



Bienvenus sur la Côte de Barcelona-Maresme

Bienvenus sur la Côte de Barcelona-Maresme, une région au climat excellent à visiter toute l'année. Elle présente non seulement la richesse d'une zone touristique mondiale connue avec des plages d'une beauté méditerranéenne et des ports de plaisance vivants, mais aussi la culture, la gastronomie et les traditions de ses fêtes populaires, sans oublier la végétation de ses deux parcs naturels.

El Maresme est l'un des plus grands « potagers » du pays. C'est en effet une région proposant de nombreux produits frais, comme le prouvent les plus de 50 journées gastronomiques programmées tout au long de l'année et qui témoignent bien de la richesse et de la diversité de la culture culinaire de la région. Quelques uns de ces produits se sont forgé une réputation, comme par exemple les petits pois dits « pèsols de la floreta » et les pois dits « garrofals » cultivés vers Sant Andreu de Llavaneres, Caldes d'Estrac et Mataró; ou encore les fraises de La Vallalta et les cerises d'en Roca d'Arenys de Munt (au printemps); la tomate rose du Maresme (l'été); les calamars, les gambas, les langoustines et les praires d'Arenys de Mar; les haricots secs dits « fesols del ganxet » de Malgrat de Mar et Palafolls; sans oublier les champignons du Baix Maresme (à l'automne).

La cuisine -où prédominent les « suquets de peix » (plats en sauce à base de poissons et fruits de mer) et les « estofats » (version catalane de nos ragouts) élaborés avec les légumes de la région- est sublimée par: la Denominació d'Origen d'Alella (équivalent à l'Appellation d'Origine contrôlée en France), notamment réputée pour la qualité de ses vins blancs.

La DO Alella est une vigne urbaine, se trouvant entre la mer et la montagne. La variété de vigne la plus caractéristique est le raisin blanc. Les vins blancs, représentant la production majoritaire, sont le résultat de la combinaison des vertus de différentes variétés de raisin. Pour découvrir les secrets de cet excellent vin, on peut visiter l'une des caves. On peut également assister en septembre à la Fête des vendanges et en novembre aux Journées gastronomiques du raisin et du vin DO Alella, organisées par plusieurs municipalités du Maresme.

Pour de plus amples renseignements, vous pouvez télécharger le **Guide du Maresme sur votre téléphone portable**:

- > SMS « Maresme » au 5195 (0,15 euros + TVA)
- > URL sur le portable <http://mobi.baturamobile.com/maresme>
- > Bluetooth, en vous rendant au siège du Consorci
- > Du PC au téléphone portable : plus de renseignements concernant le téléchargement en fonction du modèle de téléphone, sur le site Web du Consorci

www.costadebarcelonamaresme.cat

Nous vous souhaitons un agréable séjour sur notre territoire et espérons qu'à l'issue de votre voyage, vous connaîtrez un peu mieux El Maresme.



Foto: Publintur



Journées gastronomiques dans la région du Maresme

FEVRIER

- «Sopa de recapte» (sorte de bouillon de pot-au-feu) à Arenys de Mar
- Journées de cuisine typique de la Vall d'Aran à Cabriels

MARS

- Journées gastronomiques de printemps: «La Pesolada» (événement gastronomique consacré au petit pois) à Caldes d'Estrac
- Journées gastronomiques autour de la spécialité de Mataró: la seiche aux petits pois et pommes de terre à Mataró
- Journées gastronomiques du petit pois du Maresme à Mataró, Cabriels, Sant Andreu de Llavaneres et Vilassar de Mar
- Semaine de la morue à Pineda de Mar

AVRIL

- Journées gastronomiques de printemps: «La Pesolada» (événement gastronomique consacré au petit pois) à Caldes d'Estrac
- Journées gastronomiques autour de la spécialité de Mataró: la seiche aux petits pois et pommes de terre à Mataró
- Journées gastronomiques du petit pois du Maresme à Mataró, Cabriels, Sant Andreu de Llavaneres et Vilassar de Mar
- Fête du petit pois à Sant Andreu de Llavaneres
- Journées gastronomiques de la fraise de La Vallalta dans le Maresme, à Arenys de Munt, Canet de Mar, Sant Cebrià de Vallalta, Sant Iscle de Vallalta et Sant Pol de Mar

