

tot

A TAULA

food & drinks



**Per Santes,
a menjar
fora!**

ESPECIAL

*Gastro
Santes*



SECCIÓ ESPECIAL INCLOSA A:

**el
tot**
Número 1830

MATARÓ **I MARESME**

Any XXXVII ■ Del 20 al 27 de juliol de 2018 ■ www.totmataro.cat

Grup de comunicació eltot.cat



tot MATARÓ.CAT

 portalmataro.com

FOSBURY
LA REVISTA DE TOT L'ALTRE ESPORT

TOTESPORT.CAT
XARXA DE WEBS ESPORTIVES DE CATALUNYA

tot

A

TAULA

food & drinks



Molta oferta

Per Santes, a menjar fora!

GastroSantes: Redacció

■ Tot i que la tradició latent és de taules parades de Festa Major -sobretot en la diada o en les dates més assenyalades- cada cop són més les famílies mataronines que en plena voràgine festiva es deixen de convencions i mengen fora de casa. Famílies, amics, colla. És pràcticament tan tradicional com els actes propis de cada jornada, el saber amb qui compartiràs taula a l'hora de dinar o de sopar. Això converteix Les Santes singularment també en la gran ocasió de la restauració local i, òbviament, això es nota als diferents espais que acullen la festa.

Amb unes Santes cada cop més massives, l'oferta hi respon i cal estar atent per trobar taula, escollir bé i omplir-se amb èxit -de preu i de producte- el ventre per Festa Major. ▶



ESPECIAL

Gastro Santes



Molt Bones Santes!

C. Barcelona, 59 · (Plaça de la peixateria) Mataró · T 93 790 63 21

el petit RACÓ
granja - cafeteria

- cafè
- entrepans
- gofres
- creps



Bones Santes!

★ TAVERNERS ★

TONI 2

DES DE 1982

DÍAS DE TAPAS GRATIS

A partir de las 18h de la tarde por consumición

Lunes: ¡Por el morro!

Martes: ¡Tapa la Pizza!

Miércoles: ¡Y un jamón!

Jueves: ¡Metemos la gamba!

Viernes: ¡Hay tapa sorpresa!

¡y muchas tapas más!

Fin de semana: viernes, sábado y domingo...

¡Mucha pizza! ¡Mucha mariscada!

y ¡Mucho pescaito frito!

**PRUEBA NUESTRA
CERVEZA DE BODEGA
DE FERMENTACIÓN NATURAL**

**LA PRIMERA*
DEL MARESME!**



1906 Reserva Especial Pinta Media Pinta Corto

*Estrella Galicia

Quedem al rovell de l'ou?

Els bars i restaurants de les zones més calentes a nivell de programació són ideals per compaginar oci i festa

Restaurants: Redacció

■ Els actes de Les Santes es concentren sobretot al Centre i a baix a mar. Són les zones que, durant aquests dies, s'ompliran a vessar pràcticament a cada hora del dia en què hi hagi algun acte programat. Òbviament els establiments, bars, botigues i restaurants de la zona ho aprofiten si bé, segurament, és encara millor buscant racons propicis i propers per poder quedar. Durant aquests dies els grups de Whatsapp treuen fum a l'hora de quedar i, per exemple, és difícil que trobem lloc a una terrassa de la Riera si estan fent una Dormida.

Per això és recomanable de crear-nos el nostre propi programa en paral·lel a l'oficial, intentant intuir allà on potser trobarem menys aglomeració i podrem seure tota la colla o la família junta. En aquest sentit és indispensable tenir el programa present i estar atent a les indicacions. Així, espais com el continu Peixateria, Can Xammar i Plaça Gran no acullen gaires actes i són ideals, per concentració d'establiments, per poder-hi quedar. També el carrer d'en Pujol, si es vol amb l'afegit que és on van néixer –se suposa– les Santes, l'artèria de La Riera, Santa Anna o la Muralla. O tot el sector de la Plaça de les Tereses, aliè i proper a la vegada a les zones de més brogit festiu.

Menció a banda mereix tot el frontal de mar que



afegeix al seu atractiu habitual el gran protagonisme que té en dies com les Dissantes, el 25, la nit dels Focs o les Havaneres. Al Passeig Marítim les taules van molt buscades.



El petit Laru

Glòria a les Santes!

Plaça Gran, 7, 1, baix 2a · Mataró
T 637 838 823 (Jordi)



**PU
NT
6**

RESTAURANT
& Tapes

Nits del 24 al 29 de juliol

MENÚ

Les Santes 2018

REQUISITS DE FESTA MAJOR

Ous a 63°C amb parmentier de tòfona
Escamarlans saltejats amb ceba confitada
Tomàquet amb mozarel·la, olivada i pesto
Coca de recapte amb sardines

BARRAM I REPICADA

Caldós de marisc
Botifarra saltejada amb calamarcets
Lingot de galta de porc
Calamars farcits

LA RUIXADA

Escuma de crema catalana
Biscuit amb xocolata calenta
Milfulls de fruita
Gelats

Per beure, copa de vi d'entrant
i copa de vi amb el segon; pots escollir:

- L'arnot negre: Garnatxa negra i Syrah DO Terra Alta.
- L'arnot blanc: Garnatxa blanca i macabeu DO Terra Alta.

Refresc o aigua.

