
LLIBRET D'AGRICULTURA

HORTA, FLOR I PLANTA

PROSPECTUS SUR L'AGRICULTURE

POTAGER, FLEURS
ET PLANTES

CAT / FRA



Ajuntament de
Santa Susanna

Santa
Susanna



Costa
Barcelona

Diputació
de Barcelona

Introducció

Cap a finals del segle XIX, Santa Susanna ja tenia una agricultura fonamentalment centrada en l'horta. L'agricultura es concentrava a la part alta del poble i estava formada bàsicament per vinyes i conreus de secà. La comarca del Maresme es va veure afectada per una plaga de la vinya molt greu, la fil-loxera. Aquest fet va transformar l'agricultura del poble de Santa Susanna, ja que aquesta plaga va atacar les arrels de la vinya, provocant la mort de les plantes i marcant un capítol crucial en la història agrícola del municipi. No va ser fins l'aparició dels nous sistemes de reg, que va aparèixer l'agricultura més intensiva i el conreu de l'hortalissa.

El sòl no urbanitzable o rural pren una rellevant importància dins de l'Espai Agrícola, a causa de la baixa activitat ramadera i la pràcticament inexistent activitat silvícola. L'agricultura defineix la identitat de Santa Susanna sent un dels 5 municipis que integra l'Espai Agrari de la Tordera, juntament amb Palafròl, Tordera, Malgrat de Mar i Blanes. Els horts formen part del seu paisatge i li donen una singularitat característica que el diferencia d'altres municipis costaners del Maresme.

Tot i així, i és un fet diferencial, Santa Susanna no ha seguit el model d'hiperextensió urbanística a tot el llarg de la seva façana litoral. La situació de no urbanització existent al llarg de tot el seu litoral i prelitoral immediat és pràcticament única en el context del litoral de la costa catalana i especialment a la comarca del Maresme a què pertany (amb 55 km de costa). És precisament en aquest espai post litoral on precisament hi ha els 2 espais agrícoles més rellevants del municipi (amb una superfície de 65,34ha) amb terrenys molt fèrtils, propers al mar i propers entre si, on la superfície de cultius és contínua: El Pla de Balasc i el Pla de la Torre.

Descobriràs espais dedicats a l'agricultura en el que es destaquen el conreu d'hortalisses, la flor i la planta ornamental. Explora com aquesta activitat influeix en la comunitat i el seu entorn a través d'aquest llibret.



Présentation

Jusqu'à la fin du XIXe siècle, l'agriculture de la commune de Santa Susanna reposait déjà principalement sur les cultures maraîchères. Les terres agricoles, concentrées dans la partie haute du village, étaient principalement constituées de vignobles et de cultures sèches. À cette époque, la région du Maresme était touchée par un grave parasite de la vigne : le phylloxéra. Cet événement avait transformé l'agriculture de Santa Susanna, car le ravageur s'était attaqué aux racines des vignes, provoquant la mort des plants et marquant un chapitre crucial de l'histoire agricole de la commune. Ce n'est qu'avec l'arrivée des nouveaux systèmes d'irrigation qu'une agriculture plus intensive et des cultures maraîchères sont apparues.

Les terres non constructibles ou rurales ont pris alors une importance notable au sein de la zone agricole, en raison de la faible activité d'élevage et de la quasi-absence d'activité forestière.

L'agriculture définit l'identité de Santa Susanna en tant que l'une des cinq communes qui forment la zone agricole de Tordera, avec Palafolls, Tordera, Malgrat de Mar et Blanes. Les vergers font partie de son paysage et lui confèrent un caractère unique qui la distingue des autres villes côtières du Maresme.

