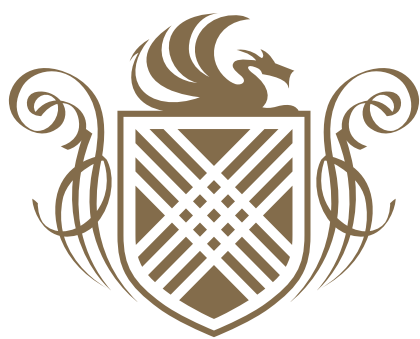


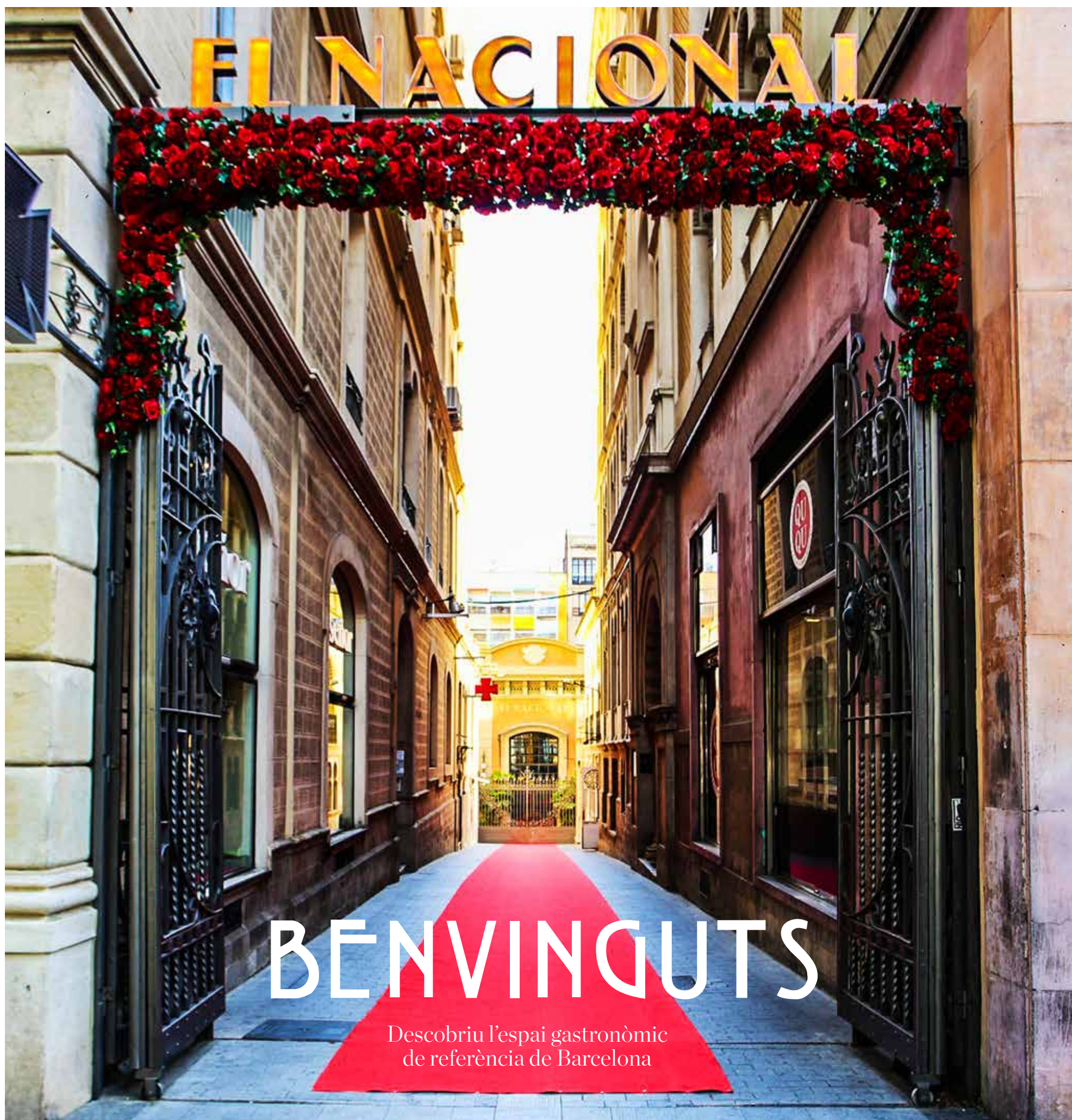
NOTES GRÀFIQUES



NÚMERO 4 -PRIMAVERA-ESTIU 2017

EL NACIONAL

BARCELONA



BENVINGUTS

Descobriu l'espai gastronòmic
de referència de Barcelona

EDITORIAL

El Nacional és una prova de la riquesa culinària del nostre entorn. El concepte innovador d'aquest restaurant és unir la gran varietat de propostes que podem trobar de nord a sud de la Península, mantenint sempre una premissa clau: la qualitat del producte i la prioritat del producte de km 0. Aquesta oferta tan completa es pot descobrir per mitjà dels nostres quatre restaurants –Braseria, Llotja, Taperia i Paradeta– i les cinc barres –cerveses i conserves, vins, còctels, ostres i El Quiosc–, a més de l'espai privat El Magatzem. En total, un espai de més de 3.000 m² que pot arribar a acollir de manera simultània fins a 770 comensals.

T'animes a descobrir-lo?



EL NACIONAL?

4 RESTAURANTS



Cuina ininterrompuda

SÍ, EL NACIONAL.

Un multiespai gastronòmic únic, amb cuina ininterrompuda, on tothom pot gaudir de receptes tradicionals, elaborades amb productes de gran qualitat en un ambient singular, reflex de la vida social i cultural de Barcelona.

1 RESERVAT

EL MAGATZEM



5 BARRES



EL MÉS BÀSIC

- WIFI** A El Nacional pots estar connectat amb el nostre servei de wifi gratuït.
- HORARIS** L'horari d'El Nacional és ininterromput de **12 a 2 am**. I fins les **3 am** els caps de setmana.
- RESERVES** Trucant al **+34 935 18 50 53**, al mail reservas.enb@elnacionalbcn.com o al web elnacionalbcn.com.
- RESERVES GRUPS** L'espai El Magatzem és el lloc perfecte per celebrar trobades en exclusiva. Per a més informació: info.enb@elnacionalbcn.com.



TARGETES REGAL

Vols regalar gastronomia? Regala la targeta d'El Nacional (a partir de 50 euros). Pots adquirir-la a la nostra web elnacionalbcn.com o comprar-la *in situ*.





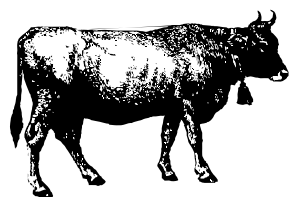
Has gaudit de la teva visita a El Nacional? Comparteix-la amb nosaltres a El Nacional BCN (Facebook) i @elnacionalbcn (Instagram i Twitter).



FOTOS AMB HISTÒRIA. Una visita a El Nacional permet conèixer no només una àmplia representació de la gastronomia de la Península, sinó també un espai arquitectònic singular que mereix una visita per ell mateix, una petita joia modernista patrimoni de la ciutat restaurada i ambientada amb delicadesa per un dels interioristes més prestigiosos de l'actualitat, Lázaro Rosa-Violán, inspirant-se en l'estètica dels anys trenta i quaranta del segle passat. El Nacional ocupa un espai situat a l'interior d'una illa de l'Eixample barceloní, entre el passeig de Gràcia i els carrers Diputació, Pau Claris i Gran Via, on s'accedeix per un discret passatge privat situat

al número 24 bis del passeig de Gràcia. L'edifici, modernista, va ser construït a finals del segle XIX, el 1889, per allotjar-hi una sala d'exposicions, amb una estètica industrial i sostres de volta catalana. Després de la Guerra Civil, es va convertir en aparcament, fins que es va restaurar per acollir El Nacional. Les obres, supervisades pel districte de l'Eixample per garantir la preservació dels elements patrimonials de l'edifici, han permès mantenir les grans lluernes que permeten l'entrada de llum a l'edifici, que té més de 3.000 metres quadrats i pot acollir fins a 770 clients, entre les dotze del migdia i les dues de la matinada, cada dia de l'any, gràcies a la feina de 200 persones.

LA BRASERIA



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BRASERIA?



Aquí estimem la carn

La carn de boví madurada a la brasa és l'estrella de La Braseria

BARCELONA— “Aquí estimem la carn, amb la qualitat que té, no tenim més remei”, explica l'adjunt a la direcció de cuina d'El Nacional per definir la proposta de La Braseria, el restaurant especialitzat en carn madurada i cuïta a la brasa. A Michel Gradeler li brillen els ulls quan explica les races que fan servir, el sistema de maduració en cambres i la cocció, i ensenya al telèfon mòbil el vídeo d'un dels exemplars que d'aquí unes setmanes acabaran a les cambres de La Braseria.

Els productes estrella del restaurant són les mitjanes de vaca vella de races ibèriques, majoritàriament rossa gallega, madurades entre 60 i 85 dies en cambres ventilades i amb una humitat i una temperatura controlades –per sota d'1 °C–, cosa que, unit al greix que envolta i protegeix la carn, facilita que perdi líquid i es concentrin els sabors que li aporten tant la genètica com la cria i l'alimentació de cada animal. Autèntiques delícies per a sibarites.

L'altra estrella de la carta és l'entrecot de vedella femella madurada uns 40 dies, de la raça bruna dels Pirineus, a més del filet i la mitjana de la mateixa procedència.

MADURACIÓ A LA VISTA. La carn arriba al restaurant en llocs sencers de 30 o 40 quilos, dels quals sortiran les mitjanes i els entrecots, en ple procés de maduració; aquesta maduració acabarà durant vint dies a les cambres, a la vista del client: pot veure les peces que degustarà a les cambres d'afinació, a una temperatura una mica més alta, on durant unes hores la carn es *desperta* i va agafant temperatura lentament abans de passar a la graella. I també pot veure les etiquetes de cada lloc i de cada mitjana, en les quals figuren totes les dades de traçabilitat per assegurar la raça, el sexe, la procedència i altres dades que garanteixen el consum de cada peça.

Tant les mitjanes, que s'obtenen de la part alta del lloc, com els entrecots, corresponents al lloc baix, es couen en graelles obertes. Si es coguessin al forn de brasa tancat, com les altres carns, la temperatura elevada en cremaria el greix.

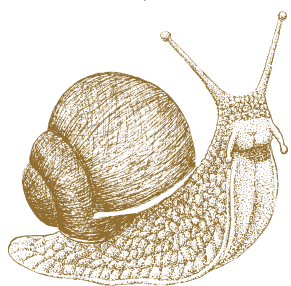
Les primeres solen pesar entre 900 g i 1,5 kg, cosa que les fa ideals per compartir entre uns quants comensals, i els entrecots, 350 g, la mida ideal per a una persona.



TÀRTAR DE BOU. Si els exemplars de boví per coure a la brasa sempre procedeixen de femelles, per al bistec tàrtar, una altra especialitat de la casa, només es fa servir carn de bou, concretament de la pota, que es prepara al moment. Segons l'adjunt a la direcció de cuina d'El Nacional, el bou és més adequat per a aquesta preparació, perquè aquesta carn madurada adquireix un gust més lacti, té una proporció més gran de greix, que es fon a la mà, un greix agradable, comparable al del pernil de gla, que dona melositat a la barreja en cru.

MÉS ENLLÀ DEL BOVÍ. El client de La Braseria disposa d'un ampli assortiment d'entrants i de carns. Entre els primers, Michel Gradeler destaca el *cojondongo*, una picada de pa, all i oli amb vinagre i aigua típica extremenya, ideal per a l'estiu, i que acompanyen amb cecina de bou, que es pot demanar sola, com l'extraordinari formatge Payoyo de Cadis. Entre les carns, el pollastre petit sencer farcit de pa amb herbes al forn; el lletó, també al forn, i la botifarra artesana i els peus de porc a la brasa.

CARAGOLS



Pel seu hàbitat, la terra, també serien carn, però en tot cas mereix un capítol a part aquesta especialitat catalana que ofereix La Braseria: els caragols. Amb la seva salsa, acabats al forn de brases, que els dona un toc de rostit, i, per descomptat, amb l'imprescindible allíoli. Un festí per als qui no els importa untar-se els dits o per als qui no volen carn. I per si algun comensal prefereix productes del mar, una altra especialitat catalana, bacallà a la llauna, així com calamars a l'andalusa o pop galleg a la brasa.

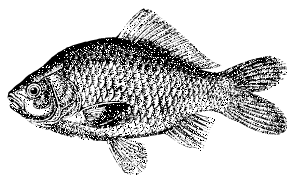


Cocotxes ibèriques

Melositat extraordinària

Del mar, les de bacallà i lluç. De la terra, les de porc ibèric. A El Nacional han batejat com a *cocotxes ibèriques* la part interior de la galta, tant perquè procedeixen del cap de l'animal com per la seva extraordinària melositat, comparable a les de peix. Un destacat en l'apartat de guisats, on també brillen amb llum pròpia l'ossobuco de bou sense os o les herbes i un plat imprescindible en un restaurant situat al passeig de Gràcia, els canelons a la barcelonina.





