



C/ Marquès de Sentmenat, 54-58 Bxos
08029 Barcelona
Tel. 93.534.34.75- Fax 93.534.34.71
E-mail: info@ataula.net
www.ataula.net

Maig 2012

Escola PROVENÇALS

Setmana de gastronomia i cultura de Catalunya



Benvolgudes famílies,

des de l'empresa **ATAULA**, us volem informar que al mes de maig els vostres fills i filles, usuaris del servei de menjador, participaran a la Setmana de gastronomia i cultura de Catalunya.

Per aprofundir en la feina que l'empresa fa al llarg de tot el curs respecte a l'ús de productes de temporada, de proximitat, i a la importància de la dieta mediterrània, volem oferir als infants diferents activitats relacionades.

Al llarg de la setmana es treballaran tot un seguit de temes que tindran com a cloenda un dinar especial de cuina catalana.

Entenem el menjador escolar com un espai idoni per treballar tot un seguit d'actituds, valors i coneixements relacionats amb l'alimentació variada i la cultura catalana. I desitgem que la nostra proposta sigui atractiva i ofereixi a famílies i infants una visió diferent del menjar a la nostra societat.

Atentament,

A t a u l a
educadors del gust

MENÚ DIVENDRES

- **Amanida catalana i pa amb tomàquet.**
- **Botifarra amb seques i patates.**
- **Gelat de crocant.**



L' **amanida catalana** és una amanida típica de la cuina catalana que es fa amb enciam, tomàquet, ceba, olives, de vegades altres hortalisses i verdures, coberts de fines rodanxes d'embotits.

Com d'altres plats antics d'origen popular, no tenia un nom definit fins que, cap els anys 30, va començar a ser molt habitual als restaurants. En origen era un berenar de pagès a l'estiu, sobretot quan coincidia amb tasques feixugues, com la sega i el batre.

La **botifarra amb seques** és un plat clàssic i tradicional de la cuina catalana, molt senzill però també molt característic d'aquesta cuina.

A les fondes de sisos barcelonines del segle XIX aquest plat era conegut com a *les onze mil verges*, segurament pel nombre de mongetes, i la botifarra era *una noia del país*.

Mapa Catalunya:



4 Dades de Catalunya:

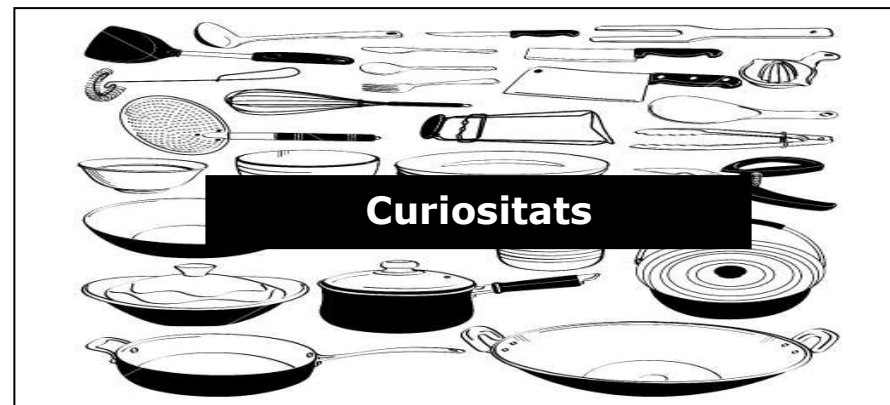
7.434.632 habitants el 2011

41 Comarques

4 Províncies: Barcelona, Girona, Lleida i Tarragona

700 km de costa

126 Rius i Rieres, on destaquen l'Ebre, el Besòs, el Llobregat, el Segre, el Fluvià i la Muga, la Tordera i el Francolí.



Al segle XV, el nou contacte d'Europa amb les Amèriques introdueix nous productes com el cacau, la patata, el pebrot, el blat de moro, la carbassa i el tomàquet.

Alguns productes introduïts pels àrabs son la llimona, la taronja, la carxofa, l'albergínia. D'Àsia ve l'arròs, la magrana, la soja, la pasta ...

La dieta mediterrània és un tipus de dieta que des de fa segles pauta tradicionalment l'alimentació dels països banyats per la Mediterrània i que es basa en el consum de verdures, llegums, fruites, peix, i oli d'oliva.

El 2010 la UNESCO va declarar la Dieta Mediterrània com a Patrimoni Immaterial de la Humanitat.

PROGRAMA

ETAPA	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
Infantil	Cultura catalana: menjar i tradició	D' on venen els aliments?	Comprem, al mercat o al súper?	Mural mediterrani	Jornada gastronòmica: Catalunya
Primària		Piràmide dels aliments	Menjar de proximitat i reciclatge.	Mapamundi	

- Cultura catalana: menjar i tradició
Conèixer els productes típics de la nostra terra, les tradicions vinculades a la taula, els usos i costums.
- D' on venen els aliments?
Conèixer el camí que fan els aliments del camp a la taula.
- Piràmide dels aliments:
Saber diferenciar els tipus d'aliments i les quantitats que s'han de prendre.
- Comprem, al mercat o al súper?
Conèixer aliments frescos, congelats i /o envasats.
- Menjar de proximitat i reciclatge.
Aprendre els aliments que es troben a prop, què fer per no generar brossa, i com reciclar.
- Mural mediterrani:
Conèixer els productes de la mediterrània.
- Mapamundi:
Conèixer els aliments que ens han arribat de diferents parts del món.
- Jornada gastronòmica: Catalunya
Menú especial amb plats típics de la terra.



La cuina catalana, basada en els productes de la terra, adaptada a les estacions i a les tradicions culturals, mostra una gran personalitat.

La diversitat del paisatge català es correspon amb una gran quantitat d'ingredients i procediments que donen lloc a multitud de plats propis distints segons la zona geogràfica, distingint entre:

- Cuina marinera, amb gran varietat de peixos de roca, erissons de mar i guisats mariners o suquets.
- Cuina de mar i muntanya, amb un tipus de guisats a base de bou, senglar i ternasc i una gran quantitat de plats on els excel·lents bolets de la terra són protagonistes.
- Cuina del litoral, amb bones receptes a base de verdures i hortalisses, peixos elaborats de diferents formes, així com arrossos combinats de manera excel·lent.
- Cuina d'interior, on predominen les carns, formatges, embotits i productes de l'hort, del bosc i del corral.
- Cuina de capital, basada en la reelaboració dels plats tradicionals, sorprèn amb noves receptes de cuina creativa, i adapta altres de procedència internacional.