

T 938 970 228

info@artcava.com

Caps de setmana i festius: obert els matins de 10 a 14 h

Feiners i festius a la tarda: reserva prèvia



Sitges

C. Carreta, 23

T 938 940 002

confraria_sitges@yahoo.es

Horari de 10 h a 14 h



🍷 | 24

Artcava. Celler Can Batlle

Viu una experiència amb el cava. L'únic lloc al món on el cava el fas tu mateix. El somni de molts aficionats al vi és fer un salt més enllà de l'ampolla final, conèixer quin és el procés que l'ha creat i implicar-s'hi idealment un mateix. Així ho van entendre l'Éric Enguita i l'Ignasi Romeu en veure tants i tants amics i coneguts que encarregaven cava al celler dels seus pares i demanaven participar en el procés d'elaboració, ja fos ajudant en la verema o en el degollament. Així va arrencar un projecte que ha rebut diversos premis i el reconeixement de tot el sector, i que connecta amb el nou corrent de la vinificació americana.

  | www.artcava.com

🍷 | 25

Confraria de Pescadors de Sitges

Peix de Sitges, pesca artesanal

La Confraria de Pescadors de Sitges treballa exclusivament amb embarcacions de pesca artesanal i ofereix al mercat un producte fresc, de baix impacte ambiental i elevada qualitat. El 2014 s'ha iniciat el projecte Peix de Sitges, amb la intenció de recuperar la primera venda de peix al municipi i apropar a la ciutadania els productes de temporada del nostre litoral. Paral·lelament, s'han començat a fer campanyes per un consum responsable de peix i s'han iniciat diversos projectes, com ara la millora de la gestió pesquera, la creació d'una reserva marina i el Turisme Pesquer, per mostrar l'ofici dels pescadors artesanals, la biodiversitat de la zona i, en definitiva, la cultura marinera de la vila, que esperem que perduri en el temps.

 | www.peixdesitges.cat

Avinyonet del Penedès

C. d'Espplugues, 7 (Les Gunyoles)
(GPS: 41.351553, 1.78337137)
T 938 970 164 / 660 829 402
cuscoberga@cuscoberga.com /
berga@cuscoberga.com

De dilluns a dissabte de 10 a 13 h i
15 a 19h diumenges de 10 a 13.30 h
Visita i degustació, reserva prèvia



🍷 | 26

Vins i Caves Cuscó Berga

Elaborador i embotellador

Des del final del segle XIX, la família Cuscó i Esteve practica la viticultura de forma artesanal elaborant els seus propis vins i caves. L'any 1985, Josep Cuscó Berga i els seus fills van edificar el celler actual, de concepció moderna i amb unes condicions excepcionals per a l'obtenció de grans vins. Sorpren els visitants l'espectacular vista del Parc Natural del Garraf. És en aquest paratge on es produeixen i es comercialitzen els vins i els caves de la marca Cuscó Berga.

  www.cuscoberga.com

Begues

C. Sant Francesc, 30
T 936 391 249
casven4@hotmail.com

Dilluns tancat
De dimarts a dissabte de 7 a 19 h
(obert al migdia)
Diumenges de 7.30 a 14.30 h
Preu mitjà: 3 € per persona



🍷 | 27

Pastisseria Marcel

Després d'una formació i dedicació de 25 anys en diferents obradors, l'any 2010 vam decidir obrir la nostra pròpia pastisseria, on oferim productes dolços i salats de màxima qualitat; tots elaborats al nostre obrador. També podeu degustar-los mentre feu un cafè. Especialitat en coques i galetes artesanes. Disposem d'aparcament propi gratuït. Empresa amb registre sanitari i certificat de qualitat de panellets de la Generalitat de Catalunya.



Canyelles

Pça. Eliseo Oliver, 4 bis (nucli antic)
(GPS: 41286347, 17216632)
T 630 119 846 / F 938 973 263
info@graudoria.com

Visites gratuïtes, sols per petits grups, sempre amb reserva prèvia
Preu mitjà entre 7-28 €

Canyelles

C. Nou, 22
T 938 188 124 / 606 905 031
Obert de 9 a 14.30 h
Dilluns tancat



 | 28

Cava Grau Dòria

Els nostres caves artesanals continuen mantenint l'ànima i l'expressió aromàtica de les varietats tradicionals, amb la personalitat, l'harmonia i la suavitat que sempre els han caracteritzat.

Són caves criats en rima tradicional, remoguts en pupitre i degollats a mà, un per un, amb una criança mínima de 14 mesos per al brut, 18 per al *nature*, i 24 i 36 mesos per al reserva i el gran reserva, respectivament.

 | 29

Fleca Bertran

Pa artesà cuit amb llenya

Durant tres generacions de forners, la família Bertran ha mantingut viva la tradició de l'art del pa, dels carquinyolis i de les coques salades i de sucre amb pinyons, tot plegat cuit en un forn de llenya centenari. Conservant sempre la massa mare del pa, les millors farines i la manera de fer dels avantpassats, aconsegueixen productes òptims i únics en la seva personalitat.

Lavern (Subirats)

Masia Olivella s/n
T 649 993 594
info@lesfilosmarket.com

Horari: de 9 a 16 h



Olivella

Masia La Fassina (Parc del Garraf)
(GPS: 402537, 4570483)
T 637 775 894

pilar@fassinadejafre.com

Informació i reserves: de 9 a 13 h
i de 16 a 19 h



Sitges

Mas Quadrell
Apartat de Correus 175
(GPS: 403441, 4569223)
T 937 432 129
laabejalocasitges@hotmail.com

Divendres al vespre, dissabte i
diumenge tot el dia
Entre setmana cal concertar visita



| 30 Les Filos

Les Filos, dues germanes de Lavern (Subirats) filles de pagès amb camps propis de préssec d'Ordal, n'elaboren mermelades de diferents varietats i préssec en almívar. Les Filos, a més de ser una marca, és una experiència culinària, ja que en resulten productes gustosos i afruitats, ideals per esmorzar, com a aperitiu amb formatges o acompanyant una carn a la brasa, un peix i, fins i tot, unes bones postres.

| 31 Masia La Fassina

Amb la matèria primera del bosc i les hortalisses de la zona, elaborem productes artesans, mostra dels colors i sabors del Garraf. D'altra banda, a La Fassina, s'organitzen diferents activitats relacionades amb el parc, com ara itineraris guiats de la natura, enogastronòmics i del patrimoni, lloguer d'espais per a grups, i venda d'artesanía del Garraf. Visites guiades a equipaments del parc, cellers, vinyes i altres elements del patrimoni natural i històric.

| 32 Mas Quadrell Associació La Abeja Loca

Les vinyes centenàries de l'Associació La Abeja Loca de Mas Quadrell es troben al bell mig del massís de Garraf i a 4 km de les portes de Sitges. Els seus vins i caves s'elaboren de manera artesanal i natural. Enmig de la natura podreu fer un tast de tots els vins i caves del Garraf, i també de formatges, embotits i mel, tot acompanyat d'un ambient de festa i bona música en viu. S'ofereix servei de barbacoa. És accessible per a persones amb mobilitat reduïda.

Subirats

Estació Renfe de Lavern, s/n
08739 Subirats
T 938 993 499

Venda directa a la casa dels productors i també al Mercat de Sant Pau d'Ordal (dissabtes i diumenges de juny, juliol i agost de 9 a 14 h)

Vilanova i la Geltrú

C. Mercader, 5
T 938 931 209 / 938 142 078
aurorateres@gmail.com

De 8.30 a 13.30 h i de 17 a 20.30 h



 | 33

Préssec d'Ordal

Associació de Productors

El préssec de l'Ordal es troba entre Subirats i Avinyonet del Penedès i és un dels productes de més qualitat de la zona. La collita comença a principis de juny i finalitza a mitjan agost atès que el cultiu és 100% de secà. L'Associació de Productors està formada per una vintena d'agricultors, i l'element que identifica l'autenticitat del producte és el logotip de Prèssec d'Ordal i un número de productor que porta l'etiqueta de cada caixa. Vine i tasta'm!

 | www.pressecdordal.cat

 | 34

Aurora Terés

Cansaladeria, xarcuteria

Empresa dedicada únicament a la carn fresca de porcí i a l'elaboració d'embotits des de l'any 1929. L'elaboració dels nostres productes en petites partides permet una selecció acurada de la carn del porc per poder efectuar cadascuna de les nostres especialitats. La nostra carn és fresca i de primeríssima qualitat. Ens ho reconeixen títols com, per exemple, el d'establiment artesà, el de mestre artesà xarcuter o la carta d'artesà alimentari.

Vilanova i la Geltrú

C. Montanyans, 2
T 687 069 171
ecohortatupí@hotmail.com

Matins de dilluns a dissabte als mercats. Venda a l'explotació amb hora concertada

Vilanova i la Geltrú

C. del Jardí, 81
T 938 144 917
lagarrofa.garraf@gmail.com

Horari: de dimarts a divendres, de 10 a 14 h i de 17 a 20 h; dissabtes, de 9 a 14 h

Vilanova i la Geltrú

Mercat del Centre. Parada núm. 27
T 938 141 102

De dilluns a dissabte de 8 a 14 h
Dimarts i divendres de 17 a 20 h



 | 35

Cal Tupí d'Olives

Productes d'horta

Som la tercera generació de pagesos que treballa la finca del Cal Tupí, des del 1904. La nostra família ha passat per tres etapes: l'avienya vinya i horta, el pare va ser ramader, i nosaltres ens hem dedicat a l'horta. Vam començar a la Finca del Pas del Bou i, posteriorment, vam anar incloent les altres dues finques que cultivem. Fem productes d'horta de diverses varietats autòctones però també estem oberts a les peticions dels nostres clients, com és el cas de la varietat de carbassó zapallito.



 | 36

La Garrofa

Agrobotiga de queviures ecològics i de proximitat

La Garrofa és un projecte que vol impulsar l'agricultura ecològica a la nostra comarca donant suport als agricultors locals. L'horta i la fruita que trobaràs a La Garrofa és acabada de collir, no ha estat tractada amb pesticides ni productes químics, és local, de temporada i té un preu just per a tots. El nostre objectiu és garantir una alimentació sana i, al mateix temps, tenir cura del medi ambient i ajudar a la conservació de les terres de conreu del nostre territori.



 | 37

Martínez

Cansaladeria, xarcuteria

La Cansaladeria Martínez està situada al Mercat del Centre de Vilanova i la Geltrú, a les parades 26 i 27 d'aquest mercat comarcal de referència. L'artesania en l'elaboració i la qualitat dels seus productes en origen són la identitat d'aquesta empresa familiar creada l'any 1962. Les especialitats de la casa són la carn fresca de porc ibèric i els embotits casolans.



| 38 Altres productes del parc

Avinyonet del Penedès

MasiaCases Blanques - l'Arboçar



Productes d'horta ecològics

T 666 548 234 / 607 440 234

masiacasesblanques@

gmail.com

www.casesblanques.cat -

casesblanques.blogspot.com.es



Els Monjos

Xavier Llobet Guix

Mel Castell de Penyafort

Masia Cal Magi

T 659 733 583

castelldepenyafort@hotmail.com

Gavà

Cal Beatris

Productes d'horta de temporada

T 936 628 712 / 676 590 130

miqueljosep@terra.com

Sant Pau d'Ordal (Subirats)

Salvador Mallofré

Mel del massís de Garraf

T 938 993 159

smallofre@hotmail.com

www.melcanmallofre.com

Sant Pere de Ribes

Can Pere de la Plana

Granja escola (casa de colònies)

Masia Can Pere de la Plana,

s/n, apartat de correus 153

Productes artesanals, mel,

oli i formatge de cabra.

T 938 960 827

p.garraf.canpere@diba.cat

Vilanova i la Geltrú

Mònica Guilera

Cistelleria tradicional catalana

T 639 748 306

monicaguilera1@hotmail.com

Sínia Sant Gervasi

Fruita i verdura de
temporada. Collita pròpia

Remei Gimeno

Vendes sota la marquesina

del Mercat del Centre

T 629 984 963

**Associació de Productors
"Préssec d'Ordal":
préssec, cirera, tomacó,
meló i verdures del temps**

Avinyonet del Penedès

Esteve Lloret

T 696 119 291 / 619 141 903

germans-esteve@hotmail.com

Joan Marcé

T 938 970 333

Josep Cuscó Martí

T 938 970 611

caljeroni@caljeroni.com

www.caljeroni.com



Can Rossell

Lluís Raventós Vendrell

T 617 619 905
aficionat@hotmail.com

Pere Catasús Vilamós

T 938 993 311 / 655 044 246
pere.catasus@gmail.com

Pere Llopart Sogas

T 938 993 013

Cantallops

Josep Esteve Ràfols

T 938 994 176 / 656 865 251
estevecols@hotmail.com

Manel Massana Vallès

T 938 994 137

El Pago

Melcior Vendrell Amat

T 938 993 039

Pere Bernet

T 938 994 095

Els Casots

Josep Esteve Gibert

T 938 993 110
calpanxa@hotmail.com

Lavern

Josep M. Olivella Rosell

T 938 993 146 / 639 900 787
609 14 97 79
info@olivellafontclara.com
www.olivellafontclara.com



Sant Pau d'Ordal

Anton Font Llopart

T 938 993 233 / 619 368 558

Joan Massana Planas

T 938 993 254

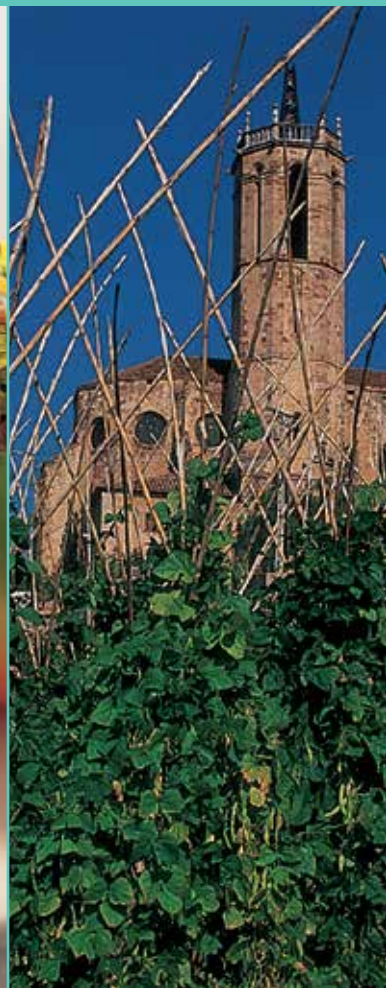
Josep Ràfols Vendrell

T 938 993 259
calpaujan@hotmail.com

Rosa Esteve

T 938 993 069

Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac



Unides pel coll d'Estenalles, les dues serralades que donen nom a aquest parc natural estan dibuixades per altives cingleres i boscos d'alzines i pinedes. També són característics d'aquest espai els cingles i monòlits de conglomerat rogenc, una curiosa manifestació natural que confereix un caràcter singular al paisatge. Al cim més alt, la Mola (1.104 m), hi trobem el monestir romànic de Sant Llorenç del Munt, punt emblemàtic del parc i destinació de moltes rutes i caminades. A més del monestir, diverses torres de vigilància, grans masies i antigues balmes ens remetent a una època en què l'home va fer d'aquest espai el seu hàbitat natural.

Oficina del parc

La Mata
Ctra. de Terrassa a Navarcles,
km 14,8
Apartat de correus 71
08230 Matadepera
T 938 318 350 · F 938 317 737

p.santllorenç@diba.cat
parcs.diba.cat/web/santllorenç

Obert els feiners de 9 a 14 h

Any de declaració del parc natural:

1987

Any d'aprovació del Pla especial:

1972 (ampliat i modificat el 1982 i 1998)

Superfície protegida:

13.691 ha

Productes i gastronomia del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac

Els productes alimentaris i la cultura gastronòmica del Parc Natural de Sant Llorenç de Munt i de l'Obac són el fruit d'un paisatge singular, un clima típicament mediterrani i uns habitants que han tingut cura de les tradicions i els productes de la terra. Les característiques geomorfològiques de les parts altes del massís de Sant Llorenç del Munt i de la serra de l'Obac, amb els seus roquissers de conglomerats, són poc adients per a una ocupació i unes activitats humanes estables, si més no per la manca de sòls cultivables i de pastures. Per aquest motiu, els habitants dels massís s'han establert secularment a les parts baixes, allí on els dipòsits al·luvials han facilitat el conreu de la terra, especialment a les valls del riu Ripoll i de la riera de les Arenes, sobretot a mesura que s'entra en contacte amb la plana vallesana. En el decurs dels anys, la població va patir diverses fluctuacions, però va ser entre els segles *xvi* i *xviii* que molts pagesos van consolidar les seves propietats amb l'annexió de molts masos abandonats. Durant el segle *xviii* tingué lloc un fort creixement econòmic, que va anar acompanyat d'un desenvolupament de la vinya important. En aquella època, els pagesos van excel·lir en la construcció d'elements que els ajudaven a

treballar més còmodament i que evitaven que la collita es malmetés. Són les barraques de vinya i les tines de vi, situades enmig de les vinyes antigues, i que, a causa dels canvis produïts al món rural, avui dia moltes es troben engolides pels boscos.

El despoblament que es va viure al camp al llarg del segle *xx* va portar un descens en l'activitat agrícola, en favor de la recuperació d'una gran part d'extensió forestal que abans estava dedicada al cultiu.

Actualment vivim una reintroducció de l'agricultura ecològica i tradicional en aquestes terres. És un fet rellevant des del punt de vista ecològic i socioeconòmic, ja que ajuda a mantenir el paisatge i la biodiversitat, a prevenir els grans incendis forestals, a mantenir el patrimoni rural, a promoure el turisme i l'educació ambiental, sense oblidar la importància de recuperar el sector primari al



parc natural. L'auge d'aquesta agricultura i el consum local de productes alimentaris redueix la importació de productes de fora del territori i es presenta com una estratègia de gestió ambiental de l'entorn i d'implicació social dels habitants dels municipis.

Pel que fa a la promoció turística local, el procés de restauració i recuperació del patrimoni que, per exemple, han tingut les tines de vi a les valls del Montcau, amb el traçat de rutes i visites guiades, és un exemple d'activitat que afavoreix la promoció i sensibilització amb relació al patrimoni cultural i gastronòmic de la zona.

Alhora, el procés d'adhesió del Parc Natural de Sant Llorenç de Munt i l'Obac a la Carta Europea de Turisme Sostenible (CETS) és una nova mostra de la voluntat del parc de treballar en la millora contínua del desenvolupament de l'activitat turística, tenint en compte les necessitats del medi ambient, la població i les empreses turístiques locals per l'aplicació dels principis de sostenibilitat. Al parc hi podem trobar una gastronomia de qualitat, feta a partir de les matèries primeres que exigeix la millor cuina, que es concreta en plats tan coneguts com el poti-poti de Mura, l'amanida navarclina o el bacallà a la talamanquina, entre d'altres.





Mongeta del ganxet

De la gran varietat de productes d'horta, en destaquem, a continuació, alguns dels més emblemàtics i representatius. Al Vallès Occidental hi trobem la **mongeta del ganxet**, un llegum sec, de mida mitjana, aplanat, blanc i en forma de ganxo. Aquestes mongetes són especialment bones amb cansalada i amanides amb oli novell. Aquest producte gaudeix de la denominació d'origen protegida (DOP) Vallès-Maresme. Això certifica la qualitat en la seva producció, elaboració, designació i comercialització. Podem trobar la mongeta com a llegum sec, cuinada o en conserva. La mongeta del ganxet es pot trobar en altres comarques com el Vallès Oriental, la Selva, el Maresme i el Gironès. Al Vallès, en destaquem receptes tradicionals elaborades per alguns restaurants de **Parc a taula**, com la mongeta del ganxet amb cansalada o de més elaborades com l'orada amb carbassa, mongetes del ganxet, fruits secs i sabaïona d'oloroso.

Entre els productes d'horta trobem la **poma del ciri**, que és un conreu molt popular i tradicional al Vallès Occidental. Aquesta poma és de color groc i té una bona mida.



Té bon gust i es conserva força temps. És una fruita de temporada que trobem del desembre al març.

A la comarca del Bages, hi trobem el reconegut **cigronet de Mura**. És de tipus



petit, sense pell, molt gustós i de cocció fàcil, apreciat a la cuina tradicional de secà. Permet múltiples aplicacions culinàries en plats freds i calents, així com barrejat amb marisc, verdura o carn. El trobem disponible tot l'any i es produeix a Mura i a poblacions veïnes. És especialment valorat en la gastronomia del nostre país i en els darrers anys se n'ha anat recuperant el cultiu.

També són típiques del Bages diferents varietats de col verda o d'hivern. Si els toca el fred a les fulles de dalt, tenen un gust deliciós. Fan uns 0,5 m d'alçada i, com a tret distintiu,



Mongeta del genoll de Crist



Picapoll

fan poc cabdell o gairebé gens.

La **mongeta del genoll de Crist** és mig bigarrada i es pot menjar seca o tendra. Al Bages les mongetes se sembren a principi de juliol i es recullen abans que arribin els primers freds, a principi d'octubre. També a les valls del Montcau, als voltants de Mura, i cultivat en petites hortes, hi trobem

el **tomàquet rosa de Mura**, de mida

grossa amb lòbuls buits a l'interior, que destaca per la seva dolçor i la manca d'acidesa. Un tomàquet ideal per fer amanides o per ser farcit.

Al parc també creixen bolets de tots tipus, com ara rovellons, fredolics o llenegues, i d'altres varietats apreciades com els ous de reig, els carlets o els cigrons.

A banda de les varietats d'horta, als municipis del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, hi trobem altres productes com els embotits típics de la zona: el bull, els bisbes i la botifarra catalana trufada.

Seguint el cercle gastronòmic, no ens podem oblidar de la qualitat de l'oli d'oliva pur, els

formatges, la mel, les confitures, el pa de llenya, els bombons inspirats en plantes aromàtiques del parc i els productes de pastisseria de Matadepera, Mura, Monistrol de Calders i Sant Llorenç Savall.

Per tancar aquest cercle, tampoc no hi podien faltar els cellers de la DO Pla de Bages, que destaquen per elaborar vins de qualitat, amb raïm fruit de les particularitats del sòl i el clima característic del Bages. Dins aquesta DO destaquem la varietat **picapoll**, de verema tardana, gra ovalat i pell gruixuda, que protegeix el fruit durant la llarga maduració. Amb aquesta varietat s'aconsegueixen vins d'acidesa mitjana, molt amables i amb sensació de volum. Aromàticament revela notes cítriques, com l'aranja, l'espigol i, en els anys més frescos, notes florals (de flor blanca com el gessamí). A part d'aquesta varietat i d'altres, com el *chardonnay* i l'ull de llebre, cal destacar el sumoll, la varietat autòctona negra més conservada a la zona. Té un cicle mitjà, un gra gros i una producció mitjana elevada. Dóna vins negres de poc color, però molta frescor i estructura tànica, de l'estil dels vins continentals. Un bon vi és el millor complement d'un bon àpat.



