



Jordi Bastart

100

coses per fer a
Catalunya

**almenys una vegada
a la vida**

VIA AUGUSTA



Cossetània Edicions



• Col·lecció Via Augusta – 4 •

**100 coses
per fer
a Catalunya
almenys una vegada
a la vida**

JORDI BASTART

Cossetània
EDICIONS





Primera edició: maig del 2016

© del text: Jordi Bastart

© de l'edició:
9 Grup Editorial
Cossetània Edicions
C/ de la Violeta, 6 • 43800 Valls
Tel. 977 60 25 91
Fax 977 61 43 57
cossetania@cossetania.com
www.cossetania.com

Disseny i composició: Imatge-9, SL

Impressió: Romanyà-Valls, SA

ISBN: 978-84-9034-461-3

DL T 282-2016



ÍNDIX

Pròleg, per Jordi Bastart..... 11

COSTA BARCELONA

1. Apadrina una tortuga. Baix Llobregat..... 13
2. Ara ve Nadal, matarem el gall. Alt Penedès..... 14
3. Castanyer d'en Cuc. Vallès Oriental 15
4. Conductor de fórmula. Vallès Oriental 16
5. De mar al plat. Maresme..... 17
6. El millor gelat. Maresme..... 18
7. Fes el teu propi cava. Alt Penedès 19
8. Música subterrània. Baix Llobregat 20
9. Pel camí dels Monjos. Vallès Occidental 21
10. Penjats sobre la vall del Llobregat. Baix Llobregat i Bages... 23
11. Rialles al Montseny. Vallès Oriental..... 25
12. Romans sota terra. Barcelonès..... 26
13. Terços amunt! Alt Penedès 28
14. Un jardí japonès. Baix Llobregat 29
15. Una guerra ben dolça. Garraf 30
16. Vinyes a vol d'ocell. Alt Penedès..... 31
17. Viu el Modernisme. Baix Llobregat..... 32

PAISATGES BARCELONA

18. A tocar el campanar. Osona 34
19. Aparicions entre pedres històriques. Bages 35
20. El balcó de Catalunya. Osona..... 36
21. Els primers catalans. Anoia..... 38
22. Meitat ase, meitat bicicleta. Osona 39
23. Portar una tartana. Bages..... 40
24. Prohibit gronxar-se! Osona 41

COSTA BRAVA

25. A hissar veles. Baix Empordà..... 42
26. De la mà de Iulia Domitia. Alt Empordà 43
27. El bosc animat. Pla de l'Estany..... 44
28. El forat de l'infern. Alt Empordà 45
29. El món màgic de les goges. Pla de l'Estany 46
30. Inuits a la Costa Brava. Alt Empordà..... 47
31. Jazz entre gira-sols. Baix Empordà..... 48

32. Misteri i notes musicals. Alt Empordà.....	49
33. Notes musicals plenes d'amor. Baix Empordà	51
34. Prehistòrics per unes hores. Pla de l'Estany.....	52
35. Sentir-se a la Lluna. Alt Empordà.....	54
36. Som el que mengem. Baix Empordà	55
37. Surrealisme nocturn. Alt Empordà	56
38. El Ter en caiac. Baix Empordà	58
39. Un món sota l'aigua. Selva, Baix Empordà	59
40. Volar sobre les onades. Alt Empordà	60

COSTA DAURADA

41. De l'edat de pedra al neoprè. Conca de Barberà.....	61
42. El món del vi. Priorat.....	62
43. Emmascarat! Alt Camp.....	64
44. La font del cava. Baix Camp.....	65
45. Música i estels a Poblet. Conca de Barberà.....	66
46. Un paisatge de llegenda. Priorat	68
47. Un Sant Jordi de pel·lícula. Conca de Barberà.....	69
48. Un violoncel compromès. Baix Penedès.....	71
49. Una de romans. Tarragonès.....	72

