

DE L'1 AL 31 D'OCTUBRE

CUINA DE

DES DE 2007



TARDOR

JORNADES DE GASTRONOMIA SOSTENIBLE



La Massana



**la massana
fogons**



**LA MASSANA,
EPICENTRE DE
LA GASTRONOMIA
SOSTENIBLE**

QUÈ ÉS LA MASSANA FOGONS?

La Massana Fogons és més que un projecte, és una forma de conviure i de compartir, una història per explicar. És un projecte viu que evoluciona per a deixar un llegat gastronòmic a les futures generacions.

El projecte continua amb els alineaments de les edicions anteriors quant a la gastronomia sostenible, emmarcats a l'estratègia **La Massana Epicentre de la Gastronomia Sostenible**, sempre fent ús del producte local o de proximitat, de temporada i receptes tradicionals.

Han transcorregut **15 anys** des de la primera edició de les jornades de cuina La Massana Fogons i cada any **es posa a prova la creativitat dels participants** amb propostes que afavoreixen el **producte de temporada i de qualitat**.



AQUESTA TARDOR MÉS SALUDABLE!

En aquesta edició alguns dels restaurants inclouen informació alimentària de substàncies que podrien causar **al·lèrgies o intoleràncies**. Això donarà més opcions als comensals. En edicions futures s'anirà ampliant l'oferta. També es fomenten les propostes pels **vegetarians**.



PORTA LÀCTICS



PORTA GLUTEN



**PLAT
VEGETARIÀ**

*Si sou sensible a alguna intolerància o al·lèrgia feu-lo saber al restaurant. Cada restaurant és responsable de les substàncies que declara.



FORMATGERIA



Casa Raubert, la primera formatgeria d'Andorra on elaboren formatges artesans. Podeu visitar el seu petit obrador a Escàs i degustar els seus deliciosos i variats formatges.

LA TARDOR

AL PLAT

Ja comença la tardor i ens encanten els ingredients que ens proporciona la natura durant aquesta època. Els restaurants ofereixen plats encara **MÉS** saborosos i plens de colors:

A LA MASSANA, MÉS:

MÉS SOSTENIBLES

MÉS PRODUCTES LOCALS I DE PROXIMITAT

MÉS RECEPTES TRADICIONALS

**MÉS RECEPTES AMB PRODUCTES
DE TEMPORADA**

MÉS CURSOS DE CUINA D'APROFITAMENT

MÉS CONSCIENTS

MÉS ÈTICS

MÉS SALUDABLE

Tot això fet amb passió per oferir-vos una gastronomia **MÉS** sostenible, deliciosa, creativa i amb propòsit. Suma't a la generació del Compromís i emporta't el millor record d'aquesta terra: el sabor de la Massana!

ANEM DE BARBACOA!

8 d'octubre de 12h a 15h
Activitat Guiada

5€

Inclou tast dels
plats preparats

El Guillermo Hernández (formador), amb més de divuit anys d'experiència en realitzar graellades familiars, facilitarà la formació en un dels berenadors amb vistes i escenaris espectaculars de la Massana. El seu lema és “si jo puc, tu pots!”.

Aprendràs a:

- Utilitzar correctament els fogons
- Netejar abans i després de l'ús de les barbacoes
- Respectar l'entorn i la biodiversitat
- Utilitzar la llenya i el carbó
- Els sabors de la carn andorrana

Obtindreu una guia per a principiants per saber preparar la barbacoa perfecta a més de passar un moment agradable amb els amics!

***A LA MASSANA
ELS BERENADORS
SON MÉS FAMILIARS***

PLACES LIMITADES

Informació i reserves: Oficina de turisme de la Massana
Tel. +376 835 693 info@comumassana.ad

Lloc de trobada: a convenir segons la meteorologia.
Per realitzar l'activitat necessitaràs calçat còmode, aigua i roba d'abric.

