

# EL NACIONAL

BARCELONA

## UN ESPAI CENTENARI

El referent gastronòmic de Barcelona que us traslladarà en el temps





## EDITORIAL

El Nacional és molt més que un restaurant. És un macroespai gastronòmic format per quatre restaurants i cinc barres temàtiques, situat en un indret emblemàtic de l'Eixample barceloní. En aquest número us expliquem la història d'aquest espai fins avui, us presentem les novetats que els diferents restaurants i barres us han preparat per a aquesta tardor-hivern, sempre amb els millors productes de la Península i seguint estrictament la temporada, i us animem a visitar-nos per Nadal. Gaudireu de plats emblemàtics d'aquestes festes i podeu reservar l'espai privat El Magatzem per celebrar els vostres àpats familiars o d'empresa. Us hi esperem!



## EL NACIONAL?

## 4 RESTAURANTS

LA BRASERIA



LA TAPERIA



LA LLOTJA



LA PARADETA



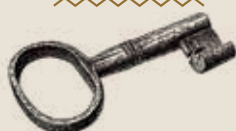
**Cuina  
ininterrompuda**

## 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

BARRA DE VINS



BARRA D'OSTRES



BARRA DE COCTELS



BARRA DE CERVESES



EL QUIOSC



◆ L'experiència gastronòmica de Barcelona ◆

## 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.



**RESERVES** Trucant al +34 935 18 50 53, o escrivint al mail [reservas.enb@elnacionalbcn.com](mailto:reservas.enb@elnacionalbcn.com) o al web [elnacionalbcn.com](http://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](mailto: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](http://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).



## HISTÒRIA



Concessionari de la marca americana Graham. La primera publicació en premsa que certifica la seva existència data de l'any 1929. Foto d'arxiu propi.

# Un espai centenari per a El Nacional

L'emblemàtica illa de l'Eixample barceloní l'han ocupat des d'un teatre fins a un garatge

**BARCELONA**— El Nacional és un concepte innovador en el món de la restauració, un macroespai gastronòmic amb una proposta basada en la cuina i els productes propis de la Península, posada al dia sense perdre les arrels, com el mateix espai físic que ocupa el restaurant, un lloc carregat d'història que es va restaurar amb la màxima cura perquè tots els visitants se sentin com a casa i alhora siguin participants de la seva història. Aquesta ha estat la vida d'una illa de cases emblemàtica de l'Eixample barceloní.

El Nacional està situat a l'interior de l'illa formada per la Gran Via, el passeig de Gràcia i els carrers de la Diputació i de Pau Claris, en ple Eixample, el barri més emblemàtic de la ciutat fora muralles. No és en va aquesta precisió, ja que el barri, i amb ell l'illa on està situat el restaurant, han marcat la història contemporània de Barcelona.

A mitjan segle XIX, la ciutat era una petita part del que és ara, tancada dins les muralles medievals i sense po-

der créixer perquè una àmplia franja al seu voltant estava declarada zona militar estratègica, on no es podia edificar: anava cap a l'oest fins a la ciutadella militar, avui parc i seu del Parlament i el zoo, i al nord fins a la vila de Gràcia.

En aquest amplíssim espai, el govern central va imposar el 1860 el pla Cerdà, per eixamplar la ciutat, que va ser rebut amb una forta polèmica, perquè l'Ajuntament havia triat un altre projecte. Amb els anys, però, l'Eixample ideat per l'enginyer català Ildefons Cerdà esdevindria un model d'urbanització, gràcies a l'adaptació que va fer de l'anomenat pla hipodàmic, és a dir, el disseny dels carrers en angles rectes, creant illes de cases entre ells.

Cerdà va revolucionar aquest planejament amb la creació de xamfrans, que milloraven la visibilitat als encreuaments de carrers i convertien les illes en octàgons en lloc de quadrats. Aquestes illes ideades per Cerdà eren en realitat dues fileres de cases, a la banda muntanya i a la banda mar, obertes pels costats, amb la idea

**INTERIORISME DE PEL·LÍCULA.** El juny del 2013, Subirats Bureau –un conglomerat amb més de 40 anys d'història –, juntament amb l'empresari Lluís Canadell, van crear Ocio Gastronómico Barcelona, SL i van recuperar aquest espai emblemàtic per a la ciutat, convertint el que era un garatge en un espai modern i acollidor. El projecte requeria els millors especialistes i cuidar fins a l'últim detall, per això es va encarregar l'interiorisme a un estudi, Lázaro Rosa-Violán, tot un referent del sector. A El Nacional va aconseguir crear una atmosfera inspirada en la Barcelona dels anys 30 i 40, mantenint l'estructura original de volta catalana que presideix el sostre, aprofitant material original per al paviment de lloses hexagonals i apostant per unes vidrieres espectaculars.



## La darrera reforma va rehabilitar el sostre, de vuit metres d'alçada, format per voltes suportades per columnes industrials i amb claraboies que il·luminen l'interior, i conserva elements com el paviment de lloses hexagonals



Garatge privat operatiu fins al novembre de l'any 2013. Foto d'arxiu propi.

de crear a l'interior espais verds i comunitaris. A l'hora d'executar el pla, els interessos econòmics van fer que la majoria d'aquests espais també acabessin edificats.

L'illa de cases que comentem dona al passeig de Gràcia, un carrer diferent de la resta que Cerdà va voler que coincidís amb l'antic camí que portava a la vila del mateix nom, avui integrada a la ciutat, i és des d'aquest passeig que es pot entrar a l'interior de l'illa, a través d'un passatge fins ara poc conegut pels barcelonins, tot i la popularitat que va tenir als inicis.

**DE TEATRE A GARATGE.** El seu primer destí va ser allotjar un teatre, el Teatro Español, dissenyat per l'arquitecte Antoni Rovira, guanyador del concurs municipal per urbanitzar l'Eixample que va rebutjar el govern central. El teatre es va inaugurar el 21 de maig del 1870, i no és casualitat que s'ubiqués allà, ja que l'espai que ocupa el passeig de Gràcia, quan encara no s'havia urbanitzat, era un camí per passejar ple d'arbres on els barcelonins anaven, entre altres coses, a presenciar representacions teatrals en locals provisionals de fusta.

El Teatro Español va durar poc, exactament fins al 18 de novembre del 1889, quan un incendi de matinal va devastar el local. El va reconstruir el 1892 l'arquitecte Ramon M. Ruidor, i aquest cop va adoptar el nom de Jardín Español, on es representaven sarsueles, àries i concerts, però també tómboles i fires. L'èxit no va ser l'esperat, i amb el canvi de segle, el 1900, va tancar.

La ciutat creixia i un espai gran i cèntric com aquest no podia estar gaire temps tancat: el seu nou destí va ser acollir una adoberia de pells per a sabates, la Teneria Moderna Franco-Española, conservant la coberta de voltes catalanes amb claraboies per assegurar la il·luminació natural, que es va incloure al Catàleg del Patrimoni Arquitectònic de la ciutat, del qual encara forma part.

Resseguint la història de l'espai, es documenta pels anuncis a la premsa que el 1929 s'havia convertit en un concessionari de cotxes d'alta gamma, de la marca americana Graham. Després de la Guerra Civil, tot i que no s'ha pogut documentar, expliquen que l'Ajuntament va fer servir l'espai com a punt de recollida d'aliments, i més tard va albergar un garatge privat, fins al 2013, ús que molts barcelonins encara recorden.

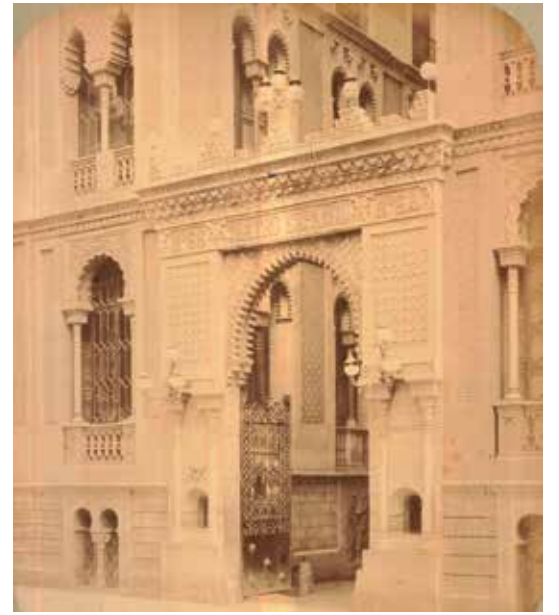
**MIRAR EL SOSTRE.** Amb una visita a El Nacional no n'hi ha prou per veure-ho tot: els ambients diferents de cada espai, el mobiliari fet a mida, els lavabos (imprescindibles, amb una fila de piques antigues recuperades, el tocador amb miralls de camerino de teatre i una atmosfera tan peculiar...), tot ens crida poderosament l'atenció. Però quan visitem aquest macroespai hi ha una cosa que no podem passar per alt de cap manera, i és mirar el sostre. Hi ha el perill que ens en descuidem, perquè és molt alt i hi ha molt per veure, però cal aturar-se un moment, aixecar la vista i gaudir de la coberta de volta catalana amb claraboies per on entra la llum natural, restaurada amb tota cura i exemple d'aquest estil propi de l'arquitectura del país.

