



CUINA DE TARDOR

JORNADES DE
GASTRONOMIA
SOSTENIBLE



La Massana



LA MASSANA,
EPÍCENTRE DE
LA GASTRONOMIA
SOSTENIBLE



FINS AL
06
11
2022

@ LAMASSANAFOGONS
LAMASSANAFOGONS



PRESENTACIÓ



En aquesta edició, la Massana Fogons s'uneix a la Massana Epicentre de la Gastronomia Sostenible amb propostes gastronòmiques que sumen a aquesta estratègia.

Ara amb propostes:

- + **sostenibles**
- + **productes locals i de proximitat**
- + **receptes tradicionals**
- + **receptes amb productes de temporada**
- + **sortides a la muntanya guiades i amb propòsit**
- + **tasts de vi ecològics i de proximitat**
- + **cursos de cuina d'aprofitament**
- + **pícnic**

La gastronomia sostenible és 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!

**A L'ALÇADA
D'ANDORRA
NOMÉS
ES PODEN
FER LES
COSES
BÉ.**



És una marca comercial creada durant l'any 2014 des del Govern d'Andorra per acollir sota una denominació comuna les diferents iniciatives de micro-empresa relacionades amb les produccions agroalimentàries locals i les produccions alimentàries artesanes.

Sortida a la Muntanya **El boletaire sostenible**

El bolet depèn de les condicions climàtiques per aparèixer, però una adequada recol·lecció garantirà la seva aparició en el futur.

Sortida guiada pel **Manel Niell**, biòleg, investigador i expert micològic d'Andorra Recerca i Innovació. [@andorra_ri](#)

Aprenderàs:

- A reconèixer els exemplars comestibles
- Com planificar la teva sortida al bosc
- Ser un boletaire sostenible
- El tall correcte
- Com cuidar el bosc
- Com respectar el grau de maduració

Necessites:

Calçat còmode, aigua, cistella i roba d'abric

Lloc de trobada:

CG-4 km 8,5 Pal - La Massana
(direcció l'estació de Pal Arinsal)
Pàrquing del Bosc dels Menairons



8 d'octubre
9 - 12 h

**ACTIVITAT
GUIADA**



Informació i reserves:

Oficina de turisme
de la Massana

(+376) 835 693

info@comumassana.ad

Sortida a la Muntanya **Anem de barbacoa!**

La Massana compta amb una sèrie de berenadors amb vistes i escenaris espectaculars. En aquests espais designats per gaudir amb la teva família es creen memòries i records que també poden aportar al nostre repte de gastronomia sostenible.

El nostre formador, el **Guillermo Hernández**, compta amb més de 17 anys d'experiència en realitzar graellades familiars, i el seu lema és "si jo puc, tu pots".

Aprenderàs:

- A utilitzar els fogons
- Netejar abans i després de l'ús de les barbacoes
- Respectar l'entorn i la biodiversitat
- Utilització de llenya i carbó
- Sabors de carn andorrana
- Guia per principiants per preparar la barbacoa perfecta
- Passar un moment agradable amb amics

Necessites:

Calçat còmode, aigua i roba d'abric

Lloc de trobada:

A convenir segons la meteorologia



29 d'octubre
12 - 15 h

**ACTIVITAT
GUIADA**



Informació i reserves:

Oficina de turisme
de la Massana

(+376) 835 693

info@comumassana.ad

Autèntica carn d'Andorra



Punts de venda

www.ramadersandorra.ad

www.agricultura.ad

 ramaders_andorra



Marca de Ramaders d'Andorra SA que es comercialitza sota el segell de control i garantia "Carn de Qualitat Controlada d'Andorra" i sota el segell d'Indicació Geogràfica protegida "Carn d'Andorra IGP".

Cursos de cuina d'aprofitament



8 i 22 d'octubre
15.30 - 18 h

**ACTIVITAT
GUIADA**



El malbaratament alimentari és responsable d'un 6% del total de les emissions globals de gasos amb efecte hivernacle.

Passa un moment agradable entre amigues i amics i aprèn tècniques i consells de cuina d'aprofitament amb **Kattia Juárez**. És enginyera agrícola, experta en sostenibilitat. A més és cuinera i foodstylist. Segur que l'has vist en el seu compte d'Instagram **Andorra Cooking Spot**.

Aprenderàs:

- Que és gastronomia sostenible
- Consells per millorar la planificació de la teva cuina
- Trucs i receptes d'aprofitament
- Receptes d'aprofitament
- Estalviar temps i diners

Lloc de trobada:

Hotel Princesa Parc
Ctra. d'Arinsal (CG-5), s/n
AD400 Arinsal

Informació i reserves:

Oficina de turisme
de la Massana

(+376) 835 693

info@comumassana.ad

Exposició

La Massana epicentre de la gastronomia sostenible



Fins al
6 de novembre

EXPOSICIÓ



Presentem una exposició arrebossada de sabor!