CURSOS DE CUINA D'APROFITAMENT

14 i 21 d'octubre de 15.30 h a 18 h
Hotel Princesa Parc · Ctra. d'Arinsal (CG-5), s/n. Arinsal

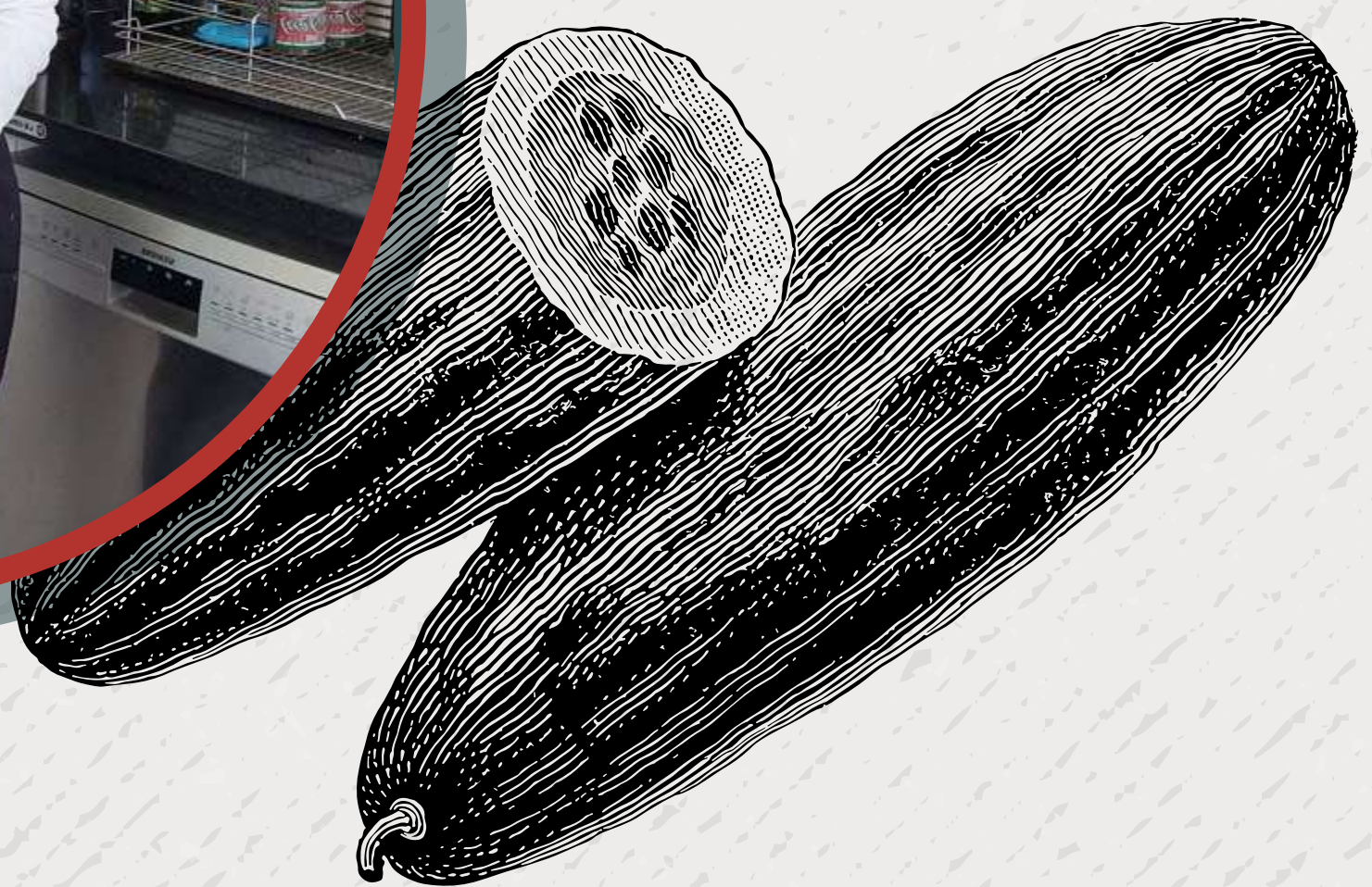
Passa un moment agradable entre amigues i amics i aprèn tècniques i consells de cuina d'aprofitament amb Kattia Juárez. És enginyera agrícola i experta en sostenibilitat.

**A MÉS A MÉS,
ÉS CUINERA I FOODSTYLIST:
@ANDORRA_COOKING_SPOT**



5€

Inclou tast dels
plats preparats



PLACES LIMITADES

Informació i reserves: Oficina de turisme de la Massana
Tel. +376 835 693 info@comumassana.ad



XOCLAND
TRUE CHOCOLATE

Xocland La primera fàbrica de xocolata d'Andorra és a la Massana, on es donen les condicions ideals per fer-la: un clima generalment fred i sec de muntanya que els permet produir una xocolata intensa i pura amb ingredients 100% naturals.



cervesa
ALPHA
ANDORRA

Cervesa Alpha és una cervesa artesana ecològica que es fabrica, es ven i es pot degustar a Arinsal.



