



Katalonien

Gastronomische Erlebnisse

INDEX

Katalonien, das Reiseziel für Feinschmecker	3
Karte zum Wein + Gastronomietourismus	4
Wir sind, was wir essen	7
Das finden Sie in dieser Broschüre	7
Katalonien, Europäische Gastronomieregion 2016	9

Die katalanische Gastronomie	10
Zehn Arten, die katalanische Gastronomie zu erleben	12
Kurze Geschichte der katalanischen Gastronomie	14

Landschaft, Produkte, Küche	16
Landschaften zum Anbeißen	18
Ausgezeichnete Produkte Kataloniens	20
Jede Jahreszeit hat ihre Spezialitäten	22
Probieren Sie Gerichte der Saison	24
Das Königreich des guten Essens	26
Marca Cuina Catalana	27
Die Galaxis der Michelin-Sterne	28
Zurück zum Wesentlichen mit Slow Food	29

Gastronomische Tipps	30
Die Märkte: Wiege der Gastronomie	32
Kochen lernen, auf der anderen Seite der Schürze	36
Leibgerichte aus Katalonien	38
Olivenöltourismus, dreitausend Jahre Olivenöl	40
Fischtourismus, Köstlichkeiten aus dem Meer	42
Weintourismus, die Geheimnisse des Weins	44
Andere Getränke aus handwerklicher Herstellung	48
Hotels, nach denen Sie sich die Finger lecken	50
Museen, die Schaufenster unserer Kultur	54
Veranstaltungen, Messen und Feste für Feinschmecker	58
„Benvinguts a pagès“ - Direkt an der Quelle	62
Nachhaltiger Gastronomietourismus	64

Gastronomische Routen	66
------------------------------	-----------

Glossar	86
Weitere Informationen	88



KATALONIEN, DAS REISEZIEL FÜR FEINSCHMECKER

Katalonien ist ein Gebiet von rund 32.000 km², also ungefähr so groß wie Belgien. Es liegt im Nordosten der Iberischen Halbinsel und setzt sich aus den verschiedensten Landschaften zusammen - das Ergebnis einer sehr vielseitigen Geographie. Auf der einen Seite bilden die Pyrenäen mit ihren bis zu 3000 m hohen Gipfeln die Nordgrenze des Landes. Ein Tal, das Val d'Aran, hat seine eigene Kultur, Sprache - Aranés - und eigene Institutionen bewahrt und orientiert sich zum Atlantik hin. Auf der anderen Seite liegen über 500 km Mittelmeerküste, an der sich von Norden nach Süden bis hin zum Ebrodelta verschiedene Landschaften abwechseln. Auch im Landesinneren werden in einer mit diesen Produkten fest verbundenen Tradition allerlei Feldfrüchte angebaut und Tiere gezüchtet. Die Hauptstadt Barcelona wurde vor 4000 Jahren gegründet und hat sich im kosmopolitischen Sinn in einen *Hub* für den Austausch von Einflüssen aus allen Erdteilen verwandelt.

Diese Vielfalt von Landschaften führt zu einer ebenso großen Vielfalt an Zutaten: Fisch und Meeresfrüchte in hervorragender Qualität, Obst, Gemüse und Gartenfrüchte, erstklassiges Fleisch und Getränke, die internationale Anerkennung verdienen. Neben all diesen Produkten gibt es eine authentische katalanische Küchentradition mit beachtenswerten Protagonisten, die schon seit dem Mittelalter Ruhm genießen. In den letzten Jahren des 20. Jahrhunderts erlangten Köche aus Katalonien, die edle Rohstoffe hochwertig verarbeiteten, weltweite Bedeutung. Namen wie die Gebrüder Roca, Ferran Adrià oder Carme Ruscalleda sind aus dem Universum der Haute Cuisine nicht mehr wegzudenken.

Der Wein verdient ein eigenes Kapitel, denn das Land begann seine Karriere als internationaler Weinlieferant bereits zur Römerzeit. Heutzutage wird Wein aus dem Priorat an den besten Adressen in aller Welt serviert, und im Kielwasser dieses Pionier-Anbaugebiets setzten weitere katalanische Winzer auf die Qualität und Verbreitung ihrer Produkte, die exponentiell wuchsen.

Es handelt sich also um ein kleines Land, das sich mit der Bahn, dem Auto, dem Fahrrad, aber auch zu Fuß oder gar zu Pferd erkunden lässt und großartige Möglichkeiten bietet, die Landschaft, den Wein und die Küche zu entdecken. Sie müssen sich nur noch entscheiden, dann können Sie zu einer aufregenden Reise der Sinne durch Katalonien aufbrechen. Herzlich willkommen zu einem einmaligen Erlebnis.

KATALONIEN, EIN LAND ZUM GENIESSSEN

Die Küche Kataloniens entwickelte sich aus dem Land, seiner Geschichte und Kultur. Die Produkte eines Landes zu kosten und zu genießen bringt uns seine Kultur und Gewohnheiten näher. Katalonien zu erleben bedeutet, im Meer zu tauchen, Dörfer und Landschaften zu entdecken, mit der Natur in Kontakt zu treten ... Von Norden nach Süden, von Osten nach Westen ist Katalonien ein Land zum Genießen.

Ursprungsbezeichnungen Wein (S. 44)

- 1 DO Alella
- 2 DO Catalunya
- 3 DO Cava
- 4 DO Conca de Barberà
- 5 DO Costers del Segre
- 6 DO Empordà
- 7 DO Montsant
- 8 DO Penedès
- 9 DO Pla de Bages
- 10 DOQ Priorat
- 11 DO Tarragona
- 12 DO Terra Alta

- Kochvereinigungen (S. 26)
- Märkte (S. 32)
- Museen und kulturelle Einrichtungen (S. 54)
- Geschützte Ursprungsbezeichnungen (S. 20)
- Geschützte geographische Angaben (S. 20)

- Flughafen
- Hochgeschwindigkeitszug
- Hauptstraßen
- Autobahn/Schnellstraße

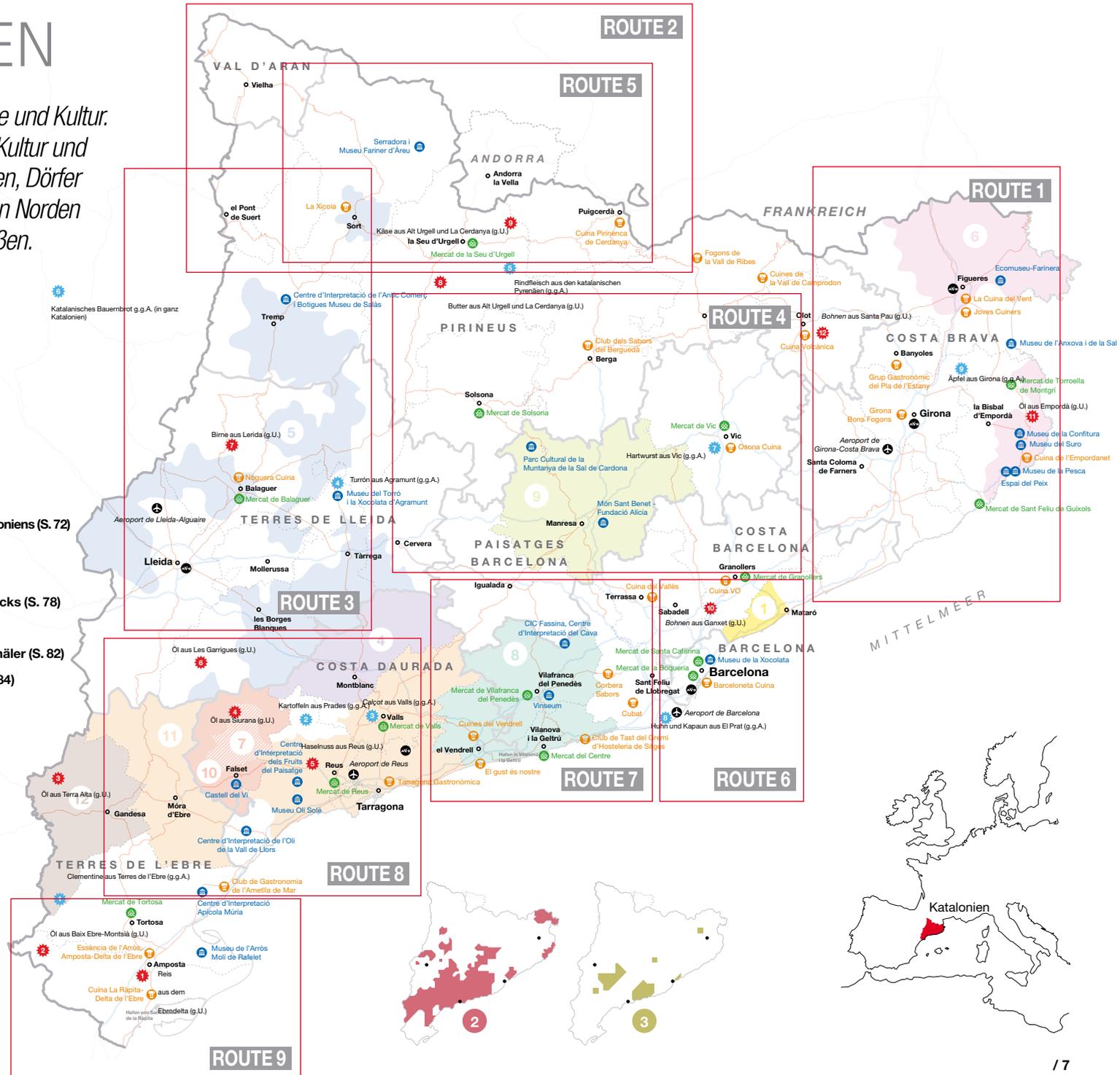
Von Traveler empfohlene Wein- und Gastronomierouten



- ROUTE 1** Eine Region für die Götter (S. 68)
- ROUTE 2** Freuden des Hochgebirges (S. 70)
- ROUTE 3** Eine kulinarische Reise in den Westen Kataloniens (S. 72)
- ROUTE 4** Unterwegs durch Berg und Tal (S. 74)
- ROUTE 5** In den Zentralpyrenäen (S. 76)
- ROUTE 6** Barcelona, die Hauptstadt des Geschmacks (S. 78)
- ROUTE 7** Alle Farben des Weins (S. 80)
- ROUTE 8** Kunst auf Stein, Tarraco und seine Denkmäler (S. 82)
- ROUTE 9** Der große Fluss, wo das Leben fließt (S. 84)

Entfernungen zu den Hauptstädten

km	Barcelona	Girona	Lleida	Tarragona
Barcelona		107	162	99
Girona	107		255	197
Lleida	162	255		101
Tarragona	99	197	101	





WIR SIND, WAS WIR ESSEN

Über die Mittelmeerdiät hinaus ist das Essen in diesem Land zu jeder Zeit Bestandteil des Lebens. Das betrifft zum Beispiel den Kalender: Der Ostermontag gilt allgemein als Tag der "Mona" - so heißt der Kuchen, den die Paten ihren Patenkindern schenken. Oder die Sprache: Wenn sich jemand nicht eben vernünftig verhält, sagt man: "Er muss noch ein bisschen kochen." Wenn etwas völlig klar vorhersagbar ist, heißt es: "Die Bohnen sind gezählt." Wer sich nicht entscheiden kann, "probiert aus allen Töpfen", und wenn etwas lange dauert, sagt man: "Länger als ein Tag ohne Brot." Genau wie in den anderen Kulturen der Welt ist das Essen in Katalonien in allen Facetten des Lebens präsent, nicht nur als Lebenserhaltungssystem, das es natürlich auch ist. Wie kann man Land und Leute besser kennenlernen als durch seine Küche?

DAS FINDEN SIE IN DIESER BROSCHÜRE

Sie finden Vorschläge, um ein unvergessliches Wochenende zu genießen, das gute Essen und Trinken in Katalonien kennenzulernen und dabei Landschaften, Produkte und Küchen zu entdecken.

Außerdem stellen wir Ihnen zehn Möglichkeiten vor, die katalanische Gastronomie zu erleben, die Häuser, die zur Marke "Gastronomische Hotels" gehören, die wichtigsten Kochvereinigungen und ihre Gründer, Ideen für den Weintourismus, Kampagnen, bei denen Sie Produkte der Landwirtschaft und der Fischerei aus erster Hand kennenlernen, Gelegenheiten, um Kochen zu lernen und Rezepte zum Üben, die besten Märkte und Fischmärkte, die interessantesten Museen für die Liebhaber des guten Essens und neun Wein- und Feinschmeckerrouen, die praktisch das ganze Land durchqueren. Alle wichtigen Begriffe, die sich nicht übersetzen lassen, sind im Glossar am Ende erklärt. Außerdem finden Sie interessante konkrete Ideen, Kontaktdaten von Unternehmen, die im Gastronomietourismus aktiv sind, sowie Kuriositäten, damit Sie Katalonien noch mehr genießen können.



KATALONIEN, EUROPÄISCHE GASTRONOMIEREGION 2016

Am 2. Juni 2015 erhielt Katalonien den Titel Europäische Gastronomieregion 2016, verliehen vom Internationalen Institut für Gastronomie, Kultur, Kunst und Tourismus (IGCAT), das von europäischen Institutionen unterstützt wird; seitdem ist Katalonien Teil der Plattform der Europäischen Gastronomieregionen.

Diese Auszeichnung bestätigt, dass Katalonien als touristisches Ziel zur europäischen Avantgarde gehört, mit hohen Werten in Wein und Gastronomie, und macht die lokalen landwirtschaftlichen Produkte in aller Welt bekannt. Die Vorbereitung der Kandidatur stützt sich auf drei Achsen: das Produkt, das Territorium und die katalanische Küche. Alle drei garantieren die Qualität und Einzigartigkeit einer Gastronomie, die das Ergebnis einer Jahrtausende alten Geschichte und des milden Mittelmeerklimas ist, mit einem unvergleichlichen Reichtum der Natur, der sich in einem äußerst vielfältigen und sich ständig erneuernden Repertoire an Rezepten niederschlägt.

Eine Offenbarung am Esstisch

Das Globalisierungsfieber und die weltweiten Lebensmittelströme fördern auf der anderen Seite der Medaille eine Rückkehr zum einfachen Leben mit Produkten aus der Umgebung. Die Köche haben sich diesem Trend angeschlossen und setzen auf saisonale Produkte, die mit Respekt direkt vor der Haustür angebaut werden. Katalonien wurde zur Europäischen Gastronomieregion 2016 ernannt, eine Anerkennung, welche die Qualität des landwirtschaftlichen und touristischen Erbes bestätigt und für die Einzigartigkeit der Produkte, der Küche und der Traditionen des Landes stehen. Die erstklassige Arbeit der Erzeuger, Restaurantbetreiber, Forschungszentren, Schulen und Köche Kataloniens hat die hiesige Küche zum internationalen Maßstab gemacht.

Landschaft, Küche und Produkt

Die Küchen des Landes haben sich in magische Orte verwandelt. Die Kreativität, die von den großen Namen unserer Kochkunst repräsentiert wird, hat sie in die vordersten Reihen der Avantgarde geführt. Die drei charakteristischen Züge der katalanischen Gastronomie (Landschaft, Küche und Produkt) dienen dazu, eine ganze Philosophie auszudrücken, die sich in einem umfangreichen Jahresprogramm mit Wochenevents, Messen und Werbekampagnen für Produkte, Gerichte und Landschaften konkretisiert. Das Gesicht dieses Projekts ist Carme Ruscalleda, weltweit anerkannte Köchin und begeisterte Vertreterin der lokalen Küche und des touristischen Potenzials des Landes.



KATALANISCHE
GASTRONOMIE

KATALANISCHE GASTRONOMIE



ZEHN ARTEN, DIE KATALANISCHE GASTRONOMIE ZU ERLEBEN

Der gastronomische Reichtum, den Katalonien seinen Besuchern bietet, ist enorm, und es ist die Aufgabe des Gastgebers, den Gästen das Wichtigste aus seinem Land zu zeigen. Hier sind einige Vorschläge, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten.

Die Empfehlungen, wie Sie einen kulinarischen Besuch in Katalonien besonders intensiv genießen, verlangen von Ihnen als Gast eine sehr aktive Haltung. Sie müssen früh aufstehen, sich bemühen, mit den Menschen im Land zu reden, Ihre Neugier zu extremen Höhen entwickeln und die Vorurteile zu Hause lassen. Müssen Sie dazu auf ein Schiff gehen? Aber ja! Und anschließend wird das Ergebnis des Fangs verzehrt. Müssen Sie Trauben treten? Natürlich! Um als nächstes Wein und Cava probieren zu können. Muss

man Tomate aufs Brot reiben wie eine Bürste? Jeden Tag. Es gibt hier nichts Alltäglicheres als Brot mit Tomate zu essen. Muss man in der Küche stehen? Das gehört dazu. Der Genuss beim Essen fängt nicht erst dann an, wenn man am Tisch sitzt. Muss man auf den Markt gehen? Natürlich! Die frischen Produkte warten nur auf Ihr Zeichen, um in den Korb zu springen und sich Ihr Lob zu verdienen. Das alles gehört dazu, und zur einfacheren Organisation für die Anbieter ist es am besten, vorher zu reservieren, über die Plattform <https://experience.catalunya.com>

ES GIBT NICHTS BESSERES ALS DIE PRODUKTE ZU BERÜHREN UND DIE ERDE MIT DEN HÄNDEN ZU FÜHLEN, UM EINEN UNVERGESSLICHEN EINDRUCK ZU ERLEBEN



EIN ESSEN DIREKT AM MEER ZU GENIEßEN ODER KOCHEN ZU LERNEN STEIGERT DEN GENUSS BEI EINEM BESUCH IN KATALONIEN



1 GEHEN SIE AUF DEN MARKT
Gehen Sie zwischen den Ständen spazieren und kaufen Sie regionale Produkte der Saison.

2 PAMBTOMAQUEJA
Käse und Wurstwaren schmecken noch besser auf einer Scheibe Brot mit Tomate, Öl und Salz.

3 AN DIE CALÇOTS
Braten sie *calçots* über Rebholz, tauchen Sie die Wunderzwiebel in Sauce und trinken Sie Wein aus dem Porrón.

4 KOSTEN SIE WEINE UND CAVAS
In einer Jugendstil-Genossenschaft, zwischen Weinreben oder in einem guten Restaurant.

5 TAUCHEN SIE BROT IN OLIVENÖL
Gehen Sie zwischen jahrtausendealten Olivenbäumen spazieren, besuchen Sie eine Ölmühle und probieren Sie das flüssige Gold.

6 FOLGEN SIE DEM KALENDER
Jede Jahreszeit überrascht uns mit ihren Produkten. Wählen Sie die schönste aus!

7 WERFEN SIE DIE ANGEL AUS
Erleben Sie die Fischertradition in Begleitung eines Fischers. Auf zum Meer!

8 ZIEHEN SIE DIE SCHÜRZE AN!
Entdecken Sie die Geheimnisse der katalanischen Küche direkt bei ihren Protagonisten.

9 SETZEN SIE SICH AN DEN TISCH
Probieren und genießen Sie die traditionsreiche und kreative Küche, der unzähligen katalanischen Restaurants.

10 RESERVIEREN SIE ONLINE
Wein, Öl, Meeresfrüchte, Käse, Wurstwaren, Konserven, Süßwaren ... Wählen Sie Ihre persönliche gastronomische Route durch Katalonien und buchen Sie auf <https://experience.catalunya.com>

KURZE GESCHICHTE DER KATALANISCHEN GASTRONOMIE

Die Küche kann uns etwas erzählen: Jenseits von Daten und Schlachten wird die Gastronomie zum spannendsten Geschichtsbuch. Die verschiedenen Gerichte des katalanischen Rezept-Repertoires erklären uns, wo wir herkommen.

Olivenöl, Weizen und Wein bilden die Trilogie, die unsere Tradition seit der Antike prägt. Den Ursprung der mediterranen Küche finden wir in der griechisch-römischen Kultur. Die Anwesenheit der Griechen in Katalonien brachte die Einführung des Weinstocks, des Mandel- und des Olivenbaums mit sich. Die Römer verstärkten den Anbau noch. Die heutige Küche nimmt außerdem viele Einflüsse auf, die auf die Anwesenheit der Araber in diesem Gebiet zurückgehen.

Katalonien kann außerdem auf eine alte Kochbuch-Tradition zurückschauen, die

schon im Mittelalter beginnt. Das älteste erhaltene Buch ist das *Llibre de Sent Soví*, eine Handschrift aus dem 14. Jahrhundert. Wenig später entstanden drei weitere Rezeptsammlungen, das *Llibre d'aparellar de menjar*, das *Llibre de totes maneres de potatges* und das *Llibre de totes maneres de confits*.

Im 15. Jahrhundert bereitete der Kontakt mit Amerika den Weg für die Ankunft so unverzichtbarer Zutaten wie Schokolade, Kartoffeln, Paprika, Bohnen und vor allem der Tomate - ein wesentliches Element in der heutigen katalanischen Küche, wie das unvermeidliche *pa amb tomàquet* beweist.



DIE TOMATE, EINE UNVERZICHTBARE ZUTAT, ERREICHTE DIE KATALANISCHE KÜCHE IM 16. JAHRHUNDERT AUS AMERIKA

Im 16. Jahrhundert unternahmen die Bürger erste Versuche, sich abzuheben, indem sie die französische Küche nachahmten, aber der regionale Geschmack orientiert sich noch immer stärker an italienischen oder okzitanischen Einflüssen, mit Gerichten, die zur Grundausstattung der katalanischen Küche gehören wie Festtags-Caneloni oder *coques de recapte* (eine heimische Pizza-Variante) mit Zutaten der Saison und aus der Konserve. Die Saucen mit Tomate und Aubergine, etwa die *sam-*

faina, oder Gerichte mit Kabeljau wie die *esqueixada* koexistieren friedlich mit eher kosmopolitischen Trends. Heutzutage greift die katalanische Küche das Wesen so verschiedener Landschaften wie der Pyrenäen, der Mittelmeerküste, von Orten wie dem Empordà oder dem Ebrodelta auf. Die kulinarische Kultur dieser Territorien findet ihren modernsten Ausdruck in Barcelona, einer weltoffenen Stadt, die daran interessiert ist, die gastronomische Identität Kataloniens zu zeigen.

Zeittafel

3. Jh. v. Chr.

Der Knoblauch: Er kam mit den römischen Legionen und ist eine Grundzutat der katalanischen Küche.



882

Zyriab: Der Koch, der eine Rezeptsammlung mit Produkten arabischen Ursprungs zusammenstellte, etwa mit Artischocken, Orangen, Reis, Mandeln oder Safran.

1324

Sent Soví: Eins der ältesten Kochbücher Europas.



1519

Die Tomate: Sie kam im 16. Jahrhundert nach Katalonien und ihre Verbreitung in der Küche geschah langsam, aber unaufhaltsam.

19. Jh.

Die Revolution in Barcelona: Die Restaurants El Suizo, Can Martin oder La Maison Doré fusionieren die französische und italienische Küche mit der traditionellen katalanischen.



1936

Michelin-Sterne: Die ersten katalanischen Restaurants, die zwei Sterne bekommen, waren La font del lleó, Casa Llibre und La taverna vasca.

1984

El Bulli: Ferran Adrià übernimmt die Leitung der Küche dieses legendären Restaurants, das schon wieder verschwunden ist.