TERRES DE L'EBRE

50. Abecedari de la Llibertat. Terra Alta.....	74
51. Cava i ostres al mig del mar. Montsià.....	75
52. En caiac fins a un castell templer. Ribera d'Ebre	76
53. Nedar entre tonyines. Baix Ebre.....	78
54. Oliveres mil·lenàries. Montsià	79
55. Pedalant per la via del tren. Terra Alta i Baix Ebre.....	80
56. Plantada d'arròs i miratges. Baix Ebre	82
57. Un àpat a la Catedral del Vi. Terra Alta.....	84
58. Una carmanyola de pa. Ribera d'Ebre	86

TERRES DE LLEIDA

59. Art i tapes. Urgell	87
60. Com sonen les campanes. Noguera.....	88
61. Fragàncies naturals. Garrigues	89
62. El millor oli del món. Garrigues.....	91
63. L'home ocell. Noguera.....	92
64. Plantes curatives. Noguera	93
65. Pluja d'estrelles. Noguera	94
66. Recolliment i pau interior. Urgell	95

67. Titellaire per unes hores. Urgell 96
 68. Tren dels Llacs. Segrià, Noguera, Pallars Jussà 97
 69. Vinyes artístiques i musicals. Garrigues..... 98

PIRINEUS

70. El Tren del Ciment. Berguedà 99
 71. No fem el ruc! Berguedà..... 100
 72. Un infern de guspies. Berguedà 101
 73. Banys termals en ple hivern. Alta Cerdanya 102
 74. El Tren Groc. Alta Cerdanya..... 103
 75. A tocar del cel. Garrotxa 105
 76. El darrer càtar. Cerdanya 106
 77. I si es desperta el drac? Garrotxa 108
 78. La festa dels pastors. Ripollès 109
 79. Per damunt dels volcans. Garrotxa 111
 80. Posar-la al forat. Alt Empordà 112
 81. Transhumància i tria de mulats. Ripollès..... 113
 82. Amb raquetes als peus. Pallars Sobirà..... 114
 83. Baixada de torxes. Pallars Sobirà 115
 84. Brama del cérvol. Pallars Jussà 116
 85. Camí de les àligues. Pallars Jussà 118
 86. De l'XI al XXI, del romànic a la innovació. Alta Ribagorça... 119
 87. El dolmen més gran i l'hostal més antic. Solsonès..... 121
 88. La paret de Catalunya. Pallars Jussà 123
 89. La Porta del Cel. Pallars Sobirà..... 124
 90. Pel món en dues rodes. Alt Urgell..... 125
 91. Productes tradicionals a l'alta muntanya. Pallars Sobirà... 126
 92. Riu avall. Pallars Sobirà..... 127
 93. *Yo soy aquel negrito...* Pallars Jussà 129

VALL D'ARAN

94. El mar de la Vall d'Aran. Vall d'Aran 130
 95. Fauna salvatge en llibertat. Vall d'Aran 131
 96. Fes de múixer. Vall d'Aran..... 133

DIVERSOS LLOCS

97. Dormir als arbres. Maresme, Selva 134
 98. Un carronyaire d'envergadura. Matarranya 135
 99. Ranxo mariner a bord. Baix Camp, Garraf, Selva,
 Baix Empordà, Alt Empordà 137
 100. Teràpies amb pell de vi. Anoia, Alt Empordà 139



PRÒLEG

A les vostres mans teniu un llibre molt diferent. No es pot catalogar com a guia de viatges, però incita al viatge i a la descoberta. És un recull d'idees originals que proposen visitar indrets dels quals potser ja n'heu sentit parlar, però que aquí plantegem descobrir d'una forma més original. També us oferim activitats per fer a l'aire, a terra o al fons del mar. Rutes gastronòmiques, itineraris per la natura, propostes per a la mainada, en fi, un munt de coses — fins un centenar — que potser mai no hauríeu pensat que podien existir i que nosaltres us les oferim en una mena de recordatori atractiu.

El centenar de propostes les hem classificat per marques turístiques, les que Turisme de Catalunya té reconegudes, perquè així us sigui més fàcil triar el territori. També n'hem situat algunes fora dels límits del Principat —Catalunya del Nord i la comarca del Matarranya—, zones on l'ús del català resulta habitual. Al final del llibre trobareu algunes propostes que, com que es poden realitzar en diferents indrets, no les hem volgut situar en cap àrea concreta.

