

MENGEM PÈSOLS, MENGEM SA!

Pèsol és llegum, un aliment molt valuós des del punt de vista nutricional i des de la vessant gastronòmica. Els llegums contenen nutrients beneficiosos i el seu consum regular disminueix el colesterol, els triglicèrids i promou la salut cardiovascular. Els trobem a la base de la piràmide d'alimentació saludable.

Els pèsols tenen un contingut alt en fibra alimentària, vitamines del grup B, vitamina C, proteïnes fàcilment digeribles, hidrats de carboni i minerals com el calci, el magnesi, el fòsfor, el ferro o el potassi. Són antioxidants i afavoreixen el bon funcionament del sistema nerviós i, fins i tot, ens poden ajudar a superar l'ansietat i a mantenir un estat d'ànim més positiu. A més, si parlem del pèsol fresc, és nutricionalment proper a la verdura.

Per tot això, menjar pèsols és sa i, si són de qualitat i proximitat, encara més.

El nostre pèsol és el Pèsol de Llaveneres, conegut perquè és molt bo i especialment dolç. Preservem la seva qualitat amb la marca de garantia i treballem per aconseguir la DOP, procés on els protagonistes són els productors. Com en el cas de la Coca de Llaveneres en són els seus elaboradors. A tots ells agraim que aquests productes formin part de la nostra cuina. Perquè Llaveneres té 2 productes d'alta categoria als que ret homenatge cada any amb la Festa del Pèsol: el pèsol garrofal i la coca de Llaveneres.

Aquesta primavera arribem els 20 anys de la Festa del Pèsol, novament amb la mostra gastronòmica, el taller de cuina, el sopar, la fira, el Llavamasterxef, els jocs de cucanya i la degustació popular com a activitats ja consolidades i amb un públic fidel. És possible gràcies a totes les persones que hi col·laboren, als comerciants, restauradors i productors que hi participen però també al públic assistent. A tots vosaltres us donem les gràcies per fer possible aquest 20è aniversari i us convidem a venir i celebrar-ho plegats.

Gaudiu de la Festa del Pèsol i compartiu amb nosaltres el privilegi de la qualitat dels nostres productes!

M. Teresa Vidal i Peig
Regidora de Promoció Econòmica, Empresa,
Comerç, Turisme, Consum i Noves Tecnologies

Joan Mora i Buch
Alcalde



20a FESTA DEL PÈSOL

Del 12 al 14 d'abril de 2019

mostra gastronòmica de l'1 al 30 d'abril



Logos

DIVENDRES, 12 D'ABRIL

Al passeig de la Mare de Déu de Montserrat

11.00 h Taller de cuina de pèsol garrofal a l'entorn del mercat a càrrec de la personal xef Cristina Parés de criscooks.com

Al restaurant Vil·la Minerva

21.00 h 12è Sopar del pèsol, organitzat pel restaurant Vil·la Minerva. Cal inscripció i pagament previ. Durant el sopar, **lliurament de la distinció 13è Pèsol d'Or**.
Preu: 50,00 €

DISSABTE, 13 D'ABRIL

Al carrer de Munt de 10.30 a 13.30 h

Sortida de botigues al carrer, a càrrec del Comerç Carrer de Munt

A la plaça de la Vila d'11.00 a 14.00 h i de 16.00 a 19.00 h

Passejades en poni per a infants, a càrrec de Masplanabes

Al parc de Ca l'Alfaro de 10.00 a 14.00 h i de 17.00 a 20.30 h

Fira del Pèsol. Parades de venda de pèsols i altres productes d'alimentació

De 10.0 a 13.30 h 20 anys, 20 cartells.

Descoberta dels 20 anys de la Festa del Pèsol a través de la cartelleria exposada als aparadors dels comerços locals. Porta el teu carnet segellat a l'estand de l'ajuntament i et donarem un regal! També pots penjar la teva foto a **Instagram** amb l'etiqueta #festapesol i citant el perfil d'Instagram @festadelpesol

12.00 h Actuació del Combo Absolut de l'Escola Municipal de Música Llaveneres amb versions de **música pop**

PROGRAMA

17.00 h Llavamasterxef. Concurs de cuina per a equips de totes les edats amb 3 proves: «La caixa sorpresa», «Plat de pèsol garrofal» i «Les bones postres». Categories de participació: general i júnior. 4 premis de 100,00 € cadascun.