16,90€

NHC
NEW HOTEL COLON

RESERVES: 931 785 839 · info@hotelcolon.com · C/ Colon 6, Mataró

Si fa calor, orxates i granissats per a tothom

Les begudes fredes són les més buscades per a temperar la xafogor pròpia dels dies de Les Santes

Begudes: Redacció

■ De granissats i d'orxates se'n venen durant tota la temporada de calor. De fet, fins i tot fora d'estiu, se'n poden trobar a alguns bars pràcticament durant tot l'any. Per Santes, però, confessen en algun establiment ben situat al mapa dels actes de la Festa Major, fins i tot pateixen per tornar a carregar les màquines un cop exhaurixen existències: van més que buscades. I és normal. Molts actes de la Festa tenen lloc en finestres temporals autènticament caloroses. Per Santes entrem pròpiament a la canícula i amb ella ve molt de gust refrescar-se. I amb l'orxata i el granissat beus i et refresques.

Si parlem d'orxata i de granissat, també ho hem de fer de la mescla de tots dos, el conegut com "alacantí" i que en altres llocs demanes i et poden prendre per una persona boja. Una altra aplicació del granissat que s'escampa és la de la clara granissada, on la llimona fa encara més freda la cervesa.



Guinem per vosaltres



Pollastres a l'ast • Galtes
Conill (per encàrrec)

Braons • Botifarres
Canelons • Croquetes

Macarrons • Amanides
Plats Guisats



Ca l'Agustina
ROSTISSERIA
T. 615 18 31 37

Bones Santes!

C/Castaños, 84 - Mataró (cant. Pizarro) T. 615 18 31 37
Divendres d'11 a 14 h // Diumenges i festius de 10 a 15 h



Bones Santes!

el asador de
TONI

desde 1982

SEGURAMENTE... LA MEJOR TERRAZA DE MATARÓ



CARNES A LA BRASA

Desayunos · Almuerzos de cuchillo y tenedor
Vermuts · Menús Diarios · Meriendas · Cenas · Carta

MENÚ DIARIO

10€

IVA incluido

MENÚ BRASA

18€

IVA incluido

MENÚ FIN DE SEMANA

20€

IVA incluido

MENÚ GRUPOS

DESDE **23'50€**
IVA incluido

MINIMO 10 PERSONAS

www.asadortoni.com

ABIERTO TODOS LOS DÍAS / P PARKING GRATUITO

Horario: de lunes a viernes desde las 7h a cierre · Sábados y domingos desde las 8h
Ctra. Barcelona (NII) 58, Mataró · Reservas: 93 799 09 88 · asadortoni@gmail.com

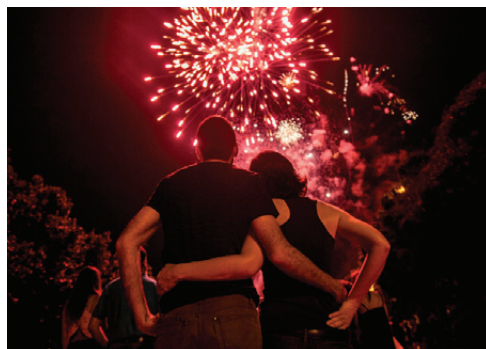
Què soparem la nit dels Focs, família?

Els bars i restaurants de baix a mar, del Centre i l'Havana, així com els menjars preparats: la clau

Restaurants: Redacció

■ Divendres que ve és la diada pròpiament de la Festa Major, 27 de juliol: Santa Juliana i Santa Semproniana. Com que són les patrones i estem de festa, a Mataró és dia festiu, marcat en vermell al calendari. Quasi tot està tancat amb l'honrosa excepció del sector de la restauració i l'alimentació que sap que tant durant tot el dia i especialment la tarda, amb la Passada, com sobretot a la nit tindran un dels seus dies de més feina de tot l'any.

Es calcula que unes 60.000 persones baixen a baix a mar a veure els focs i entre totes aquestes hi ha la mateixa pregunta: què soparem? En aquest sentit, els bars i restaurants de la part baixa del Centre, de l'Havana i òbviament del Port i el Passeig Marítim treballen a tota vela durant tota la tarda, vespre i nit. També és cada cop més l'oferta de menjars per emportar i packs especials per agafar tot "baixant" i poder sopar sobre la sorra, esperant els espetecs.



Cafè-bar

LA REFORMA

4 generacions al teu servei

- Entrepans
- Tapes
- Vermuts
- Esmorzars de forquilla
- Plats combinats
- Carta d'infusions, tes i xocolates (amb + de 30 referències)

*Bones
Santes!*



Bones Santes!



Com sempre, trobaràs les nostres especialitats, els nostres musclos a la brasa, arrossos, peixos, carns....

i a la nit pren els nostres combinats i còctels d'elaboració natural a la fresca i gaudeix de la música en viu, les tardes nit de divendres i dissabtes

 Tsunami Beach Terrazza

Platja de Sant Simó · Tel. 625 26 26 66



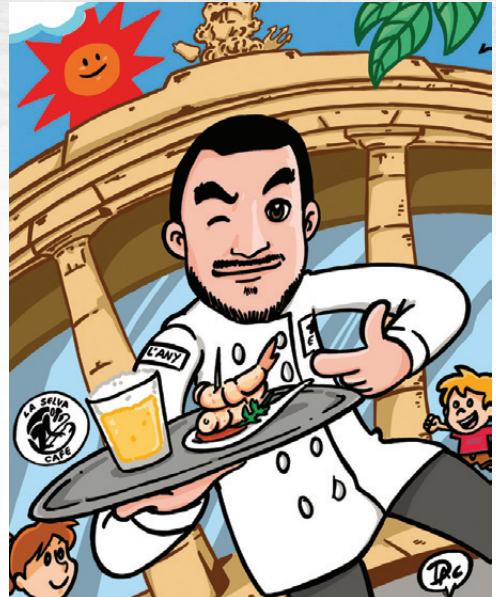
Vi i Jazz pel vermut del 28 de juliol

La Selva proposa un acte ben especial amb maridatge de diferents tipus de via amb música en directe

