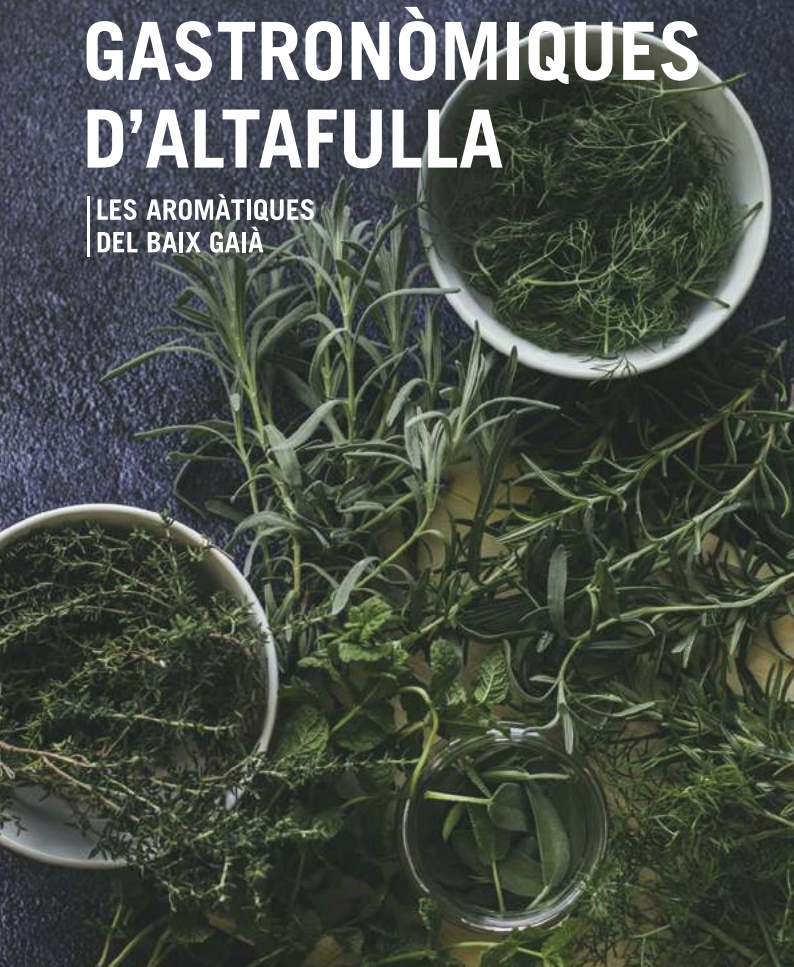


XII JORNADES GASTRONÒMIQUES D'ALTAFULLA

LES AROMÀTIQUES
DEL BAIX GAIÀ



ROMANÍ

La càmbora de romaní és un tònic general de la circulació sanguínia i del sistema nerviós. S'utilitza en els casos d'hipotensió, espasmes vasculars i problemes de circulació perifèrica insuficient. És colagog i colèric. S'utilitza en associació amb altres plantes en el tractament de l'hepatitis i la colicistitis. També és diürètic. S'utilitza en alteracions de la menstruació com l'amenorrea, oligomenorrea i dismenorrea. L'alcohol de romaní serveix per a adobar la pell de les persones que estan en llit i prevenir que se'ls formin les temudes úlceres per decúbit.

FONOLL

La principal virtut medicinal del fonoll és que resulta un excel·lent carminatiu. Alleuja essencialment el dolor intestinal d'origen digestiu i les flatulències, a més d'afavorir l'apetit. Tant les fulles com les llavors posseeixen propietats similars. El fonoll és útil en el tractament de diversos problemes gàstrics en els quals interessa aconseguir un efecte estimulants. Produïx una discreta activitat expectorant i està indicat en el tractament de la tos crònica. L'arrel posseeix virtuts diürètiques. La fulla és vulnerable i estimula la motilitat gàstrica.

SÀLVIA

El seu efecte antisudorífic es deu al fet que l'oli essencial paralitza les terminacions nervioses perifèriques de les glàndules sudorícoles i al fet que actua sobre el centre cerebral termoregulator. Estimula també la secreció biliar i a més disminueix les flatulències digestives pel seu efecte carminatiu. S'empra en col·lutoris en cas d'inflamació de les genives i faringitis. Per aquesta mateixa activitat astringent, són útils les compreses de sàlvia sobre úlceres i llagues de difícil cicatrització.

FARIGOLA

És un antimicrobià. El seu efecte sobre l'estómac és carminatiu, espasmolític i aperitiu i resulta útil en el tractament de la gastritis crònica. Actua sobre els intestins com a simpaticolític, reduint la flatulència, i com anti-diarreic lleuger. Actua sobre la musculatura i el sistema nerviós central dels cucs i tènies, provocant una excitació passatgera, seguida d'una paràlisi de l'animal, que permet l'expulsió d'aquest. S'utilitza en el tractament de la tos seca, la irritativa i la de tipus asmàtic. Les seves propietats bactericides es redueixen en presència de proteïnes. Produïx un efecte desodorant sobre les secrecions (saliva, alè, suor, orina, femta): les esbandides de boca corregeixen el mal alè. L'essència de farigola es pot utilitzar com a antisèptic en la piorea alveolar.