Informació i inscripcions al web municipal

18.30 h Anem a jugar! Activitat infantil amb recuperació dels jocs tradicionals de cucanya

DIUMENGE, 14 D'ABRIL

A la plaça de la Vila de 10.00 a 14.00 h

Passejades en poni per a infants, a càrrec de Masplanabes

Al carrer de Munt de 10.30 a 13.30 h

Sortida de botigues al carrer, a càrrec del Comerç Carrer de Munt

Al parc de Ca l'Alfaro de 10.00 a 15.00 h

Fira del Pèsol. Parades de venda de pèsols i altres productes d'alimentació

11.30 h Degustació dels pèsols ofegats i coca de Llaveneres.

A càrrec de la secció gastronòmica del Casal de Llaveneres. Preu del tiquet: 5,00 € (inclou 2 tasts de pèsol+1 beguda+1 tast de postres) o 2,00 € (degustació individual)

12.00 h Lliurament dels premis del concurs de cuina Llavamasterxef

PESOLADA POPULAR

A càrrec de la secció gastronòmica del Casal de Llaveneres. Preu del tiquet: 5,00 € (inclou 1 plat de pèsols ofegats).

Durant els dos dies d'exposició i venda de productes hi haurà una parada en la qual es podran comprar els tiquets per a la degustació de diumenge.

Per participar al Sopar del pèsol cal inscripció prèvia, que es pot fer a través del formulari que trobareu al web municipal www.ajllaveneres.cat



ESTABLIMENTS PARTICIPANTS A LA DEGUSTACIÓ

PÈSOLS DE LLAVANERES

CAN JAUME www.canjaume.cat

CLUB NÀUTIC EL BALIS rteclubnauticbalis@gmail.com

EL RACÓ DE CAN PERICH www.canperich.cat

MASIA BARTRÈS www.cateringmasiabartres.com

PINS MAR www.restaurantpinsmar.com

EL RACÓ DEL NAVEGANT www.elracodelnavegant.com

LA RIERA www.lariera.restaurant

LA TAVERNA DEL PORT www.latavernadelport.com

VIL·LA MINERVA www.vil-laminerva.com

COCA DE LLAVANERES

PASTISSERIA SALA pastisseriesala@gmail.com

PASTISSERIA LLAVANERES www.pastisseriesallavaneres.com

BEGUDA

EL VERMUT www.tintoarroyo.com

HORTA GRAUPERA/EL PETIT CELLER DE LLAVANERES

www.hortagraupera.com

20a MOSTRA GASTRONÒMICA DEL PÈSOL I LA COCA DE LLAVANERES de l'1 al 30 d'abril

RESTAURANT CAN JAUME

Port Balís / Tel. 937 926 960

restaurant@canjaume.cat / www.canjaume.cat / Dimecres tancat

Menú:

Aperitiu de Can Jaume i coca torrada amb tomàquet

Calamarsets saltats amb pèsols confitats

Pèsols de Llavaneres ofegats amb botifarra negra i blanca

Coca de Llavaneres

Ampolla vi Pansa Blanca, Raventós DO Alella

Preu: 39,50 € (IVA inclòs)

EL RACÓ DEL NAVEGANT

Port Balís, 24-25-26 / Tel. 937 928 613

info@elracodelnavegant.com / www.elracodelnavegant.com

Tancat diumenge nit i dilluns

Plat:

Pèsols ofegats 18,50 € (IVA inclòs)

Ampolla vi Invita DO Alella 16,90 € (IVA inclòs)

RESTAURANT LA CALETA

Pg. Marquès de Casa Riera, 45 / Tel. 937 911 658

costalm@ajllavaneres.cat / Obert tots els migdies excepte dimarts

Plats:

Pèsols del Maresme a la catalana 16,00 € (IVA inclòs)

Coca de Llavaneres 6,50 € (IVA inclòs)

Ampolla vi Pensa d'Albert Federico DO Alella 16,00 € (IVA inclòs)

LA TAVERNA DEL PORT

Port Balís, local 11 / Tel. 937 927 303

tavernadelport@gmail.com

Menú:

Peix fregit

Pèsols ofegats amb botifarra i cansalada

Coca de Llavaneres

Inclou vi Pansa Blanca DO Alella

Preu: 35,00 € (IVA inclòs)

RESTAURANT MAS NADAL

Veïnat d'Avall, 8 / Tel. 937 927 244 / www.masnadal.com / info@masnadal.com

Obert les nits de divendres i dissabte i tots els migdies excepte dimarts

Menú:

Pèsols del Maresme a la catalana

Cuixa de xai

Coca de Llavaneres o pinya farcida

Coca de pa torrada

Aigua i vi Pensa d'Albert Federico DO Alella

Cafè

Preu: 36,50 € (IVA inclòs)