VISITEM ELS PRODUCTORS

21 d'octubre de 10 h a 14 h

Apropa't als productors de la Massana!

La producció artesanal és un element clau de la Massana. Visitar els tallers i obradors de la parroquia és una forma de donar a conèixer les tradicions. En aquesta ocasió visitarem la Formatgeria Casa Raubert, la xocolateria Xocland i la cerveseria Alpha.

15€

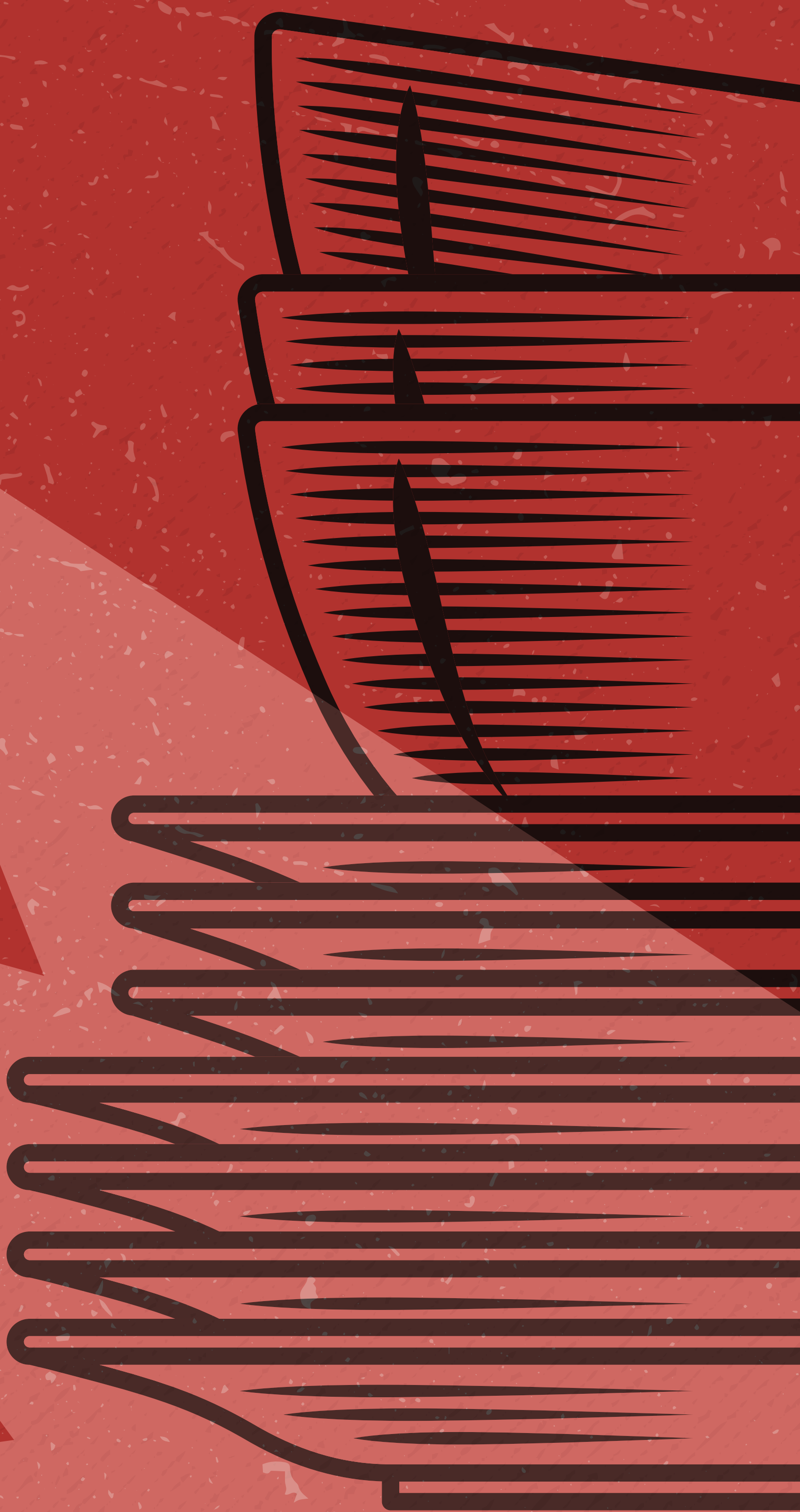
Inclou tast dels
plats preparats



PLACES LIMITADES

Informació i reserves: Oficina de turisme de la Massana
Tel. +376 835 693 info@comumassana.ad