**UN NOU PROJECTE.** El mes de juny d'aquell any, Subirats Bureau i l'empresari Lluís Canadell van crear la societat Ocio Gastronómico Barcelona SL amb l'objectiu de recuperar aquest espai emblemàtic: el 25 d'octubre del 2014 va obrir les portes El Nacional Barcelona, un espai de més de 3.000 m<sup>2</sup> que pot acollir fins a 695 persones als diferents espais. Ocupa l'antic garatge i un edifici annex que dona al número 99-101 del carrer de Pau Claris.

La reforma va respectar i rehabilitar el sostre, de vuit metres d'alçada, format per voltes suportades per columnes industrials i amb nombroses claraboies que il·luminen l'interior, i conserva elements singulars com el paviment de lloses hexagonals de l'entrada o la porta d'accés a la cuina.

La decoració, ideada per l'interiorista Lázaro-Violán, es caracteritza per grans cristalleries i pilars metàl·lics, mobiliari fet a mida per a cada espai i elements singulars com el Quiosc de l'entrada, format per dos antics balcons procedents de la Corunya i units entre si.

També es van recuperar altres elements que han donat una personalitat única a El Nacional, com les piques antigues de marbre dels serveis.



Façana del Teatro Español, inaugurat el 21 de maig del 1870.

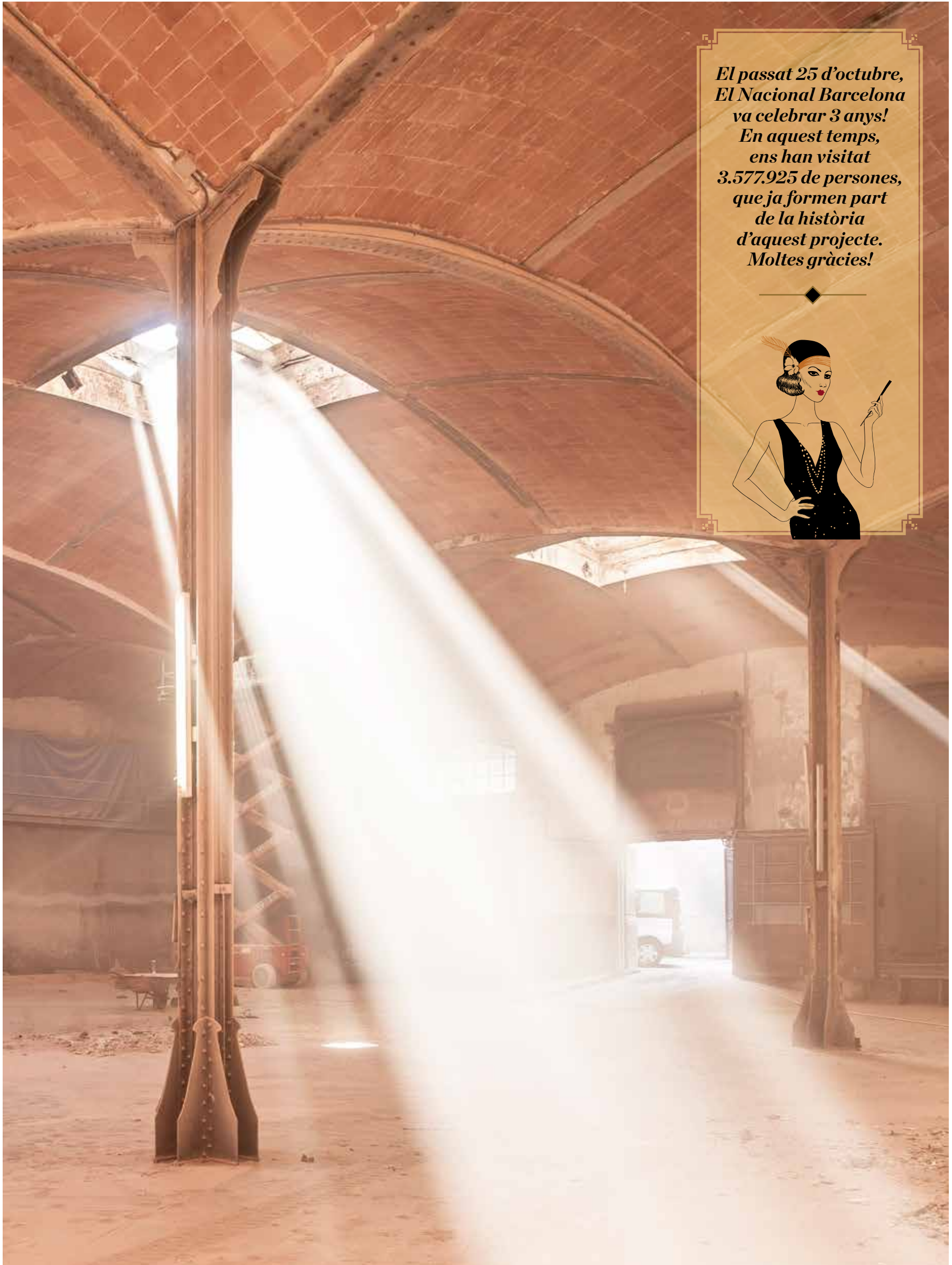


Factura de la Teneria Moderna Franco-Española, en francs belgues (1928). Recuperada per Coleccionismo Asbra i disponible a todocolleccion.net.



Anunci publicitari (ABC Madrid, p. 38, 7 de juny del 1930).





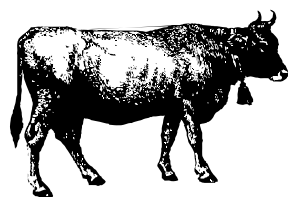
*El passat 25 d'octubre,  
El Nacional Barcelona  
va celebrar 3 anys!  
En aquest temps,  
ens han visitat  
3.577.925 de persones,  
que ja formen part  
de la història  
d'aquest projecte.  
Moltes gràcies!*



Inici de les obres d'El Nacional i rehabilitació de l'espai. Febrer del 2014. Fotografia d'Adrià Goula.



## LA BRASERIA



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BRASERIA?



# Els plats de cullera agafen protagonisme

Els guisats comparteixen la carta amb la carn madurada a la brasa, l'estrella de La Braseria



**BARCELONA**— Amb el canvi de temps canvien les cartes dels restaurants d'El Nacional. L'arribada del fred a La Braseria comporta la incorporació de plats que durant els mesos de calor no vénen tan de gust: és l'hora que els guisats i els rostits a la cassola comparteixen una mica el protagonisme amb l'estrella del restaurant, la carn de boví madurada cuita a la brasa.

Una au excepcional, el gall del Penedès, cuinada al vi negre, és un dels plats que s'incorporen a l'apartat de sucari-hi pa, al costat d'altres que són habituals a la

carta, com l'ossobuco sense os, les cocotxes (galtes) de porc ibèric al vi, els cargols guisats o els canelons a la barcelonina, amb beixamel i salsa de tomàquet.

Durant unes setmanes, des que s'encengui la il·luminació nadalenca, a finals de novembre, i fins després de Reis, a La Braseria també es podran degustar els plats més típics d'aquestes festes, elaborats amb els millors productes del mercat: el brou de Nadal, els canelons trufats i el pollastre a la catalana, rostit amb prunes, pinyons i orellanes.

**MADURACIÓ A LA VISTA.** L'especialitat de La Braseria és la carn de boví madurada i cuita a la brasa. La carn arriba al restaurant en ple procés de maduració, en lloms sencers de 30 o 40 quilos, dels quals sortiran les mitjanes i els entrecots, que s'obtenen, respectivament, de la part alta i de la part baixa del llom. Durant vint dies, a les cambres del restaurant i a la vista dels clients, acabaran la maduració fins a assolir el punt òptim per al consum. Unes hores abans, les peces passen a les cambres d'afinació, on la carn va agafant temperatura lentament abans de passar a la graella. Cada peça està etiquetada perquè el client que la consumirà conegui la raça i el sexe de l'animal, la seva procedència, quan va ser sacrificat i totes les dades que n'asseguren la traçabilitat.