Els plats de la gastronomia més sostenibles de la Massana a través dels ulls de **7 foodies amb creacions pròpies o receptes clàssiques de restaurants de la Massana.**

En les seves fotografies representen el producte local, la recepta tradicional, els ingredients de temporada, tot reunit en una mostra de 14 fotografies exposades al vestíbul de l'edifici de les Fontetes.

Lloc

Plaça de les Fontetes s/n.
La Massana

Tast de vins **MGI gastronómico**

Ens endinsem en el món dels tasts de vins de forma amena, entenedora, divertida i sostenible. Vins ecològics, de tradició y de proximitat.

Horari dels tasts:

- de dilluns a diumenge
de 10 a 22 h (amb cita prèvia).

Horari de la botiga:

- de dilluns a dissabte de 17 a 20 h.

Lloc

MGI GASTRONOMICO
C/ Peu del carrer s/n Cal Moran
La Massana
@mgi_gastronomico



de dill.a dg.
10 - 22 h

**CITA
PRÈVIA**



Reserves:
amb Tomàs Peris
(+376) 670 074

Tast de vins Ecològics i de proximitat



Per picar:

- Octavillo d' anxoves de Santoña
- Pernil ibèric
- Formatges artesans de Casa Raubert de la Massana (Km 0)

Vins

- Selenita D.O. Montsant (bodega de proximitat)
- Celler de Roure Santpere (vi de recol·lecció manual i de parcel·les petites)



Tast de vins antics del **Celler de Roure**



95€
4 persones

Per picar:

- Pernil ibèric
- Formatges artesans de Casa Raubert de la Massana (Km. 0)
- Foie amb melmelada de El Pastador (Km 0)
o Taula variada de xarcuteria de proximitat

Vins

- Vermell
- Safrà
- Parotet

Vins ecològics madurats en tines sota el terra amb mètodes ibers centenaris.

Tast de LUXE de Grans vins



Per picar:

- Pandereta d'anxoves de Santoña
- Pernil ibèric
- Formatges artesans de Casa Raubert de la Massana (Km 0)
- Foie amb melmelada de El Pastorador (Km 0) o Taula variada de xarcuteria de proximitat

Vins

- Maduresa. Bodega Celler de Roure. D.O. Valencia (vi ecològic)
- Selenita Nit. D.O. Montsant (bodega de proximitat)

En tots els tasts realitzarem un joc de prova olfactiva d'aromes del vi acompanyada d'una degustació de productes de tòfona, olis i pa del poble.



el Pastador

MELMELADES ARTESANES
SISPONY - ANDORRA

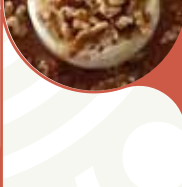
C/ de la Closa, 3
Casa Joanet
Sispony

(+376) 353 209

@elpastador
www.elpastador.com



Petita empresa familiar dedicada a la producció de melmelades. Els productes s'elaboren sense conservants ni colorants. Trobaràs la seva botiga al centre de Sispony, petit poble de muntanya al peu del pic de Carroi, a la Massana.



PROPOSTES
GASTRONÓMIQUES



menú

Carroi – Abba Xalet Suites Hotel Sispony



32€

- Croquetes de pernil ibèric
- Crema de ceps amb escuma de llet i toc de cacau
- Botifarra artesanal de Cal Jordi d' Andorra (km 0)
en dues coccions, amb puré trufat i salsa de porto
- Brownie de xocolata i nous amb gelat de vainilla

Terra Major de Sispony, s/n
Sispony
(+376) 737 300

Obert cada dia
@abbaxaletsuites



Cal Jordi

ARTESA DE MUNTANYA
Ransol - Andorra

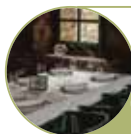
Embotits Cal Jordi ha volgut recuperar la manera de fer tradicional. Elaboren llonganissa, secallona i bulls de fetge, carnetes, lengua i ronyó, botifarres blanca i negra, donja i bringuera, sense cap conservants ni colorants.



menú

Molí dels Fanals

Sispony



35€

- Bunyol de formatge del Principat amb confitura de maduixa feta a Andorra
- Coca de recapte amb tomàquet de temporada, ceba tendra i anxoves del cantàbric elaborades a Andorra o Caneló cruixent de brandada de bacallà
- Melós de vedella d' Andorra amb salsa de porto o Bacallà a la brasa amb escalivada
- Postres del nostre carret
- Aigua, refrescs i vi