VOLS CONÈIXER LA
CARTA DE LA NOSTRA LLOTJA?



Tria el peix i te'l cuinem

El comensal selecciona la peça i el tipus de cocció que vol



BARCELONA— La llotja és l'origen, on els pescadors subhasten la pesca del dia, que surt ràpidament cap al seu lloc de destinació. Per exemple, cap a El Nacional, on el restaurant La Llotja rep els exemplars del dia i els exposa perquè el client pugui seleccionar el que li vingui més de gust i pugui demanar com vol que ho cuinin.

La Llotja és el restaurant especialitzat en peix d'El Nacional i el que ofereix més marge d'elecció al client, ja que no només pot seleccionar entre el peix i el marisc del dia exposat a la vista del públic, sinó que, a més, pot decidir si el prefereix cuit a la graella, a la planxa, al forn, al vapor, fregit o guisat. O cru, que, com veurem, també és una possibilitat que ofereix aquest espai singular. L'opció de triar el

producte i la cocció és la preferida pels clients de La Llotja, segons ens comenta Michel Gradeler, adjunt a la direcció de cuina d'El Nacional. I també és el joc que agrada al cuiner, ja que aquesta oferta "multiplica la carta per mil. És una carta viva". De fet, la gran rotació del producte al restaurant garanteix sempre la frescor de l'oferta.

A la llotja de peixos, que s'ofereixen a pes, hi ha peces senceres que provenen dels millors ports del Mediterrani, sempre en funció de la temporada i del mercat, exemplars que quan arriben al restaurant s'etiqueten amb un número de sèrie per garantir al client la frescor i la traçabilitat del producte. No hi solen faltar orades, corbines i llobarros salvatges (res a veure amb els de piscifactoria); gambes, llagostes i llagostins del

Mediterrani; musclos, escopinyes, cloïsses, navalles, pop, bou de mar, cabra i percebes gallegues; gambetes de Huelva, anemones de mar i llamàntols, entre altres possibilitats temptadores. A la carta se suggereixen diverses especialitats amb aquests peixos i marisc, com el llobarro amb verdures, l'orada a la sal, les cloïsses del Carril i navalles gallegues a la planxa, la corbina salvatge a la donostiarra i la tonyina vermella del Mediterrani amb samfaina.

Amb tot, segons les preferències del client, aquests mateixos peixos i marisc es poden preparar al vapor, fregits, a la brasa... Les combinacions són moltes, i la tria es pot acompanyar de verdures saltades, amanida de cabdells i patates fregides.

GUISATS MARINERS. Per a qui prefereix plats de cullera, la carta ofereix dues receptes originàries de les illes Balears per sucra-hi pa: la coneguda caldereta menorquina de llamàntol i el bullit d'Eivissa. Aquest plat singular se serveix en dues fases: en primer lloc, el peix de roca bullit amb patates i acompanyat amb allioli. Mentre el client gaudeix d'aquest plat, amb el brou de bullir el peix es prepara un arròs sec, un arròs a banda, que se serveix acabat de coure. El bullit no és gaire comú a la carta dels restaurants, però una de les característiques d'El Nacional és, precisament, presentar propostes desconegudes per a la majoria. "És el que ens diferencia dels restaurants per a turistes", destaca Gradeler.

O CRU. L'oferta de La Llotja no podia descuidar una manera estesa de menjar el peix, que és sense passar pel foc. Per a això cal disposar dels peixos més frescos, com els que arriben aquí cada dia. Quatre tipus d'ostres, tres de l'Atlàntic i una del Mediterrani, i un esplèndid tàrtar de tonyina vermella del Mediterrani amb alvocat, avellanes i oli de sèsam formen l'oferta. Per als qui dubtin: el plat anomenat *cru*, una selecció d'ostres, tàrtar de tonyina i cebiche de vieires per satisfer els crudívors més exigents.

I per si a algun dels comensals no li ve de gust menjar peix, a La Llotja també li poden preparar una gran hamburguesa de bou amb patates fregides, un pit de pollastre de corral a la brasa o un saltat de filet de vedella amb verdures, que completen l'oferta juntament amb una extensa carta de postres.



La millor paella marinera, al passeig de Gràcia

A l'estil català, d'elaboració llarga i amb un toc alacantí

Moltes vegades associem la paella a la proximitat del mar, perquè és cert que sovint és als pobles de la costa on trobem les millors elaboracions d'arrossos mariners. Però en això El Nacional també trenca motlles, i ofereix una de les millors paelles de peix i marisc en ple passeig de Gràcia, al cor de Barcelona, sense necessitat de baixar fins al mar.

La paella de La Llotja és d'elaboració llarga, a l'estil català, amb un sofregit a base de ceba, pebrot, tomàquet i sípia, reduït i confitat durant molta estona, al qual s'afegeix una picada/salsa *salmorreta*, originària de la costa alacantina, que aquí preparen amb nyores i tomàquet escalivats al forn, a la qual s'afegeix la melsa de la sípia, que li dona un gust de mar deliciós.

A aquest sofregit enriquit s'hi afegeix l'arròs, que es banya

amb un fumet de peix elaborat amb galeres, crancs i peix de roca, al qual s'agrega una tercera picada per donar-li encara més gust, i el plat s'acaba al forn.

La paella de La Llotja habitualment porta escamarlans i llagostins mediterranis i cloïsses del Carril, però pot incorporar altres ingredients, en funció del mercat.

FIDEUADA I ARRÒS NEGRE. A més de la paella, els més arrossers també poden gaudir d'un arròs negre de peix i marisc, amb ingredients similars a la paella més la tinta de la sípia.

I per als qui prefereixin la pasta, la fideuada amb allioli, la salsa típica a base d'all i oli que acompanya aquest tipus de plats al llarg de tota la costa mediterrània peninsular.



LA PARADETA

VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA PARADETA?



Una pausa gourmet

Aturem-nos a La Paradeta per degustar coques i altres delicadeses



BARCELONA— Situada a l'entrada d'El Nacional, La Paradeta reflecteix en el nom la intenció dels dissenyadors d'aquest macroespai gastronòmic: un lloc per fer una pausa, xerrar i relaxar-se mentre es degusta una copa i alguna de les delicadeses que ofereix la carta, en la qual destaquen les coques i les pizzetes.

La Paradeta és l'espai més versàtil del complex, on es pot parar i menjar a qualsevol hora, tant si busques una cafeteria tranquil·la, un lloc per menjar ràpid, un racó per berenar de manera relaxada o un espai de cita *afterwork*.

L'oferta gastronòmica d'aquest restaurant comença, com als seus germans d'El Nacional, amb el pa de doble fermentació i la coca acompanyats de tomàquet de penjar, oli i sal, perquè cadascú s'ho suqui al seu gust. A partir d'aquesta base, l'assortiment de formatges d'El Nacional o l'esplèndida espatlla ibèrica de Guijuelo.

Si necessitem un menjar ràpid: una amanida catalana (amb embotits), de bacallà amb salsa xató, o de formatges artesans, i un assortiment de pastes que inclou els clàssics macarrons amb bolonyesa, els raviolis de carn rostida i, per als més gourmet, els *ricci* amb tàrtar de tonyina.

COQUES SALADES. Aquí és on brilla especialment La Paradeta, en l'oferta de coques salades, algunes d'elaborades com les típiques coques de recapte catalanes, i d'altres com pizzetes italianes.

Entre aquestes, de massa fina i amb una base de tomàquet i formatge, la vegetal, amb brots d'amanida, la de botifarra esparracada i la de sobrassada ibèrica.

Entre les primeres, la coca d'espalla ibèrica amb ruca, la d'oli amb pernil de York, formatge i espinacs, i la de verdura escalivada i formatge de cabra.

A aquestes propostes fixes se n'hi afegeixen unes altres amb productes de temporada, com la coca de tomàquet, o la de bolets i carbassa, cap a la tardor.

PASTISSOS PER ALS MÉS LLAMINERS. Aquest racó versàtil es pot considerar un paradís per als llaminers, ja que a l'especialitat de coques salades se n'hi afegeix una altra no menys atractiva, la de creps i pastissos, que van canviant. L'oferta d'aquests últims, fets a la casa, per descomptat, es mostra en un aparador perquè el client es pugui guiar per tots els sentits i triar-ne un de poma, de llimona i merenga; de taronja i llimona; de mató; d'arròs amb llet; de plàtan, castanya i xocolata, o qualsevol de les nombroses especialitats que s'ofereixen.

Els que prefereixin una crep també en trobaran diverses especialitats, com la de llimona amb sucre, la de maduixes i crema catalana o la de dues xocolates.

APERITIUS, CERVESES I VINS. En aquest espai se serveixen tot tipus de begudes per acompanyar les diferents possibilitats de carta. Així, doncs, si estem prenent un aperitiu, podem degustar mançanilla o fino de Jerez, o bé un vermut blanc o negre de Tarragona.

De la cervesera de la casa, Damm, s'ofereixen set especialitats, des de la popular Estrella, la doble malta Voll-Damm i la clara Damm-Lemon en format canya i pinta de barril, fins a la sense alcohol Free-Damm, la suau Sazz, la sense gluten Daura i la gourmet Inedit, en ampolla.

Entre l'oferta de vins, no hi falten els blancs, els rosats ni els negres, ni tampoc el cava o el vi dolç. Ni la sangria, que es pot triar de vi o de cava.



BARRA DE VINS



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BARRA DE VINS?



Demana'l amb formatge

Vi i formatge fan una parella perfecta

BARCELONA— Expliquen que quan els antics tractants de vi feien tastar els seus productes als clients sempre els acompanyaven amb formatge, perquè el gust fort d'aquest ingredient impedís detectar els defectes del vi. D'aquí vénen expressions variades relacionades amb el producte, com ara *posar més pa que formatge*, que el vinculen amb possibles enganys o estafes.

De manera paradoxal, vi i formatge formen un dels millors duos de la nostra gastronomia i, amb la seva senzillesa, regalen grans moments de plaer. Això sí, per evitar xocs indesitjats, el millor és deixar-se assessorar pels experts, i això és el que es pot fer a la Barra de Vins del Nacional, on un expert aconsellarà al client la millor manera d'acompanyar els diversos vins, tant amb formatges com amb embotits, conserves, salaons i tapes.

La carta de vins ofereix una selecció acurada de les millors denominacions d'origen espanyoles, amb catorze referències fixes més dues que van canviant i que se serveixen tant per ampolles com a copes.

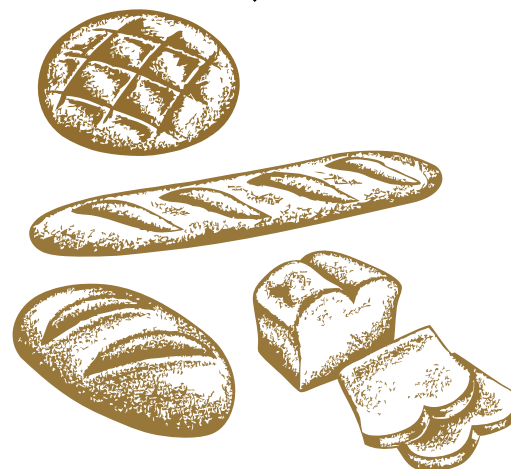
L'oferta de formatges abasta tota la Península, i ofereix perles com el premiat extremeny Pascualeta, el blau de cabra català Avi Ton, l'imprescindible manxego o el Queijo Azeitão portuguès.

Mereixen un capítol a part el pernil ibèric de Güijuelo, tallat a mà davant dels clients, així com el llom i el xoriço ibèrics de gla, de la mateixa denominació d'origen.

Dos aperitius, un d'una selecció de marisc en conserva i un altre de verdures en conserva, més dues propostes de salaons, arengs i les prestigioses anxoves de l'Escala completen l'oferta sòlida d'aquesta barra.



EL PA D'EL NACIONAL



EL TERCER ELEMENT PER AL FESTÍ PERFECTE.

Amb el vi i el formatge o els embotits, no pot faltar un bon pa per acompanyar-ho. Per això, la Barra de Vins té una doble oferta, elaborada pel prestigiós forn L'Espiga d'Or: un pa de llarga fermentació, dens i aromàtic, i un pa de coca torrat, eteri i cruixent, untat amb tomàquet de penjar, oli i sal.

LA TAPERIA



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA TAPERIA?



Tapes cantades

Els platets calents s'ofereixen de viva veu als clients



BARCELONA— La idea de menjar de tapes porta implícita la recerca, a més de bons plats, d'un ambient informal, distès i divertit. Per això, La Taperia d'El Nacional va importar una fórmula que encanta als clients, les tapes cantades o a *la malaquenyà*: el personal de sala va cantant els plats calents acabats d'elaborar que surten de la cuina i els va servint als clients que aixequen la mà i el sol·liciten, com en una subhasta.

En aquest restaurant s'ha tingut una cura especial a l'hora de triar el personal de sala, que té un paper protagonista tant a l'hora de *cantar* les tapes com a l'hora de recomanar els plats als comensals i advertir a la cuina del que demanen per adequar a cada moment l'oferta a les preferències dels clients.

Així, doncs, quan us assegueu a taula, un cambrer us prendrà nota de les begudes i les tapes fredes, i us donarà unes quantes pistes del que s'està coent a la cuina. Una vegada servit, comença el festival.