Asseguts a taula, es pot triar entre carn de vaca vella, de vedella jove o de bou. Amb la primera, afina un mínim de 60 dies, es preparen les peces més preuades del restaurant, les mitjanes, d'entre 900 grams i 1,5 kg, ideals per compartir.

De carn de vedella madurada almenys 30 dies, s'ofereixen també mitjanes, filets i entrecots, d'uns 350 grams, i totes les peces es couen en graelles obertes i a una distància de les brases molt estudiada, per evitar que l'excés de calor cremi el greix i perquè el centre de la peça arribi al punt just de temperatura perquè no quedi seca ni amb l'interior fred.

Finalment, amb la carn de bou es preparen dues de les especialitats de la casa, el bistec tàrtar i l'hamburguesa El Nacional, de 250 grams.

Més enllà del boví, els amants de la carn també poden triar el pollastre petit sencer cuit amb herbes al forn; el lletó, també al forn, a l'estil tradicional, amb patates, cebes i alls, i dues especialitats a la brasa, els peus de porc i la botifarra de Calaf.

Si algun dels comensals no és aficionat a la carn, també disposa d'una àmplia oferta de productes del mar, entre les quals destaquen el bacallà a la llauna, el pop a la brasa i els calamars a l'andalusa amb maionesa d'algues. A més, també hi ha una extensa opció d'entrants, que va des de les amanides i la sopa de ceba, fins a l'enciam a la brasa amb bacallà esqueixat, les patates amb dos *mojos* o la coca fina de carbassó, pebrot i formatges artesans.



## Ossobuco de bou

Recepta milanesa amb un toc personal

Entre els plats per sucari-hi pa, a la carta de La Braseria, destaca l'ossobuco, preparat a la manera tradicional, però amb un toc personal. Per començar, i el més important, la carn: l'ossobuco es fa amb talls de la cuixa de l'animal, de quatre o cinc centímetres de gruix, i, com tota la carn de boví que se serveix a La Braseria, és carn madurada, concretament de bou, a la qual, a més, traiem l'os central. Es deixa macerant en vi negre i una bresa de verdures (porro, api, pastanaga i ceba) 24 hores, després es treu de la maceració, s'asseca, s'enfarina i es fregeix en una cassola. S'hi afegeixen les verdures de la maceració saltades i el vi reduït, i s'acaba de cobrir amb un fons de carn.

Quan l'ossobuco està cuit, es passa la salsa per un colador (no la triturarem per mantenir-ne el color fosc) i se serveix amb una guarnició de verduretes saltades.



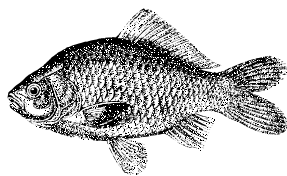
## TÒFONA NEGRA



A partir del gener, les cuines i les taules d'El Nacional s'omplen de la intensa aroma d'un dels productes de la terra més preuats, la tòfona negra d'hivern. Durant la temporada, tots els restaurants tindran tòfona a disposició dels clients, que la podran demanar a pes i servir-se-la sobre el plat que més els vingui de gust, per exemple, sobre un peix a la brasa o els canelons. Un dels plats que van tenir més demanda la temporada passada i que, segur, repetirà l'èxit són els ous amb patates i tòfona, variació dels tradicionals ous amb patates i pernil que triomfen la resta de l'any. En aquest cas, la tòfona, que combina meravellosament amb els ous i les patates, substitueix el pernil per formar un trio d'aquells que no te'n cansaries mai.



LA LLOTJA

VOLS CONÈIXER LA  
CARTA DE LA NOSTRA LLOTJA?

# La millor època per menjar marisc

Els mesos amb 'r' són els més bons per consumir aquests fruits del mar



**BARCELONA**—Tot l'any tenim peix i marisc fresc a la nostra disposició, a les peixateries, a vegades d'aquí, a vegades portat de molt lluny. Però és sabut que els mesos amb erra –de setembre a abril– són els millors per consumir marisc, i no és cap llegenda urbana, sinó una realitat, com confirma l'adjunt a direcció de cuina d'El Nacional, Michel Gradeler.

Els mesos d'estiu –de maig a agost–, moltes de

les espècies considerades marisc estan en el període de reproducció, les femelles fresen i perden pes, la carn es torna tova i perden sabor i textura, de manera que baixa la seva qualitat.

El Nacional, que sempre adapta l'oferta als productes de cada estació, aquesta tardor i hivern veurà com el marisc de les millors procedències de tota la península desborda La Llotja, el restaurant especi-

alitzat en productes del mar: percebes, bous de mar, gambots, escamarlans, gambes, cloïsses, navalles, llamàntols, llagostes... compartiran protagonisme amb peixos clàssics d'aquesta època, com ara els besucs o els pagells, i la resta de peixos que es troben habitualment a la parada de La Llotja, com el turbot, el corball i la tonyina.

Aquest espai es caracteritza per oferir al client el màxim ventall de possibilitats d'elecció, des de la tria a la parada de l'exemplar que consumirà fins a la manera com vol que l'hi preparin: a la graella, al vapor, a la planxa, al forn, fregit o guisat. Una combinació que multiplica les possibilitats de la carta, i que val tant per als peixos com per al marisc, de manera que tothom pot ajustar al màxim el menú als seus gustos i pressupost.

**CRU: OSTRES I TONYINA.** Per als amants del peix i el marisc sense cocció, La Llotja ofereix un ampli ventall de possibilitats, començant per una selecció d'ostres que inclou tres espècies de l'Atlàntic (dues de franceses i una de gallega) i una del Mediterrani.

El tàrtar de tonyina és una altra de les especialitats, preparat amb avocat, avellanes i oli de sèsam. Si veniu amb ganes de tastar-ho tot, podeu demanar un especial cru que inclou ostres, el tàrtar i un cebiche de vieires.

Altres especialitats del restaurant són l'orada a la sal d'Eivissa i les gambetes vermelles de Huelva, que es poden demanar a la planxa o fregides, a més d'una àmplia oferta de fregits (calamars, bunyols de bacallà, croquetes de peix i marisc), al vapor (escopinyes gallegues al gingebre, musclos amb herbes fresques i llobarro), a la planxa (cloïsses del Carril i vieires), a la brasa (turbot, corball, tonyina i pop) i guisats.

Finalment, si aneu en grup a La Llotja i a algú no li agrada el peix, a banda de les amanides, la pasta o el pernil ibèric que figuren entre els entrants, també podrà demanar una hamburguesa de 250 grams de carn de bou madurada, un pit de pollastre de pagès o un saltat de filet de vedella amb verdures i patates.

I si sou molt d'arròs i fideus, no dubteu a demanar la fideuada amb allioli, l'arròs negre o la paella de peix i marisc, sens dubte, una de les millors de la ciutat!



## CRANC REIAL AMB MAIONESA D'ALGUES.

La Llotja incorpora, aquesta temporada de tardor-hivern, la possibilitat de degustar un de marisc més delicat i preuat arreu del món: el cranc reial. També s'anomena *cranc vermell gegant* i *cranc de Kamtxatka*, ja que es pesca entre la península homònima, pertanyent a Sibèria (Rússia), i Alaska, a les fredes aigües del mar de Bering, a l'Atlàntic Nord.

Coem al vapor les potes d'aquest animal, que assolixen un gruix i una longitud notables, per respectar-ne al màxim el sabor delicat. Seguidament, les tallem i les servim amb una deliciosa maionesa d'algues. Com en altres productes de La Llotja, el client pot triar la quantitat de cranc desitjada, i se li factura a pes.



## Sarsueles i calderetes al gust

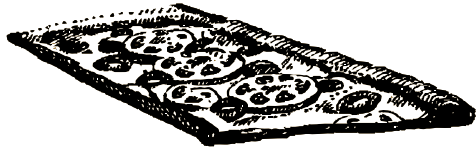
Els clients poden triar els ingredients per acompanyar el marisc

Les múltiples especialitats de La Llotja estan pensades per satisfer els gustos dels amants de les brases i dels que prefereixen la cocció al vapor, dels que opten pels fregits i, com no podia ser d'una altra manera, dels amants dels guisats i les cassoles amb suc. Aquesta és la millor època per consumir marisc i, per tant, per regalar-se una caldereta a l'estil menorquí. Aquí podeu triar si la voleu de llagosta o de llamàntol, o bé si preferiu una sarsuela; en aquest cas, també podreu decidir quin peix i quin marisc hi voleu, entre els que trobareu exposats a l'entrada del restaurant, i els cuiners de La Llotja us la prepararan al moment. Mereix una menció especial el bullit d'Eivissa, una recepta poc coneguda però deliciosa que es presenta en dos serveis, primer el peix de roca, bullit amb patates i allioli, i, de segon, un arròs a banda elaborat amb el brou del bullit de peix.