Restaurants: Redacció

■ El jazz i el vi casen a la perfecció. És una d'aquelles combinacions infal·libles que rarament podrem degustar en els concerts programats al programa però que de la mà de La Selva, a la Plaça de la Peixateria, tindrem l'oportunitat exclusiva de gaudir. Passarà el dia 28 al migdia, en una d'aquelles hores de baixa programació i en l'escenari inconfusible d'aquest espai, un dels més buscats i cobejats del Centre. És la nova proposta especial per Santes d'un espai que en aquesta ocasió es proposa tot un maridatge de vins amb l'acompanyament de música jazz en directe. Poca conya perquè, al migdia, es confirma com un pla de vermut pràcticament imbatible i enriqueix les possibilitats d'anar a prendre alguna cosa, en un ambient diferent i essent dissabte.

La Selva fa així, també, més Festa Major a més de tota la seva oferta de tapes, entrepanes, racions i begudes.



Glòria
a les
Santes!

*Aquestes Santes no et
quedis sense els nostres
entrepanes i tapes!*

C. Barcelona, 50
(Plaça de la peixateria) · Mataró
M. 638 034 485





Racó d'en
Margarit
us desitja. Bones Santes!

Passeig del Callao, 15, (Mataró) · T 937 90 61 01

@can_margarit · www.canmargarit.com

📍 @can_margarit

Pizza, la millor resposta a moltes preguntes

Dins l'ampli ventall d'oferta, qualitat i tipus, acaba sent part indispensable dels diferents menús de Santes

Menjar: Redacció

■ Per Santes, pizza. No és un eslògan però ho podria ser. No és cap tradició, sinó un element de consum consuetudinari. Per Santes es menja molta pizza. De tipus ben diferents segons ventall. Des de les que es venen a talls i que estan especialment en auge els últims temps a les que et porten a casa. O singularment, les fetes amb gran qualitat en restaurant, que juguen a una altra lliga i són com comparar en Robafaves amb un altre gegant.

Entre les pizzes més fast-food i les artesanals fetes al forn de llenya hi ha moltes diferències. Però una similitud. El format ha fet fira i molta gent l'associa. Les pizzereries són l'elecció preferida pels sopars de grup o de família, i la Festa Major és en molts casos, precisament, una concatenació de quedades per a dinar o sopar. Amb els amics, amb la família, amb els del club, amb els de l'Ampa, amb els excompanyes de classe. I, amb molts d'ells, quasi sempre: pizza.





· PRODUCTES LOCALS I DE TEMPORADA ·

1987 - 2017

Bones Santes!





ADREÇA: Baixada de les Escaletes, 2. 08301 - MATARÓ
Tel. 937 962 968 · pizzerialluis@gmail.com



bones Santes !

Ca la Ceci

El Peruà de Mataró

EL 28

GRAN FESTA

DEL PERÚ

DE 8.30 A 0.30h

c/Joan Maragall 5

Còctels i begudes propis de la festa

Més enllà de la Juliana, el cava, els mojitos, el còctel Semproniana o la marca Santes de vi també tenen bona sortida durant aquests dies

Cuina: Redacció

■ Tot i que s'ha de partir sempre dels consells de precaució i moderació a l'hora de consumir alcohol –especialment entre els més joves i la xacra contra la salut que suposa el botellón– és indiscutible que la Festa Major va acompanyada d'una sèrie de begudes associades. Se'ns pot acudir el còctel Juliana com el més especial de tots, propi de la nit del 28 de juliol.

Però hi ha una sèrie més de begudes que guarden relació intencionada o casual amb Les Santes i és que els diferents cellers, bodegues o botigues exploten el filó que suposa la tirada de la Festa Major.



La girella
restaurant

Bones Santes a tots!

Especialitats en arrossos, cargols i bacallà

Carrer Santa Marta, 37, Mataró - 93 755 21 77
reserves@lagirella.net - www.lagirella.net - f i

Can Monserrat
Celler des de 1895

Ja tenim a la venda les TRISANTES

T. 93 790 12 69
Santa Maria, 14 · Mataró

preu pack 23'15€

Fer-se la pròpia Juliana

Des de fa dos anys, la recepta de la Juliana és pública i es va incloure al programa de Les Santes. Coincidint amb la majoria d'edat, caducava el secret d'aquesta beguda que es va crear a meitat dels noranta i que ha guanyat en popularitat a cada any que ha passat. Feta amb cava, granissat de maduixa, suc de taronja, rom, vodka i ginebra, les proporcions són la clau perquè quedi com ha de quedar. Per olfacte o litres d'experiència, hi ha autèntics experts en detectar si el gust és el concret o si, aquell any per exemple, s'hi nota massa el cava.

Fer pública la recepta va permetre, a més, que cadascú se'n pugui fer la seva versió i quan vulgui de Les Santes.



A la bodega Can Montserrat, per exemple, venen el còctel Semproniana des de fa anys i, a més, també hi trobem el cava de Les Santes. També és curiós la sortida que té el vi Santes amb la curiositat que és denominació d'origen del Montsant i que l'origen del nom no té absolutament res a veure amb la Festa Major o Santa Juliana i Santa Semproniana.