Índex de participants



- 01** Cal Carter, p. 50
- 02** El Puig de la Balma, p. 50
- 03** La Tatgera, p. 51
- 04** Alberg Els Caus, p. 51
- 05** Can Seuba, p. 52
- 06** Hostal Cal Pla, p. 52
- 07** Ca L'Antonieta, p. 52



- 08** Restaurant-Escola Torre Mossèn Homs, p. 53
- 09** L'Esclopet, p. 54
- 10** Can Vinyers, p. 54
- 11** La Mola, p. 55
- 12** El Rubell, p. 55
- 13** Cal Carter, p. 56
- 14** Hostal de Mura, p. 56
- 15** Fonda Rius, p. 57
- 16** Racó de Can Brossa, p. 57
- 17** Cal Ros, p. 58
- 18** Capritx, p. 58
- 19** La Muntanyeta, p. 59
- 20** La Terrassa del Museu, p. 59
- 21** La Pastora, p. 60
- 22** Cafè Laika, p. 60
- 23** Bar Pizzeria La Segona Copa, p. 61
- 24** Bar Restaurant Cal Ramon p. 61
- 25** Les Brases de Ponsferrer, p. 61
- 26** Les Voltes de Talamanca, p. 62
- 27** El Cel de les Oques, p. 62

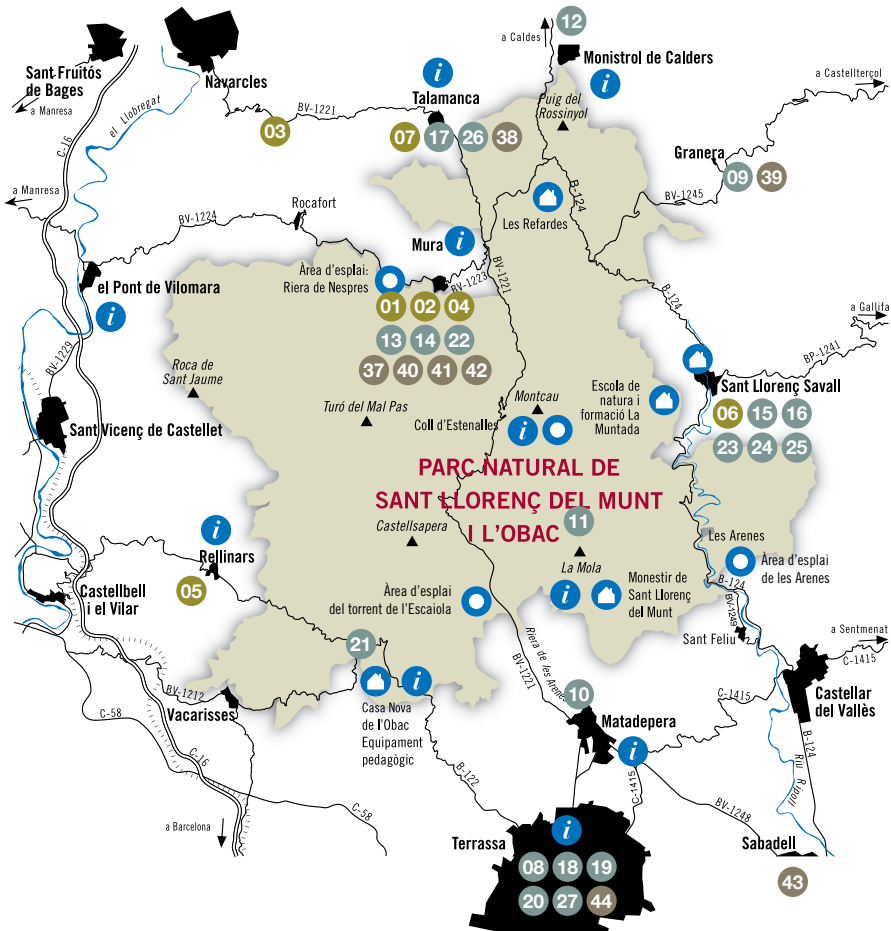


- 28** DO Pla de Bages, p. 63
- 29** Caves Gibert, p. 64
- 30** Solergibert, p. 64
- 31** Vins Grau, p. 64
- 32** Collbaix Celler el Molí, p. 65
- 33** Heretat Oller del Mas, p. 65
- 34** Celler Cooperatiu de Salelles, p. 65
- 35** Fargas Fargas, p. 66
- 36** Celler Abadal, p. 66



- 37** El Celler, p. 67
- 38** L'Aloer p. 67
- 39** Simanya cervesa artesana, p. 68
- 40** El Molí del Mig, p. 68
- 41** Embotits de Mura, p. 68
- 42** Muradine, p. 69
- 43** Cooperativa Agrària del Vallès, p. 69
- 44** Casanovas Cansaladers, p. 69
- 45** Altres productes del parc, p. 70

Mapa de situació



Mura

Pl. Tomàs Viver, 1
T 938 317 036
apartaments@calcarter.net
Obert cada dia
A partir de 25 € persona/dia

Mura

Casa Puig
(GPS: 413791, 4616485)
T 937 433 274
elpuigdelabalma@gmail.com
Horari: obert cada dia



i | 01

Cal Carter

A més de l'àmplia oferta culinària que trobareu al nostre restaurant, per poder gaudir d'una estada completa, oferim als nostres visitants habitacions dobles i apartaments amb capacitat per a 2, 4 i 6 persones, situats dins el poble. Els apartaments, amb ambients espaiosos, càlids i confortables, tenen una certa inspiració tradicional. Estan totalment equipats, incloent-hi una cuina amb microones, nevera i rentadora, un bany particular, una sala d'estar amb televisor i llar de foc, calefacció i aparcament. A més, disposen d'una petita terrassa amb vistes precioses.

i | 02

El Puig de la Balma

Turisme rural i restaurant

Conjunt historicocultural d'agroturisme. Masia construïda al segle XII sota la balma, ubicada al bell mig del parc natural. Disposa de cinc habitacions molt originals sota la roca. Al menjador se serveixen productes de temporada com ara verdures, patates i llegums de producció pròpia, així com botifarra, xai i conill de qualitat.

Talamanca

Ctra. BV-1221, km 28,7
(GPS: 41.737193860, 1.932875656)
T 696 608 244
campinglatatgera@hotmail.com

Obert caps de setmana i festius, cada dia per Setmana Santa i del 21/6/2014 a l'11/9/2014
Tancat per les festes de Nadal



Mura

C. Sol, 1
T 938 316 331 / 697 268 468
info@elscausdemura.coop

Obert tot l'any
Preu orientatiu: a partir de 15 €
(preus especials per a grups)



La Tatgera

Càmping

El Càmping La Tatgera està ubicat a l'entrada nord del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac. És un indret ideal per fer-hi una estada i gaudir de l'entorn natural practicant el senderisme, les rutes a cavall amb itineraris adaptats o les rutes amb BTT, o per gaudir del patrimoni històric –endinsant-vos en el castell de Talamanca i la batalla del 1714–, del monestir de Sant Benet de Bages i de les tines de vi enmig de les vinyes. El càmping ofereix parcel·les àmplies, zona d'acampada, serveis, piscina, zona d'esports... I un acollidor bar restaurant a peu de carretera obert a tot el públic, amb una terrassa àmplia i panoràmica i zona Wi-Fi. Servim esmorzars i dinars a la brasa, menús per a grups. A l'estiu, també oferim sopars a la fresca per encàrrec.

 www.campinglatatgera.wix.com/latatgera



Alberg Els Caus

Allotjament rural i turisme responsable

Allotjament econòmic de 35 places al nucli urbà de Mura, gestionat per una cooperativa local. Tenim piscina, barbacoa, sala polivalent de 90 m² amb equip d'àudio i pantalla, Wi-Fi i jocs infantils. Serveis: turisme familiar, colònies, restaurant, celebracions (capacitat per a 100 persones), cursos i trobades. Fem cuina de temporada i per a grups grans (calçotades, arrossades, graellades...). Consum conscient, proximitat, cooperativisme, ecologia.

 www.elscausdemura.coop

Rellinars

C. Reverend Emili Riera, 48
T 670 640 900
info@canseuba.com

Obert tot l'any
Preu mitjà: 35 €/persona (règim
d'allotjament i esmorzar)

Sant Llorenç Savall

Av. Catalunya, 56
T 655 778 913 / 630167025
hostalcalpla@yahoo.es

Obert tot l'any
Ofertes cap de setmana 100 €
Pàrquing gratuït

Talamanca

C. Nou, 22
T 938 270 329
roserurpina@hotmail.com

Obert tot l'any
Wi-fi gratis
Preu mitjà: 25 €



🏠 | 05

Can Seuba

Can Seuba és una formosa casa de principis del segle xv situada al petit poble de Rellinars, entre dos parcs naturals: el de la muntanya de Montserrat i el Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, i a només 50 quilòmetres de Barcelona. La nostra casa s'ofereix com un punt estratègic d'inici d'activitats de contacte amb la natura: senderisme, cavalls, rutes en bicicleta... Us suggerim que deixeu el cotxe i us dediqueu plenament a connectar amb la natura.

www.canseuba.com

🏠 | 06

Hostal Cal Pla

Casa modernista situada al centre del poble que s'ha restaurat totalment conservant-ne els terres hidràulics i la gran escala central. Consta de sis habitacions dobles, totes elles amb bany, calefacció, aire condicionat i televisor. Totes les habitacions tenen llum exterior. Terrassa i sala de jocs. Esmorzars, dinars i sopars al restaurant Cal Ramon (a 20 m).

www.hostalcalpla.com

🏠 | 07

Ca l'Antonieta

Allotjament rural

Situat en un poble enmig de la muntanya, on els carrers són molt tranquils i els camins per gaudir del bosc molt amens. L'allotjament disposa d'una sala menjador (amb llar de foc) i cuina, tot en un mateix ambient, una galeria que dona pas a una terrassa amb les millors postes de sol de la zona, tres habitacions de matrimoni (amb prou espai per a llits supletoris) i un bany per compartir. També disposa d'unes golfes condicionades estil loft amb un llit de matrimoni, sofà llit i terrassa.

Terrassa

Ctra. de Castellar, km 19,5
 T 937 862 525 / F 937 315 113
 a8053251@xtec.cat

Horari: de dimarts a dijous servei de
 migdia i divendres migdia i nit
 Preu mitjà: 11 €


 | 08

Restaurant-Escola Torre Mossèn Homs

Ubicat en una típica masia catalana del segle XIV rehabilitada per les escoles taller de l'Ajuntament de Terrassa entre els anys 1988 i 1992. L'Institut Cavall Bernat i el Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya, mitjançant un conveni de col·laboració amb l'Ajuntament de Terrassa i el Gremi Empresarial d'Hostaleria de Terrassa i Comarca, hi imparteixen cicles formatius d'hostaleria i turisme. El restaurant és obert de dimarts a divendres, des de la una fins a les tres. Els dimarts i els dimecres oferim un menú cuinat i servit per l'alumnat de primer curs al preu de 9 euros, i els dijous i els divendres, un menú de degustació al preu de 13,50 euros, elaborat i servit per l'alumnat de segon curs. Si voleu organitzar un dinar, una jornada de treball, esmorzars o reunions, celebracions, etc., no dubteu a contactar amb nosaltres. Disposem d'un menjador rústic amb capacitat per a 24 persones i dues sales de reunions amb capacitat per a 30 i 15 persones, equipades amb projectador audiovisual, projectador de transparències, ordinador portàtil i connexió a Internet.

www.torremossenhoms.cat

Granera

C. Castell, 16

T 938 668 439 / 616 187 348

cescagg@gmail.com / cescagg@facebook.com

De dijous a diumenge, dijous i divendres de 9 a 16 h.

Dissabte i diumenge de les 9 del matí fins després dels dinars. Sopar prèvia reserva. 20 25 € preu carta orientatiu

**Matadepera**

Pompeu Fabra, s/n - Club de Golf de Matadepera

(GPS: 419403, 4605951)

T 937 870 619 / 636 450 300

info@canvinyers.es

Obert de dimarts a diumenge de 9 a 18 h (de dijous a dissabte, obert també de 21 a 23 h)

16'35 € menú migdia, 30 € menú cap de setmana i

nocturn, 40 € preu carta orientatiu



🍴 | 09

L'Esclopet

Cuina catalana de pagès

El nostre restaurant ofereix sobretot cuina de pagès, cuina catalana marcadament rural i servida en plats grans. Us recomanem amanides variades, patés, formatges, torrades amb escalivada, escudella... Molts dels nostres productes provenen de les masies de Granera. Per les nostres brases hi passen botifarres, carn de xai, peus de porc, suculents entrecots o bolets i verdures del temps. Les postres són també d'elaboració casolana: flams, cremes catalanes o mel i mató, entre d'altres.

🍴 | 10

Can Vinyers

Cuina mediterrània i creativa

Treballem amb productes de proximitat i ecològics amb una base de cuina tradicional, aportant un toc creatiu i suggeridor.

La nostra intenció és fer de Can Vinyers un punt de trobada on tant els curiosos com els apassionats d'aquest enriquidor món de la gastronomia surtin amb la impressió d'haver gaudit menjant i d'haver passat una bona estona.

Can Vinyers disposa d'unes instal·lacions úniques. Està ubicat a l'antiga masia de Can Vinyers, de mitjan segle xv, en l'entorn agradable del camp de golf de Matadepera. Disposem d'una àmplia terrassa i un espai *chill out* exteriors, així com de tres salons privats i menús especials per a grups. També hi ha carta especial per a celíacs.



Matadepera

Monestir romànic de Sant Llorenç del Munt
(GPS: 418317, 4610600)
T 937 435 454 / 629 503 040
info@lamola.com

Obert tots els dies feiners de 10 a 16 h
Dissabtes, diumenges i festius de 9 a 17 h
25 € preu carta orientatiu. Menús de 24 i 28 €



Monistol de Calders

C. de la Vinya, 6
T 938 399 003 / 938 399 086
rubell@rubell.es

Obert de dimecres a diumenge al migdia (divendres i
dissabte, obert també al vespre)
35 € preu carta orientatiu



11 La Mola

Carns i verdures a la brasa

El restaurant La Mola forma part de l'edifici històric del monestir romànic de Sant Llorenç del Munt (segle X), situat al cim més alt del parc natural que du el seu nom. Des del restaurant, a 1.104 m d'alçada, l'excursionista podrà observar un dels paisatges més espectaculars del territori català. El comensals gaudiran d'una oferta gastronòmica completa cuinada en bona part amb forns de llenya, amb productes de proximitat i de molta qualitat. Una visita al monestir i una exposició permanent sobre el romànic completen l'excursió.

12 El Rubell

Cuina tradicional catalana

Fruit de l'arrelament a la nostra terra, al restaurant El Rubell trobareu els plats més típics de la cuina tradicional catalana. De les especialitats a escollir entre els 60 plats de l'elaborada carta, cal destacar uns boníssims canelons gratinats o un gustós fricandó, però tampoc no hi podia faltar una exquisida mongeta del ganxet amb cansalada i una extensa carta de peix, que l'han convertit en un restaurant de renom a la zona entre el massís de Sant Llorenç del Munt i l'altiplà del Moianès. El seu ampli menjador té capacitat per a unes 250 persones.

Mura

Pl. Tomàs Viver, 1
T 938 317 036
restaurant@calcarter.net

Obert cada dia a partir de les 9 h
27-30 € preu carta orientatiu

**Mura**

C. Joan Alavedra, 5
T 938 318 040 / 687487370
hostaldemura@hotmail.es

Obert de dimarts a divendres de 10.30 a 18 h
Caps de setmana i festius de 9 a 18.30 h
Menú diari: 10€ Menú cap de setmana: 21€
Carta: 25-30 €
Menú per a grups: a consultar



i | **13**

Cal Carter

Cuina tradicional catalana i de mercat i plats típics de Mura

Situat al mig del pintoresc poble de Mura, la família Perich va fundar el restaurant el 1964 i des de llavors treballa amb qualitat i il·lusió. Amb el temps ha anat ampliant la seva oferta culinària: des dels plats més clàssics de la cuina catalana fins als més actuals, amb productes de temporada. Tenen fama els cigrons amb bacallà, el poti-poti, l'amanida tèbia amb bolets i gambes, els peus de porc farcits, la carn a la brasa i les postres, que també són d'elaboració pròpia. Disposa de diversos menjadors i a l'estiu se serveixen sopars a la terrassa.

i | **14**

Hostal de Mura

Cuina casolana i d'elaboració

Fa 350 anys que l'Hostal funciona i amb una cuina tradicional que ha perdurat fins ara. Un racó per als més menuts, un pou que té aigua, una fresqueta molt maca i una roca centenària que comparteix cuina i taula. Corregida i millorada, amb plats grans i abundosos, hi trobarem tant productes del camp com viandes de la contrada. I per als més agosarats, els suggeriments del xef, que de ben segur seran encertats si volem tastar un bon àpat de veritat.

Sant Llorenç Savall

C. Ripoll, 13
T 937 140 044
fondarius@hotmail.com

Servei d'esmorzar i dinar de 8.30 a 16 h cada dia. Servei de sopars de 20.30 a 22.30 h divendres, dissabte i reserves
Dimecres tancat
Entre 10 i 20 € (dies feiners i festius, respectivament)

**Sant Llorenç Savall**

Vall d'Horta, Can Brossa, s/n
(GPS: 419002, 4614979)
T 937 140 186 / 610 770 739

Divendres, dissabte, diumenge i festius:
esmorzar, dinar i sopar
25-30 € preu carta orientatiu 25 i 29 € menús per a grups



 | 15

Fonda Rius

Innovació i tradició culinària catalana

Els néts de l'avi Joan, conservant una tradició familiar centenària, posem al plat el vincle de l'essència culinària de les llars catalanes d'antany i la revaloració de mètodes i sabors que ofereix la cuina actual. Un ampli ventall de possibilitats a la carta, per apropar-nos a totes les persones que volem gaudir d'un ambient rural i familiar. Lloc de refugi i bon menjar al llarg dels anys per a gent de passada, la Fonda Rius disposa de dos menjadors, reservat i terrassa jardí interior per alleugerir les nits d'estiu i complementar banquets. Infraestructures remodelades, però conservant tradició i encant, per seguir oferint allò que ens agrada: de l'esmorzar a l'entrant, fins a les postres... El bo i millor de la cuina casolana catalana de temporada.

  | 16

Racó de Can Brossa

Cuina mediterrània

La masia de Can Brossa data del segle XIII i està situada al bell mig de la Vall d'Horta. Està envoltada d'un marc incomparable com el que ofereix el Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac. El Racó de Can Brossa és un acollidor restaurant que forma part de la masia. Una molt bona proposta per als amants de la natura que podran gaudir de la seva cuina casolana i de creació, amb plats originals i productes de collita pròpia. Recomanem el senglar, la cassoleta de peus de porc desossats, la cua de bou estofada i també les nostres galetes i carquinyolis, fets amb tot el nostre amor per aconseguir un resultat exquisit.

Talamanca

C. del Raval, 15
T 938 276 708
talamanca@restaurantcalros.com

Horari: de 9 a 23 h; dimarts i dimecres, tancat
Preu: menú entre setmana, 10,5 €; menú cap de setmana, 17 €; preu carta orientatiu, 22 €

**Terrassa**

C. Pare Millán, 140
T 937 358 039
reserves@capritx.com

Obert de 13 a 15.30 h i de 21 a 23 h
Diumenge i dilluns, tancat
Menú degustació: 58 €



| 17 Cal Ros

Cal Ros és un restaurant amb una gran tradició familiar, especialitzat en cuina casolana catalana amb productes de temporada i de proximitat. Les seves especialitats són les carns a la brasa, el trinxat i el bacallà, cuinat de diferents maneres. Disposa de dos menjadors amplis i acollidors, un dels quals s'ha transformat en mirador amb vistes panoràmiques des del qual es pot contemplar el serrat de Mussarra. També disposa de zona infantil. Cal Ros està situat al centre del poble de Talamanca, un indret idoni per als aficionats a la naturalesa i els practicants d'activitats a l'aire lliure, com ara excursionisme, ciclisme, motor i hípica. A més a més, l'any del Tricentenari podeu visitar el castell i divisar la vall on es va lliurar una de les grans batalles de la guerra de Successió.

 www.restaurantcalros.com

| 18 Capritx

Cuina creativa i tradicional

El restaurant Capritx és un petit restaurant gastronòmic situat a Terrassa, al barri de Can Roca, que obre per atendre 15 comensals. Artur Martínez és un xef compromès amb el sentit comú, que combina l'aposta pels productes de proximitat, ecològics, sostenibles, de temporada i d'elaboració pròpia, amb una particular visió culinària. Tot plegat li ha valgut, el 2010, una estrella Michelin. Fundat el 1952 pels seus avis, és avui un referent gastronòmic del Vallès Occidental.

 www.capritx.com

Terrassa

Rbla. de Sant Nebridi, s/n
 Interior del Parc de Vallparadís
 (GPS: 41558773, 2020614)
 T 937 838 454
 info@lamuntanyeta.com

De dimecres a divendres d'11 a 17 h. Caps de setmana i festius. D'11 a 20 h. Preu orientatiu carta 18 €. Menú laborables 10 €. Menú festius 18 €. Menús per a grups 18 - 25 €

**Terrassa**

Rbla. d'Egara, 270
 T 937 894 443 · info@laterrassa.es

De dimarts a diumenge, migdies de 13 a 16 h
 De dimecres a dissabte, també vespres de 20.30 a 23 h
 12 € menú diari de dimarts a divendres al migdia,
 26 € menú vespres de dimecres a dissabte, 18 € menú especial dissabte migdia, 26 € menú diumenge migdia,
 "petit degustació" de dimecres a dissabtes 18 €


 | 19
La Muntanyeta

El Restaurant del Parc de Vallparadís

Al costat de l'Auditori. Serveis especials per a reunions i convencions (cal reserva prèvia). El Parc de Vallparadís: "El cor verd de la ciutat". Poques ciutats compten al bell mig d'una superfície verda tan important (32 Ha). Dins d'aquest espai, hi cabrien gairebé 42 camps de futbol. Vallparadís és singular per la presència de diferents edificis mil·lenaris i museus, pels jaciments paleontològics de fa un milió d'anys, per la seva extensa piscina de gairebé 5.000 metres, pel jardí de les percepcions; un museu de la ciència a l'aire lliure, pels seus arbres centenaris i la col·lecció de bambús. Dos quilòmetres i mig de sorpreses i vegetació. Una illa de silenci al centre de la ciutat. Disposa d'un auditori molt ben equipat per a tot tipus d'actes.

 | 20
La Terrassa del Museu

El restaurant La Terrassa del Museu està ubicat a l'interior de l'antic vapor tèxtil llaner Aymerich Amat i Jover, seu actual del Museu de la Ciència i la Tècnica de Catalunya. La fàbrica, obra de l'arquitecte Lluís Muncunill, es va construir l'any 1907 i és el màxim exponent de l'arquitectura industrial modernista del país. El restaurant té vistes a la teulada del vapor. A La Terrassa, hi trobareu una cuina de mercat divertida i atrevida així com menús per a grups.

Vacarisses

Ctra. Terrassa a Rellinars, km. 9,8
(Casa Nova de l'Obac) (GPS: X=412.864, Y=4.608.431)
T 609 703 734 (info.) / 937 435 472 (festius)

Obert dissabte, diumenge i festius tot l'any de 8.30 a 17.00 h

Tancat a l'agost

Preu dels menús: 18 i 25 €

Mura

Pujada Verge de Montserrat, 1
(GPS: 414868, 4617101)
T 938 316 083 / 619 343 698
cafelaika@hotmail.com

Obert de dimarts a divendres
de 9 a 20 h i els caps de setmana de
8 a 23 h



| 21

La Pastora

Carns a la brasa; menú per a celíacs

Antic forn de vidre i posteriorment casa d'una pastora anomenada Pepa. Més tard, restaurant anomenat La Pastora. Està situat en un lloc tranquil dins del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, un lloc ideal per compartir les vostres trobades familiars, de grups de treball i d'empreses. Oferim un servei acurat a tots els excursionistes i amants de la natura que decideixin gaudir de l'entorn. Menges de muntanya, esmorzars de forquilla i dinars d'en Capablanca, un bandoler molt conegut en aquestes contrades. Accés, aparcament i ruta adaptada per a persones amb mobilitat reduïda.

| 22

Cafè Laika

Aquí hi trobareu la cuina de sempre, elaborada amb cura i estimació, amb productes de temporada dels nostres pagesos i artesans. Plats que seran del vostre gust, senzills i ben fets, ideals per a famílies, turistes i excursionistes, acompanyats d'un tracte proper. Ens trobareu al costat de l'església de Sant Martí, al bell mig del nucli històric de Mura, al cor del parc natural.

Sant Llorenç Savall

C. de Montserrat, 5
T 937 141 228

Horari: de dimarts a diumenge, esmorzars; caps de setmana i festius, sopars

Preu: menú diari, 9 €; sopars, 12 €

**Sant Llorenç Savall**

Pl. Major, 11
T 937 140 052 / 655 778 913
hostalcalpla@yahoo.es

Dimarts a dijous: de 8 a 17 h. Divendres a diumenge: de 8 a 23 h. Dilluns tancat. Menú entre setmana: 12 €, dissabtes i diumenge 17 €. Carta a partir de 22 € i menú per a grups.

**Sant Llorenç Savall**

Ctra. de Monistrol, 76
T 937 141 015 / 609 407 919
pdiezsoia@gmail.com

De dimarts a divendres, dinars de 13 a 16 h. Dissabte, diumenge i festius, esmorzars de 9 a 12 h i dinars de 13 a 16 h

Menú: feiners 10,50 € i festius 20 €

**23****Bar Pizzeria La Segona Copa**

Reinventar-se és créixer. Estem ubicats dins una nau tèxtil després de la crisi d'aquest sector. L'ampli espai del local permet la barreja de gent diversa: ciclistes i caminants que visiten el parc el cap de setmana, i grups d'amics i familiars que gaudeixen de les seves trobades. Presentem dues facetes: una de dia, en què la protagonista és la brasa, i una altra de nit, en què les pizzas amb productes de proximitat són l'estrella. També tenim terrassa a l'estiu.

