



3a EDICIÓ



ÍNDEX



EL SESELL	3
ELS JURATS	4
LES CATEGORIES	5
AIGÜES MINERALS	7
ANXOVES	11
ARROSSOS	15
BEGUDES	19
CAFÈS	25
CONSERVES	29
EMBOTITS	35
FOIE-GRAS	39
GALETES	43
LÀCTICS	47
OLIS D'OLIVA	53
VINS I VINS DOLÇOS	57
DOP FESOLS DE SANTA PAU ...	63
IGP POMA DE GIRONA	68
COL·LECTIUS	71
TRADUCCIONS	75

>Edita:
Diputació de Girona
Maig de 2019

Coordinació:
Carles Benítez (Diputació de Girona /
Promoció Econòmica)

Textos:
Salvador Garcia-Arbós

Assessorament lingüístic i traduccions:
Diputació de Girona / Serveis Lingüístics

Fotografies:
Xevi F. Güell
Pere Duran
Eddy Kelele
Xavier Roqueta
Confraria de Pescadors de Palamós
DO Fesols de Santa Pau

Disseny:
Xavier Roqueta (Diputació de Girona /
Oficina de Difusió)

Impressió:
Gràfiques Montseny
Dipòsit legal: GI 652-2019

EL SEGELL

L'excel·lència agroalimentària d'un territori entre mar i muntanya

La cuina de les comarques gironines és una de les més influents del món des del darrer decenni del segle XX. El factor humà és essencial, però no hi hauria afloarat el geni sense una conjunció de factors poderosos. Primer, una història determinada per una crúilla de cultures i intercanvis. Després, la riquesa de matèries primeres procedents de l'agricultura, l'horticultura, la viticultura, el conreu de l'olivera, la ramaderia, la pesca, l'explotació forestal i les transformacions agroalimentàries artesanals i industrials de qualitat. I finalment, una tradició gastronòmica secular ininterrompuda, renovada i actualitzada en cada període històric.

Les comarques gironines s'estenen per un territori de mar i muntanya, de cuina variada i de paisatges diversos i complementaris. Territoris humanitzats: dòlmens, menhirs, masos, esglésies i ermites romàniques, monestirs, prats deliciosos, quilòmetres de paret seca, olivets, vinyes i caves arcaiques, cellers postmoderns, camps i hortes ufanoses.

L'agricultura primitiva ha deixat la seva petjada en l'entorn. Oliveres centenàries i mil·lenàries, camps de pomeres, vinyes renascudes i restes de paret seca òrfenes voldrien tornar a acollir ceps. Els conreus permanents han modelat el territori amb paisatges simfònics i seductors, que combinen harmònicament les pomeres, la vinya, els camps d'arròs, o de blat per a la farina per fer el pa de tramuntana; els camps d'ordi, civada i blat de moro per alimentar el bestiar, i l'horta, ben ordenada amb tiralínies i regada principalment amb els canals nascuts de la revolució industrial. Res no és fruit de l'atzar. Als horts comença la

cuina gironina: la ceba i els alls (quans n'hi han d'anar) del sofregit: un sofregit fet amb paciència, remenant molta estona per enfosquir-lo, però sense cremar-lo, per fer-lo caramel-litzar i confitar. L'hort és el sofregit del paisatge. El fruit de tants d'anys, segles i mil·lennis de modelar aquest paisatge i de conviure amb el territori són els parcs naturals. N'hi ha tres arran de mar: el del Cap de Creus, d'olivar, vinya i arrossar; el dels Aiguamolls de l'Empordà, i el del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter. I dos més són a muntanya: el de les Capçaleres del Ter i del Freser i el de la Zona Volcànica de la Garrotxa, de pastures i fesols. I en queda un de mar i muntanya, del mite empordanès del pastor i la sirena: el Parc Natural de l'Albera, de fagedes, vaques fagines i suredes. Fruit d'aquesta conjunció de territori i cultura agropecuària i culinària va néixer el segell de qualitat agroalimentària Girona Excel·lent.

La tercera edició

Un total de 70 productes de 46 empreses diferents lluiran els anys 2018 i 2019 el segell Girona Excel·lent, nascut per impulsar, fomentar i difondre en l'àmbit estatal i internacional els productes agroalimentaris gironins de la qualitat més alta per cent elaborats a les comarques gironines.

Girona Excel·lent va néixer el 2014 amb caràcter biennal gràcies a l'impuls de la Diputació de Girona i de la Cambra de Comerç per ressaltar l'excel·lència gastronòmica de les comarques gironines. Des de la primera edició, la dels anys 2014-2015, tots els productes han estat seleccionats mitjançant tastis a cegues per especialistes de tots els àmbits de la gastronomia, la cuina, la recerca i la producció agroalimentàries. És per això que en aquestes tres edicions el segell de qualitat

agroalimentària Girona Excel·lent ha assolit un gran reconeixement entre el sector productor de qualitat. Dels productes que figuren a la llista, dos n'han gaudit de ple dret des de la primera edició: les pomes de la Indicació Geogràfica Protegida Poma de Girona i els fesols de la Denominació d'Origen Protegida Fesols de Santa Pau. Els altres van ser escollits entre els mesos de maig i juny de 2018, en un tast a cegues per a cada família de productes seleccionats: aigües minerals, anxoves, arrossos, begudes locals, cafès, conserves, embotits, foie-gras, galetes, làctics, olis d'oliva i vins. Cada tast va tenir un jurat de cinc membres, que es van reunir en cinc escenaris: l'Aula Gastronòmica de l'Empordà; l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona; l'IRTA Monells; el FoodLab de Riudellots de la Selva, i el centre gastronòmic Domus Sent Soví d'Hostalric.

Els tastadors

Un ventall ampli i variat de persones relacionades amb el món agropecuari, la gastronomia i la restauració van ser convocades per participar en els dotze tastis de la tercera edició de Girona Excel·lent, que van tenir lloc entre el 14 de maig i el 8 de juny. En la dotzena de tastis hi van intervenir cinc especialistes relacionats amb cada àmbit, amb representants de la ciència, l'enginyeria, la recerca, el periodisme gastronòmic, la docència, la restauració, el món del vi, la cuina o el comerç especialitzat. Cal precisar que l'elevada concorrència del sector vinícola va obligar a mobilitzar dos equips de tast.

Els tastis es van fer a cegues, valorant paràmetres gastronòmics; és a dir, les qualitats organolèptiques: aspecte, aroma, sabor i harmonia. Es van fer puntuacions numèriques i deliberacions en el cas dels productes singulars.

ELS JURATS

Tots els productes Girona Excel·lent han estat seleccionats mitjançant sessions de tasts a cegues per especialistes de tots els àmbits de la gastronomia, la cuina, la recerca i la

producció agroalimentàries. Us presentem els membres dels jurats de les dotze sessions de tast que han servit per avaluar els 298 productes presentats. A partir del seu veredict

s'han concedit els segells Girona Excel·lent 2018/2019 a un total de 70 productes de 46 empreses diferents, valorant les qualitats organolèptiques: aspecte, aroma, sabor i harmonia.

 <p>ANNA VICENS Presidenta de l'Associació Catalana de Sommeliers</p>  <p>CLARA ANTÚNEZ Barista i sommelier Assessora de La Gastronòmica</p>  <p>M. ÀNGELS JACAS Cuinera del restaurant Merylou, de l'Escala</p>  <p>YUN JU CHOI Cuinera del restaurant El Celler de Can Roca, de Girona</p>  <p>M. ÀNGELS JACAS Cuinera del restaurant Merylou, de l'Escala</p>  <p>YUN JU CHOI Cuinera del restaurant El Celler de Can Roca, de Girona</p>  <p>ENRIC PARDO Especialista cerveser del Club Cerveser Can Navarra, de Bordils</p>  <p>XAVI AMAT Confraria de la Ratafia de Santa Coloma de Farners</p>  <p>ANNA VICENS Presidenta de l'Associació Catalana de Sommeliers</p>  <p>CLARA ANTÚNEZ Barista i sommelier Assessora de La Gastronòmica</p>  <p>FINIA PUIGDEVALL Cuinera del restaurant Les Cols, d'Olot</p>  <p>MANEL ROMERO Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona</p>	 <p>LLUÍS COLL Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona</p>  <p>MANEL GUIRADO Professor i periodista gastronòmic</p>  <p>PAULA MOLÉS Periodista especialitzada en gastronomia de Catalunya Ràdio</p>  <p>JOAN CARLES SÁNCHEZ Cuiner del restaurant Es Portal, de Pals</p>  <p>PAULA MOLÉS Periodista especialitzada en gastronomia de Catalunya Ràdio</p>  <p>JOAN CARLES SÁNCHEZ Cuiner del restaurant Es Portal, de Pals</p>  <p>BERNAT GUIXER Membre de l'equip de recerca d'El Celler de Can Roca, de Girona</p>  <p>ALFONS BONET Sommelier de cervesa del restaurant d'El Celler de Can Roca, de Girona</p>  <p>LLUÍS COLL Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona</p>  <p>MANEL GUIRADO Professor i periodista gastronòmic</p>  <p>JAUME FÀBREGA Escriptor i historiador gastronòmic</p>  <p>TATI QUERA Propietària de la botiga Petit Paradís, de Girona</p>	<p>TAST D'AIGÜES</p> <p>TAST D'ANXOVES</p> <p>TAST D'ARROSSOS</p> <p>TAST DE BEGUDES</p> <p>TAST DE CAFÈS</p> <p>TAST DE CONSERVES</p>
 <p>ANNA VICENS Presidenta de l'Associació Catalana de Sommeliers</p>  <p>CLARA ANTÚNEZ Barista i sommelier Assessora de La Gastronòmica</p>  <p>M. ÀNGELS JACAS Cuinera del restaurant Merylou, de l'Escala</p>  <p>YUN JU CHOI Cuinera del restaurant El Celler de Can Roca, de Girona</p>  <p>M. ÀNGELS JACAS Cuinera del restaurant Merylou, de l'Escala</p>  <p>YUN JU CHOI Cuinera del restaurant El Celler de Can Roca, de Girona</p>  <p>ENRIC PARDO Especialista cerveser del Club Cerveser Can Navarra, de Bordils</p>  <p>XAVI AMAT Confraria de la Ratafia de Santa Coloma de Farners</p>  <p>ANNA VICENS Presidenta de l'Associació Catalana de Sommeliers</p>  <p>CLARA ANTÚNEZ Barista i sommelier Assessora de La Gastronòmica</p>  <p>FINIA PUIGDEVALL Cuinera del restaurant Les Cols, d'Olot</p>  <p>MANEL ROMERO Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona</p>	 <p>LLUÍS COLL Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona</p>  <p>MANEL GUIRADO Professor i periodista gastronòmic</p>  <p>PAULA MOLÉS Periodista especialitzada en gastronomia de Catalunya Ràdio</p>  <p>JOAN CARLES SÁNCHEZ Cuiner del restaurant Es Portal, de Pals</p>  <p>LLUÍS COLL Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona</p>  <p>MANEL GUIRADO Professor i periodista gastronòmic</p>  <p>JAUME FÀBREGA Escriptor i historiador gastronòmic</p>  <p>TATI QUERA Propietària de la botiga Petit Paradís, de Girona</p>	<p>TAST D'AIGÜES</p> <p>TAST D'ANXOVES</p> <p>TAST D'ARROSSOS</p> <p>TAST DE BEGUDES</p> <p>TAST DE CAFÈS</p> <p>TAST DE CONSERVES</p>

	XAVIER BAIG Propietari de la botiga La Noucentista, de Girona		MIQUEL IGLÉSIAS Cap de sala del restaurant Els Ossos, de Batet		MAGDA PERRAMON Gremi de Carnissers i Xarcuters. Carnisseria Ca la Magda, de Ripoll	TAST D'EMBOTITS
	CINTO ARNAU Tècnic de l'IRTA (Institut de Recerca i Tecnologia Alimentàries)		PERE PLANAGUMÀ Cuiner del restaurant Rom, de Roses		SALVADOR GARCÍA-ARBÓS Periodista gastronòmic i escriptor <i>Direcció del tast d'embotits</i>	
	ANDRÉ BONNAURE Cuiner expert en foie-gras i ànec		PERE ARPA Cuiner del restaurant Ca l'Arpa, de Banyoles		SÍLVIA SOTO Divulgadora gastronòmica <i>cuinetes.bloks.cat</i>	TAST DE FOIE-GRAS
	ISAAC GELABERT Promotor gastronòmic i director de la fira Lactium de formatges		ISABEL JUNCÀ Cuinera del restaurant Ca l'Enric, de la Vall de Bianya		SALVADOR GARCÍA-ARBÓS Periodista gastronòmic i escriptor <i>Direcció del tast de foie-gras</i>	
	JORDI ROCA Cuiner de postres del restaurant El Celler de Can Roca, de Girona		MIQUEL B. COSTABELLA Professor i antic pastisser de la pastisseria Costabella, de Salt		MANEL GUIRADO Professor i periodista gastronòmic	TAST DE GALETES
	CARME PICAS Professora i cuinera del restaurant/càtering El Ginjoler, de Girona		RUTH REVERTER Pastissera de la pastisseria Reverter, de Girona		PEP NOGUÉ Cuiner i divulgador gastronòmic <i>Direcció del tast de galetes</i>	
	ARTUR SAGÜÉS Cap de sala del restaurant Cap i Pota, de Figueres		TONI GEREZ Sommelier del restaurant Castell de Peralada		CARME GASULL Periodista, escriptora i comunicadora gastronòmica	TAST DE LÀCTICS
	LAIA PONT Enginyera tècnica agrícola, especialista en indústries alimentàries i formatges		MARTA GARRÓN Investigadora de l'IRTA (Institut de Recerca i Tecnologia Alimentàries)		SALVADOR GARCÍA-ARBÓS Periodista gastronòmic i escriptor <i>Direcció del tast de làctics</i>	
	LLUÍS GUERRERO Tècnic de l'IRTA (Institut de Recerca i Tecnologia Alimentàries)		JOAN MORILLO Sommelier i cap de sala del restaurant Divinum, de Girona		NATÀLIA ROIG Sommelier i professora del CETT (Campus de Turisme, Hoteleria i Gastronomia)	TAST D'OLIS
	<b b="" josep="" sucarrats<=""> Periodista i director de la revista gastronòmica <i>Cuina</i>		MARC OROZCO Periodista gastronòmic del programa <i>Deixa'm tastar</i> , de la Cadena Ser		SALVADOR GARCÍA-ARBÓS Periodista gastronòmic i escriptor <i>Direcció del tast d'olis</i>	
	NATÀLIA ROIG Sommelier i professora del CETT (Campus de Turisme, Hoteleria i Gastronomia)		ANTONIO GATA Sommelier del restaurant Miramar, de Llançà		JOSEP LLUÍS VILASARAU Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona	TAST DE VINS I VINS DOÇOS
	AUDREY DORÉ Sommelier del restaurant El Celler de Can Roca, de Girona		ÀLEX PEIRÓ Sommelier del restaurant Casamar, de Llafranc		JOSEP ROCA Sommelier del restaurant El Celler de Can Roca, de Girona	
	IGNASI MARTÍN Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona		GLÒRIA ENSESA Sommelier del Giroví, concurs de vins i caves de Catalunya		AGUSTÍ ENSESA Sommelier i director de Giroví <i>Direcció del tast de vins</i>	
	ANNA VICENS Presidenta de l'Associació Catalana de Sommeliers		LLUÍS COLL Professor de l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona			



LES CATEGORIES A CONCURS



AIGÜES MINERALS

1. Aigua mineral natural
2. Aigua mineral amb gas
3. Aigual mineral amb gas afegit

ANXOVES

1. Anxova salada
2. Anxova amb oli
3. Especialitat singular (d'anxova)

ARROSSOS

1. Rodó
2. Semillarg
3. Integral
4. Especialitat singular (d'arròs)*

BEGUDES LOCALS

1. Aiguardent
2. Licor*
3. Especialitat singular amb alcohol
4. Especialitat singular sense alcohol
5. Cervesa
 - 5.1. Rossa
 - 5.2. Torrada
 - 5.3. Negra*
 - 5.6. Especialitat singular (de cervesa)

CAFÈS

1. Torrat per a expresso
2. Torrat per a cafè de filtre o *pour over**
(sistemes V-60 o Chemex)
3. Capsula*

CONSERVES

1. Melmelades o confitures «pures»
 - 1.1. Cítric
 - 1.2. Pinyol
 - 1.3. Llavor
 - 1.4. Hortalises
2. Melmelades i confitures condimentades
3. Fruita en almívar
4. Gelea
5. *Chutney**
6. Conserva vegetal (no dolça)
7. Especialitat singular

EMBOTITS

1. Fuets
2. Llonganissa*
3. Baiona
4. Botifarra blanca
5. Botifarra negra*
6. Botifarra de perol
7. Especialitat singular (d'embotit)

FOIE-GRAS

1. Cru
2. Semicuit
3. A la sal o de celler
4. Especialitat singular (de foie-gras)

GALETES

1. Ametllat
2. Carquinyoli*
3. Teula
4. Neula
5. Especialitat singular (de galeta)

LÀCTICS

1. Recuit
 - 1.1. D'olleta
 - 1.2. De drap
2. Toma de vaca
(de quallada predominantment enzimàtica)
3. Tou i àcid de vaca
(de quallada mixta o predominantment àcida)
4. Dur de cabra*
5. Tou i àcid de cabra*
6. Serrat d'ovella
7. Tou i àcid d'ovella
8. Tupí*
9. Blau*
10. Especialitat singular

OLIS D'OLIVA

1. Oli d'oliva verge extra 100 % monovarietal de varietat autòctona
2. Oli d'oliva verge extra de cupatge predominantment de varietat autòctona
3. Oli d'oliva verge extra 100 % monovarietal
4. Oli d'oliva verge extra de cupatge varietal
5. Especialitat singular (d'oli d'oliva)

VINS I VINS DOLÇOS

1. Vi blanc jove
2. Vi blanc enveilit
3. Vi rosat
4. Vi negre jove
5. Vi negre enveilit
6. Vi escumós*
7. Garnatxa (dolça)
8. Moscatell
9. Especialitat singular (de vi i de vi dolç)

*Categories declarades desertes pels jurats



AIGÜES EXCEL·LENTS



AIGÜES EXCEL·LENTS

Som en un territori muntanyós i volcànic: els Pirineus, les Guilleries,... Hi ha volcans arreu, connexions subterrànies; filtratges de milions d'anys de durada; puresa mineral. Les comarques gironines són curulles de fonts i deus, de fonts picants i fonts pudosos, i de fonts d'aigües calentes; d'aigües mineromedicinales, de balnearis, de fonts de salut i de plantes envasadores d'aigua.

L'aigua potable és un bé escàs i estratègic, d'una potència econòmica enorme. A les comarques gironines hi extrauen aigua, amb gas o sense, grans

multinacionals, i n'hi ha algunes que són de *culte*, fines i apreciades. Per beure i espassar la set, per fer infusions i no alterar cap propietat organolèptica de les herbes, i per cuinar brous, fumets, arrossos i plats de cullera.

La major part d'aquesta aigua és mineral natural, tal com raja. N'hi ha que porta gas natural, tot i que el pot perdre quan brolla a la superfície després de tants d'anys —milers o milions—, amagada i protegida entre les pedres. També n'hi ha amb gas afegit posteriorment i, així mateix, n'hi ha amb el carbònic natural, aigua *brut nature*.





Aigua mineral natural, de Sant Aniol

L'aigua de Sant Aniol s'extrau d'una deu formada fa més de 40.000 anys, que emergeix des d'una profunditat de 55 metres, fins a unes instal·lacions situades a sobre d'una llengua basàltica de 12 metres. La puresa i la baixa mineralització atorguen a aquesta aigua un sabor neutre que la fa molt apta per a la cuina i per a la preparació de cafès i infusions.

Societat: Hijos de José Bassols, SA
www.santaniol.com



Aigua mineral amb gas natural, d'Aigua de Salenys

L'extracció comercial de l'aigua de Salenys es va iniciar el 1823 a les Gavarres, a les portes de la Costa Brava. Des del 1902 s'ha envasat sempre en ampolles de vidre i a nivell de la font perquè no perdi gens de gas. Malgrat que és considerada una aigua de mineralització alta, el seu contingut en sodi és baix i els minerals que conté són bons per a la salut.

Societat: Aigua de Salenys, SL
www.salenys.com



Aigua mineral natural amb gas afegit, de Sant Aniol

Sant Aniol és un negoci familiar fundat el 1993 que obté una aigua de gran pureza i d'una mineralització molt equilibrada d'un brollador enclavat en un paratge de lava sedimentada i roca volcànica. L'addició de gas manté intactes les propietats d'aquesta aigua i la converteix en un bon refresc i un bon acompanyament dels àpats.

Societat: Hijos de José Bassols, SA
www.santaniol.com



ANXOVES EXCEL·LENTS



ANXOVES EXCEL·LENTS

Les anxoves tenen molta història. Si més no, el naixement mític de les salaons a la Costa Brava en el temps dels grecs i els romans.

Les primeres fàbriques, precursores de la indústria actual, apareixen al segle XIX, i entre aquestes destaca la Casa Pont, de Cadaqués. Si bé en aquest segle xxi l'Escala és el municipi amb més elaboradors, la fàbrica de Cadaqués ha estat la més gran que hi ha hagut mai.

A la Casa Pont eren, a més, fabricants de barrils, on es premsaven les anxoves perquè quedessin ben «anxovades» amb la salmorra, a fi que aguantessin els llargs viatges fins a Amèrica i per tota la Mediterrània. El resultat era una conserva conscient i amb un enveliment acurat, que

donava a l'anxova un color rogenc brillant, caoba, i un perfum de peix fresc, amb el seductor sabor iodat d'alguer, el perfum que els antics desitjaven per al *liquamen* o gàrum, amb què perfumaven i acabaven tants de plats.

Un producte, d'altra banda, que avui torna a estar de moda i del qual han estat escollides dues referències en aquesta edició de Girona Excel·lent.



Tast d'anhoves - Aula Gastronòmica de l'Empordà a Vall-llobrega, 14 de maig de 2018



Anxova en sal,
d'Anxoves de l'Escala M. Sureda

El format més clàssic de la conserva d'anxoves és un pot de vidre que conté el seitó (*Engraulis encrasicolus*) esganyat, sense cap i tripa, i cobert d'una salmorra que el fa madurar. Així s'han preparat històricament les anxoves a l'Escala i així les adoba des del 1940 aquesta empresa, que ocupa una plantilla de quaranta persones en unes instal·lacions de 3.500 m².

Societat: Anxoves de l'Escala, SA
www.anxovesdelescala.es



Anxova en oli d'oliva,
d'Anxoves de l'Escala M. Sureda

Anxoves de l'Escala resumeix tota la seva experiència de cultura mediterrània en aquest pot. Es maduren les anxoves un mínim de sis mesos i es dessalen en el punt de maduració precisa, quan s'accentua el seu iodat sabor marí. Es lleva l'espina central, i s'envasen els filets amb oli d'oliva, perquè mantinguin la seva textura ferma i melosa.

Societat: Anxoves de l'Escala, SA
www.anxovesdelescala.es



Anxova sense espina en salmorra,
d'Anxoves de l'Escala M. Sureda

Aquestes anxoves arriben envasades en salmorra, sense l'espina central però amb els dos filets enganxats per la cuia. Tenen un nou format que està pensat per als aficionats a la gastronomia i els professionals de la restauració; és a dir, per a persones amb prou experiència per saber el punt de sal que els convé. Minuts abans de servir-les s'han de posar en remull i, després, s'escorren i s'eixuguen.

Societat: Anxoves de l'Escala, SA
www.anxovesdelescala.es



Olives farcides de Filets d'anxova,
d'Anxoves Callol Serrats

Fill de J. Callol i Serrats, SL, és una empresa familiar dedicada a la salaó d'anxoves des del 1847, que ha arribat a la sisena generació amb l'espiritu innovador, la història i la manera de fer dels seus avantpassats fundadors. Les olives de la varietat manzanilla farcides una a una a mà amb el filet d'anxova tradicional són el producte ideal per fer a un gran vermut.

Societat: Fill de J. Callol i Serrats, SL
www.callolserrats.com



Filet d'anxova amb vinagre,
d'Anxoves de Roses

L'empresa de salaons Anxoves de Roses / Conserves Bahia, dedicada al comerç del peix des del 1960, va començar a fer conserves marines el 1980. Els filets d'anxoves, selecció artesanalment, adobats amb vinagre i conservats en oli d'oliva, són un dels seus productes estrella. Aquests seitons envinagrats són ideals com a tapa a l'hora de l'aperitiu.

Societat: Peixos de Mar Pla / Hnos. Martínez, SL
www.anxovesderoses.com



ARROSSOS EXCEL·LENTS



ARROSSOS EXCEL·LENTS

No tots els territoris són aptes per a l'arròs. L'arrossar és més selectiu que els altres conreus de cereals, perquè l'aigua hi és extremadament essencial. Ven aquí, l'hàbitat de l'arròs de Pals és el dels parcs naturals dels Aiguamolls, a l'Alt Empordà, i el del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter, al Baix Empordà. I els arrossers són tan conscients de la seva implicació en la preservació del paisatge i de la fauna de l'entorn, que declaren que el seu conreu és agroambiental. Així, cada any, els mesos de fred restitueixen els camps a la naturalesa. Hi reapareixen els aiguamolls com a mostra efímera del territori original. Entre final d'abril i començament de maig, amb els camps inundats, fan la plantada. I així des del segle XIV.

Els aiguamolls i les maresmes de l'Empordà van ser l'única zona productora d'arròs del Principat des de l'edat mitjana fins al segle XIX.

El segle XX va ser un període molt cíclic, de crisis i de qüestionament del conreu. En canvi, durant els primers anys del segle XXI, possiblement gràcies a l'auge de la gastronomia, l'arròs de Pals gaudeix de reconeixement.

Actualment, una vintena de pagesos, principalment del Baix Empordà, conreen prop d'un miler d'hectàrees de diverses varietats, de les quals destaquen les de gra rodó.



Tast d'arròs - Aula Gastronòmica de l'Empordà a Vall-llobrega, 14 de maig de 2018



Arròs rodó perlat
d'Arròs Molí de Pals

Arrossers des de fa generacions, els Parals coneixen tots els secrets de l'arròs a la cassola. Obtingut mitjançant una agricultura respectuosa amb el medi ambient, el rodó perlat té la quantitat de midó precisa per cuinar els arrossos tradicionals, ja que absorbeix molt bé el suc durant la coccio, no es cova i conserva molt bé les aromes del sofregit.

Societat: Arròs de Pals, SL
www.arrosmolidepals.com



Arròs semillarg
d'Arròs Molí de Pals

Propietaris des del 1984 de l'historic molí d'arròs de Pals, documentat des de l'any 1452, la familia Parals ha seleccionat aquesta varietat d'arròs de gra semillarg perquè absorbeix menys suc durant la coccio i perquè, un cop fora del foc, manté la textura ferma. És ideal per preparar amanides, paelles o plats en els quals la salsa se serveix a part.

Societat: Arròs de Pals, SL
www.arrosmolidepals.com



Arròs integral
d'Arròs Molí de Pals

A les instal-lacions de darrera generació de l'historic molí de Pals, obtenen l'arròs integral a partir de les varietats de gra rodó que tan bé coneixen. Ric en fibres, sals minerals, especialment fòsfor i magnesi, i vitamines E i del grup B, l'arròs integral es considera el més natural, ja que només se n'elimina la pellofa externa i no es blanqueja.

Societat: Arròs de Pals, SL
www.arrosmolidepals.com



BEGUDES EXCEL·LENTS



BEGUDES LOCALS EXCEL·LENTS

El segle xxi és el del desenvolupament i descobriment d'una varietat ingent de begudes, amb alcohol i sense, velles i noves, rústiques i exòtiques. Regnen les begudes alcohòliques, aiguardents i ginebres, i cerveses. Uns sabors arrelats al paisatge i a la història.

La ratafia ha esdevingut un licor popular, més enllà d'un licor de cortesia rural. Durant molts anys, aquest licor de nous verdes amb herbes agafava protagonisme cap a final d'any, amb les fires de Santa Coloma de Farners i de Besalú; després, va fer un salt al juny per donar importància a les herbes de la formulació. Finalment, els licors casolans i artesans s'han anat fent un lloc en el món de la cocteleria fina. Han crescut i s'han fet populars. Fins

i tot un aiguardent, una ginebra, han nascut inspirats per les aromes de la ratafia. Les ginebres també expressen el paisatge més enllà del preceptiu ginebró.

Les microcerveseries van creixent i, lluny de fer productes estàndard, també busquen sabors genuïns per oferir una part de territori, per expressar la seva història i el seu paisatge. Igualment, augmenten les plantacions i la producció del Il·lúpol, indispensable per a la fabricació de la cervesa. L'oferta de cerveses artesanes ja no es limita als locals especialitzats, birrateques i cerveteques, sinó que s'ha estès a bars i restaurants.

A més, apareixen begudes fermentades noves a partir del suc de poma de les grans plantacions de pomeres gironines, una opció per als que es decanten pels refrescs sense alcohol.





Ginebra Nut, d'Arbenig

Nut és una London Dry Gin, ginebra seca, fruit de quatre destil·lacions, amb un predomini de botànics empordanesos per evocar el Mediterrani. En aquest gin, elaborat per una microdestil·leria fundada el 2012 per quatre amics, en destaquen el ginebró, el romaní, l'àngelica i la nou verda, la fulla d'olivera, i un final cítric marcat pel coriandre, i la llimona i la taronja.

Societat: Arbenig 2012, SL
www.arbenig.com



Gin Volcànic, de Beveland Distillers

Gin Volcànic és una ginebra amb tot l'esperit de la Garrotxa, elaborada per Beveland Distillers i Ratafia Russet. És fruit del cupatge de tres aiguardents diferents, obtinguts per la destil·lació de tres maceracions: el clàssic de Ratafia Russet; una de ginebró amb ingredients botànics, i una de nous verdes. A més, en els alambins hi ha pedra volcànica per poder destilar a més baixa temperatura.

Societat: Beveland Distillers / Ratafia Russet
www.ginvolcanic.es



Kefir d'aigua de fruits del Mediterrani, d'Ecolàctics Peralada

Ecolàctics Peralada, del grup Mas Marcè, ha decidit fer un refresc totalment vegà. El Kefir d'aigua de fruits del Mediterrani és un producte fermentat que s'elabora amb aigua, suc de llimona, figues, dàtils, xarop d'agave, sucre i ferments de quefir, procedents d'agricultura ecològica. Ha estat ideat com a beguda refrescant alternativa i saludable per degustar sobretot a l'estiu.