PROPOSTES GASTRONÓMIQUES



ARINSAL

Molí dels Fanals

Ctra d'Arinsal, 90, Arinsal (+376) 835 380
@molidelsfanals Diumenge nit, dilluns tancat.

**Espàrrecs verds a la brasa amb maionesa
d'ametlla i tòfona**



**o Ous estrellats ecològics d'Andorra amb pa-
tata de muntanya i encenalls de pernil de gla**

o Caneló de ceps foie i tòfona

-

**Melós de vedella d'Andorra amb salsa de porto
i verduretes**

**o Terrina de confit d'ànec amb salsa de poma i
farigola, chutney de pera i pinya**

o Bacallà gratinat amb allioli de codony

-

Postres casolanes del nostre carret

Aigua, refrescos, vi D.O. Costers del Segre



35€



Poltrand és una empresa del país amb orígens ramaders que comercialitza carn de poltre exclusivament criada a les muntanyes d'Andorra i engreixada amb pinso natural. Ens ofereixen carn de poltre criada ecològicament a Andorra, identificada amb el segell Carn de qualitat controlada d'Andorra i amb propietats nutricionals úniques

ARINSAL

La Llum d'Oli

Ctra. d'Arinsal, 2 Arinsal (+376) 807 048
@lallumd.oli Diumenge tancat

Entrecot de bou d'Andorra de Casa Poltrand
amb rissoto de ceps i castanyes rostides mari-
dat amb cervesa d'Arinsal Alpha



La cervesa, per acompanyar carns és ideal, però també la podem fer servir per cuinar al vapor o, fins i tot, per preparar unes postres d'allò més originals. A Andorra tenim varies cerveses artesanes: **Cervesa Alpha, Boris Craft Beer, Cervesa AND**



ARINSAL

L'Hort de Casa

Ctra. d'Arinsal, 5 Arinsal (+376) 835 068
@hortdecasa Dilluns tancat

Crestes farcides de carbassa de Cal Aymà d'Arinsal amb formatge de cabra dels Pirineus amb amanida de tomàquet rosa de Barbastro i olives de casa nostra



Guisat de pollastre de gra del Pallars amb ceps i figues confitades acompanyat de puré de trumfes de Cal Aymà d'Arinsal



Flam casolà de cafè amb nata del Cadí



160 KM

SABIES QUE...?

Producte de proximitat és el nom que reben els productes agroalimentaris que es caracteritzen perquè la distància màxima entre el productor i el consumidor final no supera els 160 km i perquè en la seva comercialització participa, com a molt, un intermediari.

ARINSAL

Oolong Coffee & Brunch

Ctra. d'Arinsal, 27. Arinsal (+376) 370 544

Obert cada dia de les 8.00 h a les 14.00 h

@oolong_arinsal

9 €

Torrada de botifarra del país amb pe-
brot rostit i pa de pagès suc i cafè



9 €

Entrepà de pà de pagès amb botifar-
ra del país, tomàquet i formatge



7 €

amb suc
i cafè 9€

Torrada vegetariana amb tomàquet,
alvocat i espinacs o al gust





Autèntic
mel d'alta muntanya

A Autèntic ofereixen productes 100% naturals, produïts per les seves abelles i envasats directament per l'apicultor. Tenir abelles a 1.800 m d'altitud fa que les seves mels tinguin uns sabors únics. Mel 100% de les muntanyes d'Andorra.