El cava, per altra banda, és una beguda a la que potser no es dona tanta importància singular però és molt present a la festa. Al cap i a la fi Les Santes són celebració i això significa brindis, quasi sempre amb els diferents caves que, ben freds, també ajuden a reconfortar la calorada pròpia de la Festa Major. En un altre ordre de coses trobem diferents còctels, tots amb el component fred com a propi. De les barres dels actes han sortit des de barreges prou curioses a autèntiques apostes ariscades i frustrades com el cèlebre licor de pèsol que es venia un any amb el nom de Semproniana. Fora d'aquestes barres és propi i cada cop més popular, sobretot en els actes de baix a mar i amb les guinguetes d'aliades, que el mojito guanyi la partida i sigui el més buscat.



restaurant
NOU WOK
Bufet lliure

Bones Santes!

Cuina japonesa · xinesa · espanyola · mediterrànea

GRAN VARIETAT DE SUSHI



HORARI: Dilluns a diumenge:

De 13:00 hs a 16:00 hs

De 20:30 hs a 24:00 hs

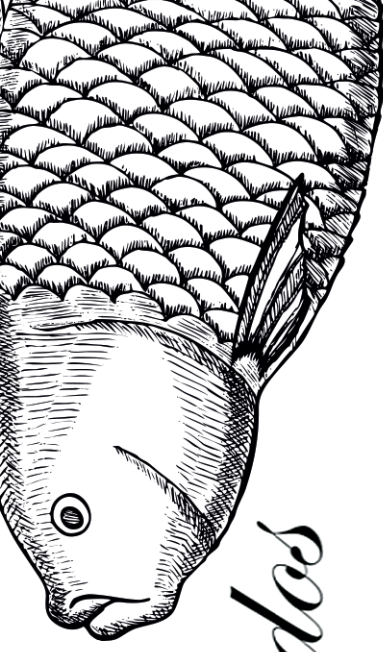
**Excepte dimarts
i dimecres nit - TANCAT**

OBERT TOTS ELS DIES DE L'ANY

C/. Carrasco i Formiguera, 9 - (Pla d'en Boet)

Mataró, T 93 510 43 57

nouwokmataro.com



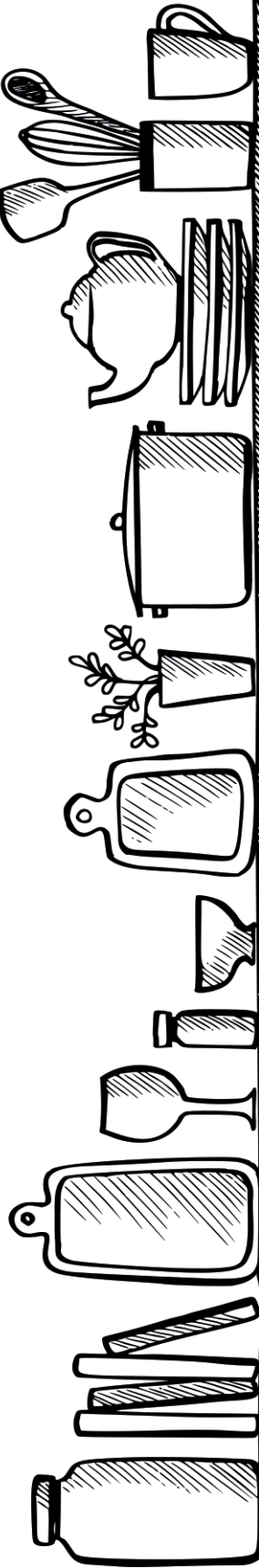
Seis Sentidos

Restaurant

Os desea unas BONES Santes!

Venid a disfrutar de los mejores platos de nuestros menús
y de la "Happy Hour" (2x1 en cócteles)
de 18:30h a 19:30h, con y sin alcohol

Disponemos de terraza con capacidad para 30 personas.



Els tomàquets ecològics són més nutritius

I també tenen més compostos polifenòlics. Així ho demostra un estudi dut a terme durant dos anys amb dos tipus de tomàquets: estàndard i cirerol

Alimentació: Redacció

■ El 2012 un equip d'investigadors de la Universitat de Ciències de la Vida de Varsòvia (Polònia) va analitzar el contingut d'antioxidants dels tomàquets, que com és sabut en contenen un alt nivell: vitamina C, polifenols (incloent-hi flavonoides) i carotenoides (com el licopè i el betacarotè). En l'estudi es va tenir en compte que alguns treballs ja havien mostrat que els fruits ecològics tenien un nivell més alt de compostos bioactius que els no ecològics, però que no tots els estudis eren consistents respecte d'això. Advertien que els nivells de carotenoides i compostos fenòlics són molt variables i es poden veure afectats per la maduresa, el genotip i el cultiu.

L'objectiu de la recerca era comparar els efectes dels sistemes de producció ecològica i no ecològica sobre les propietats químiques



i els compostos fenòlics de dues varietats diferents (estàndard i cirerol) en dos anys (dues estacions de creixement) en tres cultius ecològics i en tres de no ecològics.

Són més nutritius

El resultat del primer any va mostrar que els ecològics tenien un quocient més alt de sucres reduïts/àcids orgànics i contenien un nivell significativament superior de sucres totals, vitamina C i flavonoides totals (3-quercetinarutinosida

i miricetina) en comparació amb els no ecològics. El segon any, els ecològics contenien significativament més vitamina C, quercetina 3-O-glucòsid i àcid clorogènic, miricetina i kaempferol que els no ecològics.

La conclusió és que el sistema de producció ecològica afecta els paràmetres de qualitat, com el valor nutricional i el contingut de compostos fenòlics, i que el segon factor determinant és el tipus de tomàquet.



SUPERMERCATS
veritas
MENJAR DE VERITAT

T'ajudem a menjar millor i a viure millor

*Bones
Santes!*

C. Nou 27, Mataró
T 93 790 30 40

De dilluns a dissabte
de 9 a 21h. tot l'any
Servei a domicili

L'App útil!