Societat: Recuits de l'Empordà, SL
www.masmarce.com



Suc de poma granny smith, de Mooma

Suc de poma monovarietal 100% natural, sense additius ni sures o aigua afegits, elaborat únicament amb pomes granny smith, de la IGP Poma de Girona. La tercera generació de la família de Mas Saulot, propietària de Mooma (Montgrí + Poma), conrea la seva fruita en camps empordanesos, en plantacions situades als termes de Palau-sator, Fontclara i Gualta.

Societat: Agroalimentària Mas Saulot, SL
www.mooma.cat



IPA Selva Brutale,
de La Selvaseria

La Selvaseria va començar el 2009, abans del boom de les cerveses artesanes. La Selva Brutale és una *indian pale ale* de color ambre, amb una aroma intensa de pràsser/albercoc i fruita tropical. Té una carbonatació baixa/mitjana i l'amargor intensa pròpia de les IPA, que no impedeix descobrir un record inicial de ceba vermelha i dolça de Figueres, amb un final fruitat.

Societat: La Selvaseria, SL
www.laselvaseria.com



Cervesa artesana Minera Avet,
de Cerveseria Santjoanina

El xarop d'avet (pinyes macerades en sucre), un dels ingredients típics dels Pirineus, és una característica distintiva d'aquesta cervesa artesana elaborada segons l'estil de les cerveses de blat del sud d'Alemanya, *Weissbier* o *Weizenbier*. Cerveseria Santjoanina va començar com a *homebrewer* a l'antiga mina de carbó de la Juncadella, on s'hi feia la fermentació i la maduració dels lots.

Societat: Cerveseria Santjoanina, SL
www.minera.cat



Vinya Hop Fruit Ale Moscat,
de Cervesa Marina

Aquesta cervesa, fermentada amb llevat de cava i aromatitzada amb most de raïm orgànic de l'Empordà, reivindica Blanes, on Pep i Kevin Andreu van crear Marina l'any 2010, com el lloc on es va elaborar per primer cop un vi escumós a Catalunya. Sense filtrar ni pasteuritzar, en boca s'hi nota el llúpol i els sabors de fruita tropical, pràsser i albercoc.

Societat: Brewers Brothers, SL
www.cervesamarina.com

Fitxa de tast
e. Cafès
e. espresso

1. Càrrega per a expresso
Nivell de萃取度

3

Altres - Justificació
10

Total
100





CAFÈS EXCEL·LENTS



CAFÈS EXCEL·LENTS

El final dels àpats és la sobretaula, més ben coneguda com «el moment del cafè, copa i puro». Per a moltes persones, el cafè és el final sagrat. De fet, també és una forma universal de començar el dia. Un dels millors perfums coneguts per la complexitat aromàtica és el del cafè. Incorporar totes aquestes aromes a la tassa és un dels grans reptes de la indústria cafetera, a fi de proporcionar el màxim gaudi al consumidor, i especialment al crític i exigent món de la gastronomia.

Cada dia afloren mètodes d'extracció nous, mètodes innovadors d'infusió per obtenir el màxim de propietats organolèptiques del cafè. Li exigim crema, aroma, sabor, record. La memòria hi té un paper fonamental. La memòria del cafè acabat de torrar o torrant-se.

Sovint la gent sensible de les zones fredes no productores de cafè es pregunta per què ens arriba cafè verd, que cada cafeter torra al seu punt, i per què no ens arriba tot el cafè transformat. Això és perquè el cafè és un producte perible, i un cop torrat comença el procés d'oxidació i de volatilització de tots els seus components aromàtics. «Acabat de torrar» no és només un eslògan.



Tast de cafès - Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona, 24 de maig de 2018



Espresso El Cafetí / Família Roura
Tradició des de 1958

Cafès Roura, empresa torrefactora nascuda a Sant Feliu de Guíxols el 1958, presenta la seva línia El Cafetí, una barreja de grans d'aràbica torrats lentament i per separat.

El resultat d'aquest nou cafè pensat per la tercera generació de la Família Roura, és una tassa aromàtica, amb crema color avellana, acidesa fresca, sabor intens i postgust molt persistent.

Societat: Cafès Roura, SA
www.cafesroura.com



CONSERVES EXCEL·LENTS



CONSERVES EXCEL·LENTS

Tenim una tradició potent de conserves vegetals, dolces, salades, en vinagre o al natural: de bròquil i bitxo confitats en vinagre, bolets en salmorra, salses de tomata i tomates senceres confitades, confitures dolces d'una sola fruita o de diverses fruites o hortalisses barrejades.

La recuperació de les tradicions agroalimentàries no fa més que créixer. Ja no només es troben conserves casolanes tradicionals a les parades d'hortolans i pagesos, sinó que n'apareixen elaboradors nous il·lusionats i marques noves arreu.

Algunes petites indústries creixen i es fan grans alhora que mantenen la qualitat artesanal. D'altres, milloren

la seva capacitat tecnològica per manipular al mínim el producte i mantenir-lo com més a prop millor de la seva naturalesa intrínseca.

En alguns casos no es fan conserves pensades per obrir i menjar, sinó conserves d'elements bàsics de la cuina pensades per estalviar-se les llargues estones de sofregir o de fer un fumet per a un arròs o un guisat, o per tenir un amaniment, potenciar el gust d'un plat o sucar. També es donen nous formats d'ús a salses tradicionals. N'hi ha que ja han presentat un guisat tradicional, com a avançament de la cinquena gamma d'aquests productes.





Melmelada de taronja amarga, de Can Bech

La matèria primera és la taronja agra, però la melmelada no n'és, d'amarga. La més senyora de les confitures, que s'elabora coent lentament aquest cítric, forma part dels productes de Can Bech, present a botigues i cadenes gourmet de més de vint de països. El sucre afegit és mínim, només el just i necessari, ja que la fruita s'adquireix en el punt òptim de maduració.

Societat: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com



Melmelada de pruna verda, de Can Bech

Hi ha infinites formes de conservar les estiuques prunes, ja siguin verdes, grogues, vermelles o morades: deshidratades, en alcohol o confitades amb sucre. A Can Bech fan la seva melmelada tradicional de pruna verda només amb ingredients naturals: pruna verda, sucre, suc de llimona i gelificant (pectines). De color verd-marronós, aquesta melmelada és àcida, dolça i fresca.

Societat: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com



Melmelada de figa, de Can Bech

Les figues són la gran especialitat d'una empresa que va iniciar la seva activitat l'any 1981 al restaurant que la família Bech va obrir a Fontanilles, al Baix Empordà. La melmelada de figues és un clàssic de la gastronomia de les comarques gironines. És coprotagonista d'unes postres tan reconegudes i mitiques de l'Empordà com el recuit de drap amb figues.

Societat: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com



Melmelada de ruibarbre, de Can Maia

Can Maia és una petita finca d'horta, de la Cot, a Santa Pau, on s'elaboren conserves únicament amb les hortalisses que es conreen als seus camps, propis o arrendats, sota els criteris i l'aval de l'agricultura ecològica. Aquesta melmelada ha estat elaborada amb les penques de la petita plantació que tenen a l'hort del costat de Can Maia.

Societat: Montserrat Miralles Ferrer
www.canmaia.com



Melmelada extra de pebró escalivat, d'El Rebost de l'Empordanet

Can Tuies, del Far d'Empordà, va esdevenir un petit taller artesanal d'elaboració de confitures el 2011, quan Carme Díaz va començar a elaborar-ne sota la marca El Rebost de l'Empordanet. Aquesta pot de melmelada de pebró escalivat conté l'essència dels sabors mediterranis: vermut i herbes de Provença. El pebró s'ha escalivat molt lentament a la brasa.

Societat: Can Tuies, SL
www.elrebostdelempordanet.com



Figues confitades en almívar, de Can Bech

Les figues senceres en almívar són l'origen de Can Bech i encara avui continuen sent el producte estrella de l'empresa. La matèria primera prové de plantacions de Múrcia, cultivades en exclusiva per a la família Bech. Les figues es seleccionen en funció de la seva mida i es couen en tres etapes per obtenir una fruita confitada carnosa i seductora.

Societat: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com



Gelea de pètals de rosa, de Can Bech

Aquesta gelea fresca i aromàtica està pensada per maridar amb dolç o salat. S'elabora només amb aigua, suc de llimona, gerds i pètals de rosa. Es tracta d'una infusió gelificada de pètals de rosa naturals amb sucre ideada per Gerard Bech, fill del fundador d'aquesta empresa familiar establerta a Fontanilles, al Baix Empordà.

Societat: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com



Sofregit de ceba, de Quim Matas

El sofregit de ceba ben confitada és una de les bases de la cuina tradicional catalana, principalment de l'empordanesa. Quim Matas, carnisser i xarcuter de la Bisbal des del 1977, l'elabora pacientment durant dotze hores amb ceba de Figueres i oli d'oliva. Aquest producte ajuda a reduir el temps d'elaboració dels plats a la cuina de casa.

Societat: Carnisseria i Xarxuteria Quim Matas
www.elsofregit.com



Sofregit amb gamba de Palamós i cranc, d'Antoni Izquierdo

Toni Izquierdo, propietari i xef del Mas dels Arcs, de Palamós, fa una cuina basada en els arrossos, per la qual cosa és ben conscient de la importància del sofregit. *Casat* amb la gamba de Palamós, l'arròs de Pals i tots els productes de proximitat, ha ideat una triologia sofregits de l'Empordà, el primer dels quals és el mariner de gamba i cranc.

Societat: Antoni Izquierdo Cruellas
www.masdelarcspalamos.com



Postre de poma i pera, d'Anela Fruits

La terrina de puré de poma i pera d'Anela ha estat elaborada sense additius, conservants, colorants, ni sures afegits. Les peres de les varietats Williams, Conference i Abate, i les pomes Golden i Gala procedeixen de les seves pròpies plantacions, a l'Empordà, el Gironès i la Selva. Amb més de 40 anys d'història, els fills han agafat el relleu generacional.

Societat: Safrunat, SL
www.anelafruits.com



Salsa de calçots ecològica, de Can Moragues

Can Moragues, de Riudarenes, és un projecte social, entre la Fundació Emys, dedicada a la conservació de la natura, que hi aporta els ingredients; la Imma, que hi dona les receptes, i la Fundació Astres, dedicada a la integració de persones en risc d'exclusió. Juntes fan conserves i salses: en destaca la salsa de calçots, feta amb nyores, tomata, ametlles torrades i all.

Societat: Fundació Privada Astres
www.camoragues.org



Jo Pasturo, Sobrecuixes de pollastre amb camagrocs, de Planeses

Tot lluitant per revifar una antiga masia abandonada amb els recursos de l'entorn i una gestió sostenible, va néixer la línia de conserves Jo Pasturo, que ha desenvolupat la seva deliciosa recepta tradicional de Pollastre amb camagrocs amb els seus pollastres, criats ecològicament. Aquesta conserva es pot guardar 18 mesos a l'armari de la cuina.

Societat: Faustina de Solà-Morales Capdevila, SL
www.planeses.com



Escata,
de Gastro Ventures

Versió moderna del *liquamen* o gàrum dels clàssics grecs i romans, Escata és un derivat de l'anxova espessit lleugerament per obtenir textura de salsa. Ha estat desenvolupat per Gastro Ventures, una empresa formada per un xef, un científic i un economista, dedicada a la conceptualització, disseny, producció i comercialització de productes gastronòmics.

Societat: Gastro Ventures, SL
www.escatafood.com



Colatura d'anxova Selecció de Primavera,
d'Anxoves Callol Serrats

El líquid resultant del procés ancestral d'elaboració d'anxoves, un cop filtrades les impureses, és el nou producte de Callol Serrats. La batejada com a Colatura Selecció de Primavera ha absorbit l'essència de l'anxova i ha esdevingut un condiment marí i poten-ciador de sabor ideal per a la cuina. S'empra-renta amb el *liquamen* o gàrum dels antics grecs i romans.

Societat: Filll de J. Callol i Serrats, SL
www.callolserrats.com



Fumet de peix,
de Pescadors de Roses

Aquest brot de peix obtingut a partir de la coccio de vegetals i de peix amb poc valor comercial és el paradigma de l'aprofitament, la sostenibilitat i la necessitat de donar valor afegit al peix de la Costa Brava. Aquests objectius van inspirar el naixement de Pescadors de Roses Planta d'Envasat, una empresa creada per la Confraria de Pescadors de Roses i Peixos Gotanegra, SL.

Societat: Pescadors de Roses Planta Envasat, SL
www.pescadorsderoses.com



Gelatina d'allioli,
de Carnisseria Pelai

La tercera generació de la Carnisseria Pelai, des del 1933 a Sant Climent Sescebes, ha apostat per modernitzar innovar el negoci. En una acció amb el Gremi de Carnissers i Xarcuters i la Fira de l'Allioli de Creixell, va desenvolupar aquesta làmina d'alloli d'uns tres mil·límetres de gruix, feta amb gelatina. Aquest producte, amb perfum d'all, és ideal per acompañar carns, peixos i verdures.

Societat: Enric Torrent Navarra
www.pelai.com



Escalivada a la brasa,
de Can Bech

La segona generació de Can Bech presenta l'escalivada de pebrots vermellos, albergínia blanca i ceba al natural. Aquestes verdures, un cop escalivades a la brasa, al punt precís de coccio, es pelen manualment. Vegana *avant la lettre*, l'escalivada és un altres dels grans plats tradicionals de la cuina catalana, ja sigui freda, calenta o tèbia, sola o com a acompañament.

Societat: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com



EMBOTITS EXCEL·LENTS



EMBOTITS EXCEL·LENTS

Si Proust hagués estat català, potser no hauria començat a recordar després d'haver-se menjat un tall de fuet, però, qui sap? Potser ho hauria fet després de queixalar un bocí de coca de llardons. Les comarques gironines són territori d'embotits, com bé ho proven moltíssims relats, com ara els del gran cronista del segle xx, Josep Pla, que són dels més eloquents.

Budells farcits de carn de porc adobada amb sal i alguna espècie o herba aromàtica són embotits de llibre. Alguns són assecats en rebostos secs, frescos i foscos. D'altres es bullen en un perol i són

per menjar amb certa rapidesa, ja que la manca de fred i les oxidacions els alteren. Tot i això, hi ha gent que afina, fa madurar, peces senceres, perquè els interessa molt l'evolució organolèptica que fan, sobretot cap a gustos rancis però equilibrats. La majoria, però, entén l'embotit com un genèric: peces del porc transformades amb la intenció de guardar-les durant un temps i menjar-se-les de mica en mica, no pas de cop.

Aquest és un territori de carn crua trinxada i amanida amb sal i pebre i posada a assecar: llonganissa, fuet, secallona, somalla... També de botifarra

blanca, de fetge, de sang, i de botifarra dolça. I també de llom, cap de llom, clatell i pernil embotits: el que anomenem genèricament baiona.

La matança és una tradició encara viva, tot i que es continua fent més aviat per costum, per la voluntat de preservar un estil de vida i per pur plaer gastronòmic. Tanmateix, una potent xarxa de carnisseries que abasta pobles i ciutats continua elaborant els embotits tradicionals i investigant per crear-ne de nous.



Tast d'embotits - Foodlab a Riudellots de la Selva, 22 de maig de 2018



Fuet llarg, de Jordi Vilarrasa

Per elaborar la icona dels embotits del país, Jordi Vilarrasa només usa pernil, espatlla, ventresca, sal i pebre. Aquest carnisser amb parada a la plaça del mercat d'Olot cria els seus porcs de manera natural i sense pressa a l'empresa familiar agrària que té des del 1994 al Mas Janric de Begudà, al Parc Natural de la zona Volcànica de la Garrotxa.

Societat: Jordi Vilarrasa Vilanova
www.jordivilarrasa.cat



Cap de llop, de Carnisseria Alemany

La peça de carn magra sencera, amb greix ben infiltrat, adobada amb pebre i sal, embotida, assecada i madurada amb múltiples formes, i denominacions –baiona, clatell o cap de llop, llop...– és una de les més grans delícies de la gastronomia catalana. La Carnisseria Alemany, amb l'obrador a Banyoles i parada al mercat del Lleó de Girona, l'embotieix en tripa natural.

Societat: Xavier Alemany Juanola
www.carnisseriaalemany.cat



Botifarra blanca, de Carnisseria Alemany

Xavier Alemany va fundar la seva carnisseria el 1998 amb dos objectius: mantenir la tradició i transmetre-la. Tot i que la botifarra blanca es presenta en diferents gruixos i llargades, l'embotida en budell del petruc és una de les més apreciades d'aquest embotit i un dels embotits cuits típics de la matança. A la Carnisseria Alemany la preparen amb papada, cansalada i llop, sal i pebre.

Societat: Xavier Alemany Juanola
www.carnisseriaalemany.cat



Botifarra de perol, de Can Raliu

Can Raliu és una carnisseria familiar que va obrir el 1947 a Jafre. Malgrat que totes les botifarres cuites es couen (o coien) en un perol, només aquesta ho recorda al nom. Pel fet de dur cap, cansalada grassa, cotnes, freixura, llengua, ronyons i cor, també se la coneix com a *botifarra de parracs*. Les possibilitats de la botifarra de perol són moltes, ja sigui a la cuina popular o en receptes sofisticades.

Societat: Can Raliu, SL



Peltruc de carn de perol, de Carns i Embotits Homs

L'experiència de Carns i Embotits Homs, oberta el 1961 a Sant Hilari Sacalm, ha permès a donar una volta a la tradició per presentar aquest homenatge al porc que conjumina carn de perol i botifarra blanca. El resultat és d'un peltruc amb ventresca i cansalada del coll, amb trossos de llengua, ronyons, ventres i cotnes, amanit amb sal i pebre, que recorda les botifarres de llengua.

Societat: Albert Santaugini Homs
www.carnisseriahoms.cat



Botifarra medieval, de Porcs Casolans Corominas

Mas Corominas, explotació familiar de Begudà, on es crien els seus porcs, ha fet una mirada al passat per presentar un producte innovador, inspirat en les especiades elaboracions dels receptaris medievals. La botifarra medieval barreja fetge d'ànec i pollastre, cansalada, papada, retall de cérvols o cabrit, romaní, farigola, orènga, ceba, sal i pebre.

Societat: Granges Corominas, SL
www.porccasolanscorominas.com



FOIE-GRAS EXCEL·LENTS



FOIE-GRAS EXCEL·LENTS

El ram del foie-gras va més enllà de la criança ànecs de la raça mulard per obtenir-ne fetge cru. És inevitable comparar-lo amb el porc: se n'aprofita tot. Cada part de l'ànec es transforma en delicadeses gastronòmiques molt apreciades: cuixes confitades, pit adobat, conserves de pedrers, colls farcits, *mousses*, patés amb diversos maridatges, clàssics, innovadors o molt imaginatius. La producció es concentra a l'Empordà, la Selva i el Gironès.

El primer intent d'establir granges d'ànecs per obtenir-ne foie-gras a les comarques gironines va ser el 1976, però fins al 1982 aquest sector no es va acabar consolidant. Aleshores, un grup de joves emprenedors va iniciar la indústria actual, entrant de contraban

pollets d'ànec mulard adquirits a l'altre costat de la frontera francesa.

L'adaptació va ser fàcil, tot i que es tracta d'unaraça híbrida, fruit de l'encreuament d'una femella pequinesa amb un mascle d'ànec mut, mesquer o de Barbaria, originari dels Andes. De fet, l'ànec i les oques formen part de la tradició ancestral avícola gironina: les cases solien engreixar-ne per a la festa major i per a les llargues festes de Nadal.





Foie-gras extra, de Collverd

Collverd, empresa nascuda el 1980 a l'Empordà, ben a prop del Parc dels Aiguamolls, cria els seus ànecs catorze setmanes a l'aire lliure. Amb un microclima especial, una alimentació a base de cereals i una manipulació quirúrgica, obtenen un foie-gras natural, fresc i sencer, de color i pes ideals, que es presenta compacte, amb textura sedosa i un sabor dolç, torrat i salí.

Societat: Collverd Productes de l'Ànec, SA
www.collverd.com



Foie-gras micuit, de Collverd

Per a la preparació del micuit, la forma bàsica de preparació d'aquest producte, cal un fetge de la més alta qualitat. Collverd ha aconseguit afinar al màxim aquesta joia de la cuina clàssica. La cocció justa, en una terrina al bany maria, amb només sal i pebre, dona com a resultat aquesta semiconservada de naturalesa dolça, melosa, amorosa i aromàtica.

Societat: Collverd Productes de l'Ànec, SA
www.collverd.com



Foie-gras a la sal, de Collverd

El foie-gras a la sal, una elaboració antiga i delicada, és un dels productes estrella de Collverd. L'empresa més antiga i una de les pioneres de l'Estat espanyol a dedicada a criar ànecs per a obtenir-ne el fetge, li va voler donar un nom evocador: *celler*. I avui foie-gras *celler* és la denominació més coneguda per aquesta preparació ancestral i sense cocció.

Societat: Collverd Productes de l'Ànec, SA
www.collverd.com



Foiegret, de Collverd

La denominació *magret* es refereix exclusivament als pits d'ànecs criats per a l'obtenció de foie-gras. L'anomenat pernil d'ànec és una de les transformacions del magret, probablement la més estesa. El *foiegret* va més enllà de la tendresa del pernil cuit ja que hi incorpora el foie-gras, i el resultat és un producte que aporta una sensació més agradable i amorosa amb el greix fondant a la boca.

Societat: Collverd Productes de l'Ànec, SA
www.collverd.com



GALETES EXCEL·LENTS



GALETES EXCEL·LENTS

Les galetes són l'expressió més viatgera i atemporal de la tradició dolça de les comarques gironines. El calendari és farcit de pastissos especials, locals i limitats sovint a festes anyals: *brunyols*, tortells, rabasses, flaones, coques, panellets... Algunes especialitats ultralocals han esdevingut universals: els taps de Cadaqués, el bisbalenc, la coca de Palau-saverdera, el tortell entorxat i la coca de llardons d'Olot, la tortada de Banyoles o el xuixo de Girona. Per descomptat, hi ha xocolaters i gelateres de fama universal.

De tota la tradició dolça, atès el seu origen, que es remunta a l'edat mitjana, i el fet de ser una conserva de carn de porc amb sucre, ratlladura de llimona i, fins i tot, canyella,

destaquen la botifarra dolça, quan és crua, i el fuet dolç, quan s'ha penjat per assecar.

Quant a les galetes, a Santa Coloma de Farners i a Camprodon n'hi ha tota una indústria que n'escampa capses per tot el planeta. Les galetes de Camprodon són variades i assortides. De les colomenques en destaquen els ametllats.

Aquestes galetes són unes grans pastes de te, i són l'acompanyament perfecte per al cafè. Són ideals per fer sucamulla en vi dolç o ratafia. Són molt bones per trencar el cuc i, sobretot, per fer la picada final d'un gran guisat.



Tast de galetes - Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona, 24 de maig de 2018



Ametllats, de Galetes Trias

Trias Galetes-Biscuits, empresa familiar fundada a Santa Coloma de Farners el 1908, elabora aquesta galeta amb només tres ingredients: ametlla, sucre i clara d'ou, sense cap més secret que el saber fer centenari. Tota la història de la societat està explicada al Museu Trias de les Galetes, inaugurat el 1994 en un espai de la fàbrica de galetes.

Societat: Trias Galetes-Biscuits, SA
www.triasbiscuits.com



Teules, de Galetes Trias

Les teules d'ametlla són la sublimació de la història de Santa Coloma de Farners. Aquesta galeta, basada en la recepta tradicional i feta exclusivament d'ametlla, sucre, farina i rovell, sense conservants ni colorants, és el clàssic de Trias, una empresa familiar que el 1910 ja va començar a comercialitzar les galetes en capses de llaua.

Societat: Trias Galetes-Biscuits, SA
www.triasbiscuits.com



Neules, de Galetes Birba

Les Birba són les famoses galetes de Camprodón. I les neules són un dels dolços clàssics de la gastronomia catalana, documentats des de l'Edat Mitjana. Sense conservants, ni colorants ni oli de palma, les neules s'elaboren amb ingredients naturals, artesanalment, una a una, per la qual cosa són irregulars i no tenen talls als extrems.

Societat: Galetes Camprodon, SA
www.birba.es

Neulets de menta amb poma, de Galetes Trias

La tercera i quarta generació d'aquest negoci centenari, fundat per Joaquim Trias i Vila, ha ideat aquesta neula curta farcida de praliné d'ametlla amb poma i menta, com unes pastes de te refrescants. Des d'una planta de 4.500 m² preparada per exportar els seus productes al món, aquesta empresa es manté vinculada al territori, ja que el neulet porta granny smith dessecada de la IGP Poma de Girona.

Societat: Trias Galetes-Biscuits, SA
www.triasbiscuits.com



LÀCTICS EXCEL·LENTS



LÀCTICS EXCEL·LENTS

Els ramats transhumants de vaques i ovelles a la plana de l'Empordà provinents de les valls del Ripollès i de la Cerdanya formaven part del paisatge més pintoresc de les comarques del nord de Girona. Els ramats de cabres eren més estables. Els ramaders produïen carn i llet per al consum propi i els mercats de proximitat. Per això hi predominen els formatges tendres, com a gairebé la resta del país. El recuit, a l'Empordà, la Garrotxa, el Gironès i el Pla de l'Estany. A la Selva, s'han decantat pel mató; a la Selva interior, pel formatge tendre de cabra.

A les comarques gironines, els grans formatges enveillits, com el serrat, s'han d'anar a buscar al Pirineu, al punt més fred i feréstec del territori. Tanmateix, a partir dels anys vuitanta del segle xx hi va haver canvis, la producció va evolucionar cap endavant d'una manera creativa. Quan s'entreveia un desastre humà i paisatgístic amb l'abandó i l'empobriment rural, va renéixer —d'una manera romàntica al principi— l'interès per viure a pagès. Molts productors van apostar per criar bestiar, produir llet, transformar-la o comercialitzar-la ells mateixos, d'una manera independent i sense intermediaris. Aleshores va aflorar la indústria artesana del formatge. Alguns formatgers són descendents d'antics pastors; d'altres hi arriben amb una intensa formació teòrica.

Molts ja tenen uns quants anys d'experiència i molts èxits i premis. Encara que el làctic gironí més conegut a fora de les comarques és el recuit —el de drap al Baix Empordà o el d'olleta a l'Alt Empordà—, no hi ha una especialitat comuna entre tots els formatgers.



Tast de làctics - Foodlab, Riudellots de la Selva, 4 de juny de 2018



Recuit d'olleta, de Mas Marcè

Mas Marcè, ramaders de Siurana, van fer un gran esforç per recuperar i potenciar l'ovella ripollesa, de raça autòtona, com a productora de llet, mitjançant els mètodes de l'agricultura ecològica. Paral·lelament, van recuperar l'herbacol (*o presó*), per quallar la llet i així reprendre l'activitat tradicional dels recuits d'olleta.

Societat: Mas Marcè, SCP
www.masmarce.com



Recuit de drap, de Recuits de Fonteta

Si el làctic gironí per excel·lència és el recuit, el de drap de Fonteta ha esdevingut un emblema gastronòmic. Al municipi de Forallac, al peu del massís de les Gavarres, la família Martell fa aquest recuit des del 1990. Per obtenir el seu famós requisit cremós, suau i amorós, fa servir la llet de diferents ramats de cabres.

Societat: Recuits de Fonteta, SL
www.recuitsdefonteta.com



Baldat, de La Balda

Aquest és un formatge inèdit a Catalunya: una peça de 20 quilos, de pasta cuita i pell fregada, que s'elabora a partir de llet crua de vaca i es madura un mínim de dotze mesos. Per fer el baldat, aquesta formatgeria de Granollers de Rocacorba, al Gironès, fa servir llet crua de vaca ecològica de Can Garriga de Maïà de Montcal, a la Garrotxa.

Societat: Pablo Garcia Garcia
www.labalda.com



Saüll, de La Xiquella

La Xiquella és un obrador de formatges artesans establert el 2014 al mas El Xiquillo, al veïnat Vilallonga de la Vall d'en Bas. Envoltat de ramaders excel·lents amb bon bestiar, Oriol Rizo va decidir fer aquest requisit de llet crua de vaca, de pasta cuita premsada dura, escorça rentada i amb un mínim d'un any de maduració.

Societat: La Xiquella, Formatges i Turisme Rural, S.L.
www.laxiquella.cat



Fermiò, de La Balda

Cada setmana Pablo García elabora al seu petit obrador aquest formatge de pasta tova i pell florida amb llet crua de vaca ecològica, procedent de Can Frigola de Borgonyà, al Pla de l'Estany. La formatgeria La Balda va néixer el 2012 a la Vall del Llémèna, al peu de Rocacorba. El Fermiò neix molt cremós i tendeix a esdevenir líquid i, quan madura, assoleix el seu potencial aromàtic.

Societat: Pablo García García
www.labalda.com



Cofat, de La Xiquella

Aquest serrat d'ovella s'emparenta amb els formatges històrics de muntanya. Elaborat amb llet crua d'ovella i coagulació enzimàtica, esdevé un formatge de pasta semicuita premsada dura i florida natural raspallada, madurat d'entre sis i dotze mesos. És un dels formatges més emblemàtics de la formatgeria i casa rural d'Oriol Rizo i l'Irma Casas.

Societat: La Xiquella, Formatges i Turisme Rural, S.L.
www.laxiquella.cat



Marí, de Mas Marcè

Procedent d'una família de pastors transhumants del Pirineu establerts la plana empordanesa, Manel Marcè, la sisena generació, va decidir modernitzar l'activitat. Un dels productes més reeixits ha estat un formatge madurat de pasta tova de llet ecològica crua d'ovella de raça ripollesa, amb aigua de mar. Un homenatge a les marinades del ventós Mas Marcè.

Societat: Mas Marcè, SCP
www.masmarce.com



Puigpedrós, de Molí de Ger

Formatge de llet crua de vaca, de pasta tova, escorça rentada, de color ataronjat a l'exterior i ivori envellit a l'interior, elaborat pel Molí de Ger, a la Cerdanya. El produeix una de les lletaries més representatives del país, dedicada des del 2007 a la producció de formatges amb llet crua de vaca del seu ramat de raça frisona i encreuada amb raça blau belga.

Societat: La Verneda 2007, SL
www.molideger.com

756

496



OLIS EXCEL·LENTS



OLIS EXCEL·LENTS

Tenim documentat el conreu de l'oli des de fa segles: l'ullastre, l'olivera silvestre, és una planta endèmica de la regió, cosa que indica que era coneguda abans no es coneixés i que els olivars s'expandien amb facilitat. Les oliveres mil·lenàries donen fe d'aquesta antiguitat, juntament amb les restes arqueològiques, que proven la presència d'una indústria oleica des de l'edat de bronze.