MAPA DE TAPES. La carta de La Taperia és un autèntic mapa de la Península condensat en més de quaranta propostes fixes a les quals se'n van afegint d'altres segons els productes de temporada. Entre les tapes fredes, a més de l'excel·lent pernil ibèric de Güijuelo que es degusta a tot El Nacional, no falten una taula de formatges i diverses amanides, com la versió de l'ensalada russa, la de favetes amb pernil ibèric i menta, l'esqueixada de bacallà amb tomàquet i olives, l'amanida de peix i marisc i les típiques Gildas del Norte.

L'espectacle arriba amb les tapes calentes. No hi falten les patates braves ni les croquetes de pernil o els ous ferrats, el peix fregit (bacallà, calamars a l'andalusa, gambes de Huelva) ni el marisc (navalles, musclos al vapor). Però les estrelles són els platets d'arròs i les fideuades; entre els primers, paelles mixtes de carn i peix, negres, de marisc o de verdures. La fideuada i la fideuada negra se serveixen sempre amb allioli perquè el comensal se l'afegeixi al seu gust.

En un dinar o un sopar, encara que sigui a base de tapes, no hi poden faltar unes postres variades i representatives de diverses regions, des dels *piononos* de Granada fins a la crema catalana, passant per clàssics com el flam o l'arròs amb llet, la macedònia de fruites o una versió del pa amb xocolata, oli i sal.



L'ENSALADA RUSSA DE CARLES TEJEDOR.

Una de les tapes més maltractades a la restauració és l'ensalada russa, elaborada sovint amb productes congelats i de poca qualitat. La Taperia dignifica aquest producte amb la recepta del director gastronòmic d'El Nacional, Carles Tejedor, una recepta que només té un secret, segons l'autor: "producte i senzillesa". La russa de La Taperia només porta patata, tonyina i maionesa, però no qualsevol patata, sinó les millors de cada temporada, la millor tonyina i maionesa elaborada al restaurant mateix.

Les patates seleccionades es bullen amb pela per evitar que absorbeixin aigua i perdin gust, es pelen un cop fredes, es tallen a daus i s'amaneixen amb la maionesa i la tonyina. Senzillament deliciosa.

A més de la russa, el xef destaca de la carta, ara que arriba la temporada, l'amanida de tomàquet amb ceba vermella i ventresca de tonyina.

BARRA D'OSTRES

VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BARRA D'OSTRES?



Ostres i cava, la parella perfecta

L'espai ideal per permetre's un capritx en una barra especial



BARCELONA—Les ostres i els vins escumosos com el cava estan associats al subconscient col·lectiu amb el plaer gourmet, una escapada amb bona companyia, el luxe que tots ens mereixem alguna vegada... I per gaudir-ne, no cal anar gaire lluny, en ple centre de Barcelona, la barra més especial d'El Nacional és el lloc ideal per permetre's un capritx.

L'espai, situat al costat oposat a l'entrada del restaurant, té una forma ovalada que es pot associar a la

d'una ostra, i és el lloc ideal per degustar els sabors més purs del mar tancats en petxines de nacre i, alhora, els fruits de la terra més elaborats, com el cava i el xampany.

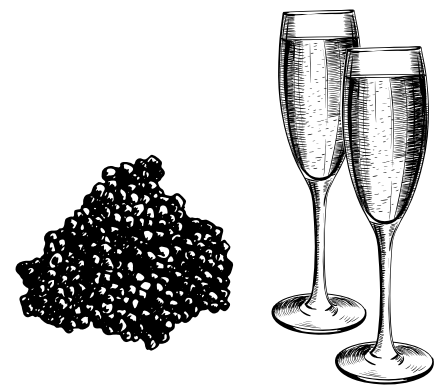
L'ostra regna en aquest racó d'El Nacional, on el comensal pot triar entre quatre varietats, tres que provenen de l'Atlàntic (dues de la zona de Bretanya i Normandia i l'ostra plana de Galícia) i una del Mediterrani, concretament, la Fine de Claire, conreada al sud de França.

Per descomptat, cada exemplar s'obre davant del client per part de personal expert, tal com exigeix el ritual associat a aquest mol·lusc, que amb prou feines es manipula, tan sols comprovar que està viu, cosa que en garanteix un consum segur. Segons el gust de qui les consumirà, es poden servir al natural o amb diferents amaniments, des dels més senzills, com el suc de llimona o el pebre, fins a d'altres de més adequats als gustos dels diversos països, com el picant que prefereixen els asiàtics o la vinagreta d'escalunyes amb què se les solen menjar els francesos.

Les ostres no són els únics productes frescos que es poden degustar a la barra: les cloïsses gallegues obertes al moment són una bona alternativa, igual que el tàrtar de tonyina vermella del Mediterrani o els daus de salmó noruec fumat.

Maridar aquests fruits del mar no és cap problema en aquest espai, que ofereix una selecció de vins, cava i xampany a copes per a qui faci una parada després de la feina o abans de sopar, i una carta de vins i escumosos per ampolles, molt més extensa, en què destaca una oferta notable d'escumosos francesos.

XAMPANY I CAVIAR. La carta de xampany francesos inclou nou referències, tres d'elles rosades, i no hi falten les marques més reputades, com Dom Pérignon, Veuve Clicquot o Louis Roederer. Qualsevol d'aquests noms acompanyarà perfectament les ostres o les cloïsses, però la Barra d'Ostres encara amaga un altre tresor que, sens dubte, és el maridatge ideal per al xampany, un producte que es manté inalterable entre els primers a la llista del luxe i la sofisticació: el caviar. Caviar Platinum d'origen rus, en racions de 30 o 50 grams.



BARRA DE CÒCTELS

VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BARRA DE CÒCTELS?



La millor oferta de destil·lats

Marques de whisky, ginebra, vodka i tequila complementen els còctels clàssics i d'autor



BARCELONA—La Barra de Còctels d'El Nacional és un paradís per als amants dels còctels i els destil·lats, que poden gaudir d'una carta amb còctels clàssics i d'autor que es renoven constantment, així com de nombroses



referències en whisky, ginebra, vodka, rom, tequila i brandi, que es poden acompanyar amb les torrades creades especialment per a aquest espai i amb productes gourmet d'altres barres.

Aquesta primavera, la barra renova la carta de còctels, però continuaran els grans clàssics, com el Manhattan i el Margarita, els refrescants mojitos i caipirinha i els còctels d'aperitiu, com el Dry Martini, el Negroni i el Bloody Mary. Tampoc hi falta l'italià Spritz, elaborat amb Aperol Spritz i cava, inconfusible pel color ataronjat. També continuarà a El Nacional el còctel que porta el nom de la casa, a base de vermut blanc Yzaguirre, canyella, sucre, llima i menta. La branca de canyella es crema davant del client i la seva aroma inunda tot l'espai. Segons els creadors, és fàcil de beure i va bé a qualsevol hora.

Qui prefereixi sabors únics, sense mescla, pot fer un cop d'ull a l'oferta de whisky, amb referències, la majoria, escoceses i nord-americanes, tot i que també hi ha l'exòtic Nika All Malt, un *blended* japonès. O els escocesos, *blended* o *single malt*, com Laphroaig, Lagavulin o Macallan; i els *bourbon*, com el popular Jack Daniel's, fins a d'altres de més exclusius, com Blanton's. Una *dificultat* similar planteja el fet de triar una ginebra entre les referències (des de la balear Xoriguer fins a l'exclusiva Monkey 47 alemanya) o un vodka entre el mateix nombre de marques (de Finlàndia, França, Suècia i, és clar, Polònia i Rússia).

A la carta de La Cocteleria també hi caben referències de rom americà, de tequila mexicana i de brandi espanyol i francès.



TORRADES I EL QUE DEMANI EL CLIENT. Per acompanyar els còctels i els destil·lats que ofereix l'àmplia carta de la Barra de Còctels, s'han dissenyat tres torrades amb productes gourmet de la màxima qualitat.

Per als qui prefereixen el peix, la torrada de bacallà fumat i tomàquet fresc i la de salmó amb salsa tàrtara, i per als amants de la carn, la torrada amb tàrtar de bou.

Amb tot, els clients de la cocteleria gaudeixen del privilegi de poder demanar productes de les altres barres, des d'ostres fins a les millors conserves, formatges i embotits.

"És un lloc especial on es poden aconseguir coses especials", argumenta l'adjunt a la direcció de cuina d'El Nacional, Michel Graderer.

EL MAGATZEM



El millor d'El Nacional en un espai privat

El Magatzem pot acollir fins a 42 persones en esdeveniments familiars i d'empresa



BARCELONA— Cada restaurant, cada barra d'El Nacional, té una personalitat i un estil, i tot i que es tracta d'un complex tan ampli, cada espai crea un ambient propi, com es pot comprovar en una primera visita. No obstant això, existeix un espai que no es veu durant un recorregut d'aquest tipus, un lloc reservat i exclusiu per a grups on es pot degustar el millor de l'àmplia oferta gastronòmica d'El Nacional.

La decoració d'El Magatzem simula el que vol dir el seu nom, un magatzem, amb una paret de caixes de fusta, ampolles i altres elements propis d'un lloc amb aquest nom, situat, és clar, al costat de la cuina central del restaurant.

És un reservat pensat per celebrar reunions familiars o d'empresa, de grups d'amics o reunions de feina en un ambient tranquil i privat, que disposa d'un complet equipament audiovisual, adequat tant per als qui combinen la feina amb el menjar com per als que celebren una festa privada i volen projectar filmacions familiars o pel·lícules per distreure els nens.

Els grups que van a El Magatzem poden prendre una copa a les barres d'El Nacional abans de dinar o després de la reunió de feina, i disposen d'una àmplia oferta gastronòmica, des d'un *coffee break* dolç per a les reunions de feina fins a un menú elaborat expressament per a l'ocasió.



MENÚS A MIDA. L'adjunt a la direcció de cuina d'El Nacional, Michel Gradeler, destaca precisament la possibilitat d'elaborar un menú a mida a partir de l'àmplia oferta de tots els restaurants, per degustar-lo en un espai "molt bonic i amb una llum i una ambientació molt aconseguides".

L'oferta de menús és àmplia. Dos porten el nom d'El Nacional i inclouen una selecció dels millors productes de totes les cartes; un es pot degustar com a bufet en una reunió informal, en la qual se serviran especialitats com ara ostres, tàrtar de tonyina vermella o pernil ibèric de gla.

Altres menús corresponen a l'oferta de cada restaurant, i poden incloure des d'un garrí al forn cuinat a La Braseria fins a una selecció de peix i marisc de La Llotja. Sense oblidar els millors formatges i embotits i les coques de La Paradeta. Una altra possibilitat és el menú de La Taperia, en què no faltaran la singular ensalada russa de la casa, les croquetes o les patates braves.

I, és clar, tota l'extensa oferta de begudes de les quatre barres de l'establiment.

EL NOSTRE MUR

COMPARTEIX LA TEVA EXPERIÈNCIA



El Tocador BCN x Armani Beauty.

@CRISTINISMOS

És un dels espais més fotografiats d'El Nacional, i no és casualitat: els tocadors et fan sentir com en un teatre.



La decoració més espectacular.

@ELNACIONALBCN

Des d'El Nacional ens sumem a la festivitat de Sant Jordi, clau a la ciutat, ja que ens trobem en ple passeig de Gràcia.



Capturar l'instant en tots els formats.

@MYWEDDINGLAB Y
@TRENDSANDFASHION_OFFICIAL

Tant si és amb el mòbil com amb la càmera, la façana d'El Nacional no passa inadvertida.



Llibertat creativa sense límits.

@ELNACIONALBCN

Vam celebrar Sant Jordi amb 'La Jordina', un combinat deliciós de licors florals.

ORÍGENS

Frescos, de temporada i de màxima qualitat. La Península Ibèrica té el privilegi de tenir centenars de productes agroalimentaris i vinícoles certificats amb els segells de denominació d'origen o d'indicació geogràfica protegida. El Nacional ret homenatge a aquests productes i a molts d'altres procedents de les millors ubicacions de la Península, adaptant la seva carta cada mes al ritme que marquen l'horta, la terra i les estacions. Apostar pel producte de temporada assegura una dieta equilibrada i permet consumir els aliments en el millor moment, amb més sabor i més nutrients.

Vi (Ribera del Duero)

En aquesta **denominació d'origen**, situada a Castella i Lleó, es produeixen alguns dels vins de més qualitat del país. Al setembre aquests vins, que s'elaboren amb un mínim del 75% de la varietat ull de llebre, es faran visibles a la carta d'El Nacional.

Cireres (Valle del Jerte)

Conreades de manera artesana entre muntanyes de més de 2.000 metres d'altitud, al nord d'Extremadura, i collides a mà amb cistells de castanyer, tal com es feia al segle XVII.

Espàrrec de marge (Granada)

Als anys trenta, els agricultors de **Huétor Tájar** van recuperar l'espàrrec de marge conreant-lo amb finalitats d'autoconsum. Avui té una IGP pròpia.