ERTS

Émo NH Collection Andorra Palomé

Ctra. d'Arinsal s/n. Erts (+376) 738 500

@nhcollectionpalome

Obert de dilluns a dijous

de 19.30h a 22.30h, divendres i dissabte

de 13h a 22.30h i diumenge de 13h a 21.30h

Croqueta de ceps i foie amb confitura de pebrot



Crema de patata i porro amb escuma de formatge Orri de la Formatgeria Casa Raubert i terra de pernil ibèric



Bacallà confitat amb farigola silvestre gratinada amb allioli de pera

Magret d'ànec amb salsa de taronja i romaní silvestre acompanyat de trinxat de patata



Mousse de mató amb mel de flors d'Andorra Autèntic i coulis de maduixes silvestres



ANYÓS

Toc - AnyósPark

Ctra. d'Anyós, s/n Anyós. (+376) 738 573
@tocandorra Obert cada dia

**Truita vaga de trompetes de la mort, rossinyols
i vinagreta de pinyons**

Fricandó de galta de vedella amb ceps i rovellons

Flam de mató amb nata d'anís i mel de tòfona



La tardor no és tardor sense els
bolets, per tant, aquest ingredient
no podia faltar en les propostes de
La Massana Fogons!



ANYÓS

Borda Eulari

Ctra. de Sant Cristòfol, s/n Anyós (+376) 836 400
@bordaeulari Dilluns i dimarts tancat

Pa amb tomàquet, fuet i allioli amb codonyat



Timbal de mongeta verda del nostre hort amb ou escalfat de les nostres gallines i pernil ibèric

Tàrtar de remolatxa del nostre hort (vegà)



Truita dels nostres rius amb salsa meunière i avellanes del nostre jardí

Civet de porc senglar de les muntanyes de la Massana amb bolets dels nostres boscos

Pastís de formatge fresc i gerds del nostre jardí
o Pastís de carrota de l'hort, ous de les nostres gallines i llavors de gira-sol del nostre jardí



SABIES QUE...?

La Borda Eulari és un restaurant que treballa amb productes de temporada del propi hort on cultiven: gerds, carrotes, cebes, patates, cols, porros, api, tomàquet, mongeta verda, carbassó, remolatxa...





Els Escaubells són fabricants d'embotits del país: brinquera, donja, botifarres, fuet i tot tipus de bulls. L'origen de la matèria primera, la qualitat dels ingredients i la forma tradicional d'elaborar-los són característiques fonamentals de tots els seus embotits.

SISPONY

Carroi – ABBA Xalet Suites Hotel

Terra Major de Sispony, s/n. Sispony (+376) 737 300
@abbaxaletsuites Obert cada dia

Assortiment d'embotits d'Andorra de Casa Escaubells amb pa amb tomàquet o Crema de carbassa amb ametlles i oli de trufa

🌿 1

🍷 2

Hamburguesa de poltre d'Andorra de Casa Poltrand amb ceba vermella confitada, maionesa de mostassa i patates fregides o Tataki de tofu amb wok de verdures, sèsam i caramel de soia

🌿 1

✓ 2

Pastís de poma amb gelat de vainilla o Macedònia de fruita natural amb sorbet de mandarina

🍷 1

*demaneu pa sense gluten per acompanyar els embotits



SABIES QUE...?

El **Segell Oficial Andorra Rezept Tradicional** és un segell propietat del Govern d'Andorra que s'atorga als productes que s'obtinguin mitjançant una recepta tradicional. Al 2013 el els embotits **“Els Escaubells”** van aconseguir aquest segell

LA MASSANA

Pizzeria Restaurant Angelo La Massana

Av. de Sant Antoni, 22 La Massana (+376) 738 393
@angelo.pizzeries Obert cada dia

APERITIU:

Panipuri d'escuma de formatge v



Carpaccio de peus de porc i ceps confitat

Albergínia xinesa amb fons de carn i sarraí fregit

Magret d'ànec *Samaran*, Parmentier de trumfes, sàlvia i rossinyols



Crema sabaiona de fruita de temporada



32€

LA MASSANA

Babek

Av. del Ravell, 5 La Massana (+376) 866 802

@babekandorra Obert de les 17.00 h a les 22.30 h. Dilluns tancat

TRÜF MANTARI: Hummus, bolets de bosc, trufa i rovell d'ou de guatlla



Suplement sense gluten 2,15€



SABIES QUE...?

Com que els operadors alimentaris tenen el deure d'informar sobre els al·lèrgens, el consumidor té el deure d'informar les seves al·lèrgies en cas que les tingui.

LA MASSANA

Tapeo de Dario

C. Major, 2 (+376) 722 444 La Massana
@tapeodario Dimarts tancat

Trinxat de col amb cansalada

Guisat de cua de bou del país

Tiramisú del Tapeo



SABIES QUE...?