## LA PARADETA

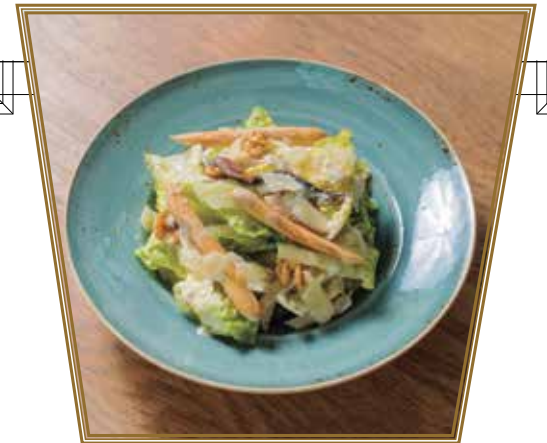


VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA PARADETA?



# L'oferta més àmplia per als àpats informals

Coques, amanides, pasta i pastissos per fer una pausa gurmètica



**AMANIDA CÈSAR.** A El Nacional preparen aquesta recepta clàssica nord-americana amb un toc particular, ja que posen els filets de pollastre a marinar amb oli perquè no quedin secs i fan servir cabdells. Un dels secrets d'aquesta amanida és que l'enciam ha de ser molt cruixent, per això han de descartar varietats com la iceberg o la fulla de roure. La salsa de l'amanida es prepara amb maionesa, suc de llimona i filets d'anxova, i a tot plegat s'afegeixen els clàssics dauets de pa, que aquí assequen al forn, el parmesà ratllat i les nous.

**BARCELONA**— Aquesta temporada, La Paradeta ha ampliat la seva carta, dividida en cinc grans apartats: curats i entrants, pasta, coques artesanes, coques fines i *gormanderies* (creps i pastissos). Tot acompanyat, si es vol, amb el pa de doble fermentació i el pa de coca sucuc amb tomàquet, com a tot El Nacional, o amb bastonets sense gluten, per als que en són intolerants. També trobareu un celler complet amb vermutos i vins d'aperitiu de xerès, una bona representació de cerveses Damm i una selecció de vins blancs, rosats, negres, dolços, cava i sangria de vi o de cava.

**COQUES PER A TOTS ELS GUSTOS.** Com que a La Paradeta tant s'hi va a fer un mos com tot un àpat, la carta és molt extensa, i hi destaquen les coques, artesanes o fines, tipus pizzeta, especialitat d'aquest restaurant.

Entre les primeres, més gruixudes, en trobem dues de noves: la coca de recapte de tomàquet fresc, ceba confitada i mozzarella, i la de verdures a la brasa amb romesco. S'hi afegeixen la coca de recapte amb verdura escalivada i formatge de cabra, que ja estava a la carta, i les coques artesanes de pernil ibèric, mozzarella i ruca, i de formatge amb pernil dolç i espinacs.

Entre les coques fines, també dues novetats: la de carpaccio de vedella amb parmesà i ruca, i la de samfaina confitada i salmó fresc. A més, es mantenen a la carta les coques de botifarra esparracada, de sobrassada ibèrica i de brots d'enciam.

**VISCA LA PASTA!** Important com les coques és la pasta, capítol en què també hi ha novetats que s'alternen amb clàssics com els macarrons amb bolonyesa rústica

i formatge sec, que són de vici. Si ho preferiu, podeu demanar els canelons La Paradeta, els *ricci* amb tàrtar de tonyina, les tallarines fresques amb salsa pesto o amb salsa ibèrica, la lasanya de peix o els raviolis de carn rostida amb crema de formatge.

Si demanem un assortiment d'embotits o de formatges, una ració d'espalla ibèrica de gla o una amanida (Cèsar, verda, d'embotits catalans, de formatges artesans o de bacallà dessalat amb salsa xató), ja tindrem un àpat ben complet... si ens podem resistir a les propostes dolces!

Aquí també hi ha per triar i remenar, entre postres lleugeres, com la macedònia de fruites fresques, i els gelats, el pastís de pastanaga i taronja, o el de plàtan i xocolata. Imprescindible tastar-los! I, si sou més de creps, en trobareu de dues xocolates, de maduixes i crema catalana i de llimona amb sucre.



## Amb pa del millor forner del món

El proveïdor d'El Nacional, Jordi Morera, ha rebut aquest reconeixement

Per oferir la màxima qualitat als nostres clients busquem sempre els millors proveïdors, i els trobem. Pot semblar una falta de modèstia, però els fets ens donen la raó: per exemple, podem presumir que els nostres pans els elabora el millor forner del món. Els pans d'El Nacional són obra de Jordi Morera, forner de cinquena generació a L'Espiga d'Or, de Vilanova i la Geltrú. Morera va rebre, el 5 d'octubre, el premi al millor forner mundial, atorgat per la Unió Internacional de Forners i Pastissers (UIBC) durant el 77è Congrés Mundial del Pa, que es va celebrar a Mérida (Mèxic).

El premi reconeix, malgrat la seva joventut (només té 31 anys), la llarga trajectòria d'aquest forner experimentat, que des de ben petit ha viscut l'elaboració del pa i l'ha elevat a la màxima categoria, fent servir procediments d'elaboració artesans i productes ecològics.

El pa de llarga fermentació que se serveix als restaurants d'El Nacional és el millor exemple de la filosofia que aplica Morera al seu ofici, que es resumeix en la frase *el progrés està en el regress*, és a dir, a saber mirar el passat i aplicar la saviesa d'un ofici ancestral a les necessitats i les demandes del món d'avui.





## BARRA DE VINS



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BARRA DE VINS?



# Nova carta amb més vins sorprenents

Les begudes amb denominació d'origen combinen amb el millor maridatge

**BARCELONA**— A vegades, per ser feliç no cal complir-se la vida. A tots ens agrada servir-nos una copa, tallar una llesca de pa, una mica de formatge o de pernil i gaudir-ne sense presses, encara millor si és en companyia.

Això és el que ofereix la Barra de Vins d'El Nacional: una acurada selecció de referències de les millors regions peninsulars i les tapes més senzilles i més saboroses alhora. Per passar-hi una estona simplement gaudint dels petits plaers incomparables que tenim tan a prop.

La barra renova aquesta temporada la seva carta de vins, pensada per maridar perfectament amb l'oferta de menjar de la barra. Una de les novetats és l'increment de l'oferta de referències amb DO de proximitat, amb nous vins que se sumen a l'oferta del Montsant, de l'Empordà, del Penedès i tantes altres denominacions emergents sense oblidar, és clar, el cava.

Com sempre, també, els vins es poden demanar per ampolles o a copes, la millor manera que cadascú pugui triar el que més li agrada, o, per què no?, satisfer la curiositat tastant-ne més d'un.

I per picar, el que diem: pa de llarga fermentació o pa de coca sucacat amb tomàquet, i formatges: Afuega'l Pitu asturià; torta extremeña; Idiazabal basc; Blau de l'Avi Ton, Carrat o Brisat catalans; Azeitao portugués; Manxec castellà... o un assortiment de tots!

Igual que amb els embotits: pernil o espatlla ibèrica de gla de Guijuelo, llom i xoriç també ibèrics, secallona... o un tast de tots plegats.

Si tenim menys gana, unes anxoves, unes olives o un aperitiu de vegetals o de mariscs en coserva. Una oferta sens dubte per a tots els gustos.



**TORRADES PER A LES BARRES.** Per a aquesta temporada, la cuina d'El Nacional ha dissenyat tres noves torrades per a l'oferta sòlida de les barres de vins, de còctels i de cerveses. Es tracta d'una amanida de pop amb patates, una sardina amb escabetx i albergínia fumada i un pit de pollastre confitat amb piperrada, la típica salsa basca de pebrots.

Aquestes noves delícies s'afegiran a les tres torrades que les barres ja tenien a la carta (de bacallà fumacat i tomàquet fresc, de salmó amb salsa tàrtara i de tàrtar de bou) i a l'oferta de formatges, pernil, embotits, conserves i salaons específica de cada espai.

## LA TAPERIA



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA TAPERIA?