<http://barpizzerialasegonacopa.blogspot.com.es/>

24**Bar Restaurant Cal Ramon**

Cuina tradicional catalana. Esmorzars a la brasa, botifarra, peus de porc, truites, amanides, mongetes, cargols a la llauna, patates i el allioli fet a mà. Aperitius a la terrassa, amb els típics calamars a la romana que ja feia la nostra àvia. Especialitats de la casa: faves a la catalana, vedella amb bolets, canelons, peus de porc a la brasa, civet de senglar i llenguado a l'ametlla. Productes de temporada. Des de fa un any també oferim allotjament a l'Hostal Cal Pla.

www.restaurantcalramon.com

25**Les Brases de Ponsferrer**

Situat a la masia Ponsferrer de Sant Llorenç Savall. Tenim servei de carta, menú diari i menú per a festius. Les nostres especialitats són les carns a la brasa, l'arròs amb llamàntol, els cargols a la llauna, el pop a la gallega i els cargols picants. Dissabte, diumenge i festius al matí fem esmorzars. El restaurant és un lloc de parada per a molts ciclistes i motoristes que surten a practicar el seu esport preferit pels voltants de Sant Llorenç Savall.

www.lesbrases.com

Talamanca

C. d'Alfons Sala, 5
T 938 276 932
lesvoltesdetalamanca@hotmail.com
Horari: cada dia, de 9 a 17 h;
dissabtes, de 9 a 24 h; dilluns,
descans setmanal

Terrassa

C. de la Palla, 15
T 937 338 207 / 630 640 417
elceldelesoques@elceldelesoques.com
Obert de dimarts a dissabte
migdia i nit



🍴 | 26

Les Voltes de Talamanca

A Les Voltes de Talamanca desitgem que us sentiu com a casa, tant a la taula (cuina casolana) com pel que fa a l'ambient. Benvinguts!

🍴 | 27

El Cel de les Oques

Un ambient distingit i modern on es gaudeix d'un tracte atent i d'una cuina actual. Està situat al centre històric de Terrassa, ben comunicat i amb un accés senzill i còmode. Oferim una cuina en què la base és la matèria primera de proximitat. Aquí la tractem amb tot el respecte, i descobrim formes originals i divertides que ens permeten donar sentit al plaer de menjar bo i respectant les nostres tradicions gastronòmiques de soca-rel.

Manresa

Casa de la Culla. C. Culla, s/n
 08243 Manresa
 T 938 748 236 · F 938 748 094
 info@dopladebages.com

Cal concertar visita.
 De dilluns a divendres de 9 a 14 h i
 de 16 a 20 h



 | 28

DO Pla de Bages

La força de la terra

El Pla de Bages és una zona privilegiada, situada enmig de formacions muntanyoses mítiques com Montserrat i la serra de Castelltallat, el Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac o el massís del Montcau. La petita però selecta producció vinícola rep actualment el reconeixement de crítics, restauradors i aficionats, i la comarca és considerada com una de les grans zones emergents del país. Els seus vins queden impregnats amb notes balsàmiques d'espígol, farigola i romaní. Aquestes plantes aromàtiques que poblen els boscos de pins, roures i alzines envolten les vinyes. Aquestes i altres peculiaritats fan del Bages una zona òptima per a l'obtenció de vins de gran identitat.

Artés

C. Dr. Ferrer, 10
T+F 938 305 008
cavagibert@cavagibert.com

Cal concertar la visita

Artés

C. Barquera, 40
T 938 305 084 / F 938 305 763
josep@cellersolergibert.com

De dilluns a dissabte de 9 a 13 h i de 17 a 20 h

Maians (Castellfollit del Boix)

C-37 ctra. Igualada-Manresa, km 75,5
(GPS: 375578, 4594248)
T 938 356 002 / 938 356 812
info@vinsgrau.com



29

Caves Gibert

Les Caves Gibert van ser fundades l'any 1920. Tenen un precedent de tres segles en l'elaboració de vins i des d'aleshores es dediquen, exclusivament, a l'elaboració de cava segons el mètode *chamenoise*. Caves Gibert ofereix uns caves de buquet finíssim amb un envelliment a la cava de 30 a 46 mesos.

30

Solergibert

La família Solergibert d'Artés us convidem a tastar els nostres vins Solergibert al lloc més adequat, el vostre restaurant preferit i de confiança. Un cop tastat, voldreu venir a veure el nostre celler; telefoneu-nos i quedarem per al dissabte següent. Val la pena conèixer el que tenim a prop de casa. Gaudiu a la vostra taula amb vins del Celler Solergibert d'Artés.

31

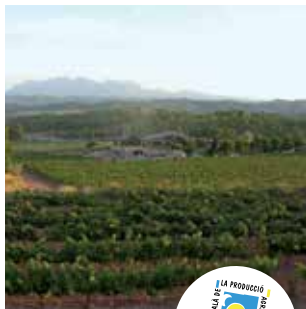
Vins Grau

L'any 1885 la família Grau començà a conrear les vinyes a Maians, consolidant la seva passió pels vins i dedicant-hi tot l'esforç per aconseguir el millor de cada collita. Un cop elaborat el vi, blancs i rosats s'embotellen amb la màxima cura, mentre que els negres es reserven per fer-ne criança en bótes de roure, en el silenci del celler. L'objectiu de Vins Grau és posar a la vostra disposició uns vins de qualitat, així com oferir el millor servei.

Manresa

Camí Vell de Rajadell, km 3
 (GPS: 398619, 4621140)
 T 931 021 965
 collbaix@cellerelmoli.com

Atenció al públic: de dilluns a divendres
 de 9.30 a 13.30 h. Visites: dissabte de
 10 a 14 h



32

Collbaix Celler el Molí

Neix l'any 2006 amb una aposta decidida per la producció ecològica. Qualsevol dia de la setmana és un bon moment per visitar-nos. Us farem visitar la vinya, que ofereix totes les varietats autoritzades a la DO Pla de Bages i que tenim just damunt del celler. Us prepararem un tast dels nostres vins amb la possibilitat de conèixer la màgia del vi Collbaix en diferents fases de la seva elaboració. Només cal que contacteu amb nosaltres i us atendrem amb molt de gust.

  www.cellerelmoli.com

Manresa

Ctra. Igualada (C-37z) km. 91
 (GPS: 41° 42' 16" 1° 48' 10")
 T 938 768 315
 enoturisme@ollerdelmas.com

Dll a dv: 9.30 a 14 h / Ds i dg a
 consultar. Preu mitjà visita al celler i
 degustació de vins: 15 € / menú: 12 €
 entre setmana i 18 € cap de setmana



33

Heretat Oller del Mas

Ubicat a Manresa, en un castell medieval originari del segle x, t'obre les portes a visitar i viure el projecte que s'hi du a terme. Envoltat per una finca de més de 400 hectàrees de cultius i sota la mirada de la muntanya de Montserrat. 40 hectàrees de vinya ecològica, pertanyents a la denominació d'origen Pla de Bages, són el punt de partida per obtenir uns vins d'alta qualitat. A més a més, podràs disposar d'un camp de golf *pitch-and-putt* amb piscina, pistes de pàdel, zona *chill out*, terrassa i restaurant obert tots els dies de l'any.

 www.ollerdelmas.com

Manresa

Ctra. Igualada, s/n
 (GPS: 400346, 4619160)
 T+F 938 720 572 (Josep Oliveras)
 coopsalles@coopsalles.com

Agrobotiga, de 9 a 13 i de 15 a 17 h
 Visites a concertar



34

Celler Cooperatiu de Salelles

El Celler Cooperatiu de Salelles, SCCL, és una cooperativa agrària que dóna servei a l'agricultura i ramaderia de la zona, transformant i comercialitzant els seus productes. Fundat l'any 1926, s'inicia en l'activitat de l'elaboració i venda en comú dels vins produïts pels seus socis. S'hi comercialitzen i elaboren vins qualificats amb la DO Pla de Bages, amb la marca As de Copes.

www.coopsalles.com

Salelles

Cal Quico, 15
T 938 358 547
celler@fargas-fargas.com

De dimarts a dissabte de 9 a 20.30 h
Festius de 9.30 a 13 h - visites vinya i
celler amb tast de vins

Santa Maria d'Horta d'Avinyó

Masia Oliveras, s/n
(GPS: 4181794, 198186)
T 938 203 803 / F 938 737 204
masia@abadal.net

Visites concertades al 938 203 803



| 35 Fargas Fargas

El Celler Fargas-Fargas es troba a la masia de Cal Quico, al petit poble de Salelles. Una petita explotació familiar de vinya de diferents varietats. Respectant la terra i la planta, seguim el cicle de la vinya per aconseguir un raïm sa i equilibrat. Els vins elaborats són el reflex del terrer, del sol i de la pluja però també de la nostra feina. Us convidem a passar una estona amb nosaltres, entre vinyes i bótes de vi, quan us vingui de gust.

| 36 Celler Abadal

Enriquim l'experiència i el gaudi dels amants del vi. La tradició i l'autenticitat ens trasllada al bell mig del Bages, on el temps s'atura en un mar de vinya envoltada de bosc. Tot això fa d'Abadal una visita indispensable, on et conviden a fer un recorregut des de l'antic celler subterrani, la masia del segle XII, el museu, l'espectacular sala de barriques i l'actual celler, que t'aproparan a entendre els vins Abadal, plenament arrelats al territori.

Mura

C. Roquetes, 15
T+F 938 317 339 / 680 566 024
elceller@elcellerdemura.com

De dimarts a dijous de 10 a 13 h
De divendres a diumenge de 10 a 14.30 i de 17 a 21 h



Talamanca

C. Raval, 17
T 931 131 753 / 616 910 676
aloer@aloer.cat

Hivern: d'octubre a març, dilluns de 9 a 19.30 h, dimarts i dijous de 15 a 19.30 h, dimecres de 9 a 12.30 h, dissabte de 9 a 20.30 h i diumenge de 9 a 15 h
Estiu: d'abril a setembre, de dilluns a dissabte de 9 a 20.30 h i diumenge de 9 a 15 h



 | 37

El Celler

Artesania i queviures

La botiga El Celler neix, en primer lloc, per la gran il·lusió que hi van posar els seus propietaris. Sempre havien volgut tenir una botiga on l'artesania, el bon gust i els productes de la terra de gran qualitat es donessin la mà. En un lloc privilegiat enmig del poble, ens espera un comerç decorat amb bon gust on hi podrem trobar des d'unes bones verdures passant pel gra cuit i arribant a unes mermelades que faran les delícies dels més exigents. També hi trobarem tomàquets i cigronets de Mura. Si anem a Mura, El Celler és parada obligada. Hi trobarem productes de primera necessitat i productes més elaborats, i, amb gran simpatia, faran tot el possible per satisfer els desitjos dels seus clients.

www.elcellerdemura.com

 | 38

L'Aloer

Artesania i queviures

En aquesta botiga podreu trobar queviures, pa, menjars precuinats, premsa, decoració i objectes de regal. La nostra filosofia fa que la major part dels productes que oferim siguin de proximitat, com la vedella de Castellterçol, les verdures de Viladordis i els plats cuinats de Sant Vicenç. I no oblideu els productes ecològics, com ara l'arròs, el cuscús, el sucre, la quinoa, la farina, etc.

Granera

Mas Otzet, bústia 4
T 658 523 492
cervesasimanya@gmail.com

Mura

C. Raval de Mura, 18
T 938 317 269 / 689 140 003
pere969@gmail.com
Visites a concertar

Mura

C. de la Muntanya, 15
T 938 317 717 / 689 50 83 31
antoniohijate@hotmail.com
De 9 a 14 h i de 16 a 20 h



 | 39

Simanya cervesa artesana

Simanya Cervesa Artesana va néixer l'any 2011 i va adoptar el nom de l'emblemàtica cova coneguda per tots els vallesans. La cervesa s'elabora a la masia de l'Otzet, al terme municipal de Granera, mitjançant un procés 100% manual i natural, utilitzant energia solar i matèries primeres d'alta qualitat. El resultat és una cervesa d'alta fermentació amb molt de cos i caràcter propi.

  | 40

El Molí del Mig

Casa Museu

El Molí del Mig es troba a 1,5 km del nucli urbà de Mura. La família Fabrés, propietària de la finca, es dedica a la producció agrícola i cultiva els tradicionals cigronets i tomàquets de Mura, verdura de temporada i patates. La primera referència al Molí data del 1056. Al segle XVIII es va incorporar una premsa de vi i oli a la que ja hi havia de gra. Actualment està restaurat i es pot visitar.

 | 41

Embotits de Mura

Obrador d'embotits

Empresa de creació recent i de producció limitada. El nostre objectiu és elaborar un producte al més artesanal possible. Per això comptem amb l'assessorament dels antics elaboradors del poble i utilitzem la matèria de primera qualitat de la zona. Al nostre establiment també comercialitzem d'altres productes locals i comarcals.

Mura

Carrer del Sol, 14
(GPS: 41° 41' 57.804" N, 1° 58' 34.392" E)
T 938 317 223 / 650 796 456 / 696 706 213
muradine@muradine.com

Obert dissabtes i diumenges al matí.
Visites concertades al 696 706 213.



Sabadell

C. Cuba, 9-11
T 937 270 070 / F 937 155 350
info@agrariavalles.coop

De dilluns a divendres, de 8.30 a 13.30 h i de 15.30 a 19 h
Dissabtes, de 9 a 14 h



Terrassa

C. Sant Marc, 80
T 629 577 343 (Lourdes) /
609 315 330 (Artur)
artur@casanovascansaladers.com



🍷 | 42

Muradine

Viticultors de Mura

Viticultors de Mura és una empresa que neix el 2007 amb l'objectiu de recuperar el conreu de la vinya al poble de Mura. Fa una agricultura integrada i respectuosa amb el territori. Elabora artesanalment vins de qualitat amb cupatges que inclouen varietats autòctones com la picapoll i la sumoll, que expressen el terrer pinyolenc del vessant nord del Parc Natural de Sant Llorenç.

  | www.muradine.com

🍷 | 43

Cooperativa Agrària del Vallès

Situada a la porta del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, és una de les impulsores de la recuperació de les varietats tradicionals de la mongeta del ganxet, així com del seu reconeixement a través de la DOP. A l'agrobotiga Coagsa podeu trobar l'apreciada mongeta del ganxet, el cigró menut i altres productes del territori. Disposem de tot allò necessari per a l'agricultura, l'hort i el jardí, i també tenim productes d'altres cooperatives agràries.

www.agrariavalles.coop

🍷 | 44

Casanovas Cansaladers

Des del 1906 estem especialitzats en la cansaladeria, desfent el porc i elaborant productes tradicionals catalans. En l'actualitat, amb més de 100 anys d'història, som la cinquena generació que oferim garantia de qualitat i artesanía fruit del treball constant. Oferim noves línies d'elaborats propis i carns ecològiques (xaï, pollastre, vedella, porc...), com també productes especials per a persones amb intolerància al gluten.

www.casanovascansaladers.cat





 | 45 Altres productes del parc

Castellar del Vallès

Sant Feliu del Racó

Apicultor

T 937 146 021

francescgraells1234@hotmail.com

Ramon Casamada (Can Casamada)

Agrobotiga: mongeta del ganxet, vi de Mura i d'altres

T 607 536 941

www.cancasamada.cat

ganxet@cancasamada.cat

Rosa Torres i Pep Llauger - (Can Bogonyà)

Trull d'oli en actiu, agricultura natural i horta de temporada

T 937 146 361

Matadepera

Ferran Garcia (Can Robert)

Mel, bolets i plantes medicinals i aromàtiques

T 615 993 500

ferranpintoret@hotmail.es

La Vall scp (Masia Can Pèlacs i La Vall)

Producció ecològica d'horta, extensius, fruita, productes del bosc, xai i llet.

T 699 515 138

lacasadelavall@gmail.com



Mura

David Colomé

Producció natural de mongeta rodona i llarga, calçots i varietats autòctones

T 629 681 816

colomeestimbarons@yahoo.es

Romèliu Dan

Apicultor naturalista. Mel i cera de primera procedència d'apiari Bondar

T. 937 861 917 / 622 376 525

romeliudan@yahoo.es



Talamanca

Ester Tarín

Agricultura natural

T 696 608 244

estertarin@hotmail.com

Mel Ecològica Valls del Montcau

Ferran Argilés Sas i Sira

Bernaus Claudio

T 679 527 049

apiferran@gmail.com



Rellinars

Ángel González Ortiz

Mongeta del ganxet i
verdures de temporada

T 667 381 748

Salelles

Celler Cooperatiu de Salelles

Alimentació ecològica per
a animals de granja

T 938 720 572

coopsalelles@coopsalelles.com

www.coopsalelles.com



Sant Llorenç Savall

La Terra del Marquet

Horta, vinya, itineraris i formació

T 937 141 053

laterradelmarquet@gmail.com

Granja La Roca

Ous ecològics

T 661 977 208

ecogranjalaroca@gmail.com



Vacarisses

Apicultura Melsana

Permapicultura. Productor de
mel i cera amb abella negra

T 615 623 379

salvadevacarisses@gmail.com

Parcs de la Serralada Litoral i del Montnegre i el Corredor



Oficina del parc

Av. Onze de setembre, 53, 1r
08349 Cabrera de Mar
T 937 540 024 · F 937 540 022

p.slitoral@diba.cat
parcs.diba.cat/web/litoral

Obert dilluns, dimarts, dijous i divendres de 9 a 14 h i
dimecres de 9 a 14 h i de 15.30 a 18 h

Parc de la Serralada Litoral

Aquest espai natural es troba constituït per tres unitats ben diferenciades: la Conreria, el massís de Sant Mateu i el massís de Céllecs. Situat a cavall de les comarques del Maresme i el Vallès Oriental, forma part del sector central de la Serralada Litoral o de Marina. A més del destacat valor ecològic, aquest parc presenta un dels conjunts granítics més rellevants del país, ja que s'hi troba, de forma pràcticament generalitzada, sauló –roca granítica, de textura arenosa, alterada per un procés de meteorització química. El clima, típicament mediterrani, configura una vegetació dominada per les pinedes. El Parc de la Serralada Litoral té un paper ecològic fonamental en ser terra de transició entre la costa i les valls de l'interior del país.

Any de constitució del consorci: 1992

Any d'aprovació del Pla especial: 2004

Superfície protegida de gestió del Consorci: 4.042 ha

Oficina del parc

Església, 13, 2n
08471 Vallgorguina
T 938 679 452 · F 938 679 092

p.montnegre@diba.cat
parcs.diba.cat/web/montnegre

Obert de dilluns a divendres de 9 a 14 h

Parc del Montnegre i el Corredor

El Parc del Montnegre i el Corredor està integrat per dos conjunts muntanyosos que s'aixequen entre el mar i la plana del Vallès. El Corredor, al sud, és una elevació discreta, de relleus suaus, que és coronada pel santuari que duu el mateix nom. Al nord, el Montnegre és una elevació més contundent, que presenta cims més notoris: el turó Gros i el turó d'en Vives. Les dues serres s'uneixen al coll de Collsacreu. Tot i que el clima és típicament mediterrani, amb un règim de pluges discret, destaquen els coneguts xàfecs d'estiu que omplen de cop rieres cabaloses. El massís es caracteritza per un sòl granític cobert de boscos d'alzines, pinedes de pi pinyer i suredes que l'home ha aprofitat secularment. El paisatge està esquitxat de masos, ermites i altres elements patrimonials de primer ordre, com megàlits, aqüeductes, torres de defensa i edificis modernistes. Aquí, com enlloc, es percep el contrast profund entre la foscuria del bosc i la llum refulgent del mar costaner.

Any de declaració del parc: 1989

Any d'aprovació del Pla especial: 1989

Superfície protegida: 15.010 ha

El clima mediterrani agradable i una situació estratègica han facilitat la presència de l'home a la Serralada Litoral i al Montnegre i el Corredor des de fa segles. La serralada s'emmarca dins l'antic domini de la tribu dels ibers laietans i hi ha molts establiments que ho testimonien. Sens dubte, es pot afirmar que en aquest moment històric hi va haver un sistema social organitzat que tenia com a espai vital la serralada. Els ibers tenien una economia basada en els cereals i una organització social completa. Cap al segle I aC, hi ha un procés d'abandó dels poblats (als cims dels turons) cap al pla: és un producte del sistema socioeconòmic i polític imposat per la dominació romana. D'aquest període, en podem destacar la Cella Vinària de Teià, que ha estat recuperada fa poc, i que representa un conjunt arqueològic en el qual destaquen els diferents cellers per a producció de vi d'època romana.

Durant el segle XVII, el conreu de la vinya i els cereals també va ser notable. El vi produït a la zona de Vilassar de Dalt i Teià va ser definit pel viatger Zamora, cap al 1790, com un dels millors de la costa catalana. La recerca d'aigua i el seu aprofitament sempre ha suposat un esforç essencial per revitalitzar l'agricultura a la zona, com ho mostren les concessions d'aigua del segle XVIII que consten als registres

del patrimoni reial, fetes, per exemple, a Alella, Tiana, Teià o Argentona.

Avui, la Serralada Litoral s'ha convertit en el gran espai natural protegit entre el Vallès i el Maresme. Les activitats econòmiques principals són les agrícoles, les ramaderes i les forestals. Al vessant maresmenc, amb sòls al·luvials de bona qualitat per a l'activitat agrícola i amb una climatologia favorable, ha tingut lloc un desenvolupament important dels conreus d'horta, flor i planta ornamental i vinya, mentre que la ramaderia té una importància secundària. El vessant vallesà, amb un clima més rigorós, ha generat un desenvolupament més gran de la ramaderia, en especial la dedicada a les vaques de llet, i dels conreus de cereals i farratges relacionats amb l'activitat ramadera. Cal fer esment a banda de la vinya al voltant d'Alella –amb prop de 500 ha de sòl, tant en el vessant del Maresme com del Vallès–, el vi de la qual té denominació d'origen. Pel que fa a la silvicultura, hi ha diversos aprofitaments de plantacions forestals frondoses de coníferes. Les explotacions forestals de frondoses com el pollancre i el plàtan són especialment notables a les vores del riu Mogent. En els boscos de la serra rics en pi pinyoner es practica la recollida de la pinya per extreure'n els pinyons preuats que s'empren en rebosteria.



Pèsol de la floreta

El cultiu de fruita i verdura també és una activitat rellevant dels municipis del Parc de la Serralada Litoral. Entre les diverses varietats, hi trobem el conegut pèsol de la floreta i el tomàquet pometa. Els **pèsols de la floreta** són els pèsols autòctons de la comarca del Maresme que es caracteritzen per una gran dolçor. La denominació “de la floreta” prové del fet que al capdamunt de la baina hi neixen unes fulles blanques petites que semblen un lliri de cap per avall. De dins la baina, un cop obert amb un cop d’ungla, surten uns grans petits i escassos. Es consumeixen entre finals d’hivern i principis de primavera. Com a plat principal o com a acompanyament, el pèsol de la floreta és un dels ingredients protagonistes, tant a la cuina tradicional com a la cuina moderna. D’altra banda, el **tomàquet pometa** és una varietat de tomàquet típica del litoral i en concret de la comarca del Maresme. Quan encara no és madur, té un color verd clar, amb la part superior de color verd fosc i solcs a la pell. Quan és madur, s’aixafa fàcilment,





Mongeta del ganxet



Faves

té un color vermell molt intens, sense taques ni solcs, i presenta una cicatriu enfonsada molt característica. Es cull entre els mesos de juliol i octubre. La seva producció s'està recuperant des de fa pocs anys, cosa que fa que encara avui sigui una varietat força desconeguda i amb una producció limitada. Als municipis del Parc de la Serralada Litoral, conjuntament amb el Parc del Montnegre i el Corredor, hi trobem la **mongeta del ganxet**, un llegum sec, de mida mitjana, aplanada, blanca i en forma de ganxo. Aquestes mongetes són especialment bones amb cansalada i amanides amb oli novell. Aquest producte gaudeix de la denominació d'origen protegida (DOP) Vallès-Maresme. Això certifica la qualitat en la seva producció, elaboració, designació i comercialització. Podem trobar la mongeta com a llegum sec, cuinada o en conserva. En destaquen receptes tradicionals com l'ànec amb mongetes del ganxet, amb civet de porc i senglar o les mongetes del ganxet amb bacallà i botifarra. Les **faves** també són un cultiu tradicional de la zona, que forma part de l'agricultura mediterrània des de l'edat del ferro. Com en totes les lleguminoses, les faves tenen un contingut en proteïnes elevat, per comparació amb altres hortalisses.