Ce qui la différencie néanmoins, c'est que Santa Susanna n'a pas suivi le modèle d'hyperextension urbaine le long de son littoral. La situation de non-urbanisation sur l'ensemble de son littoral et de son avant-littoral immédiat est pratiquement unique dans le contexte de la côte catalane et notamment dans le Maresme, la contrée à laquelle elle appartient (avec 55 km de littoral). C'est précisément dans cette zone post-côtière que se trouvent les deux zones agricoles les plus importantes de la commune (d'une superficie de 65,34 ha), avec des terres très fertiles, proches de la mer et proches l'une de l'autre, où la surface cultivée est continue : le Pla de Balasc et le Pla de la Torre.

On y trouve les zones consacrées à l'agriculture, où l'on cultive des légumes, des fleurs et des plantes ornementales. Découvrez à travers ce prospectus, l'influence de cette activité sur la communauté et son environnement.



Productes d'horta / Les produits du potager

Com a principals productes locals, existeixen nou tipus de cultiu que donen forma a la nostra identitat. Hi destaquen:

Principaux produits du terroir, neuf types de cultures constituent notre identité. Citons-les:

Pèsol

Els pèsols del Maresme, amb el seu gust dolç i característic, són cultivats en un clima assolellat entre el mar i la muntanya. Aquest llegum s'utilitza molt en la cuina catalana, en especial el pèsol llàgrima, recollit quan encara és molt tendre.

Le pois

Les pois du Maresme, au goût sucré caractéristique, sont cultivés dans un climat ensoleillé entre mer et montagne. Cette légumineuse est très utilisée dans la cuisine catalane, en particulier le pois larmes, qui est récolté lorsqu'il est encore très tendre.



Mongeta del ganxet

La mongeta del ganxet és una varietat de llegum local cultivada a Catalunya des de fa més de 150 anys. Destaca per la forma de ganxo de les seves llavors, el gust suau i la poca percepció de la pell, predominantment conreada al Maresme i al Vallès Oriental i Occidental.

Le haricot "ganxet"

Le haricot "ganxet" est une variété locale de légumineuse cultivée en Catalogne depuis plus de 150 ans. Il se distingue par la forme crochue de ses graines, son goût sucré et la finesse de sa peau. Il est principalement cultivé dans les régions du Maresme et du Vallès Oriental et Occidental.



Maduixes del Maresme

La maduixera (*Fragaria x ananassa*) és una planta herbàcia de la família de les rosàcies. La planta que es cultiva és una varietat de l'espècie silvestre. Es cultiva per aprofitar-ne el fruit, la maduixa. A la comarca del Maresme històricament se n'ha fet molta de maduixa. Aquestes maduixes maresmenques collides en el seu punt òptim de maduració es caracteritzen per ser d'un color vermell intens, una textura cruixent i un gust dolç amb un toc àcid.

Les fraises du Maresme

Le fraisier (Fragaria x ananassa) est une plante herbacée de la famille des Rosacées. En particulier, la plante cultivée dans la région est une variété de l'espèce sauvage.

Elle est semée pour profiter de son fruit, la fraise, historiquement cultivée dans la région du Maresme. Ces fraises locales, récoltées à maturité optimale, se caractérisent par leur couleur rouge foncé, leur texture croquante et leur goût sucré avec une pointe d'acidité.



Tomàquet del Maresme

El Maresme és una de les principals zones productores de tomàquet a Catalunya. El clima de la comarca és ideal per aquest cultiu proporcionant unes varietats locals de tomàquet destacades pel seu gust excel·lent al millor punt de maduració. En trobem per amanir de grans com el Montserrat o el Cor de Bou, de mitjans com els verds, tipus pebrot o tipus pera i de petits com els "xerris". També per sucra el pa com el tomàquet de penjar.

La tomate du Maresme

Le Maresme est l'une des principales zones de production de tomates de Catalogne. Le climat de la région est idéal pour cette culture, et c'est pour cela qu'il nous offre des variétés locales de tomates qui se distinguent par leur excellente saveur au meilleur moment de leur maturation. Il existe des tomates de grande taille pour les salades, comme la Montserrat ou la Cor de Bou, des tomates de taille moyenne comme les tomates vertes, les tomates de type poivrons ou les tomates poires, et des tomates de petite taille comme les tomates cerises, également appelées «cherry». Et bien sûr, il y a celles que l'on frotte sur le pain comme du concentré de tomates.