Per això mateix, es reconeixen tres varietats d'olivera autòctona: argudell, corivell i verdal o llei de Cadaqués. Tot i això, fins al 2008 no va néixer la Denominació d'Origen Protegida Oli de l'Empordà, que inclou l'Alt i el Baix Empordà, tres municipis del Pla de l'Estany i cinc del Gironès.

L'argudell, considerada des de sempre la millor varietat per a la producció d'oli, que dona en gran abundància, és la més característica i conreada. En canvi, la corivell és força testimonial. I la verdal dona personalitat als olis de Cadaqués.

El consell regulador també permet etiquetar com a DOP Oli de l'Empordà els olis que no tinguin més del cinquanta per cent de la varietat arbequina, que s'ha adaptat prou bé al territori. De la mateixa manera que hi ha varietats d'oliveres d'altres indrets del món, en els darrers anys s'han anat descobrint antigues varietats locals a la Garrotxa i al Montseny, on ja treballen en la seva expansió.





Oli de Pau, d'Empordàlia

Aquest oli d'oliva verge extraordinari, afrutat i verd, s'obté d'olives de tres varietats: dues d'autòctones, la majoritària argudell i la testimonial corivell i, en menor proporció, l' arbequina. El produeix Empordàlia, una cooperativa formada per la unió de petits productors de l'Empordà, nascuda el 1995 com la suma dels antics cellers cooperatius de Pau, Roses i Vilajuïga.

Societat: Empordàlia SCCL
www.empordalia.com



Serra Ferran oli d'oliva verge extra, d'Oli de Ventalló

Amarg, picant, dolç, verdós, fresc, lleuger i amb una tènue astringència, l'oli verge extra de Serra Ferran és el suc de les olives d'arbres centenaris i, fins i tot, mil·lenaris, de les varietats argudell i arbequina. L'autòctona argudell aporta a l'oli rusticitat, amargor i complexitat aromàtica, i la universal arbequina, una frescor afrutada d'oliva verda.

Societat: Oli de Ventalló, SL
www.oliventallo.com



Oli d'oliva arbequina verge extra, de Gozos Mundanos

Gozos Mundanos és un projecte dedicat a la producció d'oli d'oliva verge extra i vi de qualitat, i un bistròt al centre de Roses. L'oli d'oliva verge extra de Gozos Mundanos, afrutat, verd, lleuger, amb una entrada dolça, una amargor subtil i una picantor mitjana-baixa, es produeix amb olives arbequines de producció ecològica de l'Alt Empordà.

Societat: Adelina Parada Pérez
www.gozosmundanos.com



Oli d'oliva verge extra Anna Sala Trull de Ventalló, d'Oli de Ventalló

Cada ampolla d'oli d'oliva verge extra Anna Sala Trull de Ventalló explica la història de l'oli i de les oliveres a l'Empordà, de quan la gent hi anava expressament per comprar el tradicional oli de Ventalló a doll. S'elabora amb suc d'olives d'oliveres centenàries de la varietat argudell, d'arbres de la varietat arbequina i de la varietat picual, originària d'Andalusia.

Societat: Oli de Ventalló, SL
www.oliventallo.com



VINS EXCEL·LENTS



VINS EXCEL·LENTS

El 1975 va néixer la Denominació d'Origen Empordà. Al principi, només aplegava productors de l'Alt Empordà, una de les comarques amb més tradició vitivinícola del país. De fet, durant molts segles el conreu de la vinya, de l'olivera i dels cereals hi va ser omnipresents. Per això la trilogia mediterrània dona caràcter al paisatge empordanès. La vinya i el blat hi marquen el ritme de les estacions. Podades a consciència, alineades i ordenades, les vinyes centenàries i les vinyes joves ens fan veure la renovació del cicle vital. N'hi ha a la plana i n'hi ha d'enfilades als pendents de les muntanyes, sostingudes per desenes de quilòmetres de paret seca, dibuixant el paisatge. Aquesta arquitectura efímera va ser pensada pels nostres ancestres per camuflar-la amb la natura i per frenar-hi els efectes devastadors de les arrauxades pluges torrecials, el cop de geni del caràcter mediterrani. Des de l'any 2004, la DO també incorpora el Baix Empordà.

Aquesta denominació d'origen es caracteritza pels vins produïts amb les diferents varietats de garnatxa, que aquí pren el nom de *lledoner* i pel samsó o carinyena, el macabeu i el moscatell d'Alexandria. El paisatge d'aquest costat de la Mediterrània té la sureda com a element indestrisible i quasi indestructible: aguanta incendis des de fa segles, mil-lennis; des que l'home és home i és pastor avíd d'herba verda per als seus ramats. De les suredes generoses i pacients s'extrau el suro, amb el qual una delicada indústria concentrada a la Selva i el Baix Empordà fabrica els taps de la majoria d'ampolles dels vins més prestigiosos de la DO, que també s'exporten arreu del món.

Des del 2018, una vintena de cellers empordaneses han intensificat el lligam amb el territori i han creat la denominació Taps de Finca amb suro de suredes de la mateixa DO i molts, amb el suro de les seves pròpies finques.

Els vins dolços

Les sobretaulas empordaneses han estat presidides pel garnatxa (o *granatxa*) i el moscatell per acompañar bunyols, tortells, coques, rebosteria i altres dolços tradicionals. El moscatell és floral, d'aromes agrables i meloses, fill dels moscatells d'Alexandria. L'altre, el garnatxa, és un vi dolç natural elaborat amb *lledoner*, i és el producte més característic de tota la DO.

A l'Empordà, de la varietat garnatxa en diuen *lledoner*, perquè el terme *garnatxa* o *granatxa* es reserva per a aquest vi dolç seductor i càlid com els paisatges mediterranis. Es tracta d'un vi generós amb records de rancis ancestrals, ja que se'n fan criances oxidatives en velles botes de fusta i soleres antigues, que concentren sabors i aromes i s'amaren de la memòria dels avantpassats. Molts berenars tradicionals en què es combinen bunyols i coques anisades amb llonganissa i fuet es mariden amb els garnatxes més rancis.



Tast de vins i vins dolços - Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona, 8 de juny de 2018



Xot blanc 2017, de Vinyes dels Aspres

Vinyes dels Aspres, amb el celler a Can Batlle, casa pairal de Cantallops mencionada ja al segle XVII, dedicada històricament al vi, l'oli i els taps de suro, només cultiva raïm de la seva propietat. Aquest vi blanc jove, fermentat en bota de roure francès, amb 4 mesos d'enveïlliment, es fa amb sauvignon blanc de 10 anys, del camp dels Clots, i picapoll de 8 anys, de Can Cortada.

Societat: Joaquim Albertí, SA
www.vinyesdelsaspres.cat



Camí de Cormes 2016, de Roig Parals

Vi blanc de vinyes velles de macabeu i garnatxa blanca, fermentat en fusta i amb tres mesos de criança, en contacte amb les mares, en botes de roure francès de 225 litres. Aquest vi blanc ha estat elaborat per Roig Parals, la quarta generació dedicada al conreu de la vinya i la primera en embotellar vi de qualitat emparat per la DO Empordà.

Societat: Roig Parals, SL
www.roigparals.cat



Mallolet 2017, de Roig Parals

Aquest vi rosat del 2017 prové de garnatxa negra veremada a mà, ben de matí, durant les dues darreres setmanes de setembre. Amb 15 hectàrees de vinya al voltant del poble de Mollet de Peralada, Roig Parals elabora 8 vins amb les varietats autòctones que es van plantar després de la fil·loxera: macabeu, samsó (o carinyena) i garnatxes (o lledoner).

Societat: Roig Parals, SL
www.roigparals.cat



Negre de Gerisena 2016, de Gerisena

Celler Gerisena és fill de la Cooperativa Agrícola de Garriguella. De les 173 hectàrees d'una de les cooperatives més antigues de l'Empordà, les 30 hectàrees de vinyes velles amb una edat mitjana dels ceps de 70 anys són per al Celler Gerisena. El seu vi negre jove s'elabora amb raïms de les varietats garnatxa negra i cabernet sauvignon.

Societat: Agrícola de Garriguella, SCCL
www.cellengerisena.com



Masia Carreras Negre 2015, de Martí Fabra

Elaborat només amb raïm de la varietat samsó, de vinyes de molt baixa producció de més de 70 anys. Aquesta vi ha tingut una criança de 14 mesos en botes de roure francès als soterranis de la masia Carreras. El mas del Celler Martí Fabra data del segle XIV, i els propietaris tenen un document del 1305 que accredita la compra d'una vinya.

Societat: Celler Martí Fabra, SCP
www.cellermartifabra.com



**Torre de Capmany garnatxa de l'Empordà
Gran Reserva, de Pere Guardiola**

Pere Guardiola fa aquesta garnatxa només amb raïm de la varietat lledoner blanc, que es fa fermentar fins a generar un mínim d'un 5 % d'alcohol, amb el qual preserva uns 150 grams de sucres. Aleshores, s'enriqueix amb alcohol vínic fins a una graduació mínima de 15°. Es crie un mínim de dos anys amb el sistema tradicional empordanès de velles soleres familiars, un mínim de dos anys.

Societat: Pere Guardiola, SL
www.peregardiola.com



**Sinols moscatell 2016,
d'Empordàlia**

Empordàlia, cooperativa nascuda el 1995 de la unió dels antics cellers cooperatius de Pau, Roses i Vilajuïga, produceix aquest vi dolç natural que s'elabora amb raïm moscatell d'Alexandria, de verema tardana. Aquest clàssic dels vins dolços florals s'aconsegueix aturant la fermentació alcohòlica i afegint-hi una mica d'alcohol vínic quan el sucre residual és l'optímit.

Societat: Empordàlia SCCL
www.empordalia.com



**Bac de les Ginesteres,
de Vinyes dels Aspres**

Vinyes dels Aspres elabora un dels vins més laboriosos de produir, singulars i elogiats: un cop veremada la garnatxa roja de vinyes de 28 anys, es deixen pansir els raïms durant 59 dies i es premsen com si fos raïm fresc. El most, amb una alta concentració en sucres, es fermenta durant mesos. El vi es madura durant 50 mesos a sol i serena en garrafes de vidre, i en aquest període de temps va evolucionant cap al rancí.

Societat: Joaquim Albertí, SA
www.vinyesdelsaspres.cat





FESOLS EXCEL·LENTS



FESOLS EXCEL·LENTS

Fesol i mongeta són sinònims. Ara bé, a la zona volcànica de la Garrotxa parlarem de **fesols** i no pas de **mongetes**. A més a més, la denominació d'origen protegida (DOP) avalada per la Comissió Europea des del juliol del 2015 és **fesols de Santa Pau**.

La DOP és el reconeixement a un conreu tradicional que es va iniciar a començament del segle XVIII, en què les noves espècies americanes de llegums, molt productives, es van imposar als camps volcànics, lleugers, porosos i fèrtils, fins al punt que també van acabar manlevant els noms de les espècies antigues anomenades **fesols**. Probablement, les llavors de les varietats de *Phaseolus vulgaris* portades d'Amèrica van desplaçar-ne les ancestrals de *Vigna sinensis* (o *Dolichos sinensis*), de tavelles molt

llargues i d'origen euroasiàtic, que devien llegar-nos els grecs antics.

De fet, avui, encara queden conreus locals de fesols menuts, mongets, fesolets, fesoles, fesolins, fesolines, banyolins, escurçatites, caragirats, guixons, fesols de l'ull ros o fesols de l'ull negre, sobretot al Pla de l'Estany i al Baix Empordà.

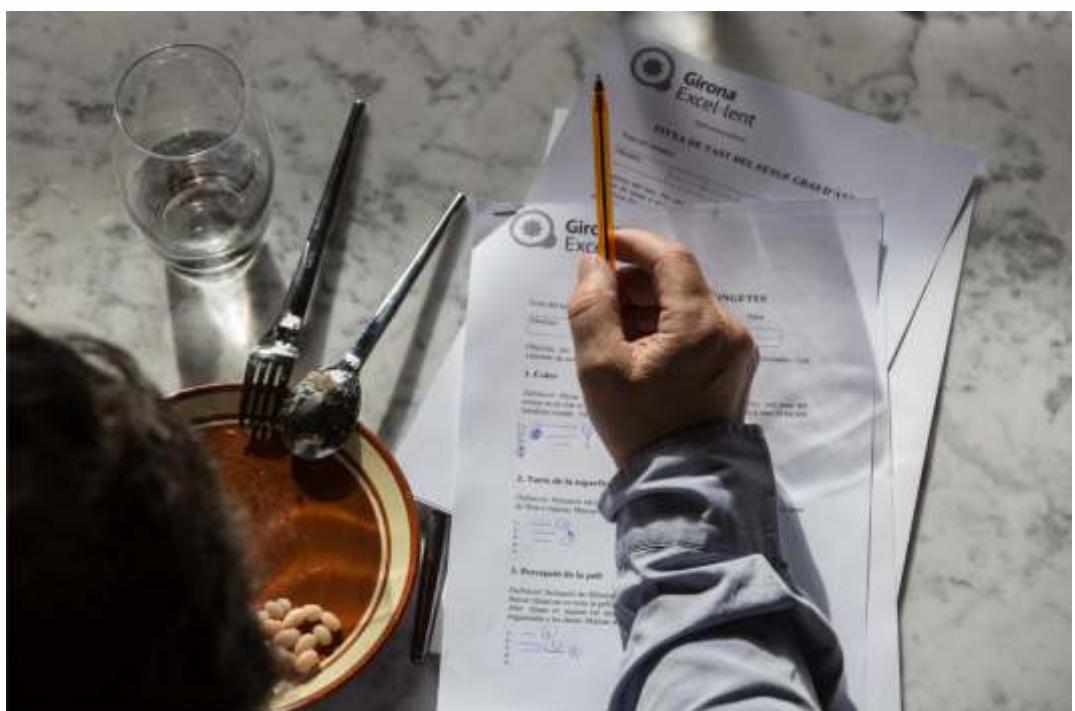


Denominació d'Origen Protegida Fesols de Santa Pau

Aquests fesols són conreats als sòls volcànics de Santa Pau, a la Garrotxa.

Es tracta d'uns fesols molt apreciats gastronòmicament: són melosos, manteñosos, molt suaus al paladar i tenen una flaire dolça.

www.fesolsdesantapau.cat



Tast de fesols – Mas Can Batlle de Santa Pau, 14 d'octubre de 2014





POMES EXCEL·LENTS



POMES EXCEL·LENTS

Maçanet de Cabrenys, Maçanet de la Selva, Maçaneda, Massanes o la Maçana són topònims que proven que la poma és un conreu ancestral. Com *maçana*, a les Terres de l'Ebre, o *manzana*, en castellà, que deriven de *mattiana*, nom d'una varietat de poma predominant durant l'Imperi romà.

Sense perdre'n mai la mena, el 2001 va néixer la Indicació Geogràfica Protegida (IGP) Poma de Girona, successora de la denominació de qualitat Poma de Girona, creada per la Generalitat el 1983. Tots els fructicultors de la IGP estan compromesos amb la producció integrada, mitjançant la qual controlen les plagues de manera més sostenible i respectuosa amb l'entorn. Les pomes presideixen paisatges de l'Alt i el Baix Empordà, el Gironès, la Selva i el Pla de l'Estany.

Tot i que les varietats comercials són golden, red delicious, royal gala i granny smith, els pomerars conservats tenen inventariades i plantades més d'un centenar de varietats ancestrals i locals.

Totes aquestes varietats locals servien per a l'elaboració d'un receptari ric a base de guisats, rostits, com a acompanyament de la botifarra dolça i, sobretot, per fer la poma de farciment o *relleno*. Aquesta poma es farceix de rostit de xai, vedella i porc, amb galetes, espècies i vi. Una autèntica relíquia de la cuina medieval.



**Indicació Geogràfica Protegida
Poma de Girona**

La varietat royal gala és la més rodona de les quatre varietats que duen la IGP, junt amb la golden, la granny smith i la red delicious.

Es tracta d'una poma bicolor (vermell i crema), de pell amb estries marcades, de polpa blanquinosa i consistent, sucosa, fina, molt crujent i dolça.

www.pomadegirona.cat





COSTA BRAVA

ENVASE NO REUTILIZABLE

COSTA BRAVA

PEIX FRESC

PARA USO ALIMENTARIO



Girona
Excel·lent.
Segell de qualitat agroalimentària

Diputació de Girona
Collectius

COL·LECTIUS EXCEL·LENTS



COL·LECTIUS EXCEL·LENTS

Girona Excel·lent Col·lectius és un espai de treball d'entitats representatives que permetin aprofitar les sinergies i complementarietats, amb la voluntat de:

- Constituir un espai de relació estable entre la Diputació de Girona i les entitats representatives dels diferents sectors agroalimentaris del territori gironí.
- Fomentar les activitats i la promoció dels sectors adherits mitjançant el segell de qualitat Girona Excel·lent.

Col·lectius:

- DO Empordà
DOP Fesols de Santa Pau
DOP Oli de l'Empordà
IGP Poma de Girona
Gremi d'Elaboradors de Cervesa Artesana
Gremi de Flequers de les Comarques de Girona
Gremi de Carnissers i Xarcuters Artesans de les Comarques de Girona
Associació de Productes del Ripollès
Confraria de Pescadors de Palamós
Confraria de Pescadors del Port de la Selva
AECORK – Associació d'Empresaris Surers de Catalunya







TEXTO EN CASTELLANO
ENGLISH TEXT
TEXT EN FRANÇAIS

LA EXCELENCIA AGROALIMENTARIA DE UN TERRITORIO DE MAR Y MONTAÑA

La cocina de las comarcas gerundenses es una de las más influyentes del mundo desde el último decenio del siglo xx. El factor humano es esencial, pero su genio no habría aflorado sin una conjunción de factores poderosos. Primero, una historia determinada por un cruce de culturas e intercambios. Despues, la riqueza de materias primas procedentes de la agricultura, la horticultura, la viticultura, el cultivo del olivo, la ganadería, la pesca, la explotación forestal y las transformaciones agroalimentarias artesanales e industriales de calidad. Y, finalmente, una tradición gastronómica secular ininterrumpida, renovada y actualizada en cada periodo histórico.

Las comarcas gerundenses se extienden por un territorio de mar y montaña, de variada cocina y de diversos y complementarios paisajes. Territorios humanizados: dólmenes, menhires, masos, iglesias y ermitas románicas, monasterios, deliciosos prados, kilómetros de pared seca, oliverares, viñas y arcaicas cavas, posmodernas bodegas, campos y huertas lozanas.

La agricultura primitiva ha dejado su huella en el entorno. Olivos centenarios y milenarios, campos de manzanos, renacidas viñas y huérfanos restos de pared seca querían volver a acoger cepos. Los cultivos permanentes han modelado el territorio con sinfónicos y seductores paisajes, que combinan armónicamente los manzanos, la viña, los campos de arroz, de trigo para la harina con que hacer el pan de tramontana, cebada, avena y maíz para alimentar al ganado, y la huerta, muy ordenada con tiralíneas y regada principalmente con los canales nacidos de la revolución industrial. Nada es fruto del azar. En los huertos empieza la cocina gerundense: la cebolla y los ajos (cuando tienen que ir) del sofrito: un sofrito hecho con paciencia, removido mucho rato para oscurecerlo, pero sin quemarlo, para que caramelice y confite. El huerto es el sofrito del paisaje. Y los parques naturales son el fruto de tantos años, siglos y milenarios de modelaje del paisaje y convivencia con el territorio.

Existen tres parques a orillas del mar: el de Cap de Creus, de olivar, viña y arrozal; el de los Aiguamolls de l'Empordà, y el del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter. Otros dos están en la montaña: el de las Capçaleres del Ter i del Freser y el de la Zona Volcànica de la Garrotxa, de pastos y judías.

Y queda uno de mar y montaña, del mito ampurdanés del pastor y la sirena: el Parc Natural de l'Albera, de hayedos, vacas gardoñas y alcornocales.

Fruto de esa conjunción de territorio y cultura agropecuaria y culinaria nació el sello de calidad agroalimentaria Girona Excel-lent.

La tercera edición

Un total de 70 productos de 46 empresas distintas lucirán en 2018 y 2019 el sello Girona Excel-lent, nacido para impulsar, fomentar y difundir a nivel estatal e internacional los productos agroalimentarios gerundenses de la más alta calidad cien por cien elaborados en las comarcas gerundenses.

Girona Excel-lent nació en 2014 con carácter bienal gracias al impulso de la Diputació de Girona y de la Cambra de Comerç para resaltar la excelencia gastronómica de las comarcas gerundenses. Desde su primera edición, la de los años 2014-2015, todos los productos han sido seleccionados mediante catas a ciegas por especialistas de todos los ámbitos de la gastronomía, la cocina, la investigación y la producción agroalimentarias. Es por eso que en tres ediciones el sello de calidad agroalimentaria Girona Excel-lent ha logrado un gran reconocimiento entre el sector productor de calidad. De los productos que figuran en la lista, dos lo han disfrutado con pleno derecho desde la primera edición: las manzanas de la Indicació Geogràfica Protegida Poma de Girona y las judías de la Denominació d'Origen Protegida Fesols de Santa Pau. Los demás fueron escogidos entre los meses de mayo y junio de 2018, en una cata a ciegas para cada familia de productos seleccionados: aguas minerales, anchoas, arroz, bebidas locales, café, conservas, embutidos, foie gras, galletas, lácteos, aceites de oliva y vinos. Cada cata tuvo un jurado de cinco miembros, que se reunieron en cinco escenarios: el Aula Gastronómica de l'Empordà; la Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona; el IRTA Monells; el FoodLab de Riudellots de la Selva, y el centro gastronómico Domus Sent Soví de Hostalric.

Los catadores

Un amplio y variado abanico de personas relacionadas con el mundo agropecuario, la gastronomía y la restauración fueron convocadas para participar en las doce catas de la tercera edición de Girona Excel-lent, que tuvieron lugar entre el 14 de mayo y el 8 de junio. En dichas catas intervinieron cinco especialistas relacionados con cada ámbito, con representantes de la ciencia, la ingeniería, la investigación, el periodismo gastronómico, la docencia, la restauración, el mundo del vino, la cocina o el comercio especializado. Hay que precisar que la elevada concurrencia del sector vinícola obligó a movilizar a dos equipos de cata. Las catas se hicieron a ciegas, y se valoraron parámetros gastronómicos; es decir, las calidades organolépticas: aspecto, aroma, sabor y armonía. En el caso de los productos singulares, se dieron puntuaciones numéricas y hubo deliberaciones.

AGUAS EXCELENTE

Nos encontramos en un territorio montañoso y volcánico: los Pirineos, las Guilleries... Hay volcanes por todas partes, y conexiones subterráneas; filtrajes durante millones de años; pureza mineral. Las comarcas gerundenses están rebosantes de fuentes, de fuentes picantes y fuentes de agua sulfídrica, de fuentes de aguas calientes; de aguas minero-medicinales, de balnearios, de fuentes de salud y de plantas envasadoras de agua. El agua potable es un bien estratégico, de una enorme potencia económica. En estas comarcas, grandes multinacionales extraen agua, con o sin gas, y hay algunas que son de *culto*, finas y apreciadas. Para beber y quitar la sed, para hacer infusiones y no alterar ninguna propiedad organoléptica de las hierbas, y para cocinar caldos, arroces y platos de puchero. La mayor parte de este agua es mineral natural, tal y como mana de la fuente. Las hay con gas natural, a pesar de que lo pueden perder cuando brota a la superficie después de tantos años —miles o millones—, escondidas y protegidas entre las piedras. También las hay con gas añadido posteriormente y, así mismo, con el carbónico natural, *brut nature*.

Aqua mineral natural, de Sant Aniol

El agua de Sant Aniol se extrae de un manantial formado hace más de 40.000 años que emerge de una profundidad de 55 metros y llega a unas instalaciones situadas por encima de una lengua basáltica de 12 metros. La pureza y la baja mineralización de esta agua le otorgan un sabor neutro que la hace apta para cocinar y para preparar cafés e infusiones.

Sociedad: Hijos de José Bassols, S.A.
www.santaniol.com

Aqua mineral con gas natural, de Aigua de Salenys

La extracción comercial del agua de Salenys se inició en 1823 en las Gabarras, a las puertas de la Costa Brava. Desde 1902, se ha envasado siempre en botellas de cristal y a nivel del manantial para que no pierda nada de gas. A pesar de que se considera un agua de mineralización alta, su contenido en sodio es bajo y los minerales que contiene son buenos para la salud.

Sociedad: Aigua de Salenys, S.L.
www.salenys.com

Aqua mineral con gas añadido, de Sant Aniol

Sant Aniol es un negocio familiar fundado en 1993 y que obtiene una agua de gran pureza y de una mineralización muy equilibrada de un manantial enclavado en un paraje de lava sedimentada y roca volcánica. La adición de gas mantiene intactas las propiedades de esta agua y la convierte en un buen refresco y un buen acompañamiento para las comidas.

Sociedad: Hijos de José Bassols, S.A.
www.santaniol.com

ANCHOAS EXCELENTE

Las anchoas tienen mucha historia. Cuando menos, situamos el nacimiento mítico de la salazón en la Costa Brava en el tiempo de los griegos y los romanos. Las primeras fábricas, precursoras de la industria actual, aparecen en el siglo xix, y entre estas destaca la Casa Pont, de Cadaqués. Si bien en este siglo xxi l'Escala es el municipio con más elaboradores, la de Cadaqués ha sido la fábrica más grande que nunca ha existido. En la Casa Pont eran, además, fabricantes de barriles, donde se prensaban las anchoas para que quedaran bien anchoadas con la salmuera, a fin de que aguantaran los largos viajes hasta América y por toda la Mediterránea. El resultado era una conserva consciente y con un cuidadoso envejecimiento, que daba a la anchoa un brillante color cobrizo, caoba, y un perfume de pescado fresco, con el seductor sabor yodado del alga, el perfume que los antiguos deseaban para el *liquamen o gerum* con que perfumaban y acababan tantos platos. Un producto, por otro lado, que hoy vuelve a estar de moda y del que se han escogido dos referencias en esta edición de Girona Excel·lent.

Anchoa en sal, de Anxoves de l'Escala M. Sureda

El formato clásico de la conserva de anchoas es un tarro de cristal que contiene el boquerón (*Engraulis encrasicolus*) limpio, descabezado y sin tripa, y cubierto de una salmuera que lo hace madurar. Así se han preparado históricamente las anchoas en l'Escala y así las adoba desde 1940 esta empresa, que ocupa una plantilla de 40 personas en unas instalaciones de 3.500 m². Sociedad: Anxoves de l'Escala, S.A. www.anxovesdelescala.es

Anchoa en aceite de oliva, de Anxoves de l'Escala M. Sureda

Anxoves de l'Escala resume toda su experiencia de cultura mediterránea en este tarro. Se maduran las anchoas un mínimo de seis meses y se deslanzan en el punto de maduración preciso, cuando se acentúa su yodado sabor marino. Se extrae la espina central y se envasan los lomos cubiertos con aceite de oliva para que mantengan su textura firme y melosa.

Sociedad: Anxoves de l'Escala, S.A. www.anxovesdelescala.es

Anchoa sin espina en salmuera, de Anxoves de l'Escala M. Sureda

Estas anchoas llegan envasadas en salmuera, sin la espina central pero con los dos lomos unidos por la cola. Tienen un formato que está pensado para los aficionados a la gastronomía y los profesionales de la restauración; es decir, para personas con suficiente experiencia para saber el punto de sal que les conviene. Minutos antes de servirlas se deben poner en remojo y, después, se escurren y se secan.

Sociedad: Anxoves de l'Escala, S.A. www.anxovesdelescala.es

Aceitunas rellenas de lomos de anchoa, de Anxoves Callol Serrats

Fill de J. Callol i Serrats, S.L. es una empresa familiar dedicada a la salazón de anchoas desde 1847 que ha llegado a la sexta generación con el espíritu innovador y la forma de hacer de sus antepasados fundadores. Las aceitunas de la variedad manzanilla, rellenas a mano, una a una, con el lomo de anchoa tradicional, son el producto ideal para tomar en el vermú. Sociedad: Fill de J. Callol i Serrats, S.L. www.callolserrats.com

Lomo de boquerón con vinagre, de Anxoves de Roses

La empresa de salazones Anxoves de Roses - Conserves Bahía, dedicada al comercio del pescado desde 1960, empezó a hacer conservas marinas en 1980. Los lomos de boquerón, seleccionados artesanalmente, adobados con vinagre y conservados en aceite de oliva, son uno de sus productos estrella. Estos boquerones envinagradados son ideales como tapa a la hora del aperitivo.

Sociedad: Peixos de Mar Pla de Hermanos Martínez, S.L. www.anxovesderoses.com

ARROCES EXCELENTE

No todos los territorios son aptos para el arroz. El arrozal es más selectivo que los demás cultivos de cereales, porque el agua es extremadamente esencial. He aquí, el hábitat del arroz de Pals es el de los parques naturales de los Aiguamolls, en el Alt Empordà, y del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter, en el Baix Empordà. Y los arroceros son tan conscientes de su implicación en la preservación del paisaje y de la fauna del entorno, que declaran que su cultivo es agroambiental. Así, cada año, durante los meses de frío restituyen los campos a la naturaleza. Reaparecen los humedales como muestra efímera del territorio original. Entre finales de abril y comienzos de mayo, con los campos inundados, plantan arroz. Y así desde el siglo xiv.

Los humedales y las marismas del Empordà fueron la única zona productora de arroz del Principat desde la edad media hasta el siglo XIX. El siglo xx fue un periodo muy cíclico, de crisis y de cuestionamiento del cultivo. En cambio, durante los primeros años del siglo xxi, posiblemente gracias al auge de la gastronomía, el arroz de Pals disfruta de reconocimiento. Actualmente, una veintena de labradores, principalmente del Baix Empordà, cultivan cerca de un millar de hectáreas de diversas variedades, de las que destacan las de grano redondo.

Arroz redondo perlado, Arròs Molí de Pals
Arroceros desde hace generaciones, los

Parals conocen todos los secretos del arroz a la cazuela. Obtenido mediante una agricultura respetuosa con el medio ambiente, el redondo perlado tiene la cantidad de almidón justa para cocinar los arroces tradicionales, puesto que absorbe muy bien los jugos durante la cocción, no se pasa y conserva muy bien los aromas del sofrito.

Sociedad: Arròs de Pals, S.L. www.arrosmolidepals.com

Arroz semilargo, de Arròs Molí de Pals

Propietarios desde 1984 del histórico molino de arroz de Pals, documentado desde el año 1452, la familia Parals ha seleccionado esta variedad de arroz de grano semilargo porque absorbe menos jugos durante la cocción y porque, una vez fuera del fuego, mantiene su textura firme. Es ideal para preparar ensaladas, paellas o platos cuya salsa se sirve aparte.