Altres varietats de productes de l'horta que cal destacar són la cirera d'en Roca, les maduixes i, dins l'apartat de bolets, els moixernons, els rovellons i les gírgoles. Pel que fa als productes carnis, a les xarcuteries i cansaladeries dels municipis del parc, hi trobarem una gran varietat d'especialitats artesanals de carn i embotits. Un dels productes més coneguts és el **pollastre Nan Flor d'Ametller**. Es tracta d'una varietat d'aviram, que és petita i té una carn excel·lent, que es coneix amb noms populars diferents com "quiques", "peterrones", "periquetes", etc. El seu nom original prové de la semblança del seu plomatge clapat blanc amb els pètals de la flor de l'ametller. Dins el cercle gastronòmic, hi destaquem els formatges artesanals com el **formatge nevat**, elaborat amb llet pasteuritzada de cabra, recobert per una capa de fong blanc espessa, comestible i amb una textura cremosa. Es caracteritza per una aroma suau de bolets, uns sabors làctics i una acidesa equilibrada. S'elabora tot l'any i es comercialitza principalment per mitjà de la venda directa, en botigues petites per tot Catalunya. Pel que fa al pa i als productes de pastisseria, cal destacar, al Vallès, la coca de brioix amb



Formatge nevat



Pansa blanca

crema i pinyons de Montornès del Vallès, o el pa de cereals i el pa d'aigua de Vilanova. Finalitzant el cercle gastronòmic són remarcables els vins que s'elaboren a la demarcació d'Alella, i en altres poblacions com Martorelles, així com el licor Quina-Momo d'Argentona, del qual s'ha recuperat la producció.

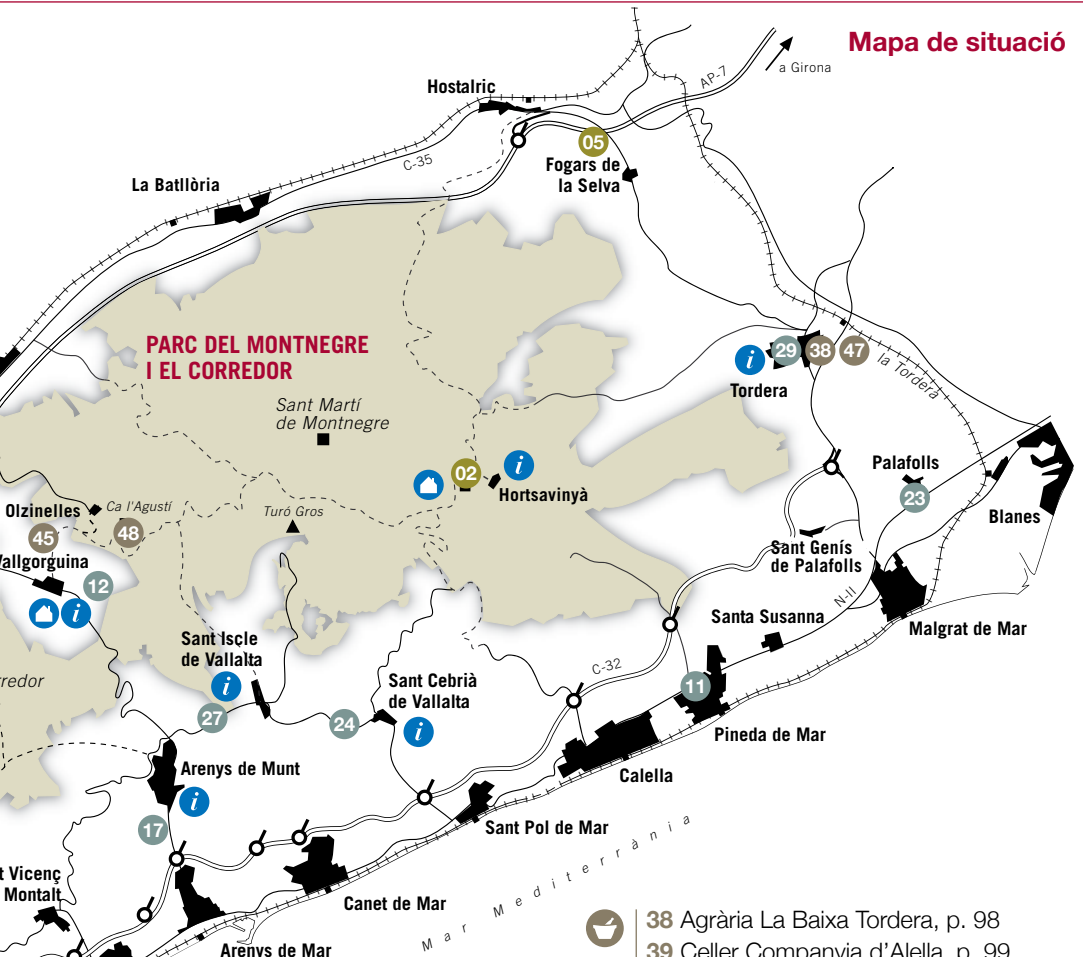
La varietat vinífera més característica de la DO Alella és la **pansa blanca**, varietat molt propera –encara que no idèntica– a la que en altres zones es denomina xarel·lo.

Altres varietats tradicionals són la garnatxa blanca, la pansa rosada, el picapoll i la malvasia, a les quals avui s'han de sumar altres varietats nobles, que reforcen i modernitzen el caràcter dels vins allelencs, com ara el parellada, el macabeu, el *chardonnay* o el *chenin blanc*. Per a l'elaboració de vins rosats i negres s'utilitzen les tradicionals garnatxa negra i peluda, l'ull de llebre i més

darrerament el merlot i el cabernet sauvignon, molt adaptables a la zona. En definitiva, productes que destaquen per la seva qualitat excepcional i un procés d'elaboració acurat, fruit de les particularitats del sòl i el clima característic del litoral.



Pollastre Nan
Flor d'Ametller



PARC DEL MONTNEGRE I EL CORREDOR

Caldes d'Estrac

-  allotjament
-  restaurant
-  celler
-  establiments, elaboradors i productors

-  informació
-  equipaments
-  sortida via ràpida
-  autopista
-  carretera asfaltada
-  pista forestal
-  ferrocarril



- 31** DO Alella, p. 95
- 32** Bouquet d'Alella, p. 96
- 33** Joaquim Batlle, p. 96
- 34** Alella Vinícola, p. 97
- 35** Bodegas Roura, p. 97
- 36** Serralada de Marina, p. 97
- 37** Centre d'Acollida Turística (CAT), p. 98



- 38** Agrària La Baixa Tordera, p. 98
- 39** Celler Companyia d'Alella, p. 99
- 40** Lola y Más, p. 99
- 41** Cooperativa Agrícola Cabrera de Mar, p. 99
- 42** La Cleda, p. 100
- 43** Verdures Cantallops, p. 100
- 44** L'Horta d'Òrius, p. 100
- 45** Hort de Can Mestret, p. 101
- 46** Pastisseria Rodellas, p. 101
- 47** Ramaderia Jordi Torres, p. 101
- 48** Masia Les Canameres, p. 102
- 49** Cooperativa Agrària del Vallès, p. 102
- 50** Fruites Casals, p. 103
- 51** Formatges Artefor, p. 103
- 52** Formatges Can Pujol, p. 103
- 53** Altres productes del parc, p. 104

Montornès del Vallès

C. Mariana Pineda, 1
 (GPS: 41°32'14.04' N - 2°16'16.8' E)
 T 935 683 485
 info@cansala-montornes.com

Dinar: 27 € adults, 18 € nens (inclòs visita zoològic)
 Allotjament i esmorzar: 37 € adults, 18 € nens



Tordera

Masia Can Pica. Veïnat d'Hortsavinyà, 4
 (GPS: 41.669042061, 2.623138512)
 T 937 630 858
 canpica@canpica.com

La casa està oberta tota la setmana excepte els dilluns.
 Atenció telefònica de dimarts a diumenge, de 16 a 20 h
 Mitja pensió: 50 € per persona. 10% de descompte nens
 de 2 a 10 anys i treballadors de la Diputació de Barcelona



🏠 | 01

Masia Can Sala

Hotel rural - Restaurant - Nucli zoològic

Can Sala és una casa pairal del segle xv, situada a Montornès del Vallès, al començament del Parc de la Serralada Litoral. Aquesta situació ens obsequia amb una vista panoràmica de tot el Vallès Oriental. A part del menjar de qualitat, oferim als nostres clients habitacions per a 2 i 4 persones, totalment equipades amb bany, calefacció, aire condicionat, televisor i connexió Wi-Fi. També tenen accés a la sala d'estar, un espai acollidor i equipat amb llar de foc i sala de jocs. A l'exterior no hi falta la companyia dels nostres animals: cavalls, ovelles, molta varietat d'aus, cérvols, ponis per passejar els petits de la casa i un carro que fa un recorregut per la finca.

🏠 | 02

Masia Rural Can Pica

Productes de proximitat i activitats al cor del Montnegre

Can Pica és un allotjament rural propietat de la Diputació de Barcelona. Està ubicat en una masia restaurada del segle xvii, situada al veïnat d'Hortsavinyà, al terme municipal de Tordera, al bell mig del massís del Montnegre. Té 15 places distribuïdes en sis habitacions amb bany i calefacció. Disposa de menjador, sala d'estar amb llar de foc i espais per a la lectura, així com d'una sala polivalent annexa a la casa ideal per a cursos i tallers. A l'exterior trobem un jardí amb taules i bancs. Podem visitar l'hort, fer diverses excursions i gaudir de les diferents activitats que s'ofereixen per a tota la família. Cuina casolana amb productes de temporada, de proximitat i ecològics. S'accepten animals de companyia.

Vallromanes

Av. de Can Galvany, 11
T 935 729 591 / F 935 725 705
reservas@cangalvany.com

Obert tot l'any 24 hores
Preu mitjà: entre 90 i 100 €



Alella

Av. Sant Mateu, 5-9
T 935 407 857
info@hotelportadalella.com

De 13.30 a 16 h i de 20.30 a 23 h
Diumenge nit i dimarts, tancat
30 € preu mitjà restaurant



🏠 | 03

Hotel Can Galvany Golf & Spa ****

Can Galvany neix d'una idea única: tranquil·litat a només 25 minuts de Barcelona. Aquest petit hotel de 43 habitacions inclou tots els serveis d'un gran hotel de quatre estrelles. Inaugurat l'any 2012, l'hotel de nova construcció ofereix dos espais arquitectònics diferenciats: d'una banda, l'antiga Masia de Can Galvany, d'estil rústic, i de l'altra, l'edifici nou, amb línies marcadament modernes. L'antiga masia acull el centre de *spa* i *wellness*, així com les suites més nobles, i a l'edifici nou, molt lluminós i d'aire majestuós, es troben els serveis comuns i les habitacions. Disposa, a més, d'un restaurant temàtic, dissenyat pel prestigiós interiorista Oliver Franz, d'El Equipo Creativo, on us submergeireu de ple en els paisatges de vinyes de la DO Alella.

🐦 | www.cangalvany.com

🏠 | 04

Hotel Porta d'Alella

Hotel - restaurant

Porta d'Alella és un petit hotel de 4 estrelles amb encant; té un restaurant, Les Terrasses, que ha estat remodelat fa poc, que compta amb una nova gestió jove i professional. Situat al cor de les vinyes de la DO Alella, disposa d'habitacions confortables amb tots els detalls i vinculades al món vitivinícola. El restaurant Les Terrasses ofereix una cuina catalano-francesa que té l'ànec com a gran protagonista. És un lloc ideal tant per a celebracions íntimes com per a grups de fins a 50 comensals.

📘 | www.hotelportadalella.es

Fogars de la Selva

C. Mas Vila, s/n
(GPS: 41.735185415, 2.665188229)
T 972 864 502 / 660 279 855
F 972 864 502
reserves@ruralmasvila.com
Obert tot l'any



 | 05

Can Mas Vila

Allotjament

Casa de pagès centenària que agrupa tres habitatges independents amb capacitat per a 12 persones. La casa està totalment reformada i equipada per gaudir amb la família o els amics d'una estada confortable en un àmbit rural.

A només 45 minuts de Barcelona, a 30 minuts de Girona i a 15 minuts de la platja, és una destinació ideal per descobrir la natura, fer excursions a peu o en bicicleta i assimilar de ben a prop l'activitat agrícola de la casa.

www.ruralmasvila.com




Associació d'Hostalers
 de CABRILS

 | 06

Associació d'Hostalers de Cabrils

L'Associació d'Hostalers de Cabrils va néixer amb l'objectiu de potenciar l'àmplia oferta gastronòmica i la gran diversitat d'estils culinaris que es poden trobar en el municipi. La qualitat dels productes que ofereixen i la cura amb què els tracten ha donat a Cabrils el reconeixement merescut de vila gastronòmica. Organitzen diverses jornades gastronòmiques per tal de potenciar productes locals com el pèsol, els bolets i el tomàquet de la comarca del Maresme.

Els restaurants que en formen part són:

Axol	Hotel Mas de Baix
Cal Gras	La Concòrdia
Ca l'Estrany	Hostal de la Plaça
Ca la Quimeta	Can Rin
Ca la Rosi Vias	Sal i Pebre
La Mossegada	Can Tosca
L'Hort Cabrils	Xaret
La Bodega	Xeflis

www.hostalerscabrils.com · hostalers@hotmail.com

Mataró

C. dels Germans Thos i Codina, 43,
local 9
T 937 985 558
info@gremihostaleria.com

Horari: de dilluns a dijous, de 9 a
13 h i de 15 a 18 h; divendres, de
9 a 15 h


 | 07

Gremi d'Hostaleria i Turisme de Mataró i el Maresme i Escola de Restauració i Cambreria de Mataró

És una associació sense ànim de lucre que respon als principis democràtics tant pel que fa a l'organització com al funcionament. Representa, defensa, gestiona i fomenta els interessos comercials, socials, professionals i tècnics dels associats. Així mateix, integra els subsectors de la restauració, l'allotjament, l'oci nocturn i els serveis d'hostaleria i turisme en general, com ara bars, restaurants, restaurants-bars, banquets, serveis d'àpats, menjars cuinats, hotels, hostals, pensions, cases rurals, càmpings, apartaments, parcs aquàtics, albergs, bars musicals, discoteques, sales de festes amb espectacles, cafès teatre, cafès concert i empreses de serveis a l'hostaleria. El Gremi d'Hostaleria i Turisme de Mataró i el Maresme fa vint-i-cinc anys que imparteix cursos de formació ocupacional d'hostaleria. Des de l'any 2005 disposa d'escola pròpia, homologada pels departaments de Treball, Sanitat i Interior de la Generalitat de Catalunya, i és centre col·laborador del Servei d'Ocupació de Catalunya (SOC), amb certificat de qualitat UNES-EN-ISO 90001:2000.

Escola de Restauració i Cambreria del Gremi d'Hostaleria i Turisme de Mataró i el Maresme

C. dels Germans Thos i Codina, 43
08302 Mataró
T 937 414 048
escola@gremihostaleria.com

Sant Celoni

T 938 674 175

santcelonicuina@gmail.com


 | 08
Sant Celoni Cuina

Som un grup de professionals del sector de la restauració que volem promoure i difondre Sant Celoni com a destinació de referència per a una bona cuina, assequible i de qualitat. Creiem en l'enorme potencial de la restauració de Sant Celoni, una vila amb una excepcional situació geogràfica al mig de la conca del riu Tordera. Ens uneix la passió per la cuina basada en un receptari tradicional, però també creatiu i atrevit, amb matèries primeres d'òptima qualitat. Volem revalorar els secrets de la cuina tradicional i emocionar amb la nova cuina que emergeix als nostres fogons, mantenint la filosofia i la personalitat pròpia de cada establiment. Actualment, Sant Celoni Cuina està format pels restaurants següents:

Angolo

Aroma

El Cruce

El Rebot

Els Avets

La Fonda

La Llar

La Parra

Syrah

Ventidue

www.santceloni.cat/cuina

Llinars del Vallès

Accés per variant C35 sortida Llinars del Vallès-Dosrius
(GPS: 41° 38' 27" N, 2° 24' 56" E.)
T 938 410 219 / 630 334 251 / F 938 411 539
info@masiapoudeglas.com · reserves@masiapoudeglas.com
Dilluns no festiu, tancat. De dimarts a diumenge de 13 a 16 h
Divendres i dissabtes nit de 21 a 23 h. Esmorzars de forquilla, a partir de 7 €. Menú diari feiners: 12 €. Menú caps de setmana (dv nit, dss i dg) 16,75 €. Calçotades: 25 € (reserva)



Mataró

Camí de la Cornisa, 39
T 937 903 643
rtcanbruguera@gmail.com
Obert tot l'any, tancat dimarts
Preu mitjà: 30 € per persona



🍴 | 09

Pou de Glaç

Som una masia-restaurant amb vocació familiar. Tenim un magnífic pou de glaç, d'interès històric i arquitectònic, i un entorn natural excepcional. La cuina, amb certes notes d'autor, procura no apartar-se gaire de la cuina tradicional. Les mongetes del ganxet i les patates i, en temporada, els productes de la horta en general, son de producció pròpia, i acompanyen habitualment tota mena d'amanides i carns cuinades amb el caliu de la llenya d'alzina de la mateixa finca. Tenim capacitat per a un màxim de 150 comensals a l'interior, i fins a 175 més en una carpa exterior. Disposem de servei integral per a bodes, batejos, comunions i altres esdeveniments, amb càtering propi o per compte del client. Fins i tot podreu llogar l'espai i adaptar el servei al vostre interès.

www.masiapoudeglas.com

🍴 | 10

Can Bruguera

Especialitat en carns a la brasa i plats de temporada

El restaurant Can Bruguera està situat a 4 km de la ciutat de Mataró. Disposem de menjadors amb capacitat per a 20, 40, 60 i més comensals. Preparem esmorzars de forquilla i oferim menú d'esmorzar, menú de cap de setmana, menús per a celebracions i una àmplia carta de plats de temporada (calçots, carxofes, pèsols, tomàquets, bolets, etc.), entrants i carns a la brasa. També tenim menús per a celebracions.

www.canbruguera.com

Pineda de Mar

C. Església, 104
T 937 671 735 / F 937 629 168
restaurant@canformiga.com

Dinars de 13 a 15,30 h
Sopars de 20.30 a 23 h
Diumenge al vespre i dilluns sencer tancat (excepte festius)
Preu mitjà: 21 €

**Vallgorguina**

Cami Can Botil, s/n
(GPS: 41.647049453, 2.526525785)
T 938 679 073
lafontcanmoreu@gmail.com

Divendres i dissabte de 21 a 23 h
Dissabte, diumenge i festius de 13 a 16 h
Preu mitjà: 20-25 €

**11****Can Formiga**

El mar i la muntanya al plat "El Maresme" i la cuina de la nostra terra

Situat davant de l'església, discret i alhora a prop de la N-II, amb parada de bus i pàrquing. El menjador té cabuda per a 48 comensals, menjador privat per a 10 persones, senzill i càlid. Cuina mediterrània i tradicional catalana, amb peix i productes del Maresme, amb marcada influència de l'interior, i productes de muntanya se sumen per donar un ric ventall d'opcions. Joan i Farners van començar el projecte el 1980 i no ha perdut l'esperit íntegre dels plats, bones matèries primeres i productes de proximitat, dedicats als costums que imprimeixen els plats de la nostra terra. Ara els seus fills, l'Albert a la cuina (incloent-hi la rebosteria), i la Gemma a la sala i sommelier als vins, i les seves parelles, la M. Àngels a la cuina i l'Enric a la sala, opten per seguir la filosofia dels seus pares.

www.canformiga.com

12**La Font de Can Moreu**

La Font de Can Moreu és un restaurant tranquil i acollidor situat en plena natura enmig del Parc del Montnegre i el Corredor. Disposem de dues sales, una amb parquet de pi i llar de foc i l'altra amb finestrals i estufa de llenya. Obrim qualsevol dia i en exclusiva per a grups de 15 a 55 persones amb reserva prèvia. Elaborem els menús amb productes de qualitat i oferim una insòlita relació qualitat-preu, en què destaquen les carns a la brasa d'alzina –com l'entrecot de vedella de Girona reposat, el magret d'ànec o la nostra hamburguesa pastada al moment– i el pa d'espelta ecològic fet a casa. Podeu canviar el vi del menú per qualsevol dels nostres vins o caves pagant el preu de cost de l'ampolla. Gintònics al gust.



Vallromanes

Av. de Can Galvany, 11
T 935 729 591 / F 935 725 705
reservas@cangalvany.com

De 13.30 a 16 h i de 20.30 a 22.30 h
Preu mitjà: 18-25 €

**Vilassar de Dalt**

C. Àngel Guimerà, 41
T 937 532 916
info@elracodecanfeliu.com

Obert de dimarts a diumenge migdia, de 13 a 16 h i de dijous a dissabte nit, de 21 a 23.30 h
Menú diari: 13 €. Menú cap de setmana: 25,75 €
Dissabtes i diumenges migdia nens gratuït
Pàrquing propi



| 13

Sauló

Aromes i gustos mediterranis per gaudir de l'autèntic sabor de la nostra terra

La textura dels ceps i l'olor de les oliveres tenen un paper protagonista. Tots els nostres plats, classificats dins del marc de la cuina tradicional catalana, estan impregnats dels millors vins i olis del país. El nostre xef ha sabut plasmar a la perfecció la temàtica del restaurant d'elaboració tradicional amb tocs d'autor. A la seva mestria s'afegeix el saber fer del nostre equip de cuina i de sala, expert a complaure els paladars més selectes...

El restaurant de l'Hotel Can Galvany té capacitat per acollir fins a 100 comensals i disposa d'una sala privada, la Sala Caminus, amb capacitat per a 20-30 persones i xemeneia, on es pot gaudir en un ambient íntim. A més a més, la cafeteria *lounge* està presidida per una olivera mil·lenària, situada al jardí exterior amb terrassa.

 www.cangalvany.com

| 14

El Racó de Can Feliu

Està situat a la part més elevada del poble de Vilassar de Dalt, darrere del castell. Es tracta d'una masia amb molta història que va ésser un vapor tèxtil a mitjan segle XIX. Al tombant del segle XX hi va funcionar una destil·leria de licors i encara se'n conserven els alambins i etiquetes dels productes que se'hi van elaborar. El portal de l'entrada figura al Catàleg del Patrimoni arquitectònic i va ser dissenyat per l'arquitecte i polític Josep Puig i Cadafalch. El restaurant està situat a la planta baixa, on hi ha tres salons menjadors i una sala annexa habilitada com a vinoteca.