MAIG

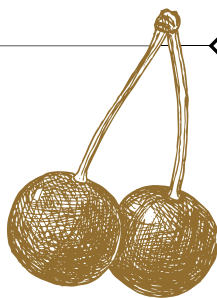


ESPÀRREC DE MARGE. És prim, de tall recte, una tija fosca i característic per un intens sabor amarg - dolç.

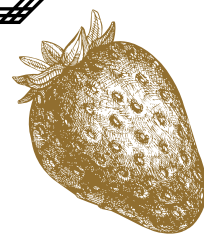


ESPÀRREC BLANC. De color blanc i textura suau, té poder antioxidant i efecte diürètic i és un bon company de carn i peix.

JUNY



CIRERA. No té pal, és dolça, més cruixent i de color vermell fosc. El juny és el millor moment per gaudir d'aquesta fruita saborosa.



MADUIXA. És de color vermell intens, té un gust molt dolç, tot i que amb un punt d'acidesa, i una textura carnososa. Rica en vitamina C i antioxidants.

JULIOL



TOMÀQUET. De color rosaci, de mida gran, pela fina i polpa suau. Amb ell, amanides, gaspatxos i salmorejos recuperen el sabor tradicional.



Espàrrec blanc (Navarra)

El rei de la taula de Navarra es conrea sense presses i es cull a mà en un clima temperat. Està sota terra, perquè no li toqui el sol, i es planta els mesos de febrer i març.

Tomàquet (Barbastre)

El juliol és el mes d'aquest emblema de l'horta de Barbastre, conreat seguint una tradició mil·lenària d'herència àrab, i per a molts s'ha convertit en un dels millors tomàquets del món.

Préssec (Calanda)

A l'agost, El Nacional aposta per aquesta fruita conreada al Baix Aragó des de finals del segle XIX. Es fa servir la tècnica de l'embossament, que consisteix a cobrir cada fruit amb una bossa de paper, protegint-lo de plagues i productes fitosanitaris.

Maduixes (el Maresme)

Les maduixes conreades a les zones més muntanyenques d'aquesta comarca catalana creixen en un microclima i unes condicions orogràfiques perfectes per al seu conreu, dotant-les d'una qualitat inigualable.

Raïm (el Penedès)

Sota la influència del sol i del Mediterrani, a les vinyes del Penedès es conreen diverses varietats de raïm: samsó, garnatxa, xarel·lo, etc. Vins singulars neixen en aquestes terres, amb tradició vinícola des del segle XII. Al setembre, època de verema, el raïm també s'instal·la en la gastronomia d'El Nacional.

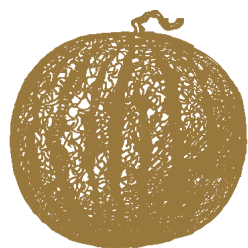
Carbassó (Alacant)

Cent per cent estiuenca, aquesta hortalissa va néixer en una de les zones d'horta de regadiu més fèrtils d'Espanya. Els àrabs van introduir el carbassó als països mediterranis a l'edat mitjana, encara que grecs i romans ja en coneixien les bondats.

Síndria (Múrcia)

Malgrat que l'origen del seu conreu és a Egipte, el poble àrab la va introduir a la Península Ibèrica a l'edat mitjana. A dia d'avui, la síndria de l'horta murciana és una de les més reconegudes.

AGOST



SÍNDRIA. Diürètica i rica en vitamina C, la síndria és una de les fruites estrella de l'estiu, ja que està composta en un 90% d'aigua: hidrata i aporta un sabor dolç alhora.



PRÉSSEC. Una delicadesa que destaca pel color groc uniforme i que sorprèn pel gust i la dolçor excel·lents.



CARBASSÓ. Aquesta hortalissa que es pot menjar crua o cuïta, és lleugera, hidratant i refrescant. Ideal per degustar-la els dies d'agost.

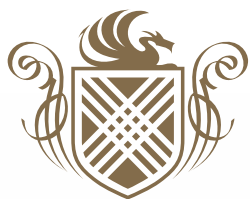
SETEMBRE



RAÏM. Les varietats blanques són excel·lents per a menjars suaus, mentre que les negres són perfectes per a carn vermella i rostits.



VI. El negre és el producte estrella i s'elabora principalment amb la varietat ull de llebre. També es produeix vi rosat, amb matisos de maduixa.



EL NACIONAL
BARCELONA

EL MAPA

La Braseria

Les ànimes carnívores tenen una cita en aquest local. La **matèria primera**, que s'exposa als comensals, i un **showcooking** arrodoneixen una proposta carregada de sabor per mitjà del filet tàrtar, una bona mitjana de vedella, ossobuco...

Barra de Còctels

Si ets exigent amb els còctels i sempre demanes un Martini sec sacsejat però no barrejat, aquest és el teu lloc. Aquí podràs degustar tant **varietats clàssiques** com **creacions d'autor** fins a l'hora que vulguis.

La Llotja

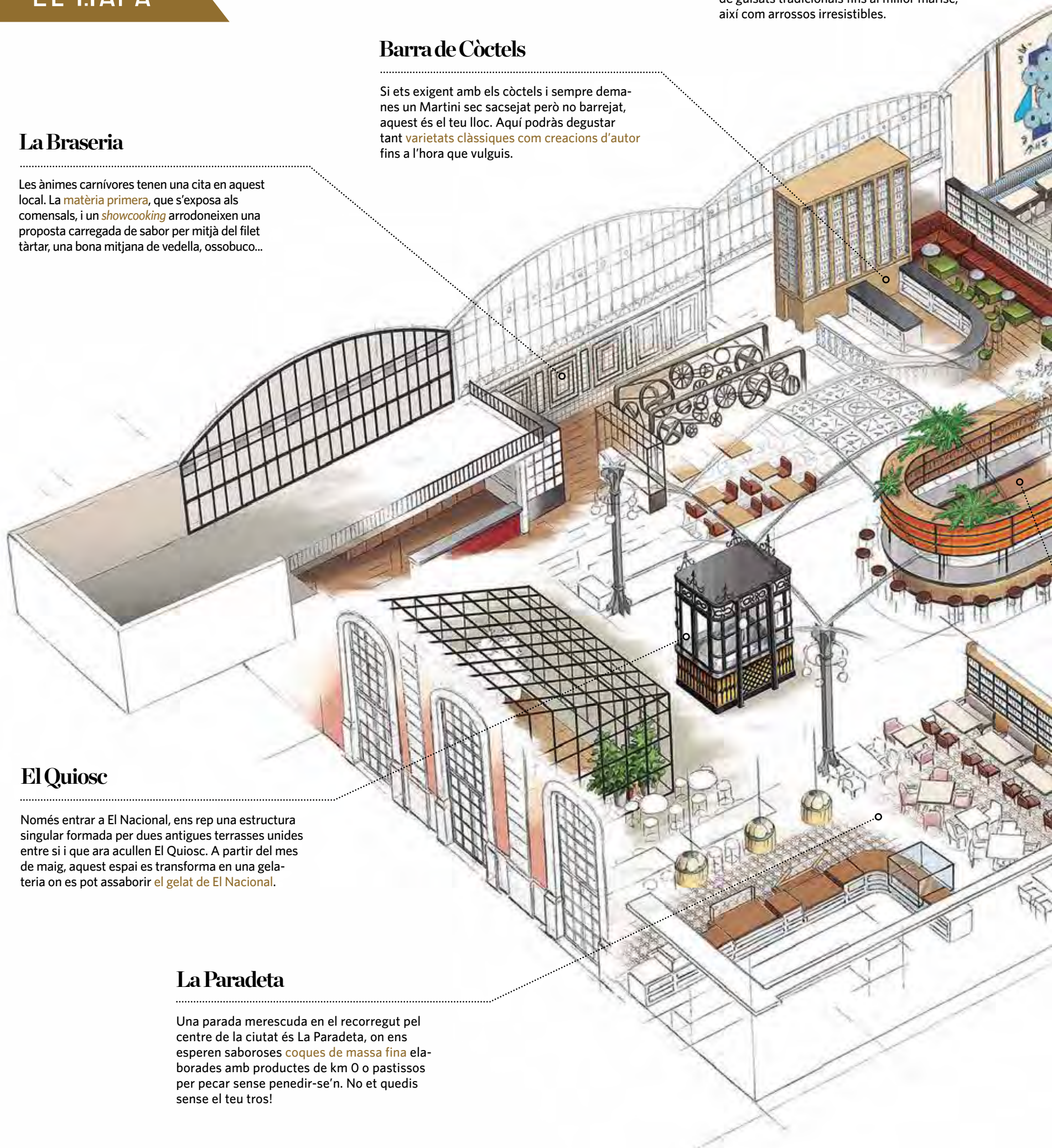
El gust del mar directe a la taula. La carta privilegiada d'aquest espai dedicat al peix es nodreix de **receptes de tota la Península**, des de guisats tradicionals fins al millor marisc, així com arrossos irresistibles.

El Quiosc

Només entrar a El Nacional, ens rep una estructura singular formada per dues antigues terrasses unides entre si i que ara acullen El Quiosc. A partir del mes de maig, aquest espai es transforma en una gelateria on es pot assaborir **el gelat de El Nacional**.

La Paradeta

Una parada merescuda en el recorregut pel centre de la ciutat és La Paradeta, on ens esperen saboroses **coques de massa fina** elaborades amb productes de km 0 o pastissos per pecar sense penedir-se'n. No et quedis sense el teu tros!



El Magatzem

Aquest **saló privat** permet fer reunions i celebracions per a grups de màxim 42 persones amb una atenció personalitzada. La carta, a més, recull el més destacat dels quatre restaurants i les cinc barres d'El Nacional.

Barra d'Ostres

Fins a quatre varietats d'aquesta menja figuren a la carta de la barra. A més, es pot degustar acompanyada d'una selecció de vins i caves. I, a més d'ostres, aquí també se serveix **salmó, tonyina, cranc rei, marisc de temporada i caviar**. Tot plegat sense assaonaments, perquè el gust de cada aliment es pugui apreciar al màxim.

La Taperia

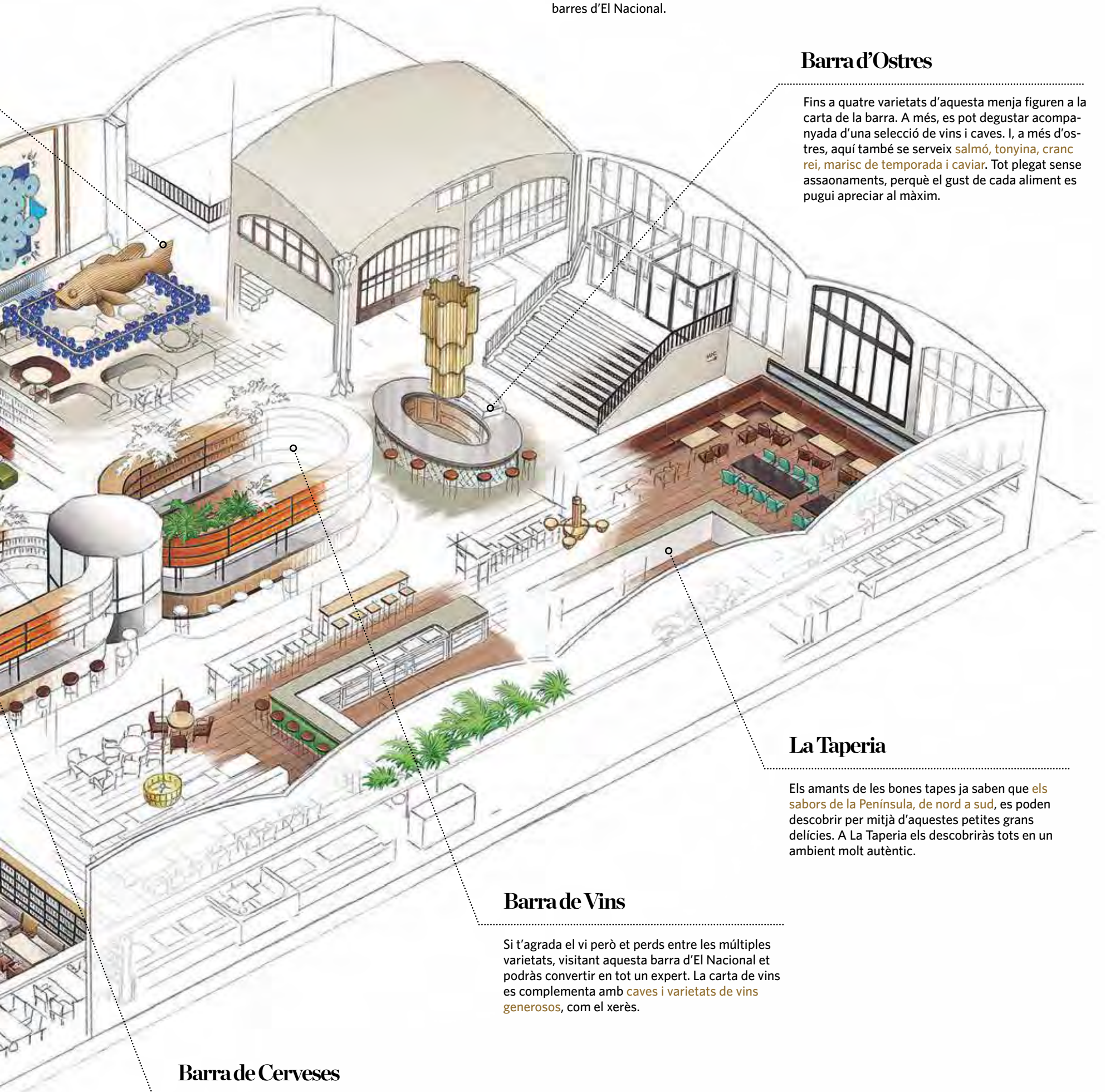
Els amants de les bones tapes ja saben que **els sabors de la Península, de nord a sud**, es poden descobrir per mitjà d'aquestes petites grans delícies. A La Taperia els descobriràs tots en un ambient molt autèntic.