Coneixent l'origen dels aliments posem en valor el producte local, però també podem escollir aquells que causin menys impacte al medi ambient

LA MASSANA

Versió Original V.O.

C. Josep Rossell, 12 La Massana (+376) 839 309

@restaurant.versio.original a partir del 15 d'octubre tancat. Dilluns tancat

Trinxat amb bacó i botifarra blanca i negra

Estofat de vedella del país amb rovellons

Pastís de carrota



Beguda i cafè



SABIES QUE...?

El trinxat és un plat que es remunta al segle XV, quan als pirineus es dedicaven exclusivament a l'agricultura i la ramaderia. A l'hivern, la zona es quedava aïllada per la neu i s'havia de subsistir amb els productes que els proporcionava la terra. Diuen que el gran secret del trinxat és que està fet amb “cols tocades pel fred”, sotmeses a les baixes temperatures, la rosada i la neu.

LA MASSANA

Malandra

Camí Ral s/n. La Massana. (+376) 822 240

@malandra.andorra Obert de dijous a diumenge de les 13.00 h a les 15.30 h i de les 19.00 h a les 23.30 h

12 €

Moniato rostit amb cendres, stracciatella de burrata i mel de canya



16 €

Caneló extra llarg de carn d'olla, bolets i crema de foie



26,50 €

Filet d'Andorra amb medalló de foie-gras



7 €

MEL I MATÓ 2.0: mousse de formatge fresc típic català amb gelatina de mel



SABIES QUE...?

La **mel i mató** són unes postres senzilles que es preparen tallant un tros de mató (brossat) i afegint-hi mel. Constitueix un dels plats emblemàtics de la cuina catalana.

LA MASSANA

Món Bohemi

Prat del Molí, Complex Tabola La Massana
(+376) 837 076

@monbohemi Obert de dimecres
a diumenge de les 16.00 h a la 01.00 h.

12 € **DEL BOSC:** Entrepà de vedella del país amb bolets, ceba caramel·litzada i canonges



12,50 € **DE L'HORT:** Milanesa d'albergínia amb formatge de cabra i tomàquet fresc



6 € **LLIMA-LLIMONA:** Pastís artesanal de llimona i merenga



LA MASSANA

Donpi Bar Restaurant

Plaça del Quart s/n. La Massana. (+376) 840 909

@donpi_oficial Obert cada dia de les 8.00 h a les 23.30 h

ENTRANT: Croqueta de trinxat



Favetes baby amb cansalada andorrana de Cal Jordi i botifarra negra del país



Jarret de porc amb salsa de vi ranci i Parmentier de trumfes del país amb boletus



***Cheesecake* de mató de la Massana de la **Formatgeria Casa Raubert**, nous, figues i mel del país**



Copa de vi, aigua km 0 (amb o sense gas) i cafè

OPCIÓ MENÚ VEGETARIÀ



ENTRANT: Croqueta de trinxat veggie

Favetes baby amb rovellons i xoriço d'heura

Mandonguilles d'heura amb Parmentier de trumfes del país al i ceps



Cheese cake de mató de la Massana de la **Formatgeria Casa Raubert, nous, figues i mel del país**



Copa de vi, aigua km 0 (amb o sense gas) i cafè



LA MASSANA

Borda Xica

Carrer Major, s/n La Massana (+376) 837 190
@borda_xica Diumenge nit, dilluns i dimarts tancat.