MAI

- Journées gastronomiques de la fraise de La Vallalta dans le Maresme, à Arenys de Munt, Canet de Mar, Sant Cebrià de Vallalta, Sant Iscle de Vallalta et Sant Pol de Mar
- Fête de la fraise à Arenys de Munt, Sant Pol de Mar, Sant Cebrià de Vallalta
- Foire commerciale et gastronomique à El Masnou
- Rendez-vous culinaire à Santa Susanna

JUIN

- Journées gastronomiques de la cerise d'en Roca à Arenys de Munt
- Fête de la cerise d'en Roca à Arenys de Munt
- Journées gastronomiques de la Fête «Renaixentista» à Calella (La Renaixença est une période de l'histoire de la Catalogne remontant au XIXe)
- Cuisine de printemps à Pineda de Mar

JUILLET

- Dégustation d'été à Vilassar de Mar
- Journées gastronomiques de la cerise d'en Roca à Arenys de Munt
- Journées gastronomiques de la tomate du Maresme à Premià de Mar, Caldes d'Estrac, Premià de Dalt, Mataró, Cabriels, Sant Andreu de Llavaneres, Arenys de Mar et Argentona



Consorti de Promoció Turística Costa del Maresme

93 741 11 61
www.costadebarcelona.maresme.cat

Arenys de Mar

93 792 26 01
www.arenysdemar.cat

Caldes d'Estrac

93 791 05 88
www.caldetes.cat

Calella

93 769 05 59
www.callellabarcelona.com

Canet de Mar

93 794 08 98
93 794 39 40
www.canetdemar.cat

Malgrat de Mar

93 765 38 89
93 765 56 80
www.turismemalgrat.com

El Masnou

93 540 62 00
www.elmasnou.cat

Mataró

93 758 26 98
www.mataro.cat

Pineda de Mar

93 762 50 38
www.pinedademar.org

Sant Pol de Mar

93 760 45 47
www.santpol.cat

Santa Susanna

93 767 90 08
www.stasusanna-online.com

Teià

93 540 93 50
www.teia.net



Sant Pau



Hispania

Des restaurants étoilés par le guide Michelin

Sant Pau

Carrer Nou, 10
Sant Pol de Mar
Tel. 93 760 06 62

*

Hispania

Carretera Real, 54
Arenys de Mar
Tel. 93 791 04 57

AOUT

- Foire gastronomique, commerciale et d'artisanat à Cabrils
- Journées gastronomiques de la tomate du Maresme à Premià de Mar, Caldes d'Estrac, Premià de Dalt, Mataró, Cabrils, Sant Andreu de Llavaneres, Arenys de Mar et Argentona

SEPTEMBRE

- Fête des vendanges à Alella et Cabrera de Mar
- Fête de la bière «OKTOBERFEST» à Calella
- Journée gastronomique de la cuisine ibère à Premià de Dalt

OCTOBRE

- Journées gastronomiques Calamarenys (consacrées au calamar) à Arenys de Mar, Arenys de Munt, Caldes d'Estrac, Canet de Mar et Sant Vicenç de Montalt
- Journées gastronomiques de la cuisine du champignon dans le Maresme à Arenys de Munt, Vilassar de Dalt et Sant Vicenç de Montalt
- Marché du champignon à Cabrils, Premià de Dalt, Sant Iscle de Vallalta, Teià, Vilassar de Dalt
- Fête de la bière «OKTOBERFEST» à Calella
- Marché du champignon et du navet à Vilassar de Dalt
- Exposition gastronomique au Marché de la Mer à Premià de Mar