A l'exterior hi ha una terrassa espaiosa i una carpa que permet fer àpats i celebracions amb l'única companyia dels participants. Un lloc ideal per als nens, que diposen d'un menú infantil i una terrassa jardí.

 www.elracodecanfeliu.com

Alella

Rbla. Àngel Guimerà, 1
T 935 553 455
1789@restaurante1789.com

Cada dia, de 13 a 16 h i
de 20.45 a 23 h
Dimecres, tancat, i també els vespres
de dimarts i diumenge
45 € preu carta orientatiu

**Alella**

Rbla. Àngel Guimerà, 62
T 935 404 661
marfil@alellavinicola.com

De dimarts a dissabte de 8 a 23.30 h
Diumenges de 9 a 16 h
25 € preu mitjà carta
Menús per a grups
Aparcament gratuït al costat

**Arenys de Munt**

Torrent d'en Puig, 11
T 937 950 114 / F 937 951 720
info@erarestaurant.com

De dilluns a diumenge de 13 a 16 h
Divendres i dissabtes sopars
de 20 a 24 h
Preu mitjà: 25-30 €



🍴 | 15

Restaurant 1789

Cuina mediterrània marinera

Situat al centre del poble d'Alella, el restaurant 1789 disposa d'una ambientació peculiar, de l'estil dels cellers del segle XVIII. Les seves especialitats són la cuina de mercat, temporada, i tot tipus de carns, entre les quals destaquen el conegut *steak* tàrtar, amb un toc peculiar, el cabrit confitat amb herbes i el carpaccio fet de maneres diferents. És molt recomanable tant per a dinars i sopars d'empresa, com per a sopars íntims en parella. Disposa d'aparcament al costat mateix.

www.restaurante1789.com

🍴 | 16

Restaurant Celler Marfil

Situat al centre d'Alella, a la històrica bodega modernista i centenària Alella Vinícola, coneguda pels seus vins Marfil. Tenim una àmplia carta de cuina típica catalana i de mercat, amb servei permanent on hi destaquen les carns i verdures a la brasa, bacallà, cargols, plats de temporada i els vins elaborats al nostre Celler. Disposem de la "Cava del Celler" un menjador privat per a 120 persones, ideal per a trobades familiars i reunions d'empresa.

www.alellavinicola.com

🍴 | 17

L'Era Restaurant

Espai gastronòmic familiar

Elaborem cuina mediterrània i oferim plats de temporada amb productes de proximitat. Disposem de dos menjadors que poden acollir entre 60 i 200 persones, així com també un menjador a l'aire lliure. Oferim gratuïtament servei de ludoteca i espai de jocs amb monitor els migdies dels caps de setmana i els dies festius. Gran espai exterior per facilitar punts de trobada per a grans i petits. Ideal per a celebracions familiars, trobades i tot tipus d'esdeveniments. Espai d'oci nocturn.

www.lerarestaurant.com

Cabrera de Mar

Camí de Santa Elena, 28
 (GPS: 41 32 03 22 N 2 24 12 47 E)
 T 937 590 593
calfreres.ribosa@gmail.com
 Horari: obert tots els dies de l'any al
 migdia; consulteu l'horari d'estiu
 Preu mitjà: 18 €

**Canyamars**

Veïant Rimblas n 4
 T 937 955 030
jaumetotal@hotmail.com
 Horari: divendres, de 20 a 22 h;
 dissabtes, de 9 a 22 h; diumenges,
 de 9 a 16 h
 Preu mitjà: 22 €

**Dosrius**

Av. Dosrius, s/n
 (GPS: 41626442, 2479842)
 T 937 434 142
 De divendres a diumenge
 Festius migdia i divendres i dissabtes
 nits
 Preu mitjà: 20 €



| 18

Cals Frares

Cuina casolana

Restaurant ubicat en una masia datada el 1425 que forma part de la collada del Parc de la Serralada Litoral. S'ofereix cuina tradicional i casolana. Molt acollidor, els menjadors són dins l'antic celler, amb les parets engalanades amb tota mena d'estrís d'època i plenes de guarniments clàssics. Es pot gaudir de la natura i dels animals domèstics. S'elaboren plats de temporada: calçotades, carxofes, pèsols, mongeta del ganxet, etc. Els productes d'horta són de collita pròpia.

  www.calsfrares.com.es/

| 19

Masia Can Rimblas

La Masia Can Rimblas està situada als afores de Canyamars, en un entorn rural i familiar ideal per gaudir de la natura i dels animals. Es caracteritza per una típica cuina catalana especialitzada en calçots.

 www.masia-mataro.com/contacto

| 20

Santuari del Corredor

El Santuari té els seus orígens al segle XVI i és d'estil gòtic tardà. Des de 1984 és regentat per la família Auladell Perarnau. La nostra localització, molt a prop del cim de la serra del Corredor, ens permet gaudir d'un paisatge excel·lent. Tot plegat fa que siguem un lloc emblemàtic i acollidor, per tastar-hi la millor cuina catalana. Les carns a la brasa són la nostra especialitat. Disposem de tres menjadors (per a 120, 28 i 18 persones).

 www.santuariadelcorredor.com

La Roca del Vallès

C-1415, ctra. La Roca-Argentona, km. 11,1 (GPS: 446351, 4606866)
T 938 421 978 / 667 710 075
ramoncuat@hotmail.com

De dc a dg de 10.30 a 18 h. Reserves de grups, consultar fora de l'horari
Ds nit, menú 18 € i dv amb reserva 11 € menú diari · 20 € preu mitjà carta

**Llinars del Vallès**

C. Mataró s/n. Llinars del Vallès, B-510
Apartat de correus 65
(GPS: 41.633794508, 2.406934274)
T 938 410 719
canpedragosa@hotmail.es

De 13 a 16 h. Divendres i dissabte al vespre de 21 a 23 h. Dimecres tancat.
Menú diari 10 €, cap de setmana 20 €

**Palafolls**

Ctra. de Palafolls a Malgrat, al costat de Marineland
(GPS: 41.657788, 2.721707)
T 937 620 049 / F 937 657 071
reserves@casaooms.com

Obert tots els dies. Menú diari 13,09 €, menú infantil 9 €. Menú cap de setmana 20 €. Preu mitjà carta 30 €

**21****Can Parpers**

Restaurant rural

Situat en un entorn ideal amb vistes al Parc de la Serralada Litoral on es pot gaudir de la millor cuina a la brasa, cargols, bacallà i calçotades. Envoltat de 1.600 m² de gespa, zona de joc per als nens, animallets de granja i passejades gratuïtes amb poni per a nens. Dues sales, de 110 i de 32 comensals, per a tot tipus d'esdeveniments: comunions, casaments amb cerimònia civil al jardí i batejos. I a la nit, sopars a la fresca amb música.

 www.restaurantcanparpers.com

22**Can Pedragosa**

Enmig del Parc del Montnegre i el Corredor, a 30 minuts de Barcelona, a 20 del Montseny i a 20 de la Costa Brava. Cuina tradicional de mercat en un ambient familiar. La masia està envoltada de la natura. Des de la gran terrassa podeu gaudir d'aquest paisatge i vigilar els nens mentre juguen al parc infantil. La llar de foc és el cor del menjador. La qualitat dels productes de la zona és prioritària en l'elaboració dels plats i la carta varia segons la temporada.

23**Casa Oms**

Àpats i celebracions en una masia del segle *xvi*.

En els seus orígens, el restaurant era una masia del segle *xvi*. Aquesta masia va ser adquirida per la família Oms, que, en tornar de Cuba després de fer-hi les Amèriques, va reedificar-hi un edifici modernista al costat. Els propietaris actuals l'han respectat: han conservat el nom de la família, així com tot l'edifici, i han adaptat una casa colonial per convertir-la en un modern restaurant, en el qual la segona generació de la família Guerra-Pi ofereix una àmplia gamma de propostes culinàries.

 www.casaoms.com

Sant Cebrià de Vallalta

Cal Sant, ctra. BV5128 (de Sant Cebrià a Sant Iscle), km 23,5
T 937 630 301
joanmontsant1960@gmail.com

Horari: obert cada dia al migdia; divendres i dissabtes, sopars; dijous, tancat, excepte festius
Preu mitjà: 20-30 €



Sant Celoni

Plaça del Bestiar, 1
T 938 670 352
canmaitanquis@gmail.com

Horari: de 8 a 17 h; diumenges, tancat
Preu mitjà: 10-13 €



24

Braseria Can Joan

Ens podeu trobar al bell mig de la Vallalta, al capdavall del Montnegre i a uns 5 quilòmetres de la platja de Sant Pol.

Totes les carns que servim són cuinades amb brasa de carbó d'alzina, acompanyades amb mongetes del ganxet cuites a la casa i patata fregida natural.

També assaborireu guisats de temporada fets amb productes locals.

I des d'aquí podeu gaudir d'un dia de platja o de muntanya.

25

Can Mai Tanquis

Bar-restaurant amb cuina tradicional catalana, especialitzat en esmorzars de forquilla i menús diaris casolans.

Sant Celoni

Ctra. C-35, km 55
(GPS: 41°40'54.79"N, 2°29'13.77"E)
T 938 673 259
elcrucerestaurant@gmail.com

Horari: de dill a dj, de 13 a 15.30 h;
dv i dss, de 13 a 15.30 h i de 21 a
22.30 h; dg, tancat, excepte per a
grups. Preu mitjà: 20-25 €

**Sant Iscle de Vallalta**

Ctra. d'Arenys de Munt a Sant Ce-
brià, km 22,6. (GPS: 41.621608861,
2.576215722). T 937 950 601
restaurantelmoli@hotmail.com

Obert: de dimarts a diumenge de 10
a 16 h, i divendres i dissabte de 8 a
23 h. Menú diari: 9 €. Menú de cap
de setmana: 18 €

**Tiana**

Camí Dalt d'Alella, 15
T 933 953 812 / 608 712 447
restaurantmasblanc.tiana@gmail.com

Horari: de dimarts a diumenge,
de 13.30 a 16 h; de divendres a
dissabte, de 21 a 23.30 h
Preu mitjà: 30 €



| 26 El Cruce

El Cruce, restaurant membre del col·lectiu CuinaVO, es basa en la selecció del millor producte de proximitat. Elsa Martínez fa accessible una cuina d'arrel clàssica catalana, adaptada, saludable i enfocada a un públic amb sensibilitat. La sala i el celler estan gestionats per Xavier Martínez. Hi trobareu un ambient agradable i les millors referències vinícoles de la nostra terra, en una carta de vins finalista dels premis Cartaví 2013.

| 27 El Molí

El Restaurant El Molí es troba a l'emplaçament d'un antic molí del poble de Sant Iscle, en un entorn immillorable i envoltat de natura. Entre les seves especialitats destaquen els plats a la brasa, els guisats, els esmorzars de forquilla i els plats de temporada. Així mateix, s'hi poden organitzar dinars i sopars d'empresa i ofereix menús per a grups.

| 28 Mas Blanc

Mas Blanc Restaurant & Chillout està situat a Tiana, a uns metres de l'església del poble (antiga Riera d'en Font). Podràs gaudir d'un menjar exquisit, dels millors gintònics i cocteleria, de molt bones vistes, i d'un ambient agradable i relaxant.

Tordera

Veïnat Sant Jaume, 6
T 937 645 477
restaurant@cancasellas.com

Estiu: de 13 a 16 h i de 20.30 a 23 h
Hivern: de 13 a 16 h i divendres i
dissabtes de 20.30 a 23 h. Dimarts
tancat (excepte festius). Menú: 10,60 €
Cap de setmana: 18,50 € Carta: 25-30 €



Vilalba Sasserra

Ctra. Vella, 5-7
T 938 411 278
restaurantlatavernabm@gmail.com

Horari: de 8.30 a 21 h; dimarts,
tancat; divendres i dissabtes, fins a
les 24 h
Preu mitjà: 15-18 €



🍴 | 29

Can Casellas

Can Casellas és un restaurant ubicat en una masia del segle XIII restaurada amb tocs de modernitat l'any 2006. Es troba en un entorn privilegiat, en plena natura, però molt proper al centre urbà de Tordera, i disposa de jardins i pàrquing privat. Oferim cuina tradicional i moderna amb plats originals i productes de collita pròpia i de proximitat. Disposem de diversos menjadors, amplis i acollidors, i de diferents capacitats per a tota mena de celebracions.

🍴 | 30

La Taverna del Baix Montseny

Restaurant de personalitat encantadora amb un concepte atrevit i innovador de cuina natural i casolana de plats amb productes frescos i de proximitat. Els més petits també hi tenen un espai reservat per jugar i deixar que els adults gaudeixin a la taula.

Alella

Av. Sant Mateu, 2
Masia Museu Can Magarola
T 935 559 153 / F 935 405 289
doalella@doalella.org



| 31 DO Alella

A tot Catalunya, a bona part d'Espanya i a l'estranger, s'identifica el nom d'Alella amb el vi, possiblement perquè una llarga tradició de viticultors i elaboradors de vins d'extraordinària qualitat ha unit al llarg dels anys, de forma gairebé indestructible, terra i producte, projectant el nom d'aquest poble arreu del món. Segurament, un dels misteris més atractius dels vins d'Alella és la seva pròpia existència, en ple Maresme, producte d'unes petites vinyes, a voltes amagades de la mirada curiosa dels visitants, que des de fa molts anys lluiten per sobreviure en una admirable i desigual batalla contra l'expansió de la gran àrea urbana del Barcelonès i del Maresme.

Alella

C. Sant Josep de Calassanç, 8
T 935 556 997
bouquetdalella@bouquetdalella.com
Visites guiades a les vinyes i celler. Reserva prèvia



 | 32

Bouquet d'Alella

Nou celler familiar que obre les portes el setembre del 2010, ubicat a la finca Can Boquet. Disposa de 13 hectàrees de vinya conreades en l'agricultura ecològica als municipis d'Alella, Teià i Vilassar de Dalt. Bouquet d'Alella neix amb la clara intenció d'explotar dos vessants diferents, però complementaris, en el món del vi. D'una banda, la producció i venda de vins ecològics de qualitat utilitzant varietats autòctones de la zona; de l'altra, la promoció de l'enoturisme. La situació de l'empresa al centre d'Alella, envoltada de vinyes i amb el celler instal·lat a la masia, de gran bellesa arquitectònica, facilita l'organització de tota mena d'esdeveniments per a aquelles persones que desitgin viure noves experiències a l'entorn de la vinya i el vi. "Viu la tradició, experimenta la innovació" és el lema que condueix aquest nou projecte.

www.bouquetdalella.com

Tiana

Finca La Sentiu, s/n
(GPS: 438986, 4594066)
T 933 954 527
celler@joaquimbattle.com



 | 33

Joaquim Batlle

El celler Joaquim Batlle neix a Tiana el 1999. Es troba situat en una finca de tres hectàrees, plantada en costers i terrasses de sauló, a 308 metres d'alçada, amb orientació sud-est. S'hi treballa exclusivament amb tècniques basades en l'agricultura ecològica i s'empren varietats autòctones blanques com la garnatxa, la pansa blanca i el picapoll. El celler està soterrat al centre de la finca. Vi produït i elaborat a la mateixa finca. La nostra filosofia es basa en la recuperació de la tradició dels vins de la comarca, vins consistents amb un paladar marí, salobres, alcohòlics, madurs, rodons i molt minerals. És en aquest espai on el vi Foranell vol aportar un sentit i un gust que, per perduts, podem veure i beure com a originals.

 | www.vinosdealella.com

Alella

Rbla. d'Àngel Guimerà, 62
T 935 403 842
comercial@alellavinicola.com

Alella

Vall de Rials, s/n
(GPS: 440595, 4594721)
T 935 403 148
roura@roura.es

Martorelles

C. Bienni, 2
T 935 704 534
joan@serraladadelamarina.com



| 34 **Alella Vinícola**

Situat al centre d'Alella, aquest històric celler d'estil modernista elabora vins i caves dolços i generosos des de l'any 1906. Es renova la tradició centenària sota les marques Marfil, Ivori, Vallmora, Mayla, Costa del Maresme, Ona i Violeta. La major part de les nostres vinyes són de muntanya, on duem a terme una viticultura ecològica i respectuosa amb les varietats locals. Oferim la possibilitat de fer visites guiades, passejades per les vinyes, tast, activitats lúdiques i tota mena d'àpats al restaurant Celler Marfil.

www.alellavinicola.com

| 35 **Bodegas Roura**

Acollida a les denominacions d'origen d'Alella, Cava i Catalunya, elabora vins d'alta qualitat, majoritàriament amb ceps nobles europeus, els quals s'han aclimatat perfectament a les condicions de la zona. El celler va iniciar la seva carrera comercial l'any 1990. Actualment disposa d'una gamma de productes de tres blancs, un rosat, tres negres i cinc caves.

www.roura.es

| 36 **Serralada de Marina**

Serralada de Marina és un celler situat a Martorelles. Joan Plans va decidir reobrir aquest celler el 1999 amb el nom d'Altrabanda, fent referència a la seva localització: l'altre vessant de la Serralada Litoral respecte la coneguda regió de vins d'Alella. De la seva oferta, cal destacar-ne el vi blanc, elaborat amb la varietat pansa blanca, per la subtileza i l'equilibri que té, ideal per acompanyar una bona conversa.

www.serraladadelamarina.com

Teià

C. Ernest Lluch, 40
T 935 559 977
info@cella-vinaria.cat

Dissabtes de 10 a 18 h i diumenges
de 10 a 14 h
De dilluns a divendres amb reserva
prèvia

**Tordera**

Camí Ral, 13
T+F 937 640 043
agraria@cooperativaagrariatordera.cat

De dilluns a divendres
Hivern de 8 a 13 h i de 15 a 19 h
Estiu de 8 a 13 h i de 15 a 20 h
Dissabtes de 8 a 13 h
Diumenges de 9 a 14 h


 | **37**

Centre d'Acollida Turística (CAT)

El CAT de Teià, Alella i el Masnou està destinat a explicar la romanització a Catalunya i la importància que han tingut els vins de la zona des de l'època romana fins avui. Per això, hi podreu trobar una bona varietat de vins de la DO Alella. Al costat del CAT es pot visitar el parc arqueològic Cella Vinaria, que conserva les restes d'un celler romà del segle I aC.

 | **38**

Agrària La Baixa Tordera

Implica't en els productes de la terra

A l'agrobotiga de la Cooperativa de Tordera hi trobareu productes alimentaris procedents de cooperatives catalanes de Tordera i de la comarca del Maresme: verdura, fruita, ous, carn, embotits, mel, fruita seca, flors, etc. A més, hem treballat per recuperar i potenciar les diferents varietats de fesols que es conreen a Tordera, el més conegut és el fesol del ganxet (o mongeta del ganxet), amb DOP. La Cooperativa és un referent per a la pagesia i per a les persones en contacte amb el món rural. Oferim assessorament i tota mena d'articles de ramaderia, horta i jardineria.

Alella

C. Riera Fosca, 28-30
T 935 400 341 / F 935 556 419
celler@ciadalella.com

De dilluns a dissabte de 9.15 a 14 h i
de 17 a 21 h
Diumenge de 9.15 a 15 h



Argentona

C. de Pau Claris, 18-20, 2n 2a
T 618 280 658
tutiendalolaymas@gmail.com

Sempre obert



Cabrera de Mar

Av. 11 de Setembre, 53, baixos
T 937 590 149 / F 937 590 149
elsindicat@elsindicat.cat

De dilluns a divendres de 8.30 a 13 h
i de 15.30 a 20 h
Dissabte de 8.30 a 14 h



🍷 | 39

Celler Companyia d'Alella

Amb 27 anys d'història al darrere, la Companyia d'Alella s'ha consolidat com un dels cellers especialitzats amb més renom. Ha sabut posar a l'abast dels seus clients els millors vins –tant els de les terres d'Alella com d'altres regions–, caves, xampanyes i licors al millor preu i amb una qualitat de servei màxima. Les seves dues zones obertes al públic, el celler i la taverna, traslladen el visitant a les fondes de fa diversos segles.

www.varietalis.com

🍷 | 40

Lola y Más

Botiga electrònica de
productes ecològics

Som d'Argentona i ens pots trobar arreu de Catalunya. Tenim botiga i una plataforma de comerç electrònic de productes ecològics certificats i de proximitat: llegums, celler, pasta, verdura preparada per cuinar, fruita, etc. Intentem treballar directament amb el productor i confeccionar un projecte social divers i sòlid a través de fundacions, com ara l'Fundació Sant Tomàs i la Fundació Portal.

www.lolaymas.com

🍷 | 41

Cooperativa Agrícola Ca- brera de Mar

L'agrobotiga us ofereix productes per omplir la taula amb verdures de temporada: mongetes del ganxet, pèsols de la floreta, tomàquets, col, api, etc. La verdura prové directament del camp i la cultiven els nostres associats. Així mateix, els agricultors de les Terres de l'Ebre, Girona i Lleida ens fan arribar fruita de les seves cooperatives. També hi trobareu vins amb DO i altres productes com olis, llegums i fruits secs. A més, us recordem que ens podeu fer les comandes per correu electrònic o per telèfon.

elsindicat@elsindicat.cat

Canovelles

C. Carles Buigas, 9-J, Can Castells
T 938 468 134 / 696 655 540
info@formatgeslacleda.cat



Mataró

Veinat de Valldeix, 20
T 629 671 979
jcanta_pages@hotmail.com



Òrrius

Can Femades
(GPS: 41° 33' 13,73 N, 2° 21' 8,55 E)
T 617 423 288
hortaorrius@gmail.com

Servei a domicili a particulars,
cooperatives i grups de consumidors
Mercat d'Òrrius, dissabtes al matí
Venda a finca el divendres de 16 a 20 h



42 | La Cleda

La Cleda és una petita empresa familiar dedicada a l'elaboració artesana de iogurts i formatges d'ovella. La llet per elaborar els productes la proporciona el seu ramat de 400 ovelles, cosa que els permet tenir un control rigorós de la seva alimentació. La llet que s'obté és de gran qualitat i es té molta cura del procés d'elaboració dels iogurts i formatges. Així és com s'obtenen uns productes exquisits, amb unes propietats organolèptiques i dietètiques excel·lents.

www.formatgeslacleda.cat

43 | Verdures Cantallops

Productes d'horta

Verdures Cantallops, SCP és una empresa familiar i molt arrelada a la ciutat de Mataró dedicada al conreu i la venda de tota mena de productes d'horta. Estem especialitzats en el cultiu de la mongeta del ganxet, els calçots i diferents varietats de patates, com la *kennebec*, *Red Pontiac*, *Maris Bard* i *Jaerla*, així com en la selecció de les millors fruites i verdures de la zona i la seva venda posterior als restaurants i els mercats setmanals de la comarca del Maresme.

44 | L'Horta d'Òrrius

Cultivem hortalisses variades, de temporada, a l'aire lliure i mitjançant un maneig ecològic. Oferim enciams (llengua de bou, morella, del sucre i carxofet), tomàquet (pometa, pare Benet, cor de bou, de Montserrat, ple i mala cara), albergínia blanca, pebrots, carabassó blanc, mongeta (llaminera i del ganxet), pèsol del ganxo, col (pell de galàpet i de paperina), bròquils, entre d'altres. Participem en la Xarxa Baix Maresme Agroecològic.

www.hortaorrius.wordpress.com

Sant Celoni

Can Mestret, Olzinelles, bústia núm. 2
T 938 679 388 / 644 469 849
migueldperea@yahoo.es



🍷 | 45

Hort de Can Mestret

Productes d'hort ecològic i biodinàmics

Produïm verdura de temporada a les feixes de la masia on vivim (Can Mestret), al Montnegre. Una vegada recuperats els antics espais de conreu, vam optar per cultivar-hi d'una manera biodinàmica perquè entenem que és la forma més respectuosa i compromesa amb la terra, i una manera d'entendre l'activitat agrícola com una unitat amb la Terra i l'univers. El nostre objectiu és oferir aliments sans, saborosos i amb vitalitat, i a la vegada dinamitzar aquest petit espai que és el Montnegre.

Sant Celoni

C. de Sant Pere, 5
T 938 670 704 / 633 287 720
pastisseriarodellas@hotmail.com
Horari: de 9 a 13 h i de 17 a 20 h



🍷 | 46

Pastisseria Rodellas

Elaborem pastisseria artesana: neules i torrons, xocolates i pastissos.

Tordera

Veinat Sant Ponç, 7, "Mas Freixes"
(GPS: 41.710847461, 2.677503271)
T 937 645 124 / 679 244 170
F 937 645 124
jorditorres@ramaderiajorditorres.net
Obert els caps de setmana que hi ha venda
Preu mitjà: 100 € el lot de 10 kg



🍷 | 47

Ramaderia Jordi Torres

Ens dediquem a la cria i la venda de vedella ecològica. El nostre ideal és aconseguir una ramaderia sostenible. Oferim un producte de qualitat sense intermediaris, del ramader al consumidor, a un preu raonable. Prenem nota dels encàrrecs i quan ja tenim prou demanda sacrificuem l'animal. Fem lots de 10 kg en què repartim la carn a parts iguals per a tots els clients.

Vallgorguina

Les Canameres, s/n
T 938 679 278
masiacanameres@gmail.com
Horari: de dilluns a dissabte

Vilanova del Vallès

La Cruïlla
(GPS: 440333, 4600306)
T 938 458 131
cooperdelvalles@gmail.com
De dilluns a divendres de 8.30 a 13 h
i de 15 a 19 h
Dissabte de 9 a 13 h
Diumenge de 9.30 a 13 h



📍 | 48

Masia Les Canameres

Productes de fleca i horta

Masia Les Canameres és una empresa familiar que ofereix productes de bona qualitat, elaborats com es feia antigament. Entre les nostres especialitats, oferim pa de pagès, coques de pa i de sucre, pa d'espelta, integral i de nous, llonguets i magdalenes artesanes. Tot això, cuit al forn de llenya, conservant la mare del pa, amb farines de màxima qualitat i usant les tècniques dels antics forners.