Tomacó

El tomacó, conegut com a tomàquet de penjar, és una varietat amb propietats ideals per fer un bon pa amb tomàquet. Durant la postguerra, en un context de subsistència, era essencial la gran durada d'aquest tomàquet després de la collita. Actualment, se'n segueix fent ús per sucar el pa, fer salses o sofregits.



Le "Tomacó"

Le tomacó, connue sous le nom de tomate en grappe, est la variété idéale, grâce à ses propriétés, pour préparer un bon pain à la tomate. Pendant la période d'après-guerre, dans un contexte de subsistance, il était essentiel que la tomate dure le plus longtemps possible après la récolte. Aujourd'hui, elle est encore utilisée pour tartiner le pain et pour préparer des sauces ou des préparations revenues dans de l'huile.



Carxofa

La carxofera que es cultiva és de la mateixa espècie que el card comú. Es cultiva per obtenir-ne les inflorescències tendres, és a dir, les carxofes. És dels cultius més llargs en horta, ja que es pot deixar fins a dos o tres anys al camp fins a esgotar el seu cicle productiu.

Artichaut

L'artichaut cultivé dans la commune est de la même espèce que le chardon commun. Il est semé pour obtenir les inflorescences tendres, c'est-à-dire les artichauts. C'est l'une des cultures les plus longues dans les vergers, car elle peut rester jusqu'à deux ou trois ans dans le champ, jusqu'à ce que son cycle de production soit épuisé.



Escarola

L'escarola, cultivada amb cura per obtenir fulles tendres, presenta un sabor delicat i una textura única, perfecta per amanides. Els últims dies de cultiu es tapa del sol per aconseguir el color blanc a les fulles centrals.



L'endive

L'endive, cultivée avec soin pour ses feuilles tendres, a une saveur délicate et une texture unique, idéale pour les salades. Dans les derniers jours de la culture, elle est mise à l'abri du soleil pour obtenir la couleur blanche des feuilles centrales.



Mongeta tendra

La mongeta tendra és un llegum que es cultiva pel consum de les tavelles tendres, a diferència de la mongeta del ganxet.

Le haricot vert

Le haricot vert est une légumineuse cultivée pour la consommation des gousses tendres, contrairement au haricot ganxet.



Calçot

El calçot és una ceba tendra i dolça que es cultiva mitjançant la tècnica del calçat. Aquesta tècnica consisteix en arrambar terra al cultiu perquè els calçots surtin ben llargs i blancs, perfectes per fer una autèntica calçotada.

Le "Calçot"

Le calçot est un oignon tendre et doux, cultivé selon la technique de la « chausse » (calçat). Cette technique consiste à ajouter de la terre à la culture afin que les calçots soient enterrés et qu'ils germent longs et blancs, parfaits pour les déguster avec leur sauce dans une authentique calçotada.



Calendari de collita de productes d'horta a Santa Susanna

	GENER JANVIER	FEBRER FÉVRIER	MARÇ MARS	ABRIL AVRIL	MAIG MAI	JUNY JUN	
 PÈSOL PETIT POIS		●	●	●	●		
 MONGETA DEL GANXET HARICOT GANXET	●	●	●	●	●	●	
 MADUIXA DEL MARESME FRAISE DU MARESME			●	●	●	●	
 TOMÀQUET DEL MARESME TOMATE DU MARESME					●	●	
 TOMACÓ TOMACÓ					●	●	
 CARXOFA ARTICHAUT	●	●	●	●	●	●	
 ESCAROLA ENDIVE	●	●	●	●	●	●	
 MONGETA TENDRA HARICOTS VERTS				●	●	●	
 CALÇOT CALÇOT	●	●	●	●			

* Excepcionalment, els productes poden estar disponibles en altres mesos, depèn del tipus de cultiu.

* Alguns productes es poden cultivar en hivernacles.