# Tapes per gaudir en companyia

Els arrossos i els platets 'cantats' compartiran protagonisme amb el marisc

**BARCELONA**— *Tapejar* és un verb que no figura al diccionari, però no hi ha ningú que no en conegui el significat: és la manera més de moda de sortir a sopar amb amics o en parella, que permet tastar moltes coses i, sobretot, compartir. Amb aquesta filosofia, es va dissenyar La Taperia, el restaurant més informal d'El Nacional, i per això s'ha ampliat la carta d'enguany amb plats més grans, pensats expressament per compartir.

Entre ells, destaquen la coca d'escalivada amb formatge de cabra i pernil ibèric o el flam d'ou familiar flamejat al rom, una dotzena d'ostres de Seta (França) o la mariscada El Nacional. També la presència del marisc, amb gambetes a l'andalusa, musclos al vapor, navalles a la donostiarra, calamars o tonyina vermella a la biscaïna.

**TAPES AL CANTE.** Un dels grans atractius d'aquest espai són les tapes *cantades*, és a dir, les que anuncia el personal de viva veu a mesura que les van traient de la cuina. Per això aquí és especialment important la gràcia dels cambrers en presentar l'oferta i que puguin explicar amb tot detall cada plat als comensals, a més d'avisar la cuina de les preferències de la clientela en cada moment.

Tot i així, aquesta temporada s'ha augmentat la carta fixa, és a dir, les tapes que es poden demanar sense haver d'esperar que les cantin, per començar l'àpat ben servits mentre s'admira l'espectacle del *cant* i es decideix què més menjar.

I una altra novetat: a banda dels arrossos (de marisc, negre, mixt o amb verdures) que continuaran sortint en format de tapa, com les fideuades, ara es pot demanar un arròs per a un mínim de cinc comensals que



es cuinarà expressament per a aquell grup.

A més, a la carta continuen tenint protagonisme les tapes clàssiques, fredes i calentes. Entre les primeres, l'ensalada russa, la reeixida amanida de tomàquet amb ventresca de tonyina, l'esqueixada i l'escalivada. Entre les calentes, les croquetes de pernil ibèric, les braves, la truita de patates, la bomba de la Barceloneta i els ous ferrats amb pernil ibèric, que es pot substituir per tòfona negra d'hivern mentre duri la temporada.

Tot ben acompanyat amb el pa de doble fermentació i el pa de coca amb tomàquet, ideals per a una ració de pernil ibèric de gla o per a un plat de formatges artesans.

I per beure, la selecció de cerveses Damm, vins en ampolla o a copes, cava... i sangria!, de vi i de cava brut.



**UN CAPRICI PER COMPARTIR.** La mariscada El Nacional és la novetat principal de la carta ampliada de La Taperia. Pensada per a dues persones, també en poden gaudir grups més nombrosos, ja que porta escamarlans, caragols de punxes, musclos, gambetes, navalles... I tot acompanyat amb dues salses que no poden faltar en una mariscada, el romesco i la maionesa. Un caprici per regalar-se en companyia i que casarà perfectament amb algun dels dos albariños de la carta, per exemple, o amb un bon cava, si es vol fer l'ocasió encara més especial.



## BARRA D'OSTRES

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



## El paradís del marisc viu

Ostres i cloïsses, caviar i tàrtars de tonyina i salmó fumat són les estrelles



**BARCELONA**—El marisc es pot menjar de moltes maneres: bullit, al vapor, a la planxa, al forn, fins i tot a la brasa. Però, per a molts, la millor manera de rebre un cop de mar en posar-se'l a la boca és quan encara és viu, la màxima expressió de la frescor del producte. Això només és vàlid si parlem dels millors mol·luscos: les ostres i les cloïsses.

Aquestes són les especialitats de la Barra d'Os-



tres, un espai circular en què els cambrers obren davant dels clients els exemplars triats entre les quatre varietats d'ostres, tres procedents de l'Atlàntic (dues de la zona de Bretanya i Normandia i l'ostra plana de Galícia) i una del Mediterrani, la Fine de Claire, procedent de Seta, a la Provença.

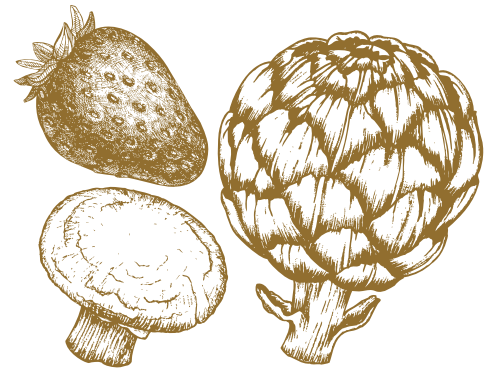
I la cloïssa, que no podia ser cap altra que la gallega, també per consumir acabada d'obrir, sola o, com les ostres, amb l'amaniment que prefereixi el client: unes gotes de llimona o una mica de pebre, si volem preservar el sabor del marisc, amb salsa picant, a l'estil asiàtic, o amb una vinagreta d'escalunyes, com fan els francesos.

Tot plegat amb la beguda ideal per acompanyar aquest marisc: el cava o el xampany francès, que a la barra tenen una presència àmplia, amb una quinzena de referències, algunes de les quals també es poden demanar a copes, així com una selecció de vins i la cervesa especial Inedit.

**CAVIAR, TÀRTARS I CRANC REIAL.** El festival per als amants dels fruits del mar més frescos encara va més enllà, i a la carta de la barra també hi trobem el tàrtar de tonyina vermella del Mediterrani, procedent de les costes del sud de la península, i els daus de salmó fumats, que arriba de les fredes aigües del nord d'Europa.

I encara falta esmentar un altre producte estrella, el caviar Platinum, d'origen rus, que aquesta temporada compartirà protagonisme amb un altre producte procedent de les aigües nòrdiques, el cranc reial, que a la barra preparen cuit al vapor i acompanyat amb una maionesa d'algues.

**OSTRES AMB EL PRODUCTE DEL MES.** A més de les propostes que trobem habitualment en aquesta barra, cal fer un esment especial dels platets que els cuiners preparen amb ostres i algun dels productes del mes a El Nacional, com, per exemple, per citar-ne alguns que s'acosten, els bolets, la tòfona d'hivern, els calçots o les carxofes. Del talent dels cuiners altres temporades n'han sortit combinacions sorprenents que han tingut una gran acceptació, com les ostres amb maduixes. Atents, doncs, si sou d'ostres, als suggeriments del xef: podreu descobrir noves sensacions amb el vostre marisc preferit.



## BARRA DE CÒCTELS

VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BARRA DE CÒCTELS?



## Còctels clàssics i d'autor

Els combinats sense alcohol agafen cada vegada més protagonisme



**BARCELONA**—Mantenir els còctels clàssics i augmentar els combinats d'autor i els que no porten alcohol, i que maridin a la perfecció amb l'oferta de platets, és el repte que els responsables de la Barra de Còctels han superat a l'hora de dissenyar la nova carta d'aquest espai. Un lloc on al migdia desfilen els que volen fer el vermut i picar alguna cosa i a la nit aquells que gaudeixen amb l'art del bàrman i la degustació tranquil·la d'una copa amb una bona conversa.

Enfilats als tamborets alts que no poden faltar en una cocteleria, els clients poden dedicar una bona estona a repassar la carta, que ofereix una amplíssima selecció de destil·lats, des de whisky de diversa procedència (sobretot n'hi ha d'escocesos i americans, però també d'altres de més exòtics) fins a ginebra, vodka, rom, tequila, brandi i conyac.

**MARIDATGE CÒCTEL/TAPES.** Segons Carles Tejedor, director gastronòmic d'El Nacional, un dels aspectes que més s'han tingut en compte per a aquesta temporada és el maridatge dels còctels amb l'oferta de menjar. Així, doncs, ara es recomanen uns combinats determinats segons si és l'hora de l'aperitiu (com, per exemple, el Negroni o l'Spritz Aperol), si es vol beure mentre es menja formatge (combinats amb base de cava, com el Garibaldi) o d'altres de més indicats per combinar amb el peix i els formatges fumats.

I, per descomptat, no falten les recomanacions



per als que busquen una beguda refrescant, com el mojito, la caipirinha o la pinya colada, ni els imprescindibles *sour*, amb pisco o amb whisky.



**ELS 'MOCKTAILS'.** Per satisfer la demanda de molts clients que no beuen alcohol però no renuncien a prendre un bon combinat o a estar en companyia d'aquells a qui sí que els agrada, hi ha una capítol específic, a la carta, pensat per a ells, els anomenats *mocktails*. El San Francisco és el més clàssic, elaborat a base de suc de taronja, llimona, pinya i préssec, però també hi ha tota una nova generació de còctels no alcohòlics que podeu tastar a El Nacional. Sense renunciar als suc clàssics de La Cocteleria, com els que hem esmentat, aquests combinats poden incorporar sabors tan llameners com el de síndria i d'altres de sorprenents, com el de ginebre o el de *jalapeño*.