📍 | 49

Cooperativa Agrària del Vallès

La Cooperativa Agrària Comarcal del Vallès està situada a la plana agrícola més important del Vallès i dóna tot tipus de serveis i subministraments als professionals de l'agricultura i la ramaderia. Els seus autoserveis, Camp Verd, estan oberts a tothom, i s'hi troba tot el que és necessari per viure al camp, des de productes per tenir cura d'animals i plantes, fins als millors productes de la terra, com la valorada mongeta del ganxet (DOP), i també productes d'altres cooperatives.

Vilanova del Vallès

C. La Palma, 30
T 938 456 009
josep@fruiteriacasals.com

Vilassar de Dalt

C. Salvador Espriu, 37
T 937 533 238 / 670 374 631
artefor@hotmail.es
Preu mitjà: 26 €/quilo

Vilassar de Dalt

Can Pujol, s/n.
(GPS: 444121, 4597898)
T 935 729 667
canpujol@canpujol.com



| 50 Fruites Casals

Establiment dedicat a la venda de productes frescos del dia, que, segons l'època de l'any, pertanyen a la producció del Parc del Litoral, i a la compravenda i producció pròpia: mongeta del ganxet, calçots, fruits d'horta i verdura. La botiga es complementa amb vins, caves i conserves selectes. També s'hi pot trobar fetge d'ànec desvenat o vinagres aromàtics.

 www.fruiteriacasals.com

| 51 Formatges Artefor

Intentem oferir un producte selecte, exclusiu i únic quant a elaboració i procés. Des les verdes pastures de les altes muntanyes del Pirineu, on es recull la llet, fins a les càlides costes del Maresme amb la càlida brisa del Mediterrani, on s'elabora, us oferim un formatge exquisit que uneix dos contrastos tan oposats per fer un producte de qualitat, tot plegat en harmonia, per crear un formatge de sabor penetrant, ple de matisos i amb profunditat. Un producte complex i diferent.

 www.artefor.com

| 52 Formatges Can Pujol

Formatges Can Pujol va començar l'activitat el 1980. Els primers formatges que s'hi van elaborar eren de consum immediat: frescos, mató, quallada. L'any 1991 va néixer el famós "nevat", un formatge madurat que combina una bona tècnica formatgera i una elaboració totalment artesanal. Can Pujol s'ha convertit en una empresa amb punts de distribució a Catalunya i Espanya, i exporta a diversos països.

www.canpujol.com

 | 53 Altres productes del parc

Alella

L'hort d'en Pau

Verdures ecològiques de temporada

T 652 531 807

lhortdenpau@gmail.com



Arenys de Munt

Can Marpons

Producció de maduixa i maduixot del Maresme

T 609 393 203

marponsfruit@gmail.com

Monserrat Amargant Sánchez

Cirera d'en Roca i altres varietats. Productes d'horta

T 635 442 598

lasnoiesdecalpastor@gmail.com

Argentona

Bellatriu

Producció d'horta i llegums de temporada com la mongeta del ganxet i el tomàquet pometa

T 658 933 247

bellatriu@hotmail.com

Cooperativa Agropecuària d'Argentona

Productes d'horta, fruita i verdura. Mongeta del ganxet

T 937 970 059

agroargent@telefonica.net 

Horta Cal Elies

Cultiu ecològic d'hortalisses de temporada, maduixes, llegums, calçots

T 615 500 282

calelieseco@gmail.com

www.calelies.com

pagesosagroecologics.com/



Les Escomes

Producció natural de mongeta

T 670 086 230

Verdures Font

T 937 971 692

caterinacalpe@gmail.com

Verdures d'Argentona

T 652 606 388

Verdures i horta Oliveras

T 639 261 000

montsegaloalfarog@gmail.com

Rigola Puig Josep

Productes d'horta

T 667 497 664

laurarigolats@gmail.com

Cabrera de Mar

Horticultura Noé

Productes d'horta certificats en producció integrada

T 609 469 215

noexufre@hotmail.com

Verdures Ribosa de Cals Frares

Productes d'horta

T 646 536 427

calsfreres.ribosa@gmail.com

Horticultura Can Sala d'Agell

Productes d'horta

T 937 590 144

cansaladagell@gmail.com

VerdPujol

Productes d'horta

T 665 564 723

verdpujol@gmail.com

Dosrius

David Collet Guinart (Ca l'Estapé)

Mongeta del ganxet i del genoll de Crist

T 937 919 206 / 663 671 306

El Masnou

Can Jordana

Fruita i verdura fresca a casa. Venda per Internet

T 629 707 712

canjordana@canjordana.com

www.canjordana.com

Llinars del Vallès

Tarpuna Cooperativa

Horts socials ecològics

T 972 877 424

F 972 87 76 54

info@hortsocial.org

www.tarpunacoop.org · 

Mataró

Verdures Floriach

T 937 901 204 / 699 797 921

josepfloriach@hotmail.com

Maltas Horticultors

T 937 981 390

maltasmaltas@hotmail.com

Marti Rosell

Productes d'horta

T 937 901 154

F 937 901 643

info@martirosell.com

www.martirosell.com



Sanchez Tejero Rosario

Productes d'horta

T 615 014 705

gabrielivanteny@hotmail.com

Montornès del Vallès

Antoni Puig

Productors de mongeta extra

T 935 680 593

puigantoni@hotmail.com

Pineda de Mar

Basart Piferrer Núria

Productes d'horta

T 620 648 528

nuriabasart@hotmail.com

Fruites i verdures Basart

T 652 899 069

sindicat93@hotmail.com

Montserrat Gallifa Lluís

Productes d'horta

T 639 082 207

adoyca@hotmail.com

Sant Cebrià de Vallalta

Ca l'Estrany

Productes d'horta

T 628 054 615

jaumepla59@hotmail.com

Teià

Jordi Homs

Apicultor - Venta de mel
de collita pròpia

T 646 954 362

Vallgorguina

Vivers Salicru

Arbres i verdures biodinàmiques,

T 671 033 213

info@viverssalicru.cat

Vilalba Sasserra

Pinyons El Montseny

Productor de pinyons

T 938 489 257

administraciopinyons@

gmail.com

Vilassar de Dalt - Vallromanes

Josep Campins

Apicultor - Venta de mel
de collita pròpia

T 935 729 255

melvallromanes@gmail.com

Parc del Castell de Montesquiú



El paisatge del Parc del Castell de Montesquiú es caracteritza per un relleu trencat per les successives alineacions muntanyoses que configuren el sistema prepirinenc oriental. De superfície modesta, despunta pels boscos densos de roure i pi roig, que han estat modelats pel pas del riu Ter. Espai de pas entre les zones muntanyoses del Ripollès i la Cerdanya i les planes d'Osona, el paisatge ha estat profundament transformat per l'empremta de l'home. Els seus referents històrics es remunten a l'edat mitjana, època de la qual data el castell de Montesquiú, un gran casal fortificat amb orígens en el segle X. L'any 1976 el castell i la finca passen a ser propietat de la Diputació de Barcelona, cedides pel seu darrer propietari, Emili Juncadella. Des d'aleshores, la Diputació ha dut a terme obres de rehabilitació integral de l'edifici per tal de garantir-ne la conservació, revaloritzar el seus continguts arquitectònics i històrics i adaptar part de les seves estances com a centres de recursos on sovint es realitzen jornades i seminaris de temàtica diversa. El castell, avui dia és un equipament cultural prop del Ter, envoltat de boscos plens d'història.

Oficina del parc

Masoveria del Castell
08585 Montesquiú
T 934 727 600 i 938 529 234
F 938 529 005

p.montesquiú@diba.cat
parcs.diba.cat/web/montesquiú

Obert de dilluns a divendres de
9 a 14 h

Any d'inclusió dins el PEIN de la Generalitat de Catalunya: 1992

Any d'aprovació del Pla especial:
1986 (modificat l'any 1998)

Superfície protegida: 681 ha

Productes i gastronomia del Parc del Castell de Montesquiu

El parc

El Parc del Castell de Montesquiu és lloc de pas entre les zones muntanyenques del Ripollès i la Cerdanya i les planes d'Osona, i ha estat terreny per a l'assentament humà des d'èpoques molt antigues. Els testimoniatges arquitectònics més remots es remunten a l'alta edat mitjana. El castell mateix –símbol de les estructures defensives del territori–, l'esglésiola de Sant Moí –exemple de la implantació religiosa en els terrenys reconquerits–, les restes del camí de Llaers, el pont de les Codines o les evidències de les primitives estrades medievals constitueixen els elements més significatius de l'edificació medieval al parc. El castell de Montesquiu, que junt amb els de Besora i Saderra compon l'estructura defensiva d'aquest rodal, és un edifici poc documentat i fins avui ha atret molt poc l'atenció dels investigadors. El seu origen es pot trobar en una petita construcció de planta rectangular, encara conservada en les estructures actuals del castell, que probablement és bastida entre els segles x i xi.

En una etapa edificatòria posterior, tal vegada al final del segle xv, el castell perd el caràcter militar i esdevé residència

senyorívola; d'aquest moment són l'escala monumental i el pati central, que caracteritzen l'espai interior de l'edifici. Al segle XVIII, el castell torna a ser objecte de profunds remodelatges, que inclouen la construcció d'una petita capella sota l'advocació de santa Bàrbara. Cap a l'any 1920, l'edifici és sotmès a una restauració molt important, segons els criteris historicistes del moment. L'any 1976 és cedit per la família Juncadella a la Diputació de Barcelona.

El territori

La Vall del Ges, Orís i Bisaura constitueix un territori amb unes característiques singulars que està format pel Bisaura al nord, la vall del Ges al sud-est i Orís

Mercat a Orís





Patata del bufet

al sud-oest. Concretament, el Parc del Castell de Montesquiú se situa dins del Bisaura, on es troben els municipis de Montesquiú, Sant Quirze de Besora, Santa Maria de Besora, Sora i Vidrà. La vall del Ges està formada per Sant Pere de Torelló, Sant Vicenç de Torelló i Torelló. El medi natural i rural de la Vall del Ges, Orís i Bisaura és molt rellevant. El paisatge es dibuixa amb camps de conreus i prats de pastura, amb ermites, masies i castells. Caminant per aquests paratges, hi trobem boscos de caducifolis propis de les terres centreeuropees, amb imponents fagedes a les obagues i rouredes als solells i terrenys plans, rieres rocalloses i bonics salts d'aigua amagats.

Concurs de gossos d'atura a Vidrà





Embotits del Bisaura



Pa amb tomàquet i pernil

Els productes

Els restaurants, els allotjaments i els productors alimentaris de la Vall del Ges, Orís i Bisaura es troben agrupats en l'Associació Cultura i Territori Gesbisaura, que promou i difon el patrimoni cultural i natural del territori, la gastronomia i productes alimentaris artesans.

Els **productes alimentaris artesans de Gesbisaura** són fruit del treball, la tradició i l'amor a l'ofici de moltes famílies dedicades al conreu d'aquestes terres, a la cria del bestiar i a l'elaboració dels productes a partir de mètodes tradicionals. Amb esforç diari i dedicació constant, les empreses alimentàries artesanals ofereixen una proposta gastronòmica gustosa, fresca i de qualitat, alhora que generen una identitat al territori que el fa únic. En destacarem alguns productes:

La cria del bestiar al territori garanteix un control directe de l'origen de la carn, i el procés de cria extensiva i en un entorn natural n'assegura la qualitat. Els embotits s'elaboren seguint els processos tradicionals amb conservants naturals, sal i pebre. La varietat d'embotits és extensa: des del tradicional fuet i la clàssica llonganissa,

fins al bull i la botifarra de nous. Cada productor té la seva especialitat.

Amb matèries primeres d'explotacions del territori també s'elaboren **formatges** artesans amb llet crua de vaca i llet de cabra com es feia antigament.

Un dels productes més tradicionals del territori es genera amb la maceració d'herbes i nous verdes amb alcohol, de la qual sorgeix un licor únic molt apreciat: la **ratafia**. La destil·leria Bosch ha mantingut l'esperit fundacional i els secrets de la producció, transmesos de pares a fills fins a la cinquena generació de la família.

El cultiu de la **patata del bufet** és una activitat agrícola que es desenvolupa arreu del municipi d'Orís. Les terres fèrtils i el clima de la zona proporcionen al tubercle unes qualitats particulars que el fan exquisit. La patata del bufet és un producte Catalunyam, marca que identifica els productes agraris de qualitat de Catalunya. Recuperada per la tenacitat de les famílies del territori dedicades a l'agricultura, la patata del bufet ha tornat als nostres cuinats per oferir un gust exquisit i cremós a les viandes.



Ramat d'ovelles de raça ripollesa

Els diumenges i els festius del mes d'octubre a Orís se celebra el Mercat de la Patata del Bufet, en el qual es venen les 50 tones de patates del bufet, de tipus blanca i negra, que es produeixen al territori; es tracta d'una venda directa del pagès al consumidor.

El producte artesà és de proximitat i podem visitar on es pastura el bestiar, on conreem els nostres productes i on els elaborem. La

cria extensiva de bestiar ens permet fer un manteniment molt important del bosc, i els prats de pastura i camps de cultiu dibuixen aquest paisatge tan conegut i tan proper per a nosaltres, que compagina pastures i boscos, camps i masies. Treballem amb la terra mantenint les formes de treball tradicionals, que identifiquen el nostre país, el nostre tarannà i la nostra manera de fer.

Paisatge del Bisaura, amb el Pedraforca al fons



Índex de participants



- 01** Mas Quintana de Ciuret, p. 114
- 02** Hotel Sant Quirze de Besora, p. 114
- 03** Casa rural Can Cisquet, p. 115
- 04** Escola de Natura Les Codines, p. 115



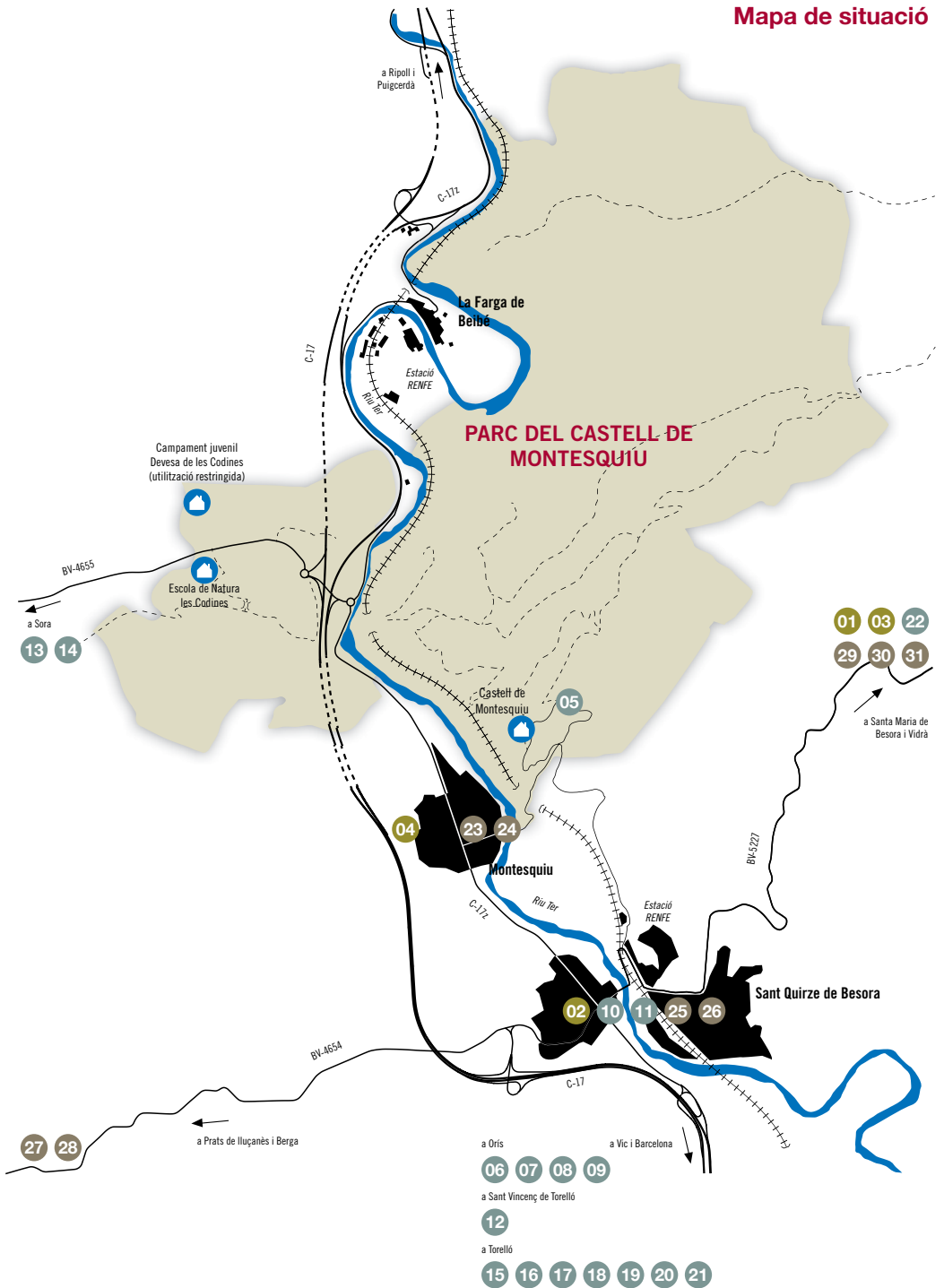
- 05** Casa Nova del Castell, p. 115
- 06** Cal Jutge, p. 116
- 07** Can Branques, p. 116
- 08** L'Auró, p. 117
- 09** La Rectoria d'Orís Restaurant, p. 117
- 10** Ca La Cànida, p. 117
- 11** Way, p. 118
- 12** Cal Nunci, p. 118
- 13** El Serradet, p. 118
- 14** L'Antic, p. 119
- 15** Bar Restaurant Musical
Tse Tse, p. 119
- 16** Braseria Restaurant el Triangle, p. 119
- 17** Cal Pagès, p. 120
- 18** El Bistrot del Firal, p. 120
- 19** L'Olla dels experiments, p. 121
- 20** Mas el Coll, p. 121
- 21** Pizzeria Can Zeppelins, p. 121
- 22** Hostal Serrasolsas "La Creu de
l'Arç", p. 122



- 23** Forn Ca l'Agnès, p. 122
- 24** Xarcuteria Empar, p. 123
- 25** Embotits Can Pedret, p. 123
- 26** Ratafia Bosch, p. 123
- 27** Carnisseria i cansaladeria
El Serradet, p. 124
- 28** Formatgeria Mas Rovira, p. 124
- 29** Carns i Embotits Collfred, p. 125
- 30** Fleca de Vidrà, p. 125
- 31** Formatges de Ciuret, p. 125

-  allotjament
-  restaurant
-  establiments,
elaboradors i
productors
-  informació
-  equipaments
-  sortida via ràpida
-  autopista
-  carretera asfaltada
-  pista forestal
-  ferrocarril

Mapa de situació



Vidrà

Mas Quintana de Ciuret
(GPS: lat 42.144322326124 long 2.330233454704)
T 669 450 104 / 639 943 420
info@masquintana.cat
Horari: obert tot l'any
Preu: 900 € / 16 persones i cap de setmana



Sant Quirze de Besora

Ctra. de Berga núm. 2
(GPS: 42.1015773 –
2.2177705999999943)
T 938 529 640
info@hotelbesora.com
Horari: les 24 hores
Preu: habitació individual, 50 €;
habitació doble, 60 €



🏠 | 01

Mas Quintana de Ciuret

Agroturisme

Mas Quintana de Ciuret és una masia del segle XVI adaptada al lleure del segle XXI. Es va restaurar el 2011 i té una capacitat per a 16 persones. Es lloga íntegra. La casa està situada al punt de confluència de les comarques d'Osona, el Ripollès i la Garrotxa. La finca a la qual pertany el Mas Quintana es dedica a la silvicultura i a les vaques de pastura. Els pagesos som de classe privilegiada. Estem envoltats de natura i gaudim dels canvis estacionals, el temps, les postes de sol, etc. Tot, a tocar. Només cal aturar el rellotge, caminar, passejar, observar o, simplement, descansar i fer-la petar. Nosaltres hi posem la masia, en un entorn privilegiat; la resta, la poseu vosaltres.

www.masquintana.cat

🏠 | 02

Hotel Sant Quirze de Besora

Aquest hotel està situat en un paratge per descobrir, on la combinació de tranquil·litat i descans, envoltats d'unes impressionants vistes al riu Ter, fa que es pugui gaudir de l'essència d'aquesta regió. Els dormitoris són amplis, amb televisió, aire condicionat, minibar, caixa forta i Wi-Fi a tot l'hotel. També disposem de sala de reunions, banquets o convencions, així com de restaurant.

www.hotelbesora.com

Santa Maria de Besora

Pla de Teia, 4
T 629 865 576
info@cancisquet.com

**Montesquiu**

C-17 autovia Ripoll Sortida 85, Sora /
Montesquiu. BV-4655 direcció Sora,
a 1Km Les Codines"
93 474 46 78
acc@fundesplai.org

Preu mitjà: 30 € amb pensió completa

**Montesquiu**

CasaNova del Castell
T 938 529 022
casanovadelcastell@gmail.com
Horari: de dimarts a diumenge

**🏠 | 03****Casa rural
Can Cisquet**

La Casa rural Can Cisquet està situada a Santa Maria de Besora, un petit municipi de muntanya de 160 habitants, entre les comarques d'Osona i el Ripollès, a una altitud de 860 metres.

La capacitat de la casa és de 8-9 persones, amb tres habitacions (dues de dobles i una altra per a quatre persones). Oferim serveis de calefacció, barbacoa, piscina, televisió i Wi-Fi.

 www.cancisquet.com

🏠 | 04**Escola de
Natura les
Codines**

L'Escola de Natura les Codines és un equipament situat al terme municipal de Montesquiu, a cavall de les comarques d'Osona i el Ripollès. Els edificis havien estat una masia important de la zona de Sora-Montesquiu, i ara han estat rehabilitats per ser accessibles i funcionals com a equipament educatiu i de lleure. La casa, amb una capacitat de 48 places, ofereix àpats casolans i adapta els menús per a qualsevol tipus de celebració.

 www.fundesplai.org

🍴 | 05**Casa Nova
del Castell**

Cuina de proximitat

Som el Pere i la Mercè, i regentem el restaurant de la Casa Nova del Castell de Montesquiu des de l'any 2005. La nostra il·lusió és que les persones que ens visitin gaudeixin de l'entorn, el paisatge i la gastronomia, de les nostres especialitats i de la comarca. Els comensals podran triar entre una oferta gastronòmica completa, cuinada amb productes de proximitat i de molta qualitat. Tot això, elaborat amb molt d'afecte i amor.



Orís

C. de Gràcia, 11
T 938 592 651
eduardaliberch@gmail.com

Horari: de dimecres a dilluns, de 9 a 17 h; divendres i dissabtes, de 9 a 17 h i de 20 a 24 h; dimarts, tancat
Preus: menú diari, 13 €; menú cap de setmana, 20 €; carta, 30-40 €



Orís

C. de Gràcia, 4
T 938 591 027

Horari: de dimarts a dijous, de 9 a 20 h; divendres i dissabtes, de 9 a 23 h; diumenges, de 9 a 17 h



06

Cal Jutge

Cuina de mercat i d'autor

Situat en un espai restaurat, molt acollidor i familiar. Oferim diversos productes de proximitat que elaborem als menús. Es poden concretar reserves per a grups a partir de 10 persones.

Disposem d'un jardí molt ampli per fer-hi celebracions. Algunes de les nostres especialitats són els raviolis de mango amb formatge de cabra, els fagorini de pera amb crema de tòfona, l'arròs caldós amb llamàntol, el bistec tàrtar de vedella i els peus de porc farcits amb bolets i botifarra del perol.

07

Can Branques

Especialitat en cuina tradicional de productes de proximitat.