Hivern
 Primavera
 Estiu
 Tardor

Le calendrier des récoltes des produits du potager à Santa Susanna

	JULIOL JUILLET	AGOST AOÛT	SETEMBRE SEPTEMBRE	OCTUBRE OCTOBRE	NOVEMBRE NOVEMBRE	DESEMBRE DÉCEMBRE
					●	●
	●	●	●	●	●	●
	●	●	●	●	●	●
	●	●	●	●	●	●
					●	●
	●	●	●	●	●	●
	●	●	●	●	●	●
						●

* Exceptionnellement, des produits peuvent être disponibles au cours d'autres mois selon le type de culture.

* Certains produits peuvent être cultivés en serre.

Hiver
 Printemps
 Été
 Automne


Federació Selmar


La Federació d'Agrupacions de Defensa Vegetal Selmar neix l'any 2002 per donar continuïtat a l'esforç d'un grup de pagesos que l'any 1987 creen la primera Agrupació de Defensa Vegetal de la Federació (ADV Alt Maresme) amb l'objectiu de disposar d'assessorament per aplicar al camp tècniques de control integrat de plagues, tot donant prioritat al control biològic. Compten amb un Centre que realitza assajos previs i una cria d'insectes autòctons, com el *Macrolopus pygmaeus*, per al control biològic de plagues agrícoles.

Federació Selmar

*La Fédération des associations de défense des plantes Selmar a été créée en 2002 pour poursuivre les efforts d'un groupe d'agriculteurs qui, en 1987, ont créé la première association de défense des plantes de la Fédération (ADV Alt Maresme), dans le but de fournir des conseils sur l'application des techniques de lutte intégrée contre les ravageurs dans les champs, en donnant la priorité à la lutte biologique. Ils disposent d'un centre qui effectue des tests préliminaires et élève des insectes indigènes, tels que *Macrolopus pygmaeus*, pour la lutte biologique contre les ravageurs agricoles.*



 Carretera Vella 3, Santa Susanna

 +34 629 76 41 34

 selmar@federacioselmar.com

 www.federacioselmar.com

 @federacio.selmar



Espai Agrari Baixa Tordera

Santa Susanna forma part de l'Espai Agrari de la Baixa Tordera, un ens format per diferents municipis que defensa un territori divers, proper, agrari i sostenible, i vetlla per a garantir una alimentació sana i saludable per a les generacions presents i les futures.

Zone agricole du Bas Tordera

Santa Susanna fait partie de la zone agricole du Bas Tordera (Espai Agrari de la Baixa Tordera), un organisme composé de différentes communes qui défend un territoire diversifié, local, agricole et durable, et qui garantit une alimentation saine et équilibrée aux générations actuelles et futures.

✉ eabaixatordera@diba.cat

🌐 www.espaiagrariabaixatordera.cat

📷 @eabaixatordera



Jornada de l'Horta

La Federació Selmar l'organitza des de l'any 1996 i s'ha consolidat com una jornada de referència dins del sector agrari on ha esdevingut un punt de trobada i intercanvi entre els professionals de l'agricultura.



Journée du verger

La Federació Selmar l'organitza des de 1996 et s'est imposée comme un événement de référence dans le secteur agricole, en tant que point de rencontre et d'échange pour les professionnels de l'agriculture.





Hortalisses Pi

Empresa familiar de quatre generacions amb més de 100 anys d'història dedicades a l'horta.

Situats a Santa Susanna, just davant del mar, aquesta particularitat fa que les hortalisses siguin molt més dolces, aconseguint un producte de molt bona qualitat.

Entre els productes que cultiva hi destaquem, el tomàquet xerri branca del qual el 2011 van guanyar el premi al millor tomàquet "xerri" de l'Estat, tomàquets variats, pèsol del Maresme, favetes, maduixes, pebrots, piparres, carxofes, mongeta perona, cogombre, carabassó, flor de carabassó i altres verdures de temporada.