Av. de les Comes, s/n

Sispony

(+376) 835 380

Diumenge nit i dilluns, tancat

@molidelsfanals

per fer un mos
Shami's
La Massana



DEGUSTACIÓ

7,50€

- 3 Pancakes
- Iogurt de Casa Raubert (Km 0)
- Degustació de formatges artesans de Casa Raubert (Km 0)
- Cafè, te o xocolata calenta



C. Josep Rossell, 8
La Massana
Obert de 9 a 12h i de 16 a 19h
Diumenge, tancat
[@shamislamassana_andorra](#)



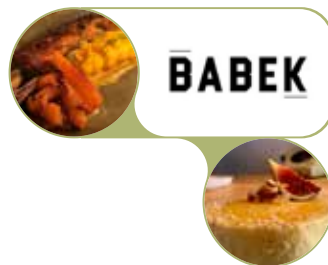
FORMATGERIA

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

Casa Raubert
Escàs - La Massana
Tel. (+376) 817 600
@casaraubertformatgeria



per fer un mos
Babek Restaurant
La Massana



- Costella de porc cuinada a baixa temperatura sobre torrada de Santa Teresa i hummus de moniato a la brasa, carbassa especiada i Nectum (Km 0), xarop de pinya d'abet d'Andorra.
- Flam de mató de proximitat amb mel, figues i fruits secs

19,50€

6,50€



Fa més de 200 anys que els pagesos de les zones muntanyoses elaboraven xarop d'abet. Nectum produeix a Andorra aquest xarop de pinya d'abet macerada amb sucre biològic amb la recepta tradicional.



Av. del Ravell, 5
La Massana
(+376) 737 300

Obert de dimarts a dissabte
a les tardes i nits
i diumenge al migdia
@babekandorra

per fer un mos
Gaucha Andorra
La Massana



15,90€

• **La MILA CUATRE-CENTS**

Escalopa milanesa de vedella o de pollastre amb formatge boiga de Casa Raubert (Km 0) de la Massana, mermelada de fruits vermells de El Pastoret (Km 0) de la Massana amb crocant d'herbes i moniato fregit.



Av. de Sant Antoni, 48

La Massana

(+376) 839 292

Obert cada dia al migdia i a la nit

@gauchaandorra

menú

Hostal Palanques

La Massana



AMB RESERVA
PRÈVIA

26,50€
mínim 2 pers.

- Crema de carbassa amb mascarpone
Saltat de ceps d'Andorra i encenalls de foie
Cargols a la paella (de proximitat)
- Bacallà gratinat sobre verdures
o Caneló de melós de vedella amb gratin
o Lingot de corder d'Organyà amb puré de moniato
- Coulant de xocolata
o Figa rostida amb gelat de vainilla
o Terra de xocolata amb gelat de caramel salat

Av. de Sant Antoni, 16
La Massana
(+376) 835 007
Obert cada dia
@hostalpalanques

menú
Don Piacere
La Massana



26€

- Torrada de crema de tupí
- Amanida d'escarola amb pedrers d'ànec, vinagreta tèbia i bolets
- Hamburguesa de carrillera de vedella amb vi negre, amb pera confitada i moniato fregit
- Mató del Principat amb mel, músic i xarrup de moscatell
- Aigua i copa de vi o refresc o canya
- Cafè

El **formatge de tupí**, sovint anomenat simplement tupí, és un **formatge pirinenc**, originari de la Cerdanya, l'Alt Urgell i el Pallars.

Juntament amb el llenguat de la regió, és uns dels pocs formatges d'origen autènticament català.

Aquest formatge, molt tou i untuós, conté força greix.

Av. del Ravell, 2
Plaça del Quart
La Massana
(+376) 840 909
Dilluns, tancat
@donpi_oficial

menú
Angelo
La Massana



**ES RECOMANA
RESERVA
PRÈVIA**

35€

- Pastís de mongetes amb foie-gras d'ànec semicuit i avellanes
- Crema de tubercles amb ravioli de verdures, bacon Bísaro i gambes
- Bacallà confitat a baixa temperatura amb arròs melós amb orella de porc
- Espatlla de xai cruixent desossat cuinat 8 h amb bolets de temporada i suc de carn
- Pastís Selva negra

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

un petit mos
Fugazzeta
La Massana



ES
RECOMANA
RESERVA
PRÈVIA

16€

• **BURGUER DE MUNTANYA**

Hamburguesa de carn de vedella madurada
amb formatge de Casa Raubert (Km 0) i salsa
de ceps acompanyada de patates



Av. de Sant Antoni, 33
La Massana
(+376) 727 858
@fugazzeta.andorra

menú

Versió Original V.O.