MASIA BARTRÈS

Passeig Bellaire, 48 / Tel. 937 927 001 / anna@cateringmasiabartres.com

Plats:

Pèsols de Llavaneres ofegats 13,60 € (IVA inclòs)

Coca de Llavaneres 4,60 € (IVA inclòs)

Ampolla vi DO Alella Marfil 13,00 € (IVA inclòs)

RESTAURANT LA RIERA

Pg. Joaquim Matas, 51 / Tel. 937 952 517 / Obert de dilluns a dissabte de 13 a 15.30 h

Menú:

Primer plat a escollir

Pèsols de Llavaneres

Coca de Llavaneres

Copa vi DO Alella Testuan (pansa blanca i garnatxa)

Preu 25,00 € (IVA inclòs)

ROTISSERIA CA L'ARNAU

Pg. Joaquim Matas / Tel. 666 703 693 / arnauh@telefonica.net

Obert dissabte i diumenge

Plats:

Pèsols amb pop i llagostins 26,00 €/kg (IVA inclòs)

Pèsols ofegats a l'estil tradicional de Llavaneres 26,00 €/kg (IVA inclòs)

Faves a la catalana 18,00 €/kg (IVA inclòs)

MENJARS CUITS ROSETA

Tel. 937 926 164 / andreurodenas@hotmail.com /

<http://menjarsroseta.wordpress.com>

Pèsols garrofals de Llavaneres ofegats 17,00 € (IVA inclòs)

EL RACÓ DE CAN PERICH

Munt, 59 / Tel. 937 929 793 / lluisperich@movistar.es

Menú (de divendres a diumenge, durant l'abril o dies entre setmana per encàrrec):

Aperitiu

Amanida amb morro de porc amb tempura

Pèsols de Llavaneres ofegats

Coca de vidre amb tomàquet

Coca de Llavaneres

Bodega: vi Pensa d'Albert Federico DO Alella, aigua o cava casa b/n reserva

Preu: 38,75 € (IVA inclòs)

RESTAURANT L'OLIVER

Port Balís, local 23 Port Nou / Tel. 937 926 934

alex.loliverbalis@gmail.com / www.loliverbalis.com

<https://es-es.facebook.com/oliverrestaurant.elbalis/>

Obert cada dia migdia i nit excepte diumenge nit i dilluns

Plat:

Pèsols garrofals ofegats de l'Horta Amat 19,90 €

Menú (per a dues persones):

Crema de pèsols garrofals amb carxofes de l'Horta Amat i pols de pernil

Pèsols ofegats de Llavaneres

Rap gratinat amb allioli sobre torradeta fina amb espinacs

Melós de vedella amb parmentiere de patata trufada

logurt amb poma caramel·litzada i sorbet de llimona

Pa, aigua, ampolla de vi Alella Marfil sec del celler Alella Vinícola i cafè

Preu per persona: 38,30 € (IVA inclòs)

HORTES I PASTISSERIES CERTIFICADES

HORTA GRAUPERA

Tel. 937 928 597 / moragraupera@hotmail.com / www.hortagraupera.com

HORTA MARCÓ

Tel. 937 927 423 / canmarcohorta@gmail.com / www.hortamarco.com

HORTA PERA-VIVÁN

Tel. 937 926 449 / peralopezlaura@gmail.com

HORTA RABASSA

Tel. 937 926 771 / frabassa@gmail.com

HORTA XAVIER AMAT

Tel. 607 286 507 / 608 686 058 / vado1954@gmail.com

PASTISSERIA SALA

Tel. 937926048 / pastisseriesala@gmail.com

PASTISSERIA LLAVANERES

Tel. 936 253 526 / info@pastisseriesallavaneres.com / www.pastisseriesallavaneres.com

RECEPTA *Pèsols de Llavaneres ofegats*

Ingredients per a 4 persones:

- 4 kg de pèsols
- 4 talls de cansalada ibèrica salada
- 4 talls de cansalada de porc blanc
- 1 manat d'alls tendres
- 1 manat de cebes tendres
- 1 botifarra negra
- 1 botifarra crua
- sal, pebre, llard i vi blanc

Pelem els pèsols. Tallem la cansalada a daus petits i les cebes i els alls tendres a tires. Sofregim la cansalada i afegim les cebes i els alls tendres fins que quedin transparents, afegim els pèsols i remenem. Després posem el vi blanc, la botifarra negra i la botifarra crua. Tapem la cassola i, a foc lent, anirem vigilant els pèsols fins que deixin anar tota la seva aigua.

Recepta elaborada per la Mari de "Can Perich"

Més informació: ajllavaneres.cat