Restaurant de tradició familiar fundat el 1900, situat a Can Branques d'Orís. Elaborem una cuina tradicional i de mercat, en què destaquen com a especialitats els peus de porc sense feina, l'ànec de pagès amb peres i els canelons. Pel Mercat de la Patata del Bufet, que té lloc a Orís els caps de setmana d'octubre, es cuinen diversos plats elaborats amb aquest producte tan valorat.



www.canbranques.guiacat.cat

Orís

Ctra. C-17, km 76,2
(GPS: N 42.058586 E 2.24 1481)
T 938 595 301
info@restaurantauro.com

Horari: de dimarts a diumenge, de 8.30 a 17 h; divendres i dissabtes, nit
Preu mitjà: menú (feiners), 16 €; car-
ta, 40 €; menú degustació, 55 €



Orís

Plaça de Sant Genís, s/n
(GPS: N 42° 03' 592" E 2° 13' 254")
T 938 590 230
larectoriaoris@gmail.com

De dilluns a diumenge de 13 a 15.30 h.
Sopars divendres i dissabte.
Preu: menú feiners, 21,50 €; menú
cap de setmana i temporada, 26 €



Sant Quirze de Besora

Ctra. de Berga, 8
(GPS: 2°06'03.9"N 002°13'02.4"E)
T 938 529 083
calacandida@gmail.com

Horari: migdies i nits
Preu mitjà: 14 €; menú cap de set-
mana, 14 i 18,50 €



08

L'Auró

El 1966, els nostres pares van fundar un restaurant familiar que hem continuat en una nova ubicació (1999). Tradició posada al dia amb matèria primera de qualitat i, si pot ser, de proximitat, i un tracte proper i familiar són les característiques de casa nostra, que pretenem que us feu vostra.

09

La Rectoria d'Orís Restaurant

Petit restaurant situat a l'antiga rectoria de l'església de Sant Genís d'Orís (segle XVIII), molt adient per a parelles, reunions de negocis i celebracions familiars. Estem envoltats de natura i jardins. Disposem d'aparcament i som a només 2 quilòmetres de la C-17. La tradició és l'arrel de la nostra cuina; la creativitat, el seu motor, i els petits productors que ens envolten, els nostres proveïdors. Us oferim qualitat, privacitat i passió per la nostra feina.

10

Ca La Cànida

Ca La Cànida és un restaurant al centre de Sant Quirze de Besora amb més de 80 anys d'història. Hi trobareu la cuina tradicional posada al dia i la cuina típica catalana. És un lloc de pas de boletaires, esquiadors i excursionistes de tota la vida. Som especialistes en gintònics; veniu a degustar-los els divendres i els dissabtes a la nit.

Sant Quirze de Besora

Rambla de la Concepció, 5
T 938 529 080
way@gmax.es

Horari: de 7 a 20 h; divendres i dissabtes, de 6.30 a 23 h; diumenges, de 6.30 a 20 h
Menú diari i menú de cap de setmana
Preu mitjà: 15-30 €



Sant Vincenç de Torelló

Plaça de Cal Ferrer, 2
T 938 593 522 / 661 869 897
Horari: de dijous a dissabte, migdies i nits
Preu mitjà: menú, 10,60 €; carta, 20 €



Sora

Casanova del Serradet, s/n
T 938 550 327
elserradet@hotmail.com
Horari: obert des de les 7 h
Preu mitjà: 10-18 €



11 Way

Fundat l'any 1970. Hem ofert sempre una cuina casolana, amb plats variats amb els millors aliments de l'hort. Tenim recomanacions de la casa, com ara la paella mixta, la fideuada i els canelons, que són especialitat de la casa. També fem menús per a colles o grups, i banquets de casaments i comunions. Tenim disponibilitat de terrassa tant interior com exterior. Oferim un aparcament espaiós davant del restaurant, així com accés i lavabos per a persones amb mobilitat reduïda.

12 Cal Nunci

La cuina de Cal Nunci és tradicional i de mercat. Treballem amb matèries primeres fresques i de primera qualitat per fer que menjar a Cal Nunci sigui un plaer i un moment per gaudir de les trobades amb els amics i els familiars. La nostra cuina canvia segons la temporada, ja que hi incorporem els productes que ens dóna la terra a cada època de l'any. Cada setmana, a més de la carta base, hi afegim plats esporàdics per dinamitzar la nostra cuina i oferir als clients una varietat més àmplia.

www.calnunci.org

13 El Serradet

El restaurant està situat al costat de la C-17, al peu de la carretera de Berga, un lloc de pas de boletaires i ciclistes. Ofereix cuina casolana i tradicional, amb esmorzars de forquilla i menú diari. Alguns dels seus plats són les galtes de porc a la brasa, el capipota i el bacallà amb samfaina, així com tota mena d'embotits d'elaboració pròpia.

Sora

Plaça Can Coromines , 14
(GPS: Longitud 2° 9' 569" Latitud 42° 6' 636")
T 938 550 835
restaurant.antic@yahoo.es

Horari: migdies de dimecres a diumenge, i nits divendres i dissabtes
Preu mitjà: 25 €



Torelló

Plaça Vella, 3
T 938 592 905
bartsetse@gmail.com
Horari: des de les 8.30 h
Preu mitjà: 18 €



Torelló

C. del Ter, 200
(GPS: 42.053626N - 02.245402E)
T 938 593 731
triangle.marc@gmail.com
Horari: de dilluns a dijous,
de 6 a 21 h; divendres i dissabtes,
de 6 a 24 h
Preu mitjà: 10-25 €



14 L'Antic

El Restaurant L'Antic està situat a la localitat de Sora, en un entorn molt tranquil i envoltat de natura. Hi trobareu cuina de mercat i de temporada. Els nostres plats casolans de l'àvia són un paradís de sabors, amb un toc original d'autor. Dispossem d'espais per a casaments, comunions, àpats per a empreses i particulars, i tota mena d'esdeveniments. Durant la temporada de bolets, podeu venir a tastar els nostres plats, i per les festes de Nadal, els plats tradicionals de sempre.

15 Bar Restaurant Musical Tse Tse

Situat al centre de Torelló, té dues terrasses, servei de cuina i tapes, i bar musical.

16 Braseria Restaurant el Triangle

Restaurant de cuina casolana i de mercat amb productes de proximitat, té una gran capacitat, ideal per a colles i grups. També, terrassa molt àmplia i gran aparcament.



www.eltriangle.net

Torelló

C. de Ges d'Avall, 4
(GPS: N 42,046 93 E 2,261 41)
T 938 595 192
calpages@calpages.net

Horari: de dilluns a diumenge, de 13 a 15.30 h; de dijous a dissabte, també de 20 a 24 h; dimarts, festa setmanal
Preu: menú diari, 10 €; carta, 18 €



Torelló

Plaça de Sant Fortià, 2
(GPS: N42 02 59.9 E2 15 46.4)
T 938 594 383
bistrot@elbistrotdefiral.cat

Horari: de dijous a diumenge, de 20 a 24 h; diumenges i festius, de 13 a 16 h
Preu mitjà: 16-20 €



| 17 Cal Pagès

El nostre restaurant ofereix un ambient agradable i la possibilitat de gaudir de la millor cuina mediterrània de terra endins. Tot això, afegit a un acurat servei i a l'originalitat dels nostres plats, elaborats amb els millors productes de la terra, farà les delícies dels paladars més exigents i sorprendrà els més curiosos. En resum, és una cuina plena de sabors i sensacions.

| 18 El Bistrot del Firal

Local petit i acollidor a l'estil dels *bistrots* francesos, a la seva cuina trobarem els productes de la terra elaborats amb una especial dedicació i estima per sorprendre, sense menystenir la cuina mediterrània i tradicional.

Torelló

Plaça de la Vila, 2

T 938 594 960

olladelsexperiments@hotmail.com

Horari: d'11 a 16 h i de 18.30 a 23 h;

dimarts tarda, tancat

Preu mitjà: 30 €

**Torelló**

Mas El Coll, s/n

T 938 504 770 / 647 759 491

Obert per sopar, dinar i esmorzar
amb reserva prèvia

Preu mitjà: 18-25 €

**Torelló**

Plaça Vella, 10

T 938 504 783

Horari: de dimecres a diumenge, de
20 a 24 h

Preu mitjà: 15 €



🍴 | 19

L'Olla dels experiments

Celler-restaurant que té com a objectiu la interacció amb els clients utilitzant la cuina i els vins com a mitjà per gaudir d'una bona vetllada.

Estem especialitzats en maridatges i tastets, amb una cuina de trets moderns i plats tradicionals, sobretot els elaborats amb tòfona, bolets i caça.

Recomanem trucar per reservar, especialment per a àpats personalitzats i grups. L'establiment té una zona de botiga on es poden adquirir els vins.

<http://olladelsexperiments.wix.com/olla>

🍴 | 20

Mas el Coll

Restaurant rural, d'ambient familiar, ideal per venir-hi amb nens: hi ha molt d'espai per córrer i un parc infantil molt a prop. A partir de deu nens, possibilitat de monitoratge. Menjador amb capacitat per a 30 persones. A l'estiu tenim una gran terrassa. Hi podreu menjar carns a la brasa amb guarnició de verdures del nostre hort, coques torrades amb melmelades casolanes i formatges, i amanides de temporada amb verdures ecològiques.

www.restaurantelcoll.es

🍴 | 21

Pizzeria Can Zeppelins

Cuina Italiana de temporada

Situada al centre antic de Torelló, hi trobareu tota mena d'especialitats italianes i també de temporada cuinades amb productes de la nostra pròpia horta. Molts dels nostres plats són aptes per a celíacs.

Oferim un ambient acollidor i familiar, i a l'estiu també podreu gaudir de la nostra terrassa.



Vidrà

C. de la Creu de l'Arç, 2
T 938 529 118 / F 938 529 118
lacreu.vidrà@gmail.com

Horari: de diumenge a dijous, de 8.30 a 20 h; dimarts, fins a les 16 h; divendres, dissabtes i festius, de 8.30 a 24 h

Preu mitjà restaurant: 20-25 € i menús

Montesquiu

C. de Sant Boi, 7
T 938 551 127

Horari: de 8 a 13 h, de dimarts a divendres; de 7 a 13 h, dissabtes, diumenges i festius; dilluns, tancat


 | **22**

Serrasolsas “La Creu de l’Arç”

Des de fa quatre generacions, la nostra família té cura d'aquest petit hostal situat al municipi de Vidrà, al nord de la comarca d'Osona, entre la Garrotxa i el Ripollès. Al restaurant, oferim una cuina molt casolana, amb les patates farcides conegudes arreu, els nostres canelons, les amanides de temporada, les carns a la brasa i els guisats fets a poc a poc. També disposem d'habitacions per poder relaxar-se i gaudir del nostre magnífic entorn.

www.hostalserrasolsas.com

 | **23**

Forn Ca l’Agnès

Fleca artesana d'elaboració pròpia amb les millors matèries primeres. Pa elaborat de forma artesana, amb llargues fermentacions en calaixos de fusta i cuit en un forn de llenya directe. També tenim brioixeria artesana i diferents productes de temporada.

Montesquiu

Ctra. de Ribes, 21
T 938 529 114
empar3586@gmail.com

Horari: de dimarts a diumenge, de 9 a 13 h, i dimecres, dijous i divendres, de 17 a 20 h



Sant Quirze de Besora

C. del Mestre Quer, 6
T 938 550 328 / 682 742 393
pedret@hotmail.com

Horari: de 8 a 14 h i de 17 a 20 h



Sant Quirze de Besora

C. de Sant Josep, 35
T 938 550 168 / F 938 529 073
info@ratafiabosch.cat

Horari: de 8 a 13 h i de 15 a 18 h
Visita guiada amb degustació: 3 €



| 24 Xarcuteria Empar

Oferim la xarcuteria tradicional i uns plats precuinats concrets. La nostra especialitat són els embotits, ja que la climatologia del Prepirineu fa que des de sempre el rebost hagi format part de la nostra gastronomia.

| 25 Embotits Can Pedret

Can Pedret som una empresa familiar dedicada a l'elaboració d'embotits artesanals. Els nostres embotits estan elaborats amb la matèria primera procedent de les granges de la comarca. Hi podreu trobar el gust de l'embotit tal com es feia abans, és a dir, seguint les receptes dels qui en sabien i sense conservants. Ens podreu trobar a la botiga que tenim al poble i també a les fires i els mercats que fem arreu de Catalunya.

| 26 Ratafia Bosch

Licoristes des del 1892

A les Destil·leries Bosch, cada any al mes de juny posem les nous tendres i una variada selecció d'herbes aromàtiques a macerar. Amb aquesta maceració, al llarg de l'any elaborem la ratafia, que envelleix en bótes de roure, d'on sortirà al cap de quatre mesos la Ratafia Bosch clàssica i, finalment, la reserva, fruit de dos anys de repòs.

Sora

Casanova del Serradet, s/n
T 938 550 327

Horari: des de les 9 h, dijous i
divendres

Sora

Mas Rovira s/n
T 626 368 333
info@formatgeriamasrovira.com

Horari: de dilluns a divendres, de 8 a
13 h i de 15 a 18 h



🍷 | 27

Carnisseria i cansaladeria El Serradet

A la carretera de Berga, al costat de la C-17. Botiga dedicada a la carn fresca de porc i a l'elaboració d'embotits. Només fem una matança a la setmana: els dijous, la nostra carn és de primera qualitat. Les nostres especialitats: bull negre, bull blanc amb llengua, bull blanc amb peu de porc, somalles i llonganisses, cap de llom i cansalada amb sal i pebre.

🍷 | 28

Formatgeria Mas Rovira

Elaboració de formatges artesans amb llet crua de vaca i llet de cabra procedent de les pastures de les nostres contrades. L'origen del logotip és la marca de foc que es feia servir antigament a la nostra masia per marcar i identificar les ovelles. Data de l'any 1845 i se'n pot trobar una còpia al museu d'història del Monestir de Ripoll. La tipografia de les lletres utilitzades a la marca comercial és una rèplica de la que va fer servir el besavi de la nostra família a la façana de la casa familiar.

 | www.formatgeriamasrovira.com

Vidrà

Ctra de Ciuret, 20
(GPS: 42 7 20 58 N 2 18 43 43 E)
T 649 449 760
collfred@collfred.cat

Horari: obertura amb reserva prèvia
al telèfon o correu electrònic
Preu visita: 5 €

Vidrà

C. de Puigsacalm, 13
T 938 529 029
forndevidra@gmail.com

Horari: de dimarts a divendres, de
8.30 a 13 h i de 17 a 20 h; dissabtes,
diumenges i festius, de 8.30 a 14 h i
de 17 a 20 h; dilluns, tancat per festa
setmanal

Vidrà

Mas el Moreu - Ciuret
(GPS: 444676 X / 4665833 Y)
T 630 528 839
info@formatgesdeciuret.cat



🍷 | 29

Carns i Embotits Collfred

Empresa visitable en la qual
podreu veure des de com
criar el bestiar fins a
l'elaboració dels productes
d'una manera natural. Una
vegada acabada la visita, hi
ha la possibilitat de degustar
i comprar productes.

🍷 | 30

Fleca de Vidrà

La Fleca de Vidrà és una
empresa familiar amb més
de vint anys de tradició que
es dedica a l'elaboració de
tot tipus de pa i els seus
derivats. Oferim als nostres
clients tota mena de
productes relacionats amb el
pa, des de brioixeria fins al
pa de pagès tradicional de la
gastronomia catalana. Som
especialistes en pa de
pagès, coques i pastes
artesanes.

🍷 | 31

Formatges de Ciuret

La nostra formatgeria està
ubicada a Ciuret, al terme
municipal de Vidrà (a 1.155
metres d'altitud).
Elaborem els formatges i els
matons amb la llet de les
nostres cabres
murcianogranadines (100
caps).
El formatge Moreu és de
pasta semitova, coagulació
enzimàtica i escorça blanca,
suau i definida.
El formatge El Masover és de
pasta tova, coagulació
làctica i maduració curta.
També elaborem formatge
fresc i matons.

Parc Natural del Montseny

Reserva de la Biosfera



El Montseny és un patrimoni universal, mosaic de paisatges mediterranis i centreeuropeus situat a tocar de grans conurbacions metropolitanes. Enlairat entre les planes del Vallès, Osona i la Selva, es presenta com un bloc muntanyós de perfil característic, altiu i visible des de molts indrets de Catalunya i reconegut per la bellesa dels seus boscos: alzinars, suredes i pinedes a les parts baixes, alzar muntanyenc i rouredes en la muntanya mitjana; fagedes i avetoses sobre els 1.000 metres i matollars i prats culminals en els ambients subalpins dels cims. A l'alzar es troben el senglar, la guineu, la geneta i la rata cellarda entre els mamífers més coneguts; l'astor, el gaig i el pit-roig entre els ocells més comuns, i diverses espècies d'ambífis, rèptils i peixos. L'espècie animal més singular del parc és el tritó del Montseny, descoberta fa pocs anys i l'únic vertebrat endèmic de Catalunya. Aquesta biodiversitat extraordinària i la petjada cultural que l'home hi ha deixat al llarg dels temps, presenten un valor universal que ha inspirat artistes, intel·lectuals i científics, i que desvetlla l'emoció de les persones que el visiten.

Oficina del parc

Masia Mariona
Ctra. BV-5119, km. 2,5
(Mosqueroles)
08470 Fogars de Montclús
Tel. 938 475 102 - Fax 938 475 368

p.montseny@diba.cat
<http://parcs.diba.cat/web/montseny>

Obert de dilluns a divendres
de 9 a 16 h

Any de constitució del consorci:
1977

Any d'aprovació del Pla especial:
2008

Superfície protegida:
31.064 ha

Productes i gastronomia del Parc Natural del Montseny, Reserva de la Biosfera

La gran diversitat i bellesa de paisatges defineix la realitat del Montseny. Això és fruit de les seves característiques naturals, de la varietat del seu relleu i del fet que hagi estat un territori tradicionalment habitat, amb una forta empremta cultural.

La profusió de boscos (alzinars, pinedes, suredes, rouredes, fagedes, avetoses, castanyedes, formacions mixtes caducifòlies, etc.) i matollars dóna forma a un paisatge bàsicament forestal.

A banda dels aspectes ecològics i mediambientals, el Montseny és una muntanya d'un gran valor historicocultural. Les activitats ramaderes, agrícoles i forestals han tingut un paper decisiu en la modulació del seu paisatge, i hi han aportat igualment un llegat d'elements arquitectònics (masies, cabanes de pastors i carboners, pous de glaç i de neu, fonts, etc.) i tradicionals i culturals (estrís, varietats fruiteres, costums, activitats al bosc, etc.).

Les primeres proves de poblament al Montseny daten del paleolític, com testimonien diverses troballes a la riera de Breda, el Congost, el Brull,

el Montseny i Sant Marçal. També hi ha megàlits de l'època neolítica a la serra de l'Arca i a les Pinedes, entre d'altres.

En el període ibèric s'habiten els voltants del massís i es comencen a ocupar de manera estable alguns turons, on s'aixequen fortificacions com ara les muralles del turó del Montgròs, al municipi del Brull, i els diferents assentaments fortificats, com Montclús, a Sant Esteve de Palautordera.

No és fins a l'edat mitjana que es generalitzen els establiments interiors de manera dispersa i s'intensifica l'explotació dels recursos naturals. D'aquest període daten bona part de les masies existents. Aquest procés assoleix la màxima esplendor al segle XIX, i la masia es converteix en el nucli de l'activitat agrària: el conreu dels camps, l'explotació ramadera amb les seves zones de pastura i l'explotació forestal són activitats complementàries que es realitzen al voltant de la masia i constitueixen la base econòmica i les fonts d'alimentació dels habitants del massís.

El segle XX és el que comporta una major transformació de la població humana, amb el desplaçament cap a les planes i les



Xais pasturant al Montseny

valls, i amb la terciarització de les activitats econòmiques. Així, ja des del principi del segle xx, el Montseny es converteix en una popular zona d'excursionisme i d'esbarjo per a molta gent. En l'actualitat són molts els visitants que s'hi acosten amb finalitats esportives, culturals i de lleure, o simplement per gaudir de la natura i, també, dur-hi a terme activitats lligades a l'educació ambiental.

Un dels objectius bàsics de la gestió del Parc és assolir l'equilibri necessari entre aquesta funció social i la preservació dels valors naturals i culturals del massís.

Des de l'any 2011 el Parc està acreditat amb la **Carta Europea de Turisme Sostenible** (CETS), que proposa fer compatible la conservació dels valors naturals i del territori amb la satisfacció de les aspiracions dels empresaris, les expectatives dels visitants i les necessitats de la població local.

Tradicció i actualitat, l'entorn i els seus habitants, són els ingredients de la cuina i la gastronomia del Montseny, que compta amb un conjunt de plats relacionats amb l'agricultura de muntanya i amb la ramaderia, la caça i els fruits del bosc.





Formatges artesans del Montseny



Castanyes de Viladrau

Així, trobem productes de producció artesana: formatges, mel, aiguardents, embotits, vi o cervesa. Cal també destacar la presència de productes del bosc: plantes aromàtiques, bolets, tòfones o castanyes, entorn de les quals s'ha creat, i es vol potenciar, una activitat econòmica de transformació i elaboració d'aquests productes.

L'oferta gastronòmica del Montseny es basa en els productes locals i de qualitat, amb un bon ventall de possibilitats basades en plats tradicionals, però amb les innovacions pròpies d'un sector dinàmic i arrelat al territori.

Hi trobem una gran varietat de productes d'horta que serveixen per elaborar els plats de temporada. Actualment hi ha bons productors, alguns dels quals ofereixen hortalisses de producció ecològica. Un producte a destacar és la **mongeta del ganxet**. Aquest llegum sec sobresurt per les seves qualitats culinàries i actualment té el reconeixement de la denominació d'origen protegida (DOP). Plats com la botifarra amb mongetes posen en valor aquest producte.

A la tardor podem trobar una gran varietat de plats que tenen com a base o com a

complement els **bolets** que hi ha a la zona: carlets, rovellons, rossinyols, sabateres, *siurenys* (ceps), ous de reig, llenegues, fredolics... formen part de plats de la cuina de tardor, i en alguns casos es preparen conserves que fan que es pugui allargar la temporada de la seva utilització, bàsicament en estofats, arrossos i altres plats elaborats.

Els diferents ramats que encara avui trobem a la muntanya i que s'alimenten de les zones tradicionals de pastura garanteixen l'obtenció d'uns productes de qualitat com les **carns** i productes elaborats com els **formatges**. Així, a taula podem gaudir d'un bon grapat de plats elaborats amb **carn de xai, de cabrit o de vedella**: carn a la brasa, costelletes de cabrit o plats tradicionals –que en algunes zones s'anomenen de la cuina bandolera–, com la carn i mongetes de perol, i també la preuada vedella amb bolets. Entre els formatges cal destacar els elaborats artesanalment amb llet de cabra.

Un altre conjunt de productes i plats són tots els que provenen de la matança del porc. Aquesta activitat tradicional i fonamental a la major part de les masies i cases del Montseny, que servia per omplir el rebost amb productes

que s'utilitzaven al llarg de l'any, és l'origen d'alguns productes amb la importància dels **embotits** elaborats artesanalment, com **llonganisses i fuets**, embotits cuits com la botifarra blanca, negra i d'ou, els bulls negre i blanc, i alguns de farcits amb bolets o morro de porc. En aquest grup de plats no ens podem oblidar dels **peus de porc**.

També hem de parlar dels plats de caça –que poden ser molt variats–, entre els quals destaquen els elaborats amb carn de **senglar**, com el civet de senglar.

No hi pot faltar, si parlem de productes del Montseny, la referència a les **castanyes**. Aquest fruit és molt preuat i s'incorpora a la gastronomia per donar personalitat a molts plats que l'utilitzen com a element principal o com a condiment. Com a productes utilitzats a la cuina podem parlar, a més, d'altres fruits del bosc, de plantes aromàtiques i de la mel.

Finalment, cal esmentar també la producció de **vi** i de **cervesa**: produccions petites, de bona qualitat i que poden servir per acompanyar els diferents menjars.

Acabem aquest recull amb una referència a la **ratafia**, licor molt preuat en aquest territori. No se sap si es llegendà o història (atribuïda a Mossèn Cinto Verdaguier), però es diu que a la Taula dels Tres Bisbes, situada on conflueixen els bisbats de Barcelona, Vic i Girona, després d'una llarga reunió, els tres bisbes van enviar un monjo a demanar beguda a l'hostal. El monjo els va dur un aiguardent, que van trobar deliciós, i en preguntar-li'n el nom, ell va dir que no en tenia. Mentre buscaven nom per a tan deliciosa beguda, el secretari –que continuava escrivint l'acta de la reunió– va dir, parlant per a ell, “rata fiat” –que en llatí significa “queda ratificat”–, i els bisbes van prendre la frase per posar nom a aquest licor, la ratafia, fet amb nous verdes i un grapat d'herbes de la muntanya.