PRODUKT, LANDSCHAFT, **KÜCHE**





LANDSCHAFTEN ZUM ANBEISSEN

Katalonien ist die ideale Region, um die Geografie des Geschmacks zu erkunden. Es bietet ein Repertoire an Gerichten, die uns helfen, dieses Land mithilfe von Duft, Geschmack und Konsistenz der Produkte zu verstehen.

Haselnüsse, Garnelen, Kartoffeln, Reis, Turrón, Bohnen, Olivenöl, Pilze, Wein, Schnecken, Tomaten, Longaniza, Sardellen, Kastanien ... Diese Reihenfolge hat praktisch kein Ende und verwandelt sich so in eine gastronomische Landkarte Kataloniens. Wir empfehlen Ihnen, diese Geographie des Geschmacks zu erkunden.

FLEISCH UND KÄSE IN DEN BERGEN

Katalonien verbindet unberührte Natur mit bukolischen Landschaften in den Pyrenäen; hinzu kommen Gebirgszüge im Landesin-

neren, die reich an Vegetation, Tieren und Pilzen sind, etwa Montseny oder Els Ports de Beseit in der Region Terres de l'Ebre. Es sind oft isolierte Orte, die gelernt haben, sich selbst zu versorgen, und die sich durch ihre Produkte auszeichnen. Aus Kalbfleisch werden köstliche Eintöpfe, die in jeder Region eine andere Gestalt annehmen; dasselbe gilt für Huhn, das heute ein Bestandteil der Alltagsküche ist. Das Schwein, das vor allem in den nördlichen Regionen von Lleida und Girona gezüchtet wird, aber auch im Landkreis Osona, wo die berühmte *Llonganissa* aus Vic zu Hause ist, werden aus die-

sem Rohstoff besonders leckere Wurstwaren hergestellt. Zusammen mit dem Käse, der im ganzen Land produziert wird, spielen sie die glänzende Hauptrolle beim Frühstück und beim Imbiss.

DAS AROMA DES MEERES

Katalonien verfügt über fast 600 km Küste mit feinen Sandstränden und winzigen Buchten mit kristallklarem Wasser. In jedem Hafen können Sie eine großartige Auswahl von heimischen Fischgerichten probieren, vom Grill oder als Eintopf, wie die Fischer früherer Zeiten ihren Fang zubereiteten. An der Costa Brava fehlt auch edler Weißfisch nicht, der schon seit alter Zeit die wichtigste Zutat zu den köstlichen *Suquets* ist. Die Garnelen aus Palamós oder Austern aus dem Ebrodelta sind herausragende Produkte, wie sie die katalanische Küste von Nord nach Süd zu bieten hat. Häufig werden sie von Gemüse der Saison begleitet, etwa den hoch geschätzten Erbsen aus Maresme. Im äußersten Süden Kataloniens liegt das Ebrodelta, ein einzigartiger Naturraum; hier wird Fischsud für viele Gerichte aus Reis verwendet, dem wichtigsten Landbaupro-

dukt der Region. *Arrosejat* oder *Arròs a banda* gehören hier zum Pflichtprogramm.

DER LANDWIRT, DER DIE ERDE LIEBT

Die Weinberge des Penedès, eingeklemmt zwischen dem warmen Küstenklima und den Bergen von Montserrat, sind inzwischen ein renommiertes Anbaugebiet mit g.U. Auch die Olivenhaine, die sich vor allem in den südlichen und westlichen Regionen des Landes erstrecken, liefern einige der besten nativen Olivenöle. Insbesondere die Sorte Arbequina aus den Regionen Siurana und Les Garrigues ist berühmt. Die Nüsse und Trockenfrüchte aus dem Camp de Tarragona oder süßes Obst wie Birnen, Pfirsiche oder Äpfel aus Lleida sind in der guten Küchen unverzichtbar, genau wie Orangen und Clementinen aus den Terres de l'Ebre.



PALAU MOJA

Wenn Sie Ihr Wissen über die katalanische Kochkunst vertiefen möchten, bietet Ihnen der Palau Moja den perfekten Rahmen dafür. In La Cuina del Moja können Sie exklusive Öle probieren, einer von Experten geleiteten Verkostung katalanischer Weine (g. U.) beiwohnen und an Paintes teilnehmen, die kulinarischen Genuss und Kunst vereinen. Das Lokal an der Rambla ist durchgehend geöffnet und bietet sowohl morgens, mittags und abends als auch zwischendurch tolle Gaumenfreuden. Alle Gerichte werden ausschließlich mit regionalen Produkten aus biologischem Anbau zubereitet. Im selben Gebäude befinden sich ein Laden mit katalanischen Produkten und ein Tourismusbüro.

! Weitere Informationen unter:
www.palau moja.com



DER REIS AUS DEM EBRODELTA IST VON BESTER QUALITÄT UND TRÄGT EINE GESCHÜTZTE URSPRUNGSBEZEICHNUNG

AUSGEZEICHNETE PRODUKTE KATALONIENS

Zahlreiche Produkte des Landes tragen Abkürzungen hinter dem Namen: G.U., g.g.A., g.t.S. ... Das zeigt die offizielle Anerkennung der Qualität und Einzigartigkeit dieser Lebensmittel und ihrer Wurzeln in der Region.



DIE HASELNÜSSE AUS REUS UND DIE BOHNEN AUS DEM GANXET TRAGEN EINE G.U., DIE IHRE QUALITÄT BESTÄTIGT

Der erreichte hohe Qualitätsstandard belegt die Anstrengungen der Erzeuger, die Erwartungen der Kunden an ihre berühmten Produkte zu erfüllen. Das gilt auch für die verschiedenen ausgezeichneten Produkte Kataloniens. Neben den Bezeichnungen g.U. und g.g.A., die von der EU verliehen werden, gibt es weitere Auszeichnungen und Siegel für Qualität, zum Beispiel "garantierte traditionelle Spezialität", zu denen etwa der Serrano-Schinken und die Panellets gehören. Das Qualitätssiegel Marca Q zeichnet eine Reihe von Produkten mit goldenem Q auf rotem Grund aus. Es lohnt sich, auf diese Auszeichnungen zu achten.

GESCHÜTZTE URSPRUNGSBEZEICHNUNG (G.U.)

Dies ist eine Auszeichnung der Europäischen Union für ein Produkt, das seine Qualität und seine Eigenschaften seiner Ursprungsregion verdankt. Es muss in der genannten Region hergestellt und verarbeitet worden sein. Als erstes ist

HÜHNER
AUS EL PRAT
WERDEN GERN ALS
WEIHNACHTSBRATEN
SERVIERT



hier der Reis aus dem Ebrodelta zu nennen, der ideal für Eintopfgerichte ist. Zum Aperitif oder als Nachtisch schmecken die aromatischen Haselnüsse aus Reus. Ebenfalls als Dessert oder bei jeder Gelegenheit zwischendurch sind die Birnen aus Lleida unverzichtbar. Ebenso wenig dürfen die verschiedenen Bohnen fehlen: judías aus Santa Pau, fesols oder mongetes aus Ganxet passen ideal zu Fleisch.

Ein Essen ohne Käse ist unvorstellbar, und Katalonien hat eine große Auswahl an hochwertigen Milchprodukten zu bieten, die im Alt Urgell oder in La Cerdanya hergestellt werden, darunter Butter und Käse. Das Olivenöl ist ein Fundament der katalanischen Gastronomie. Bekannt ist das Öl aus dem Empordà, das schon seit dem 6. Jh. v. Chr. hergestellt wird, das aus Baix Ebre-Montsià, aus Les Garrigues - die älteste g.U. in Spanien -, aus Siurana mit über tausendjähriger Geschichte oder aus Terra Alta.

GESCHÜTZTE GEOGRAPHISCHE ANGABE (G.G.A.)

Produkte mit diesem Siegel haben eine hohe Qualität, einen guten Ruf oder eine andere Eigenschaft, die sich auf ihre geographische Herkunft zurückführen lässt. Die *Llonganissa* aus Vic feierte schon 1857 bei der Weltausstel-

lung in Paris Triumphe und passt ideal zum Katalanischen Bauernbrot. Die Kartoffeln aus Prades rivalisieren miteinander, welche wohl besonders zart ist. Eine besondere Erwähnung verdienen die Hähne aus dem Penedès, sowie Hühner und Kapaune aus El Prat, die man auch Blaufußhühner nennt und die oft beim Weihnachtsessen die Hauptrolle spielen, außerdem das Kalbfleisch aus den katalanischen Pyrenäen. Die *calçots* aus Valls vervollständigen das Bild. Den Schluss bilden die Clementinen aus Terres de l'Ebre, Äpfel aus Girona und die Turrones aus Agramunt, handfeste Energielieferanten für alle, die sie probieren.



TAUCHEN SIE IN DIE WELT DES OLIVENÖLS EIN

Was bedeutet Olivenbäume zu „kämmen“? Finden Sie es mit „Olea Soul“ heraus und entdecken Sie dabei die Geheimnisse des Olivenöls und seiner Herstellung. Viele gastronomische und kulturelle Höhepunkte stehen dabei auf dem Programm, wie z. B. ein Grillfrühstück, Oliven-Sammeln, Ölverkostungen und Essen mit Naheprodukten. Dies wird mit Wein aus der g.U. „Costers del Segre“ und mit einem Besuch des „Museu de l'Oli de Catalunya“ abgerundet.

.....
**i Weitere Informationen dazu
finden Sie unter: www.oleasoul.com**

JEDE JAHRESZEIT HAT IHRE SPEZIALITÄTEN

Die beste Möglichkeit, Katalonien mit allen Sinnen kennenzulernen ist, die Produkte der jeweiligen Saison zu kosten. Diese Köstlichkeiten, die in den Küchen der hiesigen Küste oder der Berge entstanden sind, werden inzwischen im ganzen Land geschätzt.

Der Wandel der Jahreszeiten hat seinen eigenen Zauber. Eines schönen Tages gibt es die ersten Erdbeeren auf dem Markt, und man weiß, dass die Picknick-Saison begonnen hat. Ähnliches gilt für die Pilze, die lange Abende am Kamin vorhersagen.

ZUM AUFWÄRMEN IM WINTER

Im Winter haben Knoblauch, Brokkoli und Stangensellerie Hochkonjunktur; der letzte gehört unbedingt in die *escudella* (Weihnachtssuppe). Mit Kohl und Pancetta wird der Trinxat zubereitet, die Kenner genießen Brokkolicreme oder leckere Salate mit Endivie, Kresse und Spinat. Kapaun, Schwein und Wild passen wunderbar zu Seeigeln.

Die *Calçots*, die berühmten Frühlingszwiebeln, erfreuen bei Treffen mit Freunden auch große Gruppen. Orangen und Mandarinen folgen als Nachtisch.

MIT DEM FRÜHLING KOMMEN DIE SARDINEN

Der April bietet fette Sardinen, zarte Erbsen, neue Kartoffeln und knackige Gurken. Mit großer Freude werden die Erdbeeren begrüßt.

Natürlich dürfen wir die Schnecken und den grünen Spargel nicht vergessen, der wunderbar in Tortillas schmeckt. Tunfisch und Makrele konkurrieren mit Seehecht, Hummer von der Costa Brava oder Drachenkopf, der in Katalonien auch "Ziege" genannt wird. Miesmuscheln und mit Zwiebeln geschmorte Tintenfische sorgen für Begeisterung bei den Gästen.

EIN SOMMER OHNE GEMÜSE IST KEIN SOMMER

Der Kabeljau tritt im Sommer ins Rampenlicht in Form der Sanfaina, mit Paprika, Tomaten,



ERDBEEREN IM FRÜHLING, FEIGEN IM SOMMER UND CALÇOTS IM WINTER: SO LAUTET DAS REZEPT FÜR EIN GLÜCKLICHES LEBEN



Auberginen, Zwiebeln und Zucchini. Garnelen haben ebenso Saison wie Tunfisch, Calamares, Kaisergranate oder Seezungen. In den Obstgärten reifen Schätze wie Aprikosen, Pflaumen, Feigen, Pfirsiche, Johannisbirnen, Wasser- und Honigmelonen. Der Sommer ist auch die Jahreszeit des Grillens; da werden dicke *Butifarras* gebraten und Essen im Freien mit Wurstwaren oder Sardellen aus L'Escala improvisiert. Dazu gibt es mit Tomate getränktes Toastbrot.

HERBST OHNE BLUES

Rüben, Rettiche, Kürbisse, Kastanien und die allgegenwärtigen Pilze verwandeln den Herbst in ein rauschendes Fest. Außerdem ist das die Jahreszeit der Oliven und des Öls. Lamm-, Gänse- oder Wildschweinbraten sind ebenfalls wahre Geschenke für den Gaumen. Goldbrasse, Austern und Lachs kommen im Herbst auf den Tisch, gefolgt von Granatäpfeln und Trauben als Ausklang, die auch wunderbar in edle Salate passen.



VON KUCHEN UND AFFEN

Am Ostermontag schenken alle Patenonkel Kataloniens ihren Patenkindern einen Kuchen namens „Mona“ (Äffin). Das Wort kommt aber aus dem arabischen „munna“ und bedeutet eigentlich „Mundvorrat“. Er war ein Geschenk der Moriskan an ihre Herrschaften und symbolisiert Fruchtbarkeit, Wiedergeburt und Hoffnung. Ursprünglich bestand er aus einer Brotscheibe mit so vielen hartgekochten Eiern darauf, wie das Patenkind alt war. Heute stehen Schokolade-Eier im Mittelpunkt. Der Kuchen aus Biskuit-Teig wird dabei mit Sahne, Creme, Nougat, unterschiedlichen Kuvertüren, kandierten Früchten, Oblatenblumen oder kleine Spielzeugfiguren dekoriert.

PILZE SIND IM HERBST EINE FREUDE FÜR DIE SAMMLER



PROBIEREN SIE GERICHTE DER SAISON

Der Jahreszeit entsprechend bietet das Repertoire der katalanischen Küche Gerichte, um den Körper zu wärmen oder zu kühlen, je nach Außentemperatur. Diese traditionellen Rezepte sind inzwischen Teil der vielfältigen Gastronomie.

In einer Küchenkultur, die so stolz auf ihr Land und dessen Produkte ist wie die katalanische, ist es unvermeidlich, dass die Gerichte dem Lauf des Jahres und dem Wechsel der Jahreszeiten folgen. Und nicht nur das, auch die Feste haben ihre spezifischen Rezepte, um die Gäste zu erfreuen.

KÖSTLICHKEITEN IM WINTER

Die Königin des Winters ist die *escudella*. In einem großen Topf wird eine Brühe mit Gemüse, Huhn, *Butifarra*, Kartoffeln und Ki-

chererbsen gekocht; da hinein kommt ein großer Klops, die *pilota*, aus Kalbfleisch, der anschließend unter den Gästen aufgeteilt wird. In der Weihnachtsversion werden noch Nudeln in die Brühe gegeben, die *gallets* in Form von riesigen Schnecken. Am nächsten Tag werden zum Weiterfeiern Cannelloni (*canelons*) zubereitet.

Zu den Produkten, für die das Camp de Tarragona besonders bekannt ist, gehören die *calçots* aus Valls, die über offenem Feuer gebraten, dann geschält und zum Essen in eine besondere Sauce getunkt werden.

Im Landesinneren, etwa in Lleida, gibt es *cassoles de tros*, einen Eintopf, den die Bauern auf dem Feld in einem großen Topf zubereiteten, mit Kartoffeln, Schnecken, Spinat und Schweinefleisch, auch die *cocques de recapte* (katalanische Pizza) sind ein gutes Beispiel für die Kochkunst des Volkes. Ebenfalls typisch für Katalonien sind die *faves a la catalana* - ein besonders appetitanregender Eintopf im Januar, mit Bohnen, Speck und Minze.



CALÇOTS WERDEN ÜBER OFFENEM FEUER GEBRATEN



ZWEI SEHR VERSCHIEDENE COCAS: DIE SÜSSE FÜR DEN JOHANNISTAG UND DIE SALZIGE RECAPTE

DAS GIBT ES IM SOMMER

Wenn es draußen heiß wird, möchten wir etwas Leichtes, Erfrischendes essen. Der *empedrat* gehört zu den beliebtesten Rezepten des Sommers. Für dieses leckere Gericht mischt man weiße Bohnen, Oliven-scheiben, Tomate, gehackte Zwiebeln und Kabeljau, und das alles wird mit Olivenöl und Essig beträufelt. Wenn das Gartengemüse optimal reif wird, bereitet man die traditionelle *escalivada* mit Auberginen, Paprika, Tomaten und gebratenen Zwiebeln zu. Zur Sommersonnenwende wird in Katalonien der Johannistag gefeiert, mit einer köstlichen *coca* aus Brotteig mit einem Belag aus kandierten Früchten; dazu gibt es Cava oder süßen Wein.

GERICHTE FÜR FRÜHLING UND HERBST

Im Frühling gibt es für gewöhnlich Erbsen mit Sepia, Schnecken *a la llauna* oder die Fastenklößchen, die vor der Karwoche zubereitet werden. Wenn es dagegen im Herbst kühler wird, kommen unbedingt Gerichte wie *fricandó* auf den Tisch (ein Eintopf mit Fleisch und Pilzen), Wild oder *panellets*, Kastanien oder Süßkartoffeln, die man am 31. Oktober isst. Nur am Rande zu den Saisongerichten gehört das besonders typische, einfache *pa amb tomàquet*. Es handelt sich um Brot, geröstet oder auch nicht, das mit Tomate eingerieben und mit Olivenöl beträufelt wird. Dazu gibt es Wurstwaren wie *Butifarra* in allen Variationen, *bulls*, *fuets* oder *Llonganissa*.

KATALONIEN AUF SÜSSE ART

Crema catalana gehört zu den traditionellen Desserts für große Festtage, vor allem im Frühling, wenn es reichlich Eier gibt. Auf keinen Fall darf sie am Josefstag, dem 19. März, fehlen. Zur Feier des Ostermontags schenken die Paten ihren Patenkindern einen mit Schokoladeneiern verzierten Kuchen, die *Mona*. Weihnachten ist die Zeit der Turrones. Die aus Agramunt sind ein Gedicht aus Aroma und Konsistenz, und dasselbe gilt auch für handgemachte Waffelröllchen. Am 6. Januar entscheidet der Dreikönigskuchen, wer zum König gekrönt wird und wer für dieses leckere Dessert bezahlt.



DAS KÖNIGREICH DES GUTEN ESSENS

Die Kochvereinigungen in Katalonien zeichnen sich durch eine hochwertige, regionale Küche aus. Sie vertreten eine Neuinterpretation der traditionellen Küche mit den bewährten Zutaten.



Reis und Meeresfrüchte bester Qualität aus dem Delta de l'Ebre, zubereitet von den Köchen des Col·lectiu de Cuina La Ràpita - Delta de l'Ebre, oder die Küche des Landesinneren mit Schweinefleisch, Bohnen aus Collsacabra oder Trüffeln, wie sie das Col·lectiu de Cuina Osona Cuina bei seinen kulinarischen Abendessen anbietet, sind Beispiele für die Arbeit dieser Garanten der lokalen Küche.

KÖCHE UND VERTEIDIGER

Sie sind die Feudalherren der katalanischen Gastronomie. Zur Zeit haben sie etwa zwanzig Lehnen inne, mit

denen sie die Vielfalt der kulinarischen Stilrichtungen in allen Teilen des Landes repräsentieren. Die Restaurantbetreiber sind die Verteidiger der Wurzeln der katalanischen Küche dank ihrer beständigen Arbeit bei der Verwaltung dieses Erbes. Angetrieben von den Köchen selbst organisieren sie Veranstaltungen, um regionale Zutaten direkt vom Erzeuger zu bewerben und die verschiedenen heimischen Küchentraditionen zu fördern. Die Kochvereinigungen laden Sie ein, die Freuden eines guten traditionellen Essens zu genießen. Einige erhalten oder fördern alte Rezepte, andere lassen alte Zuberei-

tungstechniken oder Utensilien aus vergangenen Zeiten wieder aufleben.

Von den Bergen bis zur Küste, in allen Teilen Kataloniens gibt es verschiedene Kochvereinigungen, die lokale Gerichte in den Mittelpunkt stellen und für die innovative Verarbeitung heimischer Produkte eintreten. In diesen Vereinigungen sind über 200 Restaurants in Katalonien organisiert; sie sind ein entscheidendes Element für die Förderung und Positionierung des Landes als gastronomisches Reiseziel ersten Ranges. Auf der Website www.catalunya.com finden Sie weitere Informationen über diese Vereinigungen.

MARKE CUINA CATALANA

Die Küche ist ein immaterielles Kulturerbe eines Landes und ein Element seiner Identität.



Das Projekt der Marke Cuina Catalana entstand 2001 in der Stiftung Fundació Institut Català de la Cuina y de la Cultura Gastronòmica (FICCG) und wird von über fünfzig Institutionen und Organisationen unterstützt. 2006 wurde der *Corpus de la Cuina Catalana* veröffentlicht, eine Sammlung von über 1000 Rezepten, die wo immer möglich Produkte der Region und der Saison nutzen. Die Lokale, die sich der Marke Cuina Catalana anschlossen, verarbeiten Produkte, die spezifische Kriterien erfüllen (geschützte Ursprungsbezeichnung, geschützte geographische Angabe, garantierte gastronomische Spezialität usw.).

DIE ZIELE DER MARKE CUINA CATALANA

Die wichtigsten Ziele der über 200 Mitgliedsbetriebe sind: die Kontinuität der Küche zu erhalten, die Produkte der katalanischen Landwirtschaft zu fördern und ein Netz zu schaffen, das Landwirte, Restaurantbetreiber, Lebensmittelhändler, Gastronomieschulen und Unternehmen zum Schutz, zur Förderung und Verbreitung des kulinarischen Erbes verbindet sowie die Erhaltung der Artenvielfalt und den Schutz der ländlichen Umwelt zu fördern. Die Marke Cuina Catalana bietet Qualität und Engagement für Nachhaltigkeit und Umweltschutz.

BÜCHER UND „PICADES“

Die „Picades“ sind eines der bekanntesten Elemente der katalanischen Küche und machen diese einzigartig im internationalen Vergleich. Ihre Verwendung ist seit dem 13. Jh. belegt. Dafür werden Knoblauch, Trockenfrüchte, frittiertes Brot, Petersilie, Kekse, Schokolade und viele andere Zutaten zerstampft. Die Mischung verleiht dann vielen Speisen Konsistenz, Aroma und einen besonderen Geschmack. Der Restaurantbetreiber Ramón Parellada hat in seinem Buch *„El llibre de les picades“* über 100 Rezepte dafür gesammelt. Für ihre Zubereitung benötigt man einen gelbgrünen Keramikmörser oder einen aus Stein oder Marmor, sowie einen Holzstößel aus Olivenholz.



DIE GALAXIS DER MICHELIN-STERNE

Das gastronomische Firmament Kataloniens strahlt so hell wie noch nie. Viele hervorragende Restaurants bieten ihre Kreationen an und reihen sich ehrenvoll in die Liste des Guide Michelin ein.



DIE OSCARS DER GASTRONOMIE

Katalonien kann als gastronomische Großmacht gelten, wenn man die Auszeichnungen mit Michelin-Sternen betrachtet, die bei vielen als Oscars der Gastronomie gelten. Hier finden sich 55 Restaurants, die zusammen 65 Michelin-Sterne tragen. Der hundertjährige Restaurantführer, der jedes Jahr eine Auswahl der besten Restaurants und Hotels veröffentlicht, hat die Originalität und die Liebe zum Produkt in der katalanischen Küche ausgezeichnet. Von den Pyrenäen bis zum Ebrodelta, von der Costa Brava und Barcelona bis in die westlichen Regionen

finden wir Restaurants mit Michelin-Sternen in vielen Stilrichtungen. Unter den Auserwählten gibt es sogar einige mit drei Sternen, der höchsten Zahl, die erreichbar ist.