Tot de cultiu propi i cultivat amb tècniques de control biològic de plagues amb introducció de fauna útil i pol·linització natural.



Hortalisses Pi

Une entreprise familiale de quatre générations, avec plus de 100 ans d'histoire consacrée aux cultures maraîchères.

Grâce à sa situation privilégiée face à la mer, à Santa Susanna, les légumes sont beaucoup plus sucrés. Il en résulte un produit de très bonne qualité.

Parmi les produits cultivés, on trouve la tomate cerise en grappe, dont la variété a remporté le prix 2011 de la meilleure tomate cerise d'Espagne, d'autres variétés de tomates, des petits pois du Maresme, des fèves, des fraises, des poivrons, des piments verts, des artichauts, des haricots nains, des concombres, des courgettes, des fleurs de courgettes et d'autres légumes de saison.

Tous ces produits locaux sont cultivés à l'aide de techniques de lutte biologique contre les ravageurs, avec l'introduction d'une faune utile et d'une pollinisation naturelle.



Consolat de Mar, Santa Susanna



+34 669 91 37 61



hortalissespi@hotmail.com



www.hortalissespi.com



@hortalissespi




Mercat de productes de proximitat


Santa Susanna és una Vila de Mercats que ofereix multitud de propostes en diferents llocs del municipi durant tot l'any. El Mercat de productes de proximitat es porta a terme cada dissabte al matí a la Rambla dels Països Catalans, on trobareu productors com l'Hort d'en Ripoll i fruites i verdures Brunet.

Marché de produits locaux

Santa Susanna est une ville de marchés aux multiples propositions dans différentes parties de la commune tout au long de l'année. Le marché des produits du terroir se tient tous les samedis matin sur la Rambla dels Països Catalans, où se retrouvent des producteurs tels que L'Hort d'en Ripoll et Fruits et Légumes Brunet.



 Rambla dels Països Catalans, Santa Susanna

 Horari: Dissabtes de 9:00h a 14:00h
Horaires: samedi de 9:00h à 14:00h

Flora i planta / Fleur et plante


Santa Susanna compta amb productors locals i punts de venda de flor i planta per omplir els nostres espais de color i vida.


Santa Susanna compte des producteurs locaux et des points de vente de fleurs et de plantes qui remplissent nos espaces de couleurs et de vie.



Productors locals des de fa 30 anys. Ofereixen venda de proximitat de diferents plantes, arbres, flors... Sempre adaptat a les necessitats dels clients i defensant els valors de la passió, experiència, innovació i assessorament professional.


Depuis 30 ans, ces producteurs locaux proposent des ventes locales de plantes, d'arbres et de fleurs, en s'adaptant toujours aux besoins de leurs clients et en défendant les valeurs de passion, d'expérience, d'innovation et de conseil professionnel.

 Carretera Vella, 08398 Santa Susanna

 +34 937 677 797

 info@hortplant.com

 www.hortplant.com

 @hortplant

 hortplantvivers



Flors Pons



Empresa dedicada a la producció de flor tallada i verds ornamentals. La comercialització es realitza al Mercat de la Flor i Planta Ornamental de Catalunya, a Vilassar de Mar.

Entreprise spécialisée dans la production de fleurs fraîches et de plantes ornementales. Elles sont vendues au marché catalan des fleurs et des plantes ornementales de Vilassar de Mar (Maresme).



Carretera Vella 46, Santa Susanna



+34 937 678 454



florspons@gmail.com



@florsponsflorspons



florsponsflorspons



<https://productorscat.cat/botiga/flors-pons/about>



Buch plantes



L'activitat principal és la de viver de planta ornamental i la d'un punt de venda de proximitat de plantes i productes bàsics per a la jardineria. Per la nostra experiència de molts anys dissenyem, construïm i mantenim jardins.

Cette pépinière de plantes ornementales compte également un point de vente local de plantes et de produits de jardinage de base. Grâce à leur grande expérience, ils conçoivent, construisent et entretiennent des jardins.