## EL MAGATZEM



# L'espai ideal per als àpats d'aquestes festes

El Magatzem ofereix una àrea privada per a les celebracions d'empreses, grups d'amics i famílies



**BARCELONA**— Quan s'acosten les festes de Nadal, un dels maldecaps més recurrents per a les empreses és trobar un local prou espaiós, privat i amb una bona oferta gastronòmica per celebrar els tradicionals sopars de les persones que treballen juntes tot l'any.

I no és només un problema per a les empreses, també ho és per a molts grups d'amics, que volen dinar o sopar junts abans que comencin les reunions familiars, i per a les mateixes famílies, que van creixent i se'ls fa difícil reunir a casa avis, pares, fills, néts...

Per això, tot sovint, després de festes, sentim comentar sobre els problemes per trobar un espai, i queixes pel servei o el menú triat, i cada any es repeteix el mateix pensament: l'any que ve ens hi posarem d'hora, a buscar el restaurant per al sopar de Nadal.

Als grups que es troben en aquesta situació, El Nacional els ofereix dues solucions: els seus restaurants temàtics, que poden acollir grups de fins a 16 persones, i el seu racó més íntim, El Magatzem, un espai privat amb capacitat per a 42 persones que s'adapta a la composició i les necessitats de cada grup, i on es pot triar menú a partir de l'àmplia oferta de tot el complex, i segons el gust de cadascú.

**MENÚS A MIDA.** El Nacional és un macroespai on conviuen restaurants i barres de diversos estils, alguns de molt específics, com la Barra d'Ostres; d'altres de temàtics, com La Braseria, especialitzada en carns; La Llotja, on se serveix el millor peix i marisc, i La Taperia, que amb el nom ja ho diu tot.

El Magatzem no és un restaurant, en el sentit que no disposa de cuina pròpia, sinó que posa a disposició dels clients cadascuna d'aquestes cuines perquè

gaudeixin de l'àpat que més s'ajusti als seus gustos. Per exemple, amb el menú de La Braseria per a aquest espai, que ofereix un ampli assortiment d'entrants, que inclou pernil ibèric de gla, ensalada russa, carpaccio de vaca amb cireres, pinyons i carxofes, amanida de bacallà dessalat amb salsa xató, coca fina amb samfaina confitada i salmó fresc, calamars mar i muntanya i croquetes de cecina. Com a plat principal, el tradicional pollastre de Nadal, amb pinyons, prunes i orellanes. I tot acompanyat amb pa de doble fermentació i pa de coca torrat amb tomàquet de penjar.

Les postres comencen amb el pastís Alaska, un clàssic que aquí preparen amb una base de pa de pessic, una capa de gelat de torró i un recobriment de merenga que a l'últim moment es gratina i queda torrat per fora. I s'acaba l'apartat dolç, com no pot ser d'una altra manera, amb un assortiment de torrons.

La Llotja elabora per als comensals d'aquest espai privat un menú que comparteix alguns dels entrants i les postres que hem esmentat, però incorpora altres platets, com les gambes amb allada i els pebrots del piquillo farcits de *txangurro*. I, com a plat principal, suquet de peix de llotja amb carxofes.

Per a una celebració més informal, o a peu dret, la proposta per força havia de venir de La Taperia, que prepara una dotzena de clàssics d'aquells que agraden a tothom i que faran l'àpat inoblidable: llagostins bullits, cargols de punxa, ensalada russa, patates braves, esqueixada de bacallà, pernil ibèric de gla, assortiment de formatges artesans, amanida de favetes amb pernil ibèric i menta, escalivada, croquetes de cecina, gambes amb allada i paella mixta. Un autèntic festival gastronòmic!

**L'ESPAI MÉS PRIVAT.** Els comensals dels àpats d'El Magatzem disposen de l'espai més íntim i privat de tot El Nacional, separat de la resta de restaurants i barres especialitzades.

Situat al final del complex, la seva ubicació permet als companys de feina, amics o familiars quedar abans de l'àpat per fer l'aperitiu, aprofitant l'àmplia oferta; per exemple, prenent una cervesa, una copa de vi o una copa de cava amb unes ostres.

La ubicació d'El Magatzem també permet passejar i gaudir de l'espectacle de l'arquitectura i la decoració d'aquest gran espai gastronòmic, situat al bell mig de la ciutat. L'entrada a El Nacional des del passeig de Gràcia, per un passatge privat que desemboca a la porta del restaurant, sempre és un espectacle, però per Nadal, amb la decoració i la il·luminació especial d'aquestes festes, que s'estrena a finals de novembre, la passejada és més que mai un plaer. La decoració d'El Magatzem simula l'espai que el nom indica, amb una paret de caixes de fusta, ampolles i altres elements propis d'un espai d'aquestes característiques, que, a més, està situat al costat de la cuina central del restaurant.







**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

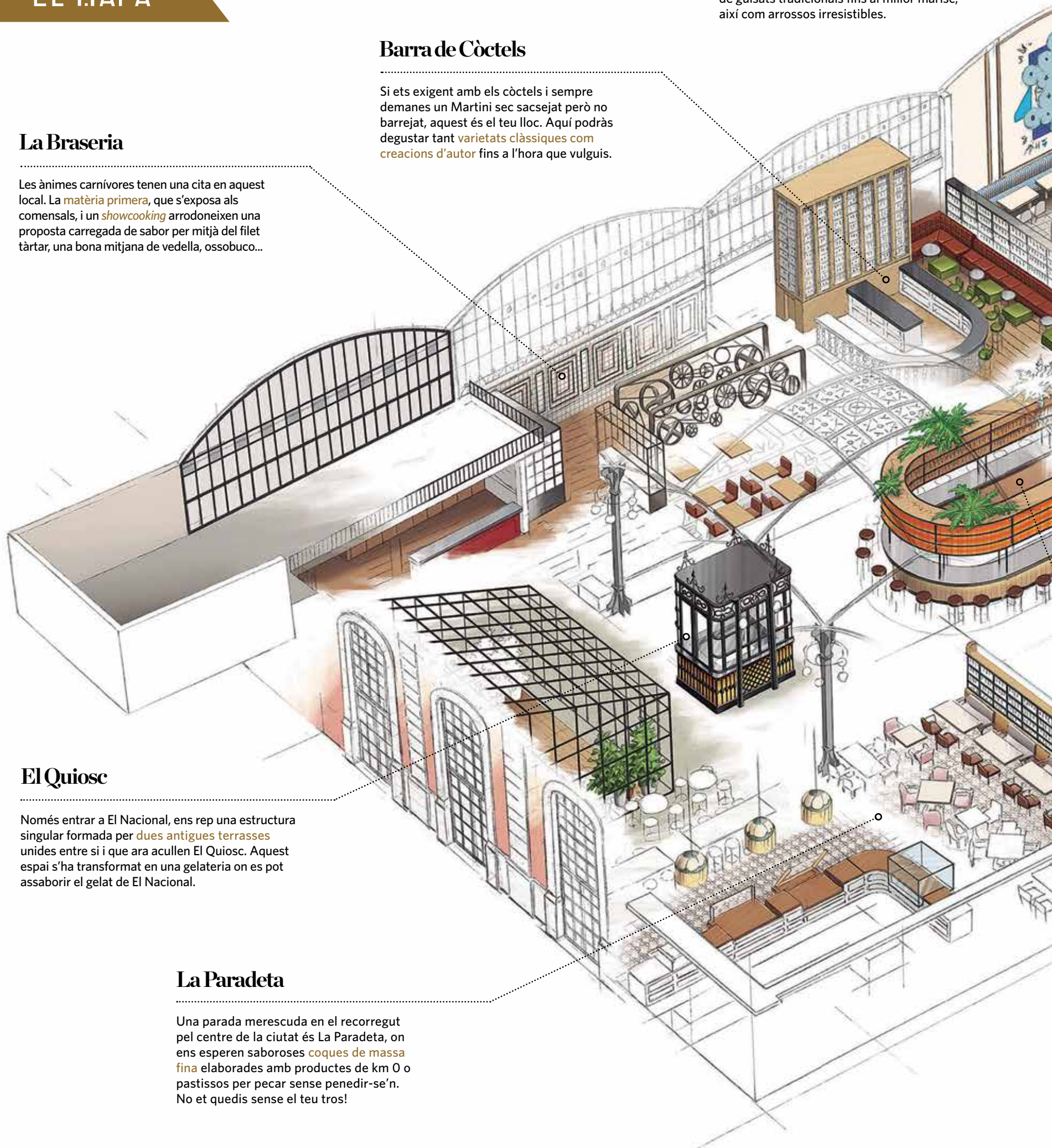
El gust del mar directe a la taula. La carta privilegiada d'aquest espai dedicat al peix es nodreix de **receptes de tota la Península**, des de guisats tradicionals fins al millor marisc, així com arrossos irresistibles.