Escudella o Trinxat



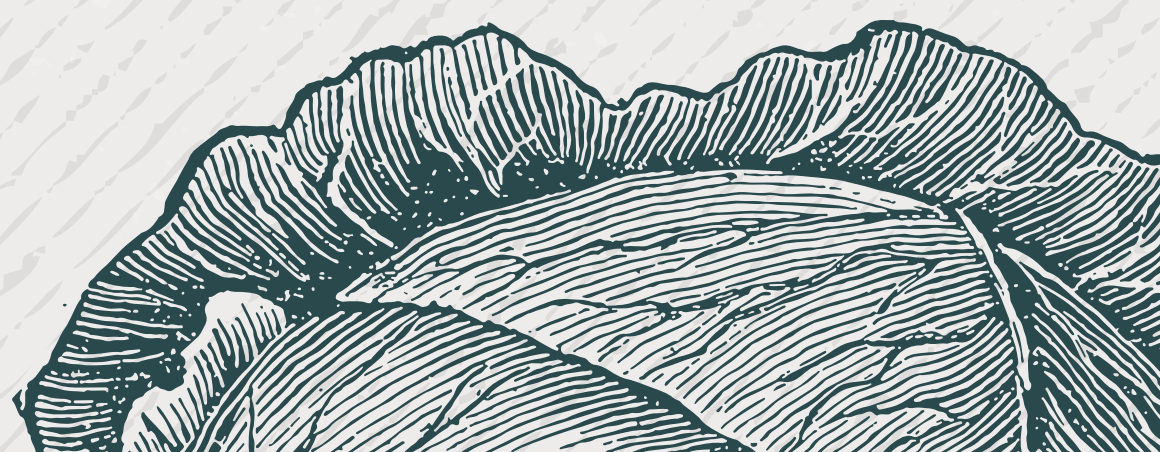
Pollastre amb bolets o *Entraña* de vedella del país a la brasa

Crema catalana o Pastís de formatge



SABIES QUE...?

La col és una de les verdures de la tardor i de l'hivern. El **trinxat** és una preparació molt popular, i saludable, amb col, patates, cansalada, all, oli d'oliva i sal. Els orígens d'aquesta deliciosa recepta, cal buscar-los a la **cuina d'aprofitament**. Tradicionalment, aquest plat es cuinava a les cases, normalment per sopar, per aprofitar les sobres d'una manera eficaç. Actualment, ha esdevingut un plat molt apreciat!



LA MASSANA

Andrea

C. Costes del Teixidó, 4 La Massana (+376) 847 700

@restaurantandreaandorra

Dimarts nit i dimecres tot el dia tancat

Crema de **ceps** amb bacallà confitat
(opció vegetariana sense bacallà)



Paella de verdura amb carxofes confitades o
Dorada al forn o Cua de bou



1

Pastís de formatge



La tardor és temporada de cremes. Són receptes fàcils i saludables i ens fan entrar en calor. A la tardor trobem molts vegetals de temporada que permeten combinacions delicioses: castanyes, ceps, moniato, xirivia, carbassa, remolatxa...



LA MASSANA

Hostal Palanques

C. Major, s/n La Massana (+376) 835 007
@hostalpalanques Obert cada dia

Crema de trinxat amb all cremat, carpaccio de
peu de porc amb gelat de ceps i cargols a la
paella

 2

Bacallà gratinat sobre verdures o Lingot de **cor-**
der d' Organyà amb puré de moniato o Caneló
de galta de porc gratinat

 1, 3

Coulant de xocolata o Figa rostida amb gelat de
vainilla o Terra de xocolata amb gelat de menta

 1, 2, 3

*Sota demanda, tots els plats es poden preparar sense
gluten excepte el coulant

(mínim 2 persones)
AMB RESERVA PRÈVIA



28,50€

LA MASSANA

GAUCHA

Av. de Sant Antoni, 48 La Massana (+376) 839 292
@gauchaandorra Dilluns tancat

XORI400: *CHORIPAN*

Botifarra país amb pa de xapata artesà amb maionesa de *chimichurri*, col verda cruixent i llimona acompanyat de xips de moniato fregit



SABIES QUE...?

A les etiquetes dels productes es troba informació valuosa sobre els productes que consumim!

LA MASSANA

tuco

Av. de Sant Antoni, 58 La Massana (+376) 835 858
@tuco.delivery Dilluns tancat

Spaghetti al sugo di zucca e boïga - Spaghetti verd amb ou

Recepta original italiana 100% sèmola acompanyat d'una cremosa salsa de **carbassa** de temporada amb bocinets de **formatge Boïga** de la **Formatgeria Casa Raubert** i crocant de llavors de carbassa