Ctra. Vella de Santa Susanna a Pineda
Capella Crist de Balasch



+34 687 66 61 77



buchplantesijardi@gmail.com



@buchplantesijardi



buchplantesijardi



Punts d'interès / Points d'intérêt

- | | |
|---|---|
|  Plana agrícola
Plaine agricole |  Selmar |
|  Espai Baixa Tordera
Abarca la plana agrícola
Espace du Bas Tordera
Il englobe la plaine agricole |  Hortallisses Pi |
|  Jornada de l'horta
Journée du verger |  Hortplant |
|  Mercat productes de proximitat
Dissabtes al matí
Marché de produits locaux
Samedi matin |  Flors Pons |
|  Altres productors
Autres producteurs |  Buch plantes |

← CARRETERA - ROAD N-II
BARCELONA

← RENFE - TRAIN
BARCELONA

Búnquer Guerra Civil

SANTA SUSANNA
ESPAÑA NEARDO



PLATJA LES DUNES





Mapa de Productors d'horta, flor i planta

Carte des producteurs maraîchers, de fleurs et de plantes

Itinerari recomanat / Itinéraire recommandé



Dificultat: senzilla / Difficulté: facile

Descobriu altres itineraris pel vostre compte!
Découvrez d'autres itinéraires à votre guise!

CARRETERA - ROAD N-11
GIRONA

TRAIN
GIRONA

PLATJA DE LLEVANT

PLATJA LES CALETES

Les recettes de la Montserrat

Can Rosich

Les recettes de Montserrat

Can Rosich

Salsa de tomacons

Ingredients:

- 1 kg de tomacons ben madurs
- 1 ceba de Figueres gran
- 2 alls tendres o 1 gra d'all
- 1 raig d'oli d'oliva
- 1 pols de sal
- 1 pols de pebre
- 1 culleradeta de sucre
- 1 raig de conyac



Elaboració:

1. Comenceu a preparar els tomacons pelant-los i traitent-ne les granes.
2. Poseu un bon raig d'oli en una paella gran i, a foc suau, sofregiu la ceba i l'all prèviament trinxats ben petits. Han d'anar suant fins a quedar transparents. Abans que s'enrosseixin, incorporeu els tomacons.
3. Salpebreu, afegiu el sucre i el raig de conyac.
4. Deixeu reduir la salsa a foc lent, remenant de tant en tant, uns 15 minuts aproximadament.

Sauce tomate

Ingredients:

- 1 kg de tomates très mûres (tomates en grappe)
- 1 gros oignon de Figueres
- 2 pousses d'ail ou 1 gousse d'ail
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 cuillerée de sucre
- 1 trait de cognac

Préparation:

1. Commencer à préparer les tomates en les pelant et en les épépinant.
2. Verser un bon filet d'huile dans une grande poêle et, à feu doux, faire revenir l'oignon et l'ail préalablement coupés en très petits morceaux. Ils doivent transpirer jusqu'à ce qu'ils soient transparents. Avant qu'ils ne soient dorés, ajouter les tomates.
3. Saler et poivrer, ajouter le sucre et le filet de cognac.
4. Faire réduire la sauce à feu doux, en remuant de temps en temps, pendant environ 15 minutes.

Sípia amb pèsols

Ingredients:

- 1 sípia de 3/4 de quilo
- 1 kg de pèsols tendres (desgranats)
- 2 cebes
- 2 tomàquets madurs
- 1 gra d'all
- 1 manat de julivert
- 1 pols de sal
- 1 raig d'oli d'oliva verge
- 1 culleradeta de farina

Elaboració:

1. Poseu una cassola al foc amb la sípia neta (sense tinta) i tallada a daus. Cobriu-la amb aigua i un raig d'oli i mantingueu-la a foc mitjà aproximadament un quart d'hora fins que l'aigua s'evapori.