A cada proposta l'acompanya una petita guia pràctica on es relata la manera d'arribar-hi, a més d'informació d'interès (horaris, preus, portal d'Internet...).

I res més, penseu que *100 coses per fer a Catalunya almenys una vegada a la vida* vol ser un recull d'idees innovadores que complementa el que ja va publicar la mateixa editorial sobre Barcelona. No cal fer-les totes i les que més us agradin les podeu repetir; sempre hi trobareu algun aspecte diferent. Ja ho veureu!

JORDI BASTART





1. APADRINA UNA TORTUGA. BAIX LLOBREGAT

El 26 d'agost de 2014 saltava la notícia als mitjans de comunicació de la posta d'una tortuga marina a les platges tarragonines. La tortuga babaua (*Caretta caretta*) és una espècie en perill d'extinció i, en aquest cas, un exemplar adult va fer una posta de 89 ous que, un cop desenterrats, van ser portats a un altre indret més tranquil per tal d'assegurar l'èxit de l'eclosió.

Molts cops aquestes tortugues s'enreden a les xarxes dels pescadors i, si estan ferides, es porten al CRAM, on un cop recuperades les retornen al mar. Aquesta Fundació per a la Conservació i Recuperació d'Animals Marins està situada a prop de la platja del Prat de Llobregat, es pot visitar i, el que és més important, apadrinar una tortuga amb una petita quota anual. Les tortugues poden superar els 90 anys de vida i des que aquesta institució funciona s'han recuperat i alliberat al mar més de 500 tortugues.

Aquest és el moment més emotiu, quan els animals són alliberats a la sorra i amb una gran intuïció corren cap a l'aigua per tornar a recuperar la seva llibertat entre els aplaudiments dels presents.

A més de tortugues, al CRAM s'encarreguen de recuperar altres espècies marines com dofins o balenes.

COM ARRIBAR-HI

Les instal·lacions del CRAM estan situades al delta del Llobregat, entre els estanys de la Ricarda i de la Roberta, molt a prop de les pistes d'aterratge de l'aeroport de Barcelona. S'hi arriba des de l'autovia de Castelldefels (C-31) seguint les indicacions "Espais naturals del Delta".

MÉS INFORMACIÓ

CRAM

<http://www.cram.org>

Preu: 50 euros apadrinar una tortuga i 35 euros fer-te amic del CRAM.



2. ARA VE NADAL, MATAREM EL GALL. ALT PENEDEÈS

El pollastre era abans una menja tradicional del Nadal. Ara potser es busquen àpats més sofisticats, però si el gall és el negre del Penedès, poca broma. Un cap de setmana abans de Nadal, la Rambla de Vilafranca del Penedès s'omple de petits corrals on venen el gall i l'ànec mut del Penedès. Aquest gall, que va estar a punt de desaparèixer, té un plomatge de color negre amb diferents tonalitats i es cria expressament per a aquesta diada. La seva carn és blanca, consistent, s'alimenta amb gra, fruites i hortalisses, sota un estricte control per part dels criadors.

Un cop escollit l'animal, allà mateix el maten, te'l plomen i fins i tot et faciliten la recepta per cuinar-lo. Durant el cap de setmana que dura la fira hi ha parades per degustar receptes, sobretot del gall que s'acostuma a condimentar amb peres, prunes i pinyons, encara que també n'hi ha que el cuinen amb vi negre —evidentment, del Penedès—, pastanagues i cebes. Això va a gustos.

Recordeu que a Vilafranca del Penedès podeu visitar el renovat Vinseum (museu dedicat al món del vi) i pujar al campanar de l'església de Santa Maria per acomiadar el dia amb una copa de vi del Penedès tot escoltant el so de les campanes.

Si no podeu anar a la Fira del Gall del Penedès, una setmana abans el Prat de Llobregat celebra la Fira Avícola de la Raça Prat, on es comercialitza el pollastre i capó del Prat conegut popularment com *pota blava*. En aquest cas, en el recinte de la Fira Avícola hi podem trobar l'exemplar que més ens agradi i a l'Espai Gastronòmic els restauradors locals ofereixen un tast de les millors receptes. Bon profit, però aneu amb compte a atipar-vos; uns dies després ve Nadal i Sant Esteve, i ja se sap...