CONTANDO ALIMENTOS CON LENNY



Els diabètics, en particular els nens i els seus pares, tenen d'aliada aquesta aplicació que permet saber a l'instant els carbohidrats dels aliments. Permet al diabètic organitzar al costat del seu metge una dieta d'acord amb el seu

perfil i controlar el consum de sucre. No és exclusiva per nens però en certa manera està enfocada en aquest segment de pacients i en els seus pares, perquè s'iniciïn, d'una manera atractiva, en el coneixement dels aliments.

LA RECEPTA

DE **veritas**
SUPERMERCATS
MENJAR DE VERITAT

BRUSCHETTA AMB TOMÀQUET AL FORN I TÀPERES

Bruschetta amb tomàquet al forn i tàperes, un entrant tradicional d'origen italià molt saludable que et proposa Green Mama. El secret d'aquesta recepta és la qualitat i l'autenticitat dels seus ingredients bàsics: pa artesà, tomàquets frescos, oli d'oliva verge...



Ingredients

13

- 20 – 25 tomàquets cirerol
- 4 llesques de pa d'espelta integral
- 1 avocat
- Formatge de cabra
- Un grapat de tàperes
- Alfàbrega fresca
- Fulles d'enciam
- Pebre negre
- Orega
- Romaní
- Sal rosa de l'Himalaya
- Oli d'oliva verge

Elaboració

1. Encén el forn a 180°C i mentre s'escalfa, renta i asseca els tomàquets. Reserva'ls.
2. Folra una safata de forn amb paper de cuina. Col·loca-hi els tomàquets i condimenta'ls amb una mica de sal, pebre negre acabat de moldre, orega i un rajolí d'oli d'oliva. Cou-los durant 30 minuts o fins que estiguin fets.
3. Torra les llesques de pa a la graella del forn amb una mica de romaní, oli i sal. Quan estiguin llestes posahi per damunt el formatge de cabra tallat en tires primes perquè es fongui lleugerament.
4. Munta la bruschetta afegint una mica d'avocat tallat en tires, els tomàquets rostits al forn, les tàperes, l'alfàbrega fresca i les fulles d'enciam.
5. Finalment, tira-hi una mica d'oli i pebre negre acabat de moldre.


CONCURS



Instagram
#totataula

El Concurs d'Instagram del #totataula no para de créixer en participació setmana rere setmana amb més de 3.000 participants. En motiu de Les Santes, aquesta setmana tripliquem el nombre de premis i fem una crida especial a participar-hi etiquetant tot tipus de plats de Festa Major o similars.

Abans, però, repassem els sis guanyadors d'aquesta setmana i donem la benvinguda als nous establiments que se sumen a la família #totataula

 mgonzalez74 | Instagram



GUANYA
EL PREMI DE
MUETA

"El pastel de cumpleaños que me hizo mi mujer, impresionante"

 rratmarin | Instagram



GUANYA
EL PREMI DE
SWEET DREAMS

"Crema de hinojo"

★ TAVERNERS ★
TONI 3
DES DE 1982

Cuina permanent de 12 a 24h

Passeig del Callao, 17 · Port de Mataró

 www.restaurantetoni.es · 937 902 417



sson_e_80

Instagram



GUANYA
EL PREMI DE
TAO BEACH

"Amanida de bacallà"

fotiqui

Instagram



GUANYA
EL PREMI DE
EL PATI GUANYABENS

"Tomàquets amb alfabrega del nostre pati"

cansaladaviada

Instagram



GUANYA
EL PREMI DE
CA LAGUSTINA

"Festa major"

natiiva

Instagram



GUANYA
EL PREMI DE
CA LA CECI

"Caneló de rostit amb salsa de ceps i foie"



Us desitgem
molt
Bones Santes!



PARTICIPA I GUANYA PREMIS A:

CONCURS

Instagram
#totataula

**14 Premis
especials!**

El #totataula de Les Santes ve carregat de premis. Aquesta setmana i de forma excepcional són **14 els establiments** que col·laboren amb el concurs d'Instagram i aporten premis per les millors fotografies fetes i etiquetades amb #totataula.

Amb més premis que mai: bon profit i bones Santes!



FOGONS
Plaça Cuba, 21
Mataró



ESPINALER
Camí Ral, 1
Vilassar de Mar

**THEOPEN
PIZZA**

THE OPEN PIZZA
Carrer Nou, 14
Mataró

Seis Sentidos
Restaurant

SEIS SENTIDOS
Via Europa, 98
Mataró

Recordeu que per poder optar als premis del concurs cal ser seguidor del Tot Mataró i Maresme a Instagram

@totmataro



C. Barcelona, 33 · Mataró
T. 937 906 162 / M. 684 123 641
elpatimataro@gmail.com



**MENÚ
MIGDIA**
de Dilluns a Divendres

8'95€
IVA inclòs

**MENÚ
DISSABTE**

12'50€
IVA inclòs

#totataula



TASTA-TU

Carrer Jaume Isern, 39
Mataró



TUBAU

Carrer Sant Francesc d'Assis, 12
Mataró



MUETA

Via Europa, 17
Mataró



PATI GUANYABENS

Carrer Barcelona, 33
Mataró



Ca la Ceci

CA LA CECI

Carrer Joan Maragall, 5
Mataró



TAO BEACH

Platja del Callao, s/n
Mataró



ORIGENS

Carrer Nou, 26
Mataró



LA BURGUESA

Carrer Estrasburg, 5
Mataró



GAUDIUM

Muralla de Sant Llorenç, 22
Mataró



SWEET DREAMS

Carrer d'En Pujol, 39
Mataró





És rica en potassi important per moltes funcions, per exemple pel bon funcionament del cor i l'equilibri àcid base de l'organisme. També conté vitamina C i carotenoids o també anomenada provitamina A, amb propietats antioxidants. A més conté silici i biotina, dos components que intervenen en la salut dels teixits, per exemple el silici es creu que pot ser beneficiós per la densitat òssia i la biotina intervé entre moltes altres funcions en el creixement cel·lular. Un dèficit d'aquesta es pot veure reflectida en una debilitat a les ungles i el cabells.