2. Afegiu-hi la ceba trinxada i sofregiu-la a foc lent fins que quedi rossa.
3. Incorporeu el tomàquet prèviament ratllat i deixeu confitar uns cinc minuts. A continuació afegiu la melsa de la sípia. Salpebrem.
4. Incorporeu els pèsols, deixeu que es barrejin amb el sofregit, i aboqueu un got d'aigua calenta. Si els pèsols són tendres, en cinc minuts ja els tindreu cuits.
5. Finalment piquem l'all i el julivert amb una culleradeta de farina i ho incorporem. Rectifiquem, si cal, de sal i pebre. A continuació apaguem el foc i deixem reposar la cassola uns cinc minuts abans de servir.



Seiche aux petits pois

Ingredients:

- 1 seiche de 3/4 de kilo
- 1 kg de pois tendres (écossés)
- 2 oignons
- 2 tomates mures
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet de persil
- 1 pincée de sel
- 1 jet d'huile d'olive verge
- 1 cuillerée de farine

Préparation:

1. Mettre une casserole sur le feu avec la seiche propre (sans l'encre) et la trancher en cubes. Couvrir d'eau et d'un filet d'huile et faire cuire à feu moyen pendant environ un quart d'heure jusqu'à ce que l'eau s'évapore.

2. Ajouter l'oignon haché et le faire revenir à feu doux jusqu'à ce qu'il soit doré.
3. Ajouter la tomate préalablement râpée et laisser confire pendant 5 minutes. Ajouter ensuite la rate de seiche et saler et poivrer.
4. Ajouter les petits pois, les laisser se mélanger à la sauce et ajouter un verre d'eau chaude. Si les pois sont tendres, ils seront cuits en 5 minutes.
5. Enfin, hacher l'ail et le persil avec une cuillère à café de farine et les ajouter au mélange. Saler et poivrer au besoin. Ensuite, éteindre le feu et laisser reposer la cocotte pendant environ 5 minutes avant de la servir.



Salsa vinagreta per a amanida d'escarola



Ingredients:

- 200 ml d'oli d'oliva verge
- 130 ml de vinagre de vi blanc
- 1 culleradeta de mostassa de Dijon
- 1 culleradeta de sal
- 1 polsim de pebre
- 1 ceba tendra

Elaboració:

1. Poseu la part blanca de l'escarola a remullar en aigua freda per hidratar-la.
2. Mentrestant barregeu en un bol l'oli, el vinagre, la mostassa, la sal i el pebre. Emulsioneu remenant amb una cullera perquè quedin els ingredients ben integrats.
3. Talleu la ceba a daus petits i l'afegiu a la salsa.
4. Col·loqueu l'escarola ben escorreguda en la plata on la vulgueu servir i l'amaniu generosament amb la vinagreta.

Sauce vinaigrette pour la salade d'endives

Ingredients:

- 200 ml d'huile d'olive vierge
- 130 ml de vinaigre de vin blanc
- 1 petite cuillère de moutarde de Dijon
- 1 cuillerée de sel
- 1 pincée de poivre
- 1 ciboulette

Préparation:

1. Tremper la partie blanche de la scarole dans de l'eau froide pour l'hydrater.
2. Pendant ce temps, mélanger l'huile, le vinaigre, la moutarde, le sel et le poivre dans un bol. Émulsionner le mélange en remuant à l'aide d'une cuillère afin que les ingrédients soient bien intégrés.
3. Couper l'oignon en petits dés et l'ajouter à la sauce.
4. Placer les endives bien égouttées sur le plat de service et les assaisonner généreusement avec la vinaigrette.

Melmelada de maduixa



Ingredients:

- 1 kg de maduixes madures netes
- 700-800 g de sucre
- El suc d'una llimona
- 1 copeta de Grand Marnier o Cointreau

Elaboració:

1. En una cassola gran poseu les maduixes triturades, el suc de llimona i 200 g de sucre.
2. Poseu la cassola a foc viu fins que arrenqui el bull. Llavors abaixeu el foc i deixeu-ho 20 minuts, remenant.
3. Afegiu el sucre, apugeu el foc i remeneu uns 10 minuts, i després afegiu el licor.
4. Poseu la melmelada en pots i deixeu-los de cap per avall 5 minuts per fer el buit.