Barra de Vins

Si t'agrada el vi però et perds entre les múltiples varietats, visitant aquesta barra d'El Nacional et podràs convertir en tot un expert. La carta de vins es complementa amb **caves i varietats de vins generosos**, com el xerès.

Barra de Cerveses

Aquest racó és tot un homenatge a la nostra beguda favorita. La cervesa es converteix en la pedra angular de les propostes gastronòmiques de la barra, ja que **cadascuna de les varietats es marida amb menges sorprenents**.



BARRA DE CERVESES



Una cerveseria dins d'El Nacional

Ens colem a la Barra de Cerveses per assaborir l'essència de Damm



BARCELONA— La cervesa és, sens dubte, una de les begudes més populars al nostre país, de manera que havia de tenir un espai propi a El Nacional. I, per donar-li forma i contingut, el restaurant només es podia associar amb una cervesera d'àmplia oferta i prestigi i arrelada a Barcelona: Damm és la cervesera d'El Nacional.

Damm ha superat els 140 anys d'història i està present en 85 països. Són xifres molt importants que no han allunyat l'empresa de la ciutat on va néixer, i on continua tenint una presència i una vinculació molt actives, amb tot tipus de manifestacions populars, culturals i esportives, des del patrocini dels Jocs Olímpics fins als castellers. Fins i tot la seva seu històrica, situada al carrer del Rosselló de Barcelona, s'ha convertit en un lloc de referència en la vida social de la ciutat, acollint la celebració d'esdeveniments esportius, culturals, gastronòmics o del món del menjar, amb què la marca col·labora.

El fundador d'aquesta empresa, August Kuentzmann Damm, va arribar amb la seva dona Melanie a Barcelona el 1876. Aquí va fundar Cervezas Damm.

Aquells anys d'apogeu de la ciutat de Barcelona que van culminar amb l'Exposició Universal del 1929 –i en què la cervesera va participar–, l'empresa va anar creixent en paral·lel a la ciutat i va traslladar la seva fàbrica principal al carrer del Rosselló, a l'incipient Eixample barceloní, llavors gairebé als afores de la ciutat.

ESTRELLA DAMM, DES DEL 1921. El 1921 va treure al mercat el seu producte més popular, Estrella Dorada, la cervesa que va adoptar el nom de l'estrella de cinc puntes símbol de la marca. La crisi que va afectar tot Europa quan va acabar aquella dècada i l'escassetat de matèries primeres no van frenar el creixement ni van parar la producció, ni tan sols durant la Guerra Civil.

Damm ha continuat creant nous productes des de llavors, com la popular Voll-Damm Doble Malta, i

ha crescut cap a la resta d'Espanya i cap a altres països: actualment té una presència destacada al Regne Unit i als Estats Units.

Amb tot, ha sabut mantenir la seva implicació en la vida ciutadana i del país, patrocinant tant actes locals com esdeveniments internacionals, com ara el Mundial de Futbol del 1982, els Jocs Olímpics del 1992 o el Fòrum de les Cultures de Barcelona 2004.

Actualment, Damm té al mercat 28 estils diferents de cervesa. Entre elles, destaquen estils que van des de les torrades (Turia) fins a les negres tipus Munich (Bock-Damm), passant per un coupage de lager i belgian ale (Inedit), les lager pilsen (Estrella Damm) o märzen (Voll-Damm). També hi ha opcions 100% malta (A.K. Damm), clara (Damm Lemon) i sense alcohol.

El 2008, Damm va ser pionera en la creació d'una cervesa sense gluten apta per a persones celiaques, Daura, amb el gust de la cervesa de sempre. Avui en dia, Daura és la cervesa sense gluten més premiada del món.

VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BARRA DE CERVESES?



Conserves, pernil i pa amb tomàquet

Peix i marisc, formatges i embotits per acompanyar la cervesa

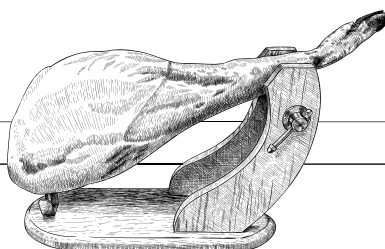
El nom complet d'aquesta barra és *de Cerveses i Conserves*, amb això està tot dit. Aquí regna l'anomenat **aperitiu de marisc en conserva El Nacional**, juntament amb les tapes d'escopinyes, cloïsses, navalles, sardinetes, calamarsos, musclos en escabetx, anxoves i seitons en vinagre, per als amants dels millors productes del mar. Qui prefereixi els fruits de l'horta pot demanar un assortiment de verdures en conserva o tapes d'espàrrecs seleccionats o carxofes.

Però en una barra de cerveses, probablement la beguda d'aperitiu més popular del nostre país, no hi podia faltar la tapa més popular, **el pernil ibèric de gla de Guijuelo**, com a tot el restaurant, servit tot sol o en un assortiment

d'embotits. Un assortiment de formatges completa l'oferta, que és imprescindible acompanyar amb un bon pa amb tomàquet, com mana la tradició.

Aquí se serveix **l'eteri i cruixent pa de coca torrat** acompanyat amb tomàquets de penjar, oli i sal perquè els comensals se'l suquin al seu gust.

Als que simplement vulguin prendre un petit aperitiu abans de menjar en algun dels restaurants d'El Nacional, la carta també els ofereix patates xips i olives per picar.



ESTRELLA DAMM, LA CERVESA MEDITERRÀNIA. Amb el nom d'Estrella Damm, la companyia comercialitza la seva cervesa més popular amb la mateixa fórmula que va crear fa més de 140 anys el jove alsacià August Kuentzmann Damm quan va arribar a Barcelona. A la capital catalana, Damm va obrir una cervesaria pròpia el 1876 i va crear una cervesa adaptada al clima mediterrani, més lleugera que les centreeuropees, la fórmula que avui es coneix com la cervesa lager mediterrània. La recepta és el resultat de la combinació de malta d'ordi, arròs i llúpul, adquirits directament a agricultors locals mediterranis.

Un cop seleccionat l'ordi, es trasllada a la malteria, on germina, s'asseca i es torra. Damm és de les poques cerveseres que té una malteria pròpia, cosa que li permet controlar de primera mà tot el procés d'elaboració dels seus productes. El llevat que s'utilitza procedeix del mateix cep des de fa generacions, i és el que dona el toc distintiu a la cervesa Estrella Damm.

La fermentació i la maduració de la cervesa un cop afegit aquest llevat porta temps, i a Damm la tenen tres setmanes als tancs de guarda per garantir el millor sabor.

CANYA O PINTA. Dels sortidors de la Barra de Cerveses brollen quatre de les creacions més reconegudes de Damm. A més d'Estrella Damm, trobem la intensa Voll-Damm Doble Malta; la negra estil Munich Bock-Damm, i la refrescant Damm Lemon, l'autèntica clara mediterrània, feta segons la recepta tradicional: 6 parts de cervesa i 4 parts de llimona.

Si preferim cervesa d'ampolla, a la Barra podrem gaudir de la cervesa sense alcohol Free Damm; de la suau Saaz; de l'alsaciana A.K. Damm; de la torrada Turia; de la donostiarra Keler, i de la sense gluten Daura. Mereix una menció a part Inedit, la cervesa gastronòmica de Damm creada el 2008 per Ferran Adrià i l'equip de sommeliers d'elBulli, juntament amb els mestres cervesers de Damm.



COM SERVIR LA CERVESA

Hem recorregut als experts cervesers de Damm per descobrir quins són els secrets per tirar una bona cervesa. En primer lloc, recomanem fer servir recipients de vidre per apreciar més bé el color i la lluentor de la cervesa. Per a les cerveses més lleugeres, en general són millors els recipients més estrets, i a mesura que són més torrades o tenen més graduació, recipients d'embocadura més gran, perquè el líquid s'oxigeni millor.

La copa ha d'estar molt neta per evitar restes de detergents o abrillantadors, que impediria la formació de crema.

I, molt important, la copa ha d'estar freda però no congelada, perquè l'excés de fred modifica l'aroma i el sabor de la cervesa i impedeix la formació de crema.

També es recomana tirar la cervesa en gotes, gerres o copes amb el fons pla, com els que fa servir la Barra de Cerveses d'El Nacional.

LA CERVESA DE BARRIL.

1. Hem de mullar la copa amb aigua, per afavorir que, en tirar-la, la cervesa rellisqui per l'interior i no xoqui bruscament contra el vidre, cosa que provocaria la pèrdua de part del carbònic.

2. Hem d'inclinar la copa 45° mentre obrim totalment l'aixeta, que no ha de tocar mai la cervesa, ni durant ni després d'omplir la copa. Ha d'estar-hi a una distància d'entre 10 i 20 centímetres, perquè la cervesa es bati suaument contra les parets i afavoreixi la formació de crema.

3. Quan hàgim omplert tres quartes parts de la copa, l'hem de redreçar i tancar l'aixeta perquè reposi uns segons.

4. Poc després, hi afegirem dos dits de crema. Per aconseguir-ho, hem de mantenir l'aixeta oberta en una posició intermèdia.

I LA CERVESA D'AMPOLLA.

1. Hem de mullar la copa, la gerra o el got amb aigua. Inclinem el recipient uns 45° respecte a l'ampolla.

2. Mantenim la inclinació fins a omplir la meitat del recipient.

3. Per generar crema, col·loquem el recipient en posició vertical i l'acabem d'omplir.

AMICS D'EL NACIONAL

Tradició, rigor i feina per crear grans caves

Per a Juvé & Camps tradició i renovació van plegades amb la certificació de viticultura ecològica



BARCELONA— Una història centenària que es remunta a Joan Juvé Mir, fundador de la saga familiar el 1796 a Sant Sadurn d'Anoia. 270 hectàrees de vinyes al Penedès propietat de la família i 200 més si comptem oliveres, cereals i terrenys boscosos. Aire mediterrani, equilibri mediambiental, biodiversitat i màxim rigor en totes les fases, tenint cura de cada tipus de raïm des del conreu fins a la cria i la venda posterior dels seus vins i caves.

L'EXCEL·LÈNCIA COM A FILOSOFIA. Tot i que resumir tantes generacions, treballs, cures i desvetllaments requeriria moltes pàgines, aquest seria un extracte molt petit del que és aquesta empresa familiar. Potser faltaria afegir-hi el profund respecte a la natura i els seus cicles, que es manifesta actualment en la total reconversió ecològica de les vinyes Juvé & Camps, tal com ens explica Antonio Orte, respon-

sable d'Enologia del celler amb Toni Cantos. Pràctiques vinícoles de baix rendiment que consideren la vinya part del paisatge i el vi com a expressió del seu ecosistema. "L'experiència de quatre generacions de viticultors al Penedès ens ha ensenyat a mirar la terra-vinya amb altres ulls. Hem passat de tenir una mentalitat correctiva (quan es feien servir productes de síntesi per tractar malalties o plagues) a treballar de manera preventiva. Reforçant la salut de la planta, buscant l'equilibri natural amb el seu ecosistema (fauna, flora...) i aplicant la mínima intervenció possible. Tots ens hem impregnat d'aquesta nova filosofia que s'ha traduït en una millora de la qualitat final del raïm", remarca Orte.

EL VALOR DE L'ECOLOGIA. Una filosofia que s'ha vist reconeguda amb l'estricta certificació de viticultura ecològica, aconseguida el 2015. Vinyes lliures

d'insecticides i herbicides químics i períodes de guaret de fins a set anys perquè la terra descansi i es recuperi. El premi a tot plegat, un raïm sa, equilibrat i de màxima qualitat.

Quan arriba el moment de collir els fruits d'un any de dedicació, la verema es fa de manera totalment manual. Veremadors vinculats des de fa anys a la família, equipats amb tisores, tallen només el raïm sa i sencer, que es diposita en petits cistells de plàstic. Cal evitar que els grans s'aixafin. De la verema depèn, en gran part, la qualitat del futur vi. "El viticultor que cull el raïm en fa una selecció a peu de cep, rebutjant el que està tocat, si n'hi ha. A més, d'aquesta manera ens assegurem que el raïm arriba íntegre a les nostres mans, preservant-ne tot el potencial", ens explica Orte.

EL MILLOR EQUIPAMENT. El raïm acabat de collir requereix unes instal·lacions de primer nivell per al seu tractament i conversió en vi. Com el celler que Juvé & Camps té a Espiells, un conjunt arquitectònic envoltat de vinyes, a l'estil d'un *château* francès. Hi arriba, després d'un curt recorregut des de les vinyes properes, els preuat raïm. En sales perfectament equipades per rebre i seleccionar el raïm, es fa al desrapament, el premsatge i la posterior fermentació en grans naus de dipòsits dotats de temperatura controlada.

