

## LA TARDOR I LA SEVA CUINA

Deixem enrere l'estiu i obrim les portes a la tardor, època de precipitacions i de descens progressiu de la temperatura. Els dies s'escurcen i les nits s'allarguen. Les plantes perden el seu color verd i les fulles esdevenen groguenques o vermelloses com a pas previ a la seva caiguda. Molts fruits estan en el seu punt més òptim.

La tardor és el temps dels bolets, les castanyes i els fesols. Prenen protagonisme els productes màgics de la Mediterrània: ametlles, pomes, avellanes, garrofes, carbasses,... que sàviament treballats pels amants dels fogons donen com a resultat els panellats, pastissos diversos o compotes tradicionals de l'època. És el moment de la cuina més elaborada.

### Els bolets, els reis de la festa

L'aliment més de tardor és, sens cap mena de dubte, el bolet. La seva collita compta cada dia amb més adeptes. Sols o d'acompanyament d'algun plat de cullera, algun arròs o fins i tot una amanida, són deliciosos de qualsevol manera. A continuació llistem les peculiaritats dels més coneguts:

**El rossinyol** es conserva molt bé, és massís i té forma d'embut. Tot i que es pot menjar cru, és molt agraït de cuinar perquè va bé tant amb la carn com amb el peix.

**El rovelló**, és un dels bolets més valorats a Catalunya, té la carn melosa i fa olor de bosc. A la brasa, o amb all i julivert, és la millor manera de menjar-se'l.

L'altre bolet molt saborós i que s'ha posat de moda a la nostra cuina és el **cep**. Creix tant a l'estiu com a la tardor i és tan bo per menjar a la planxa com cru. Se'n pot fer tota mena de salses o fins i tot, pols.

**El fredollic** és un dels més tardans, ja que acostuma a créixer quan altres bolets han desaparegut. Ideal per fer-lo estofat i guisat.

**El carlet** sempre ha estat un bolet apreciat i conegut. De carn dura i un xic amargant, resulta molt bo una vegada cuinat. Ideal per conservar-lo amb sal.

**La trompeta de la mort** és un bolet que es reconeix amb molta facilitat, pel seu aspecte fúnebre i perquè tenen aspecte d'una trompeta o embut. Reduït a pols és un excel·lent aromatitzant de carns.

**El reig** més conegut com ou de reig, tal com el seu nom indica, fou el bolet preferit pels cèsars en el temps dels romans. Curiós de forma i colors, la seva carn és molt suau i exquisida.

## 2es Jornades Gastronòmiques del Bolet a Sant Pol de Mar

Des del 25 d'octubre, i fins el 30 de novembre.

### Restaurants participants a les 2es Jornades:

**Restaurant Cal Tinco**

**Restaurant Casa Tarano**

**Restaurant El Sot del Morer**

**Restaurant Gran Sol**

**Restaurant Margot**

**Restaurant Sant Pau**

Organitza: Ajuntament de Sant Pol de Mar

Collabora: L'espardenya de 7 vetes

### Firaires participants a les 2es Jornades:

**1- Formatges Pujol** (formatges artesans)

**2- Embotits Arblanch** (embotis ecològics amb bolets)

**3- Bolets Pirineus** (bolets deshidratats, frescos i derivats)

**4-La castanyera del temps de la Maria Castanya** (castanyes i moniatos)

**5- Los niños de marte** (Roba infantil)

**6- Carles Ruiz** (Bisuteria)

**7- Coses de casa** (estris i parament de la llar)

També hi seran presents, els forns de pa i pastisseries de Sant Pol de Mar i el propi Ajuntament.

# II

# Fira de la

# Tardor

**Dissabte 3 de novembre de 2012**

**Plaça de l'estació de Sant Pol de Mar,  
de les 10 del matí a les 8 del vespre**



Ajuntament de  
Sant Pol de Mar

Regidoria de Promoció Econòmica



**Diputació  
Barcelona**

Àrea de Comerç

[www.santpol.cat](http://www.santpol.cat)



[www.facebook.com/AjuntamentSantPol](https://www.facebook.com/AjuntamentSantPol)



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

Organitza:



Ajuntament de  
Sant Pol de Mar



**Diputació  
Barcelona**

Àrea de Comerç

Col·labora:



**l'Espardenya  
de Sant Vetès**

PROTECCIÓ DE DRETS DE CONSUMIDORS