ESPÍGOL

Per via interna és colagog i colèric; s'associa a altres plantes amargues amb les quals actua com a corrector de sabor. Sobre l'estómac exerceix un efecte estimulants. Les flors d'espígol posseeixen una propietat sedant; són útils en cas de migranyes i altres cefalees, i en els casos de palpitations d'origen nerviós del cor, així com en els estats de neurastènia. Exerceix a més un efecte diürètic i hipotensor. Per via externa és un antisèptic i cicatrizant.

MENTA

Estimulant, carminativa, antiespasmòdica, diürètica i febrífuga. S'utilitza principalment en perfumeria i com a condiment culinari.

BRUIXES DE BURRIAC

C/ del Cup, 5 | 977651557 | de dimarts a diumenge de 13:30h a 16h i de 20:30h a 23h (diumenge nit i dilluns tancat)

Hortalisses a la broche – romaní
I farigola – veloutés de verdures i
formatges tendres

Capuccino de bouillabaise – peix de
llotja – aroma de fonoll rostit

Vedella estofada melosa – pastisset
de la cistella de bolets amb sàlvia i
cebeta tendra

Duo de xocolates en mussolina –
menta i macarrons

31,90 €

IVA inclòs
Beguda no inclosa

EL POZO

C/ Lleó, 14 | 677510321 | de dijous a diumenge de 20h a 23h

ENTRANTS A ESCOLLIR

Crema de carbassa amb espígol
Coca d'herbes aromàtiques i parmesà

SEGONS A ESCOLLIR

Bacallà amb crema de menta i pèsols
Entranya de vedella marinada a les
fines herbes

POSTRES

Crema de llimona amb menta i gelat
de xocolata

30,00 €

IVA inclòs
Beguda i cafè inclosos

SOLOCOMO

Pl. Martí Royo, 3 | 977650009 | de 13h a 15:45h i de 20h a 22:30h
(dilluns tancat)

Pizza individual de xocolata
amb menta

5,00 €

IVA inclòs

EL BRUIXOT

Pl. Martí Royo, 2 | 626677990 / 645938780
de dimarts a diumenge de 13h a 15:15h i de 20h a 22:30h
(tancat diumenge nit i dilluns)

Estofat de cua de vedella
amb farigola i romaní

10,00 €

IVA inclòs

MARITIME BEACH CLUB

C/ Pescadors, 3 | 977651305 | de dimarts a divendres de 13h a 15:30h

Amanida d'escarola amb tonyina
escabetxat al romaní i llima

Arròs amb conill a la farigola amb
les seves verdures

Postres a escollir

13,50 €

IVA inclòs
Copa de vi o aigua inclosos

COSTA DORADA

C/ Mestral, 3 | 977650781 | de 13h a 15:30 i de 20h a 22:30h

PRIMER A ESCOLLIR

Canalons amb toc de romaní
Pop a feira o bacallà esqueixat

SEGONS A ESCOLLIR

Peix del dia al forn amb patates
marinades amb fonoll
Arròs de cardo amb conill al romaní
(mínim 2 persones)

POSTRES

Brownie de xocolata amb menta
Carta de postres

23,50 €

IVA inclòs
Copa de vi o aigua inclosos

LA TABERNA DEL MAR

C/ Mestral, 5 | 977656268 | divendres i dissabtes de 13h a 16h i de 20h a 23h, diumenges de 13h a 16h

Olla d'Altafulla

(pollastre, conill, costella de porc i verdures
vàries tot aromatitzat amb fonoll, farigola,
llorer i sajolida)

12,00 €

IVA inclòs
Inclou una beguda

EL MERCADET

Camí del Prat, 52 | 877075804 | de dimecres a dissabtes tot el dia, diumenges només migdia

PLAT

Amanida de fonoll, taronja i perdiu
escabetxada

POSTRES

Pastís de formatge i menta

PLAT

12,00 €

IVA inclòs

POSTRES

5,00 €

IVA inclòs

VORAMAR

C/ Pons d'Icart, s/n | 977650630 | tots els dies de 13h a 16h

Tàrtar de tomàquet amb carpaccio de bacallà, i pesto de romaní

Arròs de carxofa fumada amb galta de porc a baixa temperatura i fonoll

Gelats cítrics sobre base de sorra de quicos

26,00 €

IVA inclòs
Beguda inclosa



1. Bruixes de Burriac
2. El Pozo
3. Solocomo
4. El Bruixot
5. Maritime Beach Club

6. Costa Dorada
7. La Taberna del Mar
8. El Mercadet
9. Voramar



CONCURS AL PLAT!

Els comensals podran participar en un concurs de fotografia 2.0, tant a Facebook, Twitter com Instagram amb l'etiqueta **#aromatiques2019** i, d'entre totes les imatges, se n'escolliran les tres millors que seran obsequiades amb uns llibres sobre la història del Baix Gaià.

Les persones premiades es donaran a conèixer el 15 de novembre i es comunicaran al web de l'Ajuntament d'Altafulla www.atafulla.cat.

#aromatiques2019

TALLER DE CUINA

Apunta't al taller per adults i infants i aprèn a cuinar 4 plats relacionats amb les plantes aromàtiques del Baix Gaià.

QUAN?

1 de novembre a les 12:00h

ON?

Llar d'Infants Hort de Pau

QUANT VAL?

3,00€

ON M'APUNTO?

Oficina de Turisme fins al 30.10.19

*Màxim 15 persones
(cada nen/a ha d'anar acompanyat d'un adult)



@AjAltafulla



ajuntamentdaltafulla



ajuntament.atafulla



25 oct. - 11 nov. 2019

#aromatiques2019