Sociedad: Arròs de Pals, S.L. www.arrosmolidepals.com

Arroz integral, de Arròs Molí de Pals

En las instalaciones de última generación del histórico molino de Pals, se obtiene el arroz integral a partir de las variedades de grano redondo que tan bien conocen. Rico en fibras, sales minerales, especialmente fósforo y magnesio, y vitaminas E y del grupo B, el arroz integral se considera el más natural, puesto que solo se elimina su cáscara externa y no se blanquea.

Sociedad: Arròs de Pals, S.L. www.arrosmolidepals.com

BEBIDAS LOCALES EXCELENTE

El siglo xxi es el siglo del desarrollo y el descubrimiento de una ingente variedad de bebidas, con y sin alcohol, viejas y nuevas, rústicas y exóticas. Reinan las bebidas alcohólicas, aguardientes y ginebras, y cervezas. Unos sabores arraigados al paisaje y a la historia.

La ratafia se ha convertido en un licor popular, más allá de un licor de cortesía rural. Durante muchos años, este licor de nueces verdes con hierbas cogía protagonismo hacia final de año, con las ferias de Santa Coloma de Farners y de Besalú; después, dio un salto en junio para dar importancia a las hierbas de su formulación. Finalmente, los licores caseros y artesanos se han hecho un hueco en el mundo de la coctelería fina. Han crecido y se han vuelto populares. Incluso un aguardiente, una ginebra, han nacido inspirados por los aromas de la ratafia. Las ginebras también expresan el paisaje más allá del preceptivo enebro.

Las microcervecerías van creciendo y, lejos de crear productos estándar, también buscan sabores genuinos para ofrecer una parte del territorio, para expresar su historia y su paisaje. Igualmente, aumentan las plantaciones y la producción del lúpulo, indispensable para la fabricación de la

cerveza. La oferta de cervezas artesanas ya no se limita a los locales especializados, bIRRatEcas y cervETEcas, sino que se ha extendido a bares y restaurantes. Además, aparecen nuevas bebidas fermentadas a partir del zumo de manzana de las grandes plantaciones de manzanos gerundenses, una opción para los que se decantan por los refrescos sin alcohol.

Ginebra Nut, de Arbenig 2012

Nut es un London Dry Gin, ginebra seca, fruto de cuatro destilaciones, con un predominio de ingredientes botánicos ampurdaneses que evocan el Mediterráneo. En esta ginebra, que elabora una microdestilería fundada en 2012 por cuatro amigos, destacan el enebro, el romero, la angélica, la nuez verde, la hoja de olivo, el limón y la naranja, y tiene un final cítrico marcado por el cilantro.

Sociedad: Arbenig 2012, S.L.
www.arbenig.com

Ginebra volcánica, de Beveland Distillers

Gin Volcánica es una ginebra con todo el espíritu de la Garrotxa, elaborada por Beveland Distillers y Ratafia Russet. Es fruto de la igualación de tres aguardientes diferentes, obtenidos por la destilación de tres maceraciones: la clásica de Ratafia Russet, una de eneldo con ingredientes botánicos y una de nueves verdes. Además, en los alambiques hay piedra volcánica para poder destilar a más baja temperatura.

Sociedad: Beveland Distillers / Ratafia Russet
www.ginvolcanic.es

Kéfir de agua de frutos del Mediterráneo

Ecolàctics Peralada, del grupo Mas Marcè, ha decidido hacer un refresco totalmente vegano. El kéfir de agua de frutos mediterráneos es un producto fermentado que se elabora con agua, zumo de limón, higos, dátiles, jarabe de agave, azúcar y fermentos de kéfir procedentes de agricultura ecológica. Se ha ideado como bebida refrescante alternativa y saludable para degustar sobre todo en verano.

Sociedad: Recuits de l'Empordà, S.L.

www.masmarce.com

Zumo de manzana granny smith Mooma

Zumo de manzana monovarietal 100% natural, sin aditivos ni azúcares o agua añadidos, elaborado únicamente con manzanas Granny Smith, de la IGP Poma de Girona. La tercera generación de la familia de Mas Saulot, propietaria de Mooma (Montgrí + Poma ('manzana')) cultiva su fruta en campos ampurdaneses, en plantaciones situadas en los términos de Palau-sator, Fontclara y Gualta.

Sociedad: Agroalimentària Mas Saulot, S.L.
www.mooma.cat

IPA Selva Brutale, de la Selvaseria

La Selvaseria empezó en 2009, antes del

boom de las cervezas artesanas. La Selva Brutale es una *india pale ale* (IPA) de color ámbar, con un aroma intenso de melocotón/albaricoque y fruta tropical. Tiene una carbonatación baja/medianamente intensa propia de la IPA, que no impide descubrir un recuerdo inicial de cebolla roja y dulce de Figueres, con un final afrutado.

Sociedad: La Selvaseria, S.L.

www.laselvaseria.com

Cerveza artesana Minera Avet, de Cerveseria Santjoanina

El jarabe de abeto (piñas maceradas en azúcar), uno de los ingredientes típicos en los Pirineos, es una característica distintiva de esta cerveza artesana elaborada según el estilo de las cervezas de trigo del sur de Alemania, *Weissbier* o *Weizenbier*.

Cerveseria Santjoanina empezó como *homebrewer* en la antigua mina de carbón de la Juncadella, donde se hacía la fermentación y la maduración de los lotes.

Sociedad: Cerveseria Santjoanina, S.L.

www.minera.cat

Vinya Hop Fruit Ale, de Cervesa Marina

Esta cerveza, fermentada con levadura hecha de cava y aromatizada con mosto de uva orgánica del Empordà, reivindica Blanes, donde Pep y Kevin Andreu crearon Marina en 2010, como el lugar donde se elaboró por primera vez un vino espumoso en Cataluña. Sin filtrar ni pasteurizar, en boca se nota el lúpulo y los sabores a fruta tropical, melocotón y albaricoque.

Sociedad: Brewers Brothers, S.L.

www.cervesamarina.com

CAFÉS EXCELENTEs

El final de las comidas es la sobremesa, más conocida como «el momento del café, copa y puro». Para muchas personas, el final sagrado es el café. De hecho, también es una forma universal de empezar el día. Uno de los mejores perfumes conocidos por su complejidad aromática es el del café. Incorporar todos esos aromas a la taza es uno de los grandes retos de la industria cafetera, al objeto de proporcionar el máximo goce al consumidor, y especialmente al crítico y exigente mundo de la gastronomía.

Cada día afloran nuevos métodos de extracción, métodos innovadores de infusión para obtener las máximas propiedades organolépticas del café. Le exigimos crema, aroma, sabor, recuerdo. La memoria tiene un papel fundamental. La memoria del café acabado de tostar o tostándose.

A menudo la gente sensible de las zonas frías no productoras de café se pregunta por qué nos llega café verde, que cada cafetero tuesta a su punto, y por qué no llega todo el café transformado. Eso es porque el café es un producto perecedero, y una vez tostado empieza el proceso de oxidación y de volatilización de todos sus

componentes aromáticos. «Acabado de tostar» no es sólo un eslogan.

La industria del café en las comarcas gerundenses se remonta a 1920, con Cafès Cornellà, en la ciudad de Girona, que ya ha llegado a la quinta generación. A pesar de que Cafès Cornellà fue el padre de todos, El Cafetí, de Cafès Roura, fue el primero que abrió sus propias cafeterías.

Espresso El Cafetí / Familia Roura

Tradición desde 1958

Cafès Roura, empresa torrefactora nacida en Sant Feliu de Guíxols en 1958, presenta su línea El Cafetí, una mezcla de granos de *arábica* tostados lentamente y por separado. El resultado de este nuevo café, creado por la tercera generación de la familia Roura, es una bebida aromática con crema color avellana, acidez fresca, sabor intenso y postgusto muy persistente.

Sociedad: Cafès Roura, S.A.

www.cafesroura.com

CONSERVAS EXCELENTEs

Tenemos una potente tradición de conservas vegetales, dulces, saladas, en vinagre o al natural: de coliflor y guindilla confitados en vinagre, setas en salmuera, salsas de tomate y tomates enteros confitados, confituras dulces de una sola fruta o de varias frutas u hortalizas mezcladas. La recuperación de las tradiciones agroalimentarias no cesa de crecer. Ya no sólo se encuentran conservas caseras tradicionales en las paradas de hortelanos y labradores, sino que aparecen nuevos e ilusionados elaboradores y nuevas marcas por todas partes.

Algunas pequeñas industrias crecen y se hacen mayores al mismo tiempo que mantienen la calidad artesanal. Otras mejoran su capacidad tecnológica para manipular el mínimo el producto y mantenerlo cuanto más cerca mejor de su naturaleza intrínseca. En otros casos no se elaboran conservas pensadas para abrirlas y comérselas, sino conservas de elementos básicos de la cocina para ahorrarse los largos ratos de sofreír o de cocinar un caldo para un arroz o un guiso, o para tener un aliño, para potenciar el gusto o para mojar. Los hay que ya han presentado un guiso tradicional como un adelanto de la quinta gama de estos productos.

Mermelada de naranja amarga, Can Bech

La materia prima de este producto es la naranja agria, pero la mermelada no es amarga. La más señorial de las confituras, que se elabora cociendo lentamente este cítrico, forma parte de los productos de Can Bech, que están presentes en tiendas y cadenas *gourmet* de más de veinte países. El azúcar añadido es solo el justo y necesario, puesto que la fruta se adquiere en el punto óptimo de maduración.

Sociedad: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com

Mermelada de ciruela verde, de Can Bech

Hay infinitas formas de conservar las veraniegas ciruelas, ya sean verdes, amarillas, rojas o moradas: deshidratadas, en alcohol o confitadas con azúcar. En Can Bech elaboran la mermelada tradicional de ciruela verde solo con ingredientes naturales: ciruela verde, azúcar, zumo de limón y gelificante (pectinas). De color verde-marrón, esta mermelada es ácida, dulce y fresca. Sociedad: GB Artesanos Gastronómicos S.L.U. www.canbech.com

Mermelada de higos, de Can Bech

Los higos son la gran especialidad de una empresa que inició su actividad en 1981 en el restaurante que la familia Bech abrió en Fontanilles, en el Baix Empordà. La mermelada de higos es un clásico de la gastronomía de las comarcas gerundenses. Es coprotagonista de un postre tan reconocido y mítico del Empordà como el requesón de trapo con higos. Sociedad: GB Artesanos Gastronómicos S.L.U. www.canbech.com

Mermelada de ruibarbo, de Can Maia

Can Maia es una pequeña finca de huerta, de la Cot, en Santa Pau, donde se elaboran conservas únicamente con las hortalizas que se cultivan en sus campos, propios o arrendados, bajo los criterios y el aval de la agricultura ecológica. Esta mermelada se elabora con las pencas de ruibarbo de la pequeña plantación junto a Can Maia. Sociedad: Montserrat Miralles Ferrer www.canmaia.com

Mermelada extra de pimiento escalibado, de Can Tuies

Can Tuies, del Far d'Empordà, se convirtió en un pequeño taller artesanal de elaboración de confituras en 2011, cuando Carme Díaz empezó a elaborarlas con la marca El Rebostde l'Empordanet. Este tarro de mermelada de pimiento escalivado contiene la esencia de los sabores mediterráneos, hierbas de Provenza y vermué. El pimiento se ha escalivado muy lentamente a la brasa. Sociedad: Can Tuies, S.L. www.elrebostdelempordanet.com

Higos confitados en almíbar, de Can Bech

Los higos enteros en almíbar están en el origen de Can Bech, y todavía hoy siguen siendo el producto estrella de la empresa. La materia prima proviene de plantaciones de Murcia, cultivada en exclusiva para la familia Bech. Los higos se seleccionan en función de su tamaño y se cuecen en tres etapas para obtener una fruta confitada carnosa y seductora. Sociedad: GB Artesanos Gastronómicos S.L.U. www.canbech.com

Jalea de pétalos de rosa, de Can Bech

Esta jalea fresca y aromática está pensada para maridar con dulce o con salado. Se elabora con agua, zumo de limón, frambuesas y pétalos de rosa. Se trata de

una infusión gelificada de pétalos de rosas naturales con azúcar ideada por Gerard Bech, hijo del fundador de esta empresa familiar establecida en Fontanilles, en el Empordà. Sociedad: GB Artesanos Gastronómicos S.L.U. www.canbech.com

Sofrito de cebolla, de Quim Matas

El sofrito de cebolla confitada es una de las bases de la cocina tradicional catalana, y especialmente de la ampurdanesa. Quim Matas, carnicero y charcutero de la Bisbal desde 1977, lo elabora pacientemente durante doce horas con cebolla de Figueres y aceite de oliva. Este producto ayuda a reducir el tiempo de elaboración de los platos en la cocina de casa.

Sociedad: Carnisseria i Xarcuteria Quim Matas www.elsofredit.com

Sofrito con gamba de Palamós y cangrejo, de Toni Izquierdo

Toni Izquierdo, propietario y chef del Mas del Arcs, de Palamós, hace una cocina basada en los arroces, por lo que es muy consciente de la importancia del sofrito. *Casado* con la gamba de Palamós, el arroz de Pals y todos los productos de proximidad, ha ideado una trilogía de sofritos, el primero de los cuales es el marinero de gamba y cangrejo. Sociedad: Antoni Izquierdo Cruellas www.masdelsarcspalamos.com

Manzana y pera, de Anela Fruits

La terrina de puré de manzana y pera de Anela se elabora sin aditivos, conservantes, colorantes ni azúcares añadidos. Las peras de las variedades Williams, conference y abate, y las manzanas golden y gala proceden de sus propias plantaciones, en el Empordà, el Gironès y la Selva. Con más de cuarenta años de historia, los hijos han tomado el relevo generacional. Sociedad: Safrunat, S.L. www.anelafruits.com

Salsa de calçots, de Can Moragues

Can Moragues, de Riudarenes, es un proyecto social formado por la Fundación Emys, dedicada a la conservación de la naturaleza, que aporta los ingredientes y las recetas, y la Fundación Astres, dedicada a la integración de personas en riesgo de exclusión social. Las dos fundaciones, juntas, hacen conservas y salsas: destaca la salsa de *calçots*, hecha con tomate, flor de algodón, almendras tostadas y ajo. Sociedad: Fundación Privada Astres www.cannmoragues.org

Contramuslos de pollo con *camagrocs* Jo Pasturo, de Planeses

De la lucha para reavivar una antigua masía abandonada con los recursos del entorno y una gestión sostenible, nació la línea de conservas Jo Pasturo (Yo Pasto), que ha desarrollado la receta tradicional de pollo con *camagrocs* con sus pollos, criados ecológicamente. Esta conserva se puede guardar 18 meses en el armario de la cocina.

Sociedad: Faustina de Solà-Morales Capdevila, S.L. www.planeses.com

Escata, de Gastro Ventures

Versión moderna del *liquamen o garum* de griegos y romanos, Escata es un derivado de la anchoa espesada ligeramente para obtener una textura de salsa. Lo ha desarrollado Gastro Ventures, una empresa formada por un chef, un científico y un economista, dedicada a la conceptualización, diseño, producción y comercialización de productos gastronómicos.

Sociedad: Gastro Ventures, S.L. www.escatafood.com/

Colatura de anchoa Selecció de Primavera

El líquido resultante del proceso ancestral de elaboración de anchoas, una vez filtradas las impurezas, es el nuevo producto de Callol Serrats. La bautizada como Colatura Selecció de Primavera ha absorbido la esencia de la anchoa y se ha convertido en un condimento marino y potenciador del sabor ideal para la cocina. Se emparenta con el *liquamen* o el *garum* de los antiguos griegos y romanos. Sociedad: Filll de J. Callol i Serrats, S.L. www.callolserrats.com

Caldo de pescado, de Pescadors de Roses

Este caldo de pescado obtenido de la cocción de vegetales y pescado con poco valor comercial es el paradigma del aprovechamiento, la sostenibilidad y la necesidad de dar valor añadido al pescado de la Costa Brava. Estos objetivos inspiraron Pescadors de Roses Planta d'Envasat, una empresa creada por la Confraría de Pescadors de Roses i Peixos Gotanegra, S.L. Sociedad: Pescadors de Roses Planta d'Envasat, S.L. www.pescadorsderoses.com

Gelatina de alioli, de Carnisseria Pelai

La tercera generación de la Carnisseria Pelai, que está en Sant Climent Sescebes desde 1933, ha apostado por modernizar e innovar el negocio. En una acción con el Gremi de Carnissers i Xarcuters y la Fira de l'Alloli de Creixell, desarrolló esta lámina de alioli de unos tres milímetros de grosor, hecha con gelatina. Este producto, con perfume de ajo, es ideal para acompañar carnes, pescados y verduras.

Sociedad: Enric Torrent Navarra www.pelai.com

Escalivada a la brasa, de Can Bech

La segunda generación de Can Bech presenta la escalivada de pimiento rojo, berenjena blanca y cebolla al natural. Estas verduras, una vez escalivadas a la brasa, al punto preciso de cocción, se pelan manualmente. Vegana *avant la lettre*, la escalivada es uno de los grandes platos tradicionales de la cocina catalana, ya sea fría, caliente o tibia, sola o como acompañamiento.

Sociedad: GB Artesanos Gastronómicos S.L.U. www.canbech.com

EMBUTIDOS EXCELENTES

Si Proust hubiera sido catalán, quizás no habría empezado a recordar después de haberse comido un trozo de fuet, pero, ¿quién sabe? Quizás lo habría hecho tras morder un pedazo de coca de chicharrones. Las comarcas gerundenses son territorio de embutidos, como bien lo prueban muchísimos relatos, como por ejemplo los del gran cronista del siglo xx, Josep Pla, que son de los más elocuentes.

Tripas rellenas de carne de cerdo adobada con sal y alguna especie o hierbas aromáticas son embutidos de libro. Algunos los hacen secar en despensas secas, frescas y oscuras. Otros los hierven en un perol y son para comer con cierta rapidez, puesto que la carencia de frío y las oxidaciones los alteran. Aún así, hay gente que afina, hace madurar, piezas enteras, porque les interesa mucho la evolución organoléptica que cogen sobre todo hacia rancios equilibrados. La mayoría, sin embargo, entiende el embutido como un genérico: piezas del cerdo transformadas con la intención de guardarlas durante un tiempo y comerlas poco a poco, no de golpe.

Este es un territorio de carne cruda trinchada y tensalada con sal y pimienta y puesta a secar: longaniza, fuet, secallona, somalla... También de butifarra blanca, de hígado, de sangre, y de butifarra dulce. Y de lomo, cabeza de lomo, cuello y jamón embutidos: le llamamos *bayona*, como genérico. La matanza es una tradición todavía viva, a pesar de que se continúa haciendo más por costumbre, por la voluntad de preservar un estilo de vida y por puro placer gastronómico. Aun así, una potente red de carnicerías que abastece a pueblos y ciudades continúa elaborando los embutidos tradicionales e investigando para crear de nuevos.

Fuet largo, de Jordi Vilarrasa

Para elaborar el ícono de los embutidos del país, Jordi Vilarrasa solo usa jamón, paletilla, ventrecha, sal y pimienta. Este carnícero con parada en la plaza del mercado de Olot cría sus cerdos de manera natural y sin prisas en la empresa familiar agraria que tiene desde 1994 en el Mas Corominas de Begudà, en el Parque Natural de la Zona Volcánica de la Garrotxa.

Sociedad: Jordi Vilarrasa Vilanova

www.jordivilarrasa.cat

Cabeza de lomo, de Carnisseria Alemany

La pieza de magra entera, con grasa infiltrada, adobada con pimienta y sal, embutida, secada y madurada en múltiples formas y denominaciones (bayona, cuello o cabeza de lomo, lomo...) es una de las mayores delicias de la gastronomía catalana. La Carnicería Alemany, con el obrador en Banyoles y parada en el mercado del Lleó de Girona, hace este embutido utilizando tripa natural.

Sociedad: Xavier Alemany Juanola
www.carnisseriaalemany.cat

Butifarra blanca, de Carnisseria Alemany

Xavier Alemany fundó su carnicería en 1998 con dos objetivos: mantener la tradición y transmitirla. A pesar de que la butifarra blanca se presenta con diferentes grosores y largos, la embutida en intestino del *peltruc* es una de las más apreciadas y uno de los embutidos cocidos típicos de la matanza. En la Carnissería Alemany la preparan con papada, panceta y lomo, sal y pimienta.

Sociedad: Xavier Alemany Juanola

www.carnisseriaalemany.cat

Butifarra de perol, de Can Raliu

Can Raliu es una carnicería familiar que abrió en 1947 en Jafre. A pesar de que todas las butifarras cocidas se cuecen (o se cocían) en un perol, solo esta lo recuerda en el nombre. Por el hecho de llevar cabeza, tocino, corteza, asadura, lengua, riñones y corazón, también se la conoce como *butifarra de parracs* ('butifarra de harapos'). Las posibilidades de la butifarra de perol son muchas, ya sea en la cocina popular o en recetas sofisticadas.

Sociedad: Can Raliu, S.L.

Peltruc de carne de perol, de Can Raliu

La experiencia de Carns i Embotits Homs, abierta en 1961 en Sant Hilari Sacalm, ha permitido a esta carnicería dar una vuelta a la tradición para presentar este homenaje al cerdo que combina carne de perol y butifarra blanca. El resultado es un *peltruc* con tocino y tocino del cuello, con trozos de lengua, riñones, entrañas y cortezas, aliñado con sal y pimienta que recuerda a las butifarras de lengua.

Sociedad: Albert Santaugini Homs

www.carnisseriahoms.cat

Butifarra medieval, Carns i Embotits Homs

Mas Corominas, explotación familiar del Begudà, donde se crían sus propios cerdos, ha echado una mirada al pasado para presentar un producto innovador inspirado en las especiadas elaboraciones de los recetarios medievales. La butifarra medieval es una mezcla de hígado de pato y pollo, tocino, papada, retales de ciervo o cabrito, romero, tomillo, orégano, cebolla, sal y pimienta.

Sociedad: Granges Corominas, S.L.

www.porcsca solanscorominas.com

FOIE GRAS EXCELENTES

El ramo del foie gras va más allá de la crianza de patos de la raza Mulard para la obtención de hígado crudo. Es inevitable la comparación con el cerdo: se aprovecha todo. Cada parte del pato se transforma en delicadezas gastronómicas muy apreciadas: muslos confitados, pecho adobado, conservas de mollejas, cuellos rellenos, *mousses*, patés con varios maridajes, clásicos, innovadores o muy imaginativos. La producción se concentra en el Empordà, la Selva y el Gironès. El primer intento de crear granjas de patos para obtener foie gras en

las comarcas gerundenses fue en 1976, pero hasta 1982 este sector no se acabó consolidando. Entonces, un grupo de jóvenes emprendedores inició la industria actual, entrando de contrabando polluelos de pato Mulard adquiridos al otro lado de la frontera francesa. Fue fácil la adaptación de esta raza híbrida, fruto del cruce de una hembra pequeña con un macho de pato mudo, almizclado o de Berberia, originario de los Andes. De hecho, el pato y los gansos forman parte de la tradición ancestral avícola gerundense: las casas solían engordarlos para la fiesta mayor y para las largas fiestas de Navidad.

Foie gras extra, de Collverd

Collverd, empresa nacida en 1980 en el Empordà, muy cerca del Parque Nacional dels Aiguamolls, cría sus patos durante catorce semanas al aire libre. Con un microclima especial, una alimentación a base de cereales y una manipulación quirúrgica, obtienen un fuagrás natural, fresco y entero, de color y peso ideales, que se presenta compacto, con una textura sedosa y un sabor dulce, tostado y salino.

Sociedad: Collverd Productes de l'Ànec, S.A.
www.collverd.com

Foie gras micuit, de Collverd

Para la preparación del fuagrás semicocido (*micuit*), la forma básica de preparar el fuagrás, hace falta un hígado de la más alta calidad. Collverd ha conseguido afinar al máximo en la elaboración de esta joya de la cocina clásica: la cocción justa en una tarrina al baño maría, con solo sal y pimienta, da como resultado esta semiconserva dulce, melosa, amorosa y aromática.

Sociedad: Collverd Productes de l'Ànec, S.A.
www.collverd.com

Foie gras a la sal, de Collverd

El fuagrás a la sal, una elaboración antigua y delicada, es uno de los productos estrella de Collverd. La empresa más antigua en Cataluña y una de las pioneras de España dedicada a criar patos para obtener su hígado, quiso dar a esta preparación un nombre evocador: *Celler*. Y, actualmente, foie gras Celler es la denominación más conocida por esta preparación ancestral y sin cocción. Sociedad: Collverd Productes de l'Ànec, S.A.
www.collverd.com

Foiegret, de Collverd

La denominación *magret* se refiere exclusivamente a las pechugas de los patos criados para la obtención de fuagrás. El llamado *jamón de pato* es una de las transformaciones del magret, probablemente la más extendida. El *foiegret* va más allá de la ternura del jamón cocido, ya que incorpora el fuagrás, y el resultado es un producto que aporta una sensación agradable y amorosa, con una grasa que se funde en la boca. Sociedad: Collverd Productes de l'Ànec, S.A.
www.collverd.com

GALLETAS EXCELENTE

Las galletas son la expresión más viajera y atemporal de la tradición azucarada de las comarcas gerundenses. El calendario está repleto de pasteles especiales, locales y limitados a menudo a fiestas anuales: buñuelos, roscones, *rabasses*, flaones, cocas, panellets... Algunas especialidades ultralocales se han convertido en universales: los taps de Cadaqués, el *bisbalenc*, la coca de Palau-saverdera, el roscón *entorxat* y la coca de chicharrones de Olot, la tortada de Banyoles o el chicho de Girona. Por supuesto, también algunos chocolateros y heladeros tienen fama universal.

De toda la tradición azucarada, dado que su origen se remonta a la edad media, destacan la butifarra dulce, cuando es cruda, y el fuet dulce, cuando se ha colgado para secar. Se trata de una conserva de carne de cerdo con azúcar y ralladura de limón e, incluso, canela. En cuanto a las galletas, en Santa Coloma de Farners y en Camprodon existe una importante industria que esparsa cajas por todo el planeta. Las galletas de Camprodon son variadas y surtidas. De las de Santa Coloma destacan los almendrados. Estas galletas son unas grandes pastas de té y el acompañamiento perfecto para el café. Son ideales para mojar en vino dulce o ratafía, y son muy buenas para matar el gusanillo y, sobre todo, para hacer el picadillo final de un gran guiso.

Almendrados, de Galetes Trias

Trias Galetes-Biscuits, empresa familiar fundada en Santa Coloma de Farners en 1908, elabora estas galletas con solo tres ingredientes: almendra, azúcar y clara de huevo, sin otro secreto que el saber hacer centenario. La historia de esta sociedad está explicada en el Museo Trias, inaugurado en 1994 en un espacio de la fábrica de galletas. Sociedad: Trias Galetes-Biscuits, S.A. www.triasbiscuits.com

Teules, de Galetes Trias

Las *teules* de almendra son la sublimación de la historia de Santa Coloma de Farners. Estas galletas, basadas en la receta tradicional y hechas exclusivamente de almendra, azúcar, harina y yema de huevo, sin conservantes ni colorantes, son el clásico de Trias, una empresa familiar que en 1910 empezó a comercializar las galletas en cajas de lata. Sociedad: Trias Galetes-Biscuits, S.A. www.triasbiscuits.com

Neules, de Galetes Birba

Las Birba son las famosas galletas de Camprodon. Y las *neules* son uno de los dulces clásicos de la gastronomía catalana, documentados desde la Edad Media. Sin conservantes, colorantes ni aceite de palma, estos barquillos se elaboran con ingredientes naturales, artesanalmente, uno a uno, por lo que son irregulares y no tienen cortes en los extremos.

Sociedad: Galetes Camprodon, SA www.birba.es

Neulets de menta con manzana, de Galetes Trias

La tercera y cuarta generación de este negocio centenario, fundado por Joaquim Trias i Vila, ha ideado un barquillo corto relleno de praliné de almendra con manzana y menta, como unas pastas de té refrescantes. Desde una planta de 4.500 m², preparada para exportar sus productos a todo el mundo, esta empresa se mantiene vinculada al territorio, puesto que el *neulet* lleva manzana Granny Smith desecada de la IGP Poma de Girona.

Sociedad: Trias Galetes-Biscuits, S.A. www.triasbiscuits.com

LÁCTEOS EXCELENTE

Los rebaños trashumantes de vacas y de ovejas en la llanura del Empordà, procedentes de los valles del Ripollès y de la Cerdanya, formaban parte del paisaje más pintoresco de las comarcas del norte de Girona. Los rebaños de cabras eran más estables. Los ganaderos producían carne y leche para el consumo propio y los mercados de proximidad. Por eso predominan los quesos tiernos, como casi en el resto del país. El requesón, en el Empordà, la Garrotxa, el Gironès y el Pla de l'Estany. En la Selva, se han decantado por el requesón; en la Selva interior, por el queso tierno de cabra. En las comarcas gerundenses, los grandes quesos envejecidos, como el aserrado, se tienen que ir a buscar al Pirineo, en su punto más frío e indómito del territorio. Aun así, a partir de los años ochenta del siglo XX hubo cambios, la producción evolucionó hacia adelante de una forma creativa. Cuando se entrevéía un desastre humano y paisajístico con el abandono y el empobrecimiento rural, renació —de una manera romántica al principio— el interés por vivir en el campo. Muchos productores apostaron por criar ganado, producir leche, transformarla o comercializarla ellos mismos, de una forma independiente y sin intermediarios. Entonces afloró la industria artesana del queso.

Algunos queseros son descendientes de antiguos pastores; otros llegan con una intensa formación teórica. Muchos ya tienen unos cuantos años de experiencia y muchos éxitos y premios

Aunque el lácteo gerundense más conocido fuera de las comarcas es el requesón —de *drap* en el Baix Empordà o de *olleta* en el Alt Empordà—, no hay una especialidad común entre todos los queseros.

Recuit d'olleta, de Mas Marcè

Mas Marcè, ganaderos de Siurana, hicieron un gran esfuerzo para recuperar y potenciar la oveja ripollesa, de raza autóctona, como productora de leche y mediante los métodos de la agricultura ecológica. Paralelamente, recuperaron el cardo comestible (o *presó*) para cuajar la leche y así reanudar la actividad tradicional de los quesos de *olleta*.

Sociedad: Mas Marcè, S.C.P. www.masmarce.com

Recuit de drap, de Recuits de Fonteta

Si el láctico gerundense por excelencia es el *recuit* (requesón), el de *drap* ('de trapo') de Fonteta se ha convertido en un emblema gastronómico. En el municipio de Forallac, al pie del macizo de las Gabarras, la familia Martell hace este *recuit* desde 1990. Para obtener su famoso *recuit* cremoso, suave y amoroso, utilizan la leche de diferentes rebaños de cabras.