### 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. Aquest espai s'ha transformat 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** és l'espai ideal per fer celebracions, dinars i sopars en grup, aquestes festes, i a més ens proposa un Menú de Nadal per a l'ocasió. La carta habitual recull el més destacat dels quatre restaurants i les cinc barres d'El Nacional, i accepta grups de fins a 42 persones.

### 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

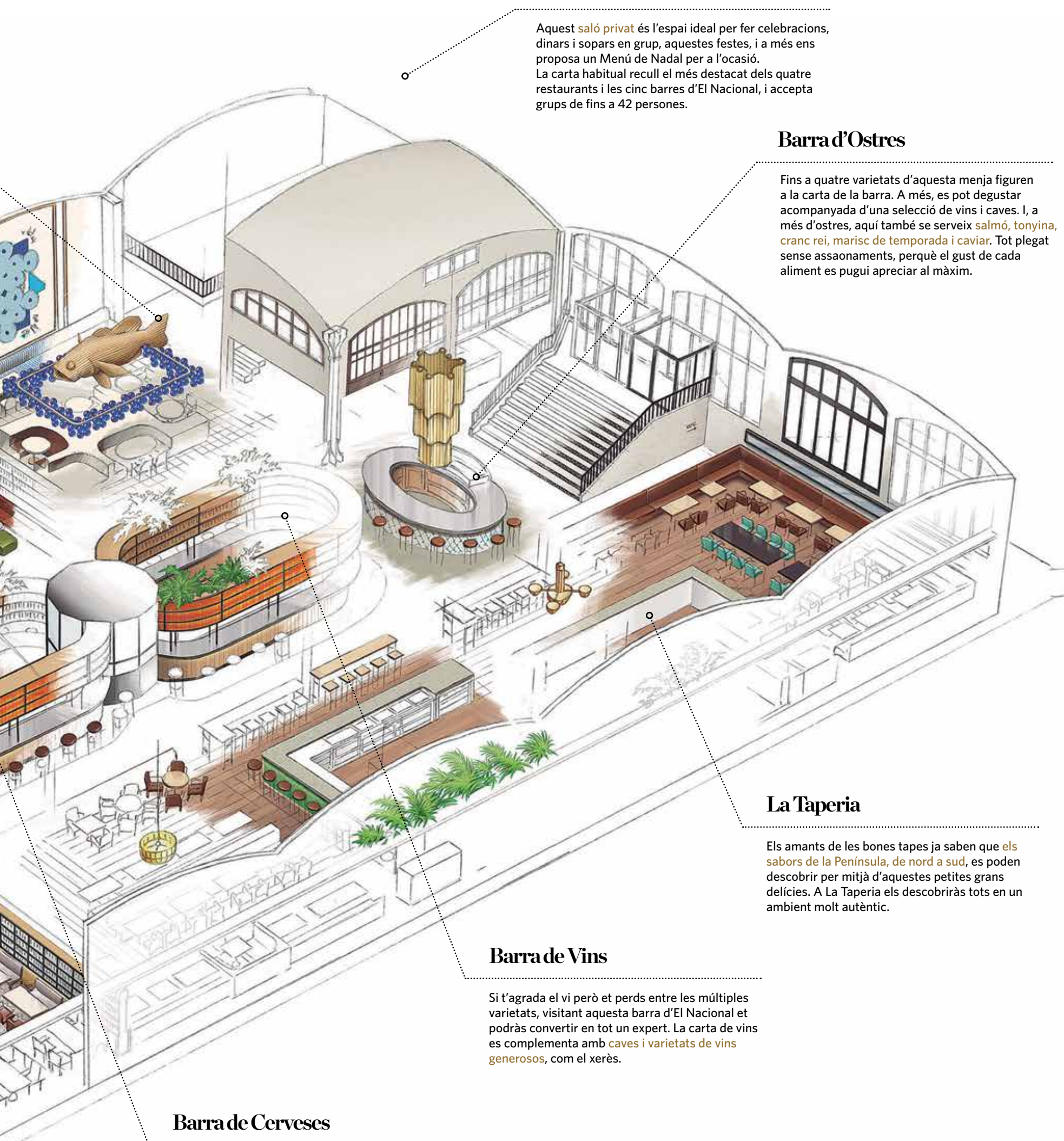
Els amants de les bones tapes ja saben que **els sabors de la Península, de nord a sud**, es poden descobrir per mitjà d'aquestes petites grans delícies. A La Taperia els descobriràs tots en un ambient molt autèntic.

### 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**.





## ORÍGENS

**Diversitat i qualitat:** la península Ibèrica està envoltada per dos mars diferents, amb una varietat de productes única; els diferents climes permeten conreus de tota mena, del secà a l'horta, i la ramaderia multiseccular ens abasteix de les millors espècies. Productes del mar i de la terra que arriben puntuals a El Nacional així que pescadors, pagesos i ramaders obtenen el fruit del seu treball, per tal que puguem adaptar la carta al ritme de les estacions i assegurar sempre els aliments més frescos i en el millor moment de consum, per aprofitar-ne tots els avantatges.

## Musclos (Galícia)

Amb segell de denominació d'origen propi, el musclo és l'emblema de l'aqüicultura marina gallega, on el marisc és una gran font de riquesa. A El Nacional també arriben d'aquesta regió cloïsses, ostres, percebes i altre marisc.

## Pernil de gla (Guijuelo)

De la denominació d'origen Guijuelo (Salamanca) provenen les espatlles ibèriques de gla que tallen i serveixen a El Nacional, curades en cellers especials que reben els vents freds i secs de la serra de Gredos, que els dona el punt perfecte per gaudir-ne.

## Gambetes vermelles (Huelva)

La gamba vermella és la reina dels crustacis, més valorada que altres espècies, com la gamba blanca. A La Llotja se serveixen gambes vermelles del Mediterrani i gambetes vermelles de Huelva fregides o a la planxa amb sal d'algues.

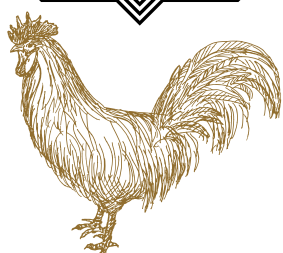


## NOVEMBRE



**CARBASSA.** Carregada de propietats, té el màxim protagonisme al novembre, tant en cremes com cuita al forn o en postres.

## DESEMBRE

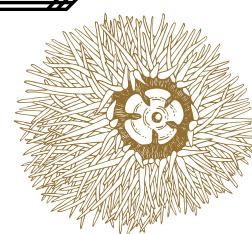


**GALL DEL PENEDÈS.** De corral, alimentat amb gra, fruites i hortalisses, té una carn fibrada ideal per al plat més tradicional de Nadal.

## GENER



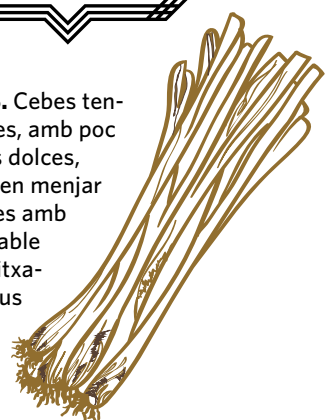
**TÒFONA.** Or negre de la terra, la varietat d'hivern és la més valorada. Simplement ratllada sobre un arròs o uns ous, en fa una delícia.



**GAROTES O GAROINES.** Marisc exquisit, les podem menjar crues, sobre un tros de pa, o enriquir-hi un arròs mariner o una salsa.

## FEBRER

**CALÇOTS.** Cebes tendres, rectes, amb poc bulb i més dolces, que se solen menjar escalivades amb la inseparable salsa salvitxada, del tipus romesco.







**Formatge Afuega'l pitu (Astúries)**

Un dels formatges més antics i més populars al Principat d'Astúries, protegit per una DO específica que en limita la producció al consell de Grado i els municipis adjacents, s'elabora amb llet de vaca i es troba tendre, semicurat i curat.

**Vi (La Rioja)**

La Denominació d'Origen Rioja és, sens dubte, la més popular de la península, i elabora vins amb diversos tipus de raïm, entre els quals destaquen l'ull de llebre, per als negres, o el macabeu, per als blancs.