Així es fa la vinificació òptima de vins base per als caves, així com els vins joves, criances i reserves, tant blancs, com rosats i negres. Una nau de bótes impressionant i un avançat tren d'embotellat completen el conjunt. A les caves situades a Sant Sadurn d'Anoia, construïdes per la família des del 1921, els caves adquireixen gran qualitat, finor i caràcter elegant madurant lentament a les rimes, gràcies a la feina artesana i meticulosa, seguint pautes tradicionals i movent les ampolles als puites. A temperatura constant entre 12 i 18 °, en penombra, sense sorolls ni corrents d'aire, es produeix la segona fermentació en ampolla seguint el mètode tradicional champagne. Un rigor extrem perquè els caves adquireixin les aromes subtils i complexes que, juntament amb la cremositat, la frescor i l'elegància, caracteritzen els caves Juvé & Camps.

MARIDATGES

Per Antonio Orte
Enòleg de Juvé & Camps

LA PARADETA



MAGNUM RESERVA DE LA FAMÍLIA 75 CL. Versàtil, per gaudir amb la cuina tradicional i els sabors de la terra que tenim marcats a la ment des de la infantesa. Sensacions salines, greixoses, escalivades, sabors fumats, etc. troben en aquest cava un acompanyant ideal que suavitz i fa més lleugers aquests plats.

LA TAPERIA



MAGNUM GREGAL. Exuberant, amb records florals i de fruites tropicals, combina amb els calamars a l'andalusa i les croquetes de pernil de La Taperia. Els seus ous ferrats o les gambes amb allada també s'ajuden de la seva frescor i neta acidesa per rebaixar la intensitat, allargant així el gaudi de l'àpat per part dels comensals.

LA LLOTJA



MILESIMÉ. Puresa i selecció de la matèria primera que ens brinda el mar. Màxima qualitat i senzillesa. El cava Milesimé respecta tot el sabor del plat, aportant frescor, suavitat i acidesa equilibrada per brindar una experiència gastronòmica única. Els calamars mar i muntanya de La Llotja comparteixen la mateixa idea i ofereixen sensacions més complexes.

LA BRASERIA



IOHANNES. El foc de la llar sempre ens atreu: torrats, fumats, espècies... són aromes difícils d'oblidar. El maridatge perfecte: Iohannes, un negre estructurat, amb cos, ple de records de fruites vermelles madures, notes de cafè, tabac, fusta de roure, etc. Aquestes són les bases per crear un moment únic d'harmonia.

AMICS D'EL NACIONAL

El pa és una clau de la bona gastronomia

La qualitat del pa rep la mateixa atenció que els altres aliments a El Nacional



BARCELONA— Un dels elements fonamentals de la filosofia d'El Nacional és buscar la màxima qualitat en tots els productes que es fan servir als diferents espais. Per aconseguir-ho és imprescindible trobar proveïdors de la màxima qualitat i compromís amb els estàndards del restaurant. Com a subministrador del pa han dipositat la confiança en L'Espiga d'Or, una fleca de Vilanova i la Geltrú que elabora tot tipus de pans de molt alta qualitat amb procediments artesans i fent servir productes ecològics.

Al capdavant de l'establiment hi ha Jordi Morera Ransanz, forner de cinquena generació de L'Espiga d'Or. Sobre el significat que té per a ell i el seu equip ser els responsables de subministrar el pa a El Nacional, indica: "Estem molt orgullosos que un restaurant d'aquest nivell, amb merescuda reputació de fer servir sempre productes Premium, hagi apostat pel nostre pa".

UN OFICI QUE ES CONVERTEIX EN ART. Forner per tradició familiar i per vocació, reivindica la importància d'un bon pa artesà en la gastronomia: "Són molts els establiments que no atorguen al pa la importància que es mereix, que només es preocupen per la qualitat de l'oli, la carn o el peix". En canvi, una gran majoria dels clients dels bons restaurants es sorprenen molt agradablement i valoren com es mereix el fet que els serveixin un pa d'alta qualitat. Al seu parer: "El Nacio-

nal és pioner en la tendència, que està clarament a l'alça, de reivindicar el pa dins de la gastronomia".

Cada dia, en Jordi i el seu equip s'encarreguen de portar el pa des de Vilanova fins a El Nacional. Un pa elaborat recuperant formes artesanals i fent servir farines ecològiques de màxima qualitat. A en Jordi li agrada afirmar que "el progrés està en el regress". Amb aquesta frase vol posar de manifest la saviesa de les maneres artesanals de fer pa. Ho aclareix dient: "Els nostres avis sabien fer-ne perfectament, però moltes vegades no sabien els motius pels quals era tan bo. Ara es coneixen aquests motius i per això cal recuperar-los posant-los al dia".

QUALITAT. El bon pa requereix, entre altres coses, una llarga fermentació, de més d'una hora. Aquest és un dels aspectes que el diferencien del pa industrial. També, és clar, la qualitat dels ingredients, ja que el pa artesà té molts valors nutricionals i és saludable per a l'organisme. I, per descomptat, saber-lo servir. Els diferents pans de L'Espiga d'Or arriben a El Nacional sencers i es tallen a la cuina central, fent servir una màquina especial, just en el moment de distribuir-los als diferents espais del restaurant per al consum immediat. D'aquesta manera, el pa arriba a la taula en el punt òptim. En Jordi conclou: "Hi ha gent que evita el pa, però el problema no és el pa per si sol, sinó la seva qualitat".

LA VOCACIÓ. Jordi Morera va néixer el 1986 i va créixer en una família fornera. La fleca familiar la va fundar la seva rebesàvia el 1888, quan es coneixia com *el forn de la Genoveva*. Després de passar per les mans dels seus besavis i els seus avis, a les dècades dels vuitanta i els noranta, en ple creixement de la indústria del pa congelat, els seus pares, la Rosa i en Jordi, van fer una aposta ferma per la qualitat prioritzant la qualitat a la quantitat. Va ser una aposta arriscada però guanyadora, com es demostra actualment, quan el pa de qualitat ha tornat a l'essència i el protagonisme que es mereix.

Però aquest retorn a les essències del pa artesà no es contradiu en absolut amb la innovació. Fa un parell d'anys, va guanyar el premi a l'artesa innovador. Per a ell, tots dos conceptes són simbiòtics: "Innovar en fleca és saber mirar al passat, recuperar i entendre el saber fer dels nostres antics forners, els seus processos i costums, apresos a força de segles de professió i ciència empírica". La seva segona passió, després de fer pa, és comunicar-ho. Per això fa classes tant en tallers per a forners casolans com en escoles professionals. Això l'ha fet encara més conscient que s'ha de continuar formant: "Puc dir que sóc professor, però encara em queda una eternitat per poder dir que sóc mestre".

El bon pa requereix, entre altres coses, una llarga fermentació amb massa mare, de més de 24 hores. Aquest és un dels aspectes que el diferencien del pa industrial

CULTURA DE LA CARN

Carn madurada, molt més que una moda

El llarg repòs en condicions controlades li aporta sabor i textura

BARCELONA—El peix s'ha de menjar fresc, la immediatesa també és un valor en la majoria de fruites i verdures, però aquest axioma no és vàlid per a tots els aliments, i no ho és en absolut en el cas de moltes carns, que requereixen un temps de repòs per consumir-les en un estat òptim.

Els últims anys, ha aparegut una nova tendència que converteix aquest repòs de la carn de boví en maduració, sobremaduració i fins i tot maduració extrema, cosa que ha generat debat però un consens entre els gurmets i els entesos: la maduració dona a la carn més sabor i textura, li aporta matisos, és com l'ibèric de gla dels pernils.

Quan se sacrifica qualsevol exemplar de boví, la carn necessita un temps perquè es relaxi el *rigor mortis*, que en el cas de vaques i bous és almenys de 15 o 20 dies. Si la carn es consumeix abans, serà dura i estireganyosa i deixarà anar molt de líquid, perquè no l'haurà perdut durant el repòs.

Tots tenim experiència a comprar uns filets pensant que eren de qualitat i que no hi hagi hagut manera d'estovar-los. Segurament és a causa de la pressa per comercialitzar carns que no han reposat prou temps, i de la idea molt estesa que la carn, com altres aliments, com més fresca millor.

La necessitat del repòs perquè la carn es relaxi i es recuperi del *rigor mortis* no la discuteix cap professional. Fins a quatre anys ha arribat a romandre un exemplar de boví en una cambra de maduració sense que la carn deixés de ser comestible.

La pregunta que de seguida ens ve al cap és: Qualsevol carn de boví es pot sotmetre a aquests processos? Quin és la millor carn *dry aged*?

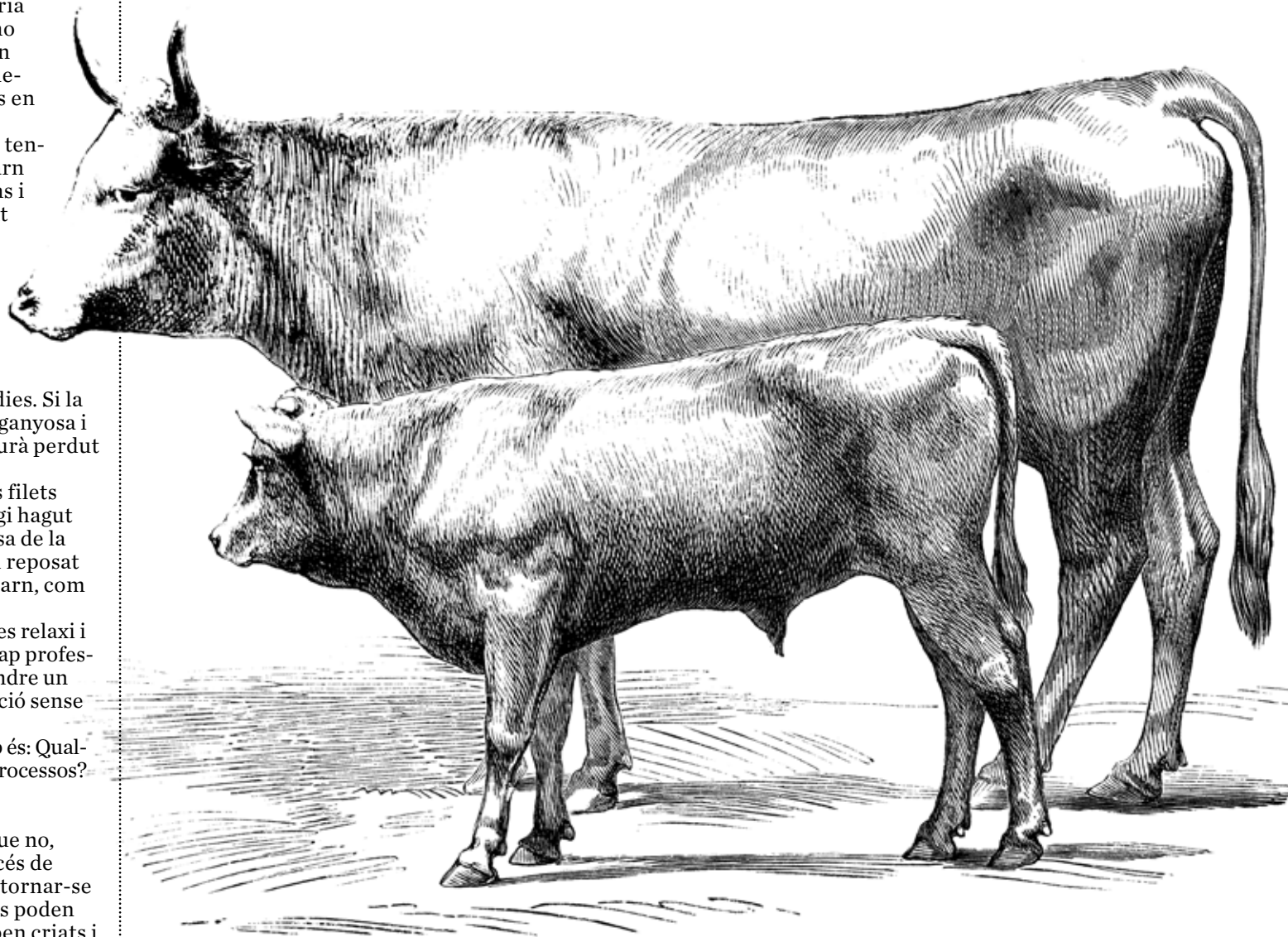
VEDELLA, VACA, BOU. La resposta és que no, qualsevol carn no es pot sotmetre a un procés de maduració llarga sense perdre propietats i tornar-se incomedible. És un procés al qual només es poden sotmetre exemplars de vaca vella i de bou ben criats i alimentats. Tenim clar el que són?

La carn de vedella és la que procedeix d'animals joves, de fins a un any, ja siguin mascles o femelles. Aquí els experts adverteixen que a aquesta edat la carn de vedella femella és millor, encara que normalment no se'ns indica quan la comprem. La carn de vedella no accepta una maduració llarga, entre 30 i 45 dies aconseguix la plenitud.