Ramat boví al pla de la Calma



Índex de participants



- 01 Apartaments Turístics
Cal Ferrer, p. 136
- 02 Hotel Can Cuch, p. 136



- 03 Restaurant Can Cuch, p. 137
- 04 El Romaní de Breda, p. 137
- 05 El Bellver, p. 138
- 06 La Fonda del Montseny, p. 139





Montseny

Passeig de la Font del Pujol, 5
(GPS: 41.75897- 2.395374)
T 938 473 040 / F 938 474 004
calferrer@hotmail.com

Horari: recepció de 10 a 20 h
Apartament 2 persones: 70-90 € /
Apartament 4 persones: 100-120 €



Cànoves i Samalús

Masia Can Cuch de Muntanya, 35
(GPS: N 41°43'29", E 2° 20' 55")
T 931 033 980 / F 931 033 927
director@cancuch.com

Horari: 24 hores
Preu mitjà: 196 €



🏠 | 01

Apartaments Turístics "Cal Ferrer"

Antiga masia del segle XVIII dedicada a la ferreria, ha estat restaurada i convertida en vuit confortables apartaments independents i totalment equipats.

Cal Ferrer està situat al petit poble de Montseny, que disposa de diferents serveis (botigues, fleca, supermercat i diversos restaurants).

Pel costat de la casa passa el GR 5, i es poden fer diferents excursions pel parc.

🏠 | 02

Can Cuch

Un hotel de luxe amb un passat de llegenda i un present per gaudir-ne.

En un lloc amagat i desconegut del Parc Natural del Montseny es troba Can Cuch. Es tracta d'una masia catalana anterior al segle X ubicada entre majestuosos boscos d'alzines i pastures que, amb molt de sentiment i romanticisme, s'ha restaurat i convertit en un lloc exclusiu i ple d'encant. Un amagatall del Montseny que evoca grans records, emocions úniques i sabors fins ara inimaginables.

Cànoves i Samalús

Masia Can Cuch de Muntanya, 35
(GPS: N 41°43'29", E 2° 20' 55")
T 931 033 980 / F 931 033 927
director@cancuch.com

Horari: de dimarts a diumenge, migdia inclòs, de 13 a 16 h
i de 20.30 a 22.30 h
Preu mitjà: 35 €



Breda

C. de Joan XXIII, 36
T 972 871 051 / F 972 871 351
info@elromanidebreda.cat

Horari: de 13 a 16 h, i de divendres a
dissabte, de 20 a 23 h
Preu mitjà: 25-30 €



03

Can Cuch

Cuina elaborada i propera, amb vistes
a Ses Illes.

En un lloc amagat i desconegut
del Parc Natural del Montseny es
troba el Restaurant Can Cuch.

La nostra cuina és estacional i, alhora,
tradicional i molt cuidada. Oferim uns
xup-xups reconeguts entre els nostres
clients, i també plats innovadors que ens
han fet donar a conèixer dia a dia.

El restaurant principal té una capacitat per
a 40 persones, però disposem d'altres
sales privades, com la Tagamanent, per
a 15-25 persones, i la Montseny, amb
una cabuda de fins a 100 persones.

04

El Romaní de Breda

El Romaní de Breda va obrir
les portes l'any 1981, tot i
que en Josep i la Montserrat
ja feia molts anys que eren
dins el món de l'hostaleria.
Amb una cuina de mercat i
tradicional, el restaurant s'ha
fet un nom dins la gastrono-
mia del Montseny.

Actualment, en Sam, el fill de
la parella, s'encarrega de
portar el negoci familiar. Hi
aporta un toc innovador i
delecta els seus comensals
amb una carta variada plena
de productes de l'hort propi i
del Montseny, i amb un
tracte familiar.

Tagamanent

Masia Bellver, s/n

T 937 445 082

info@lacalma.net

Horari: dissabtes, diumenges i festius, de 9 a 17 h


 | 05
El Bellver

Presentem un bufet degustació en el qual el producte de proximitat és l'estrella. Verdures, hortalisses i fruita ecològica, productes dels horts locals, les millors carns, les receptes de tota la vida, les postres del nostre obrador, el pa fet a casa, el vi de pagès, l'oli de qualitat, varietat de sals, pastisseria casolana. Cuidem els ambients per tal que els nostres clients s'hi sentin tan còmodes com sigui possible, i creem espais per a parelles, grups i famílies en un mas reconegut com a bé cultural d'interès nacional. Formem part del col·lectiu CuinaVO, encarregat de la recuperació de varietats autòctones i receptes al Vallès Oriental, distingit des del 2010 amb la certificació de qualitat turística SICTED i en procés d'adhesió al moviment Slow Food i la Carta Europea de Turisme Sostenible.

Montseny

Plaça de la Vila, 2
(GPS: 4.1453429 – 2.234319)
T 938 473 040 / F 938 474 004
fondamontseny@hotmail.es

Horari: de 9 a 19 h
Menú diari: 12,50 €; menú festius: 18 €;
carta: 25-30 €






| 06

































La Fonda del Montseny

Antiga fonda del poble, al segle XIX ja funcionava com a allotjament on dormien traginers i marxants que treballaven a les nostres muntanyes. Reconvertida en restaurant l'any 1992, és un referent dins el Parc Natural del Montseny per la seva antiguitat.

Treballem la cuina tradicional catalana i consumim només productes de primera qualitat. Des de l'any 1966, la família Rojas-Solé ens encarreguem de dirigir el restaurant i atendre els clients; actualment ja hi treballa la tercera generació.

Calendari de collita dels Parcs

Gener	Febrer	Març	Abril	Maig	Juny
 Espigalls	 Espigalls	 Espigalls	 Pèsol de la floreta	 Cireres	 Cireres
 Col paperina	 Col paperina	 Col paperina	 Faves	 Faves	 Tomàquet pometa
 Tomacó	 Tomacó	 Tomacó	 Maduixes del Maresme	 Maduixes del Maresme	 Faves
 Escarola perruqueta	 Escarola perruqueta	 Escarola perruqueta	 Carxofa del Maresme	 Cirera d'en Roca	 Maduixes del Maresme
 Col verda o d'hivern	 Col verda o d'hivern	 Col verda o d'hivern		 Carxofa del Maresme	 Cirera d'en Roca
 Poma del ciri	 Poma del ciri	 Poma del ciri			
 Mongeta del ganxet	 Pèsol de la floreta	 Pèsol de la floreta			
 Faves	 Faves	 Faves			
 Carxofa del Maresme	 Carxofa del Maresme	 Maduixes del Maresme			
		 Carxofa del Maresme			

Juliol	Agost	Setembre	Octubre	Novembre	Desembre
 Préssec de l'Ordal	 Préssec de l'Ordal	 Vi de malvasia de Sitges	 Bròquil negre	 Bròquil negre	 Col paperina
 Tomàquet de Mura	 Figa de coll de dama	 Figa de coll de dama	 Carlet	 Mongeta del ganxet	 Tomacó
 Tomàquet pometa	 Cignonet de Mura	 Cignonet de Mura	 Tomàquet pometa	 Mongeta genoll de Crist	 Escarola perruqueta
 Maduixes del Maresme	 Tomàquet de Mura	 Tomàquet de Mura	 Castanya	 Carlet	 Bròquil negre
 Patata del bufet	 Tomàquet pometa	 Raïm picapoll		 Mongeta del ganxet	 Col verda o d'hivern
 Maduixes del Maresme	 Maduixes del Maresme	 Tomàquet pometa		 Faves	 Poma del ciri
 Patata del bufet	 Patata del bufet	 Maduixes del Maresme		 Carxofa del Maresme	 Mongeta del ganxet
 Raïm pansa blanca		 Raïm pansa blanca		 Col verda o d'hivern	 Faves
 Castanya				 Castanya	 Carxofa del Maresme

Activitats

Parc a taula

L'App i la guia Parc a taula

Trobareu la relació de membres adherits al **Parc a taula** a la guia anual i a l'App del programa. Disponible a:

- punts d'informació dels parcs
- App Store i Android Market (per a telèfons intel·ligents)



Projectes de recerca, participació i cooperació

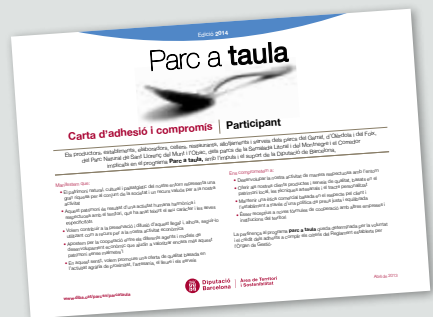
L'Àrea de Territori i Sostenibilitat de la Diputació de Barcelona i la Fundació Miquel Agustí estan treballant en la recerca i millora de la qualitat de la col brotonera en l'àmbit del Parc del Garraf.

En aquest sentit, se n'està desenvolupant una plantació experimental, que, a més, pretén aportar una millora paisatgística i de prevenció d'incendis forestals en uns terrenys de vocació agrícola. Aquesta iniciativa comptarà amb la participació d'un camp de treball de la Generalitat de Catalunya, gestionat per la Fundació Catalana de l'Esplai.

La producció final d'aquesta verdura fresca serà atorgada íntegrament al Banc dels Aliments.

Carta d'adhesió i compromís

Podràs identificar els membres del **Parc a taula** gràcies al distintiu en forma de diploma i adhesiu que acredita el compliment dels requisits del programa. Cerca establiments amb aquest distintiu!



Art i productes del Parc a taula



Vallgrassa
Centre Experimental de les Arts
Parc del Garraf
Diputació de Barcelona

Vallgrassa – Centre Experimental de les Arts (Parc del Garraf) organitza periòdicament exposicions d'art que reben el suport del projecte Parc a taula.

Els adherits al programa hi participen, el mateix dia que s'inaugura una nova exposició, amb una presentació i degustació dels seus productes, que també estan a la venda.

D'aquesta manera, els fronts cultural, ambiental i econòmic s'uneixen per promoure l'art, els productes Parc a taula i els valors naturals dels parcs. La iniciativa pretén crear així ponts entre la natura i la cultura.

Degustacions Parc a taula

Aquesta iniciativa té per objectiu donar a conèixer els parcs, els seus valors ambientals, els membres del programa i, en especial, els seus productes, el resultat dels quals està vinculat directament amb les característiques de l'entorn on neixen. Activitat adreçada al públic general.

Formació i capacitat continuada

Activitat de formació continuada, relativa a aspectes de salut i seguretat alimentària, adreçada als adherits al programa Parc a taula amb l'objectiu que esdevinguin informadors qualificats de l'entorn on es troben. D'aquesta manera, es garanteix una bona transmissió dels valors del Parc a taula, amb una certa vocació de servei al públic general i als consumidors.



Punts d'informació col·laboradors del Parc

Les empreses adherides que han superat i a formació continuada de coneixements del seu entorn estan qualificades com a **punt d'informació col·laborador del Parc**. Aquí hi trobareu persones capacitades i disposades a ajudar-vos quan necessiteu informació vinculada al territori:

- **Alberg Els Caus**
Mura · T 938 316 331 i 697 268 468
- **Allotjament rural Cal Carter**
Pl. Tomàs Viver, 1 · Mura · T 938 317 036
- **Associació La Abeja Loca Mas Quadrell**
Mas Quadrell · Sitges · T 937 432 129
- **Càmping La Tatgera**
Ctra. BV-1221, Km 28,7 · Talamanca · T. 696 608 244
- **Casa Museu El Molí del Mig**
Raval de Mura, 18 · Mura · T 938 317 269
- **Conserves i melmelades Masia La Fassina**
Olivella · T. 637 775 894
- **Granja escola Can Pere de la Plana**
Sant Pere de Ribes · T. 938 960 827
- **Hostal de Mura**
C. Joan Alavedra, 5 · Mura · T 938 318 040
- **Hostal Les Piques**
Av. de Can Turiols, 1. Urb. Les Colines. Olivella · T 938 968 180
- **Restaurant Cal Carter**
Pl. Tomàs Viver, 1 · Mura · T 938 317 036
- **Restaurant La Pastora**
Ctra. Terrassa a Rellinars, km. 9,8. Vacarisses · T 609 703 734
- **Restaurant La Posada de Sant Pere**
C. Sant Pere, 20 · Sant Pere Molanta (Olèrdola) · T 938 921 399
- **Restaurant Masia Segarrull**
Pujada al Castell d'Olèrdola · Sant Miquel d'Olèrdola · T 938 903 799
- **Restaurant Racó de Can Brossa**
Vall d'Horta. Sant Llorenç Savall · T 937 140 186

Sabors dels parcs.

Productes turístics enogastronòmics



Rutes enogastronòmiques, visites guiades als mateixos cellers i tallers de producció, degustacions, maridatges, etc., són les propostes que us hem preparat i que podreu gaudir acompanyats pels seus autors i per experts coneixedors del territori. A més, coneixereu i tastareu els productes de la terra directament en

origen o els degustareu amorosament

cuinats als restaurants del Parc a taula que s'han sumat a aquesta proposta (més informació a <http://parcs.diba.cat/>). A l'agenda d'activitats de la Xarxa de Parcs Naturals hi trobareu tota la informació de cada activitat.

Descomptes

A l'oferta de rutes a peu **“Passejades 2014”** pels parcs vinculats al Parc a taula, hi trobareu descomptes en diversos restaurants que participen en el programa (més informació a <http://parcs.diba.cat/>).



Mercats Parc a taula

Els membres del Parc a taula hi donen a conèixer els seus productes de qualitat i de proximitat.



Calendari de mercats 2014:

Mercat	Mes	Dies	Lloc
34è	Gener	18	Matadepera
35è		3	Talamanca
36è	Maig	3 i 4	Gavà
37è		10 i 11	Terrassa
38è	Juny	7	Vilanova i la Geltrú
39è		14	Vic
40è	Juliol	19	Sitges
41è	Agost	2, 3 i 4	Argentona
42è	Setembre	28	Begues
43è		4	Sant Celoni
44è	Octubre	11	Mataró
45è		25	Manresa
46è	Novembre	15	Torelló
47è		22	Barcelona
48è	Desembre	7	Mura

Fires internacionals

Restauradors vinculats al Parc a taula convidats especialment per l'organització representen la cuina catalana en diversos festivals gastronòmics internacionals.

Promoció de la comercialització

Té com a objectiu dinamitzar la participació dels adherits, de forma directa o indirecta, en fires i congressos de caràcter local, nacional i internacional.

Promoció dels menús Parc a taula

Els restauradors membres del Parc a taula que hi vulguin participar elaboraran, una setmana l'any, un menú propi, lliure, acotat en el preu i basat en productes agroalimentaris de productors de la seva àrea d'influència que estiguin adherits al programa. Un exemple és el menú "**Montnegre-Corredor 25**", que commemora els 25 anys de la declaració del Parc, en col·laboració amb els restaurants que hi estan vinculats.

Sessions de treball

Al llarg de l'any es dinamitzen reunions de treball amb tots els agents implicats per potenciar el coneixement i la interrelació entre restauradors, productors i elaboradors. L'objectiu és sensibilitzar-los pel que fa a la coincidència d'objectius i els interessos que tots tenen en comú.



Dia internacional de les muntanyes

L'11 de desembre, les Nacions Unides commemoren el **Dia Internacional de les Muntanyes**, i el Parc a taula hi participa activament, amb la celebració d'un mercat a Mura i promocionant aquell dia un menú de les muntanyes, amb productes de les nostres muntanyes (més informació a www.welovemountains.org).

Com implicar-s'hi

Si ets un organisme oficial o entitat local

- Ajuda'ns a fer difusió del programa en la teva àrea d'influència.
- Presenta'ns aquells agents privats que poden estar interessats a formar part del **Parc a taula**.
- Actua com a facilitador perquè puguem dur a terme les activitats del **Parc a taula** al teu territori.

Si ets una empresa que desenvolupa la seva activitat en el marc d'un espai natural

- Sol·licita la teva adhesió al programa (hi ha una quota d'adhesió simbòlica).
- Beneficia't de les activitats que et proposa el **Parc a taula**.
- Fes-nos propostes que permetin assolir els objectius del **Parc a taula** (desenvolupament econòmic + conservació del territori) i les estudiarem.

Si ets un ciutadà o ciutadana

- Consulta la **Guia Parc a taula**, descarregate'n l'app, i consumeix productes i serveis de les empreses adherides al programa.
- Estigues atent/a a les activitats que organitzem i participa en les que puguis.
- Explica la nostra existència als teus amics i familiars.

Els Sabors de l'Horta del Baix Llobregat

Cuina local i de temporada amb productes KM0

Campanya gastronòmica 2014

La gastronomia del Baix Llobregat

Les planes del delta i de la vall baixa del Llobregat han estat tradicionalment productores d'una variada gamma d'hortalisses i fruites mercès a la fertilitat dels seus sòls, la bondat del seu clima i l'esforç dels pagesos que les cultiven.

Aquestes zones agrícoles conformen avui dia el **Parc Agrari del Baix Llobregat**.

Els experts cuiners de la comarca han desenvolupat al llarg del anys una gastronomia basada en un producte local, de proximitat i de temporada. Una cuina arrelada a la seva terra.

La campanya gastronòmica **Els Sabors de l'Horta del Baix Llobregat** recull la oferta gastronòmica que ofereixen els restaurants de la comarca que treballen el producte KM0.

Els restauradors de la comarca ofereixen la possibilitat de degustar plats, de l'estil més tradicional o de la cuina més creativa, en els quals els productes identificats com a Producte FRESC del Parc Agrari del Baix Llobregat són els protagonistes.

Productes locals i de temporada.



El Producte FRESC del Parc Agrari del Baix Llobregat és un distintiu que identifica les fruites i verdures produïdes en l'àmbit del Parc que responen a les següents característiques:

La frescor

Els productes consumits ràpidament després de la collita són els més rics en vitamines i en sals minerals, indispensables per a la teva salut. Aquests productes no han sofert hores de transport en camió, avió o tren ni en cambra frigorífica.

La tradició

El Parc Agrari del Baix Llobregat dóna continuïtat a la tradició agrícola del Delta i la Vall Baixa del Llobregat, que durant segles ha estat el rebost de Barcelona. Són productes del temps, cultivats seguint el saber fer de moltes generacions de pagesos de llarga tradició professional.

La qualitat i el sabor d'abans

Els productes amb aquest distintiu s'han conreat seguint tècniques de producció i comercialització

respectuoses amb la salut de les persones i el medi ambient i s'han collit en el punt òptim de maduració. Són, per tant, productes amb el nivell òptim de sucres, vitamines i fibra, amb la qualitat i el sabor d'abans.

L'origen i la proximitat

Les fruites i verdures han estat conreades en l'àmbit del Parc Agrari i en el seu entorn immediat, cosa que et permetrà conèixer el pagès o la pagesa que els ha produït. Uns pagesos i unes pageses de llarga tradició professional que ofereixen un producte de proximitat, de casa. En definitiva, un producte fresc i de qualitat resultat d'una manera de fer i d'un comportament general de respecte al medi ambient fonamentat en els bons usos i costums de bon/a pagès/pagesa.

La temporalitat

Perquè no hi ha de tot, tot l'any. Cada estació ofereix al mercat les seves fruites i hortalisses d'acord amb el nostre clima (temperatura, hores de llum solar, etc.). Els productes de temporada són productes de major qualitat i font de salut.



i Per a més informació de la Campanya *Els Sabors de l'Horta*

Consorci de Turisme del Baix Llobregat
CN-340 Parc Torreblanca
08980 Sant Feliu de Llobregat
Tel. 93 685 24 00 Ext. 552
turisme@elbaixllobregat.cat
www.turismebaixllobregat.com

Si vols comprar directament a pagès fruites i hortalisses KM0:

Consulta el web

www.elcampacasa.com
info@elcampacasa.com

Descarrega't amb aquest QR

l'aplicació gratuïta rebost de Barcelona



O vine al Mercat de Pagès!

www.facebook.com/mercatdepages



Per a més informació:

Masia de Can Comas

Camí de la Ribera, s/n
Apartat de correus, 76
08820 el Prat de Llobregat
A/e: parcagrari@diba.cat
Tel. 933 788 190 Fax 933 794 800
www.facebook.com/parcagrari

Organitza:



Col·laboren:



Amb el suport de:



Segueix-nos a les xarxes socials

Descarregueu-vos la nostra aplicació

Properament per a iPhone i Android



Seguiu-nos a:



www.facebook.com/parcataula



[@parcataula](https://twitter.com/parcataula)

Visiteu el nostre web

parcs.diba.cat/parc-a-taula

Al web de **Parc a taula** trobareu tota la informació actualitzada: incorporacions noves, com associar-vos, calendari de fires i esdeveniments, itineraris gastronòmics, informació dels productes, receptes de cuina, galeria audiovisual i totes les activitats que organitza el programa.



Promou:



Diputació de Barcelona | Àrea de Territori i Sostenibilitat

Amb el suport de:



Parc de la Serralada Litoral



Parc del Foix

Amb la col·laboració de:



Parcs del Garraf, d'Olèrdola i del Foix

Ajuntaments: Avinyonet del Penedès (Garraf), Begues (Garraf), Canyelles (Olèrdola), Castelldefels (Garraf), Castellet i la Gornal (Foix), Gavà (Garraf), Olèrdola (Olèrdola), Olesa de Bonesvalls (Garraf), Olivella (Garraf), Sant Pere de Ribes (Garraf), Santa Margarida i els Monjos (Foix), Sitges (Garraf) i Vilanova i la Geltrú (Garraf)

Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac

Ajuntaments: Castellar del Vallès, Granera, Matadepera, Monistrol de Calders, Mura, el Pont de Vilomara i Rocafort, Rellinars, Sant Llorenç Savall, Sant Vicenç de Castellet, Talamanca, Terrassa i Vacarisses

Parcs de la Serralada Litoral i del Montnegre i el Corredor

Ajuntaments: Alella (Serralada Litoral), Arenys de Munt (Montnegre i el Corredor), Argentona (Serralada Litoral), Cabrera de Mar (Serralada Litoral), Cabrils (Serralada Litoral), Dosrius (Montnegre i el Corredor), Fogars de la Selva (Montnegre i el Corredor), la Roca del Vallès (Serralada Litoral), Llinars del Vallès (Montnegre i el Corredor), Martorelles (Serralada Litoral), Mataró (Montnegre i el Corredor), Montornès del Vallès (Serralada Litoral), Palafolls (Montnegre i el Corredor), Premià de Dalt (Serralada Litoral), Pineda de Mar (Montnegre i el Corredor), Sant Cebrià de Vallalta (Montnegre i el Corredor), Sant Celoni (Montnegre i el Corredor), Sant Iscle de Vallalta (Montnegre i el Corredor), Santa Maria de Martorelles (Serralada Litoral), Teià (Serralada Litoral), Tiana (Serralada Litoral), Tordera (Montnegre i el Corredor), Vallgorguina (Montnegre i el Corredor), Vallromanes (Serralada Litoral), Vilalba Sasserra (Montnegre i el Corredor), Vilanova del Vallès (Serralada Litoral) i Vilassar de Dalt (Serralada Litoral), **Consell Comarcal del Maresme, Consell Comarcal del Vallès Oriental i Generalitat de Catalunya**

Parc del Castell de Montesquiu

Ajuntaments: Montesquiu, Sant Quirze de Besora, Santa Maria de Besora i Sora

Parc Natural del Montseny

Ajuntaments: Aiguafreda, el Brull, Campins, Cànoves i Samalús, Figaró-Montmany, Fogars de Montclús, la Garriga, Gualba, Montseny, Sant Esteve de Palautordera, Sant Pere de Vilamajor, Seva, Tagamanent, Arbúcies, Breda, Riells i Viabrea, Sant Feliu de Buixalleu i Viladrau, **Diputació de Girona**

Aquesta Guia, ha estat presentada públicament el **20 de maig de 2014**, a l'**espai e-Àgora del Mercat de la Plaça de Cuba** de Mataró, en col·laboració amb l'**Ajuntament de Mataró**.

Descarregueu-vos la nova aplicació
de Parc a taula



Properament a:



La Diputació de Barcelona és una institució de govern local que treballa conjuntament amb els ajuntaments per impulsar el progrés i el benestar per a la ciutadania.

La Diputació de Barcelona, a través de la Xarxa de Parcs Naturals, gestiona amb els ajuntaments dotze espais naturals d'un alt valor paisatgístic, ecològic i cultural.

Parc a taula és un programa de desenvolupament econòmic promogut per la Diputació de Barcelona que pretén destacar els valors naturals, culturals i paisatgístics dels nostres parcs, mitjançant la viticultura, els productes naturals de proximitat i l'elaboració que en fa la gastronomia.

parcs.diba.cat/parc-a-taula



**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

xarxaparcs@diba.cat · www.diba.cat/parcsn



**Mancomunitat
de Catalunya**

1 9 1 4 2 0 1 4