Sociedad: Recuits de Fonteta, S.L. www.recuitsdefonteta.com

Baldat, de La Balda

Se trata de un queso inédito en Cataluña, una pieza de 20 kilos, de pasta cocida y piel frotada, que se elabora a partir de leche cruda de vaca y se madura un mínimo de doce meses. Para hacer el *baldat*, esta quesería de Granollers de Rocacorba, en el Gironès, utiliza leche cruda de vaca ecológica de Can Garriga de Maià de Montcal, en la Garrotxa.

Sociedad: Pablo García García www.labalda.com

Saüll, de La Xiquella

La Xiquella es un obrador de quesos artesanos establecido en 2014 en el *mas* El Xiquillo, en el vecindario Vilallonga de la Vall d'en Bas. Rodeado de ganaderos excelentes con buen ganado, Oriol Rizo decidió hacer esta exquisitez de leche cruda de vaca, de pasta cocida prensada dura, corteza lavada y con un mínimo de un año de maduración.

Sociedad: La Xiquella Formatges i Turisme Rural, S.L. www.laxiquella.cat

Fermió, de La Balda

Todas las semanas, Pablo García elabora en su pequeño obrador este queso de pasta blanda y piel mohosa con leche cruda de vaca ecológica procedente de Can Frigola de Borgonyà, en el Pla de l'Estany. La quesería La Balda nació en 2012 en la Vall de la Llémena, al pie del Rocacorba. El Fermió nace muy cremoso, tiende a volverse líquido, y, cuando madura, alcanza su máximo aroma. Sociedad: Pablo García García www.labalda.com

Cofat, de La Xiquella

Este *serrat* de oveja se emparenta con los quesos históricos de montaña. Elaborado con leche cruda de oveja mediante coagulación enzimática, se convierte en un queso de pasta semicocida prensada dura y moho natural cepillado, madurado entre 6 y 12 meses. Es uno de los quesos más emblemáticos de la quesería y casa rural de Oriol Rizo e Irma Casas.

Sociedad: La Xiquella Formatges i Turisme Rural, S.L. www.laxiquella.cat

Marí, de Mas Marcè

Procedentes de una familia de pastores trashumantes del Pirineo establecidos en la plana ampurdanesa, Manel Marcè, la sexta

generación, decidió modernizar la actividad. Uno de los productos más resultones ha sido un queso madurado de pasta blanda de leche ecológica cruda de oveja de raza ripollesa con agua de mar. Un homenaje a las marinadas del ventoso Mas Marcè. Sociedad: Mas Marcè, S.C.P. www.masmarce.com

Puigpedrós, de Molí de Ger

Queso de leche cruda de vaca, de pasta blanda, corteza lavada, de color anaranjado en el exterior e marfil envejecido en el interior, elaborado por el Molí de Ger, en la Cerdanya. Lo produce una de las lecherías más representativas del país, dedicada desde 2007 a la producción de quesos elaborados con leche cruda de vaca de su rebaño de frisona cruzada con raza azul belga. Sociedad: La Vernetada 2007, S.L. www.molideger.com

ACEITES EXCELENTE

Tenemos documentado el cultivo del aceite desde hace siglos: el acebuche, el olivo salvaje, es una planta endémica de la región, lo que indica el conocimiento previo de la especie antes de cultivarla y la fácil expansión de los olivares. Los olivos milenarios dan fe de esta antigüedad, junto con los restos arqueológicos, que prueban la presencia de una industria oleícola desde la edad de bronce. Por eso mismo, se reconocen tres variedades de olivo autóctono: argudell, corívell y verdal o ley de Cadaqués. Aún así, hasta 2008 no nació la Denominació d'Origen Protegida Oli de l'Empordà, que incluye el Alt y el Baix Empordà, tres municipios del Pla de l'Estany y cinco del Gironès. Considerada desde siempre la mejor para la producción de aceite, que se da en gran abundancia, la argudell es la variedad más característica y cultivada. En cambio, la corívell es bastante testimonial. Y la verdal da personalidad a los aceites de Cadaqués.

El consejo regulador también permite etiquetar como DOP Oli de l'Empordà los aceites que no tengan más del cincuenta por ciento de la variedad arbequina, que se ha adaptado bastante bien al territorio. Del mismo modo que hay variedades de olivos en otros lugares del mundo, en los últimos años se han ido descubriendo antiguas variedades locales en la Garrotxa y en el Montseny, donde ya trabajan en su expansión.

Aceite de Pau, de Empordàlia

Este aceite de oliva virgen extra, afrutado y verde, se obtiene de aceitunas de tres variedades: dos autóctonas, la mayoritaria argudell y la testimonial corívell y, en menor proporción, la arbequina. Lo produce Empordàlia, una cooperativa formada por la unión de pequeños productores del Empordà nacida en 1995 de la suma de las antiguas bodegas cooperativas de Pau, Roses y Vilajuïga.

Sociedad: Empordàlia S.C.C.L. www.empordalia.com

Serraferri aceite de oliva virgen extra, de Oli de Ventalló

Amargo, picante, dulce, verdoso, fresco, ligero y con una tenue astringencia, el aceite virgen extra de Serraferri es el jugo de las aceitunas de árboles centenarios e, incluso, milenarios, de las variedades argudell y arbequina. La autóctona argudell aporta al aceite rusticidad, amargura y complejidad aromática, y la universal arbequina, un frescor afrutado de aceituna verde. Sociedad: Oli de Ventalló, S.L. www.olivalentallo.com

Aceite de oliva arbequina virgen extra, de Gozos Mundanos

Gozos Mundanos es un proyecto dedicado a la producción de aceite de oliva virgen extra y vino de calidad, y un bistró en el centro de Roses. El aceite de oliva virgen extra de Gozos Mundanos, afrutado, verde, ligero, con una entrada dulce, una amargura sutil y una picazón media-baja, se produce con aceitunas arbequinas de producción ecológica del Alt Empordà.

Sociedad: Adelina Parada Pérez www.gozosmundanos.com

Aceite de oliva virgen extra Anna Sala Trull de Ventalló, de Oli de Ventalló

Cada botella de aceite de oliva virgen extra Anna Sala Trull de Ventalló explica la historia del aceite y de los olivos en el Empordà, de cuando la gente iba expresamente a comprar el tradicional aceite de Ventalló a chorro. Se elabora con jugo de aceitunas de olivos centenarios de la variedad argudell, de árboles de la variedad arbequina y de la variedad piciual, originaria de Andalucía. Sociedad: Oli de Ventalló, S.L. www.olivalentallo.com

VINOS EXCELENTE

En 1975 nació la Denominació d'Origen Empordà. Al principio, sólo reunía a productores del Alt Empordà, una de las comarcas con más tradición vitivinícola del país. De hecho, durante muchos siglos el cultivo de la viña, del olivo y de los cereales estuvo omnipresente. Por eso la trilogía mediterránea da carácter al paisaje ampurdanés. La viña y el trigo marcan el ritmo de las estaciones. Podadas a conciencia, alineadas y ordenadas, las viñas centenarias y las viñas jóvenes nos muestran la renovación del ciclo vital. Las hay en la llanura y encaramadas en las pendientes de las montañas, sostenidas por decenas de kilómetros de pared seca, dibujando el paisaje. Esta arquitectura efímera fue pensada por nuestros ancestros para camuflarla con la naturaleza y frenar los devastadores efectos de las arrebatadas lluvias torrenciales, el pronto del carácter mediterráneo.

Desde el año 2004, la DO también incorpora el Baix Empordà. Esta denominación de origen se caracteriza por los vinos producidos

con las distintas variedades de garnacha, que aquí toma el nombre de *lledoner*, por el mazuelo o cariñena, el macabeo y el moscatel de Alejandría.

El paisaje de este lado del Mediterráneo tiene al alcornoal como elemento inseparable y casi indestructible: aguanta incendios desde hace siglos, milenarios; desde que el hombre y es pastor ávido de hierba verde para sus rebaños. De los generosos y pacientes alcornocales se extrae el corcho, con el que una delicada industria concentrada en la Selva y el Baix Empordà fabrica los tapones de la mayoría de botellas de los vinos más prestigiosos de la DO, que también se exportan a todo el mundo. Desde 2018, una veintena de bodegas ampurdanenses han intensificado el vínculo con el territorio y han creado la denominación Taps de Finca con corcho de alcornocales de la misma DO, y muchos, con el corcho de sus propias fincas.

LOS VINOS DULCES

Las sobremesas ampurdanenses han estado presididas por la garnacha (*garnatxa* o *granatxa*) y el moscatel para acompañar buñuelos, roscones, cocas, repostería y otros dulces tradicionales. No es gratuita la presencia de estos dos vinos dulces. El moscatel es floral, de aromas agradables y melosos, hijo de los moscatelos de Alejandría. El otro, la garnacha, es un vino dulce natural elaborado con almez, y es el producto más singular y característico de toda la DO. En el Empordà, a la variedad garnacha la llaman *lledoner*, pues el término *garnatxa* o *granatxa* se reserva para este vino dulce, seductor y cálido como los paisajes mediterráneos. Se trata de un vino generoso con recuerdos de rancios ancestrales, puesto que se hacen crianzas oxidativas en viejas botas de madera y antigüas soleras, que concentran sabores y aromas y se emapan de la memoria de los antepasados. Muchas meriendas tradicionales en las que se combinan buñuelos y cocas anisadas con longaniza y fuet se maridan con los garnachas más rancios.

Xot blanc 2017, de Vinyes dels Aspres

Vinyes dels Aspres, con la bodega en Can Batlle, casa pairal de Cantallops mencionada ya en el siglo XVI, dedicada históricamente al vino, el aceite y los tapones de corcho, solo trabaja con uva cosechada en su propiedad. Este vino blanco joven, fermentado en barrica de roble francés, con cuatro meses de envejecimiento, se elabora con sauvignon blanco de diez años, del campo dels Clots, y picapoll de ocho años, de Can Cortada. Sociedad: Joaquim Albertí, S.A. www.vinyesdelsaspres.cat

Camí de Cormes 2016, de Roig Parals

Vino blanco de vides viejas de macabeo y vino de garnacha blanco, fermentado en madera y con tres meses de crianza, en contacto con

las madres, en barricas de roble francés de 225 litros. Este vino blanco ha sido elaborado por Roig Parals, la cuarta generación dedicada al cultivo de la vid y la primera en embotellar vino de calidad amparada por la DO Empordà.
Sociedad: Roig Parals, S.L.
www.roigparals.cat

Mallolet 2017, de Roig Parals

Este vino rosado de 2017 proviene de vino de garnacha negra vendimiada a mano, muy temprano, durante las dos últimas semanas de septiembre. Con 15 hectáreas de vid en los alrededores de Mollet de Peralada, Roig Parals elabora ocho vinos con las variedades autóctonas que se plantaron después de la filoxera: macabeo, mazuela (o cariñena) y vinos de garnacha (almez).
Sociedad: Roig Parals, S.L.
www.roigparals.cat

Negre de Gerisena 2016, de Gerisena

Celler Gerisena es hija de la Cooperativa Agrícola de Garriguella. De las 173 hectáreas de una de las cooperativas más antiguas del Empordà, las 30 hectáreas de vides viejas con una edad media de los cepos de setenta años son para el Celler Gerisena. Su vino tinto joven se elabora con uvas vendimiadas a mano de las variedades vino de garnacha negra y cabernet sauvignon.

Sociedad: Agrícola de Garriguella S.C.C.L.
www.cellergerisena.com

Masia Carreres Negre 2015, de Martí Fabra
Elaborado solo con uva de la variedad cariñena, de vides de muy baja producción de más de setenta años. Este vino ha tenido una crianza de catorce meses en barricas de roble francés en los sótanos de la masía Carreras. El mas de la Bodega Martí Fabra fecha del siglo xiv, y los propietarios tienen un documento de 1305 que acredita la compra de una vid.
Sociedad: Celler Martí Fabra, S.C.P.
www.cellermartifabra.com

Torre de Capmany, vino de garnacha del Empordà gran reserva, de Pere Guardiola
Pere Guardiola elabora este vino de garnacha exclusivamente con uva de la variedad almez blanco, que se hace fermentar hasta generar un mínimo de un 5% de alcohol, con lo cual preserva unos 150 gramos de azúcares. Después, se enriquece con alcohol viníco hasta una graduación mínima de 15 grados. Se cría un mínimo de dos años con sistema tradicional ampurdanés de viejas soleras familiares.
Sociedad: Pere Guardiola, S.L.
www.pereguardiola.com

Sinols moscatel 2016, de Empordàlia

Empordàlia, cooperativa nacida en 1995 de la unión de las antiguas bodegas cooperativas de Pau, Roses y Vilajuïga, produce este vino dulce natural, que se elabora con uva moscatel de Alejandría, de vendimia tardía. Este clásico de los vinos

dulces florales se consigue deteniendo la fermentación alcohólica y añadiendo un poco de alcohol viníco cuando el azúcar residual es el óptimo.

Sociedad: Empordàlia S.C.C.L.
www.empordalia.com

Bac de les Ginesteres, de Vinyes dels Aspres

Vinyes dels Aspres, al pie de Les Alberes, en Cantallops, elabora uno de los vinos más laboriosos de producir, singulares y elogiados: Una vez vendimiado el vino de garnacha roja de vides de veintiocho años, se dejan secar las uvas durante cincuenta y nueve días y se prensan como si fuera uva fresca. El mosto, con una alta concentración en azúcares, se fermenta durante meses. El vino se madura durante cincuenta meses a sol y serena en garrafas de cristal, y en este período de tiempo va evolucionando hacia el rancio.

Sociedad: Joaquim Albertí, S.A.
www.vinyesdelsaspres.cat

MANZANAS EXCELENTES

Maçanet de Cabrenys, Maçanet de la Selva, Maçaneda, Massanes o la Maçana son topónimos que prueban que la manzana es un cultivo ancestral. Como *maçana*, en las Terres de l'Ebre, o *manzana*, en castellano, que derivan de *mattiana*, nombre de una variedad de manzana predominante durante el Imperio romano. Sin perder nunca su clase, en 2001 nació la Indicación Geográfica Protegida (IGP) Poma de Girona, sucesora de la denominación de calidad Poma de Girona, creada por la Generalitat en 1983. Todos los fruticultores de la IGP están comprometidos con la producción integrada, mediante la cual controlan las plagas de modo más sostenible y respetuoso con el entorno. Los manzanos presiden paisajes del Alt y el Baix Empordà, el Gironès, la Selva y el Pla de l'Estany. A pesar de que las variedades comerciales son Golden, Red Delicious, Royal Gala y Granny Smith, los manzanos conservados tienen inventariadas y plantadas más de un centenar de variedades ancestrales y locales. Todas estas variedades locales servían para la elaboración de un rico recetario a base de guisos, asados, como acompañamiento de la morcilla dulce y, sobre todo, para hacer la manzana de relleno. Esta manzana se rellena de asado de cordero, bocarra y cerdo, con galletas, especies y vino. Una auténtica reliquia de la cocina medieval.

IGP Poma de Girona

La variedad Royal Gala es la más redonda de las cuatro que llevan la IGP Poma de Girona. Las otras tres son la Golden, la Granny Smith y la Red Delicious. Se trata de una manzana bicolor (rojo y crema), de piel con estrías marcadas, de pulpa blanquecina y consistente, jugosa, fina, muy crujiente y dulce.
www.pomadegirona.cat

FESOLS EXCELENTE

Fesol y mongeta ('judía') son sinónimos. Sin embargo, en la zona volcánica de la Garrotxa hablaremos de fesols y no de mongetes. Además, la denominación de origen protegida (DOP) avalada por la Comisión Europea desde julio de 2015 es Fesols de Santa Pau. La DOP es el reconocimiento a un cultivo tradicional que se inició a comienzos del siglo xviii, en el que las nuevas especies americanas de legumbres, muy productivas, se impusieron en los ligeros, porosos y fértiles campos volcánicos, hasta el punto de que también acabaron apropiándose de los nombres de las antiguas especies denominadas fesols. Probablemente, las semillas de las variedades de Phaseolus vulgaris llegadas de América desplazaron a las ancestrales de Vigna sinensis (o Dolichos sinensis), de vainas muy largas y de origen euroasiático, que debían de legarnos los antiguos griegos. De hecho, hoy, todavía quedan cultivos locales de fesols menuts, mongetes, fesolets, fesoles, fesolins, fesolines, banyolins, escurçatites, caragirats, guixons, fesols de l'ull ros o fesols de l'ull negre, sobre todo en el Pla de l'Estany y en el Baix Empordà.

DOP Fesols de Santa Pau

Fesols cultivados en los suelos volcánicos de Santa Pau, en la Garrotxa. Se trata de unas judías muy apreciadas gastronómicamente: son melosas, mantecosas, muy suaves al paladar y de un olor dulce.
www.fesolsdesantapau.cat

COLECTIVOS EXCELENTE

Un espacio de trabajo de entidades representativas que permitan aprovechar las sinergias y complementariedades, con la voluntad de:

- Establecer un espacio de relación estable entre la Diputació de Girona y las entidades representativas de los diferentes sectores agroalimentarios del territorio gerundense.
- Fomentar las actividades y la promoción de los sectores adheridos mediante el sello de calidad Girona Excel-lent.

DO Empordà

DOP Fesols de Santa Pau

DOP Oli de l'Empordà

IGP Poma de Girona

Gremi d'Elaboradors de Cervesa Artesana
Gremi de Flequers de les Comarques de Girona

Gremi de Carnissers i Xarcuters Artesans de les Comarques de Girona

Associació de Productes del Ripollès

Confraria de Pescadors de Palamós

Confraria de Pescadors del Port de la Selva

AECORK, Associació d'Empresaris Surers de Catalunya

THE AGRI-FOOD EXCELLENCE OF A LAND OF SEA AND MOUNTAINS

The cuisine of the Girona region has been one of the most influential in the world since the last decade of the twentieth century. The human factor is essential, but the genie would not have emerged from the bottle without a combination of powerful factors. The first is a history determined by a crossroads of cultures and exchanges. Then we have the wealth of raw materials from agriculture, horticulture, viticulture, olive cultivation, stockbreeding, fishing, forestry and quality artisanal and industrial agri-food processing. And finally, an uninterrupted secular gastronomic tradition that has been renewed and updated in each historical period. The counties of Girona are spread across a territory of sea and mountains with a varied cuisine and diverse, complementary landscapes. They are humanised territories: dolmens, menhirs, farms, Romanesque churches and chapels, monasteries, inviting green meadows, kilometres of dry-stone walls, olive groves, vineyards, archaic wine cellars and postmodern wineries, luxuriant fields and fertile market gardens.

Early agriculture has left its mark on the environment: centennial and millennial olive trees, rows and rows of apple trees, reborn vineyards and the remains of orphaned dry-stone walls that would love once again to protect vines. The permanent crops have modelled the territory with symphonic and seductive landscapes. They harmoniously combine apple trees, vineyards, rice fields, wheat to make the flour for the north-wind bread, barley, oats and corn to feed the livestock, and market gardens, well-ordered with stringing and well-watered, mainly from the canals born of the industrial revolution.

Nothing is the result of chance. The cuisine of Girona begins in the vegetable gardens: onion and garlic (where applicable) in the *sofregit* (the base for the sauce): a *sofregit* made with patience, stirring for a long time to brown it, but without burning, until it is caramelised. The vegetable garden is the *sofregit* of the landscape.

The natural parks are the fruit of so many years, centuries and millennia of shaping the landscape and coexisting with the territory. There are three near the sea: Cap de Creus, with its olive groves, vineyards and rice fields; Els Aiguamolls de l'Empordà; and Montgrí, Les Illes Medes i el Baix Ter. And there are two more are in the mountains: Les Capçaleres del Ter i del Freser, with the headwaters of their respective rivers, and the La Garrotxa Volcanic Zone, a terrain of pastures and beans.

And there remains one of sea and mountain, of the Empordà myth of the shepherd and the siren: the Albera Natural Park, with its beech woods, Albera cows and cork oaks.

A result of this conjunction of territory and agricultural and culinary culture was the creation of the Girona Excellent seal of agri-food quality.

The Third Edition

In 2018 and 2019, a total of 70 products from 46 different companies will bear the Girona Excellent label, which was created to promote, foster and disseminate nationally and internationally the highest quality agri-food products of Girona that are one hundred percent made in our counties. Girona Excellent was created in 2014 on a biennial basis thanks to the desire and impetus of the Girona Provincial Council and the Chamber of Commerce to highlight the gastronomic excellence of the Girona region. Since its first edition in 2014-2015, all the products have been selected through blind tastings by specialists from all areas of gastronomy, cuisine, research and agri-food production. In its three editions to date, the Girona Excellent seal of agri-food quality has achieved considerable recognition among the quality production sector.

Of the products that appear on the list, two have enjoyed full rights since the first edition: the apples of the Girona Apple Protected Geographical Indication and the beans of the Santa Pau Beans Protected Designation of Origin.

The others were chosen between the months of May and June 2018 in a blind tasting for each family of selected products: mineral water, anchovies, rice, local beverages, coffee, preserves, cold meats, foie gras, biscuits, dairy products, olive oil and wine.

Each tasting was carried out by a five-member jury, which met in five places: the Gastronomic Classroom of the Empordà; the Girona School of Hospitality and Tourism; the IRTA Monells; the FoodLab in Riudellots de la Selva, and the Domus Sent Soví gastronomic centre in Hostalric.

The Tasters

A wide and varied range of people related to the worlds of farming, gastronomy and catering was invited to participate in the twelve tastings for the third edition of Girona Excellent, which took place between 14 May and 8 June. Five specialists from each area participated in the dozen tastings, along with representatives from the fields of science, engineering, research, gastronomic journalism, education, catering, wine, cuisine and specialist commerce. It should be pointed out that major competition in the wine sector made it necessary to mobilise two tasting teams.

The tastings were blind and the gastronomic parameters or organoleptic qualities - appearance, aroma, taste and harmony - were assessed. In the case of unique products, numerical scores were given and there were deliberations.

EXCELLENT WATERS

We are in a mountainous and volcanic territory: the Pyrenees, the Guilleries, etc. There are volcanoes everywhere, and subterranean connections; filtered for millions of years; mineral purity. The counties

of Girona are full of springs, of effervescent springs, malodorous springs and hot springs; of mineral-medicinal waters, of spas, of health springs, of water-bottling plants, etc. Drinking water is a scarce and strategic asset and has enormous economic power. In the counties of Girona, major multinationals extract water, still or carbonated, and there are springs that are worshipped and are fine and highly appreciated. To drink and quench your thirst, to make infusions without altering any of the organoleptic properties of the herbs, and to cook broths, rice and soups. Most of this water is naturally mineralised, just as it comes out of the ground. Some are naturally carbonated, although this can be lost when it flows to the surface after so many years - thousands or millions - hidden and protected among the rocks. There are also some with gas added later, and some that are naturally carbonated, brut nature.

Sant Aniol, natural mineral water

Sant Aniol mineral water is extracted from a well formed more than 40,000 years ago, which emerges from a depth of 55 metres and reaches a plant located on a 12-metre basalt promontory. The purity and low mineral content of this water give it a neutral flavour that makes it suitable for cooking and for the preparation of coffee and infusions.

Producer: Hijos de José Bassols, SA
www.santaniol.com

Aigua de Salenys, mineral water with natural gas

The commercial extraction of this water began in 1823 in Les Gavarres, near the Costa Brava. Since 1902 it has always been sold in glass bottles, which are filled at the source so that no gas is lost. Although it is considered to have a high mineral content, there is very little sodium and the other minerals it contains are beneficial for health.

Producer: Aigua de Salenys, SL

www.salenys.com

Sant Aniol, mineral water with added gas

Aigua de Sant Aniol is a family business founded in 1993 that obtains water of great purity with very balanced mineral content from a spring located in a site formed of sedimented lava and volcanic rock. The addition of gas keeps the properties of this water intact and makes it a refreshing drink that goes well with any meal.

Producer: Hijos de José Bassols, SA
www.santaniol.com

EXCELLENT ANCHOVIES

Anchovies have a long history. We can trace them back at least as far as the mythical origins of salted fish on the Costa Brava during Greek and Roman times. The first factories, precursors of the current industry, appeared in the nineteenth century. Among them, the Casa Pont in Cadaqués stands out. Although in this century L'Escala is the municipality with the most producers, the Cadaqués factory was the largest ever. The

Cadaqués factory was the largest ever. The Casa Pont also made its own barrels in which the anchovies were pressed so that they would be well "anchovied" in the brine and last the long journey to America, as well as to the rest of the Mediterranean. The result was a conscientiously-made preserve with a careful aging, giving the anchovy a bright reddish-brown, mahogany colour and a perfume of fresh fish, with the seductive iodized taste of seaweed, the aroma the ancients wished for the liquamen or garum with which they perfumed and complemented so many dishes. It is product that has come back into fashion and two of its references have been chosen for this edition.

Anchovies in salt, from Anxoves de l'Escala M. Sureda

The traditional way of preserving anchovy is in a glass jar that contains the fish (*Engraulis encrasikolus*) gutted, with the head removed, and covered with brine to cure it. Historically, the anchovies in L'Escala have been prepared in this way and, since 1940, the same method has been used by this company, which has a staff of 40 people and premises occupying 3,500 m².

Producer: Anxoves de l'Escala, SA
www.anxovesdelescala.es

Anchovies in olive oil, from Anxoves de l'Escala M. Sureda

Anxoves de l'Escala concentrates all its experience of Mediterranean culture in this jar. The anchovies are cured for a minimum of six months and they are desalted at just the right moment to bring out their briny flavour. The backbone is removed and the fillets are packed covered with olive oil to keep their texture firm and tender.

Producer: Anxoves de l'Escala, SA
www.anxovesdelescala.es

Anchovy without backbone in brine, from Anxoves de l'Escala M. Sureda

These anchovies are packed in brine, but without the backbone and with the two fillets joined at the tail. It is a format designed for fine food enthusiasts and catering professionals, who have enough experience to know how salty they like their food. A few minutes before they are served, they should be soaked and then drained and dried.

Producer: Anxoves de l'Escala, SA
www.anxovesdelescala.es

Olives stuffed with anchovy fillets, from Anxoves Callol Serrats

Dedicated to salting anchovies since 1847, Fill de J. Callol i Serrats SL is a family business that has come down to the sixth generation with the same innovative spirit and approach to doing things as that of its founders. The olives are of the Hojiblanca variety. Stuffed by hand, one by one, with traditional anchovy fillets, they are the ideal product to accompany an aperitif.

Producer: Fill de J. Callol Serrats, SL
www.callolserrats.com

Anchovy fillet in vinegar, from Anxoves de Roses

The Anxoves de Roses - Conservas Bahia salted fish company, working in the fish trade since 1960, began to make seafood preserves in 1980. The hand-picked anchovy fillets, pickled in vinegar and preserved in olive oil, are one of their star products. These pickled anchovies are ideal as a tapa with an aperitif.

Producer: Peixos de Mar Pla de Hermanos Martínez, SL
www.anxovesderoses.com

EXCELLENT RICES

Not all territories are suitable for rice growing. Rice is more selective than other cereal crops, because water is an absolute necessity. Thus, the habitat of Pals rice is the natural parks of Els Aiguamolls in L'Alt Empordà and El Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter in Baix Empordà. And the rice farmers are so aware of their involvement in the preservation of the landscape and the fauna of the environment, that they declare their crops to be agri-environmental. Thus, every year, in the cold months, the fields are restored to their natural state. The wetlands reappear as an ephemeral display of the original territory. Between the end of April and the beginning of May, with the fields flooded, the rice is planted. And it has been like that since the 14th century.

The wetlands and marshes of L'Empordà were the only rice producing area in Catalonia between the Middle Ages and the 19th century. The 20th century was a very cyclical period, fluctuating between crisis and a questioning of the crop. In contrast, during the first years of the 21st century, possibly thanks to the increasing popularity of gastronomy, Pals rice has come to be much appreciated. Currently, there are about twenty farmers, mainly from Baix Empordà, cultivating around a thousand hectares of different varieties, with round-grain being the most popular.

Round pearl rice

Rice growers for generations, the Paral family know all the secrets of cooking rice. Obtained through environmentally-friendly agriculture, round pearl rice has just the right amount of starch needed to cook traditional rice dishes, as it absorbs the juices very well during cooking, it does not split and it retains the aroma of a *sopreguit*.

Producer: Arròs de Pals, SL
www.arrosmolidepals.com

Medium-grain rice

Owners since 1984 of the historic rice mill in Pals, documentary records of which go back to 1452, the Parals family has selected this variety of medium-grain rice because it absorbs less liquid during cooking and because the texture remains firm when it has been taken off the cooker. It is ideal for preparing salads, paella or dishes in which

the sauce is served separately.

Producer: Arròs de Pals, SL
www.arrosmolidepals.com

Whole-grain rice

At the ultra-modern facilities of the historic mill in Pals, whole-grain rice is obtained from the round-grain varieties they know so well. Rich in fibre, mineral salts, especially phosphorus and magnesium, and vitamins (E and B group), whole-grain rice is considered the most natural, since only the outer husk is removed and it is not bleached.

Producer: Arròs de Pals, SL
www.arrosmolidepals.com

EXCELLENT LOCAL DRINKS

The 21st century has seen the development and discovery of an enormous variety of drinks, with and without alcohol, old and new, rustic and exotic. Alcoholic beverages, liqueurs, gins and beers predominate.

Flavours rooted in the landscape and history. Ratafia has become a popular liqueur, beyond its previous status as a rural courtesy liqueur. For many years, this new green liqueur with herbs took centre stage towards the year's end, with the fairs of Santa Coloma de Farners and Besalú; then there was a gap until June, when importance was placed on the herbs of the formulation. Finally, homemade and craft liqueurs have gradually made a place for themselves in the world of fine cocktails. They have grown and become popular. A brandy and a gin have even been inspired by the aromas of ratafia. The junipers also express the landscape beyond the mandatory gin.

The number of microbreweries is growing and, far from standard products, they also seek genuine flavours to offer a part of territory, to express its history and its landscape. The plantations and production of hops, indispensable for making beer, are also on the increase. The offer of craft beers is no longer limited to specialist breweries, but has been extended to bars and restaurants.

In addition, new fermented beverages made from the juice of Girona apples are an option for those who prefer alcohol-free soft drinks.

Nut Gin

Nut is a London Dry Gin, four times distilled, with a predominance of botanicals from the Empordà that evoke the Mediterranean. Made by a micro-distillery founded by four friends in 2012, its flavour has notes of juniper, rosemary, angelica, green walnut, olive leaf, lemon and orange, with a citrus finish it owes to coriander.