NOVEMBRE

- Journées gastronomiques de la cuisine du champignon dans le Maresme à Arenys de Munt, Cabrils, Sant Vicenç de Montalt, Sant Iscle de Vallalta, Premià de Mar, Palafolls et Mataró
- Journées gastronomiques des champignons à Mataró
- Dégustation et marché aux champignons à Premià de Dalt
- Journées gastronomiques du raisin et du vin DO Alella (DO étant l'équivalent d'AOC): Alella, El Masnou, Montgat, Premià de Dalt, Premià de Mar, Teià, Tiana, Vallromanes et Vilanova del Vallès
- Journées gastronomiques du haricot sec dit «fesol del Ganxet» à Malgrat de Mar





Journées gastronomiques dans la région du Maresme

- Journées gastronomiques du haricot sec dit mongeta del ganxet: «La Mongetada» à Caldes d'Estrac
- Ateliers pratiques sur l'élaboration du «Relleno» (spécialité de pomme farcie de viande) à Arenys de Munt
- Foire du «Relleno» (voir explication ci-dessus) à Arenys de Munt
- Foire au vin nouveau à Argentona
- Promotion des spécialités à Sant Andreu de Llavaneres
- Automne gastronomique à Pineda de Mar

DECEMBRE

- Journées gastronomiques de la cuisine du champignon dans le Maresme à Palafróls, Premià de Mar
- Journées gastronomiques du haricot sec dit «fesol del Ganxet» à Malgrat de Mar

Fêtes populaires

JANVIER

- «Escudellada» pour tous (l'escudella est le pot-au-feu catalan) à Sant Vicenç de Montalt

FÉVRIER

- «Sardinada» pour tous (grillade populaire de sardines) à Premià de Dalt
- «Botifarrada» pour tous (grillade de saucisses) à Arenys de Mar
- Marché-dégustation d'omelettes à Santa Susanna
- «Escudellada» pour tous (voir explications ci-dessus) à Pineda de Mar

MARS

- «Calçotada» pour tous à Pineda de Mar (La calçotada est un repas à base de calçots, des oignons nouveaux que l'on trempe dans une sauce à base de tomates, amandes et huile d'olive et qui accompagnent des grillades)
- «Calçotada» pour tous à Premià de Dalt

AVRIL

- «Carxofada» pour tous (dégustation d'artichauts) à Pineda de Mar
- Concours de paellas à Arenys de Munt
- «Bunyolada» pour tous (dégustation de beignets) à Calella
- «Fesolada» pour tous (dégustation de plats à base haricots secs) lors de la foire/marché des Rameaux à Tordera
- «Arrossada» pour tous (dégustation de spécialités à base de riz) à l'occasion de la fête patronale à Vilassar de Mar

MAI

- «Arrossada» pour tous (dégustation de spécialités à base de riz) à Sant Cebrià de Vallalta
- «Arrossada» pour tous (dégustation de spécialités à base de riz) à Premià de Dalt
- «Maduixada» pour tous (dégustation de fraises) à Sant Pol de Mar
- Concours d'omelettes à Cabriels
- «Arrossada» pour tous (dégustation de riz) à Cabriels
- Concours d'aioli et «botifarrada» pour tous (grillade de saucisses) à Calella





- «Fesolada» pour tous (dégustation de plats à base de haricots secs) à Pineda de Mar
- «Musclada» pour tous (dégustation de moules) à Pineda de Mar
- Concours de pâtisseries aux fraises à Sant Pol de Mar
- «Arrossada» pour tous (dégustation à base de riz) à Tordera

JUIN

- Tous à dîner à l'occasion du «Rebombori» (Tintamarre) à Premià de Mar
- Marché aux coques faites maison (les coques sont des fougasses typiquement catalanes) à Pineda de Mar
- Menus de fête patronale à El Masnou
- Fête du riz à Alella
- Concours de paella et « arrossada » pour tous (autres spécialités à base de riz) à El Masnou
- «TAST» : foire de la gastronomie et du vin à Tiana

JUILLET

- «Musclada» pour tous (dégustation de moules) à Canet de Mar
- Cuisines du monde à l'occasion de la fête patronale à Premià de Mar
- «Botifarrada» pour tous (grillade de saucisses) à l'occasion de la fête patronale à Premià de Mar
- Paella pour tous à l'occasion de la fête patronale à Premià de Mar
- «Sardinada» pour tous (grillade de sardines) à l'occasion de la fête patronale à Premià de Mar