DAS DREAM TEAM IN DER KÜCHE

Fisch, Fleisch und Gemüse, dazu Reis oder Olivenöl, haben bei diesen wagemutigen Alchemisten am Herd neue Wertschätzung erfahren. Jeder von ihnen tut sich durch ein besonderes Talent hervor, was sich auch in seiner Art zu kochen ausdrückt.

Einige hoch dekorierte Köche sind: Paolo Casagrande, Fina Puigdevall,

Paco Pérez, Jordi Cruz, Paco Pérez und Raül Balam Ruscalleda. Zwar gibt es auch Persönlichkeiten, deren Karriere die ganze Welt beeindruckt, wie Ferran Adrià mit seiner Leidenschaft für Innovation, Carme Ruscalleda mit ihrem exquisiten Geschmack oder die Brüder Joan, Josep (Pitu) und Jordi Roca mit ihrer Treue zur Tradition.

Diese kreativen Küchenchefs wollen uns nicht nur ernähren, sondern ihr Ziel ist auch, uns Gästen ein einmaliges Erlebnis zu verschaffen, eine Reise der Sinne, wie sie auch durch die anderen großen Künste wie Musik, Literatur oder Malerei möglich ist.

ZURÜCK ZUM WESENTLICHEN MIT SLOW FOOD

Diese Bewegung tritt für eine Gastronomie ein, die zu den Produkten der Region und zu Respekt und Liebe für saisonale Gerichte zurückkehrt.



LANGSAME KÜCHE, KLUGE KÜCHE

In Katalonien entstand Slow Food, um den Problemen, die Fast Food in der traditionellen Ernährung hervorrief, etwas entgegenzusetzen, und mit dem festen Willen, die Philosophie der regionalen und saisonalen Produkte voranzubringen. Die Slow-Food-Gemeinschaft hat drei Aktionsbereiche: Slow Food KMO richtet sich an Restaurants, Arca del Gust und Baluard setzen sich für die Erhaltung traditioneller Produkte ein - derzeit stehen 20 Produkte auf der Liste -, und die Märkte für Naturprodukte verbreiten das Angebot. Ein

Rezept gilt als "KMO", wenn mehr als 40% der Zutaten lokal erzeugt wurden, also der Restaurantbetreiber direkt bei Erzeugern in der Nähe kauft, welche die Pflanzen selbst angebaut bzw. die Tiere selbst gezüchtet und weiterverarbeitet haben, in einem Umkreis von höchstens 40 km, wodurch auch CO2-Emissionen eingespart werden. Diese Transparenz garantiert Respekt vor der Umwelt und vor den Lebewesen, die an diesem Prozess beteiligt sind. Derzeit zählen über 65 Restaurants in ganz Katalonien dazu. Die Liste wird jedes Jahr aktualisiert und findet sich im Web unter.

DIE MÄRKTE FÜR NATURPRODUKTE

Sie sind die Treffpunkte, wo engagierte Erzeuger und interessierte Verbraucher zusammentreffen. Die Organisatoren garantieren, dass der Weg den die Lebensmittel zurücklegen, bis sie auf den Tisch kommen, gut, sauber und fair bleibt. In der Stadt Barcelona öffnet der Markt jeden Samstag im Parc de les Tres Xemeneies im Viertel Poble Sec. In Sitges findet der Markt am ersten Samstag im Monat im Parc del Retiro statt.

i Weitere Informationen:
<http://slowfoodgarrafpenedes.com/>
<http://slowfoodbcn.cat>



Slow Food Catalunya www.slowfood.com
www.km0slowfood.com



GASTRONOMISCHE **TIPPS**





DIE MÄRKTE: WIEGE DER GASTRONOMIE

Die Märkte vermitteln den Charakter eines Ortes und seiner Einwohner. Machen Sie einen Spaziergang zwischen den Ständen, kaufen Sie, unterhalten Sie sich mit den Händlern, und Sie werden die katalanische Gastronomie über die Expertenstimmen entdecken.

Auf diesen frischen Produkten baut eine ganze gastronomische Kultur auf. Die Märkte sind nicht nur von je her Orte, an denen Lebensmittel verbreitet werden, sondern auch Treffpunkte und Orte des Austauschs für die gesamte Gesellschaft.

FISCHMÄRKTE: AUS DEM MEER AUF DEN TISCH

Wenn es um frischen Fisch geht, wird oft der Begriff "direkt vom Fischmarkt" verwendet. An der Küste von Barcelona können Sie von montags bis freitags ab 16 Uhr die Auktion von Arenys de Mar miterleben;

auf dem Fischmarkt von Vilanova i la Geltrú wird werktags um 8 und um 16 Uhr versteigert. An der Costa Brava ist das Angebot vielfältig: Palamós öffnet seinen Fischmarkt nur für Endverbraucher an den Werktagen von 16.30 bis 19.30 Uhr; in Roses findet die Auktion freitags um 17 Uhr statt, zur gleichen Zeit wird auch in Llançà versteigert.

In Terres de l'Ebre kann man den Fischmarkt in Ametlla de Mar besuchen, der auf roten Tunfisch spezialisiert ist, sowie den in Sant Carles de la Ràpita. Die Boote kommen um 15 Uhr zurück, deshalb ist die beste Zeit, eine Auktion zu besuchen, ab 16.00 Uhr.

EINIGE INTERESSANTE MÄRKTE

BARCELONA

- **MERCAT DE LA BOQUERIA**

Montag bis Samstag

Dieser Markt an der Straße La Rambla ist der älteste in Barcelona und besteht seit 1840.

- **MERCAT DEL NINOT**

Montag bis Samstag

2015 wurde eine gründliche Renovierung fertiggestellt, seitdem ist der Markt mit modernen Einrichtungen und Theken zum Probieren ausgestattet.

- **MERCAT DE SANTA CATERINA**

Montag bis Samstag

Er wurde 2005 vom Architektenduo Enric Miralles und Benedetta Tagliabue renoviert; heute ist sein buntes, welliges Dach von den Terrassen des Gotischen Viertels aus sichtbar.



COSTA BARCELONA

- **MERCAT DEL CENTRE (Vilanova i la Geltrú)**

Montag bis Samstag

Gutes Angebot an hochwertigen Fischen und Meeresfrüchten.

- **MERCAT DE GRANOLLERS**

Donnerstag

Die Entstehung des mittelalterlichen Ortes war eine Folge seiner Funktion als Markt, der schon im 11. Jahrhundert belegt ist und bis heute ununterbrochen stattfindet.

- **MERCAT DE VILAFRANCA DEL PENEDÈS**

Samstag

Ein Foto aus dem frühen 20. Jahrhundert zeigt die Plaza Jaume I und lässt erkennen, dass sich hier die Melonenhändler der Region trafen. Heute umfasst der Markt im Stadtzentrum etwa 230 Stände.

COSTA BRAVA

- **MERCAT DE TORROELLA DE MONTGRÍ**

Montag

Sehr umfangreiches Angebot, vor allem im Sommer

- **MERCAT DE SANT FELIU DE GUÍXOLS**

Sonntag

Über hundert Händler versammeln sich mit ihren Ständen am Meer.

- **MERCAT DE PALAFRUGELL**

Dienstag bis Samstag

An der Plaça Nova, in der Nähe der Kirche, befindet sich dieser tägliche Markt mit frischem Obst und Gemüse aller Art.

- **MERCAT DE GIRONA**

Montag bis Samstag

Die Markthalle mit über 70-jähriger Geschichte und über 1700 m² liegt an der Plaça del Lleó. Hier werden hervorragende frische Lebensmittel

wie Fleisch, Fisch, Obst und Gemüse verkauft.

COSTA DAURADA

• **MERCAT DE REUS**

Montag und Samstag

Gegenüber dem früheren Hospital de San Juan werden rund 130 Stände aufgebaut.

• **MERCAT DE TARRAGONA**

Dienstag und Donnerstag

Die Rambla Nueva füllt sich mit Ständen und den Rufen der Händler.

• **MERCAT DE VALLS**

Mittwoch und Samstag

An den Samstagen gibt es neben dem Gemüse- auch einen Antiquitätenmarkt.

• **MERCAT DE BONAVISTA**

(Tarragona) Sonntag

Er ist der Größte im Landkreis und liegt im Westen der Stadt im gleichnamigen Viertel. Hier werden frische Lebensmittel und Produkte aller Art angeboten.



• **MERCAT DE L'HOSPITALET DE L'INFANT**

Sonntag

Dieser Markt an der Strandpromenade bietet alle Aromen eines traditionellen Marktes.

PAISATGES BARCELONA

• **MERCAT DE VIC**

Dienstag und Samstag

Einer der schönsten Märkte Kataloniens. Seit dem 9. Jahrhundert findet an dieser Stelle ein Markt statt. Man findet Stände mit Produkten aus der Region, Blumen, Kunsthandwerk und Geflügel.

PYRENÄEN

• **MERCAT DE SOLSONA**

Dienstag und Freitag

Jede Woche findet dieser Markt auf den Plätzen Plaza Major, Plaza del Bisbe und Plaza de la Catedral statt. Freitags ist der Markt größer und zieht sich bis zum Schlosstor und die Straße entlang.

• **MERCAT DE LA SEU D'URGELL**

Dienstag und Samstag

Er findet im Freien an den Straßen des historischen Stadtkerns statt.

• **MERCAT DE SORT**

Dienstag

Hier gibt es Stände aller Art, mit Textilien ebenso wie mit Lebensmitteln.

• **MERCAT DE PUIGCERDÀ**

Sonntag

Er ist bekannt für sein bedeutendes Angebot an Produkten aus der Umge-



bung und als Treffpunkt für die Bewohner der Cerdanya.

• **MERCAT DE TREMP**

Montag

Hier gibt es Obst und Gemüse, aber auch Kleidung, Schuhe und Produkte aus Landwirtschaft und Fischerei.

• **MERCAT D'OLOT**

Montag

Mit über 170 Ständen am Paseo Miquel Blay, der Plaza de Jaume Balmes und den umliegenden Straßen ist er das Handelszentrum der ganzen Umgebung.

TERRES DE L'EBRE

• **MERCAT DE TORTOSA**

Montag bis Samstag

Das Gebäude wurde von 1884 bis 1887 am Ufer des Ebro von Joan Torras, dem "katalanischen Eiffel", erbaut.

TERRES DE LLEIDA

• **MERCAT DE BALAGUER**

Samstag

Ein Markt mit über 130 Ständen und 800 Jahren Geschichte.

GASTRONOMIE für jeden GESCHMACK

experience.catalunya.com

BUCHEN



MEHR ALS 250 TOURISTISCHE AKTIVITÄTEN IN GESAMT KATALONIEN

Worauf haben Sie Lust? Aktivitäten in der Natur, Abenteuer und Sport, Weintourismus, Gastronomie, bezaubernde Dörfer, Kulturreisen, Spaß mit Kindern und viel mehr.

Jetzt buchen und Katalonien erleben



KOCHEN LERNEN AUF DER ANDEREN SEITE DER KOCHSCHÜRZE

Eigentlich ist es selbstverständlich: Radfahren lernt man im Sattel, am Herd lernt man die katalanische Küche erst richtig kennen und schätzen. Wer eher schüchtern ist, aber Menschen treffen will, wer in der Küche einen Schritt weiterkommen will, hat hier die Gelegenheit.

Es gibt zahlreiche Kurse und Workshops, um typische Gerichte zu erlernen, kulinarische Vorführungen zu besuchen oder die Geheimnisse der Kombination mit dem richtigen katalanischen Wein zu ergründen. Viele Restaurants und Kochschulen in ganz Katalonien bieten die Möglichkeit, Unterricht in verschiedenen Formen und unterschiedlichen Niveaus zu bekommen, um einen

Einblick in die Zubereitung der hiesigen Gerichte zu erhalten. Außerdem besteht die Möglichkeit, an Führungen auf Märkten und bei Erzeugern oder an kulinarischen Exkursionen teilzunehmen, bei denen zum Beispiel Pilze, Waldfrüchte oder andere Leckereien aus den Landschaften Kataloniens gesammelt werden.

Auf den zahlreichen Märkten Kataloniens erblickt die Gastronomie das Licht der Welt. Eine Führung mit einem Experten ist ein wunderbares Abenteuer: Aus diesen Einrichtungen gelangen die frischesten, lokal erzeugten Zutaten von unbestreitbarer Qualität in die Küche.

LEHRLINGE UND MEISTER

Es gibt Angebote für jeden Geschmack. Von Meisterklassen für Profis bei den Sterneköchen bis zu informellen Treffen, um mit der ganzen Familie Marmelade zu kochen. Es gibt Kochschulen in allen Teilen des Landes, etwa die Aula de Cuina de l'Empordà, die Aula de Cuina de la Fundació Alcía



VIELE DIESER ANGEBOTE RICHTEN SICH AN EIN BREITEN PUBLIKUM



IM ALLGEMEINEN ENDEN KURSE UND WORKSHOPS MIT DER VERKÖSTUNG DER ZUBEREITETEN GERICHTE.

(Paisatges Barcelona), das Domus Sent Soví de Hostalric (Costa Brava) oder l'Espai del Peix in Palamós, ebenfalls an der Costa Brava. In der Stadt Barcelona wächst die Zahl der Orte, wo man mehr und Genaues über die katalanische Küche erfahren kann, von Tag zu Tag.

ANDENKEN AN KATALONIEN

Gibt es ein dauerhafteres Andenken als ein besonderes Erlebnis? Gerichte der katalanischen Küche kochen zu lernen ist eine

großartige Erfahrung, die sich in eine unauslöschliche Erinnerung verwandelt, wenn die unterwegs neu erworbenen Kenntnisse auch zu Hause angewendet werden. Wie wäre es mit einer authentischen *Escudella* an einem kalten Wintertag, um die Aromen der traditionellen Küche wieder aufleben zu lassen? Und als Dessert gibt es nichts Besseres als eine *Crema catalana* mit flambierten Zucker, um mit geschlossenen Augen noch einmal an die Reise zu denken.

SPASS AM KOCHEN

Wenn Sie gerade in Barcelona sind, könnten Sie bei einem der Kochkurse von „bcnKitchen“, bei einem Glas Wein aus der Region und in guter Gesellschaft, die katalanische Gastronomie aus erster Hand entdecken. Sie werden dabei die Geheimnisse der „Paella“ mit Meeresfrüchten erfahren, auf dem Markt die Tricks lernen, wie man die besten Zutaten auswählt, und anschließend die zubereiteten Köstlichkeiten verspeisen. Die Rezepte zum Nachkochen dürfen Sie natürlich auch mitnehmen.

i Weitere Informationen dazu finden Sie unter: www.bcnkitchen.com



LEIBGERICHTE AUS KATALONIEN



ESCUDELLA

Für zwei Personen
Schwierigkeitsgrad mittel / 3 Stunden

ZUTATEN

- 3 Liter Wasser
- 250 g Markknochen vom Kalb
- ein Viertel Huhn
- ein Schinkenbein
- 100 g Kichererbsen
- 2 Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 Rübe
- 1 Lauch
- 2 Möhren
- einige Kohlblätter
- 100 g schwarze Butifarra

- 100 g mageres Hackfleisch vom Schwein
- 1 Ei
- Krumen von einer Scheibe Weißbrot
- 1 Knoblauchzehe
- einige Blätter Petersilie
- ein Esslöffel Mehl
- 100 g Muschelnudeln (Galets)
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- natives Olivenöl extra

ZUBEREITUNG

Die Kichererbsen (die über Nacht eingeweicht wurden) und das Fleisch (außer Hackfleisch und *Buti-*

farra) in einen großen Topf geben. Mit kaltem Wasser auffüllen und zum Kochen bringen. Wenn es kocht, den Schaum an der Oberfläche abnehmen und zwei Stunden bei mittlerer Hitze kochen lassen.

Inzwischen auf einem Teller das Hackfleisch mit gehacktem Knoblauch, gehackter Petersilie, Brotkrumen, Ei, einer Prise Salz und einer Prise Pfeffer mischen. Mit den Händen zu einer homogenen Masse verkneten. Zwei große, feste Kugeln formen und im Mehl wenden. Die Kugeln (nach den zwei Stunden Kochzeit) in den Topf geben, ebenso alles geputzte, geschälte und geschnittene Gemüse sowie die schwarze *Butifarra*. Bei mittlerer Hitze weitere 40 Minuten kochen lassen.

Die Brühe abseihen, Fleisch und Gemüse vorsichtig trennen und zum Servieren auf eine Platte legen. Die Platte im Backofen warmhalten.

In einem kleinen, separaten Topf in der abgeseihten Brühe die Galets nach den Angaben auf der Packung kochen.

Die Suppe mit den Galets als Vorspeise servieren, dann das (mit Olivenöl beträufelte) Gemüse und das Fleisch als zweiten Gang.



FRICANDÓ

Für zwei Personen
Schwierigkeitsgrad mittel / 60 Minuten

ZUTATEN

- 400 g Kalbfleisch
- 1 große Zwiebel
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- 1 Bund feine Kräuter
- 1 mittelgroße Möhre
- 250 g gemischte Pilze
- 3 Esslöffel Mehl
- natives Olivenöl extra
- Salz und Pfeffer
- 200 ml Rotwein
- 500 ml Hühnerbrühe
- 6 geröstete Haselnüsse
- 6 geröstete Mandeln
- 1 Knoblauchzehe

ZUBEREITUNG

Das Fleisch in mittelgroße, dünne Filets schneiden. Die Zwiebel schälen und hacken. Die Möhre schälen und in dünne Scheiben schneiden. Das Mehl auf einen Teller geben und die mit Salz und Pfeffer gewürzten Filets darin wenden. Einen Strahl Olivenöl in einen Schmortopf geben und bei mittlerer Hitze aufsetzen. Die Filets darin von beiden Seiten anbraten. Wenn sie fertig sind, aus dem Topf nehmen und beiseite stellen. Im selben Öl die Zwiebel, die Möhrenscheiben und das Tomatenmark anbraten. Die Kräuter hineingeben und

bei sehr schwacher Hitze anbraten. Währenddessen die Haselnüsse, die Mandeln und den Knoblauch im Mörser zerstoßen. Den Wein angießen, gut umrühren und in den Schmortopf geben. Alles gut mischen und weiter bei sehr schwacher Hitze köcheln. Die Filets hineingeben und die Brühe angießen. Inzwischen die geputzten Pilze in einer Pfanne mit einem Schluck Olivenöl sautieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit in den Schmortopf geben. Das Ganze weitere 10 Minuten garen und servieren. Im Tontopf wird dieses Gericht noch saftiger.

CREMA CATALANA

Für zwei Personen
Schwierigkeitsgrad leicht / 30 Minuten

ZUTATEN

- 500 ml Milch
- 1 Stange Zimt
- 4 Eigelb
- 100 g Zucker
- 40 g Maisstärke
- Schale von 1 Zitrone

ZUBEREITUNG

400 ml Milch in einen Topf geben, dazu den Zimt und die Zitronenschale. Zum Kochen bringen, die Kochstelle abschalten und fünf Minuten



„PA AMB TOMÀQUET“

Das „Pa amb Tomàquet“ (Tomatenbrot) ist ein Synonym der katalanischen Gastronomie. Diese ländliche Speise ist das traditionelle katalanische Gericht *par excellence*. Dabei ist es einfach zuzubereiten, günstig und ernährungstechnisch sehr wertvoll. Wie wird es zubereitet? Für seine Zubereitung werden Bauernbrot, reife Tomaten, natives Olivenöl und Salz benötigt. Eine Tomate wird in zwei Hälften geschnitten und auf dem Brot verrieben. Danach kommt ein wenig Salz und reichlich natives Olivenöl hinzu. Wie und wann wird es gegessen? Zum Frühstück, als Zwischenmahlzeit oder Abendessen. Dazu werden Würste, Käse, „Tortilla“, Sardellen oder auch gegrilltes Fleisch oder gegrillten Fisch serviert.

ziehen lassen. In einer Schüssel die restliche Milch, das Eigelb, den Zucker und die Stärke mischen. Zu einer glatten, homogenen Masse verrühren. Die Milch im Topf nochmals zum Kochen bringen und unter vorsichtigem Rühren den Inhalt der Schüssel angießen. Die Hitze reduzieren und die Mischung rühren, bis sie andickt. Noch heiß in einzelne Tontöpfchen füllen. Direkt vor dem Servieren mit Zucker bestreuen und mit einem glühend heißen Eisen schmelzen.

OLIVENÖLTOURISMUS

DREITAUSEND

JAHRE OLIVENÖL

Das golden schimmernde Öl wird für die breite Öffentlichkeit immer leichter verfügbar, dank einer Reihe von Aktivitäten, die seine Verbreitung fördern, etwa die Olivenöl-Routen oder Degustationen mit verschiedenen Sorten.

In Katalonien wird viel hochwertiges Olivenöl produziert. In letzter Zeit haben die katalanischen Erzeuger den hohen kulturellen Wert ihrer Arbeit erkannt; sie öffnen ihre Einrichtungen dem breiten Publikum und erklären den Vorgang der Ölgewinnung.

Natives Olivenöl extra ist die beste mögliche Qualität. Dafür werden die Oliven im Winter frisch vom Baum geerntet und das Öl sofort mit einer mechanischen Methode

kalt gepresst. Nur das Öl der ersten Pressung wird verwendet, chemische Veränderungen und synthetische Zusätze jeglicher Art sind verboten.

Es gibt fünf geschützte Ursprungsbezeichnung für Olivenöl in Katalonien: Les Garrigues, Siurana, Öl aus Terra Alta, Öl aus dem Baix Ebre-Montsià und Öl aus dem Empordà; ihre Produkte unterscheiden sich deutlich in Aroma und Körper. Diese Vielfalt ist auf das Klima, den Boden und die verwendeten Olivensorten zurückzuführen. Außer diesen g.U. gibt es weitere traditionelle Olivenölregionen wie Noguera, Bages oder Baix Llobregat, die hervorragende Öle liefern.

Um die wachsende Nachfrage zu bedienen, bieten rund einhundert Erzeuger Degustationen direkt im Olivenhain oder in der eigenen Ölmühle an, quasi in den großen Tempeln der traditionellen Ölgewinnung.

GESUNDHEITSELIXIER IN DER KÜCHE

Olivenöl ist eine Grundzutat der katalanischen Küche. Der klassische *setrill*

DIE KULTUR
DES OLIVENÖLS
WAR IN KATALONIEN
IMMER PRÄSENT;
ES IST EIN
FUNDAMENT DER
MITTELMEER-DIÄT



ES LOHNT SICH, DIE
TAUSENDJÄHRIGEN
OLIVENBÄUME
ZU BESUCHEN:
SIE SIND ZEUGEN
DER GESCHICHTE.

(das Glasgefäß, in dem Olivenöl aufbewahrt und serviert wird, mit schlankem Hals und Ausgusstülle) gehört zu den am häufigsten gezeigten grafischen Symbolen der katalanischen Gastronomie.

Andererseits wird der uralte Zusammenhang zwischen Olivenöl, Gesundheit und Schönheit in den Wellnessbereichen der katalanischen Hotels und Resorts, vor allem in Barcelona, herausgestellt und gepflegt.

EIN NATURDENKMAL

In Uldecona im Landkreis Montsià wachsen die meisten tausendjährigen Olivenbäume der Welt. Sie stehen im Mittelpunkt von Ereignissen wie Theateraufführungen, die den Wert dieser Zeugen der Geschichte bekanntmachen und zu ihrer Erhaltung beitragen.