Les vedelles més grans de 12 mesos que no són sacrificades es converteixen en vaques destinades a la producció de llet o a la cria. Faran aquesta funció fins que es tornin improductives: en aquest moment, si el granger les posa un temps a pasturar i els proporciona una alimentació rica en cereals, l'animal es recupera i es converteix en una vaca vella amb la carn ideal per ser madurada. Aquesta categoria comprèn animals d'entre 3 i 9 anys.

Per la seva banda, els vedells que es deixen viure més de 12 mesos s'han castrat, per fer-los més dòcils, i es dedicaran a l'engreix o al treball al camp. Els primers se sacrificaran amb 2, 3 o 4 anys, però els que es dediquin al treball viuran bastant més, fins que el seu rendiment disminueixi. Com en el cas de les vaques, amb un temps de repòs destinat a alimentar-los amb bones pastures i cereals, es convertiran en els trofeus més buscats, perquè la seva carn és la que admet les maduracions més llargues, gràcies a la capa de greix que la recobreix i que la protegirà durant el temps que estigui a la cambra.

"No es pot madurar la carn de qualsevol animal", explica Carles Tejedor, director gastronòmic d'El Nacional. "Han de ser vaques o bous que s'hagin cuidat com un membre més de la família, que hagin pasturat, que



Aturar el temps

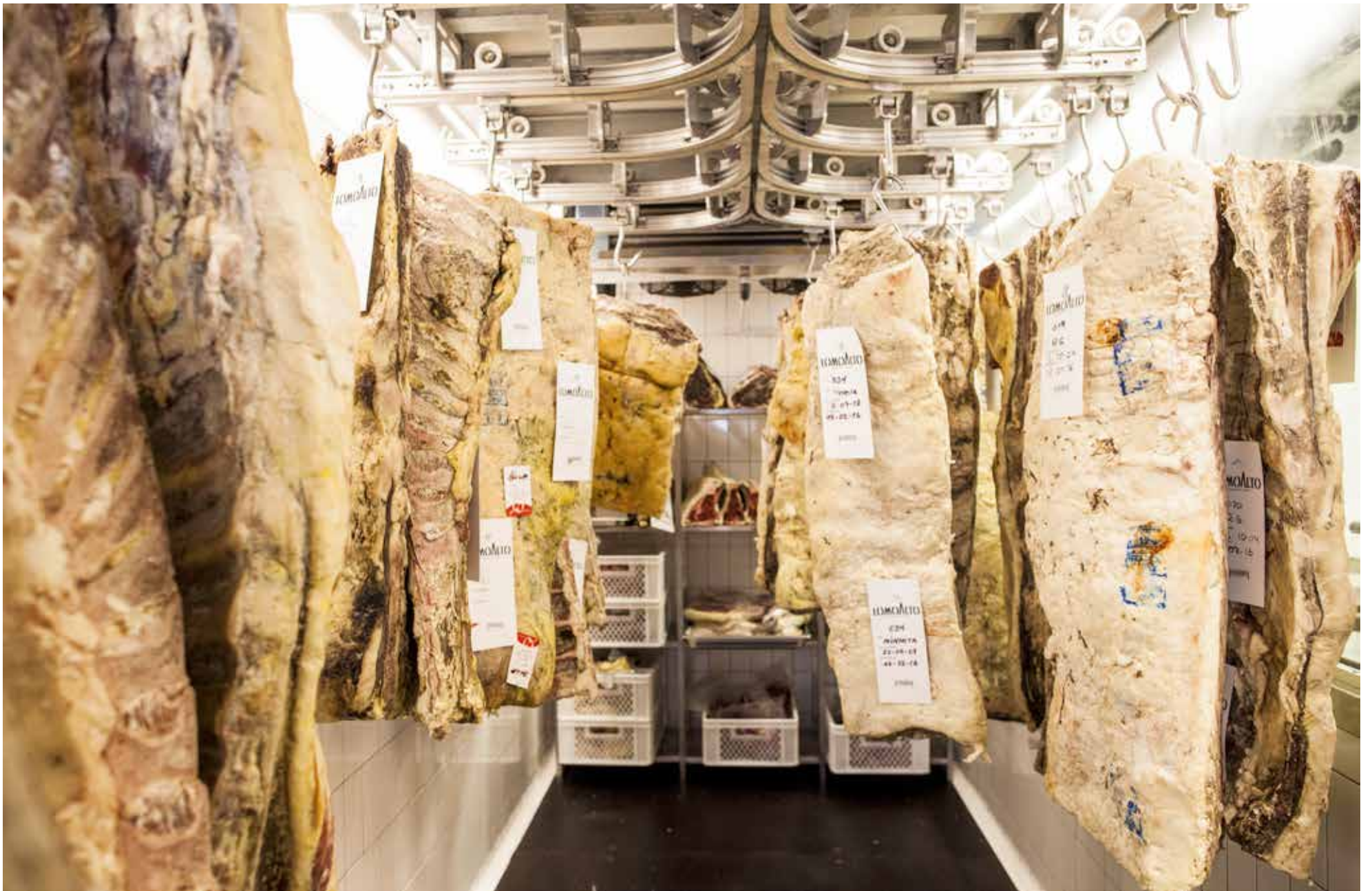
Cambres especials ventilades i a menys de 2 °C aconseguixen el miracle

Madurar la carn és com aturar el temps per al cos de l'animal, i per fer-ho s'ha de disposar d'unes instal·lacions que tenen poques empreses, i encara menys restaurants, amb unes cambres de maduració sofisticades.

La maduració és una tècnica de conservació a base de regular la temperatura (menys de 2 °C, sovint per sota d'un, sense arribar mai a la congelació), la humitat i, molt important, la ventilació, que provoca la pèrdua d'aigua de la carn i la concentració de sabors, així com la proliferació de fongs sobre el greix que embolica la peça i que la protegiran. Aquesta pèrdua d'aigua també comporta una pèrdua de pes de fins al 30% en les peces sotmeses a maduració. Pot ser curta (de 30 a 65 dies), llarga (de 65 a 200 dies) o extrema, de més de 200 dies. Per a la segona es trien només els lloms de vaques velles i bous, mentre que per a la maduració extrema només es fan servir bous sencers amb unes característiques molt especials, "peces úniques". A més de la pèrdua de pes,

els lloms sotmesos a maduració també pateixen una minva, perquè els extrems de cada peça, els que estan en contacte amb el fred i amb l'aire, es ressequen i es rebutgen quan la carn es talla a porcions.

SABORS TERCIARIS. La maduració no aporta més suculència a la carn, perquè perd bona part o quasi tota l'aigua, però sí un tacte al paladar més tou, potencia els sabors terciaris i porta records lactis. Carles Tejedor, director gastronòmic d'El Nacional, parla de sabors de mantega, de terra molls, de tocs torrats. I la carn molt madurada, no es podreix? "Rotundament no", afirma Tejedor. No es podreix perquè amb prou feines conté aigua i perquè "la diferència entre la maduració i la putrefacció és la humitat". Una carn mal madurada es reconeix de seguida pel sabor àcid i la textura mocsosa. "La carn madurada és com el formatge, l'olor és forta, però el gust és fi", rebla Tejedor.



No es pot madurar la carn de qualsevol animal. Han de ser vaques o bous que s'hagin cuidat com un membre més de la família, que hagin pastat, que hagin menjat molt blat de moro...



hagin menjat molt de blat de moro... S'han de conèixer les races, la zona on ha viscut cada animal”.

El greix és importantíssim en aquests animals, ja que si la capa exterior protegeix la carn, el greix infiltrat en millora el sabor i la melositat, tal com passa amb el pernil i la carn de porc ibèric. El color del greix extern ofereix, a més, pistes de l'edat de l'animal i la seva alimentació, ja que serà més groguenca com més blat de moro i cereals hagi menjat.

BROKERS DE LA CARN. Aquests exemplars de vaques i bous no es troben a les grans explotacions, dedicats a la cria intensiva de carn de vedella o d'animals una mica més madurs, de dos o tres anys, sinó en petites explotacions, on el ramader ha preferit mantenir l'animal un temps, encara que sigui improductiu, perquè sap que aquest període, lluny d'implicar-li pèrdues, li suposarà més benefici quan l'ofereixi a les empreses especialitzades.

Hi ha autèntics especialistes a buscar aquests animals, coneguts al sector com *brokers de la carn*, capaços de recórrer incansables els pobles i els llogarets de tot Espanya, especialment del nord, per trobar aquests exemplars, cada vegada més escassos, sobretot els bous, que ja amb prou feines es dediquen a les tasques del camp.

Carles Tejedor, membre de l'equip de Direcció Gastronòmica d'El Nacional i de Lomo Alto, i responsable de tractar amb els proveïdors, mostra orgullós

al telèfon mòbil les fotos o els vídeos d'exemplars seleccionats per als seus restaurants, molts dels quals visita in situ abans de formalitzar la compra.

Al seu parer, les millors carns provenen de Galícia, “un lloc únic al món per criar bovi”, apunta, per la sal que la brisa marina aporta a l'herba que alimenta els animals. Aquesta comunitat, juntament amb Astúries, proveeix en bona mesura els millors restaurants dedicats a la carn de qualitat.

VACA PER BOU. Tenint en compte el que s'ha dit sobre la diferència entre vedella, vaca i bou, i l'escassetat d'aquests últims animals, s'entén que hi ha molt de frau a l'hora de vendre carn presumptament de bou, que sol ser de vedella o de vaca. Canviant la dita, es dona molta vaca i vedella per bou. Com evitar-ho? Desconfiant d'una carn de bou barata, o exigint l'etiqueta que en garanteix la traçabilitat, és a dir, la possibilitat de conèixer el nom i el sexe de l'animal, quan va néixer i quan va ser sacrificat, qui eren els seus pares i on va néixer, va pasturar i va morir. “Els restaurants han de mostrar aquestes etiquetes si el client ho demana, i han d'indicar clarament a la carta quin tipus de carn ofereixen als clients”, apunta Tejedor.

Per exemple, La Braseria d'El Nacional només ofereix carn de vedella femella madurada un mínim de 30 dies (entrecot, filet i mitjana), filet de vaca vella madurada un mínim de 60 dies, hamburguesa de bou i tàrtar de bou.

LOMOALTO
RESTAURANT DE CARNS



BRASA ESPECIALITZADA EN BOVÍ

Un restaurant únic al món

Les cambres de maduració i afinació i les graelles fan singular el Lomo Alto



BARCELONA—Lomo Alto no és un restaurant més, ni tan sols un més dels locals dedicats a la carn, és una brasa especialitzada en carn de boví madurada, amb un equipament únic i dissenyada fins a l'últim detall per reforçar la seva especialització.

El restaurant, que juntament amb el seu germà petit, el Lomo Bajo, ocupa un local de 700 metres quadrats en el que va ser primer el teatre Capsa i després el cinema del mateix nom, a la confluència dels carrers d'Aragó i de Pau Claris de Barcelona, mostra la seva personalitat només travessar la porta: les parets enrajolades amb 55.000 rajoles blanques com les carnisseries de tota la vida i la suau i agradable aroma càrnia que s'hi respira, igual que en aquells establiments, i que es fon amb l'olor de brasa, no deixa cap dubte del que ens ofereix aquest restaurant obert l'any passat.

Quan s'accedeix al primer pis del restaurant, el primer que crida l'atenció del client és la cambra vertical de maduració, tancada amb una porta de vidre transparent, on actualment reposa un bou de raça rossa gallega obert en canal, anomenat Cuernos,

que es consumirà després de catorze mesos en repòs per a delit dels paladars més avesats.

“Quin altre restaurant del món té una cambra com aquesta per madurar un bou sencer?”, es pregunta Carles Tejedor, director gastronòmic del restaurant, sabedor que la resposta és que no n'hi ha cap altre. Tan sols alguna empresa especialitzada disposa a les seves instal·lacions de cambres de maduració vertical com aquesta, on la carn reposa a menys d'1 °C de temperatura i amb una humitat i ventilació controlades permanentment. Només dues claus permeten accedir a aquest santuari en el qual, dues vegades a l'any, es despenja el bou per consumir-lo i penjar-n'hi un altre que completarà la maduració durant cinc o sis mesos més.

Però no és només aquest espai singular el que distingeix el Lomo Alto, sinó tot el sistema de cambres i de control de cada peça, de cada tall de carn, que porta Tejedor a formular una altra pregunta que també té una resposta negativa: “Algú al món té aquest sistema de cambres i de control de cada llom i de cada tall?”.

A més de la cambra vertical, una altra cambra de maduració horitzontal, molt més gran, també permet veure, a través de les parets de vidre, el procés de maduració dels lloms sencers de boví que hi ha penjats. La ventilació en aquestes cambres és fonamental, ja que fa

perdre l'aigua de la carn i la falta d'humitat permet una llarga maduració de la carn sense que es faci malbé.

Tot està a la vista, destaca Tejedor: “Volem donar la màxima transparència i confiança als clients”. Les peces que es consumiran aquell dia es tallen, també a la vista del client, i es passen a les cambres d'afinament de cara al públic, on reposaran unes hores a una temperatura controlada de 9 °C, abans de passar a les graelles de cocció.