Amb beguda i postres



LA MASSANA

La Minjadora del Sinquede

Plaça de les Fontetes, s/n La Massana (+376) 727 377

@laminjadora Obert cada dia

14,50 €

Amanida tèbia de bolets amb formatge de cabra, mel i nous



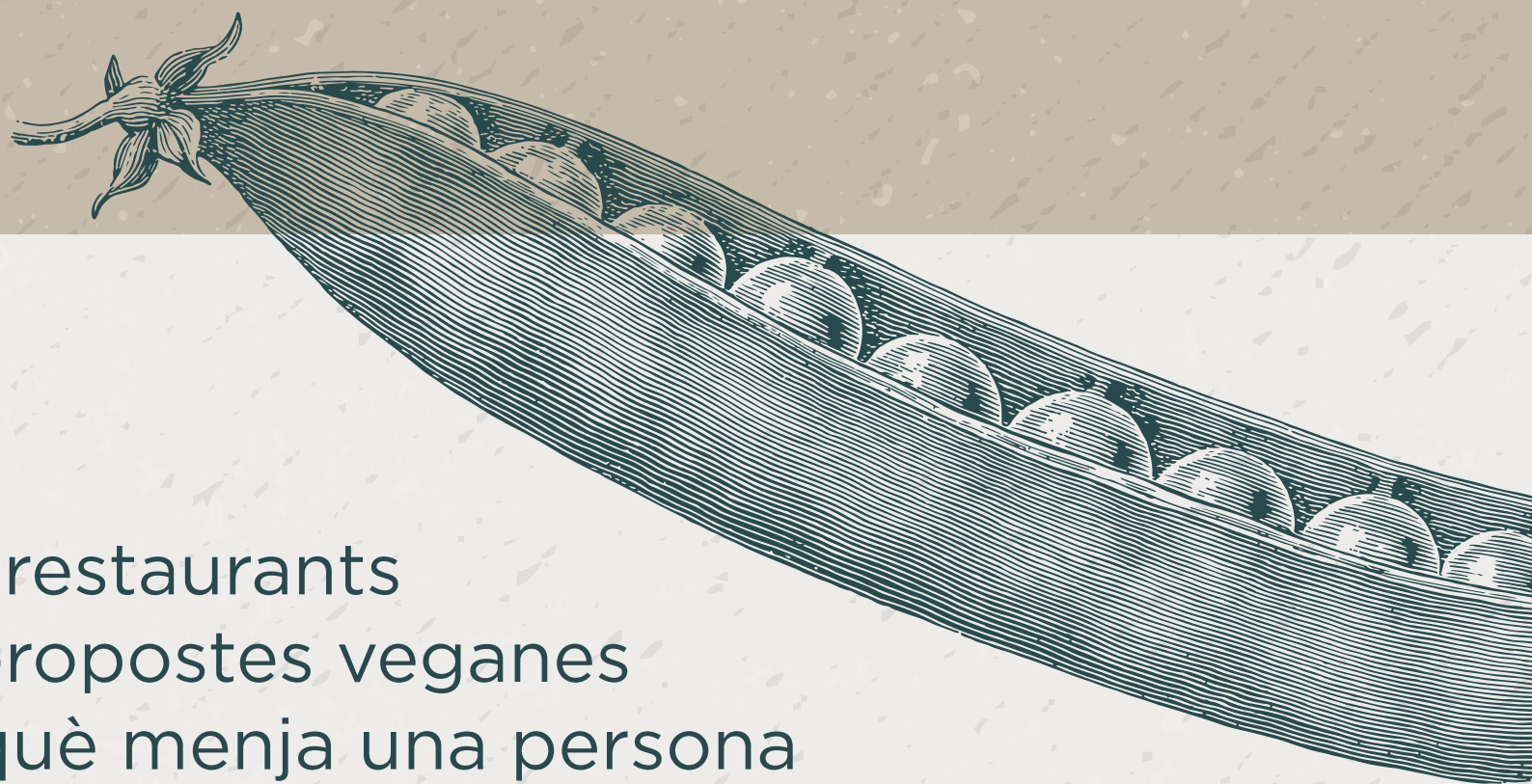
Opció vegana
(sense formatge i amb all)



10,50 €

Trinxat tradicional amb bacó i botifarra

Opció vegana
(tires d'heura i all)



Cada vegada són més els restaurants que ofereixen delicioses propostes veganes saludables i casolanes. I, què menja una persona vegana? Doncs fruites, verdures, hortalisses, cereals i pseudocereals, llegums, fruita seca, llavors i vegetals marins.



La Massana

Oficina de turisme de la Massana
Plaça de les Fontetes s/n.
Tel.: (+376) 835 693

@lamassanafogons
@visitlamassana
@lamassana



www.visitlamassana.ad
www.lamassana.ad

Informa't!