Die Qualitätsmarke Aceite de Olivos Milenarios macht dieses Erbe mit seinen edlen Produkten durch das hochwertige Öl bekannt.

OLIVE OIL EXPERIENCE

Bei der Herstellung seines Olivenöls vereint Oli de Ventalló Tradition mit Moderne. In der Region Alt Empordà, inmitten einer wunderschönen Landschaft, können Sie bei der Olive Oil Experience mehr über die Herstellung des flüssigen Goldes erfahren. Während des Spaziergangs zum Olivenhain entdecken Sie, wie Oliven angebaut werden. Zurück in der Ölmühle illustriert ein Film die Ernte, und im Anschluss kann der Rest der Manufaktur besichtigt werden, wo weitere Einzelheiten veranschaulicht werden. Sie haben Gelegenheit, zwei der nativen Olivenöle Extra zu probieren, und können zum Abschluss zwischen einem Degustationsmenü mit regionalen Produkten und einem Abendessen im Restaurant La Basse wählen.

➤ Weitere Informationen unter: www.oliventallo.com



FISCHTOURISMUS KÖSTLICHKEITEN AUS DEM MEER

Die Fischer betrachten sich als Bauern des Meeres und wollen ihre Kultur, die sich über Generationen entwickelt hat, den Besuchern näherbringen, die auf ihren Booten mit hinausfahren.

Das Meer ist faszinierend. Für die Freunde der guten Küche ist es außerdem eine unerschöpfliche Quelle leckerer Mahlzeiten. Die Wunder eines Fischzugs unmittelbar mit Menschen zu erleben, die diese Arbeit kennen wie sonst niemand, ist ein Vorschlag, den man nicht ablehnen kann. Haben Sie schon einmal davon geträumt, frische Garnelen zu probieren? Hier ist es möglich. Sie müssen sich

nur für einen Termin entscheiden, die richtige Kleidung anziehen und rechtzeitig am Hafen sein, um an Bord zu gehen.

WAS IST FISCHTOURISMUS?

Der Fischtourismus ermöglicht es, einen Tag mit professionellen Fischern zu erleben. Sie lernen Arbeit auf dem Boot mit der Mannschaft kennen und beobachten den gesamten Fischfangprozess: das Ausfahren, Netze auswerfen und einholen, bis hin zum Entladen des Fangs. Die Besucher haben auch Zugang zum Fischerkai, der normalerweise nicht allen offensteht, und können aus erster Hand das Seemannsgarn der erfahrenen alten Fischer hören.

AKTIVITÄTEN VON NORD NACH SÜD

Die Fischerei bestimmt die katalanische Identität, denn 600 km Küste können nicht ohne Einfluss auf Tradition und Kultur bleiben; die Fischerei ist Teil der Geschichte und der Zukunft des Landes.



DIE FISCHER SAMMELN ERFAHRUNG UND WISSEN ÜBER IHR ELEMENT UND DIE TECHNIKEN, DIE ZUR ENTWICKLUNG IHRER BERUFLICHEN TÄTIGKEIT GEHÖREN



KATALONIEN IST EIN LAND DER FISCHEREI IM KLEINEN MASSSTAB. AN DEN KÜSTEN KOMMT MAN LEICHT MIT DEN FISCHERN IN KONTAKT

Im Hafen von Cambrils (Costa Daurada) werden bis zu 4 verschiedene Fischtourismus-Aktivitäten angeboten. Dazu gehören die Ausfahrt mit einem Fischerboot, das Beobachten aller Einzelheiten von einem zweiten Boot aus oder die handwerkliche Fischerei und eine Mahlzeit vor Ort zu genießen.

Der Hafen von Palamós (Costa Brava) bietet abwechslungsreiche Erlebnisse, ein Feuerwerk an Farben, Strukturen und Aromen aus dem Meer, mit drei Aktivitäten: Garnelenfischerei, Fischfang und Küstenfischerei.

In L'Escala, wie Palamós an der Costa Brava gelegen, gibt es das Angebot, in einem kleinen Boot mit hinauszufah-

ren und die tägliche Arbeit des Fischers direkt mitzuerleben. Auch in Terres del'Ebre kann man mit einem professionellen Fischer zusammen fischen und das Ergebnis dieser Anstrengung genießen.

All diese Erlebnisse sind ebenso interessant wie exklusiv: Eine Reservierung ist notwendig, die Gruppengröße sehr begrenzt. Wichtig ist außerdem, sich über das Mindestalter der Teilnehmer und die Dauer der Unternehmung zu informieren. In manchen Häfen werden die Ausfahrten nur zu bestimmten Jahreszeiten angeboten, immer sind sie vom Wetter abhängig, um allen Beteiligten Sicherheit und Komfort zu garantieren.

TÄGLICH HUMMER

Bis weit in das 21. Jh. aßen die Fischer an der katalanischen Küste sehr oft Hummer. Überraschenderweise fanden sie dafür keine Abnehmer und konnten aus dem Grund die Tiere nicht verkaufen. Zubereitet wurde damit „Suquet“ – ein traditionelles katalanisches Seegericht. Als Beilage servierte man dazu Kartoffeln und Sauce. Heute ist jedoch der Hummer eines der teuersten und ein hochgeschätztes Meeresprodukt und Hauptzutat von unzähligen Spezialitäten, die die anspruchsvollsten Feinschmecker in Verzückung bringen, sodass kein Restaurant an der Küste darauf verzichten kann. Nach Angaben seiner Kenner schmeckt er am besten, wenn er einfach über einem Holzfeuer gegrillt wird.





WEINTOURISMUS DIE GEHEIMNISSE DES WEINS

Ein hervorragendes Medium, um die Eigenheiten verschiedener Landschaften kennenzulernen, sind die Weine, die sie hervorbringen. Der Weinbau in Katalonien zeichnet ein großes, vielfältiges Mosaik der Umwelt.

“Wer Wein zu kosten versteht, trinkt niemals Wein, sondern entdeckt Geheimnisse“, sagte das Genie Salvador Dalí. Die Griechen führten den Anbau von Weinstöcken im Empordà ein, später erweiterten die Römer das Anbaugebiet nach Süden.

DIE 12 DO IN KATALONIEN

Eine Reise entlang der "geschützten Ursprungsbezeichnungen" (DO) in Katalonien

ist eine der besten Erkundungstouren, um aus erster Hand die typischen Eigenheiten des Landes kennenzulernen. 11 Ursprungsbezeichnungen für Wein und eine für Cava ermöglichen es, eine äußerst vielfältige Weinbaulandschaft zu entdecken. Außerdem können Sie über 300 Kellereien besuchen, unter Weinstöcken spazieren gehen, ein reiches architektonisches und kulturelles Erbe genießen oder Wein und Gastronomie elegant kombinieren.



WEINREBEN, IN DER EBENE ODER AUF TERRASSEN, BESTIMMEN DIE LANDSCHAFT KATALONIENS



Die Route beginnt etwas außerhalb von Barcelona, direkt am Meer mit den Weinbergen der **DO Alella**, wo vor allem die Rebsorte Pansa Blanca (xarel·lo) angebaut wird. Im Süden liegt eins der produktivsten und beliebtesten Anbaugebiete Kataloniens, die **DO Penedès**. Die endlosen Xarel·lo-, Parellada- und Macabeo-Flächen laden ein zum Entdecken von Weinen und Cavas großer und kleiner Bodegas sowie von Traditionen wie den *castells* (Menschenpyramiden). Als nächstes erreichen wir die **DO Tarragona**, wo schon zu Zeiten der Römer Wein angebaut wurde. Sie zeichnet sich durch ein mildes Klima und Meeresnähe aus und grenzt an drei weitere wichtige Weinbaugebiete. Auf der einen

Seite liegt die **DO Conca de Barberà**, ein Gebiet mit Charakter, das mit einer interessanten Kombination von Kulturerbe und Wein aufwarten kann. Ein Besuch im Kloster Poblet (Welterbe der UNESCO), den Jugendstil-Weinkellern, die man auch "Kathedralen des Weins" nennt, und die mittelalterliche Stadt Montblanc ist einer der schönsten Tagesausflüge, die Sie sich vornehmen können. Direkt nebenan liegt die **DOQ Priorat**, die einzige DOCa Kataloniens, in einer Bergregion, wo die Reben in Terrassen auf *llicorella*, einem Schieferboden, wachsen, der ausdrucksvolle Weine von Weltformat ergibt. Diese Region wird umschlossen von



FÜHRUNG MIT KULINARISCHER ÜBERRASCHUNG

Für alle Gastronomie-Liebhaber, die mehr über das mittelalterliche Erbe von Montblanc erfahren möchten, organisiert das örtliche Tourismusbüro Führungen, die kulinarischen Genuss und Geschichte miteinander verbinden. Die Route macht zweimal Halt, damit die Teilnehmer verschiedene typische Spezialitäten aus der Region probieren können. Dazu gibt es eine Weinprobe mit köstlichen Tropfen aus dem Anbaugebiet Conca de Barberà. Die Tour beinhaltet u. a. den Besuch zweier Türme der Stadtmauer (Aufstieg möglich), des Wehrgangs der Burg, der Kirchen Sant Miquel und Santa Maria la Major sowie der Plaça Major, die früher als Marktplatz diente und ein wichtiger Knotenpunkt des Lebens in Montblanc ist.

.....
i Weitere Informationen unter:
www.montblancmedieval.cat



MAN KANN HIER NICHT NUR WEIN PROBIEREN, SONDERN AUCH DURCH DIE WEINBERGE RADELN ODER DIE KATHEDRALEN DES WEINS BESUCHEN



der **DO Montsant**, eine Welt, in der Familienbetriebe nebeneinander bestehen und sich entwickeln, deren Horizont von der extremen Landschaft der Montsant-Berge geprägt wird. Das Dorf Siurana ist eins ihrer Aushängeschilder. Weiter in Richtung Westen stößt man auf die Weine, die in Lleida gekeltert werden, genauer gesagt in der **DO Costers del Segre**, wo die Reben vom Wind aus den Pyrenäen geschüttelt werden und der Öltourismus eine weitere Attraktion darstellt. Hier können Sie die aromatische Kraft der Rotweine und die herbe Frische der Weißweine kennenlernen. Im Süden entlang des Ebro liegt die **DO Terra Alta** mit tausendjähriger, aber weitgehend unbekannter Weinbautradition und -geschichte. Die Jugendstil-Genossenschaften und über 20 km Vías Verdes sind weitere attraktive Punkte. Nun führt der Rundweg wieder ins Landesin-

nere von Katalonien und ganz konkret zur **DO Pla de Bages** mit ihren wertvollen Steinkellern und Weinbergen am Fuß des Montserrat. Zwischen dem Gebirgsstock L'Albera und dem Meer erwartet Sie das Empordà, eine wunderschöne Region mit der spektakulären Küste der Costa Brava und einem reichen Naturerbe. Die **DO Empordà** ist das Land von Salvador Dalí und bringt Weine mit Charakter hervor, Kinder der roten Rebsorte Garnacha und des Tramontana-Windes.

Nicht zu vergessen sind die Ursprungsbezeichnungen, die einen großen Teil des Landes umfassen: die **DO Catalunya** mit rund 50.000 Hektar Rebfläche und die **DO Cava** für den Schaumwein, der speziell aus den Rebsorten Macabeo, Xarel·lo und Parellada in Flaschengärung hergestellt wird; das Zentrum bildet Sant Sadurní d'Anoia, die Hauptstadt des Cava.

UNVERZICHTBARE WEINTOURISTISCHE ERLEBNISSE



1 DIE WEINKATHEDRALEN

Die Weinkultur in Katalonien kennenzulernen heißt, die großen Bauwerke zu entdecken, die man "Weinkathedralen" nennt. Sie wurden zu Beginn des 20. Jahrhunderts auf dem Höhepunkt der Jugendstil-Architektur gebaut und wegen ihrer Größe und imposanten Struktur als "Kathedralen" bezeichnet. Namhafte Architekten wie Cèsar Martinell oder Puig i Cadafalch lieferten die Entwürfe dazu.

2 ÜBER DER ERDE

In Katalonien gibt es über 300 Weinkellereien, die man besuchen

kann. Einige befinden sich in modernen Gebäuden, die eher an Raumschiffe erinnern. Andere sind idyllische Höfe wie aus dem Märchen. Manche sind weltberühmte Unternehmen, andere kleine Familienbetriebe. Aber alle, ohne Ausnahme, heißen Besucher herzlich willkommen und bieten hervorragende Weine an.

3 DEN WEIN ZUM ABENTEUER MACHEN

Zu Fuß, mit dem Fahrrad, dem Segway, dem Mountainbike, im Jeep, zu Pferd und sogar mit dem Hubschrauber, Kajak oder Segelboot - es gibt immer mehr Aktivitäten, die den Adrenalinspiegel in die Höhe treiben und den Körper in Bewegung halten.

4 DIE BESTGEHÜTETEN GEHEIMNISSE

Um die Geheimnisse des Weins, seine Herstellung und Geschichte kennen zu lernen, ist die beste Möglichkeit, eins der Museen oder Informationszentren zu besuchen, die es in den verschiedenen Anbaugebieten gibt. Interessant sind zum Beispiel El Celler Cooperatiu i Museu del Vi in L'Esplugu de Francolí oder das Centre d'Interpretació del Cava in Sant Sadurní d'Anoia.



VERKOSTEN UND FREUNDSCHAFTEN SCHLIESSEN

Dieser Abend wird unvergesslich: ein Degustationsmenü im historischen Zentrum von Barcelona und eine Verkostung katalanischer Weine (g. U.) und Sekte (Cava) in der Gruppe. Der Sommelier des Hotels Barcelona Catedral enthüllt die Geheimnisse der katalanischen Weine in einem Spiel, in dem die Teilnehmer gemeinsam die Unterschiede zwischen Cava und anderen Weinen entdecken. Dabei werden der Dialog und das Gruppengefühl zwischen den Mitspielern gefördert, während sie in die Welt der Weine und der Gastronomie eintauchen. Außerdem werden Koch-Workshops für jeden Geschmack angeboten.

i Mehr Informationen zu dieser und anderen Aktivitäten finden Sie auf: www.barcelonacatedral.com

5 DIE WEINBERGE ERLEBEN

Bei einem Besuch im Spätsommer oder im Herbst, zur Lesezeit, konzentrieren sich die Aktivitäten auf die Ernte der Trauben und das Keltern. Unvergesslich sind Erlebnisse wie eine Probe von frischem Most, eine Übernachtung unter Sternen, ein Picknick zwischen den Rebstöcken oder bei Spaziergängen im Weinberg den Duft und das Aroma der Trauben zu entdecken.

ANDERE GETRÄNKE AUS HANDWERKLICHER ERZEUGUNG

Katalonien ist ein Land der Traditionen. Im Lauf der Jahre sind viele typische, handwerklich hergestellte Getränke entstanden, die zu bestimmten Speisen oder Tageszeiten gehören.



DIE TRADITION DES VERMOUTH WURDE KRÄFTIG WIEDERBELEBT. AN DEN WOCHENENDEN FÜLLEN SICH DIE LOKALE FÜR DIESES ERLEBNIS.

Früher wurde er von den Dorfbewohnern in der örtlichen Bar getrunken, heute gibt es kaum ein Trendlokal, das ohne Vermouth auskommt. Dieser Wein mit eingelegten Kräutern wird zu Appetithäppchen serviert und erlebt gerade eine echte Renaissance. Reus gehörte zu den ersten Städten, wo Ende des 19. Jahrhunderts die Produktion startete; in den folgenden Jahrzehnten entstanden in der Region über 30 Unternehmen, die Vermouth herstellten; heute wird diese Tradition im Museu del Vermut in Reus dargestellt.

BIER - LEBENDIGER DENN JE

In Katalonien *boomt* das handwerklich gebraute Bier. Seit 2010 vermehren sich die Mikrobrauereien, die mit den Aromen spielen, um originelle und einzigartige Biere zu brauen. Diese Firmen sind der lokalen Tradition ebenso verbunden wie der zeitgenössischen Kreativität und markieren einen



HANDWERKLICH GEBRAUTES BIER SETZT SICH DURCH. IM GANZEN LAND GIBT ES ZAHLREICHE BRAUEREIEN UND SPEZIALISIERTE LOKALE.

neuen Trend in der Bierbranche, die in Katalonien schon seit Anfang des 19. Jahrhunderts von Bedeutung ist. Bei vielen Veranstaltungen im ganzen Land gehört das Probieren zahlreicher handwerklich gebrauter Biere selbstverständlich dazu. Die wichtigste Biermesse ist das Barcelona Beer Festival, das größte Treffen von Bierliebhabern im südlichen Europa.

RATAFÍA UND ANDERE ALKOHOLISCHE GETRÄNKE

Verbunden mit dem Land und vielen Sagen und Legenden ist die über tausend Jahre alte Ratafia, die heute als hochgeistiger National-Digestif Kataloniens gilt. Sie wird in zahlreichen Kochrezepten verwendet, und umgekehrt wird gern behauptet, dass es unzählige Rezepte für die Ratafia gibt - schließlich braute jede Familie ihre eigene Version.

Zunächst werden weiche Nüsse mit über 40 verschiedenen Kräutern gemischt. Das Ergebnis muss mindestens zwei Monate in Branntwein ziehen. Danach wird die Flüssigkeit dekantiert, mit Zucker und Wasser

vermischt und im Anschluss weitere drei Monate in Holzfässern gelagert. Das Endergebnis ist ein karamellfarbenes Getränk mit einem Alkoholgehalt von fast 30 Prozent und einem süßen, leicht bitteren Geschmack.

Ratafia wird als Aperitif oder Digestif getrunken, ebenso wie andere traditionsreiche Getränke in Katalonien.

Eigentlich hat jede Region Kataloniens ihre eigene Spezialität, die eng mit der Landschaft und ihren Traditionen verbunden ist.

Ein weiteres aktuelles Beispiel ist der Reislikör, der im Delta de l'Ebre hergestellt wird. Ebenso wenig darf der *vi ranci* fehlen, ein großzügiger Wein, der nach der alten Methode *sol i serena* hergestellt wird: Man lässt den Wein im Freien reifen.



BARCELONA BEER FESTIVAL

Die sechste Ausgabe dieser Messe (am letzten Wochenende in März 2017) wird zum ersten Mal in der Anlage „Farga“ in L'Hospitalet de Llobregat stattfinden. Es werden über 350 Fassbiere, die nacheinander verkostet werden können, angeboten, sodass der Großteil der handwerklich hergestellten Biere und eine große internationale Auswahl präsent sein werden. Besondere Erwähnung verdienen dabei die Partnerfestivals aus Quebec, Vermont (USA), Lovaina (Belgien) und Ólbia (Sardinien).

•••••
i Weitere Informationen unter: www.barcelonabeerfestival.com



HOTELS, NACH DENEN SIE SICH DIE FINGER LECKEN

Wenn der Zeiger bei "Zeit zum Abschalten" am Maximum stehen bleibt, ist es höchste Zeit, sich in eins der über 45 gastronomischen Hotel in Katalonien zurückzuziehen.

Diese Unterkünfte bieten authentische, traditionelle und gleichzeitig kreative Gastronomie mit Produkten aus der Nähe, mit landestypischen Eigenschaften und hoher Qualität. Die meisten Zutaten in der Küche sind mit Siegeln wie "geschützte Ursprungsbezeichnung" oder "geschützte geographische Angabe" ausgezeichnet. Erholung und beste Küche sind in jedem der gastronomischen Hotels garantiert.

Beides lässt sich wunderbar mit Wein- und Gastronomieaktivitäten kombinieren, an denen sich Foodies in Katalonien erfreuen können. Das familiäre Management und der persönliche Umgang sind zwei Aspekte dieses Gütesiegels, das in ganz Katalonien zu finden ist, von 5-Sterne-Hotels bis zu Hostales oder Pensionen mit Charme. Diese Häuser verfügen über maximal 60 Zimmer, um die persönliche Aufmerksamkeit der Gastgeber zu garantieren.

IM GANZEN LAND



BARCELONA

- H** HOTEL ADAGIO

RUND UM BARCELONA

- H** MAS ALBEREDA
- H** CA LA MANYANA
- H** HOSTAL ESTRELLA
- H** HOTEL RESTAURANT CAN CUCH

KÜSTE VON BARCELONA

- H** HOTEL MAS TINELL
- H** FONDA EUROPA
- H** HOSTAL DE LA PLAÇA

COSTA BRAVA

- H** SANT PERE DEL BOSCH HOTEL & SPA
- H** EL FAR HOTEL RESTAURANT

- H** BOUTIQUE HOTEL CASA GRANADOS
- H** HOTEL LA PLAÇA DE MADREMANYA
- H** CA L'ARPA
- H** ES PORTAL HOTEL
- H** HOTEL LLEVANT
- H** HOTEL CASAMAR
- H** HOTEL EMPORDÀ
- H** MAS SES VINYES
- H** HOSTAL SA TUNA
- H** HOTEL EL MOLÍ
- H** HOTEL RURAL NIU DE SOL
- H** LA QUADRA RESTAURANT HOTEL
- H** HOTEL ELS CAÇADORS DE MAÇANET
- H** HOTEL RESTAURANT EMPÒRIUM
- H** MASIA LA PALMA

COSTA DAURADA

- H** HOTEL ANTIGA
- H** MASIA DEL CADET
- H** HOTEL MAS LA BOELLA
- H** HOTEL GRAN CLAUSTRE

TERRES DE L'EBRE

- H** ANTIGA ESTACIÓ DE BENIFALLET
- H** HOTEL AMPOLLA SOL
- H** HOSTAL GASTRONÒMIC LA CREU
- H** HOTEL RESTAURANT DIEGO
- H** HOTEL L'ALGADIR DEL DELTA

PYRENÄEN

- H** HOTEL COTORI
- H** HOTEL LA MORERA
- H** HOTEL VALL FERRERA
- H** HOTEL RESTAURANT ANDRIA
- H** HOTEL DEL PRADO
- H** HOTEL PARK PUIGCERDÀ
- H** HOTEL EL MONEGAL
- H** HOTEL RESTAURANT ELS CAÇADORS
- H** HOTEL PRATS
- H** FONDA XESC
- H** HOTEL CA L'AMAGAT
- H** CAN BOIX DE PERAMOLA
- H** HOTEL MUNTANYA & SPA
- H** HOTEL TERRADETS



KLEINE GASTRONOMISCHE FLUCHTEN



H CAN BOIX DE PERAMOLA www.canboix.cat

Die Serra d'Aubenç und Roc de Cògul bilden eine natürliche Wand, die das Can Boix von der Außenwelt trennt. Seine Küche hat ihm internationalen Ruhm eingetragen. Die Karte wird mit einer Wein- und Sektauswahl mit über 400 Sorten abgerundet.

Damit die Flucht gelingt ...

Alt Urgell ist das Land des Käses Zwei interessante Orte, um dieses Produkt der Region kennenzulernen, sind die Käsereien Mas d'Erolles, wo 12 verschiedene Käsesorten hergestellt werden, und La Reula, wo der Hersteller selbst die Gäste führt.

H HOTEL MUNTANYA & SPA www.prullans.net

Warnhinweis: Die Terrasse mit Blick auf die Pyrenäen macht hochgradig süchtig. Die Gastronomie ebenso. Außerdem verwandelt sich das Restaurant jeden Freitag in eine mittelalterliche Taverne, wo die Küche der Katharer serviert wird.

Damit die Flucht gelingt ...