La xíndria és una fruita que pot donar sensació de sacietat ràpidament pel contingut d'aigua, per tant pot ser recomanada en dietes hipocalòriques, és a dir, amb restricció calòrica.

Pròpia de Les Santes

La xíndria és la gran fruita de Les Santes. Precisament perquè és tan refrescant, està molt associada als diferents àpats de la Festa Major i especialment a la nit del 27, després dels focs, quan se'n serveix a la ballada de sardanes. Abans, quan aquesta es feia a baix a mar, encara es globalitzava més el consum

de xíndria. Actualment cal anar a la Plaça de Santa Anna per poder gaudir d'aquesta fruita.

Més enllà d'aquesta aparició, trobem xíndries en cartells de Santes, en nombroses parades de Matinades o als àpats familiars.

No només es pot menjar xíndria per postres: la seva presència millora amanides, batuts o sopes com el gaspatxo: imprescindible a la dieta estival!

www.sweetdreamspastisseria.com
 c/d'en pujol 39 - Mataró Tel +34 622 386 226
 De Dimarts a Dissabte de 10h a 14h i de 17h a 20.30h

Una cervesa especial per Santes

El Molta Malta serveix la **'i 15!'** per segon any després de la bona acollida del 2017 i hi afegeix una nova varietat torrada

Beguda: Redacció

■ Per Festa Major hi ha vida més enllà de la cervesa de marca comercial servida de barril de batalla a les barres d'un acte. Des de l'any passat, el Molta Malta es proposa enriquir el panorama cerveser de Les Santes amb la **'i 15!'**, una cervesa que ja va servir l'any passat per Festa Major i que va tenir molt bona acollida. En aquest punt del carrer d'en Xammar es cultiva la cultura de la cervesa artesana i és per això que proposen aquesta cervesa de tipus pils, fàcil de beure i amb un 4,5 per cent de graduació per "calmar la set".

Aquest any, però, també amplien gamma i ho fan amb una Dubbel Malta. Es tracta d'una cervesa torrada d'estil belga, amb força més cos i aroma feta aquest any en motiu del primer aniversari del nou local del Molta Malta. Qui en vulgui, la podrà prendre a doll.



VINE A TASTAR LA **DUBBEL MALTA** I LA **'I 15!'**
CERVENSA ARTESANA ELABORADA EXCLUSIVAMENT PER A LA FESTA MAJOR

GLÒRIA A LES SANTES!

C. d'en Xammar 5, Local 2 – Mataró www.moltamalta.cat



Quina he d'escollir per Les Santes?

Les cerveses de baixa graduació i refrescants són les òptimes per la calor

Beguda: Redacció

■ Algú no massa acostumat als diferents tipus de cervesa pot passar seriosos maldecaps a l'hora de respondre a la pregunta: i amb quina cervesa em quedo? Cada cop són més varietats, marques, tipologies i les neveres de molts bars són col·leccions senceres de referències. Per això hem preguntat a l'Adria Felisart, del Molta Malta,

quina hauria de ser una cervesa que més enllà dels gustos de cadascú fos especialment adient per la Festa Major de Les Santes. Són dies xafogosos de mena i segur que el paladar ens pot demanar quelcom concret.

Felisart no dubta en recomanar "o bé les gose o les sours", explica que "són cerveses lleugerament àcides que molts cops hi afegeixen fruites

com llima, guaiaia, síndria, mango o altres i que són realment refrescants". En aquest sentit recomana aquest tipus de cervesa que tendeix a una graduació baixa, entre el 3 i el 4 per cent.

De cara als sopars, berenars o vermuts de Santes, és recomanable prioritzar la qualitat, i també una certa descoberta de nous gustos i referències, a la quantitat.



**TASTA
& TU**

Gaudeix de les Santes
que nosaltres cuinem per a tu!!

Glòria a les Santes!

RESERVES: T 937 989 702
C/ Jaume Isern, 39 local, Mataró



Rom cremat a l'estiu?

Sabies que el beuratge típic de la nit d'Havaneres a la platja, tot i i ser de rom i associat a Cuba, és d'origen català?

Cuina: Redacció

■ El rom cremat és una beguda alcohòlica feta amb rom, cafè en gra, sucre, pell de llimona i espècies, sobretot canyella. Un cop ajuntats tots els ingredients dins una cassola de terra, el rom s'escalfa i s'encén uns deu minuts perquè perdi una part de l'alcohol. Després, bo i calent, ja es pot servir.

El rom cremat és la beguda que tradicionalment acompanya les cantades d'havaneres a casa nostra, i era la que solien beure els mariners al matí per fer-se passar el fred. És un beuratge universal que, a poc a poc, es va anar estenent des del litoral per tot el país, també terra endins.