COM ARRIBAR-HI

A Vilafranca del Penedès per l'autopista AP-7 o per l'N-340.

MÉS INFORMACIÓ

Fira del Gall del Penedès

<http://www.firadelgall.com>; <http://www.gallpenedes.com>

<http://turisme.vilafranca.cat>

Fira Avícola de la Raça Prat

<http://www.economia.elprat.cat>



3. CASTANYER D'EN CUC. VALLÈS ORIENTAL

Abraçar un arbre mil·lenari diuen que transmet molta energia, dormir al seu interior pot convertir-nos en éssers afortunats.

Al peu del Montseny, a la vall de Vallforners, el castanyer d'en Cuc està catalogat com a arbre monumental. Les seves dimensions, amb 11,7 metres de perímetre, el converteixen en el més gran de Catalunya. Exemplar diverses vegades centenari —es calcula que té entre 600 i 700 anys—, el seu tronc buit i ennegrit per dintre ja deixa entreveure que allà, durant molts anys, hi va viure un carboner que per escalfar-se feia foc a l'interior. Diuen que no fa massa temps sis persones hi van ballar una sardana a dins. Les dimensions el converteixen en una cosa excepcional i per arribar-hi ens caldrà fer una distreta excursió d'un parell d'hores entre anada i tornada.

El punt de partida és la població de Cànoves, que conserva una interessant església amb vestigis romànics i un bon restaurant de cuina tradicional al seu costat —Can Garriga. Una carretera ens acosta fins a l'embassament de Vallforners. Tancades les seves comportes l'any 1989, recull les aigües del pla de la Calma, el turó Monner i el puig del Sui, entre d'altres. El vehicle s'ha de deixar a l'aparcament que trobarem abans d'arribar a la resclosa i fer a peu els deu minuts que ens en separen. Continuarem fins a la cua de l'embassament i a la dreta hi trobarem una pista senyalitzada que ens acosta fins al castanyer d'en Cuc. El camí de pujada pel mig del bosc va resseguint el torrent de la Baga d'en Cuc i en uns 45 min arribarem fins a aquest magnífic arbre, després d'haver deixat a la dreta la pista que ens porta fins la Casa del Bosc. Ara toca admirar i gaudir aquest magnífic exemplar de la natura que de ben segur n'ha vist de tots colors!

COM ARRIBAR-HI

Des de l'N-152a que passa per Granollers, en arribar a les Franqueses del Vallès (Corró de Vall) agafarem la BV-5151, que en 10 km ens porta fins a Cànoves.

MÉS INFORMACIÓ

Excursió al castanyer d'en Cuc

<http://bit.ly/1qZ8brV>

<http://www.turisme-montseny.com/ca/cultura/castanyer-gros-de-can-cuch.html>



4. CONDUCTOR DE FÓRMULA. VALLÈS ORIENTAL

T'agrada el món del motor? Voldries conèixer quina és la sensació de conduir un cotxe esportiu en un circuit oficial? Doncs tot això és possible al Circuit de Catalunya-Barcelona!

Pots sentir el mateix que un pilot de F1 posant-te al volant d'un d'aquests bòlids o, si prefereixes un cotxe esportiu, pots escollir entre un Ferrari, un Lamborghini o un Porsche. Sempre tindràs al teu costat un monitor experimentat i el preu estarà en funció del nombre de voltes contractades.

Les voltes amb un F3 conduït per tu mateix es realitzen darrere d'un vehicle d'altres prestacions (280 CV) portat per un pilot professional i les de F1, en un vehicle de fórmula però triplaça, on s'ocupa el lloc del copilot. En tots els casos la sensació de velocitat és increïble.

El circuit de Catalunya-Barcelona acull cada temporada els principals esdeveniments del motor a escala mundial: el Gran Premi d'Espanya de F1 i el Gran Premi de Catalunya de Moto GP, entre d'altres. Té un traçat d'uns tres quilòmetres amb vuit corbes a dretes, cinc a esquerres i la recta de tribunes és de 1.300 metres.