Auf dem Bauernhof Cal Calsot werden die Tiere immer noch in Herden auf die Weide geführt, wie die Tradition und das Wissen einer uralten Pyrenäen-Familie es verlangen.

H EL FAR HOTEL RESTAURANT www.hotelelfar.com

Schon allein wegen der Aussicht lohnt sich ein Aufenthalt hier; wenn man die Küche hinzunimmt, führt am Hotel El Far kein Weg vorbei. Die Gastronomie auf der Basis von Reis, Fisch und Meeresfrüchten direkt vom Fischmarkt in Palamós lässt keine andere Wahl.

Damit die Flucht gelingt ...

Hier werden Käse und die Weine der Kellerei Mas Oller probiert. In diesem Kombinationsworkshop werden über 10 Käsesorten, ein Risotto und mehrere Desserts probiert, dazu die passenden Weine aus der histori-

schen Kellerei im Empordà. Alle Produkte stammen aus der Provinz Girona. Außerdem wird ein kurzer Besuch im Weinkeller angeboten.

H HOTEL MAS LA BOELLA www.laboella.com

Dieses Hotel in einem Gehöft aus dem 12. Jahrhundert verwandelt sich dank seiner Küche in ein gastronomisches Muss. Dazu gehört eine erstklassige Ölmühle, in der vier verschiedene Ölsorten abgefüllt werden.

Damit die Flucht gelingt ...

Bei einer Führung durch die Mühle und die Finca kann die Herstellung des Öls von Mas la Boella beobachtet werden. Auf 250 ha werden hier drei verschiedene Olivensorten angebaut: Arbequina, Arbosana und Koroneiki.



H HOTEL RESTAURANT DIEGO www.hotelresaturantdiego.com

Diego Arasa leitet dieses gastronomische Hotel, dessen größter Schatz seine Küche ist, mit Begeisterung und Hingabe. Besondere Aufmerksamkeit verdient das Fleisch auf der Karte, das größtenteils von Diegos eigenem Hof stammt.

Damit die Flucht gelingt ...

Eintauchen in die Terres de l'Ebre: Fahrradexkursion über die Via Verde der Terra Alta. Die Route überquert die Bergketten von Pàndols und Cavalls und folgt dem Flusslauf der Canaleta.

H HOTEL RESTAURANT CAN CUCH www.hotelcanch.com

In diesem schon vor dem 10. Jahrhundert erbauten katalanischen Gehöft wird eine feine Avantgarde-Küche gepflegt, beruhend auf Qualität und erstklassigen Zutaten.

Damit die Flucht gelingt ...

Die Mode der handwerklich gebrauten Biere hat sich langfristig etabliert. In Can Cuch weiß man

das und organisiert Bierproben von Kleinbrauereien in Kombination mit Käse. Diese Aktivität findet im Felsenkeller des Hotels statt.

H HOTEL L'ALGADIR DEL DELTA www.hotelalgadirdelta.com

Die Karte des Hauses bietet 12 Gerichte aus herausragenden Produkten der Region Terres de l'Ebre an: Reis Bomba a la marinera, Carnaroli-Reis mit Kaisergranat, Reis mit Rippchen und Baby-Kalamares ...

Damit die Flucht gelingt ...

Im Hotel wird ein Workshop über den Reis angeboten: ein Besuch auf dem Feld, Besuch einer Mühle, aber auch in der Küche, wo, mit dem Glas in der Hand, verschiedene Reisgerichte zubereitet werden.

H HOTEL GRAN CLAUSTRE www.granclaustre.com

Das mediterrane Angebot mit Produkten frisch vom Markt aus der Hand von Chefkoch Jaume Drudis ist eine Freude für den Gaumen wie fürs Auge. Das ehemalige Nonnen-

kloster aus dem 18. Jahrhundert beherbergt eins der charakterstärksten Hotels an der Costa Dorada.

Damit die Flucht gelingt ...

Es lohnt sich, das Augustus Forum zu besuchen, einen kleinen, gemütlichen Weinkeller am Mittelmeer. Außer Wein wird hier auch Essig hergestellt. Beide Produkte können bei einem Besuch gekostet werden.

H HOTEL TERRADETS www.hotelterradets.com

Eine der schönsten Ecken, um kulinarisch zu entspannen in Pallars Jussà. Es liegt am Stausee von Terradets, und das Restaurant bietet moderne Marktküche mit gastronomischen Wurzeln in der Region.

Damit die Flucht gelingt ...

Ihre Einzigartigkeit ist das entscheidende Merkmal der Bodega Castell d'Encús auf 1000 m Höhe. Nach einer Wanderung durch die Wälder erreicht man einige der 8 aus Stein gehauenen Fermentationsbehälter aus dem 12. Jahrhundert, die von der Kellerei noch immer genutzt werden.



MUSEEN, DIE SCHAUFENSTER UNSERER KULTUR

Auch die Gegenwart hat ihren Platz in diesen Forschungs- und Informationszentren der Gastronomie. Hier findet sich der Schlüssel, um die Produkte und ihre Verarbeitung sowie die Geschichte der katalanischen Küche kennenzulernen.

Die Geschichte, die Traditionen und die Kultur der Gastronomie Kataloniens sind in verschiedenen Museen anzutreffen, die über einen Großteil des Landes verstreut liegen. Hier kann man die Tradition der katalanischen Seefahrt und Fischerei entdecken, die Herstellung der traditionellen Anchovis aus L'Escala, ebenso wie die Geschichte von Wein und Cava aus Katalonien. Auch eine Zeitreise ist möglich, etwa in einem Geschäft

mit über 100-jähriger Geschichte, bei der traditionellen Herstellung von Olivenöl oder mit Produkten und Zubereitungsarten, die sich seit Jahrhunderten kaum verändert haben.

EIN UNIVERSUM ZUM ENTDECKEN

Hier stellen wir eine Auswahl der gastronomischen Museen in ganz Katalonien vor. Diese Einrichtungen zeigen die kuriosesten, geheimsten, faszinierendsten Aspekte der katalanischen Gastronomie. Sie lernen Jahrtausende alte Produkte gründlich kennen, etwa Olivenöl, Wein oder Honig, Fisch, Weizen oder Salz, aber auch Zubereitungen wie Schokolade oder Turrón, ebenso nicht Essbares, das trotzdem eng mit der gastronomischen Kultur verbunden ist wie Kork, den wir den Genuss von Schaumwein wie Cava verdanken. Hier entdecken Sie, wie sich die Verarbeitung der einzelnen Zutaten seit frühester Zeit bis auf den heutigen Tag entwickelt hat, erkennen, welchen Einfluss sie auf die Geschichte im Allgemeinen und die Geschichte der katalanischen Küche im Besonderen hatten.

IN GANZ KATALONIEN GIBT ES VERSCHIEDENSTE MUSEEN, DIE SICH MIT DER FISCHEREI UND IHREN PRODUKTEN BESCHÄFTIGEN



AUSGEWÄHLTE MUSEEN



BARCELONA

• MUSEU DE LA XOCOLATA

Barcelona www.museuxocolata.cat

Produkt: Schokolade.

Diese Einrichtung liegt im früheren Kloster Sant Agustí im Stadtviertel Born in Barcelona. Hier wird die Entwicklung vom Ursprung der Schokolade über ihre Ankunft in Europa und ihre Verbreitung als Produkt zwischen Sage und Realität, zwischen medizinischer Wirkung und Nährwert dargestellt.

COSTA BARCELONA

• CIC FASSINA CENTRE D'INTERPRETACIÓ DEL CAVA (Sant Sadurní d'Anoia)

www.turismesantsadurni.com

Produkt: Cava.

In einer alten Brennerei aus dem Jahr 1814 stellt das Zentrum den Ursprung des Schaumweins dar, der in Flaschengärung hergestellt

wird, und ebenso die Geschichte der Weinberge, die eigentlich die Hauptrolle spielen.

• VINSEUM (Vilafranca del Penedès)

www.vinseum.cat

Produkt: Wein.

In einem ehemaligen Palast aus dem 12. Jahrhundert lässt diese Einrichtung die Besucher alle Aspekte der Weinkultur in Katalonien erleben.

COSTA BRAVA

• ECOMUSEU-FARINERA

(Castelló d'Empúries)

www.ecomuseu-farina.org

Produkt: Weizen und Mehl.

Das Museum zeigt, wie die Menschen lebten und noch heute leben, die im Empordà Weizen anbauen und mit Mehl handeln. Das Gebäude zählt zum Architektonischen Erbe Kataloniens und entstand aus einer Wassermühle, die mit Wasser aus dem Fluss Muga betrieben wurde.

• MUSEU DE L'ANXOVA I DE LA SAL (l'Escaló)

www.visitlescala.com

Produkt: Anchovis.

Der kleine, fette Fisch steht im Mittelpunkt des Museums, das die Geschichte seiner Fischerei und Weiterverarbeitung in Salz seit dem



ODISSEA IM ÒPERA SAMFAINA

Wer sich für Kunst und Gastronomie begeistert, sollte sich das Òpera Samfaina nicht entgehen lassen. Erleben Sie dort, im Innern des Gran Teatre del Liceu in Barcelona, den einzigartigen Event Odyssee, bei dem Ihre Sinne in den Mittelpunkt rücken. Die Veranstaltung wird in der Wermutbar eröffnet, wo der Ablauf erläutert wird und erstklassige Produkte zur Verkostung bereitstehen. Dann geht es los mit dem zweiten Akt: Franc Aleu hat ein Spektakel für die Sinne kreiert, bei dem Jordi Roca, Chefkoch des Spitzenrestaurants Celler de Can Roca, als animierte Figur mit im Raum ist. Während des Films genießen Sie das harmonische Zusammenspiel von sechs Leckereien und passenden Weinen, ausgewählt von den Brüdern Roca.

i Weitere Informationen unter:
www.operasamfaina.com



Mittelalter zeigt; er hat L'Escala zu einer einzigartigen Enklave an der Küste Kataloniens gemacht.

• **MUSEU DE LA CUINA DE LA COSTA CATALANA** (Tossa de Mar) www.infotossa.com

Produkt: Katalanische Küche
Das 2016 eröffnete Haus zeigt eine traditionelle katalanische Küche mit in den Felsen gehauener Speisekammer. Hier werden Touren, Workshops und gastronomische Events organisiert.

• **MUSEU DE LA CONFITURA** (Torrent) www.museuconfitura.com

Produkt: Konfitüre.
Die Gründer des Hauses gehen davon aus, dass alles mit einem Zitronenbaum begann, der eine so reiche Ernte brachte, dass man etwas erfinden musste, um die Früchte zu konservieren. Das Museum zeigt neben seiner Dauerausstellung auch Sonderausstellungen und bietet Kurse auf unterschiedlichem Niveau an. Dieser Ort ist ideal für alle Liebhaber von Marmelade.

• **MUSEU DE LA PESCA** (Palamós) www.museudelapesca.org
Produkt: Fisch.

In Palamós endet die Welt der Fischerei nicht am Kai, sondern setzt sich in diesem Museum fort, das Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft der Arbeit auf dem Meer zeigt; hinzu

kommt eine Reihe von Aktivitäten im Zusammenhang mit dem Beruf, die die Costa Brava nachhaltig geprägt hat.

• **MUSEU DEL SURO** (Palafrugell) www.museudelsuro.cat
Produkt: Kork.

Das Museum befindet sich in der ehemals wichtigsten Korkfabrik Spaniens und möchte das Erbe dieses Werkstoffs in Katalonien erhalten und bekanntmachen; Kork war ein wesentlicher Bestandteil der Landschaft, der Wirtschaft und der Lebensweise.

COSTA DAURADA

• **CASTELL DEL VI** (Falset) www.turismepriorat.org
Produkt: Wein.

Dieses Museum liegt in der alten Burg der Grafen von Prades in Falset, die im 12. Jahrhundert errichtet wurde, nach der Rückeroberung der Region durch die Christen. Die Weinburg nimmt drei Stockwerke der alten Festung ein und bietet einen Rundgang durch die Weinkultur des Priorats, der etwas anders aussieht als in den traditionellen Weinmuseen.

• **CENTRE D'INTERPRETACIÓ DELS FRUITS DEL PAISATGE** (Riudecanyes) www.cooperativariudecanyes.com
Produkt: Haselnüsse, Oliven

In der alten Mühle der Genossenschaft Riudecanyes bietet dieses Museum eine neue Perspektive auf das Hinterland der Costa Dorada und die Früchte, die dort angebaut und geerntet werden - Gartengemüse, Nüsse und Oliven.

• **CENTRE D'INTERPRETACIÓ DE L'OLI DE LA VALL DE LLORS** (Vandellós) www.hospitalet-valldellors.cat

Produkt: Olivenöl
In der Ölmühle von Vandellós sind Original-Maschinen zu bewundern und die Müller erzählen von ihrer Arbeit. In dem historische Gebäude mit moderner Museumsausstattung kann man die Welt des Olivenöls mithilfe von audiovisuellen Tafeln, Audi Führern und Klanginstallationen erleben.

• **LA COFRARIA. CENTRE D'INTERPRETACIÓ DEL CALAFELL PESCADOR** (Calafell) www.turisme.calafell.cat

Produkt: Maritimes Leben
Das Gebäude der früheren Fischerbruderschaft wurde zu einem Zentrum der Darstellung der gemeinsamen Vergangenheit dieses vom Meer geprägten Viertels umgebaut, wo man erfahren kann, wie die Menschen dort lebten und sich organisierten.

• **EL MUSEU DEL VERMUT** (Reus) www.museudelvermut.com

Produkt: Vermouth
Der Schatz eines Sammlers, der seit drei Jahrzehnten Gegenstände aus der Welt des Vermouth zusammenträgt: Plakate, Fässer, Flaschen und allerlei Merchandising-Artikel. Es handelt sich um Restaurant-Museum, das sich natürlich auf Vermouth und Appetitköstchen spezialisiert hat.

PAISATGES BARCELONA

• **MÓN SANT BENET-FUNDACIÓ ALÍCIA** (Sant Fruitós de Bages) www.alicia.cat
Produkt: Katalanische Küche

Dieses Forschungszentrum befasst sich mit technischen Innovationen in der Küche, besseren Ernährungsgewohnheiten und der Wertschätzung des landwirtschaftlichen und kulinarischen Erbes. Ein Zentrum mit sozialer Ausrichtung, das Workshops und Führungen durch das Zentrum anbietet.

• **PARC CULTURAL DE LA MUNTANYA DE LA SAL** (Cardona) www.cardonaturisme.cat

Produkt: Salz.
Der Kulturpark befindet sich in einer ehemaligen Kalimine, die einst zu den wichtigsten der Welt gehörte.

PYRENÄEN

• **CENTRE D'INTERPRETACIÓ DE L'ANTIC COMERÇ I BOTIGUES MUSEU DE SALÀS**

(Salàs de Pallars) <http://salas.ddl.net>

Produkt: alltägliche Konsumgüter.
Hier sind Geschäfte und Einrichtungen nachgebaut, wie sie früher in einem kleinen Bergdorf standen, mit Möbeln, Plakaten, Gegenständen und sogar Originalprodukten.

• **MUSEU DE GERRI DE LA SAL** (Gerri de la Sal) <http://baixpallars.ddl.net>

Produkt: Salz
Dank einer Salzwasserquelle in der Gemeinde wurde das Salz zur wichtigsten Einnahmequelle des Dorfes. Ein Besuch des Museums im Salzhäus, dem wichtigsten weltlichen Gebäude der Region, zeigt die Verarbeitung des essbaren Minerals seit dem Mittelalter.

• **MUSEU DE L'ANTIGA FARINERA** (Montferrer) www.montferrercastellbo.cat

Produkt: Weizen und Mehl
Anfang des 20. Jahrhunderts wurde ein alter Bewässerungskanal genutzt, um eine Getreidemühle zu betreiben. Heute kann man die Einrichtung mit den Original-Maschinen besichtigen, um die traditionelle Verarbeitung von Weizen zu hochwertigem Mehl kennenzulernen.

• **MUSEU DE LES TREMENTINAIRES** (Tuixent) www.trementinaires.org

Produkt: traditionelle Heilmittel
Die Trementinaires waren frühe Heilerinnen, die mit Kräutern und Heilmitteln, die sie zu Hause in den Pyrenäen sammelten und zubereiteten, durch ganz Katalonien zogen. Das Museum bietet neben ausführlichen Informationen über diese Gesundheitsexpertinnen auch Kurse, Workshops und einen botanischen Garten an.

• **SERRADORA I MUSEU FARINER** (Àreu) www.serradora-areu.org

Produkt: Mehl.
Das Museum befindet sich in einem alten, zweistöckigen Steingebäude, in dem auf einer Seite eine Sägemühle und auf der anderen eine Getreidemühle untergebracht ist. Ein klassi-



ches Wasserrad aus Holz treibt die gesamte Einrichtung an. Die Mühle, die bis in die 1960er Jahre die Umgebung mit Mehl versorgte, wurde mit Originalbestandteilen restauriert.

TERRES DE L'EBRE

• **CENTRE D'INTERPRETACIÓ APÍCOLA MÚRIA** (El Perelló) www.melmuria.com
Produkt: Honig.

Das Zentrum hat zum Ziel, über die Kultur und Tradition des Honigs und der Bienen zu informieren und bietet einen Rundgang durch mehrere Räume, wo neue Technologie dem Besucher einen interaktiven, didaktischen Einstieg in die Welt der Imkerei ermöglichen.

• **MUSEU DE L'ARRÓS MOLÍ DE RA- FELET** (Deltebre) www.moliderafelet.com

Produkt: Reis.
Hier ist die einzige Holzmühle zu sehen, die im Ebrodelta in Betrieb ist. Das Museum wird von einem Familienunternehmen geleitet, das Reis auf traditionelle, handwerkliche Weise verarbeitet und nur begrenzte Mengen herstellt.

TERRES DE LLEIDA

• **MUSEU DEL TORRÓ I LA XOCOLATA** (Agramunt) www.vicens.com
Produkt: Turrón.

Das ganze Universum des Turróns und die Geschichte der Familie Vicens, die seit einem Jahrhundert diese Leckerei herstellt. Außer einem Nachbau der Werkstatt von 1933 sind diverse alte Maschinen zu sehen.



VERANSTALTUNGEN, MESSEN UND FESTE FÜR FEINSCHMECKER

Man kann Katalonien anhand der diversen Messen und Feste für Feinschmecker bereisen, die in allen Teilen des Landes stattfinden. Eine angenehme Art, die gastronomische Kultur zu entdecken.

Das Land bietet zahlreiche Veranstaltungen und Feste für Feinschmecker, die mit den Produkten der verschiedenen Landschaften und der Jahreszeiten in Verbindung stehen. Diese Veranstaltungen sind die beste Methode, das Land über seine Aromen, durch Gespräche und Treffen mit Freunden und Nachbarn zu erleben.

Eine Messe ist der ideale Anlass, um einen kulinarischen Ausflug zu planen, um lokale Zutaten zu probieren und aus erster Hand, im Gespräch mit den Erzeugern zu erfahren, wie sie ihre köstlichen Produkte herstellen. Ein kulinarisches Fest ermöglicht es, das Land, das Brauchtum und die Kultur der Region durch ihre Küche und ihren Wein kennenzulernen.

AUSGEWÄHLTE VERANSTALTUNGEN

BARCELONA

• BARCELONA BEER FESTIVAL (Barcelona) März

Produkt: Handwerklich gebrautes Bier

Das wichtigste Bierfestival Südeuropas befasst sich mit handwerklich gebrautem Bier aus aller Welt. Eine einzigartige Gelegenheit, um auch die besten handwerklichen Biere Kataloniens zu probieren.

• MOSTRA DE VINS I CAVES DE CATALUNYA

(Barcelona) September

Produkt: Wein und Cava.

Eine Ausstellung der neuen Produkte aus den Weinbaugebieten mit geschützter Ursprungsbezeichnung Kataloniens und außerdem eine interessante Möglichkeit, die Weinkultur kennenzulernen.

• MERCAT DE MERCATS (Barcelona) Oktober

Produkt: frische Lebensmittel.

Hier werden Produkte von den Märkten Barcelonas gezeigt, und die Hauptrolle spielen heimische Zutaten aus Katalonien wie Wein, Fisch, Meeresfrüchte, Wurstwaren und Käse, ebenso Brot und Feingebäck direkt aus dem Ofen.

COSTA BARCELONA

• TEMPS DE VI (Vilanova i la Geltrú) Juni

Produkt: Wein und Cava.

Neben mehr als vierzig Ständen und Live-Musik gibt es ein einzigartiges Angebot: Weinproben auf hoher See.

• VIJAZZ (Vilafranca del Penedès) Juli

Produkt: Wein der DO Penedés und DO Cava.

Am ersten Wochenende im Juli verwandelt sich das historische Stadtzentrum für alle, die Wein und besten Jazz genießen wollen.



GENIESSEN IN BESTER GESELLSCHAFT

Im Laufe des Jahres gibt es einige unverzichtbare Termine. Einerseits deshalb, weil dort unübertreffliche Speisen angeboten werden. Andererseits, weil sie Gelegenheit bieten, mit der Familie und mit Freunden in festlichem, entspanntem Ambiente zu genießen. Die Rede ist von den *calçotades*, *xatonades*, *botifarrades* und *costellades* (Barbecues), bei denen man in der Regel im Freien kocht, isst, trinkt und mit dem Teller in der Hand Erfahrungen und gute Laune weitergibt. Es kostet keine Mühe, an einem solchen Essen teilzunehmen.

• FESTA DE LA VEREMA (Alella) September

Produkt: Wein DO Alella.

Drei intensive Tage, um durch die Weinberge zu wandern, Weinproben am frühen Morgen zu genießen, Trauben zu pressen, kulinarische Kostproben zu genießen ... und viele weitere kulturelle Angebote wahrzunehmen.



• CAVATAST

(Sant Sadurní d'Anoia) Oktober

Produkt: Cava.

Cava-Liebhaber schlendern mit dem Glas in der Hand über die Messe und genießen Neuheiten und leckere kulinarische Angebote.

COSTA BRAVA

• VIVID - FESTIVAL DEL VI

(Costa Brava) April

Produkt: Wein DO Empordà

Hier gibt es Weinproben, Aktivitäten in der Natur, Essen mit passenden Weinen, Tage der offenen Tür und Anwendungen von Weintherapie.

• ARRELS DEL VI

(Sant Martí d'Empúries)

Mai oder Juni

Produkt: Wein DO Empordà

Eine einzigartige Gelegenheit, Kostbarkeiten der Weinkellerei zu probieren und zum Erzeugerpreis zu kaufen.

• MOSTRA DEL VI DE L'EMPORDÀ

(Figueres) September

Produkt: Wein DO Empordà

Hier versammeln sich die besten Weingüter der Region, aber auch andere Erzeuger von Lebensmitteln und handwerklichen Produkten.

COSTA DAURADA

• GRAN FESTA DE LA CALÇOTADA

(Valls) Januar

Produkt: Calçot.

Geboten wird ein vielseitiges Programm mit traditionellen Wurzeln und Wettbewerben rund um die calçots.

• GALERADA POPULAR AL PORT

(Cambrils) Februar

Produkt: Galera.

Ein gastronomischer Tag mit Führungen in der Fischerbruderschaft, Workshops für kleine Köche, Vorführungen mit Lateinerbooten und vielen anderen Aktivitäten.

• FIRA DEL VI DE LA COMARCA

DEL PRIORAT (Falset) April oder Mai

Produkt: Wein DOQ Priorat und DO Montsant.