Beguda catalana

Aquesta reconfortant beguda a base de rom, que tot i beure's calenta és típica de les nits d'Estiu,



Padilla  Moldero



Pernils, formatges i embotits
amb denominació d'origen

*Preparem safates de formatges
i embotits, a punt per
servir a taula.
Plats preparats.*

**El 27 de juliol obrim al matí
Amb el tradicional
arròs caldós amb llamàntol**

*Espatlla d'enceball
(tallada i envasada al buit)* **64'90€**
peça

**Bones
Santes!**



OBERT A L'AGOST

C/ Santa Maria, núm. 1 · 08301 Mataró (centre històric) · Telf: 93 790 16 25



està embolcallada amb la llegenda i l'aroma del Carib, de la Cuba de les havaneres, les palmeres, el rom i les mulates, que els americanos, indians i mariners reflectien en les seves nostàlgiques i cadencioses cançons. De Torrevella a Cadaqués, de Maó a Vilanova i la Geltrú hi ha, encara presents, aquestes reminiscències, en forma de cors que canten havaneres.

El cremat (dit també rom cremat) però, és originari de la Costa Brava, si bé ha assolit una gran difusió arreu. Malgrat aquesta evocació antillana, però, encara avui la marca

de rom més famosa del món, exiliada de Cuba, porta un nom català, Bacardí. També el sucre té un origen relacionat amb Catalunya, ja que els àrabs varen dur la canyamel (el bonic nom valencià a Gandia; de "trepitjar" la canya, a més, en ve el "trapiche" cubà...). I, si no fos prou, un dels grans havans és també de nom català (la família Partagàs és d'Arenys, on es conserva la seva partida de naixement, redactada en català).

Rom Pujol

A Catalunya, altrament, una casa comercial encara existent fabrica

rom des del 1818. Aquesta beguda, abans de l'auge del brandy, fou molt popular, tant begut sol, com cremat o calent, com formant part del 'carajillo' o cigaló. Era costum, entre els nostres avis, cremar el rom en el propi got o copa característica, de vidre gruixut.

Hi ha molta gent que únicament beu rom cremat per Santes, la nit del 24 a la cantada d'Havaneres. És típic, també, de col·leccionar-ne el got de terrissa.

fogons
Restaurant

Menjar tradicional i tapes per a compartir

Bones Santes!



Secret ibèric de porc amb arròs venere i salsa de vi (plat de carta)

Horari: Oberts de dimarts a dissabte de 13:00 a 15:45h i de 20:30 a 23:00h
Plaça de Cuba núm. 21 · Mataró · Tel. Reserves: 930 233 714

I per què no quedem al Port?

Amb l'àmplia oferta de taules, aparcament i molt pròxim als actes que es fan a la platja: bona elecció

Restaurants: Redacció

■ I al Port? Heu pensat a anar-hi a dinar o sopar aquests dies? És una opció la mar de competitiva i amb nombrosos avantatges. El Port de Mataró està en ple procés de redefinició i segurament no renedeix al màxim de les seves capacitats però segueix sent un dels pols de concentració d'hostaleria més importants de la ciutat.

Els establiments tenen capacitat, asseguren qualitat, donen bona ubicació i –atenció– molts d'ells permeten d'aparcar amb l'àpat. Si s'hi afegeix la ubicació, la primera línia de mar o que molts dels actes importants són propers –des del concert de Rosario al de Txarango, els Focs del 27, les Havaneres...– el Port i els seus restaurants cobren cotització a l'alça per ser escollits per un sopar o un dinar.

Val la pena passejar pel Port i tenir-lo en compte. Compteu amb reservar taula perquè, de ben segur, no sereu els únics en llegir aquestes línies.



Cal Franc *Bones Santes!*

Arroces · Tapas

De martes a domingo
de 10 a 17h

Gran variedad
y ofertas en:

Tapas

Vermuts

Menús



Reservas: 632 915 225 · Puerto de Mataró (al lado de Hotel Atenea)



I si no m'agraden Les Santes? Aprofita!

Hi ha grans eixos comercials i de concentració de bars i restaurants aliens a la massificació d'aquests dies

Restaurants: Redacció

■ Hi ha molta gent a qui no li agraden les festes en general o Les Santes de Mataró en particular. Pot semblar que només es parli en clau de restaurants a la ciutat en base a la programació de la Festa Major quan la veritat és que precisament per la concentració de la major part d'actes en zones molt concretes –el Centre, el dos Parcs i el front de mar– hi ha moltes zones de la ciutat on podrem fer vida tranquil·la,

aliena als petards, el soroll, els talls de carrer i als actes que ocupen la via pública.

A Mataró trobem bona hostaleria per tota la ciutat i durant aquests dies podrem gaudir sense patir per la influència de Les Santes, per posar exemples, a la zona del Pla d'en Boet, a Cerdanyola, a Molins i el Mataró Parc o a la Via Europa, que cada cop es consolida més com a zona emergent amb locals molt ben situats als rànquings.

TUBAU XARCUTERS

Xarcuters des de 1966

Bones Santes!

I RECORDA QUE...

PER SANTES CUINEM PER A TU!!!
MENÚ ESPECIAL SANTES PER ENDUR

ENCÀRRECS : 937 907 939

C. SANT FRANCESC D' ASSÍS 12, MATARÓ  



Creix la importància econòmica de l'hostaleria a Mataró

En deu anys l'ocupació mataronina en el sector ha crescut més d'un 30 per cent i les últimes dades reforcen el pes que té en l'economia local

Economia: Redacció

■ Que Mataró és una ciutat cada cop més abocada a l'hostaleria i que aquest sector és important econòmicament és una afirmació que no requereix de massa base en forma de dades. N'hi ha prou amb veure la proliferació de locals per entendre que com a sector econòmic està creixent i molt. Les dades de l'últim Observatori del Mercat de Treball de l'Ajuntament, però, ho reforcen. I és que agafant el darrer mes, el juny, com a referència, es comprova el pes que té la restauració en propiciar que Mataró registri la taxa més baixa a meitat d'any des del 2009.