Producer: Arbenig 2012, SL
www.arbenig.com

Gin Volcànic

Gin Volcànic, made by Beveland Distillers and Ratafia Russet, has all the spirit of La Garrotxa. It is the result of blending three different types of liquor, distilled through three maceration processes: the traditional

Ratafia Russet process, another using juniper with botanicals, and one using green walnuts. Because of the presence of volcanic stone in the still, it can be distilled at a lower temperature.

Producer: Beveland Distillers + Ratafia Russet
www.ginvolcanic.es

Mediterranean fruit juice kefir

Ecolàctics Peralada, a member of the Mas Marcè group, has decided to make a totally vegan soft drink. Its Mediterranean fruit juice kefir is a fermented product made with water, lemon juice, figs, dates, agave syrup, sugar and kefir ferment from organic farming. It has been designed as a refreshing, healthy alternative drink, especially enjoyable in summer.

Producer: Recuits de l'Empordà, SL
www.masmarce.com

Mooma Granny Smith apple juice

100% natural single variety apple juice, without additives, sugar or extra water, made exclusively with Granny Smith apples, from Poma de Girona (Protected Geographical Indication of Origin). The third generation of the Mas Saulot family, owners of Mooma (Montgrí + Poma) grows fruit in L'Empordà, in orchards located in Palau-sator, Fontclara and Gualta.

Producer: Agroalimentària Mas Saulot, SL
www.mooma.cat

IPA Selva Brutale

La Selvaseria brewery started operations in 2009, before the boom in craft beers. Selva Brutale is an amber-coloured India pale ale (IPA), with an intense aroma of peach, apricot and tropical fruit. It has a low/medium level of carbonation and the intense bitterness characteristic of IPA, which does not detract from an initial suggestion of sweet red onions from Figueres and its fruity finish.

Producer: La Selvaseria, SL
www.laselvaseria.com

Minera Avet craft beer

Spruce syrup (pine cones macerated in sugar), an ingredient used widely in the Pyrenees, is a distinctive feature of this hand-made beer, produced in the style of the Weissbier or Weizenbier wheat beers from southern Germany. The Sanjoanina brewery began as a home brewer in the former coal mine at Juncadella, where fermentation and maturation of the beer took place.

Producer: Cerveseria Santjoanina, SL
www.minera.cat

Vinya Hop Fruit Ale

This beer, fermented with cava yeast and flavoured with organic grape must from L'Empordà, is another outstanding product from Blanes, where Pep and Kevin Andreu created Marina, the first sparkling wine to be made in Catalonia, in 2010. It is not filtered or pasteurised and the flavour of hops, tropical fruit, peaches and apricots can be

fully appreciated.

Producer: Brewers Brothers SL
www.cervesamarina.com

EXCELLENT COFFEES

A meal ends with the after-dinner or after-lunch conversation or time for "coffee, brandy and a cigar". For many people, coffee is a sacred rite. It is also a universal way to start the day. One of the best perfumes known for its aromatic complexity is that of coffee. Incorporating all these aromas into the cup is one of the great challenges of the coffee industry, in order to provide maximum consumer enjoyment and especially in the critical and demanding world of gastronomy.

New extraction methods emerge every day, innovative infusion methods to obtain the maximum organoleptic properties of coffee. We demand cream, aroma, taste, and memory. Memory plays an essential role. The memory of freshly roasted or roasting coffee. Often sensitive people in cold areas where coffee does not grow ask why the beans arrive green and each coffee maker roasts them and why not all the coffee arrives already processed. This is because coffee is a perishable product and, once roasted, the oxidation and volatilisation of all its aromatic components begins. "Freshly-roasted" is not merely an advertising slogan.

The coffee industry in the Girona region dates back to 1920 and Cafès Cornellà in the city of Girona, a company that is now run by the fifth generation of coffee makers. Although Cafès Cornellà began it all, Cafetí, from Cafès Roura, was the first to open its own cafés.

Espresso El Cafeti

Cafès Roura, a coffee making company created in Sant Feliu de Guixols in 1958, presents its new line, El Cafetí, a blend of arabica grains roasted slowly and separately. This new coffee, the work of the third generation of the Roura family, is an aromatic beverage with hazelnut coloured foam, fresh acidity, an intense flavour and a very persistent aftertaste.

Producer: Cafès Roura, SA
www.cafesroura.com

EXCELLENT PRESERVES

We have a strong tradition of vegetable preserves, sweet, salted, in vinegar or natural: of broccoli and pepper candied in vinegar, mushrooms in brine, tomato sauces and candied whole tomatoes, sweets made with one or various fruits or vegetables. The return to agri-food traditions continues to grow. Traditional home-made preserves are not only found on farmers' stalls, but new enthusiasts and brand-new developers are appearing all over the place. Some small industries are growing and becoming big, while maintaining their artisanal quality. Others are improving their

technology to reduce product handling to a minimum and keep it as close as possible to its intrinsic nature.

In other cases, the preserves are not designed to be opened and eaten, but as the basic ingredients of the cuisine, to save the long process of frying the onions, garlic and tomatoes for a "sofregit" or making a broth for a rice or a stew or to have a seasoning to enhance the flavour or as a dip. Sometimes a new use is given to a traditional sauce. Some have already presented a traditional stew, a preview of the fifth range.

Bitter orange marmalade

The raw material for this product is the bitter orange, but the marmalade itself is not bitter. The queen of preserves, made by slowly cooking this citrus fruit, is part of the Can Bech range, products that can be found in gourmet stores and chains in over twenty countries. The amount of sugar added is just what is necessary, as the fruit is harvested at the optimum point of ripeness.

Producer: GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com

Green plum jam

There are endless ways to preserve summer plums, whether green, yellow, red or purple: dried, in alcohol or in syrup. At Can Bech traditional green plum jam is made only with natural ingredients: green plums, sugar, lemon juice and pectin. Brownish-green, this jam is sharp, sweet and fresh.

Producer: GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Fig jam

Figs are the great specialty of a company that began operations in 1981 in the restaurant that the Bech family opened in Fontanilles, in the Baix Empordà. Fig jam is a traditional favourite in the cuisine of the Girona region. It is an indispensable ingredient in some well-known desserts in the Empordà area, such as *recuit de drap* with figs.

Producer: GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Rhubarb jam

Can Maia is a small farm in La Cot, Santa Pau, where preserves are made only with fruit and vegetables grown organically in the fields owned or leased by the farm. This jam is made with rhubarb stalks from a small plantation they have next to Can Maia.

Producer: Montserrat Miralles Ferrer
www.canmaia.com

Extra roasted pepper jam

Can Tuies, in El Far d'Empordà, became a small craft jam maker in 2011, when Carme Díaz started making jam under the El Rebost de l'Empordanet brand. Made from peppers that have been roasted very slowly, this jam contains the essence of Mediterranean flavours, herbes de Provence and vermouth.

Producer: Can Tuies SL
www.elrebostdelempordanet.com

Candied figs in syrup

Whole figs in syrup are as old as Can Bech and today they are still the company's star product. The raw material comes from plantations in Murcia, cultivated exclusively for the Bech family. The figs are selected according to their size and are cooked in three stages to obtain delicious fleshy candied fruit.
Producer: GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Rose petal jelly

This fresh, aromatic jelly is designed to be paired with sweet or savoury dishes. It is made with water, lemon juice, raspberries and rose petals. It is a jellified infusion of natural rose petals with sugar, the brainchild of Gerard Bech, son of the founder of this family-owned company in Fontanilles, in the Baix Empordà.
Producer: GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Quim Matas onion sofregit

Onion sofregit is one of the foundations of traditional Catalan cuisine, especially in L'Empordà. Quim Matas, butcher and delicatessen owner in La Bisbal since 1977, makes it with Figueres onion and olive oil, a twelve-hour process that requires great patience. This product helps to reduce the time needed to prepare traditional dishes in the home.
Producer: Carnisseria i Xarcuteria Quim Matas
www.elsofregit.com

Sofregit with Palamós prawn and crab

Toni Izquierdo is owner and chef of the Mas dels Arcs, in Palamós, which features rice-based dishes, so he is well aware of the importance of a good sofregit. He has devised a trio of sofregits from L'Empordà, the first of which features the marine flavours of prawn and crab, ideal in combination with prawns from Palamós, Pals rice and other local products.
Producer: Antoni Izquierdo Cruellas
www.masdelarcspalamos.com

Anela Fruits - apple and pear

Anela's apple and pear purée is made without additives, preservatives, artificial colouring or extra sugar. The Williams, Conference and Abate pears and the Golden Delicious and Gala apples come from their own plantations, in L'Empordà, El Gironès and La Selva. The business dates back more than 40 years and has now been taken over by the founders' children.
Producer: Safrunat, SL
www.anelafruits.com

Calçot sauce

Can Moragues, in Riudarenes, a social project run by the Emys Foundation, dedicated to the conservation of nature, provides the ingredients and recipes, and the Astres Foundation, dedicated to the integration of people at risk of exclusion, work together to make preserves and sauces, one of the finest being their calçot sauce, made with tomato,

nyora peppers, toasted almonds and garlic.

Producer: Fundació Privada Astres
www.camoragues.org

Jo Pasturo - chicken thighs with yellow foot mushrooms

During the struggle to revive an old abandoned farmhouse, with local resources and applying sustainable management, the Jo Pasturo line of preserves was born. Using its own organically raised chickens, the farm has developed this traditional recipe of chicken with yellow foot mushrooms. The product can be stored for 18 months in the kitchen cabinet.

Producer: Faustina de Solà-Morales Capdevila SL
<http://www.planeses.com>

Escata

A modern version of the Greek and Roman *liquamen* or *garum*, Escata is an anchovy derivative slightly thickened to give it the texture of sauce. It has been developed by Gastro Ventures, a company formed by a chef, a scientist and an economist, dedicated to the conceptualisation, design, production and marketing of gastronomic products.

Producer: Gastro Ventures, SL
<http://www.escatafood.com/>

Colatura Selecció de Primavera

The liquid produced during the ancestral process of making anchovies, once the impurities are removed, is the basis of this new product from Callol Serrats. Colatura Selecció de Primavera has absorbed the essence of the anchovy and has become a marine condiment and flavour enhancer which is ideal for cooking. It has much in common with the *liquamen* and *garum* of the ancient Greeks and Romans.

Producer: Filll de J. Callol i Serrats, SL
www.callolserrats.com

Fumet de peix Pescadors de Roses

This fish stock, obtained from cooking vegetables and fish of little commercial value, is an illustration of how fish from the Costa Brava can be used sustainably to full advantage, adding value to the product. These objectives were the inspiration for Pescadors de Roses Planta d'Envasat, a company created by Confraria de Pescadors de Roses and Peixos Gotanegra SL.

Producer: Pescadors de Roses Planta Envasat, SL
www.pescadorsderoses.com

Gelatina d'aioli

The third generation at Carnisseria Pelai, which has been in Sant Climent Sescebes since 1933, has chosen to innovate and modernise the business. As part of a joint project with the Gremi de Carnissers i Xarcuters and the Aioli Fair in Creixell, they developed this sheet of aioli, which is about three millimetres thick and is made from gelatine. With its aroma of garlic, this product is ideal for accompanying meat, fish and vegetables.

Producer: Enric Torrent Navarra
www.pelai.com

Escalivada a la brasa

The second generation at Can Bech presents *escalivada* made with red pepper, white aubergine and fresh onion. Roasted just long enough to ensure they are tender, the vegetables are then peeled by hand. Vegan *avant la lettre*, escalivada is one of the great traditional dishes in Catalan cuisine, eaten cold, hot or warm, alone or as a garnish.
Producer: GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

EXCELLENT SAUSAGES

If Proust had been Catalan, maybe he would not have started to remember after having eaten a slice of "fuel" dried sausage, but who knows? Maybe he would have done it after taking a bite of a lard cake. The counties of Girona are the territory of sausages, as endless stories relate, including those of the great twentieth-century chronicler, Josep Pla, which are among the most eloquent.

Intestines are stuffed with pork marinated in salt and some kind of spice or aromatic herbs. Some are dried in cool, dark pantries. Others are boiled in a pot and then have to be eaten quite quickly, as the lack of cold and oxidation turn them bad. However, there are people who refine and mature whole pieces, because they are very interested in their organoleptic evolution, especially towards a balanced rankness. Most, however, understand the sausage as generic: pieces of pork processed with the intention of storing them for a while and eating them little by little, rather than all at once.

This is a territory of raw meat, minced and seasoned with salt and pepper and left to dry: *llonganissa*, *fuet*, *secallona*, *somalla*, etc., as well as white botifarra, liver sausage, black pudding, and sweet botifarra. And also from pork loin, head of loin, neck and ham sausages. Generically, we call them "baiona". The slaughter is a living tradition, although its continuation is more of a custom than a necessity, a desire to preserve a way of life and for pure gastronomic pleasure. However, a strong network of butchers that supplies our towns and cities continues to prepare sausages in the traditional way and to research the creation of new ones.

Long fuet

To produce the country's iconic sausage, Jordi Vilarrasa uses only ham, pork back and belly, salt and pepper. This butcher, who has a stall in the market square in Olot, raises his pigs naturally and slowly on the family farm that he has owned since 1994 at Mas Janric de Begudà, in the La Garrotxa Volcanic Zone Natural Park.

Producer: Jordi Vilarrasa Vilanova
www.jordivilarrasa.cat

Cap de llop

The whole cut of marbled lean pork, seasoned with pepper and salt, cured, dried and matured in many different forms with various names

(*baiona*, *clatell*, *cap de llom*, etc.), is one of the greatest delights of Catalan cuisine. Carnisseria Alemany, which has production facilities in Banyoles and a stall in the Mercat del Lleó in Girona, makes this cured pork product using natural casings. Producer: Xavier Alemany Juanola www.carnisseriaalemany.cat

Botifarra blanca

Xavier Alemany founded his butcher's business in 1998 with two objectives: to maintain tradition and pass it on. Although white *botifarra* is available in different thicknesses and lengths, the sausage encased in large intestine is one of the most popular and one of the cooked sausages traditionally associated with the butchering of pigs. At Carnisseria Alemany it is prepared with dewlap, bacon and pork loin, salt and pepper. Producer: Xavier Alemany Juanola www.carnisseriaalemany.cat

Botifarra de perol

Can Raliu is a family butcher's opened in 1947 in Jafre. Although all *botifarra* is cooked (or was cooked) in a *perol* (large pan), only this one recalls the fact in its name. Because it contains head, fat bacon, pork rind, chitlings, tongue, kidney and heart, it is also known as *botifarra de parracs* (*rag-tag botifarra*). This pork sausage can be used in numerous ways, both in popular dishes and more sophisticated recipes.

Producer: Can Raliu, SL

Peltruc de carn de perol

The experience of Carns i Embotits Hom, opened in 1961 in Sant Hilari Sacalm, has enabled this firm of butchers to give a new twist to traditional products by presenting this tribute to pork, which combines meat cooked in a perol with *botifarra blanca*. The result is a casing with pork belly and neck bacon, with pieces of tongue, kidneys, pork belly and rind, seasoned with salt and pepper, that recalls sausages made with tongue.

Producer: Albert Santaugini Hom www.carnisseriahoms.cat

Botifarra medieval

Mas Corominas, a family farm in Begudà which raises its own pigs, has looked to the past to present an innovative product inspired by the spicy food in mediaeval recipes. This mediaeval sausage is a mixture of duck liver and chicken, bacon, dewlap, slices of venison or kid, rosemary, thyme, oregano, onion, salt and pepper.

Producer: Granges Corominas, SL www.porcsCasolansCorominas.com

EXCELLENT FOIE GRAS

The foie gras sector is much more than breeding moulard ducks for their livers. The comparison with the pig is inevitable, as everything is taken advantage of. Each part of the duck is transformed into highly

appreciated gastronomic delicacies: Caramelised thighs, pickled breast, preserved gizzards, stuffed necks, mousse, pâtés with various pairings - classical, innovative or very imaginative. The production is concentrated in the Empordà, La Selva and El Gironès regions. The first attempt to set up duck farms to obtain foie gras in the counties of Girona was in 1976, but it was not until 1982 that the sector was consolidated. It was then that a group of young entrepreneurs started the current industry, smuggling in moulard duck chicks purchased on the other side of the French border. This hybrid breed, a cross between a female Peking duck and a male Muscovy, musk or Barbary duck (native to the Andes), adapted well to our region. In fact, ducks and geese are part of the ancestral poultry breeding tradition of Girona: families used to fatten them up for the main local saint's days celebrations and for the long Christmas festivals.

Foie gras extra

Collverd, a company created in 1980 in L'Empordà, near the Aiguamolls Park, breeds its ducks for fourteen weeks in the open air. With a special microclimate, a cereal-based diet and surgical manipulation, they obtain natural, fresh, whole foie-gras. Its colour and weight are ideal and it is compact, with a silky texture and a sweet, toasted, salty taste.

Producer: Collverd Productes de l'Ànec, SA www.collverd.com

Foie gras micuit

For the preparation of half-cooked foie gras (*micuit*), the basic way to prepare foie-gras, liver of the highest quality is needed. Collverd has managed to fine-tune the production of this traditional culinary jewel. It is cooked for just the right length of time in a bain-marie, with only salt and pepper added, to produce this sweet, soft, delicately-flavoured, aromatic delicacy.

Producer: Collverd Productes de l'Ànec, SA www.collverd.com

Foie gras a la sal

Foie gras in salt, prepared according to an old, very delicate technique, is one of Collverd's star products. The oldest company in Catalonia and one of the first in Spain dedicated to raising ducks to obtain their liver, wanted to give this product an evocative name and chose *Celler* (wine cellar). Today, Foie gras Celler is the best-known brand of this traditional uncooked preparation of foie gras.

Producer: Collverd Productes de l'Ànec, SA www.collverd.com

Foiegret

The word magret refers exclusively to the breasts of ducks bred for foie-gras. What we refer to as "duck ham" is one of the products obtained from magret, probably the most widespread. Foiegret goes far beyond the tenderness of cooked ham, since it incorporates foie gras, and the result is a delicious, soft product that melts in the mouth.

Producer: Collverd Productes de l'Ànec, SA www.collverd.com

EXCELLENT BISCUITS

Biscuits are the most transitory and timeless expression of the sweet tradition of the Girona region. The calendar is filled with special cakes, often very local and only made for annual festivals: *brunyols*, *tortells*, *rabasses*, *flaones*, *coques*, *panellets*, etc. Some ultralocal specialties have become universal: the *taps* of Cadaqués, the Bisbalenc, the *coca* of Palau-saverdera, the *tortell entorbat*, the *coca de llardons* of Olot, the *tortada* of Banyoles and the *xuixo* of Girona. Of course, there are also famous chocolate and ice cream makers. The star of the sweet tradition - because it dates back to the Middle Ages and because it is preserved pork with sugar and lemon peel, or even cinnamon - is the sweet *botifarra* (when it is raw) and the sweet *fuet* (when it has been hung and dried).

In terms of biscuits, Santa Coloma de Farners and Campredon have an entire industry dedicated to sending boxes of biscuits around the planet. Campredon's biscuits are varied and assorted. Those of Santa Coloma are particularly known for their almonds. These biscuits are perfect with tea. They are the perfect companion to a cup of coffee. They are ideal for dunking in sweet wine or *ratafia*, and they are very good for staying your appetite and, above all, as an ingredient in a great stew.

Ametllats

Trias Galetes-Biscuits, a family business founded in Santa Coloma de Farners in 1908, makes these biscuits with only three ingredients: almonds, sugar and egg white, with no other secrets than the expertise acquired over a century. The history of this company is described in the Trias Museum, opened in 1994 in a section of the biscuit factory.

Producer: Trias Galetes-Biscuits, SA www.triasbiscuits.com

Teules

Almond *teules* are the sublime expression of the history of Santa Coloma de Farners. These biscuits, based on the traditional recipe and made exclusively from almonds, sugar, flour and egg yolk, without preservatives or colouring, are the classic product of the Trias family business, which began to market biscuits in tin boxes in 1910.

Producer: Trias Galetes-Biscuits, SA www.triasbiscuits.com

Neules

Birba are the famous biscuits from Campredon. And *neules* are one of the classic sweet products in Catalan gastronomy, documented since the Middle Ages. Without preservatives, colouring or palm oil, the *neules* are made with natural ingredients, by hand one by one, so they are irregularly shaped and

are not cut at the ends.

Producer: Galetes Campodon, SA
www.birba.es

Neulets de menta amb poma

The third and fourth generation of this century-old business, founded by Joaquim Trias i Vila, has created a short *neula* filled with almond praline with apple and mint, as a refreshing tea pastry. With a 4,500 m² plant, prepared to export its products all over the world, this company still has links to the region, as the neulet contains dried Granny Smith apples from Poma de Girona PGI.

Producer: Trias Galetes-Biscuits, SA
www.triasbiscuits.com

DAIRY PRODUCTS

The transhumant herds of cows and sheep from the valleys of Ripollès and Cerdanya to the Emporda plain formed part of the most picturesque landscapes in the counties of northern Girona. The herds of goats were more stable. Stockbreeders produced meat and milk for their own consumption and for nearby markets. That's why tender cheeses are so predominant, as in the rest of the country. Cottage cheese was made in L'Empordà, La Garrotxa, El Gironès and El Pla de l'Estanty, while more curd was made in La Selva: in the interior area of La Selva, it was tender goat cheese. In the counties of Girona, the great aged cheeses, such as the "serrat", have to be sought in the Pyrenees, in the coldest and wildest part of the territory. However, from the 1980s, changes came about and the production evolved to become more creative. As disaster loomed over the countryside with rural abandonment and impoverishment, there was a renaissance in the desire to live on the land - in a romantic way at first. Many producers opted to breed livestock, produce milk and process and market it themselves, independently and without intermediaries. An artisan cheese industry also emerged. Some of the cheesemakers are the descendants of shepherds of former times; others arrive with intensive theoretical training. Many already have several years of experience with a range of achievements and awards. Although the best-known Girona dairy product outside the region is curd cheese - in cloth in the Baix Empordà or in a pot in the Alt Empordà - there is no common speciality among all the cheesemakers.

Recuit d'olleta

Mas Marcè, livestock breeders in Siurana, have made a great effort to recover and promote the native Ripoll sheep, as milk producers, using organic farming methods. They have also recovered the cardoon (or artichoke thistle) to curdle the milk and thus revive the traditional technique of making curd in a saucepan. Producer: Mas Marcè, SCP
www.masmarce.com

Recuit de drap

If recuit is the Girona dairy product par

excellence, Fonteta's *recuit de drap* has become a gastronomic icon. The Martell family has been making this product in the municipality of Forallac, at the foot of the Gavarres massif, since 1990. To obtain the famous creamy, soft, delicious texture, milk from different herds of goats is used. Producer: Recuits de Fonteta, SL
www.recuitsdefonteta.com

Baldat

This is an unprecedented variety of cheese in our country, the mass being heated and the rind brushed. Made in 20 kilo pieces from raw cow's milk, it is matured for a minimum of twelve months. To produce it, this cheese maker in Granollers de Rocacorba, in El Gironès, uses raw milk from organically raised cows at Can Garriga de Maia de Montcal, in La Garrotxa.

Producer: Pablo García García
www.labalda.com

Saüll

La Xiquella is a craft cheese shop established in 2014 at Mas El Xiquillo, in the Vilallonga district of Vall d'en Bas. Surrounded by experienced farmers with excellent livestock, Oriol Rizo decided to make this delicacy using raw cow's milk. The mass is heated and hard pressed, the rind is washed and the cheese is matured for at least a year.

Producer: La Xiquella Formatges i Turisme Rural, SL
www.laxiquella.cat

Fermió cheese

Each week, in his small unit, Pablo García makes this soft cheese with white rind using raw milk from organically raised cows at Can Frigola de Borgonyà, in the Pla de l'Estanty. The La Balda cheese business was set up in 2012 in the Lléména Valley, at the foot of Rocacorba. Fermió is very creamy when it is made. It tends to become runny and its flavour is strongest when it ripens.

Producer: Pablo García García
www.labalda.com

Cofat cheese

This sheep's cheese is similar to traditional mountain cheeses. Made from raw sheep's milk by means of enzymatic coagulation, it produces a pressed semi-heated mass with a natural brushed rind and is matured for 6 to 12 months. It is one of the most iconic cheeses from the cheese shop and rural house belonging to Oriol Rizo and Irma Casas.

Producer: La Xiquella Formatges i Turisme Rural, SL
www.laxiquella.cat

Marí

Descended from a family of transhumant shepherds from the Pyrenees who settled on the Empordà plain, Manel Marcè, a member of the sixth generation, decided to modernise the business. One of the most successful products has been a matured soft cheese made with raw organic milk from Ripoll sheep and sea

water, a tribute to the sea breezes in the windy location of Mas Marcè.

Producer: Mas Marcè, SCP
www.masmarce.com

Puigpedrós

This is a soft cheese with washed rind, orange on the outside and aged ivory colour inside, made from raw cow's milk by Molí de Ger, in La Cerdanya. One of the country's most representative dairies, it has been making cheeses using raw cow's milk from its herd of Frisians crossed with a Belgian blue breed since 2007.

Producer: La Vernerada 2007, SL
www.molideger.com

EXCELLENT OLIVE OILS

We have documentary evidence that olive oil has been produced here for many centuries. The wild olive is endemic to the region, which indicates a prior knowledge of the species before it was cultivated, and this made the expansion of the olive groves a simple matter. The millennial olive trees bear witness to this antiquity, along with the archaeological remains that attest the presence of an olive oil industry since the Bronze Age.

Three varieties of native olive are recognised: argudell, corivell and verdal or llei de Cadaqués. Even so, it was not until 2008 that the Empordà Olive Oil Protected Designation of Origin, which takes in the counties of Alt and Baix Empordà, three municipalities on the Pla de l'Estanty and five in Gironès county, was created. Always considered as the best for producing olive oil, which it gives in great abundance, the Argudell is the most characteristic and widely-cultivated olive variety. In contrast, the Corivell variety is not very common, while the Verdal variety gives personality to the olive oils of Cadaqués. The regulatory council also allows the labelling as PDO Empordà Olive Oil those that do not have more than fifty percent of the arbequina variety, an olive that has also adapted well to the territory. In the same way as there are varieties of olives from other parts of the world, in recent years, ancient local varieties have also been discovered in La Garrotxa and the Montseny, where their expansion is already being worked on.

Oli de Pau

This extra virgin olive oil, fruity and green, is obtained from three varieties of olives: Argudell, which accounts for the largest proportion, and Corivell, both native cultivars, plus a smaller quantity of Arbequina olives. It is produced by Empordàlia, a cooperative formed by a union of small producers in L'Empordà, created in 1995 when the old cooperative oil producers in Pau, Roses and Vilajuïga joined forces.

Producer: Empordàlia SCCL
www.empordalia.com

Serraferran extra virgin olive oil

Bitter, spicy, sweet, greenish, fresh, light and

slightly astringent, Serrafernan extra virgin olive oil is made from olives harvested from Argudell and Arbequina trees that are hundreds of years old, and in some cases over a thousand. The native Argudell olives contribute a robust, bitter flavour and a complex aroma, while the ubiquitous Arbequina adds the fresh fruity flavour of green olives.

Producer: Oli de Ventalló, SL
www.olivalentallo.com

Gozos Mundanos Arbequina

Gozos Mundanos is a project dedicated to the production of extra virgin olive oil and quality wine, and runs a bistro in the centre of Roses. Gozos Mundanos extra virgin olive oil, fruity, green and light, with a sweet attack, a subtle bitterness and a medium-low spiciness, is produced from Arbequina olives organically grown in the Alt Empordà.

Producer: Adelina Parada Pérez
www.gozosmundanos.com

Anna Sala Trull de Ventalló, extra virgin olive oil
Each bottle of Anna Sala Trull de Ventalló extra virgin olive oil tells the story of olive oil and olive trees in L'Empordà, recalling a time when people went expressly with their own jugs to buy traditional Ventalló oil. It is made with olives from Argudell trees that may be hundreds of years old, Arbequina olives and the Picual cultivar, which is native to Andalusia.

Producer: Oli de Ventalló, SL
www.olivalentallo.com

EXCELLENT WINES

The Empordà Designation of Origin was born in 1975. At first, it only included producers from the Alt Empordà, one of the regions with the longest winemaking tradition in the country. In fact, the cultivation of vineyards, olive trees and cereals was omnipresent for many centuries. That is why the Mediterranean trilogy gives character to the Empordà landscape. The vineyards and the wheat fields mark the rhythm of the seasons. Consciously pruned, aligned and ordered, the centennial vines and their young counterparts make us aware of the renewal of the life cycle. Some are on the plains, while others cling to the mountainsides, sustained by tens of kilometres of dry-stone walls that sketch out the profile of the landscape. This ephemeral architecture was designed by our ancestors to camouflage it with nature and to curb the devastating effects of the raging torrential rains, when the Mediterranean character displayed its bad temper.

Since 2004, the DO has also incorporated the Baix Empordà. This designation of origin is characterised by the wines produced with the different varieties of the Grenache grape (known here as Lledoner), as well as Samsó or Cinsault, Macabeo and Muscatel from Alexandria.

An inseparable and almost indestructible

element of the landscape on this side of the Mediterranean is the cork oak grove: it has survived forest fires for centuries, even millennia; since man has been man and an avid shepherd in search of green grass for his flocks. The generous and patient cork oak provides the bark with which a delicate industry concentrated in La Selva and the Baix Empordà manufactures the corks for most of the bottles of the most prestigious DO wines, which are also exported all over the world. Since 2018, some twenty of the Empordà's wineries have intensified their link with the territory and created the "Taps de Finca" designation with corks made from the cork oaks in the DO area and even many with cork from their own estates.

EMPORDÀ DESSERT WINES

The after-dinner conversations of the Empordà have long been presided over by the grenache and the muscatel to accompany fritters, cakes, pastries and other traditional sweets. The presence of these two dessert wines is not gratuitous. Muscatel is floral, with pleasant, sweet aromas, a descendant of the muscatels of Alexandria. Grenache is a naturally sweet wine made with the Lledoner variety, and is one of the most singular and characteristic products of the whole DO.

In the Empordà, the Grenache variety is called Lledoner, because the term Grenache is reserved for this sweet and seductive wine that is as warm-hearted as the Mediterranean landscapes. It is a generous wine with reminiscences of ancestral mellow wines, as it is oxidatively aged in old wooden barrels and ancient soleras that concentrate the flavours and aromas and take on the memories of our ancestors. Many traditional snacks combine fritters and aniseed cakes with sausages and fuet (dried sausage) matched with the most mellow of the grenaches.

Xot blanc 2017

With a winery at Can Batlle, an ancestral house in Cantallops already mentioned in seventeenth-century documents, Vinyes dels Aspres, dedicated to producing wine, oil and corks for many years, uses only grapes harvested on its own estate. This young white wine, fermented in French oak barrels, aged for four months, is made with ten-year-old Sauvignon Blanc, from Camp dels Clots, and eight-year-old Piquepoul from Can Cortada.