Die ausstellenden Weingüter bieten Proben ihrer Weine an, gleichzeitig gibt es Vorträge, Workshops zur Weinverkostung, Tage der offenen Tür bei den Kellereien und Wein- und Speisenberatung.

• FIRA DEL VI DO TARRAGONA

(Tarragona) Juni

Produkt: Vino DO Tarragona.

Ein Wochenende, um über 100 Weine, Cavas und Vermouths der Landkreise Alt Camp, Baix Camp, Tarragona und Ribera d'Ebre zu probieren.

• FESTA DE LA VEREMA

(L'Espluga de Francoli) August

Produkt: Wein DO Conca de Barberà.

Bei diesem Fest kann man ein Abendessen mit passenden Weinen genießen, Musik, Besuche im Weinberg und thematische Weinproben wie die SUB25 für die jüngsten Weinkenner.

• CAMBRILS, ENTRADA

AL PAÍS DEL VI

(Cambrils) Oktober

Produkt: Wein.

Bei dieser Messe können Weine aus den verschiedenen DO-Anbaugebieten im Süden Kataloniens probiert werden. Hier gibt es Wein- und Speisenberatung, Tapas aus den Restaurants von Cambrils, außerdem kostenlose Führungen, Workshops für Kinder und Live-Musik.

• FIRA DE L'OLI DOP SIURANA

DE REUS - FESTA DE L'OLI NOU

(Reus) November

Produkt: Olivenöl DOP Siurana.

Die erste Messe, bei der die Besucher die Möglichkeit haben, über zwanzig verschiedene Öle aus dem Anbaugebiet Siurana zu probieren und zu kaufen.

PAISATGES BARCELONA

• MERCAT DEL RAM I LACTIUM,

EL SALÓ DEL FORMATGE

(Vic) März oder April

Produkt: Produkte aus Landwirtschaft und Viehzucht, handwerklich hergestellter Käse

Ein großes Fest mit Viehausstellung, landwirtschaftlichen Produkten, Spielen, kulturellen Aktivitäten und Handel. In diesem Rahmen findet Lactium statt, die Messe für handwerklich hergestellten Käse.

• FESTA DE LA VEREMA DEL BAGES

(Artés) Oktober

Produkt: Wein DO Pla de Bages.

Es begann mit einer einfachen Präsentation der Weingüter und ihrer Produkte und entwickelte sich zu einer großen Hommage an den Wein und den Weinbau des Landkreises. Während des Festes ist

die Geschichte des Weins auch Gegenstand von Vorführungen auf der Straße, es werden hochwertige Weine verkostet, ebenso andere Produkte der Region, Kunsthandwerker führen ihre Tätigkeiten vor.

PYRENÄEN

• FIRA DE SANT ERMENGOL

(La Seu d'Urgell) Oktober

Produkt: Käse aus den Pyrenäen.

Hier treffen sich über vierzig handwerklich arbeitende Käsereien aus allen Teilen der Pyrenäen, vom Mittelmeer bis zum Atlantik, sowie aus benachbarten Regionen im Norden und Süden. Gleichzeitig finden Vorträge und Workshops statt.

• FIRA ORÍGENS

(Olot) November

Produkt: Feinschmecker-Produkte und -Gastronomie.

Hier bieten Köche aus der Region Live-Kochsessions an, zeigen ihre neuesten Kreationen und empfehlen die besten Produkte aus der Umgebung.

TERRES DE L'EBRE

• FESTA DE LA PLANTADA DE L'ARRÒS

(Amposta, Deltebre, l'Ampolla und Sant Jaume d'Enveja)

Juni

Produkt: Reis.

Dieses traditionelle Fest will durch die szenische Darstellung der Reissaat wie im 19. Jahrhundert Elemente der volkstümlichen Kultur im Ebrodelta erhalten.

• FESTA DE LA SEGA

(Amposta, Deltebre, l'Ampolla und

Sant Jaume d'Enveja)

September

Produkt: Reis.

Hier werden die verschiedenen Techniken der Reisernte dargestellt, wie sie früher ablief. Außerdem gibt es Live-Musik und volkstümliches Essen.

• FESTA DEL VI

(Gandesa) Oktober oder November

Produkt: Wein DO Terra Alta.

Rund um die Genossenschaft Gandesa schlagen verschiedene Weingüter der Region ihre Stände auf, wo man ihre Weine verkosten kann. Während des Festes finden auch Vorträge, Konzerte, traditionelle Aktivitäten, Tanzveranstaltungen und Mahlzeiten für alle statt.

TERRES DE LLEIDA

• FIRA DE L'OLI DE QUALITAT

VERGE EXTRA DE LES GARRIGUES

(Les Borges Blanques) Januar

Produkt: Olivenöl DOP Les Garrigues.

Les Borges Blanques ist die Hauptstadt des Olivenöls in Katalonien und seit über fünfhundert

Jahren der Ort einer Messe, bei der das flüssige Gold im Mittelpunkt steht, mit über 5.000 Quadratmetern Ausstellungsfläche für Händler und Erzeuger von Olivenöl aus dem ganzen Land.

• APLEC DEL CARGOL (Lleida) Mai

Produkt: Küche mit Schnecken.

Es handelt sich um ein großes Volksfest mit großer Resonanz, das sich um die Schnecke als kulinarisches Produkt dreht.

• FESTA DEL VI DE LLEIDA

(Lleida) Oktober

Produkt: Wein DO Costers del Segre

Zur Lesezeit, wenn der neue Weinjahrgang auf den Markt kommt, finden in Lleida Weinproben und andere amüsante und önologische Aktivitäten statt.

• FESTA DE LA VEREMA I EL VI DE VERDÚ

(Verdú) Oktober

Produkt: Trauben und Wein

Ein Fest mit Aktivitäten für alle, mit Wettkämpfen im Rebholzweitwurf, im Porrónstemmen, dem Wettlauf der Trägerinnen und anderen Veranstaltungen.





„BENVINGUTS A PAGÈS“ URSPRÜNGE

Wenn wir erleben, wo die Produkte entstehen, die wir täglich konsumieren, können wir dem ländlichen Raum wieder näherkommen - dem Land, seinen Bewohnern, seinen Traditionen, den Produkten und wie sie erzeugt werden.

Die Kreisläufe der Natur verstehen, sich für authentische Produkte einsetzen, für die handwerkliche Verarbeitung und für die Einzigartigkeit der verschiedenen Räume ... all das eröffnet uns eine neue Perspektive sowohl auf die Gastronomie als auch auf unseren Lebensstil im Allgemeinen. In diesem Kontext ist der Erlebnistourismus im Zusammenhang mit der Erzeugung von Lebensmitteln eine gute Möglichkeit, in die regionale Kultur einzutauchen.

DIE HERKUNFT DER PRODUKTE

„Benvinguts a pagès“ bietet ein Wochenende, an dem Sie verschiedene landwirtschaftliche Betriebe besuchen und die besten Menüs mit Produkten genießen, die mit Respekt vor der Umwelt erzeugt wurden.

Diese Initiative der Stiftung Alícia und der katalanischen Regionalregierung soll den ländlichen Raum, den Tourismus im Landesinneren und die katalanische Gastronomie aufwerten und Wissen aus erster

Hand über unsere täglich konsumierten Lebensmittel verbreiten. Bei dieser Veranstaltung öffnen die Erzeuger im ganzen Land ihre Türen und zeigen ihre Felder, ihre Herden und Werkstätten.

EIN PIONIERPROJEKT IN KATALONIEN

Die Initiative startete in 2016 mit dem Ziel, ein jährliches Ereignis zu werden, bei dem das Publikum Bauernhöfe, Herden, Weinkeller und Olivenhaine besichtigt, die Erzeuger von Honig, Cidre oder Würzkräutern, Fischer, Gemüsegärtner und andere besucht, die Produkte probiert und mit nach Hause nimmt.



DIE GANZE FAMILIE GENIESST DIE AKTIVITÄTEN AM WOCHENENDE BENVINGUTS A PAGÈS

WISSEN UND GESCHMACK AN EINEM WOCHENENDE

Während des Wochenendes finden geführte Aktivitäten statt, Erzeuger im ganzen Land können besucht werden, ausgewählte Restaurants servieren besondere Menüs mit Produkten aus der Umgebung, in den Unterkünften gibt es besondere Angebote; hinzu kommen verschiedene eigens organisierte Aktivitäten.

Dabei entdecken die Besucher, manchmal direkt vor ihrer Haustür, ein unbekanntes Land mit Traditionen und Produkten, die das Fundament der katalanischen Gastronomie sind.

INFORMATIONEN

Die Website benvingutsapages.cat bietet Details über Produkte und Erzeuger, Fotos der Veranstaltung und weitere Informationen.



DIE PRODUKTE DER „BAP“

Während der Veranstaltung „Benvinguts a Pagès“ (BAP) können Sie Hersteller der folgenden Produkte besuchen (nur um einige zu nennen): Reis und Getreide (insbesondere in Terres de l'Ebre und l'Empordà), Fleisch und Wurst (in praktisch ganz Katalonien), Trockenfrüchte (in Terres de Lleida, Costa Daurada und Terres de l'Ebre), Olivenöl und Oliven (im gesamten Gebiet Kataloniens), Kräuter und Honig (in ganz Katalonien), Fisch und Meeresfrüchte (an der Küste), Käse und Milchprodukte (vor allem in Berggebieten) sowie Wein und Cava (fast überall in Katalonien), ohne das ausgezeichnete Frischobst aus Les Terres de Lleida zu vergessen.

NACHHALTIGER GASTRONOMIE- TOURISMUS

Die Gastronomie ist ein zentraler Wert in touristischen Aktivitäten. In Katalonien setzt man auf Respekt vor den Erzeugern, dem Land und grundsätzlich vor denen, die ihre Reise genießen.

C Katalonien ist das erste umfassende Reiseziel der Welt, welches das Zertifikat Biosphère erhielt, ein international anerkanntes Qualitätssiegel.

Mit diesem Siegel wurden auch die katalanischen Städte Sitges und Barcelona sowie das Vall d'Aran ausgezeichnet.

EINE GEWONNENE WETTE

Für den Reisenden bedeutet die Entscheidung für touristische Angebote mit dem Siegel *Biosphère* und anderen Initiativen

des Landes für die Umwelt einen Qualitätsgewinn.

Es handelt sich um ein Land, auf das seine Einwohner stolz sind; wir wollen noch lange die Vielfalt der Landschaften genießen und teilen, deshalb gehen wir mit ihr genauso respektvoll um wie mit unseren Gästen.

Für den Reisenden bedeutet die Entscheidung für Katalonien die Garantie, den Besuch ganz und gar genießen zu können, fast so etwas wie die Koordinaten für den Startpunkt zum Glück zu bekommen.

GASTRONOMIE DER KURZEN WEGE

Dasselbe geschieht in der Gastronomie: Zutaten aus der Nähe, in Bio-Qualität, direkt vom Erzeuger gekauft, garantieren, dass die Gerichte sich in den schönsten Ausdruck einer Landschaft verwandeln. In einem kleinen, ländlichen Hotel zu wohnen, das Gemüse, Milch und Eier selbst erzeugt, ist ein ganzheitliches Erlebnis, das sich niemand entgehen lassen sollte.

Die Märkte in der Nähe bieten Gelegen-



DIE BESUCHER
GENIESSEN SCHON
JETZT NACHHALTIGE
ANGEBOTE WIE
BENVINGUTS A
PAGÈS

heit, Lebensmittel direkt vom Erzeuger zu kaufen. Das ist ein echter Luxus. Wer könnte das Erlebnis beim Kosten von Käse besser verstehen als die Person, die ihn selbst aus der Milch von der eigenen Herde hergestellt hat? Angebote wie Benvinguts a pagès, Fischtourismus oder der Besuch von Weingütern mit Bio- oder integriertem Anbau stecken voll solcher Emotionen. Der große Vorteil dieser Angebote mit Mehrwert ist, dass der Genuss für die Reisenden garantiert wiederholbar ist, dass die Veränderungen, die nach einem Jahr oder vielen Jahren auftreten, immer zum Besseren sind. Es handelt sich also um Angebote von heute für die Zukunft.



IN KATALONIEN
VERBINDET MAN
TOURISTISCHE
INTERESSEN MIT
NACHHALTIGKEIT



KATALONIEN BIETET VIELFÄLTIGE ERFAHRUNGEN

Das Land arbeitet stetig daran, dass physische und kommunikative Barrieren niemanden daran hindern, touristische Aktivitäten zu genießen; es gibt zahlreiche und vielfältige Aktivitäten, die für Menschen mit Behinderungen, eingeschränkter Mobilität oder besonderen Bedürfnissen angepasst wurden. Unterkünfte, Strände, Restaurants, Museen, Naturgebiete, wichtige Gebäude oder Aktivitäten wie Ballonfahrten, Weingüter entdecken, Skifahren oder Tauchen sind allen zugänglich.

i Weitere Informationen. turismeperatohom.catalunya.com





GASTRONOMISCHE ROUTEN

EMPFOHLEN VON
DER ZEITSCHRIFT TRAVELER



EINE REGION FÜR DIE GÖTTER

Schon die Griechen stellten fest, dass Empúries alles hat: Sonne, Meer, belebenden Wind, fruchtbare Gärten und ein paar Berge. Die Landkreise Alt Empordà, Baix Empordà und Maresme sind die würdigen Erben dieses Charakters.



Produkte:
Garnelen aus Palamós, Öl DOP Empordà, Wein DO Empordà

Probieren:
Celler de Can Roca in Girona und Sant Pau in Sant Pol de Mar

Unbedingt einplanen:
Besuch eines Weinguts im Anbaugebiet Empordà

● EIN GUT SORTIERTES ANGEBOT

Während Salvador Dalí auf seinen Gemälden den Himmel von Cap de Creus und Cadaqués darstellte, regte dieselbe Landschaft auch die Gründung des Restaurants El Bulli an, das so großen Erfolg erzielte. Um die Region kennenzulernen, genügt es, dem einen oder

anderen Rundweg entlang der Küste zu folgen. Überall finden sich Spuren des Paradieses: Pinien, Felsen, die Smaragd- und Türkistöne des Meeres ... Schon die Griechen, die hier, an einem der schönsten Strände der Costa Brava, ihre Kolonie Empúries errichteten, bewiesen guten Geschmack.

Seit Jahrtausenden wird im Empordà Wein angebaut, denn die Rebstöcke kamen mit den hellenischen Siedlern.

Eine weitere Frucht, die mit den Griechen ins Land kam, ist die Olive, und auch sie wird heute noch kultiviert. Das daraus gepresste Öl ist mit einer eigenen geschützten Ursprungsbezeichnung versehen. Im Flussbecken des Ter ist diese Frucht reichlich vertreten. In Pals, einem Dorf, das man unbedingt besuchen sollte, ebenso wie die Nachbarorte Peratallada und Monells, ließ man den Reisanbau wieder aufleben; das Ergebnis schmeckt auch dem verwöhntesten Gaumen.

Da wir die Ruinen von Empúries fast

erreicht haben, gehört ein Aufenthalt in L'Escala dazu, um dort die Anchovis zu probieren.

● EIN MEER DES GESCHMACKS

Die Häfen von Palamós und Roses sind die wichtigsten an der Costa Brava. In Palamós findet am Morgen eine Auktion von Fettfisch statt. Am Nachmittag wird das Angebot auf Fische und Meeresfrüchte aller Art ausgeweitet: Garnelen, Miesmuscheln, Sepia, Seeigel und Meerbarben werden den Käufern präsentiert. Das Museu de la



DIE PERFERTE KOMBINATION: DIE BEEINDRUCKENDE LANDSCHAFT DER COSTA BRAVA UND EIN BESUCH DER STADT GIRONA.

Pesca organisiert Besuche, um zu sehen, wie die Ware den Besitzer wechselt, und zeigt die Fischerei von gestern, heute und morgen.

Mit diesem neuen Wissen kann man *suquet*, Meeresfrüchte, Reis oder Fisch aus dem Ofen genießen. Wer sich Appetit holen oder die Landschaft genießen möchte, nimmt den Rundweg von Palamós nach Norden zum Strand von Castell, einem der schönsten des Landes.

● GIRONA

Die Stadt liegt im Landesinneren und ist einen Besuch wert. Alle gastronomischen Produkte aus der Umgebung sind auf dem Markt Lleó zu kaufen. Wer hungrig ankommt, sollte einen Xuxo probieren, ein frittiertes Feingebäck gefüllt mit Crema catalana. Es stammt aus dieser Stadt und ist inzwischen überall beliebt.

Hier sind alte Stadtmauern, die gotische Kathedrale und ein romantisches Kloster zu bewundern. Die Stadt bewahrt sorgfältig ihr Erbe, etwa die Gassen des *call* (Judenviertels), und ist gleichzeitig auf dem neuesten Stand. Dafür steht das großartige Kinomuse-



um oder das Celler de Can Roca, das zweimal zum besten Restaurant der Welt gewählt wurde.

● EL MARESME

Auf dem Weg nach Süden erreicht man die Küste von Barcelona, El Maresme, wo Feinschmecker einen angenehmen Aufenthalt im Restaurant Sant Pau bei Carme Rusalleda in Sant Pol de Mar einlegen können. Es trägt drei Michelinsterne.

Der Weg führt weiter am Mittelmeer entlang. Hier finden sich zahlreiche Re-

staurants, ein Garten, wo Erdbeeren, Erbsen und *mongetes del ganxet* (Gartenbohnen) mit geschützter Ursprungsbezeichnung wachsen, und daneben Jugendstilgebäude von Gaudí, Puig i Cadafalch und Domènech i Montaner.

Und wo Barcelona schon in der Ferne zu sehen ist, erstrecken sich die Weinberge des Anbaugebiets Alella. Es ist das kleinste Gebiet mit geschützter Ursprungsbezeichnung in Katalonien und das nächste zu Barcelona; hier werden leichte, elegante Weißweine mit feinem Duft abgefüllt.

ROUTE 2

DIE FREUDEN DES HOCHGEBIRGES

Hohe Berge, Wildwasserflüsse und schneereiche Monate erfordern eine herzhaftere Ernährung. Darauf reagieren die Landkreise Pallars Jussà und Pallars Sobirà, Ribagorça und Val d'Aran.



Produkte:
Wurstwaren, Milchprodukte, Forellen, Wild

Probieren:
Kostproben von traditionell hergestellten Käsesorten aus Katalonien in Sort

Unbedingt einplanen:
Den Kaviar der Region probieren

● EINE GUTE AUSREDE

Wir empfehlen eine Rundreise die im Herzen der Region beginnt, im Nationalpark Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, den sich vier Landkreise teilen.

Die Hänge und Gipfel der beiden Pallars laden zum Wandern, Gleitschirmfliegen oder Bergsteigen ein.

Ein eher entspannter Spaziergang besucht eine umfassende Sammlung romanischer Kirchen: Santa Maria de Covet, Santa Maria de Llimiana, Santa Maria de Mur, Santa Maria de Gerri und Sant Joan d'Isil. In jedem Fall regt die frische Bergluft den Appetit an.

Der *xolís* gehört zu den am weitesten verbreiteten Wurstsorten; er besteht aus Schweinefleisch, Salz und Pfeffer. Außerdem gibt es *secallona* (eine sehr dünne Wurst), *panxeta* (Pancetta), Leberpastete (wie die französische *pâté de campagne*) und in Olivenöl konserviertes Fleisch. Eine weitere berühmte Wurstsorte des Landes ist die *girella*, die mit Lamm hergestellt wird.

Die Flüsse liefern Forellen, Schafe tragen eine beachtliche Auswahl Käse bei, und die ganze Region setzt auf biologisch erzeugtes Fleisch. Auch die Kartoffeln aus Llessui, die auf 1700 m Höhe angebaut werden, machen sich einen Namen. Selbst die

Weinreben sind in diese Höhen zurückgekehrt; sie zählen inzwischen zur geschützten Ursprungsbezeichnung Costers del Segre.

Im Gastronomieverband La Xicoia haben sich vierzehn Restaurants im Pallars zusammengeschlossen, deren Köche es sich zur Aufgabe machen, all diese Leckereien zu präsentieren. Am Ende der Mahlzeit unterstützt ein Schlückchen Ratafia die Verdauung.

● NATIONALPARK AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI



LANDSCHAFT, TIER- UND PFLANZENWELT IM NATIONALPARK AIGÜESTORTES I ESTANY DE SANT MAURICI



Von Gletschern gegrabene Täler, über 3000 m hohe Gipfel, Dutzende von Seen, zahlreiche Gämsen, Wälder mit Tannen oder unerschrockenen Bergkiefern und Rhododendren zu ihren Füßen ... Die Natur im Nationalpark ist beeindruckend für jeden Wanderer.

Die wichtigsten Zugänge befinden sich in Espot und Boí. Wer zu Fuß unterwegs ist, findet noch viele weitere Zugangsmöglichkeiten. Die Anstrengung wird in jedem Fall reich belohnt.

Die Route *Carros de Foc* verbindet die neun Berghütten, die im Nationalpark geöffnet sind. Sie ist über 50 km lang und überwindet Höhenunterschiede von insgesamt 9000 Metern. Die Strecke ist anstrengend, sie erfordert Erfahrung und gute Ausrüstung, aber es gibt noch zahlreiche andere Wanderwege passend zu den Interessen und Möglichkeiten der Besucher.

● EIN BESCHIEDENES WELTERBE

Am Kopfbende des Tals von Boí scheint

alles dem Himmel näher zu sein. Hier stehen neun romanische Kirchen. Die nackten Steinfassaden wirken perfekt und bescheiden, ihr Inneres enthält Meisterwerke: eine Kreuzabnahme-Plastik in Erill la Vall oder den Pantokrator in Sant Climent de Taüll. Das Ensemble wurde zum Weltkulturerbe der UNESCO erklärt.

Um den Besuch abzurunden fehlt noch eine Probe mit dem Brot aus Llesp mit Marmeladen und Honig, ein Spaziergang durch die Wiesen und eine Ruhepause im Badeort Caldes de Boí.

● VAL D'ARAN

Es ist für seine Skipisten bekannt, hat aber viel mehr zu bieten, wie man feststellt, wenn man dem Camin Reiau folgt, der von Vielha aus dreiunddreißig Ortschaften des Tals passiert.

Man könnte aber auch die beste *òlha aranesa* suchen, die Suppe, die ein bisschen von allem enthält. Sie

ÜBERLEBENS-KÜCHE

Als es keine Tiefkühltruhen oder Vakuumverpackungen gab und die einzige Transportmöglichkeit eine Pferddecke war, war es für die Bergbewohner wichtig, ihre Versorgung mit Nahrungsmitteln für die Wintermonate zu sichern. Dafür gab es unterschiedliche Methoden. Einerseits machte man aus Milch Käse, da dieser haltbarer ist. Andererseits wurde die Versorgung mit Fleisch unterschiedlich gesichert. Üblicherweise stellte man daraus Wurst oder Trockenfleisch her, aber man darf die Konservierung im Eigenfett oder „*Confit*“ nicht vergessen. Das Essen, das zu der Zeit das Überleben sicherte, ist heute ein Produkt für *Feinschmecker*.



wird langsam geköchelt, und am Ende kommt die *pilota* aus Hackfleisch Eiern und Mehl hinein. Die Gastronomie bietet außerdem Pâtés aus der Region sowie Kuhmilch-Käse aus dem Hochgebirge. Für besonders feine Gaumen liefern Störe aus dem Baikalsee auch Kaviar.

EINE KULINARISCHE REISE NACH WESTKATALONIEN

Es gibt einen Landstrich, in dem die Farbe Gelb vorherrscht: gelbe Weizenfelder, gelbes Olivenöl, gelbe Sonnenuntergänge, gelbe aromatische Käse und erstklassige Liköre.