AOÛT

- «Sardinada» (grillade de sardines) lors de la « Nuit Marine » à Calella
- «Botifarrada» pour tous (grillade de saucisses) à Pineda de Mar
- «Sardinada» pour tous à l'occasion de la fête patronale à Pineda de Mar
- Pain à la tomate et autres délices à déguster lors de la fête patronale à Vilassar de Dalt

SEPTEMBRE

- Concours de course d'escargots à Canet de Mar
- Concours d'arròs a la cassola et paella géante à Calella (*l'arròs a la cassola est une recette de paella à base de viande et poisson présentée dans un plat en terre cuite*)
- «Sardinada» pour tous (grillade de sardines) à Sant Pol de Mar

NOVEMBRE

- Atelier et concours de « Relleno » (rappelons qu'il s'agit d'une spécialité de pomme farcie de viande) à Teia.





Recettes de cuisine

Fraise

Rouleau croustillant de poulet farci aux fraises et sa sauce aigre-douce

Ingrédients:

- 4 cuisses de poulet
- 1/2 kg de fraises « Pàjaro » de Sant Pol
- 40 ml de sauce soja
- 3/4 l de porto
- 30 ml d'huile d'olive
- Sel et poivre

Préparation:

Désosser le poulet méticuleusement, en veillant à préserver sa texture. Saler et poivrer puis laisser reposer quelques instants, le temps de nettoyer les fraises « Pàjaro » de Sant Pol puis de les découper en lamelles. Elles serviront non seulement pour élaborer la sauce mais aussi la farce.

Farcir ensuite le poulet avec des fraises, ficeler fermement le rouleau et enfourner, environ 15 minutes à 200 °C.

Le temps que le poulet cuise, faire la sauce qui donnera tout son arôme à la recette. Dans une poêle avec suffisamment d'huile d'olive, faire rissoler les fraises, puis les faire flamber avec du porto, en laissant réduire tout doucement. Rajouter la sauce soja et faire réduire un peu plus longtemps sur feu doux, tout en remuant afin de lier la sauce. Poursuivre jusqu'à obtenir une texture pratiquement confite.

Une fois le rouleau cuit et la sauce prête, disposer dans les assiettes. Pour mettre en valeur le rouleau croustillant de poulet légèrement doré, découper quelques fraises et les placer en éventail dans les assiettes. Rehausser avec la réduction aigre-douce de fraises au porto préparée auparavant.

Restaurant La Selva, Sant Pol de Mar





Champignons *Bar en croûte aux trompettes*

Ingrédients:

- 1 bar de 200 à 250 g, découpé en deux filets
- 80 g de trompettes de la mort
- 1 carré de 20x20 cm de pâte feuilletée
- Oignon
- Poivron vert et rouge
- Tomate
- Ail
- 1 pincée de persil
- Œuf
- Huile d'olive
- Sel



Préparation:

Faire dorer à feu doux tous les légumes et la tomate sans peau ni pépins. Rajouter alors les trompettes et un peu d'eau afin de les ramollir. Découper la pâte feuilletée en forme de triangle. Arroser d'huile les filets de bar et les saler. En déposer un sur le côté « large » de la pâte, placer dessus les trompettes et recouvrir avec l'autre filet comme s'il s'agissait d'un sandwich.

Enrouler le bar et rentrer les pointes de la pâte, badigeonner avec l'œuf battu et cuire au four pendant 20 minutes à 180 °C.

Il est recommandé d'accompagner ce plat avec un peu de salade ou des petits légumes à la vapeur.



Restaurant Clàssic, Dosrius



«Fesols del ganxet» (haricots secs) *Oeufs brouillés avec du foie et les haricots typiques de la ville de Malgrat «les fesols del ganxet»*

Ingrédients:

- 400 g de haricots secs de Malgrat cuits dits «Fesols del Ganxet»
- 100 g de foie de canard frais
- 2 gros œufs

Préparation:

Dans une poêle non huilée et pas trop chaude, faire cuire quelques morceaux de foie de canard frais, dont la graisse va fondre. Lorsqu'une partie de cette graisse aura fondu, placer les haricots (qu'on aura laissés tremper et faits bouillir la veille), et les faire sauter brièvement pour qu'ils prennent le goût du foie.