Producer: Joaquim Albertí, SA
www.vinyesdelsaspres.cat

Camí de Cormes 2016

White wine from old Macabeo and white Grenache vines, fermented in wood and aged for three months, in contact with the lees, in 225-litre French oak barrels. This white wine is made by Roig Parals, the fourth generation dedicated to the cultivation of vines and the first to bottle quality wine protected by the Empordà designation of origin.

Producer: Roig Parals, SL
www.roigparals.cat

Mallolet 2017

This 2017 rosé wine is made from red Grenache, hand harvested early in the morning, during the last two weeks of September. With 15 hectares of vineyards around Mollet de Peralada, Roig Parals produces eight wines with native varieties planted after the phylloxera epidemic: Macabeo, Cinsault and Grenache.

Producer: Roig Parals, SL
www.roigparals.cat

Negre de Gerisena 2016

Celler Gerisena is affiliated to the Cooperativa Agrícola de Garriguella. Of the 173 hectares of one of the oldest cooperatives in the Empordà, 30 hectares of old vines with an average age of seventy years are used by Celler Gerisena. Its young red wine is made with hand-harvested red Grenache and Cabernet Sauvignon grapes.

Producer: Agrícola de Garriguella SCCL
www.cellergerisena.com

Masia Carreres Negre 2015

Made only with Cinsault grapes from very low production vines over seventy years old. This wine has been aged fourteen months in French oak barrels in the cellars of the Carreras masia. The Cellar Martí Fabra house dates back to the 14th century, and the owners have a document from the year 1305 that certifies the purchase of a vineyard.

Producer: Celler Martí Fabra, S.C.P.
www.cellermartifabra.com

Torre de Capmany, garnatxa d'Empordà gran reserva

Pere Guardiola makes this wine exclusively with white Grenache grapes. It is fermented to generate a minimum of 5% alcohol, thus preserving about 150 grams of sugars. It is then enriched with wine alcohol to bring the alcohol content up to a minimum of 15 degrees. It is aged for at least two years using the old solera method traditionally used by families in L'Empordà.

Producer: Pere Guardiola, SL
www.pereguardiola.com

Sinols moscatell 2016

Empordàlia, a cooperative created in 1995 from the union of the old cooperative wineries in Pau, Roses and Vilajuïga, produces this sweet natural wine, which is made with late-harvested Muscat of Alexandria grapes. The distinctive character of this classic sweet floral wine is achieved by stopping alcoholic fermentation and adding a little wine alcohol when the residual sugar is at the optimum level.

Producer: Empordàlia SCCL
www.empordalia.com

Bac de les Ginesteres

Vinyes dels Aspres, at the foot of Les Alberes, in Cantallops, produces a very distinctive and highly praised wine, one whose production is very laborious. When the red Grenache grapes have been harvested from twenty-eight year old vines, they are left to dry for fifty-nine days

and are then pressed as if they were fresh. The must, with a high concentration of sugars, ferments for months. The wine is aged for fifty months in glass carboys exposed to the elements. During this period it evolves towards *rancio* wine.

Producer: Joaquim Albertí, SA
www.vinyesdelsaspres.cat

EXCELLENT APPLES

Maçanet de Cabrenys, Maçanet de la Selva, Maçaneda, Massanes or là Maçana are place names that prove that the apple is an ancient regional crop. The word for apple, *maçana* in Terres de l'Ebre, or *manzana* in Spanish, are derived from the word *mattiana*, the name of a predominant apple variety during the Roman Empire. In 2001 the Protected Geographical Indication (PGI) *Poma de Girona* was created, successor to the *Poma de Girona* Quality Designation, created by the Catalan Regional Government in 1983. All the PGI fruit growers are committed to integrated production, in which more sustainable and environmentally-friendly pest control methods are used. The apple trees dominate the landscape of the Alt and Baix Empordà, Gironès, La Selva and Pla de l'Estany. Even though the commercial varieties are the Golden, Red Delicious, Royal Gala and Granny Smith, the orchards have registered and planted over one hundred local and ancestral varieties.

All these local varieties were used to create rich recipes for stews, roasts, accompaniments to sweet Botifarra sausage and, in particular, stuffed apples. The apple is filled with roasted lamb, veal and pork, with cracker crumbs, spices and wine. It is a true relic of medieval cooking.

Poma de Girona - Protected Geographical Indication

The Royal Gala is the roundest of the four varieties that have the PGI *Poma de Girona* distinction. The other varieties are the Golden, Granny Smith and Red Delicious. It is a bi-coloured, red and cream striped apple with a white, very crisp, juicy and sweet flesh.
www.pomadegirona.cat

EXCELLENT BEANS

The words *fesol* and *mongeta* both mean beans. However, in La Garrotxa Volcanic Zone they are referred to as fesols and not mongetes. Hence, the protected designation of origin (PDO) endorsed by the European Commission since July 2015 is *Fesols de Santa Pau*. The PDO recognizes a traditional crop that dates back to the early 18th century, when the new, very productive American species of legumes were brought to the light, porous and fertile volcanic soil, eventually becoming referred to by the name of the old species – fesols.

The seeds of the variety of *Phaseolus vulgaris* brought back from America probably replaced the heirloom *Vigna sinensis* (or *Dolichos sinensis*) Eurasian varieties, which had very

long pods, originally passed down from the ancient Greeks.

In fact, still today there are different local bean varieties (*fesols menuts*, *mongets*, *fesolets*, *fesoles*, *fesolins*, *fesolines*, *banyolins*, *escrçatites*, *caragirats*, *gúxons*, *fesols d'ull ros* and *fesols de l'ull negre*), mostly in the Pla de l'Estany and Baix Empordà areas.

Fesols de Santa Pau – Protected Designation of Origin

Beans cultivated in the volcanic soils of Santa Pau, in the Garrotxa.

Gastronomically, they are very highly-regarded beans: they are creamy, buttery, soft on the palate and have a sweet aroma.

www.fesolsdesantapau.cat

GIRONA EXCELLENT ASSOCIATIONS

A space in which representative bodies can work and take advantage of the synergies and complementarities, with the aim of:

- establishing an area of stable relationships between the Girona Provincial Council and the representative bodies of the different agri-food sectors in the Girona region.
- promoting and fostering the activities of the affiliated sectors through the Girona Excellent quality seal.

DO Empordà

DOP Fesols de Santa Pau

DOP Oli de l'Empordà

IGP Poma de Girona

Gremi d'Elaboradors de Cervesa Artesana

Gremi de Flequers de les Comarques

de Girona

Gremi de Carnissers i Xarcuters Artesans

de les Comarques de Girona

Associació de Productes del Ripollès

Confraria de Pescadors de Palamós

Confraria de Pescadors del Port de la Selva

AECORK, Associació d'Empresaris Surers

de Catalunya

L'EXCELLENCE AGROALIMENTAIRE D'UN TERRITOIRE ENTRE MER ET MONTAGNE

La gastronomie géronaise est l'une des plus influentes au monde depuis la dernière décennie du XXe siècle. Même si le facteur humain est essentiel, le génie ne peut émerger sans une constellation de facteurs puissants. Tout d'abord, une histoire définie par un métissage culturel et d'échanges. Ensuite, la richesse des matières premières issues de l'agriculture, l'horticulture, la viticulture, l'oléiculture, l'élevage, la pêche, l'exploitation forestière et la transformation des aliments artisanale et industrielle de qualité. Et enfin, une tradition gastronomique séculaire ininterrompue, renouvelée et mise au goût du jour à chaque période historique.

Les régions géronaises s'étendent sur un territoire entre mer et montagne, marqué par la diversité et la complémentarité de ses paysages et la richesse de sa gastronomie. Territoires apprivoisés : dolmens, menhirs, fermes, églises et ermitages romans, monastères, jolis prés, kilomètres de murs en pierre sèche, oliveraies, vignobles et caves archaïques et postmodernes, champs et vergers luxueux.

L'agriculture primitive a façonné le paysage. Des oliviers centenaires et millénaires, des champs de pommiers, des vignobles renaissant et des vestiges de murs en pierre sèche orphelins souhaitant accueillir à nouveau des céps. Les cultures permanentes ont transformé la nature en paysages spectaculaires et envoûtants, harmonieusement associés aux pommiers, vignobles, rizières et autres champs céréaliers pour faire la farine du pain de *tramuntana*, l'orge, l'avoine et le maïs pour nourrir le bétail et le verger, bien rangé sans tire-lignes et notamment arrosé par des canaux d'irrigation dont la plupart datent de la révolution industrielle. Rien n'arrive par hasard. Les produits du potager sont à l'origine de la cuisine géronaise : On fait revenir l'oignon et l'ail (quand il le faut) pendant des heures, patiemment, pour roussir, confire et obtenir une sauce, le « sofregit ». Le sofregit, base de la cuisine catalane, puise ses ingrédients dans les potagers qui composent le paysage.

Les activités humaines, durant des années, des siècles et des millénaires, ont concouru à modeler les paysages des parcs naturels. Trois se situent à proximité de la mer : Cap de Creus, parsemés d'oliveraies, de vignobles et de rizières ; celui des Aiguamolls de l'Empordà et celui du Montgrí, les îles Medes et le Baix Ter. Et deux autres se trouvent en montagne : le parc de Capçaleres del Ter et del Freser, et la région volcanique de la Garrotxa, où abondent les pâturages et les champs de haricots.

Et, il reste un parc montagneux tout proche de la mer, celui du mythe empourrandois du berger et de la sirène : le Parc naturel de l'Albera où se côtoient hêtraies, vaches (race bovine l'Albera) et suberaies. Le label de qualité agroalimentaire Girona Excel-lent a vu le jour, fruit de cette conjonction du territoire et de la culture agricole et culinaire de la région.

La troisième édition

70 produits issus de 46 sociétés différentes porteront fièrement le label Girona Excel-lent en 2018 et 2019, créé pour promouvoir, développer et diffuser, à l'échelle nationale et internationale, les produits agroalimentaires géronais de la plus haute qualité, cent pour cent élaborés dans le terroir.

Girona Excel-lent a vu le jour en 2014, sous l'égide de la Diputació de Girona (Organe administratif de Gérone) et la Cambra de Comerç (Chambre de Commerce), pour faire valoir les charmes culinaires des régions géronaises. Ce label est décerné tous les deux ans. Depuis la première édition 2014-2015, tous les produits ont été sélectionnés à l'issue de dégustations à l'aveugle par des spécialistes dans chaque domaine, de la gastronomie, la cuisine, la recherche et la production agroalimentaire. C'est la raison pour laquelle, le label de qualité agroalimentaire Girona Excel-lent a obtenu, en seulement trois éditions, une grande renommée dans le secteur producteur de qualité.

Parmi les produits figurant sur la liste, deux sont devenus permanents dès la première édition : les pommes de l'Indication géographique protégée Poma de Girona et les haricots de l'Appellation d'origine protégée Fesols de Santa Pau.

Les autres produits ont été choisis entre les mois de mai et juin 2018, à l'issue d'une dégustation à l'aveugle, pour chaque famille de produits sélectionnés : eaux minérales, anchois, riz, boissons locales, café, conserves, charcuterie, foie gras, biscuits, produits laitiers, huiles d'olive et vins. Chaque dégustation a été réalisée par un jury formé de cinq membres, qui se sont réunis dans 5 lieux différents : l'Aula Gastronòmica de l'Empordà ; L'École de Tourisme et Hôtellerie de Gérone ; l'IRTA Monells ; le FoodLab de Riudellots de la Selva, et le centre gastronomique Domus Sent Soví d'Hostalric.

Les dégustateurs

Lors de la troisième édition de Girona Excel-lent, qui s'est tenu du 14 mai au 8 juin, des personnes d'horizons divers, liées au monde agricole, à la gastronomie et à la restauration ont été invitées à participer aux douze dégustations. Cinq experts dans chaque domaine ont participé à ces dégustations, ainsi que des représentants des sciences, de l'ingénierie, de la recherche, du journalisme gastronomique, de l'enseignement, de la restauration, du monde du vin, de la gastronomie ou du commerce spécialisé. Il convient de souligner que la grande affluence du secteur vitivinicole nous a contraints à mobiliser deux équipes de dégustation. Lors des dégustations à l'aveugle, divers paramètres gastronomiques ont été évalués ; c'est-à-dire, les qualités organoleptiques suivantes : aspect, arôme, goût et harmonie. Dans le cas de produits singuliers, des notations numériques ont été attribuées, suivies de délibérations.

EAUX EXCELLENTEES

Notre terroir est montagneux et volcanique : les Pyrénées, les Guilleries ... Partout nous trouvons des volcans et des liaisons souterraines ; des infiltrations présentes depuis des millions d'années ; pureté minérale. Les régions géronaises sont parsemées de fontaines et de sources, de sources gazeuses, sulfureuses, chaudes ; d'eaux minérales et médicinales, de stations thermales, de sources de santé, d'usines d'emboîtement des eaux ...

L'eau potable est un bien rare et stratégique, doté d'un énorme pouvoir économique. Dans les régions géronaises, l'eau plate ou gazeuse est extraite par de grandes multinationales, dont certaines de culte, fines et appréciées. Pour boire ou se désaltérer, pour faire des infusions sans altérer aucune propriété organoleptique des herbes et pour préparer des bouillons, des riz et des plats mijotés. La plupart de cette eau est minérale naturelle, telle qu'elle coule. D'aucunes sont gazeuses, même si elles peuvent perdre leur gaz lorsqu'elles émergent en surface, après tant d'années - des milliers ou des millions - cachées et protégées parmi les pierres. Certaines sont gazéifiées par la suite, d'autres naturellement gazeuses, *brutes*.

Sant Aniol, eau minérale naturelle

L'eau de Sant Aniol est puisée dans une source de plus de 40 000 ans, émergeant à une profondeur de 55 mètres et atteignant des installations situées au-dessus d'une couche basaltique de 12 mètres. Sa pureté et sa faible minéralité lui confèrent un goût neutre. Elle convient donc particulièrement pour la cuisson des aliments et la préparation de cafés et infusions.

Société : Hijos de José Bassols, SA
www.santaniol.com

Eau de Salenys, eau minérale naturellement gazeuse

Le captage commercial de l'eau de Salenys a débuté en 1823 à Les Gavarres, aux portes de la Costa Brava. En 1902 a commencé la mise en bouteille de cette eau, toujours en verre, tout près de la source pour éviter la perte du gaz. Bien qu'elle soit considérée comme une eau fortement minéralisée, sa faible teneur en sodium et les minéraux qu'elle contient sont bénéfiques pour la santé.

Société : Aigua de Salenys, SL
www.salenys.com

Sant Aniol, eau minérale gazéifiée

Aigua Sant Aniol est une société familiale fondée en 1993. Elle capte une eau très pure et équilibrée en sels minéraux à une source située dans une enclave de lave sédimentée et roches volcaniques. L'adjonction de gaz permet de maintenir intactes les propriétés de l'eau. Une eau pétillante et rafraîchissante idéale pour accompagner vos repas.

Société : Hijos de José Bassols, SA
www.santaniol.com

alcoolisées, de nouvelles boissons fermentées voient le jour, élaborées à base de jus de pomme des grandes plantations de pommiers géronaises.

Gin Nut

Nut est un London Dry Gin, gin sec, fruit de quatre distillations, où prédominent des ingrédients botaniques empourdansais qui rappellent la Méditerranée. Ce gin, fabriqué par une micro-distillerie fondée en 2012 entre quatre amis, se distingue par le genévrier, le romarin, l'angélique, la noix verte, la feuille d'olivier, le citron et l'orange. En bouche, les notes d'agrumes dominent suivies d'un goût marqué de coriandre.

Société : Arbenig 2012, SL
www.arbenig.com

Gin volcanique

Le Gin Volcànic, élaboré par Beveland Distillers et Ratafia Russet, met à l'honneur l'esprit de La Garrotxa. C'est le fruit du mélange de trois eaux-de-vie différentes obtenues par la distillation de trois macérations : le Ratafia Russet classique, le genévrier avec des ingrédients botaniques et les noix vertes. De plus, des pierres volcaniques sont disposées dans les alambics pour le distiller à plus basse température.

Société : Beveland Distillers + Ratafia Russet
www.ginvolcanic.es

Kéfir d'eau de fruits méditerranéens

Ecolàctics Peralada, du groupe Mas Marcè, a décidé de fabriquer une boisson entièrement végétalienne. Le kéfir d'eau de fruits méditerranéens est un produit fermenté composé d'eau, de jus de citron, de figues, de dattes, de sirop d'agave, de sucre et de ferments de kéfir issus de l'agriculture bio. Le résultat : une boisson rafraîchissante alternative et saine à déguster surtout en été.

Société : Recuits de l'Empordà, SL
www.masmarce.com

Jus de pomme Granny Smith Mooma

Jus de pomme monovariétal 100 % naturel, sans additifs, ni sucres ni eau ajoutés, élaboré uniquement avec des pommes Granny Smith, de l'IGP Poma de Girona. La troisième génération de la famille de Mas Saulot, propriétaire de Mooma (Montgrí + Poma), cultive des fruits dans les champs de l'Empordà, dans des plantations situées dans les communes de Palau-sator, Fontclara et Gualta.

Société : Agroalimentària Mas Saulot, SL
www.mooma.cat

Bière artisanale Minera Avet

Le sirop d'épicéa (pommes de pins macérées dans du sucre), l'un des ingrédients typiques des Pyrénées, est l'une des caractéristiques singulières de cette bière artisanale, élaborée suivant le style et dans la tradition des bières de blé du sud de l'Allemagne, «Weissbier» ou «Weizenbier». La Cerveseria Sanjoanina a installé sa brasserie dans l'ancienne mine de charbon de Juncadella, où fermentaient et

mûrissaient les lots.

Société : Cerveseria Santjoanina, SL
www.minera.cat

IPA Selva Brutale

La Selvaseria a débuté son activité en 2009, avant le boom des bières artisanales. La Selva Brutale est une *india pale ale* (IPA) ambrée, riche en arôme de pêche / abricot et fruits tropicaux. Elle se distingue par sa faible / moyenne carbonatation et une amertume intense propre des IPA, qui n'empêche pas de découvrir des notes d'oignon rose et doux de Figueres et une longueur en bouche fruitée.

Société : La Selvaseria, SL
www.laselvaseria.com

Vinya Hop Fruit Ale

Cette bière fermentée avec de la levure de cava et aromatisée avec du moût de raisin bio de l'Empordà veut rendre hommage à Blanes, ville où Pep et Kevin Andreu ont fondé Marina en 2010, et où fut fabriqué pour la première fois un vin mousseux en Catalogne. Sans filtration ni pasteurisation, on distingue en bouche le houblon et les saveurs de fruits tropicaux, de pêche et d'abricot.

Société : Brewers Brothers, SL
www.cervesamarina.com

CAFÉS EXCELLENTS

Après les repas, c'est le rituel riche en symbolisme qui s'impose : café, alcool, *cigare*. Pour nombreux, le café en fin de repas est un incontournable. Le café est aussi une manière universelle de commencer la journée. L'un des meilleurs parfums connus pour sa complexité aromatique. Incorporer tous ces arômes dans une tasse est l'un des grands défis de l'industrie du café, pour procurer un maximum de plaisir aux consommateurs, notamment aux critiques gastronomes les plus exigeants.

Chaque jour, de nouvelles méthodes d'extraction voient le jour. Des méthodes innovantes d'infusion pour en obtenir le maximum de propriétés organoleptiques. Nous exigeons crème, arôme, goût, mémoire. La mémoire joue un rôle essentiel. Le souvenir du café fraîchement torréfié. Souvent, les personnes sensibles des régions froides qui ne produisent pas de café se demandent pourquoi le café nous est livré vert, en graines vertes non transformées que chaque cafetier torréfie à son goût. C'est parce que le café est un produit périssable, le processus d'oxydation et de volatilisation de tous ses composants aromatiques commence dès sa torréfaction. «Tout juste torréfié» n'est pas qu'un slogan.

L'industrie du café dans les régions géronaises remonte à 1920, avec l'usine Cafès Cornellà en Gérone, dirigée désormais par la cinquième génération. Même si Cafès Cornellà est le précurseur, El Cafetí, de Cafès Roura, a été le premier à ouvrir ses propres cafétérias.

Espresso El Cafetí

Cafès Roura, une entreprise de torréfacteurs

née à Sant Feliu de Guíxols en 1958, présente sa ligne El Cafetí, un mélange de grains d'arabica torréfiés doucement et séparément. Le résultat de ce nouveau café, conçu par la troisième génération de la famille Roura, est une boisson aromatique avec crème couleur noisette, acidité fraîche, saveur intense et arrière-goût très persistant.

Société : Cafès Roura, SA
www.cafesroura.com

CONSERVES EXCELLENTES

Nous avons une forte tradition de conserves de légumes, conserves sucrées et salées, confites dans du vinaigre ou nature : du brocoli et au piment, confits dans du vinaigre, aux champignons en saumure, aux sauces tomate, et aux confitures sucrées, souvent d'innombrables mélanges de fruits et légumes. La reprise des traditions agroalimentaires ne fait que se développer. Aujourd'hui, les conserves maison traditionnelles, ne sont pas simplement présentes sur les marchés locaux, de nombreux nouveaux élaborateurs et marques se lancent à leur tour dans cette aventure.

Quelques petites industries grandissent et s'agrandissent, tout en préservant la qualité artisanale. D'autres entrepreneurs se sont penchés sur de nouvelles technologies pour manipuler le moins possible le produit et mieux conserver sa propre nature.

Les conserves ne sont pas toujours des produits finis, c'est-à-dire, prêts-à-manger ; nombre d'entre elles sont à mi-chemin, conçues pour gagner du temps en cuisine : sofregit, bouillon de poisson pour les riz ou les ragouts, assaisonnements, exhausteurs de goût ou sauces pour y tremper du pain. Les sauces traditionnelles sont également revisitées. D'aucuns commercialisent déjà un ragout traditionnel, de cinquième gamme.

Confiture d'oranges amères

Bien que la matière première soit l'orange amère, cette confiture est sans amertume. La dame des confitures, élaborée tout doucement avec cet agrume, fait partie du catalogue de produits de Can Bech, présents dans les magasins et les chaînes gastronomiques de plus de vingt pays. Avec juste ce qu'il faut de sucre, car le fruit est recueilli au point de maturité optimale.

Société : GB Artesanos Gastronómicos, SLU
www.canbech.com

Confiture de prunes vertes

Il existe une infinité de manières de conserver les prunes d'été, qu'elles soient vertes, jaunes, rouges ou violettes : déshydratées, en alcool ou confites. Chez Can Bech, les confitures traditionnelles de prunes vertes sont fabriquées uniquement à base d'ingrédients naturels : prune verte, sucre, jus de citron et gélifiant (pectine). Brune-verdâtre, cette confiture est acide, douce et fraîche.

Société : GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Confiture de figues

Les figues sont la grande spécialité de cette entreprise qui a débuté son activité en 1981 dans le restaurant de la famille Bech, ouvert à Fontanilles, dans le Baix Empordà. La confiture de figues est un incontournable de la gastronomie de Gérone. La confiture de figues partage la vedette avec d'autres ingrédients dans nombreux desserts mythiques et célèbres de l'Empordà, comme le recuit de drap aux figues.

Société : GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Confiture de rhubarbe

Can Maia est une petite ferme de la Cot, à Santa Pau, qui élabore des conserves uniquement avec des légumes cultivés dans ses champs, propres ou loués, selon les critères et dans le respect de l'agriculture biologique. Cette confiture est élaborée à base de côtes de rhubarbe issues de sa petite plantation, située à côté de Can Maia.

Société : Montserrat Miralles Ferrer
www.canmaia.com

Confiture extra de poivrons grillés

Can Tuies, du Far d'Empordà, est devenu un petit atelier de confiserie artisanale en 2011, lorsque Carme Díaz a commencé à fabriquer des confitures commercialisées sous la marque El Rebost de l'Empordanet. Ce bocal de confiture de poivrons grillé contient l'essence des saveurs méditerranéennes, des herbes de Provence et du vermouth. Le poivron est grillé tout doucement.

Société : Can Tuies SL
www.elrebostdelempordanet.com

Figues confites au sirop

Les figues entières au sirop sont à l'origine de Can Bech et le produit phare de la société. Les matières premières sont issues des plantations de Murcie, cultivées exclusivement pour la famille Bech. Les figues sont sélectionnées en fonction de leur taille et sont cuites en trois étapes pour obtenir un fruit confit, charnu et séduisant.

Société : GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Gelée de pétales de rose

Cette gelée fraîche et aromatique se marie à la perfection avec des plats salés et sucrés. Elle est élaborée à base d'eau, de jus de citron, de framboises et de pétales de rose. C'est une infusion gélifiée à base de pétales de rose naturelles et de sucre, conçue par Gerard Bech, le fils du fondateur de cette entreprise familiale établie à Fontanilles, dans le Baix Empordà.

Société : GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

Sauce sofregit Quim Matas

La sauce *sofregit* aux oignons confits est l'un des incontournables de la cuisine traditionnelle catalane, notamment de l'Empordà. Quim Matas, boucher et charcutier de la Bisbal depuis 1977, l'élabore doucement

pendant douze heures, en utilisant des oignons de Figueres et de l'huile d'olive. Ce produit a été conçu dans l'idée de réduire le temps de préparation des plats à la maison.

Société : Carnisseria i Xarcuteria Quim Matas
www.elsofregit.com

Sofregit de crevettes de Palamós et crabe

Toni Izquierdo, propriétaire et chef du Mas des Arcs, à Palamós, réalise une cuisine à base de riz, c'est la raison pour laquelle il accorde une importance particulière au sofregit. *Amoureaux* des crevettes de Palamós, du riz de Pals et de tous les produits locaux, il a conçu une trilogie de *sofregits* de l'Empordà, dont le premier, marin, à base de crevette et crabe.

Société : Antoni Izquierdo Cruellas
www.masdelsarcspalamos.com

Anela Fruits pomme et poire

La terrine de purée de pomme et poire d'Anela est fabriquée sans additifs, ni conservateurs, ni colorants artificiels, ni sucres ajoutés. Les poires des variétés Williams, Conference et Abate, et les pommes Golden et Gala sont issues de leurs propres plantations, dans l'Empordà, le Gironès et La Selva. Avec plus de 40 ans d'histoire, les fils des propriétaires ont pris aujourd'hui la relève.

Société : Safrunat, SL
www.anelafruits.com

Sauce calçot

Can Moragues, de Riudarenes, est un projet social de la Fondation Emys, dédiée à la conservation de la nature, qui fournit les ingrédients et le livre de recettes, et la Fondation Astres, dédiée à l'intégration des personnes en risque d'exclusion. Ensemble, élaborent des conserves et des sauces : dont la sauce calçots, à base de tomates, de nyores, d'amandes grillées et d'ail est le produit phare.

Société : Fundació Privada Astres
www.camoragues.org

Jo Pasturo, hauts de cuisses de poulet aux chanterelles

Après un travail acharné pour faire revivre une ancienne ferme abandonnée avec les ressources de l'entourage et une gestion durable, la ligne de conserves Jo Pasturo a finalement vu le jour. Elle nous propose désormais la recette traditionnelle de poulet aux chanterelles, élaborée avec ses propres poulets élevés bio. Cette conserve peut être gardée 18 mois dans les placards de la cuisine.

Société : Faustina de Solà-Morales Capdevila, SL
<http://www.planeses.com>

Escata

Version moderne du liquamen ou garum des Grecs et Romains, Escata est un dérivé d'anchois légèrement épaissi pour obtenir une texture de sauce. Conçu par Gastro Ventures, une société composée d'un chef, d'un scientifique et d'un économiste, dédiée à la conceptualisation, au design, à la production et à la commercialisation de produits

gastronomiques.

Société : Gastro Ventures, SL

Colatura Selecció de Primavera

Callol Serrats lance sur le marché un nouveau produit, le liquide issu du procédé ancestral de fabrication des anchois, libre d'impuretés.

Colatura Selección de Primavera, qui conserve l'essence de l'anchois, est un condiment marin et un exhausteur de goût idéal pour la cuisine. Il est associé au *liquamen* ou *garum* des anciens Grecs et Romains.

Société : Fill de J. Callol i Serrats, SL
www.callolserrats.com

Fumet de peix Pescadors de Roses

Ce bouillon de poisson obtenu à partir de la cuisson de légumes et de poissons, avec peu de valeur commerciale, est le paradigme de l'exploitation, de la durabilité et du besoin d'apporter de la valeur ajoutée aux poissons de la Costa Brava. Ces objectifs ont inspiré Pescadors de Roses Planta d'Envasat, une société créée par l'Association des Pêcheurs de Roses et Poissons Gotanegra SL.

Société : Pescadors de Roses Planta Envasat, SL
www.pescadorsderoses.com

Gelée d'aioli

La troisième génération de la Boucherie Pelai, située à Sant Climent Sescebes depuis 1933, a misé sur la modernisation et l'innovation de son commerce. Conjointement avec la Corporation de Bouchers et Charcutiers et la Foire de l'aioli de Creixell, ils ont développé cette couche d'aioli d'environ trois millimètres d'épaisseur, en gelée. Ce produit, au parfum d'ail, est idéal pour accompagner des viandes, des poissons et des légumes.

Société : Enric Torrent Navarra
www.pelai.com

Escalivada a la brasa

La deuxième génération de Can Bech présente son escalivada à base de poivron rouge, d'aubergine blanche et d'oignon naturel. Une fois grillés, au point de cuisson précis, ces légumes sont pelés manuellement.

Végétalienne *avant la lettre*, l'escalivada fait partie des plats traditionnels de la cuisine catalane, servie froide, chaude ou tiède, seule ou comme accompagnement.

Société : GB Artesanos Gastronómicos SLU
www.canbech.com

CHARCUTERIES EXCELLENTEES

Si Proust avait été catalan, le fuet n'aurait pas ravivé ses souvenirs ? Ou peut-être, une bouchée de coca de llardons. Les régions géronaises sont le territoire des saucisses, ainsi que des histoires sans fin, comme celles du grand chroniqueur du XXe siècle, Josep Pla, qui sont des plus éloquentes.

Les boyaux farcis de porc mariné au sel et aux épices ou herbes aromatiques sont bien des charcuteries littéraires. Certains les font sécher dans des celliers secs, frais et sombres. D'autuncuns les font bouillir et les consomment

rapidement, car le manque de froid et l'oxydation les altèrent ; d'autres les font mûrir en morceaux entiers, recherchant les effets de l'évolution organoleptique, notamment cet arrière-goût rassis et équilibré. La plupart, cependant, perçoivent la charcuterie comme quelque chose de générique : des morceaux de porc transformés dans le but de les stocker pendant un certain temps et de les manger peu à peu, pas d'un seul coup.