COM ARRIBAR-HI

El circuit de Catalunya-Barcelona, conegut popularment com el Circuit de Montmeló, és a 32 km de Barcelona. Per arribar-hi, el millor és l'autopista AP-7.

MÉS INFORMACIÓ

http://ca.circuitcatexperience.com/conduir-un-ferrari-430_2.html

<http://www.motorexperience.es/circuito/montmelo>

Preu: entre 99 euros per a una volta i 299 euros per a tres voltes en un Ferrari F430 F1 de competició.



5. DEL MAR AL PLAT. MARESME

Normalment, sense llicència de peixater o majorista està prohibit comprar en una subhasta de peix. Fins i tot actualment, amb la modernització de les llotges de peix tampoc deixen entrar el públic si no és en visites guiades. Doncs a Montgat, cada dia a la una del migdia, de dilluns a divendres, els quatre pescadors del poble ofereixen les captures obtingudes a tothom que s'hi vulgui arribar. Ells, de bon matí, van a llevar el tresmall o el palangre amb el seu bot i les orades, sargs, escòrpores, rogers i potser, si tenim sort, sèpies o també alguna llagosteta, són presentades en petites safates de vímec. Al cobert, al costat de la primera via del tren que va existir a l'Estat espanyol, hi fa cap tot tipus de personal, des d'encuriosits fins a propietaris d'algun bar o restaurant. La subhasta comença com es feia abans, des del preu més elevat per anar baixant fins que una mà diu "prou!". Es paga en un petit despatx que hi ha al costat —tot legal— i cadascú s'emporta el peix acabat de sortir de la mar per cuinar-lo a casa seva.

De passada, si és estiu, podem gaudir d'un bany a la fantàstica platja del davant, jugar un partit de vòlei a les instal·lacions que hi ha a la sorra o menjar unes sardines a qualsevol dels "xiringuitos" que hi ha allà mateix. I, tot plegat, a tocar de Barcelona.

COM ARRIBAR-HI

Fins a Montgat s'hi pot arribar per la C-31 des de Barcelona, però també amb els trens de Rodalies. Cal baixar a Montgat-Nord i des d'allà, a peu, pel camí que discorre entre la platja i la via del tren —molt utilitzat per vianants i ciclistes—, en cinc minuts estarem al lloc de la subhasta, situada al costat dels antics Banys de Montgat.

MÉS INFORMACIÓ

Subhasta de peix a Montgat

<http://bit.ly/1nvmG3s>





Jordi Bastart

6. EL MILLOR GELAT. MARESME

Un rètol lluminós de neó molt acolorit anuncia el local. És un bon presagi, ja que diuen que és una de les millors gelateries de Catalunya. Jaume Torró, el 2012, va ser nomenat el millor gelater al campionat que se celebra anualment a Alacant amb dues propostes que consistien en un pastís de crema de vainilla de Tahití amb xocolata blanca maridat amb vi dolç i un sorbet de maduixa del Maresme amb pell de taronja i pebre rosa maridat amb Cointreau.

Triar el gust d'un gelat molts cops respon a l'estat d'ànim. A la Gelateria Núria n'hi ha d'autor i també amb els gustos tradicionals. Diuen que el gelat de dònut és molt original i els *cupcakes* val la pena tastar-los, però el de llet merengada és per llepar-se'n els dits. Per Sant Jordi preparen una copa amb sorbet de gerds, pa de pessic de llimona i sorbet d'utxi i roses a la part de dalt que es cobreix amb un macarró d'ametlla i cristalls de rosa.

Menjar gelat predisposa a l'alegria i al bon rotllo. Som-hi!

COM ARRIBAR-HI

A Malgrat de Mar, per l'autopista C-32 o per l'N-II, que recorre totes les poblacions de la costa. També amb la xarxa de ferrocarrils.

MÉS INFORMACIÓ

Cafeteria Núria, carrer de Marià Cubí, 70. Es troba davant l'estació de tren de Malgrat de Mar. A més de gelats, també serveixen orxata, suc natural, creps, gofres, pastissos i entrepans. A l'interior hi ha una terrassa força agradable.