-  **Produkte:**
Olivenöl DOP Les Garrigues, Wein DO Costers del Segre, Turrón d'Agramunt (g.g.A), Honig
-  **Probieren:**
Aplec del Cargol
-  **Unbedingt einplanen:**
Olivenöl der Sorte Arbequina

● FRÜHSTÜCK AM FUSS DES BERGES

Die Rute startet in der Ortschaft Pobla de Segur im Schatten der Pyrenäen, einer Kultstätte in der Geschichte des katalanischen Likörs mit eigenem Namen. Joan Portet arbeitete in einer 1884 gegründeten Likörfabrik, und in

den 60er Jahren entwickelte er ein noch nie dagewesenes Rezept: La Ratafia dels Raiers. Wohl in der Annahme, dass die *raiers* (Flößer) erst einen guten Schluck Ratafia zu sich nahmen, bevor sie sich mit den Baumstämmen flussabwärts stürzten.

Dem Flusslauf folgend erreicht man den kleinen Ort Basturs mit einer Käseerei, in der die Tradition hochgehalten wird. Kann man den Tag besser beginnen als mit Blick auf die Pyrenäen bei einer Scheibe getoastetem Bauernbrot, beträufelt mit Arbequina-Ölivenöl? In Lleida wird eins der besten Öle der Welt hergestellt; die wichtigsten Produktionsstätten liegen in Les Garrigues, L'Urgell und El Segrià.

● EIN GLAS WEIN UND EIN SPAZIERGANG DURCH DIE WOLKEN

Die Route führt weiter am Castell d'Encus vorbei nach Pobla de Segur und Tremp. Dieser Ort ist ideal, um den Weinbau in höheren Lagen ken-

nenzulernen. Der Wein gehört zum Anbaugebiet Costers del Segre, an das sich die Regionen Raimat, Segrià, Pallars Jussà, Artesa, Valls del Riu Corb und Les Garrigues anschließen, alle mit ihren eigenen geographischen und klimatischen Bedingungen, wo sich Berge und Ebenen abwechseln.

● GEHEIMNISVOLLE GENÜSSE

Nach der Weinprobe führt das Abenteuer weiter bergab zu einem Ort, wo die Landschaft wieder angenehm wird. Congost de Mont Rebei und Äger, wo man die schönsten Sternennächte im Astronomiepark Montec genießen kann, eröffnen eine völlig andere Landschaft: Hier wechseln sich Getreide- und Mohnfelder ab; mittelalterliche Burgen auf kleinen Hügeln beherrschen die Umgebung. Eine der interessantesten ist die Burg von Montsonís. Auf dem Weg zum Zisterzienserinnenkloster lohnt sich



DIES IST EINE WENIG BEKANNTE REGION. SIE ZU ERKUNDEN HAT EINEN WEITEREN VORTEIL: SIE ERLEBEN DAS ABENTEUER EINER ENTDECKUNG.



ein Stopp in Palau d'Anglesola, wo es eine international prämierte Käseerei gibt. Beim Kloster Vallbona de les Monges, einem der interessantesten Kulturdenkmäler in Ponent, liegen Weinberge, die von der Genossenschaft L'Olivera bewirtschaftet werden, einem europaweit anerkannten Integrationsprojekt.

● SCHNECKEN UND TURRÓN ALS MASSENPHÄNOMEN

Nun geht es weiter nach Agramunt, einem Dorf, das zum Synonym für den Turrón sowie für Blockschokolade geworden ist. Die Tradition reicht bis ins Mittelalter zurück, und jedes Jahr im Herbst ist der Ort Schauplatz der Feria del Turrón. Die Herstellung dieser Süßigkeiten kann man nur in Katalonien kennenlernen, bei einem Besuch der Fabriken in Agramunt. Den Abschluss der Route bildet die Stadt Lleida, der ideale Ort, um eins der hervorragenden Gerichte der Region zu kosten: Schnecken, die in vielen Restaurants im Umland nach dem traditionellen Rezept a la *llauna* zubereitet werden. Seit 1980 findet an einem Wochenende im Mai am Ufer des

GRÜNER KAVIAR

Die Oliven Kataloniens gedeihen gut und werden aufgrund ihrer Qualität hoch geschätzt. Die Oliven aus der Ortschaft Arbeca im Landkreis Lleida in Les Garrigues werden, wenn unreif geerntet, grüner Kaviar genannt. Sie sind auch Namensgeber für eine der bekanntesten g.U. für Olivenöl. Sie werden als Vorspeise, in Salaten, als Aufstrich, auf Brotscheiben sowie gegart – wie bei der „Ente mit Oliven“ – serviert. Aus ihnen wird das berühmte Olivenöl „Arbequina verge extra“ gewonnen, das dank seines vorzüglichen Aromas nach Trockenfrüchten und raffinierten Geschmacks jede Speise verfeinert. Das Öl wird kalt, unter Druck und ohne jegliche chemische Behandlung gepresst.



Río Segre auf den Campos Elíseos der Aplec del Caragol statt. Rund hundert teilnehmende Gruppen, Schnecken und Musik stehen im Mittelpunkt des Treffens, das sich mit 12.000 Teilnehmern und etwa 200.000 Besuchern in ein wahres Massenphänomen verwandelt hat.

REISE ZWISCHEN BERGEN UND TÄLERN

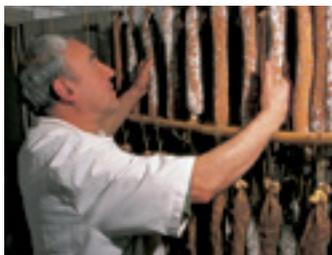
Eine Region mit abwechslungsreichen Höhen und Tiefen, Höfen mit dicken Mauern und kargen Feldern; hier leben Menschen, die stolz auf ihre Wurzeln und Traditionen sind, die Produkte, die sie Gästen anbieten, sorgfältig pflegen.



Produkte:
Bratwurst aus Vic (g.g.A.), Wein DO Pla de Bages, Bohnen aus Santa Pau (g.g.A.)

Probieren:
Restaurant Les Cols

Unbedingt einplanen:
Besuch auf dem Markt in Vic



● DIE ERSTEN TROPFEN IM SCHATTEN DES MONTSERRAT

Es gibt keine bessere Möglichkeit, dieses Land zu kosten, als mit einem Glas *picapoll*. Diese heimische Rebsorte, aus der ein fruchtiger Wein mit frischem Aroma und knackiger Konsistenz gewonnen wird, hat sich im Anbaugebiet Pla de Bages erhalten. Einige Weingüter versuchen auch, die roten Rebsorten *picapoll*, *sumoll* oder *mandó* wiederzubeleben.

Diese Region in Zentral-Katalonien verfügt über ein reiches Erbe romanischer Architektur. Das ehemalige Kloster Sant Benet del Bages ist Sitz einer Stiftung zur Erforschung und Verbreitung der mediterranen und insbesondere katalanischen Gastronomie.

● DIE WURSTKATHEDRALE

Möglicherweise gibt es noch weitere, aber Landschaften, die man mit geschlossenen Augen erkennt, sind sehr selten. La Plana de Vic ist eine solche. Ihre wichtigste Industrie erkennt man

am Duft, das Produkt wird in Scheiben verkostet. Schon immer werden hier die verschiedensten Wurstwaren hergestellt. Die Diskussion über die Feinheiten der einzelnen Sorten kann endlos weitergehen. Trotzdem besonders zu erwähnen ist die *llonganissa* (eine Art Bratwurst), für die es eine geschützte geographische Angabe (g.g.A.) gibt. Das Herstellungsverfahren ist heute noch dasselbe wie vor undenklichen Zeiten auf den Bauernhöfen. Um die Belüftung und die Luftfeuchtigkeit zu kontrollieren, um zu wissen, welche Fenster geöffnet oder geschlossen werden müssen, genügen ein paar Jahrhunderte Erfahrung.

Vic hat noch mehr zu bieten, etwa das Museu Episcopal mit seiner Sammlung romanischer und gotischer Kunst, die man sich nicht entgehen lassen sollte, und die Kathedrale mit den Monumentalgemälden von Josep M. Sert. Dennoch wird ein Spaziergang durch die Straßen einen unver-



DIE KULINARISCHEN GENÜSSE DER REGION WETTEIFERN MIT DER GROSSARTIGEN LANDSCHAFT



gesslichen Eindruck machen, vor allem am samstags, am Markttag.

● AM UFER DES RIO TER

Man erreicht den Landkreis Ripollès, indem man dem Rio Ter flussaufwärts folgt. Die Wasserkraft brachte die Eisenindustrie mit dem Zentrum Ripoll ins Land. Ihre Produkte liegen in der Feuerwaffenammlung im Museu Etnogràfic. Ripoll bietet zudem ein romantisches Kloster mit großartigem Portal.

Wälder und steile Berge liefern Pilze, Wild, Kalb, Lamm (eine heimische

Rasse) und Wurstwaren. Bei der Frage, welche die besten sind, verteidigt jedes Dorf seine Spezialität. Dasselbe gilt für Ratafia, den Nusslikör mit Kräutern. Gewinner dieser Rivalitäten sind die Besucher.

Weiter aufwärts am Rio Ter liegen noch zwei wichtige Stationen: das Kloster Sant Joan de les Abadesses und das Dorf Camprodon mit der mittelalterlichen Brücke und dem romanischen Kloster Sant Pere.

● WO DIE ERDE BEBT

Das Wesen des Gebirges entdeckt man in La Garrotxa, was, unwegsames Land bedeutet. Hier liegt auch der Parque Natural de la Zona Volcànica. Der fruchtbare Boden bringt Buchweizen, schwarze Rüben und die *fesols* (Gartenbohnen) aus Santa Pau mit ihrer geschützten Ursprungsbezeichnung.

Olot, die Hauptstadt, wurde nach

EIN STÜCKCHEN ZARTHEIT

Mit Mehl, Eiern, Zucker, einer Prise Salz und ganz ohne Hefe wird die traditionelle Nachspeise „Pessic“ aus Vic zubereitet. Die traditionellen Prozessionen gaben dem Biskuitgebäck seinen Namen – die Zuschauer rissen kleine Stücke mit den Fingern daraus ab. Das „Pa de Pessic“ (Kneifbrot), ist ein Biskuitgebäck, das innen zart und flaumig, aber von fester Konsistenz ist. Der Schlüssel zu seiner Zartheit besteht darin, während der Zubereitung das Eiklar zu trennen und mit ein wenig Wasser und Salz zu Schnee zu schlagen. In der Regel wird jedes Biskuitgebäck in Backpapier einzeln verpackt und serviert.



den Erdbeben im 15. Jahrhundert aus den Ruinen wieder aufgebaut. Romanische Architektur gibt es daher nicht zu bewundern, dafür eine lebendige Stadt mit einer Liste von Wurstspezialitäten, der Gemeinschaft Cuiina Volcànica und diesen feinen tortells (Kranzkuchen) mit Anis.

DURCH DIE ZENTRAL-PYRENÄEN

An den angenehmen Südhängen und auf der steilen Schattenseite wachsen Wälder und Wiesen, wo Ziegen und Kühe weiden, Pilze und Beeren gesammelt werden. Die Berge von Cadí bereichern den Speisezettel mit Produkten für alle.



Produkte:
Käse, Wurstwaren, Milchprodukte

Probieren:
Käsemesse in Sant Ermengol in La Seu d'Urgell

Unbedingt einplanen:
Pilzsuche im Herbst

● DIE WEGE DER KATHARER

Die Katharer, hier auch *bons homes* (gute Menschen) genannt, folgten einer Auslegung der Bibel im Widerspruch zur katholischen Lehre. Im 14. Jahrhundert wurde Okzitanien, wo sie lebten, zum Ziel eines Kreuzzugs. Die Inquisition und das französische Heer

vernichteten sie gnadenlos; nur wenigen gelang die Flucht nach Süden. Daher stammt der Name dieser Route, *Camí dels Bons Homes*, denn sie beginnt an der Burg Montsegur, einem der letzten Zufluchtsorte der Katharer aus Okzitanien. Der Weg überquert die Pyrenäen, die Berge von Cadí und erreicht das Heiligtum von Queralt oberhalb der Stadt Berga.

Wenn man die Route in Queralt beginnt, sollte man unbedingt die Küche der Region probieren. Im Angebot sind zum Beispiel *patatas enmascarades* (mit Speck und Kohl), *blat escairat* (gekochter Mais mit Speck), Lammkoteletts oder *tastet* (Butifarra), dazu Alioli mit *codony* (Quitten). Gut gepflegt geht es weiter zum Mittelalter- und Katharer-Zentrum und dem Verwaltungssitz des Naturparks Cadí-Moixeró, beides in der Ortschaft Bagà.

Liebhaber der Berge sollten das Dorf Gòsol besuchen. Der Grund liegt auf der Hand: den Berg Pedraforca zu

sehen oder zu besteigen. Der Name sagt schon alles: Eine Gabelung (katalanisch *forca*) teilt seinen Felsgipfel in zwei Hälften. In Gòsol machte 1906 Picasso hier Station, ein Jahr, bevor er mit seinem Werk *Les Demoiselles d'Avignon* die Malerei revolutionierte.

● KÄSE MIT VOR- UND ZUNAMEN

Die Ursprünge der Genossenschaft Cadí gehen auf das Jahr 1915 zurück. Es war die erste Viehzüchtergenossenschaft des Landes, daher hat sie sicher genügend Erfahrung auf diesem Ge-



AUF DEN BERGWÄIDEN FINDET DAS MILCHVIEH NAHRUNG FÜR EXZELLENTEN KÄSE

biet. Zu ihr gehören Bauern der Landkreise Alt Urgell und La Cerdanya sie produziert Käse und Butter mit allen Garantien, die das Zertifikat "geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.)" mit sich bringt.

In dieser Region leben noch weitere Käsemeister – Cuirols, Molí de Ger, Serrat Gros, Baridà, Formatgeria de Tuixent, Mas d'Eroles und Formatgeria Castell-Liebre, um nur einige zu nennen. Manche arbeiten mit Kuhmilch, andere mit Ziegenmilch. Alle Tiere weiden in der Nähe des Verarbeitungsbetriebs. Das Produkt nennt sich dann Hirtenkäse. Der Käse verändert sich, wie sich die Landschaft im Lauf der Jahreszeiten verändert.

● KÜCHE AUS DEN BERGEN

Ente mit Rüben gab es traditionell in La Cerdanya zu Beginn des Winters. Dieses Gericht verdient einen Platz in jeder Rezeptsammlung. Das Rezept, das zum Aushängeschild von La Cer-

danya geworden ist, hat bescheidene Ursprünge. *Trinxat* besteht aus Kartoffeln und Kohl, der schon einmal gefroren gewesen sein muss; dazu kommen ein paar Knoblauchzehen und eine Scheibe knuspriger Speck.

In den Speisekammern der Region fehlt es nie an Wurstwaren, denn so lässt sich Schweinefleisch konservieren. Pilze sind außerhalb der Saison getrocknet oder in Öl eingelegt anzutreffen. Jedes Reisgericht, jeder Eintopf steigt mit Steinpilzen oder Pfifferlingen in die erste Liga auf. Bei den Konserven dürfen die Marmeladen nicht fehlen: aus Heidelbeeren, Brombeeren, Himbeeren, Holunder ...

● EIN URALTES FEST

Die erste Messe in La Seu de Urgell ist für das Jahr 1048 urkundlich belegt. Sie findet heute noch statt. Am dritten Wochenende im Oktober treffen sich in der Stadt die handwerklichen Käseproduzenten der Pyrenäen, aber auch

DIE KUNST, PILZE ZU JAGEN

Es handelt sich um eine widersprüchliche Beschreibung. In Wirklichkeit sind diese „Jäger“ richtige Waldliebhaber. Sie wissen, dass eine der besten Vergnügen der Welt ist, zwischen den Bäumen, abseits der Wege und in der unberührten Natur zu wandern. Sie wissen auch, wie man diesen Pilzschatz jagt. Weder finden sie, noch sammeln sie, noch holen sie, noch suchen sie Pilze – sie jagen sie. Wenn sie sie erwischt haben, schneiden sie sie ganz vorsichtig, damit der nächste Jäger, nach einigen Tagen, den nächsten Schatz jagen kann. Ihre Waffen sind ein Korb und ein kleines Taschenmesser mit einem Pinsel, um die Erde und Blätter von der Beute zu entfernen.



andere Handwerker und Viehzüchter finden sich ein.

Erst mit einer Besichtigung der Kathedrale ist der Besuch vollständig. Sie ist romanisch mit italienischem Einfluss und beherbergt das Diözesanmuseum, das ebenfalls einen Besuch lohnt.

BARCELONA

AROMEN DER WELT

In diesem Hafen, der Besuchern aus allen Winden offen steht, gehen jeden Tag neue Trends an Land. Alles bereichert und erweitert die unendliche Geschmackspalette der dynamischen Hauptstadt Kataloniens.



BARCELONA



Produkte:
Spezialitäten aus allen Teilen Kataloniens



Probieren:
In einem der über 20 Restaurants mit Michelin-Sternen essen



Unbedingt einplanen:
Vermouth oder heiße Schokolade trinken gehen



● SÜSSES UND SALZIGES ZUM WECKEN

Die beste Zeit für einen Bummel durch Barcelona ist zwischen sechs und acht Uhr morgens. Wenige Passanten, frische Luft, Morgenröte ... Über die Düfte der Stadt könnte man ein Gedicht schreiben.

Bald öffnen die Bäckereien. Das Brot ist frisch gebacken, aromatisch und knusprig. Es gibt ein umfassendes Angebot an belegten Brötchen und Broten mit Wurstwaren. Außer am Wochenende, wenn man Zeit hat, werden sie später am Vormittag bestellt, in der Pause, die einen das Mittagessen ohne Erschöpfung erreichen lässt.

● DIE RÜCKKEHR DES VERMOUTH

Aus Großvaters Zeiten ist die Flasche mit Siphon zurückgekehrt. Zur Vermouth-Zeit erscheint sie am Tisch. Aus dem Penedès und dem Priorat sind neue, handwerklich hergestellte Kreationen angekommen. Sie werden

mit einem Snack serviert: Seeschnecken, Schwertmuscheln, Anchovis und Sardinen, Oliven, gefüllte Paprika, Herzmuscheln, Käse, Patatas bravas. Die Auswahl kann auch in das Universum der Tapas und *platillos* vorstoßen, mit einem Sortiment, über das man Bände schreiben könnte.

● ESSEN FÜR JEDERMANN

Gestern waren es vielleicht Crossover-Küche oder japanische Restaurants, heute sind es vegane Angebote, vietnamesische Suppenküchen, KMO-Gastronomie oder Bio-Restaurants. Nicht zu vergessen die kulinarische Avantgarde, die in Barcelona eine Schule hat. Hier entsteht die gewagteste Küche, wie sie in drei bis vier Jahren in aller Welt gefeiert wird.

● DAS SAHNEHÄUBCHEN

Für die Pause am Nachmittag kommt eine Reihe von Lokalen in Frage, wo es heiße Schokolade gibt. Das eine hat



DIE MÄRKTE IN BARCELONA SIND ECHTE ZENTREN DES KULTURAUSSAUSTAUSCHS

die beste Schlagsahne, das andere serviert Crema catalana erster Güte und ein drittes vielleicht die perfekte Kombination von Horchata und Eis.

Der Nachmittag geht langsam in die Gefilde der Tapas über, der belegten Brote im Stehen, der *coca de recapte*, der *Empanades* und *Truita de patates*.

● DER KRÖNENDE ABSCHLUSS

Fusion der katalanischen Küche mit Traditionen aus aller Welt, eine Auswahl an Geräuchertem, handwerklich gebrautes Bier immer in Reichweite, Bio-Weine zu erschwinglichen Prei-

sen, das alles und noch mehr findet sich hier - nicht zu vergessen die Klassiker wie Reisgerichte, maritime Küche oder Typisches aus Barcelona wie die *Zarzuela*. Und wer zum Abendessen lieber ein Sternerestaurant aufsuchen möchte, hat in dieser Stadt über zwanzig zur Auswahl.

● DIE NACHT IST NOCH JUNG

Gleich in welchem Alter, ein Ausflug ins Nachtleben lohnt sich. Die klassischen Cocktailbars rümpfen keineswegs die Nase über die Gin-Tonic-Mode. Sie bieten weiterhin die gewohnte

GASTRONOMISCHE AUSFLÜGE VON BARCELONA AUS

Katalonien ist ein kleines Land, aber seine Landschaften beherbergen Köstlichkeiten und seine Rezepte sind voller Tradition. Kommen Sie mit „Aborigens“ für einige Stunden aus Barcelona heraus und reisen Sie zu den Wurzeln der katalanischen Küche. Alle Kunsthandwerker der Gastronomie arbeiten hinter den Kulissen, ohne auf Moden oder dem Zeitgeist zu achten, auf ehrliche Art und im Sinne eines ländlichen Erbes, das nie verblasen wird. Es handelt sich um Weinproduzenten, Hirte, Trüffelsammler, usw. Entdecken Sie unsere authentischste gastronomische Kultur.

! Weitere Informationen:

www.aborigensbarcelona.com



Qualität, plus die Erfahrung, die sie im Lauf der Jahre gewonnen haben. Das Gleiche gilt für die Lokale, wo Jazz zu hören ist, ein Liedermacher, Flamenco, klassische Musik oder alles, was als *Indie* gilt. Das Angebot ist so breit, dass auch die Anspruchsvollsten etwas Lohnendes finden.

ROUTE 7

ALLE FARBEN DES WEINS

Man könnte weiter als zweitausend Jahre in der Zeit zurückreisen und würde immer noch Weinberge im Penedès finden. Der Weinbau hat die Landschaft, die Lebensweise, die Kultur, den Charakter und natürlich auch die Geschmacksknospen geprägt.



SANT SADURNI D'ANOIA

Produkte:
Hähne und Kapaune, Wein DO Penedès und Cava, Pfirsiche, Schokolade

Probieren:
Wein DO Penedès beim ViJazz und Cava beim Cavatast

Unbedingt einplanen:
Der Ruta del Xató folgen

● STEIN GEWORDENE FREUDE

Der Montserrat erhebt Hunderte von Steinfingern, einer höher als der andere. Er ist das Mekka der Bergsteiger und zugleich ein Luxusbalkon, von dem aus man die Landschaft des Penedès überblicken kann. Der ideale Ort, um diese Route mit einem *mató*

(Quark) mit Honig zu beginnen. Wenn der Reisende dann glaubt, die Engel singen zu hören, liegt er nicht falsch: Es sind die neun- bis vierzehnjährigen Engel der Escolania de Montserrat, die zu den bedeutendsten Knabenchören der Welt gehört.

● DAS GEHEIME REICH DES CAVA

Alles hat eine Kehrseite, und es lohnt sich, aus der Höhe herabzusteigen und ins Innere der Erde vorzudringen.

Hier erstreckt sich das Reich des Cava (g.U.). Sant Sadurn d'Anoia. Wenn die *xarel·lo-*, *macabeo-* und *parellada-*Trauben gekeltert sind, wird der Most zweimal vergoren, beim zweiten Mal in der Flasche, wie es bei der Champagnemethode üblich ist.

Der Ursprung dieses Schaumweins geht auf das Jahr 1872 zurück, als Josep Raventós die Flaschengärung in Can Codorníu einführte. Seine Weinkeller sind im Jugendstil gebaut.