Confiture de fraise

Ingredients:

- 1 kg de fraises propres et mûres
- 700 - 800 g de sucre
- Le jus d'un citron
- 1 verre de Grand Marnier ou de Cointreau

Préparation:

1. Mettre les fraises écrasées, le jus de citron et 200 g de sucre dans une grande casserole.
2. Placer la casserole sur un feu vif jusqu'à ce qu'elle arrive à ébullition. Baisser ensuite le feu et laisser reposer pendant environ 20 minutes. Il convient de remuer le mélange.
3. Ajouter le sucre, augmenter le feu et continuer à remuer pendant environ 10 minutes, puis ajouter la liqueur.
4. Mettre la confiture dans des pots et les laisser à l'envers pendant 5 minutes pour faire le vide.



Mongetes cuites



Ingredients:

Mongetes del ganxet
Sal
Oli d'oliva

Elaboració:

1. Poseu les mongetes en remull en aigua abundant durant dotze hores.
2. En una olla, poseu les mongetes a coure amb aigua mineral freda que les cobreixi 3 o 4 cm per sobre.
3. Quan arrenqui el bull, abaixeu el foc. Les mongetes han de coure a foc lentíssim amb l'olla mig tapada aproximadament una hora. Cal anar controlant la cocció.
4. En els últims minuts, saleu.
5. Escorreu les mongetes i serviu amb un raig d'oli d'oliva d'alta qualitat.

S'aconsella combinar aquestes mongetes amb cansalada viada ben fregida o bé botifarra de porc a la brasa.

Fèves cuites

Ingrédients:

Haricots ganxet
Sel
Huile d'olive

Préparation:

1. Faire tremper les haricots dans une grande quantité d'eau pendant 12 heures.
2. Dans une casserole, faire bouillir les haricots dans de l'eau minérale froide, en couvrant le dessus des haricots sur 3-4 cm.
3. Lorsque l'eau commence à bouillir, baisser le feu. Les haricots doivent être cuits à feu très doux, la casserole à moitié couverte, pendant environ 1 heure. Il faut surveiller la cuisson.
4. Dans les dernières minutes, saler.
5. Égoutter les haricots et les servir avec un filet d'huile d'olive de qualité.

Il est recommandé d'accompagner les haricots avec du bacon frit ou de la saucisse de porc grillée.

Amanida de tomàquet amb alfàbrega i nous



Ingredients:

3 o 4 tomàquets madurs ben fermes
200 g de formatge fresc tipus Burgos o similar
1 raig d'oli d'oliva
1 pols de sal Maldon
5 o 6 fulles d'alfàbrega fresca
1 grapat de nous

Elaboració:

1. Talleu els tomàquets a làmines de mig centímetre i els dispoheu plans en una safata. Al damunt del tomàquet hi col·loqueu una capa de rodanxes de formatge.
2. Salpebreu i amaniu amb un bon raig d'oli.
3. Decoreu amb les nous i les fulles d'alfàbrega.

Salade de tomates au basilic et aux noix

Ingrédients:

3 o 4 tomates mûres bien fermes
200 g de fromage frais de type Burgos ou similaire
1 trait d'huile d'olive
1 pincée de sel de Maldon
5 ou 6 feuilles de basilic frais
1 poignée de noix

Préparation:

1. Couper les tomates en tranches d'un demi-centimètre et les disposer à plat sur un plateau. Déposer une couche de tranches de fromage sur la tomate.
2. Saler et poivrer et assaisonner les tomates avec un bon filet d'huile.
3. Garnir la salade avec les noix et les feuilles de basilic.





Ajuntament de
Santa Susanna

Santa
Susanna



Santa Susanna
Destí Intelligent
Adherit 2020



www.stasusanna-barcelona.com

#santasusanna

#costadebarcelona