Més de 2.000 persones

El primer trimestre de 2018, el sector de la restauració ocupava



www.carnsasturgo.com

Bones Santes!



- Productes naturals, d'elaboració pròpia criats a la nostra granja de Cardedeu.
- Carn de vedella, xai, cabrit i pollastre.
- Elaborats propis, precuinats i cuinats.

CARNISSERIA:

Plaça Gran, 2 Bis. Mataró · T 93 790 26 62

POLLASTRERIA:

Al rengle, parada 8/9 (davant Carnisseria) · T 93 790 58 44



un total de 2.040 persones assalariades i 774 persones autònomes a Mataró, segons dades del Departament de Treball i Afers Socials, que representen sobre el total el 6,36% i el 9,9%, respectivament. Des de l'any 2008, el nombre de persones assalariades en aquest sector ha augmentat en +520, que en termes relatius representa una variació del +34,21%.

A principis d'any, el nombre total d'establiments del sector de l'hostaleria i la restauració de Mataró era de 721, segons dades de la base de la brossa comercial. Els

restaurants, amb 137 establiments, representen el 19% d'aquest sector. Els restaurants de dues, tres i cinc forquilles -25 en total- representen el 18,2% del total de restaurants de la ciutat.

Bones dades

Mataró ha tancat el mes de juny amb les millors dades de desocupació registrades en un mes de juny des de 2009. Segons l'avenç de l'Observatori del Mercat de Treball de Mataró, al final del mes passat la ciutat tenia registrats 8.571 aturats, una taxa del 14,04%. Aquesta xifra representa una davallada de

283 persones respecte al mes de maig, amb un descens relatiu del 3,20%. Pel que fa a la comparació interanual, l'atur registrat a Mataró s'ha reduït en 668 persones, fet que en termes relatius significa una davallada del 7,23%.

A principis d'any, el nombre total d'establiments del sector de l'hostaleria i la restauració de Mataró era de 721, segons dades de la base de la brossa comercial

BOCATERIA
DESIG
 VERMUTERIA

*Especialitat en entrepans
 amb pa de coca i tapes*

**Avda. Maresme, 341
 M 938 537 939**



A la fresca

La clau de l'alimentació a l'estiu és refrescar el nostre cos i no de refredar-lo de forma sobtada

Si sou servits: Francesc Murgadas

■ Ha arribat el temps de la calor. I amb ella, la necessitat de refrescar el nostre cos. Una necessitat que solem atendre, per fora i per dins, recorrent a ambients i productes com més freds millor. Una pràctica sobre la qual valdria la pena reflexionar una mica.

Perquè del que es tracta, no és de refredar el nostre cos de forma sobtada sinó de refrescar-lo, és a dir, dur-lo i mantenir-lo a una temperatura que ens aporti benestar. No es tracta de ficar-nos en una nevera sinó trobar un ambient fresc on poder descansar o treballar amb comoditat.

A l'hora de menjar, aquesta reflexió és important. Perquè, de la mateixa manera que, quan tenim fred, ens ve de gust una sopa calenta, però no bullent i que ens cremi la



Bones Santes!



MARTA
CARNISSERIA & XARCUTERIA
Menjars Cuinats

TANCAT PER VACANCES DEL 28 DE JULIOL AL 20 D'AGOST

Rda. Alfons X el Savi, 143 baix · T. 93 013 39 48 · Mataró



SERVEI A DOMICILI



boca, quan tenim calor, ens agraden preparats frescos, no bocins de gel mastegats que deixin les dents adolorides i la boca insensible. El fred excessiu adorm les papil·les gustatives i frena els plaers del gust. Per alguna cosa hom pren els licors d'alta graduació molt freds.

Evitar desequilibris

El secret és evitar desequilibris i canvis sobtats. Respectar els mecanismes del nostre cos. Exemples no en manquen. Prendre una dutxa molt freda pot refredar el nostre cos superficialment, però va seguit d'un rescalfament quan la

calor interna, que segueix present, aflora. Un procés que l'assecat superficial, sovint amb fregat enèrgic de tovallola, afavoreix. És molt més refrescant deixar que l'aigua superficial es vagi evaporant, arrossegant aquella calor corporal.

Per això els nostres avis, quan queia la tarda, posaven la síndria al safareig d'aigua fresca i, unes hores després, la partien per la meitat i la deixaven una estona abans de tallar-la i repartir-la entre els que compartien les hores fresques del capvespre. Deixant que la fruita evaporés part de la seva aigua,

refrescant així la polpa dolça abans de ser consumida. Un enèsim plaer que tenien i poden seguir tenint els vespres d'estiu, un cop superada la calor del dia i mentre esperem posar el nostre cos a la temperatura adient per anar al llit.

"El fred excessiu adorm les papil·les gustatives i frena els plaers del gust. Per alguna cosa hom pren els licors d'alta graduació molt freds"

TheOpen

Pizza al tall

Per les Santes de Mataró

Barra lliure de cervesa amb la porció!



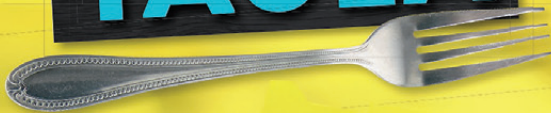
C. Nou 14 Mataró · TAKE AWAY & DELIVERY · T 936 670 969

tot

A

TAULA

*food
&
drinks*



especial **Santes**

el tot **MATARÓ**
I MARESME

Grup de comunicació **eltot.cat**



tot MATARÓ.CAT

 portalmataró.com

FOSBURY
LA REVISTA DE TOT L'ALTRE ESPORT

TOTESPORT.CAT
XARXA DE WEBS ESPORTIVES DE CATALUNYA