Faire frire les deux gros œufs, pas trop longtemps (veillant à ce qu'ils restent moelleux). Disposer les haricots et les morceaux de foie dans les assiettes, recouvrir des deux œufs sur le plat, les brouiller uniformément avec deux couteaux et servir aussitôt.

Restaurant Arc de Tapes, Malgrat de Mar

Tomate

Tomate confite «del paller» avec foie et réduction de vin Pedro Ximenez

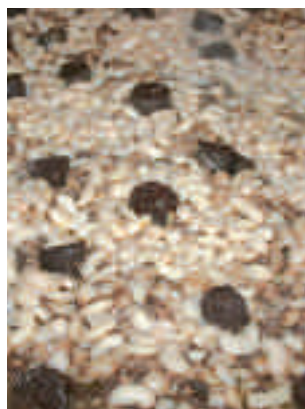
Ingrédients:

- 8 tomates
- 50 g de sucre
- Une cuillère d'anis sucré
- 200 g de foie
- Réduction de vin Pedro Ximénez
- Fleur de sel
- Un petit verre d'huile

Préparation:

Laver les tomates et les faire bouillir. Puis les peler et les découper en quartiers. Disposer ces quartiers sur une plaque de four, arroser avec l'huile et la cuillère d'anis sucré, puis saupoudrer de sucre. Mettre au four pendant environ une heure à 150 °C. Une fois les tomates cuites, servir les convives (on recommande 2 tomates par personne). Griller le foie et le déposer sur les quartiers de tomates. Pour parfaire ce plat, verser quelques traits de réduction de P.X. et parsemer de fleur de sel, selon le goût.

*El Paller Restaurant, Premià de Mar
(Le Pedro Ximénez étant un cépage blanc cultivé essentiellement dans le sud de l'Espagne)*





Petits pois *Seiche aux petits pois*

Ingrédients:

- Une seiche de 500 g
- 1/2 kilo de petits pois écosés
- 3 oignons tendres
- 2 ails tendres
- 1 verre de vin blanc d'Allella
- Un petit verre d'huile d'olive
- 1/2 litre d'eau avec du sucre
- 1 pincée de sel

Pour la préparation hachée :

- 50 g d'amandes et de noisettes
- 1 morceau de «nyora» (une variété de poivron rouge)
- 1 gousse d'ail et du persil

Préparation:

Mettre dans un plat en terre l'huile d'olive, la seiche découpée en morceaux. Lorsque l'eau de la seiche s'est évaporée, rajouter les oignons et les ails tendres, et aussitôt la tomate râpée.

Une fois cuit, mouiller avec le vin blanc. Laisser réduire. Verser les petits pois et saler. Recouvrir d'eau et de sucre. Lorsque la seiche est ramollie, rajouter la préparation hachée. Pour faire la préparation hachée : à l'aide d'un mortier, piler les amandes et les noisettes, la nyora, l'ail et le persil et allonger avec un peu d'eau.

Ce plat peut être accompagné d'aïoli.

Corporation de l'Hôtellerie et du Tourisme de Mataró et El Maresme



Morue *Carpaccio d'artichaut frais* *et morue marinée*

Ingrédients:

- 4 artichauts
- sel
- poivre
- 200 g de morue marinée

Pour faire la vinaigrette à la moutarde : vinaigre de Modène, petite cuillère à café de moutarde de Dijon, sel et poivre

Préparation:

Faire bouillir les artichauts pendant 2 minutes, les découper en lamelles et les poser dans le plat en le recouvrant complètement. Mettre dessus 50 g de morue marinée préalablement dessalée et arroser de vinaigrette, en traçant des lignes avec une douille cannellée.

Restaurant Diagonal, Pineda de Mar