La Massana



25€

- Trinxat amb botifarra blanca, negra i bacó (vegetals i ous de productors locals)
- Estofat de vedella amb rovellons del Principat
- Púding de castanyes

TRINXAT

És un plat típic de la Cerdanya, l'Alt Urgell i Andorra fet a base de bullir patata i col i després triturar-les i barrejar-les. S'hi afegeix cansalada i algun tipus de greix.

C. Josep Rossell, 12

La Massana

(+376) 839 309

Dilluns, tancat

@restaurant.versio.original

menú
Sentro'20
La Massana



35€

Gastronomia global amb producte local

- Canelons de trinxat amb salsa beixamel
- BULALO (*plat molt típic de Filipines*):
sopa d'ossobuco, patates, col, blat de moro
i plàtan mascle
- Mousse de tomàquet i fruits vermells
- Una copa de vi

Av. de Sant Antoni, 27
La Massana
(+376) 880 938
@sentro20and

menú

Borda Eulari Anyós



39,50€

- Aperitiu de la casa
- Crema de carbassó del nostre hort amb encenalls de pernil ibèric o Vol-au-vent farcit de ceps de la Massana i ous ecològics
- Galta de porc al forn amb bolets del bosc d'Anyós o Bacallà amb puré de patata morada i ceba confitada del nostre hort
- Copa de mascarpone i mango amb escuma de albercoc o Brownie de xocolata i nous amb sorbet de mandarina

Amb la tardor arriben les pluges, els dies més frescos i humits i amb ells no poden faltar els exquisits bolets que d'un dia per l'altre omplen els boscos andorrans.

El bosc d'Anyós, a la Massana, és un dels llocs més populars per anar a collir bolets.

BOLETS

Ctra. Sant Cristòfol s/n
Anyós

(+376) 836 400

Diumenge nit i dilluns, tancat

@bordaeulari

menú

ToC-AnyósPark

Anyós



35€

Menú tradicional amb productes de proximitat

- Truita vaga de trompetes de la mort, rossinyols i vinagreta de pinyons
- Fricandó de galta de vedella amb ceps
- Flam de mató amb nata d'anís i mel de tòfona

Ctra. d' Anyós, s/n

Anyós

(+376) 738 573

Obert cada dia

@tocandorra

menú

Émo-Hotel Palomé

Erts



28€

- Xarrup de consomé d'escudella
- Caneló típic d'Andorra amb la seva beixamel
- Faux-filet amb textures de ceps i cebetes glacejades
- Mousse de crema catalana i mandarina confitada

Recepta
tradicional:

**Canelons a
l'andorrana**

Italiana d'origen, indubtablement, aquesta manera de fer la pasta ha arribat a la nostra cuina per la gran popularitat que va adquirir a la cuina catalana.

Actualment es mengen durant tot l'any i en el sector de la restauració hi ha establiments reconeguts per la seva exquisida elaboració. És del segle XIX.

Donada la feina que porta la seva elaboració, els canelons s'han considerat un plat festiu, concretament en dates nadalenes, per Sant Esteve per ser més exactes.

**Ctra. d' Arinsal, s/n
Erts**

(+376) 738 500

**Obert cada nit,
i dissabte i diumenge
al migdia**

per fer un mos
Borda El Pebre
Erts



4,30€

Gastronomia global amb producte local

Recepta tradicional de Xile

- Empanada de massa casolana farcida de carn de vedella amb ceba i olives negres amb os i ou dur



Crta. d' Arinsal, s/n
Erts

(+376) 724 472

Diumenge nit i dilluns, tancat.

@bordaelpebre

per fer un mos
Oolong Coffe & Brunch
Arinsal

9€

Del 17 al 27/10

Tancat
per
vacances

8€

Per esmorzar o fer un brunch

- Torrada amb embotit andorrà de Cal Jordi (Km 0):
bull, donja i bringuera
- Amb cafè i suc. 9€
- Amb aigua, café o cervesa. 8€



Crta. d' Arinsal, 27
Arinsal
(+376) 370 544
Obert de 8 a 14h. Dilluns tancat.
@oolong_arinsal



La Massana

Més informació

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

www.visitlamassana.ad
www.lamassana.ad



[@lamassanafogons](https://www.instagram.com/lamassanafogons)
[@visitlamassana](https://www.instagram.com/visitlamassana)
[@lamassana](https://www.instagram.com/lamassana)