CONTROLS SANITARIS ESTRICTES. La carn que arriba al Lomo Alto prové tant de troballes pròpies com de subministradors que trien un a un els animals, que moltes vegades són inspeccionats al lloc d'origen per Tejedor mateix, i durant el procés de sacrifici i conservació se sotmeten als controls sanitaris i de traçabilitat més estrictes.

Durant la maduració a les cambres es fan anàlisis bacteriològiques periòdiques, i cada peça està controlada per un sistema informàtic que permet conèixer el nom, el sexe i l'origen de l'animal, la data de sacrifici, el pes i altres dades que garanteixen la traçabilitat de les peces. Fins i tot quan es tallen les mitjanes que se serviran aquell dia, el sistema informàtic genera una etiqueta amb les dades de l'animal i d'aquella peça concreta, incloent-hi el pes

VOLS CONÈIXER
LA CARTA DEL LOMO ALTO?

LA IMPORTÀNCIA DE LES BRASES. Les peces de carn passen els últims minuts abans d'arribar a les taules a les tres graelles obertes del restaurant. Sota la primera no hi ha brases, però la carn s'escalfa amb la calor que desprenen les altres dues; quan l'interior arriba als 25 °C, passa a la segona graella, a mitja distància del foc. Finalment, la carn arriba a la graella situada sobre les brases, on s'estarà amb prou feines un minut per cada costat, només per segellar-la. Abans, la peça es cobreix amb una barreja de sal marina i sal d'algues, perquè agafi només la sal que necessiti. En aquestes graelles només es couen les millors peces, les mitjanes de bou i de vaca vella, la resta de l'oferta càrnia es cuina en un forn de brases tancat.

RACES SELECCIONADES. En les carns madures de vaca i bou, gràcies al procés de deshidratació i a la protecció de la capa de greix, es produeix una concentració de sabor que les converteix en una cosa especial i única. Tanmateix, el sabor final dependrà de la raça de l'animal, de l'alimentació i de la zona. Per això, al Lomo Alto, de la mateixa manera que al Lomo Bajo, només se serveixen carns d'una dotzena de races seleccionades, la majoria de tronc ibèric i criades a la Península, i alguna de procedent d'Europa. La raça més utilitzada és la prestigiosa rossa gallega, que deu el seu sabor únic en part a la zona on pastura, regada per la humitat salina de l'oceà Atlàntic. La raça sayaguesa, autòctona de la província de Zamora i amb denominació d'origen pròpia, és una altra de les més freqüents en aquestes brases. També prové d'aquesta zona la raça alistana-sanabresa, mentre

NO NOMÉS MITJANES. L'oferta del Lomo Alto és fonamentalment carnívora, però no només carnívora. Les estrelles són, per descomptat, les costelles senceres a la graella (que poden ser de vedella nacional madurada, de vaca seleccionada europea o de vaca vella madurada) i els centres de llom nets (de vaca europea, de vaca vella madurada o de bou galleg madurat). Cadascuna d'aquestes carns s'ha sotmès a un procés diferent de maduració. La vedella s'està a la cambra entre 35 i 50 dies, mentre que la vaca vella i el bou, excepte el de l'entrada, que madura sencer, hi estan entre 60 i 120 dies. Totes les peces se serveixen acompanyades de pebrots del piquillo confitats, patates fregides i amanida verda.

Qui vulgui degustar altres talls pot demanar entrecot de vedella amb salsa bearnesa, filet de vedella a la brasa o hamburguesa de bou, i, si no vol menjar carn de boví, l'oferta és força extensa i inclou pollastre de corral a la brasa, costella de porc rostida, conill i botifarra de Calaf, anyell a la graella i espatlla d'anyell. I encara que el restaurant està dedicat a la carn, si algun comensal prefereix el peix pot triar entre turbot, bacallà i pop cuits a la graella.

Entre els entrants destaquen l'enciam cuit a la graella i condimentat amb escates de bacallà salat, i l'amanida de tomàquet amb ventresca de tonyina i ceba tendra. No hi falten els embotits, evidentment, de carn de boví, i sobresurten els entremesos de la casa a base de cecina artesana premium, xoriço, llonganissa, sobrassada i llengua curada de bou. La sobrassada mereix un capítol a part, ja que és l'únic embotit elaborat al restaurant mateix.

Al Lomo Alto i al Lomo Bajo, només es serveixen carns d'una dotzena de races seleccionades, la majoria de tronc ibèric i criades a la Península, i alguna d'Europa

i el preu que pagarà el client. I aclareix si és carn de bou o de vaca, cosa poc freqüent a la restauració, on sovint es ven com a bou el que en realitat és vaca o fins i tot vedella, que tenen un gust i una qualitat molt diferents.

L'etiqueta també inclou un número que situa aquella peça a la llista de les mitjanes que s'han despatxat al restaurant, una xifra que supera els 15.000, el primer any de vida.

que la cachena arriba de Galícia i la tudanca, de Cantàbria. La casina o asturiana de la muntanya procedeix del Principat que li dona nom, igual que l'asturiana de les valls. De Portugal procedeixen quatre races ibèriques més que també es consumeixen al Lomo, la maronesa, l'arauquesa, la ramo gran i la barrosa. Finalment, de França, concretament de l'antiga regió de la Gascunya, procedeixen els exemplars de raça mirandesa.

LOMOBAJO
PANS I CARNES

ENTRE PANS

Això sí que són entrepans gourmet

Al Lomo Bajo s'elaboren exclusivament amb carn madurada de vaca o de bou



BARCELONA—L'hamburguesa està de moda, és clar: fa un temps que ha abandonat l'etiqueta de producte *fast food* i ha saltat a nous locals on s'ha dignificat el producte amb més bons carns, pans i acompanyaments.

Però si la part principal d'un entrepà com l'hamburguesa és precisament aquesta, sens dubte la millor s'ha de buscar on tinguin la millor carn.

Lomo Bajo és el germà petit de Lomo Alto, l'únic restaurant brasa especialitzat en carns madurades de Barcelona i un dels únics d'Espanya. Lomo Bajo està situat a la primera planta del restaurant, la més *casual*, informal, dedicada als entrepans, però amb la qualitat de les carns úniques que es consumeixen a la casa, les de vaca vella i de bou madurades.

La carta ofereix quatre hamburgueses, tres elaborades amb carn de vaca vella i una, la *Suprem*, amb carn de bou. En tots els casos es fa servir la pota de l'animal, picada quan està en el punt òptim de maduració, i es couen al forn de brases tancat de ma-

nera que queden ben rostides, però sucoses per dins.

Les hamburgueses Clàssica, de vaca, i *Suprem*, de bou, comparteixen la guarnició més típica entre el pa: enciam, tomàquet i ceba, però estan cuites a la brasa, cosa que dóna un toc especial al conjunt. De les altres dues hamburgueses de carn de vaca, la *Gorgonzola* porta el famós formatge italià que li dóna nom, i la *Sibarita*, foie a la planxa i poma, una combinació perfecta.

En nombre, el segon grup d'entrepans són els *Rock&Rolls*, presentats a l'estil del clàssic *lobster roll*, és a dir, amb el panet obert per la part superior i farcit amb diverses exquisideses. Com el *Tartar Roll* de bou, carn madurada picada a ganivet i embolicada en una cremosa salsa de rovell d'ou amb un punt de llimona, acompanyada de ceba cruixent. O el de cecina de vaca, amb amanida de brots i cítrics i uns punts de maionesa d'all. O el de sobrassada de bou, elaborada al restaurant mateix, amb formatge i mel. I la broqueta moruna, amb maionesa i ceba habitada.

I en tercer lloc, encara que no menys important, la revisió del clàssic *pepito* de vedella, en dues versions, de filet de vedella i de mitjana de vaca vella. El *pepito* servit amb pebrot verd i formatge i

amanit amb maionesa de carn, que potencia el sabor del conjunt; i el de mitjana, d'interior rosat i tendre, amb pebrots del piquillo.

Per acompanyar els entrepans, hi ha quatre propostes, des de les imprescindibles patates fregides de muntanya (casolanes, per descomptat) fins als cèrcols de ceba amb mel de canya, passant per uns pebrots del Padrón amb sal granada i una amanida de tomàquet amb tonyina i ceba. Per compartir com a entrants, la carta ofereix dues amanides més, d'endívies amb formatge gorgonzola i nous, i de tomàquet amb ventresca de tonyina, a més d'unes delicioses croquetes de cecina de vaca.

Ah!, i no hem d'oblidar l'apartat dolç ni les begudes, que inclouen tota la gamma de cerveses Damm i una selecció de vins a copes, a més de tres gintònics, sencers o en mitges racions. En el capítol dolç no hi falten, per descomptat, propostes per als amants del cacau, com la *Xocolata*, *xocolata*, *xocolata*, que se serveix en tres textures, de pa de pessic, escuma i salsa, i el gelat de xocolata negra belga. I destaca també el borratxo a la cervesa i nata muntada, sense oblidar la pinya amb crema fresca, el sorbet de llimona i el clàssic gelat de vainilla.

VOLS CONÈIXER
LA CARTA DEL LOMO BAJO?

Carn de primera qualitat, pa i condiments exquisits, i unes vistes esplèndides del centre de Barcelona converteixen l'oferta del Lomo Bajo en una experiència inigualable

PANS ESPECIALS PER A CADA CARN. Què és el més important en un entrepà, el pa o el farcit? La millor carn no es podia servir amb un pa qualsevol, per això es va buscar el millor pa per a cada queixalada, que cada dia arriba puntualment al restaurant.

Les hamburgueses se serveixen amb pa brètzelsí, aquell pa alemany de crosta torrada amb un tall en forma de creu a la superfície, amb el punt dolç que li aporten la mantega i el sucre.

Per als *rolls* es va triar un pa anglès, però de la mida d'un entrepà. El més diferent és el pa negre de kamut i garrofa, amb forma de xapata, que constitueix un embolcall cruixent ideal per a la carn del pepito i els seus assaonaments.

UN RESTAURANT AMB VISTES. Menjar-se un entrepà al Lomo Bajo no és una experiència qualsevol, gràcies a les esplèndides vistes de què gaudeixen els clients. Quan entrem poden veure la cambra vertical de maduració extrema, on madura un bou sencer, i, un cop a dins, a través de les grans vidrieres es poden veure tant l'enrenou dels carrers d'Aragó i Pau Claris com la cambra de maduració dels lloms o l'espai on els carnisers preparen les peces i separen les mitjanes i els entrecots abans de passar-los a les cambres d'afinació, cada peça amb l'etiqueta que permet seguir-ne l'origen i totes les característiques.

I, per descomptat, els comensals poden contemplar el vaivé de la cuina, separada només per vidres, on es preparen tant els entrepans del Lomo Bajo com els plats que se serviran a les taules del Lomo Alto. Les tres graelles obertes, situades a diferent nivell, on primer es temperen les grans mitjanes abans de sege-llar-les a la graella més baixa, és tot un espectacle.



ENTREPANS GURMET TAMBÉ PER EMPORTAR. Tens pressa perquè menjaràs a l'oficina o et vols emportar un entrepà a casa? O potser aprofitaràs el bon temps per menjar a l'aire lliure? Pots fer-ho sense renunciar a la qualitat, perquè un menjar ràpid o informal no ha de ser dolent.

Perquè et puguis emportar els nostres entrepans, hem dissenyat unes capsos precioses, pensades perquè no s'obrin ni es deformin durant el transport i puguis menjar a qualsevol lloc com si fossis al restaurant.

Cada capsa és específica per a cada tipus d'entrepà: allargades per als Rock & Rolls, amples i baixes per als pepitos i quadrades i profundes per a les hamburgueses. A l'exterior, a més del nom de l'entrepà, s'especifica el tipus de pa amb què s'ha fet, amb els ingredients, les races bovines de tronc ibèric de les quals procedeix la carn, i els ingredients de l'acompanyament. A les hamburgueses, se n'especifica el pes (125 o 250 grams) i, si es tracta de la Suprem de bou, una etiqueta blava recorda que la carn prové d'animals mascles castrats i amb un mínim de 6 anys d'edat.

INFLUENCERS



@gastroadikta. Entre els *influencers* que parlen del Lomo Bajo destaca Anna Barri (98,3 mil seguidors), que recomana el *roll* de bistec tàrtar.



@mpaletgo. Amb un total de 15,4 mil *followers*, Montse Palet recomana tastar la "deliciosa creació" que és el pepito de filet de vedella.



@foodietourbcn. Amb 11,7 mil seguidors, Foodie Tour BCN recomana La Sibarita, una hamburguesa amb foie a la planxa i poma.



Escapades
amb
estrella



by sbhotels



REGALA **ESCAPADES AMB ESTRELLA**

Sorprèn a la teva parella amb una cita gastronòmica a El Nacional. Descobreix els secrets més ben guardats de Gaudí. Atreveix-te a nedar entre tonyines salvatges o viu una aventura inoblidable en canoa per l'Ebre. Escull la teva experiència preferida, tria l'hotel que més t'agradi i deixa't portar per la màgia d'una '**Escapada amb estrella**'. Un veritable maridatge d'emocions de la mà de **SB hotels**.

DESCOBREIX. REGALA. VIU.