Notre terroir, c'est la viande crue découpée, salée, poivrée et mise à sécher : saucisse, fuet, secallona, somalla ... Aussi le boudin blanc, le foie, le sang et la saucisse douce. Et encore l'échine, les filets, les collets et les jambons de porc. Nous l'appelons sous le terme générique de Baiona. L'abattage est une tradition vivante, même si aujourd'hui elle ne se réalise que pour préserver une tradition et un mode de vie et pour le simple plaisir gastronomique. Cependant, un puissant réseau de bouchers englobant villes et villages continue d'élaborer de la charcuterie traditionnelle et de faire des recherches pour en créer de nouvelles.

Fuet long

Pour élaborer l'icône de la charcuterie du pays, Jordi Vilarrasa utilise uniquement les ingrédients suivants : jambon, épaulement, ventrèche, sel et poivre. Ce boucher, qui dispose d'un étal sur la place du marché d'Olot, élève ses cochons de manière naturelle et sans hâte, dans son entreprise agricole familiale installée depuis 1994 dans le Mas Janric de Begudà, dans le Parc Naturel de la région volcanique de La Garrotxa.

Société : Jordi Vilarrasa Vilanova
www.jordivilarrasa.cat

Échine de porc

Le morceau entier de viande maigre, avec du gras infiltré, mariné avec du poivre et du sel, fourré, séché et mûri sous différentes formes et appellations (baiona, clatell ou cap de l'Hom, l'Hom ...) est l'un des plus grands délices de la gastronomie catalane. La boucherie Alemany, disposant d'un atelier à Banyoles et d'un étal sur le marché du Lleó de Gérone, élabore cette charcuterie à base de boyaux naturels.

Société : Xavier Alemany Juanola
www.carnisseriaalemany.cat

Boudin blanc

Xavier Alemany a fondé sa boucherie en 1998 avec deux objectifs : conserver et transmettre la tradition. Bien que le boudin blanc présente différentes épaisseurs et longueurs, celui enveloppé dans le boyau de *peltruc* est l'un des plus appréciés et des plus populaires de l'abattage. La Boucherie Alemany, l'élabore à base de fanon, lard et échine de porc, sel et poivre.

Société : Xavier Alemany Juanola
www.carnisseriaalemany.cat

Saucisse de perol

Can Raliu est un abattoir familial inauguré à Jafre, en 1947. Même si toutes les saucisses cuisent (ou cuisaien) dans une marmite (perol), seule cette saucisse évoque la

méthode de cuisson. Du fait d'inclure la tête, le lard gras, les couennes, les fressures, la langue, les reins et le cœur, on l'appelle aussi *botifarra de parracs*. La saucisse de perol s'invite à bien des plats, que ce soit dans la cuisine populaire ou sophistiquée.

Société : Can Raliu, SL

Pertruc de viande de perol

L'expérience de Carns i Embotits Hom, inaugurée en 1961 à Sant Hilari Sacalm, a permis à cette boucherie de mettre au goût du jour la tradition et de rendre hommage au porc, combinant viande de perol et boudin blanc. Le résultat, c'est un *peltruc* à base de ventrèche, de lard du cou, de morceaux de langue, reins, tripes et couennes, salé et poivré qui rappelle la langouille.

Société : Albert Santaugini Hom
www.carnisseriahoms.cat

Saucisse médiévale

Mas Corominas est une ferme familiale d'élevage de cochons, située à Begudà, qui s'est tournée vers le passé pour lancer un produit innovateur inspiré des élaborations épiciées du livre de recette médiéval. La saucisse médiévale est un mélange de foie de canard et de poulet, lard, fanon, morceaux de cerf ou chevreau, romarin, thym, origan, oignon, sel et poivre.

Société : Granges Corominas, SL
www.porcsca solanscorominas.com

FOIE GRAS EXCELLENTS

Le secteur du foie gras ne se limite pas uniquement à l'élevage des canetons Mulard pour la vente de foie cru. La comparaison avec le cochon devient inévitable : tout y est bon. Chaque morceau du canard se transforme en délices gastronomiques très appréciés : confits, jambon, gésiers en conserve, cous farcis, mousses, pâtés faits de divers mélanges, classiques, innovants ou très créatifs. La production se concentre dans l'Empordà, La Selva et El Gironès.

La première tentative de produire du foie gras en 1976 ne fut pas convaincante. Ce n'est qu'en 1982, que le secteur se consolide. C'est alors qu'un groupe de jeunes entrepreneurs se lança dans la production actuelle du foie gras, passant en contrebande des canetons Mulard, achetés de l'autre côté de la frontière française. L'adaptation de cette race hybride issue d'un croisement entre l'Amérique et l'Asie, entre une cane de Pékin et un mâle de Barbarie, originaire des Andes, a été assez simple. En fait, le canard et l'oise font partie de la tradition ancestrale avicole de Gérone : on les engrangait pour la fête patronale et pour les longues fêtes de Noël.

Foie Gras extra

Collverd, une entreprise née en 1980 dans l'Empordà, près du parc des Aiguamolls, élève ses canards en plein air pendant quatorze semaines. Grâce à un microclimat spécial, un régime à base de céréales et une manipulation

chirurgicale, ils obtiennent un foie gras naturel, frais et entier, avec une couleur et un poids parfaits, livré sous forme compacte, avec une texture soyeuse et un goût sucré, grillé et salin.

Société : Collverd Productes de l'Anec, SA
www.collverd.com

Foie gras micuit

Pour l'élaboration du mi-cuit, il est impératif de se procurer des foies de la plus haute qualité. Collverd a réussi à peaufiner l'élaboration de ce joyau de la cuisine classique : une juste cuisson dans une terrine placée au bain marie, avec seulement du sel et du poivre, pour obtenir cette semi-conserve douce, moelleuse, soignée et aromatique.

Société : Collverd Productes de l'Anec, SA
www.collverd.com

Foie gras au sel

L'un des produits phares de Collverd est son foie gras assaisonné de sel, élaboré à l'ancienne en toute délicatesse. Collverd, l'une des entreprises pionnières en Espagne et la plus ancienne de Catalogne, dédiée à l'élevage de canards pour en obtenir le foie, a voulu donner à cette préparation un nom évocateur : *celler*. Aujourd'hui, le foie gras *celler* est l'appellation la plus célèbre pour désigner cette élaboration ancestrale et sans cuisson.

Société : Collverd Productes de l'Anec, SA
www.collverd.com

Foiegret

L'appellation *magret* désigne exclusivement les poitrines de canards élevés pour obtenir du foie gras. Le *jambon de canard* est certainement l'une des transformations du magret les plus répandues. Le Foiegret est bien plus tendre que le jambon cuit, car du foie gras y est ajouté. Le résultat est un produit agréable et soigné, avec un gras qui fond en bouche.

Société : Collverd Productes de l'Anec, SA
www.collverd.com

BISCUITS EXCELLENTS

Les biscuits sont les éternels ambassadeurs des douceurs géronaises. Le calendrier égrène une longue liste de gâteaux spéciaux, d'origine locale et limités souvent aux fêtes annuelles : *brunyols*, *tortells*, *rabassades*, *flaones*, *coques*, *panellets* ... Certaines spécialités ultra-locales sont devenues universelles : les *taps de Cadaqués*, de délicieux bouchons, le *bisbalenc*, la *coca de Palau-saverdera*, le *tortell entoxat* et la *coca de llardons d'Olot*, la *tortada de Banyoles* ou le *xuixo* de Gérone. Certains chocolatiers et glacières trouvent également un écho global. Le pays est riche de traditions gourmandes depuis le Moyen Âge, la plus excentrique et surprenante étant la saucisse douce, une viande sucrée et parfumée d'un zeste de citron et même de cannelle, qui peut subir également un processus de séchage comme le saucisson. À Santa Coloma et à Camprodon, il existe une industrie de biscuits

qui commercialisent leurs produits partout dans le monde. Les biscuits de Camprodón proposent un assortiment très varié. Les colomenques sont élaborés à base d'amandes. Ces biscuits sont nos mignardises pour accompagner le thé. Ils accompagnent également à merveille le café. On les trempe dans le vin doux ou le ratafia. On les mange aussi lorsque l'on a un petit creux, et surtout, on les concasse pour mettre la touche finale aux ragouts.

Ametllats

Trias Galetes Biscuits, une entreprise familiale, fondée à Santa Coloma de Farners en 1908, élabore ses biscuits avec seulement trois ingrédients : amande, sucre et blanc d'œuf, sans autre secret qu'un savoir-faire centenaire. Le musée Trias, inauguré en 1994 dans la même biscuiterie, raconte l'histoire de cette société.

Société : Trias Galetes-Biscuits, SA
www.triasbiscuits.com

Tuiles

Les tuiles d'amandes sont la sublimation de l'histoire de Santa Coloma de Farners. Ces biscuits, élaborés selon la recette traditionnelle et fabriqués exclusivement à base d'amandes, de sucre, de farine et de jaunes d'œufs, sans conservateurs et sans colorants, sont les incontournables de Trias, une société familiale qui a commencé à commercialiser ses biscuits dans des boîtes d'étain en 1910.

Société : Trias Galetes-Biscuits, SA
www.triasbiscuits.com

Neules

Les Birba sont les célèbres biscuits de Camprodón. Et les neules sont les douceurs classiques de la gastronomie catalane, documentées depuis le Moyen Âge. Sans conservateurs, ni colorants ni huile de palme, ces mignardises sont élaborées avec des ingrédients naturels, artisanaux, un par un, d'où leur forme irrégulière et leurs bords non découpés.

Société : Galetes Camprodón, SA
www.birba.es

Neulets à la menthe et aux pommes

La troisième et la quatrième génération de cette entreprise centenaire, fondée par Joaquim Trias i Vila, a conçu une neula courte fourrée de praliné aux amandes, pomme et menthe. Une mignardise idéale pour le thé. Cette société, qui dispose d'une usine de 4 500 m², conçue pour exporter ses produits partout dans le monde, est fortement liée au territoire, puisque les pommes Granny Smith séchées et utilisées dans la préparation des neulets sont de l'IGP Poma de Girona.

Société : Trias Galetes-Biscuits, SA
www.triasbiscuits.com

PRODUITS LAITIERS EXCELLENTS

Les troupeaux transhumants de vaches et de brebis traversaient dans sa partie la plus

pittoresque les paysages des régions géranoises du nord, des vallées du Ripollès et la Cerdagne à la plaine de l'Empordà. Les troupeaux de chèvres étaient plus stables. Les agriculteurs pensaient à la viande, la production de lait étant conçue pour leur propre consommation et les marchés locaux. C'est pourquoi les fromages tendres prédominaient, comme presque partout dans le reste du pays. Le *recuit*, dans l'Empordà, la Garrotxa, le Gironès et le Pla de l'Estany, était le plus typique. À la Selva, il y avait davantage de *mató*, un fromage à pâte fraîche ; Dans l'arrière-pays de la Selva, on trouvait un fromage de chèvre tendre.

Et dans les Pyrénées, à l'endroit le plus froid et sauvage de la région, on élaborait des fromages plus durs et affinés, comme le « *serrat* ». Cependant, à partir des années 80 du XXe siècle, les changements subis ont favorisé le développement d'une industrie fromagère plus créative. Lorsque les répercussions du dépeuplement des campagnes et l'abandon des métiers allaient devenir extrêmement lourdes, l'idée romantique de devenir paysan a pris de l'ampleur. De nombreux producteurs ont décidé alors d'élever du bétail, de produire du lait, de le transformer ou de le commercialiser eux-mêmes, de manière indépendante et sans intermédiaire. C'est ainsi qu'une industrie fromagère artisanale s'est développée. Certains fromagers sont des descendants d'anciens bergers ; d'aucuns ont suivi une formation théorique intensive.

Beaucoup ont déjà acquis plusieurs années

d'expérience et remporté de grands succès et prix.

Bien que le produit laitier géronais le plus connu, au-delà des comarques, soit le *recuit* —de *drap* dans le Baix Empordà ou d'*olleta* dans l'Alt Empordà—, aucune spécialité n'est commune à l'ensemble des fromagers.

Recuit d'*olleta*

Mas Marcè, éleveurs de Siurana, ont mis tout en œuvre pour récupérer et développer la race de brebis autochtone du Ripollès, pour la production de lait bio. Ils ont en même temps récupéré le chardon (ou *presó*) pour cailler le lait et reprendre ainsi l'activité traditionnelle des *recuits d'olleta*.

Société : Mas Marcè, SCP
www.masmarce.com

Recuit de *drap*

Si le produit crémière phare de Gérone est le *recuit*, le *drap* de Fonteta (fromage frais enveloppé dans un tissu), est devenu un emblème gastronomique. Dans la commune de Forallac, au pied du massif des Gavarres, la famille Martell élabore ce recuit depuis 1990. Pour obtenir son célèbre aspect crémeux, doux et soigné, le lait utilisé est issu de différents troupeaux de chèvres.

Société : Recuits de Fonteta, SL
www.recuitsdefonteta.com

Baldat

C'est un fromage sans précédent dans notre pays, une pièce de 20 kilos à pâte cuite et à croûte frottée, fabriqué à base de lait cru de

vache et affiné pendant au moins douze mois. Pour l'élaboration du Baldat, cette fromagerie de Granollers de Rocacorba, dans le Gironès, utilise le lait cru des vaches bio de Can Garriga de Maia de Montcal, à La Garrotxa. Société : Pablo García García
www.labalda.com

Saüll

La Xiquella est une fromagerie artisanale créée en 2014 au Mas El Xiquillo, à Vilallonga dans La Vall d'en Bas. Entouré d'excellents éleveurs, Oriol Rizo s'est lancé dans la fabrication de ce fromage au lait cru de vache, à pâte cuite ferme pressée et à croûte lavée, qui est affiné au moins un an.

Société : La Xiquella Formatges i Turisme Rural, SL
www.laxiquella.cat

Fermió

Chaque semaine, Pablo García élabore dans son petit atelier ce fromage à pâte molle et tendre, au lait cru des vaches bio de Can Frigola de Borgonyà, dans le Pla de l'Estany. La fromagerie La Balda a vu le jour en 2012 dans la vallée de Llémena, au pied de Rocacorba. Le Fermió est très crémeux et tient à devenir liquide. Lorsqu'il atteint sa maturation idéale, il exprime tous ses arômes.

Société : Pablo García García
www.labalda.com

Cofat

Ce fromage de brebis affiné *serrats* s'apparente aux fromages historiques de montagne. Fabriqué à partir de lait cru de brebis moyennant la coagulation enzymatique, ce fromage à pâte semi-cuite dure, moisié et naturellement brossée, est affiné entre 6 et 12 mois. C'est l'un des fromages les plus emblématiques de la fromagerie et du gîte rural d'Oriol Rizo et d'Irma Casas.

Société : La Xiquella Formatges i Turisme Rural, SL
www.laxiquella.cat

Marí

Issu d'une famille de bergers transhumants des Pyrénées, installée dans la plaine de l'Empordà, la sixième génération, incarnée par Manel Marcè, a décidé de donner un coup de jeune à l'entreprise. L'un des produits les plus réussis est un fromage à pâte molle, affiné à l'eau de mer, élaboré à base de lait cru bio des brebis autochtones du Ripollès. Un hommage à l'air du large de Mas Marcè.

Société : Mas Marcè, SCP
www.masmarce.com

Puigpedrós

Fromage au lait cru de vache, à pâte molle et à croûte lavée, couleur orange à l'extérieur et ivoire vieilli à l'intérieur, élaboré par le Molí de Ger, en Cerdagne. Ce fromage fabriqué dans l'une des crèmeries les plus représentatives du pays, dédiée depuis 2007 à la production de fromages au lait cru de vache, puise ses matières premières dans son troupeau de vaches issues d'un croisement de race

vaches issues d'un croisement de race Frisonne et Blanc bleu belge.
Société : La Verneda 2007, SL
www.molideger.com

HUILES EXCELLENTE

Nous avons documenté la culture de l'huile depuis des siècles : l'olivier sauvage est une espèce endémique de la région, ce qui contribue à expliquer sa domestication et sa vaste expansion. Les oliviers millénaires témoignent de l'ancienneté de l'industrie de l'huile, des vestiges confirmant sa présence déjà à l'âge du bronze.

Pour cette raison, trois variétés d'oliviers autochtones sont reconnues : Argudell, Corivell et Verdal ou Llei de Cadaqués.

Paradoxalement, ce n'est qu'en 2008 que voit le jour l'Appellation d'Origine Protégée (AOP) Oli de l'Empordà, couvrant l'Alt et le Baix Empordà, trois communes du Pla de l'Estany et cinq du Gironès. La plus typique et la plus cultivée est l'Argudell, considérée comme la meilleure pour produire de l'huile en grande abondance. Par contre la Corivell est assez testimoniale. La Verdal se distingue dans les huiles de Cadaqués.

Pourtant, le Conseil régulateur permet aux huiles qui contiennent également du jus d'olives de la variété Arbequina plafonné à 50 %, de bénéficier de l'AOP Oli de l'Empordà. Tout comme il existe d'autres variétés d'oliviers issues d'autres régions du monde, d'anciennes variétés locales ont été découvertes à la Garrotxa et au Montseny, où l'on s'efforce déjà de les faire renaître.

Huile de Pau

Cette huile d'olive vierge extra, fruitée et verte, se compose de trois variétés d'olives : dont deux autochtones, notamment l'Argudell et la Corivell et, dans une moindre proportion, l'Arbequina. Produite par Empordàlia, une association formée de petits producteurs de l'Empordà, qui a vu le jour en 1995 grâce à l'union d'anciennes caves coopératives de Pau, Roses et Vilajuïga.

Société : Empordàlia SCCL
www.empordalia.com

Huile d'olive vierge extra Serraferan

Amère, épicee, sucrée, verte, fraîche, légère et à faible astringence, l'huile d'olive vierge extra de Serraferan est issue d'oliviers centenaires et même millénaires, des variétés Argudell et Arbequina. La variété autochtone Argudell lui confère résistance, amertume et complexité aromatique, et l'Arbequina, une fraîcheur fruitée d'olive verte.

Société : Oli de Ventalló, SL
www.olivalentallo.com

Gozos Mundanos Arbequina

Gozos Mundanos est un projet dédié à la production d'huile d'olive vierge extra et de vins de qualité. Il dispose également d'un bistro dans le centre de Roses. L'huile d'olive vierge extra de Gozos Mundanos, fruitée, verte, légère, avec une douceur en bouche, une

subtile amertume et une note piquante modérée, s'élabore à base d'olives Arbequina de production bio de l'Alt Empordà.

Société : Adelina Parada Pérez
www.gozosmundanos.com

Anna Sala Trull de Ventalló - huile d'olive vierge extra

Chaque bouteille d'huile d'olive vierge extra Anna Sala Trull de Ventalló renferme l'histoire de l'huile d'olive et des oliviers de l'Empordà, lorsque les gens allaient expressément à Ventalló acheter de l'huile traditionnelle en jarre. Elle est élaborée à base de jus d'olives issues d'oliviers centenaires des variétés Argudell, Arbequina et Picual, originaire d'Andalousie.

Société : Oli de Ventalló, SL
www.olivalentallo.com

VINS EXCELLENTS

L'AOC Empordà a vu le jour en 1975. Au début, seuls les producteurs de la région de l'Alt Empordà, la plus vitivinicole du pays, jouissaient de cette appellation. En fait, la culture des vignes, des oliviers et des céréales a été omniprésente pendant de nombreux siècles. Cette trilogie méditerranéenne façonne le paysage de l'Empordà. Les vignes et les blés le métamorphosent au rythme des saisons. Alignées et ordonnées, vignes centenaires et vignes jeunes symbolisent le renouvellement du cycle vital. Les vignes poussent en plaine ou grimpent à flanc de montagne, encadrées par des kilomètres de mur en pierre sèche, modelant le paysage. Une architecture éphémère et ancestrale pour se camoufler et, quand une pluie torrentielle tombe du ciel et remue la terre, en freiner les effets dévastateurs. Le coup de génie du caractère méditerranéen.

Depuis 2004, l'AOC englobe également le Baix Empordà. Cette AOC se distingue par les différents vins produits à base de différentes variétés de Grenache, qui prend ici le nom de « Lledoner » -, le Samsó ou Carriena, le Macabeu et le Muscat d'Alexandrie.

Les suberaies sont ici chez-elles, discrètes et presque indestructibles : résistant au passage du feu depuis des siècles, des millénaires ; depuis que l'homme est homme et berger avide d'herbe verte pour ses troupeaux. Une industrie du liège, discrète, se concentre à la Selva et dans le Baix Empordà. Elle extrait le liège de ces arbres généreux et fabrique les bouchons qui serviront alors à fermer les bouteilles de la plupart des plus prestigieux vins de l'AOC et du monde entier.

Depuis 2018, une vingtaine de caves de l'Empordà ont intensifié le lien avec le territoire et ont créé l'appellation *Taps de Finca* pour identifier les bouchons de liège locaux, issus des suberaies de l'AOC, notamment celles de leurs propres exploitations.

LES VINS DOUX

Grenache et Muscat ont toujours été présents à

la fin des repas dans l'Empordà, accompagnant les bunyols, tortells, coques, pâtisseries et autres douceurs traditionnelles. La présence de ces deux vins doux est indissociable. Le Muscat, fils du Muscat d'Alexandrie, dévoile des notes florales et possède des arômes veloutées et agréables. Le grenache est un vin doux naturel élaboré à base de Lledoner, le produit le plus singulier et le plus caractéristique de toute l'AOC.

Dans l'Empordà, la variété Grenache s'appelle Lledoner car le terme grenache, en catalan garnatxa ou granatxa, est réservé à ce vin doux, succulent, soyeux, irradiant de chaleur, celle des paysages méditerranéens. Ce vin, généreux, rappelle des notes d'anciens rancios ancestraux, du fait de l'élevage oxydatif de ce vin dans des tonneaux en bois et vieilles soleras, qui concentrent saveurs et arômes, tout en préservant la mémoire des ancêtres. De nombreux goûters traditionnels marient beignets et coca à l'anis avec saucisses sèches et grenaches rancios.

Xot blanc 2017

Vinyes dels Aspres, petit château de Cantallops, documenté depuis le XVII^e siècle et dont la cave est située à Can Batlle, historiquement dédié à l'élaboration de vins, huiles et bouchons de vin, travaille uniquement avec les raisins cueillis dans sa propriété. Ce vin blanc, jeune, fermenté en fûts de chêne français et vieilli quatre mois, est élaboré à base de Sauvignon blanc âgé de dix ans, issu du champ des Clots, et de Picapoll âgé de huit ans de Can Cortada.

Société : Joaquim Albertí, SA
www.vinyesdelsaspres.cat

Camí de Cormes 2016

Vin blanc de vieilles vignes de Macabeu et de Grenache blanc, fermenté en bois et vieilli trois mois, au contact des barriques mères, en fûts de chêne français de 225 litres. Ce vin blanc est élaboré par Roig Parals, la quatrième génération dédiée à la culture du vignoble et la première à mettre en bouteille le vin de qualité protégé par l'AOC Empordà.

Société : Roig Parals, SL
www.roigparals.cat

Mallolet 2017

Ce vin rosé de 2017 est élaboré à base de Grenache noir récolté à la main, de bonne heure, durant les deux dernières semaines de septembre. Avec 15 hectares de vignes autour de Mollet de Peralada, Roig Parals produit huit vins de variétés autochtones plantées après le phylloxéra : Macabeu, Samsó (ou Carinyena) et Grenache (Lledoner).

Société : Roig Parals, SL
www.roigparals.cat

Negre de Gerisena 2016

Celler Gerisena est fille de la Coopérative Agricole de Garriguella. Sur les 173 hectares de l'une des plus anciennes coopératives de l'Empordà, 30 hectares de vieilles vignes dont l'âge moyen est de soixante-dix ans sont destinés à Celler Gerisena. Son vin rouge jeune

est élaboré à base de raisins récoltés à la main à partir des variétés Grenache noir et Cabernet Sauvignon.

Société : Agrícola de Garriguella SCCL
www.cellengerisena.com

Masia Carreres Negre 2015

Fabriqué uniquement avec des raisins de la variété Samsó issus de vignobles à très faible rendement, âgés de plus de soixante-dix ans. Ce vin vieillit quatorze mois en fûts de chêne français dans les sous-sols du Mas Carreras. Le mas du Celler Martí Fabra date du XIV^e siècle, les propriétaires conservent un document de 1305 attestant l'achat d'un vignoble.

Société : Celler Martí Fabra, S.C.P.
www.cellermartifabra.com

Torre de Capmany, garnatxa d'Empordà gran reserva

Pere Guardiola utilise uniquement la variété Lledoner blanc pour élaborer ce Grenache, qu'il fait fermenter pour obtenir une teneur minimale de 5 % d'alcool, dont il préserve environ 150 grammes de sucres. Ensuite, il l'enrichit d'alcool vinique jusqu'à atteindre une teneur en alcool de 15 degrés minimum. Il est élevé deux ans minimum dans de vieilles soleras familiales, suivant la tradition empourdanaise.

Société : Pere Guardiola, SL
www.pereguardiola.com

Sinols moscatell 2016

Empordàlia, une coopérative née en 1995 de l'union d'anciennes caves coopératives de Pau, Roses et Vilajuïga, produit ce vin doux naturel, élaboré à base de raisins Muscat d'Alexandrie, de vendange tardive. Ce classique des vins doux floraux est obtenu en stoppant la fermentation alcoolique et en y ajoutant un peu d'alcool vinique lorsque la teneur en sucre résiduel est optimale.

Société : Empordàlia SCCL
www.empordalia.com

Bac de les Ginesteres

Vinyes dels Aspres, au pied des Albères, à Cantallops, produit l'un des vins les plus singuliers, laborieux et encensés : Après la vendange du Grenache rouge issu de vignes âgées de plus de vingt-huit ans, celui-ci est desséché pendant 59 jours et ensuite pressé comme du raisin frais. Le moût, à forte concentration de sucres, mûrit pendant des mois. Le vin mûrit pendant cinquante mois à la chaleur du soleil et à l'humidité de la nuit dans des cruches en verre, ce qui lui permet d'évoluer vers du rancio.

Société : Joaquim Albertí, SA

POMMES EXCELLENTE

Maçanet de Cabrenys, Maçanet de la Selva, Maçaneda, Massanes ou la Maçana sont des toponymes qui prouvent que la pomme est une culture ancestrale. Comme *maçana*, dans les Terres de l'Ebre, ou *manzana*, en espagnol, qui

proviennent de *mattiana*, nom d'une variété de pomme prédominante pendant l'Empire romain.

Sans pour autant perdre la nature de la pomme, en 2001 est née l'Indication géographique protégée (IGP) *Poma de Girona* (Pomme de Gérone), qui succède à la dénomination de qualité *Poma de Girona*, créée par la Generalitat en 1983. Tous les fruiticulteurs de l'IGP s'engagent à une production intégrée, au moyen de laquelle ils contrôlent les parasites de manière plus durable et respectueuse de l'environnement. Les pommiers dominent les paysages de l'Alt et du Baix Empordà, du Gironès, de la Selva et du Pla de l'Estany. Bien que les variétés commerciales soient la golden, la red delicious, la royal gala et la granny smith, plus d'une centaine de variétés ancestrales et locales de pommiers ont été inventoriées et plantées.

Toutes ces variétés locales servaient à élaborer de bonnes recettes à base de pommes cuites, rôties, pour accompagner la *botifarra dolça*, et, surtout, pour servir de farce. Cette pomme est farcie de gigot d'agneau, de rôti de veau et de porc, avec des biscuits, des épices et du vin. Un véritable vestige de la cuisine médiévale.

Indication géographique protégée Poma de Girona

La variété royal gala est la plus ronde des quatre variétés qui comportent l'IGP Poma de Girona. Les trois autres sont la golden, la granny smith et la red delicious.

Il s'agit d'une pomme bicolore (rouge et crème), à la peau marquée de stries, à la pulpe blanchâtre et consistante, juteuse, fine très croquante et douce.

www.pomadegirona.cat

HARICOTS EXCELLENTS

Fesols et *mongeta* sont des synonymes de haricot. Or, dans la zone volcanique de la Garrotxa nous parlerons de *fesols* et non de *mongetes*. De plus, la dénomination d'origine protégée (DOP) garantie par la Commission européenne depuis juillet 2015 est *Fesols de Santa Pau*.

La DOP reconnaît une culture traditionnelle qui a débuté au commencement du XVIII^e siècle où les nouvelles espèces américaines de légumes, très productives, se sont imposées sur les terrains volcaniques, légers, poreux et fertiles, jusqu'à emprunter les noms des espèces anciennes appelées fesols.

Les graines des variétés de *Phaseolus vulgaris* provenant d'Amérique ont probablement transmis les graines ancestrales de *Vigna sinensis* (ou *Dolichos sinensis*), aux cosses très longues et d'origine euroasiatique, que les Grecs anciens ont dû nous léguer.

En fait, aujourd'hui, il reste encore des cultures locales de petits haricots (*fesols menuts*, *mongets*, *fesolets*, *fesoles*, *fesolins*, *fesolines*, *banyolins*, *escurçatites*, *caragirats*, *guixons*, *fesols de l'ull ros* ou *fesols de l'ull negre*), surtout dans le Pla de l'Estany et le Baix

Empordà.

Dénomination d'origine protégée Fesols de Santa Pau

Fesols cultivées sur les sols volcaniques de Santa Pau, à la Garrotxa.

Il s'agit de haricots très appréciés au niveau gastronomique, crémeux, très doux au palais et qui ont une odeur douce.

Les variétés les plus appréciées de fesols de Santa Pau sont la *tavella brisa*, *setsetmanera* et *gra petit*. Ces variétés sont onctueuses et très douces en bouche.

www.fesolsdesantapau.cat

GIRONA EXCEL·LENT GROUPES

Un espace de travail d'entités représentatives, afin de multiplier synergies et complémentarités, dans le but :

- D'établir un espace de relation stable entre la Diputació de Girona et les organisations représentant les différents secteurs agroalimentaires du territoire géronais.
- D'encourager les activités et de promouvoir les secteurs participants à travers le label de qualité Girona Excel·lent.

DO Empordà

DOP Fesols de Santa Pau

DOP Oli de l'Empordà

IGP Poma de Girona

Gremi d'Elaboradors de Cervesa Artesana

Gremi de Flequers de les Comarques de Girona

Gremi de Carnissers i Xarcuters Artesans de les Comarques de Girona

Associació de Productes del Ripollès

Confraria de Pescadors de Palamós

Confraria de Pescadors del Port de la Selva

AECORK, Associació d'Empresaris Surers de Catalunya



Diputació de Girona