NIEMAND SOLLTE DEN PENEDÈS VERLASSEN, OHNE EINE WEINPROBE IN EINEM WEINKELLER MITERLEBT ZU HABEN

SITGES BIETET SEINEN BESUCHERN VIELE UND ABWECHSLUNGSREICHE VERSUCHUNGEN



Zur Weinprobe gehören auch regionale Gerichte wie *escalivada*, Kabeljau a la *llauna* (mit Knoblauch, Petersilie und süßem Paprika), *calçots* (gegrillte Frühlingszwiebeln) oder Süßspeisen wie *carquinyolis* (hartes Gebäck mit Mandeln).

● WEIN UND NOCH MEHR WEIN

Aber im Penedès wächst auch anderer Wein, Weißwein, Rosé, Rotwein, Süß- und Schaumwein, der unter der geschützten Ursprungsbezeichnung Penedès zusammengefasst wird.

Gleich, auf welcher Route, ein Zwischenstopp in Vilafranca del Penedès ist unverzichtbar. Im Stadtzentrum belegt das Vinseum mehrere auffällige Gebäude. Das Museum befasst sich mit der Weinkultur in Katalonien.

Außerdem treffen sich in dieser Stadt jedes Jahr zu San Félix, am 30.

August, auf der Plaza de la Vila die vier besten *colles* (Gruppen) der *castellers* (Menschenpyramiden). Diese hohen Konstruktionen bringen es auf bis zu zehn Stockwerke von Menschen, was die Sache spannend macht. Die Veranstaltungen beginnen im späten Frühjahr und gehen bis in den Herbst.

● KINO UND MEER

Direkt am Meer, in Sitges, wird Malvasier hergestellt, ein einzigartiger Wein aus der gleichnamigen Rebsorte. Die Stadt hat außerdem diverse Museen zu bieten wie das großartige Cau Ferrat das früher Zuhause und Atelier des Jugendstilmalers, Schriftstellers und Sammlers Santiago Rusiñol war.

Die Stadt ist außerdem bekannt für das Festival des fantastischen Films und einen Karneval, der ebenso lebhaft ist wie der in Vilanova i la Geltrú,

„XATÓ“, „AIXETONAR“, „AIXETA“

Der Name „*Xató*“ nimmt Bezug auf eine Aktivität, die bis heute am Ende des Herbsts stattfindet – den jungen Wein verkosten. Ein Hahn („*Aixeta*“, davon stammen „*aixetonar*“ und „*Xató*“) wird in die Weinfässer eingehämmert, um an den Wein zu gelangen. Dies war ein Festtag, bei dem die Verkostung mit einem typischen Salat der Saison begleitet wurde. Dieser bestand aus Endivienblättern und eingelegtem Fisch, wie z. B. Thunfisch, Sardellen oder Barsch, sowie aus Oliven. Selbstverständlich wurde auch die typische Sauce aus Mandeln, Paprika, Knoblauch, Essig, Olivenöl und Salz serviert. Den Titel „Hauptstadt des *Xató*“ wird von El Vendrell, Sitges, Vilafranca del Penedès und Vilanova i la Geltrú geteilt. Zum Glück verläuft die Route des „*Xató*“ durch sie alle.



der benachbarten Kreisstadt von Garraf. Beide Orte beanspruchen außerdem für sich, Heimat des *Xató* zu sein, einer Art Endivien Salat mit einem Dressing, das in jedem Haushalt etwas anders zubereitet wird. Des Weiteren rivalisieren auch Calafell, El Vendrell und Vilafranca del Penedès um diese Ehre.

KUNST AUF STEIN TARRACOS DENKMÄLER

Nicht nur die Werke des römischen Imperiums stehen noch in Tarragona, sondern hier finden sich auch das Kloster von Poblet, die Weinterrassen an den Hängen des Priorat oder die Jugendstilgebäude von Reus.



Produkte:
Fisch und Meeresfrüchte, Wein DOQ Priorat, DO Conca de Barberà, DO Montsant, Olivenöl DO Siurana, calçots (g.g.A.), Haselnüsse (DOP)



Probieren:
Weinmesse des Landkreises El Priorat



Unbedingt einplanen:
Teilnahme an einer Calçotada

● ZENTRUM DER HISPANIA CITERIOR

In der über zweitausend Jahre alten Stadt Tarragona sind die Stadtmauern, das Amphitheater, der Zirkus und das Aquädukt aus der Römerzeit fast vollständig erhalten, ebenso wie weitere Bauwerke aus der Zeit des Imperiums.

● SO NAH UND DOCH SO WEIT

Kaum fünfzehn Kilometer liegen zwischen Reus und Tarragona, dafür aber ein emotionaler Abgrund. Während Tarragona sein römisches Erbe feiert, stellt Reus das Vermächtnis des Ju-

riums. Das Ensemble ist UNESCO-Welterbe, für Besucher geöffnet und oft in die Stadt integriert: Im Zirkus oder am Forum liegen zum Beispiel verschiedene Restaurants und Weinkeller.

Außer den wiederentdeckten römischen Spezialitäten sollte man in Tarragona unbedingt Fettfisch oder Garnelen probieren, außerdem den Chartreuse, einen Kartäuser-Likör, der hier sehr beliebt ist. Weniger dauerhafte, aber dennoch bemerkenswerte Bauwerke sind die *castells* (Menschenpyramiden), die während der Patronatsfeste von Santa Tecla und bei den zweijährlich ausgetragenen Wettkämpfen errichtet werden.

gendstils zur Schau, etwa zahlreiche Gebäude aus der Hand von Lluís Domènech i Montaner. In dieser Stadt ist der typische Likör der Vermouth, dem sogar ein eigenes Museum gewidmet ist. Die Haselnuss hat hier eine geschützte Ursprungsbezeichnung und wird für die Sauce der *calçots de Valls* (Frühlingszwiebeln) verwendet, die jedes Jahr im Herbst über offenem



SPÄTWINTER UND FRÜHLING SIND DIE IDEALEN JAHRESZEITEN FÜR DIE CALÇOTS

EL PRIORAT IST DAS WEINBAUGEBIET MIT DER HÖCHSTEN INTERNATIONALEN ANERKENNUNG UNTER DEN ZWÖLF ANBAUGEBIETEN KATALONIENS



Feuer aus Rebholz gegrillt werden. Valls ist ein weiterer Ort mit langer Tradition, wo *castells* zu sehen sind.

● DAS LAND DES PRIORS

Vor vierzig Jahren kannte kaum jemand El Priorat. Heute ist es ein Pilgerziel für Weinliebhaber. Ebenso verhielt es sich mit der ehemaligen Kartause Escaladei. Es lohnt sich, hierher zu kommen, denn hier liegt der Ursprung von allem, und die Lage am Fuß der schroffen Felsen von Montsant ist einzigartig. Hier hatte der Prior seinen Sitz, und das Land, das ihm gehörte, ist heute in der Ursprungsbezeichnung DOQ Priorat zusammengefasst. Zu einer Tour gehören unbedingt die Dörfer Porrera, Gratallops und Vilella Baixa,

wo kleine Weingüter große Weine mit internationalem Ruf erzeugen.

Das Land in der Region, das nicht zur DOQ Priorat gehört, fällt unter die geschützte Ursprungsbezeichnung Montsant. Die Weine sind noch keine zwanzig Jahre alt, erreichen aber ein Aufsehen erregendes Niveau. Viel älter sind die Oliven mit der geschützten Ursprungsbezeichnung Siurana.

● HIMMLISCHES DREIECK

Im Norden erhebt sich die Sierra de Prades und fällt dann zur Conca de Barberà hin ab. Die Weine der Region haben eine eigene Ursprungsbezeichnung. Hier entstehen leichte, fruchtige Weiß- und Roséweine, perfekt für eine Landschaft, in der die mittelalterlichen

EIN PERFEKTES MENÜ KREIEREN

Was braucht es für ein hervorragendes Gaumenerlebnis? In drei Stunden zeigt der Chefkoch des Hotels Gran Claustre, wie man ein Menü kreiert, das dem eines Meisterkochs in nichts nachsteht. Dazu gehören das Auswählen der Zutaten und des geeigneten Gedecks, aber auch der Weine und anderer Getränke für jedes Gericht. Sie lernen dabei nicht nur zu kochen, sondern entdecken, wie Sie die leckeren Rezepte am besten in Szene setzen; dies in kurzer Zeit und unter Kontrolle der nötigen Materialien und Hilfsmittel in der Küche und am Tisch.

i Mehr Informationen zu dieser und anderen Aktivitäten finden Sie auf: www.granclaustre.com



Steinmauern von Montblanc und das Zisterzienserkloster Santa Maria de Poblet (UNESCO-Welterbe) dominieren. Der Besuch ist erst komplett mit einem Abstecher zu zwei weiteren Zisterzienserbauten: dem Kloster von Santes Creus und dem in Vallbona de les Monges. Alle drei sind großartig und bilden die Zisterzienser-Route.

DER GROSSE FLUSS WO DAS LEBEN FLIESST

Der Ebro ist mehr als nur Wasser. Seit Jahrhunderten dient er als Verbindungsweg und umfassender Marktplatz, wo sich Menschen und Produkte aus den Landstrichen an seinen Ufern treffen.



AMPOSTA

Produkte:
Reis DOP, Fisch und Meeresfrüchte, Ente, Wein DO Terra Alta, Aal

Probieren:
Miesmuscheln und Austern direkt am Floß

Unbedingt einplanen:
Besuch der Weinkathedralen

● KOPF UND ZAHL

Picasso hielt sich zweimal länger in Horta de Sant Joan auf. Beim zweiten Mal zerlegte er das Dorf und seine Umgebung in dreidimensionale Grundformen und hielt sie in Bildern fest, die heute in Büchern über moderne Kunst zu sehen sind. Mit seinen Trockenfeldern, wo Mandeln, Haselnüsse, Oliven

und Wein wachsen, macht der Landkreis Terra Alta nicht nur optisch Eindruck, sondern spricht auch Geruchs- und Geschmackssinn an. Die Bienen konzentrieren die Essenz der Landschaft im Honig aus Arnes, dem im Mai ein Fest gewidmet ist. Die Qualität des Olivenöls wird durch eine eigene Ursprungsbezeichnung garantiert. Terra Alta ist Terra Alta ist auch Weinland. Die Standard-Rebsorte Garnacha ist die Seele eines Weißweins mit feinem Duft und intensivem Geschmack. Die Genossenschaften in Gandesa und Pinell de Brai wurden in den 1920er Jahren auf dem neuesten Stand der Technik errichtet; sie sind auch heute noch in Betrieb und der Öffentlichkeit zugänglich. Schüler Gaudís haben sie im Jugendstil erbaut.

Die Erinnerung an den Bürgerkrieg Die Erinnerung an den Bürgerkrieg hält das verlassene Dorf Corbera d'Ebre wach. Das Museum in Gandesa hilft, die Ereignisse zu verstehen. Hier sollte

man die mit Kürbismarmelade gefüllten pastissets (kleine Kuchen, in Gandesa auch casquetes) probieren. Sie kommen auch weiter flussabwärts in Tortosa und Amposta vor und machen süchtig.

● IMMER DEM FLUSS NACH

Der Ebro passiert auch das Dorf Miravet. Die Häuser schmiegen sich dicht ans Ufer, und darüber thront eine beeindruckende Burg aus strengen Würfeln.

An den Ufern des Flusses wachsen Zitrusbäume, darunter Mandarinen und Clementinen mit geschützter geographischer Angabe. Weitläufige Olivenhaine mit über tausendjährigen Bäumen liefern noch immer hochwertiges Öl hervor, das unter einer geschützten Ursprungsbezeichnung vermarktet wird.

Der Fluss erreicht Tortosa, die Kreisstadt von Baix Ebre. Hier ist auf jeden Fall die Kathedrale mit ihrer barocken



DIE PRODUKTE DES MEERES UND INSBESONDERE DER REIS MIT GESCHÜTZTER URSPRUNGSBEZEICHNUNG ZEICHNEN DIE GASTRONOMIE IM EBRODELTA AUS.



Fassade und dem eleganten gotischen Schiff zu besuchen, außerdem die ursprünglich arabische Burg Suda. An der Mündung des Ebro öffnet sich ein neues Kapitel.

● DER HIMMEL AUF ERDEN

Der Ebro arbeitet daran, seinen Lauf zu verlängern. Er bringt Sedimente mit und baut damit an der Pfeilspitze, die ins Mittelmeer ragt. „Die Ebene, wo sich der Himmel in den überfluteten Feldern spiegelt, ist eine eigene Welt.“ Hier wird Reis gesät, hier rasten Flamingos und andere Wasservögel im Naturpark Delta de l'Ebre, Biosphären-

reservat der UNESCO.

Der hiesige Reis ist von bester Qualität und hat eine eigene geschützte Ursprungsbezeichnung (g.U.). Insbesondere die Sorte Bomba wird von den Köchen der Region geschätzt und für Paella verwendet, zu der auch die Meeresfrüchte aus der Umgebung gehören: Miesmuscheln aus dem Delta, Garnelen und Fangschreckenkrebs aus Sant Carles de la Ràpita. Probieren kann man sie in vielen Restaurants, auch solchen mit Michelin-Stern. Der Reis wird außerdem zu einem Getränk gebrannt und zu leckerem Brei verarbeitet; seine Kultur hat ein eigenes Mu-

EBRECOOKING EXPERIENCE

Möchten Sie lernen, wie man den besten Reis der Welt zubereitet? Mit dem Chefkoch des Restaurants im Hotel Algadir in Joan Capilla ist es möglich. Als Erstes besuchen sie den Markt und wählen die besten Zutaten aus. Dann werden Mannschaften gebildet, die jeweils das Rezept eines Reisgerichts zubereiten und dabei die geheimen Tricks erfahren, damit diese gelingen. Anschließend kommt das Beste – ein Mittag- oder Abendesse mit Reis als Hauptgericht und eine Verkostung der Vorspeisen aus lokalen Produkten, begleitet vom Wein aus der g.U. „Terra Alta“.

i Weitere Informationen dazu finden Sie unter:
www.hotelalgadirdelta.com



seum, Molí de Rafelet in Deltebre.

Jetzt ist das Meer schon fast erreicht. Auf der Insel La Banya liegen Salinen. Der Horizont weitet sich, und dort, wo sich Süß- und Salzwasser, mischen, sind die Flöße befestigt, an denen köstliche Miesmuscheln und hervorragende Austern gezüchtet werden.

GLOSSAR

SCHLÜSSELWÖRTER

DER KATALANISCHEN

GASTRONOMIE

A

Allioli (Knoblauchölsauce):

Sauce aus zerstampfem Knoblauch und Olivenöl.

Anxova (Anschovis): Filet einer kleinen Heringart, in Salz eingelegt.

Arbequina: Olivensorte aus Arbeca, deren Früchte kleiner als die der üblichen Sorten sind. Daraus wird ein hochqualitatives Olivenöl gewonnen.
Arròs a banda: Reisgericht mit Fisch und Meeresfrüchten, wobei diese getrennt

vom Reis gekocht werden. Das Gericht wird mit „Allioli“ serviert.

Arrosajat: Reisgericht, das mit der „Rossejat“-Technik zubereitet wird. Der Reis wird dabei in Olivenöl geröstet, bevor Suppe und Fisch hinzugefügt werden.

B

Bacallà a la llauna: Gericht aus gesalzenem Barsch, der in Wasser entsalzt, in Mehl gebraten und dann in einer Kasserolle mit Knoblauch, Petersilie und ge-

mahlenem Paprika serviert wird.

Blat escairat (siehe S. 76): gegarter Maisbruch mit Speck, typisch für den Landkreis El Berguedà.

Botifarrada: Fest und Volksessen, in dem vor allem die „Botifarra“-Wurst verkostet wird.

Bull: Kochwurst aus Schweinefleisch und gewürztem Fett.

C

Calçotada: Volksessen rund um die „Calçots“.
Calçots (siehe S. 13): Frühlingszwiebelsorte, die direkt über einer Flamme gegrillt, mit Sauce serviert und mit der Hand gegessen wird.

Canelons (Cannelloni): Teigröllchen, die mit Hackfleisch gefüllt und in einer Sauce gratiniert werden.
Carquinyoli: Trockenes Süßgebäck aus Mehl, Eiern, Zucker und Mandeln.

Casquetes (siehe

S. 84): mit Konfitüre gefülltes Küchlein.

Cassola de tros (siehe S. 24): Bauereintopf mit Kartoffeln, Gemüse, Schnecken, Spinat und Schweinefleisch.

Champenoise: Methode mit der ein Schaumwein im Stil der Region Champagne entsteht.

Coca de recapte (siehe S. 15): salzige Torte, die aus Gemüseschichten und „Botifarra“- oder Heringstücken besteht.

Codony (siehe S. 76): Quitte.
Costellada: Volksessen rund um den Lammrücken

E

Empedrat (siehe S. 25): Salat aus weißen Bohnen, Olivenscheiben, Tomatenstücken, gehackte Zwiebeln und Kabeljau, mit Olivenöl und Essig beträufelt.

Escalivada: Gericht aus entkerntem, geschältem und auf



offenem Feuer oder im Ofen gegrilltem Gemüse.

Escudella (siehe Rezept S. 38): Gemüseintopf mit Kichererbsen, Fleisch sowie Teigwaren oder Reis.

Esqueixada: Salat aus zerbröckeltem Barsch mit gewürfelter grüner und roter Paprika, Zwiebeln, Oliven und Tomaten sowie mit einer Marinade aus Essig und Olivenöl.

F

Faves a la catalana: Saubohneneintopf mit Pancetta- und Botifarra-Wurst sowie frischer Minze.

Fesol: Bohne.

Fricandó (siehe S. 39): Fleischeintopf mit Pilzen.

G

Galet (siehe S. 24): Teigwaren in Schneckenform, die in einer „Escudella“-Suppe gekocht werden.

Girella: Lammwurst

L

Llicorella (siehe S. 45): Schieferart.

Llonganissa: Bratwurst. Luftgetrocknete Wurst aus Schweinefleisch, Salz und Pfeffer.

M

Mató: Quark.
Mona (siehe S. 23): Ostersüßgebäck als Geschenk der Patenonkel an ihre

Patenkinder.

Mongeta del ganxet (siehe S. 21): Bohnenart mit einem charakteristischen, milden Geschmack.

Morter (Mörser): widerstandsfähiges Gefäß zum Zerstampfen, und um Substanzen zu Pulver oder zu einer Paste zu verarbeiten.

O

Òlha aranesa (siehe S. 71): typische Suppe aus La Val d'Aran aus Fleisch, Gemüse, Hülsenfrüchten und Teigwaren.

P

Pa amb tomàquet: Brotscheibe, die mit einer reifen Tomate verrieben und mit

Olivenöl und Salz gewürzt wird.

Panellet: Süßspeise aus Marzipan, die zu Allerheiligen zubereitet wird.

Pambotmaquejar: „Pa amb tomàquet“ zuzubereiten und zu essen.

Panxeta: Pancetta.
Pastisset: Küchlein in der Form eines Halbkreises aus Mehl, Zucker, Olivenöl, Anis und geriebener Zitronenschale, gefüllt mit einer Kürbiskonfitüre oder „Cabell d'àngel“.

Maskierte Kartoffel

(siehe S. 76): traditionelle Speise aus Kartoffeln mit schwarzer „Boti-

farra“-Wurst oder „Botifarra del Perol“ und knusprigem Speck.

Picada: kulinarische Methode, die darin besteht, gewisse Zutaten in einem Mörser zu zerstampfen, um diese dann einer Speise oder Sauce hinzuzufügen.

Picapoll: kleine Weintraubensorte aus dem Landkreis El Bages.

Pilota (siehe S. 24): großes Fleischbällchen aus gehacktem Schweinefleisch, Ei und Mehl, die den Eintöpfen oder der Suppe beigelegt wird.

Plat: Teller mit Fleischeintopf.

Prat-Huhn: Huhnrasse aus Prat de Llobregat.

Porró: Weingefäß mit einer breiteren Basis und einer Spitze, aus der der Wein direkt in den Mund gegossen wird, und mit einem langen Arm auf der gegenüberliegenden Seite, um es zu füllen.

R

Romesco: Sauce aus „Nora“ (roter Paprika), gegrillten Knoblauchzehen und Tomaten, gerösteten Mandeln und Haselnüssen, Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer und gemahlener Paprika.

S

Samfaina: Speise aus gewürfelten Auberginen, Zucchini und Paprika, die mit Knoblauch, Zwiebel, Tomaten und Olivenöl gebraten werden.

Secallona: gepökelte Wurst aus gehacktem Schweinefleisch, Knoblauch und Pfeffer.

Setrill (siehe S. 41): Essig oder Ölfflasche aus Glas mit einem schmalen Hals und einer Spitze zum Gießen.

Sol i serena (siehe S. 49): Methode, bei der der Wein oder Weinbrand im Freien reift.

Suquet: Sauce, mit der ein bestimmter



Fischeintopf gewürzt wird.

T

Tastet (siehe S. 76): gehacktes und gebratenes Schweinefleisch für Füllungen.

Tortell: mit Sahne, Creme, Konfitüre, Marzipan oder „Cabell d'àngel“ gefüllter Kranzkuchen.

Trementinaires (siehe S. 57): Frauen, die Naturheilmittel von Dorf zu Dorf verkauften.

Trinxat (siehe S. 77): Gericht aus gekochtem Gemüse und gekochten Kartoffeln, die mit einer Gabel zerstampft und mit

Speck vermengt werden.

V

Vi ranci (siehe S. 49): in Holz gereifter Wein mit Sherry-Aroma.

X

Xató (siehe S. 81): herbstlicher Salat.
Xatonada: Volksessen für große Gruppen mit Xató als Hauptspeise.

Xolís (siehe S. 70): Wurst aus magerem Schweinefleisch.
Xuixo (siehe S. 69): süßer, mit Creme gefüllter Krapfen aus feinem Teig.



WEITERE INFORMATIONEN

Stellen für Tourismusförderung

Patronat de Turisme de la Diputació de Tarragona

www.costadaurada.info, www.terresdelebre.travel

Patronat de Turisme Costa Brava i Pirineu de Girona

www.costabrava.org

Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida

www.aralleida.cat

Oficina de Promoció Turística de la Diputació de Barcelona

www.barcelonaesmoltsmes.cat

Turisme de Barcelona

www.barcelonaturisme.com

Weitere Informationen über Katalonien

www.catalunya.com

 www.facebook.com/catalunyaexperience
@catexperience

 www.twitter.com/catexperience
@catalunyaexperience

 www.instagram.com/catalunyaexperience

 www.youtube.com/user/CatalunyaExperience

 <https://plus.google.com/+Catalunyaexperience1>

Ask the office:

www.facebook.com/catalunyaexperience/

app_431056236953440

Palau Robert - Centre d'Informació de Turisme de Catalunya

Passeig de Gràcia, 107. 08008 Barcelona

+ 34 93 238 80 91 / 92 / 93

Fax + 34 93 292 12 70 / +34 93 238 40 10

www.gencat.cat/palaurobert

Öffnungszeiten: Montag bis Samstag: 10:00 - 20:00 Uhr

Sonntag und an Feiertagen: 10:00 - 14:30 Uhr

Touristeninformation

012 innerhalb Kataloniens

902 400 012 von außerhalb Kataloniens

+34 902 400 012 von außerhalb Spaniens

JETZT BUCHEN
UND KATALONIEN
ERLEBEN



PARTNERS



FCBARCELONA
més que un club



Official Europe's airline partner

vueling



BARCELONA
1876





Generalitat de Catalunya
Regierung von Katalonien
Katalonien Tourismus