7. FES EL TEU PROPI CAVA. ALT PENEDEÀS

A qui no li agradaria elaborar un cava propi i sorprendre els amics amb unes ampolles etiquetades amb el seu nom?

Artcava és un celler ubicat a la masia mil·lenària de Can Batlle que gestionen dos joves emprenedors. Aquest celler està especialitzat en la producció de cava i, per elaborar-lo, se seleccionen els millors cupatges i llevats, i s'evita utilitzar elements químics. Entre els seus productes principals, ofereixen una experiència única al visitant, com és la possibilitat de crear el seu cava propi, participant en el procés d'elecció dels vins, del desgorjament i elaboració del cava, amb la possibilitat de personalitzar l'etiqueta i emportar-se el producte per tal de gaudir-ne a casa. Tot això en una o més jornades, ja que per obtenir un bon cava el Consell Regulador assenyala nou mesos com a mínim.

Tant per als caves de Can Batlle com per als que fan els visitants, no s'utilitza licor d'expedició; per tant, cada any el cava resultant tindrà l'expressió que marqui la collita i això assegura una característica diferent en cada anyada segons el saber fer de l'enòleg.

Però aquí no acaba l'experiència engrescadora, ja que durant la visita s'explica la història de la masia, el petit museu que hi ha, la cultura del vi i el cava, la forma de seleccionar el raïm, a més dels treballs i cures que requereix la vinya.

També, des de la masia, podem passejar entre les vinyes fins a arribar al jaciment iber de Font de la Canya, que, amb les restes descobertes, es creu que podria ser el nucli origen de la vinya a Catalunya. Les visites han de ser d'un mínim de 10 persones.

Si a tota aquesta experiència hi afegim que el cava és de bona qualitat, haurem assolit un dels reptes de qualsevol afeccionat a l'elixir màgic de les bombolles: tenir una marca pròpia de prestigi.

COM ARRIBAR-HI

Artcava està situat a prop de l'N-340, a l'alçada del nucli de les Cabòries.

MÉS INFORMACIÓ

Artcava, Masia Can Batlle, s/n. Avinyonet del Penedès

Tel. 938 970 228 – 647 906 742

<http://www.artcava.com>

Preu: entre 20 i 50 euros/pers., segons activitat.





Jordi Bastart

8. MÚSICA SUBTERRÀNIA. BAIX LLOBREGAT

Al peu de la muntanya de Montserrat, a prop de Collbató, la cova del Salnitre és un espectacle natural que deixa tothom bocabadat. Si, a més, coincidim amb una interpretació musical a l'interior, la satisfacció serà doble. Si les estalactites i estalagmites a vegades ens recorden els tubs d'un orgue, el Festival de Noves Sonoritats Gong, amb les notes que desprenen instruments com el *hang* o el *bell*, a vegades envoltats de polifònies vocals, ens permet gaudir, encara que sigui durant un parell de dies, d'una sonoritat extraordinària potenciada per la cavitat subterrània. L'escenari està situat en una cavitat natural de grans dimensions coneguda com la Catedral, que destaca per l'acústica excel·lent i un ambient natural molt adequat per a aquestes sonoritats. Realment espectacular!

Aquest festival es converteix en una plataforma de coneixement d'instruments i sons no convencionals. A la terrassa del Gong, tant abans com després dels concerts, es podrà descansar còmodament compartint amb els amics una de les taules d'aquest espai i degustar una excel·lent varietat de refrescs i productes gastronòmics naturals, mentre es gaudeix de l'aire fresc del capvespre, unes vistes espectaculars que arriben fins al mar i l'acompanyament d'una música suau.

COM ARRIBAR-HI

Fins al poble de Collbató, per l'autovia A-2, tant si venim des de Lleida com des de Barcelona. Després, cal seguir les indicacions fins a la zona d'aparcament de les coves del Salnitre.

MÉS INFORMACIÓ

El Festival de Noves Sonoritats Gong se celebra normalment un cap de setmana de finals de juliol.

<http://www.gong.cat/gong/>

Preu de cada concert: 20 euros