**Pèsols (Maresme)**

Amb epicentre a Llaveneres, el conreu d'aquest pèsol caracteritzat per la dolçor s'escampa per tota la comarca del Maresme i en podem gaudir entre febrer i maig. Arriba al restaurant el mateix dia que es cull.

**Carxofa (El Prat de Llobregat)**

El delta del Llobregat és una zona idònia per als conreus d'horta, el més populars dels quals és el de la carxofa, de la varietat originària de Navarra. Collida a pocs quilòmetres, arriba a El Nacional amb la màxima frescor.

**Gall negre (Vilafranca del Penedès)**

Raça recuperada als anys 90 del segle passat, disposa des de fa tres anys del segell europeu d'Indicació Geogràfica Protegida i està molt buscada pels conixedors de la qualitat de la seva carn, sobretot durant les festes de Nadal.

**Tòfones (Morella)**

Morella i els Ports constitueixen un dels centres més importants de recol·lecció i comercialització de tòfona negra o del Perigord, fong d'olor inconfusible nascut a les entranyes de la terra del qual podem gaudir entre novembre i febrer.

**Tonyina del Mediterrani (Múrcia)**

La tonyina vermella del Mediterrani és avui un dels peixos més de moda i més valorats al nostre país i a tot el món, ideal per preparar crua, en forma de tàrtar, com se serveix a diversos espais d'El Nacional.

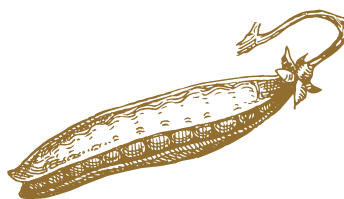
MARÇ



**CARXOFES.** La flor de la carxofera és la reina de les verdures d'hivern, tant cuita a la brasa com arrebosada, estofada, en truita o crua, laminada i amanida.



**FAVES.** Llegum comestible tant fresc com sec que es consumeix a tota la Mediterrània. Si són ben fresques, fins i tot es poden menjar crues, i la beina estofada.



**PÈSOLS.** Són el llegum preferit dels cuiners a l'hivern, requereixen poca cocció i són bons sols, ofegats, saltats amb calamarsos o com a acompanyament.

ABRIL



**MUSCLOS.** El marisc més assequible i popular, riquesa de Galícia i del delta de l'Ebre, brilla en totes les receptes de la cuina marinera.



**MADUIXES.** Pel color i el sabor, regnen a les fruiteries i són versàtils: es poden menjar crues, en mermelada i gelats, o fetes salsa, per acompanyar carns i postres.



## BARRA DE CERVESES



# Aperitiu amb les millors cerveses i conserves

L'àmplia oferta de Damm protagonitza l'assortiment de la Barra de Cerveses

**BARCELONA**— L'hora de l'aperitiu és aquella estona abans de dinar que ens apleguem uns quants i demanem alguna cosa per beure i per picar, per anar obrint la gana mentre comentem la jugada i ens posem al dia de les novetats de la família, dels amics, de la feina... Un costum molt mediterrani del qual es gaudeix plenament amb una cervesa.

Per fer l'aperitiu, res millor que un espai especialitzat com la Barra de Cerveses i Conserves d'El Nacional, pensat precisament per a això, per perpetuar aquest costum, i fer-ho amb una àmplia oferta que inclou totes les referències de la cervesera Damm en diferents formats, i un assortiment d'olives, anxoves, escopinyes, embotits, formatges... tot allò imprescindible per fer un aperitiu com cal!

**CANYA, PINTA O AMPOLLA.** El nom ho diu clar: en aquesta barra es pot demanar de tot, però l'especialitat és indiscutible. Aquí es beu bona cervesa i ben servida, tant si triem una canya o una pinta, com si la demanem en ampolla.

Dels tiradors de la barra en surten quatre especialitats, Estrella Damm, Voll-Damm, Bock-Damm i Damm Lemon, que es poden demanar en format canya (25 cl) o pinta (50 cl).

L'Estrella Damm és el producte més popular de la companyia, i la va crear el seu fundador, August Kuentzmann Damm, que va concebre una cervesa adaptada al clima i els gustos d'aquí, més lleugera que la centreeuropea i que es coneix com a *lager* mediterrània.

La Voll-Damm és una cervesa més potent, de doble malta, i la Bock-Damm és una cervesa negra a l'estil de Munic. Finalment, la Damm Lemon és la més fresca i estiuenca, la clara mediterrània, barrejada de cervesa i llimonada.

En format ampolla, l'oferta de la barra s'amplia i podem triar des de la cervesa més suau, la Saaz, fins a la torrada Turia, passant per l'alsaciana A.K. Damm i la donostiarra Keler. Sense oblidar, és clar, la cervesa sense alcohol Free Damm.

Finalment, s'ha de destacar la Inedit. Aquesta prestigiosa cervesa ha estat creada pels mestres cervesers de Damm, Ferran Adrià i l'equip de sommeliers d'elBulli. Aconsegueix el maridatge perfecte per acompanyar la nova gastronomia de la temporada, ja que aquesta cervesa està plena de contrastos i matisos aromàtics.





VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA  
NOSTRA BARRA DE CERVESES?



## Conserves gourmet per a tots els gustos

Marisc en llauna, formatges i embotits per acompanyar la cervesa

En funció de la cervesa que triem, tenim a l'abast una àmplia carta de productes d'aperitiu, tot i que també podem triar primer què menjarem i decidir després la cervesa, és clar!

Bàsics de l'aperitiu com les patates xips i les olives farcides no hi podien faltar, però aquí també hi ha olives amb denominació d'origen. I no falten les conserves de peix i marisc, imprescindibles per fer un bon aperitiu, que en aquesta Barra de Cerveses provenen de les millors conserveres d'arreu: anxoves, seitons en vinagre, escopinyes, cloïsses, calamarsos, navalles, musclos

en escabetx, sardinetes... Tot fa salivar.

Com els espàrrecs, les carxofes o l'assortiment de conserves vegetals, per als que prefereixen l'opció vegetariana. O la clàssica Gilda basca (bitxo verd, anxova, oliva), si volem el millor de cada casa.

Si no ens vénen de gust les conserves, a la barra també es pot demanar un assortiment d'embotits o de formatges de la casa, o una tapa del millor pernil ibèric de gla de Guijuelo. Tot acompanyat amb el pa de llarga fermentació o el pa de coca amb tomàquet de penjar, oli i sal.



## CERVELSA BEN TIRADA

A la Barra de Cerveses podreu degustar moltes de les cerveses Dammm, començant, és clar, per la popular Estrella Dammm, però també la Voll-Dammm, la Bock-Dammm i la Dammm Lemon. Totes refrescants i, sobretot, molt ben tirades.

Per tirar bé una cervesa, el recipient ha d'estar fred, però no congelat, perquè l'excés de fred modifica l'aroma i el sabor de la cervesa i impedeix la formació d'escuma.

Els experts també recomanen mullar la copa amb aigua, per afavorir que la cervesa llisqui per l'interior i no topi violentament contra el vidre, cosa que provocaria la pèrdua de part del carbònic. Per aquest motiu, també cal inclinar la copa 45 ° mentre obrim totalment l'aixeta, que no ha de tocar mai la cervesa, sinó que ha d'estar situada a una distància d'entre 10 i 20 centímetres, per afavorir la formació d'escuma. Omplertes tres quartes parts de la copa, la posem recta i tanquem l'aixeta perquè reposi uns segons, i finalment hi afegim dos dits de crema obrint l'aixeta en una posició intermèdia.

Per servir cervesa d'ampolla, cal inclinar la gerra o la copa 45 ° respecte a l'ampolla fins que el líquid arribi a la meitat; després es posa el got recte i s'acaba d'omplir per formar l'escuma.





AMICS D'EL NACIONAL

# Peix i marisc fresc, directe del mar a la taula

Pescados Videla assorteix les diverses cuines i cartes d'El Nacional



**BARCELONA**— L'orada a la sal grossa d'Eivissa o la tonyina vermella del Mediterrani amb samfaina són algunes de les moltes especialitats que es poden tastar a La Llotja, el restaurant especialitzat en peix fresc d'El Nacional. En aquest espai, igual que a la Barra d'Ostres i a La Taperia, confien en els productes frescos provinents del mar que distribueix el Grupo Videla, una empresa familiar amb seu a Barcelona i llarga tradició al sector de l'hostaleria.

**ORIGEN I TRAJECTÒRIA FAMILIAR.** Pescados Videla, l'empresa matriu, va ser fundada l'any 1949 per Eugenio Videla Chouza i M<sup>a</sup> de los Angeles Ces Abeijón amb l'objectiu de comercialitzar i distribuir productes procedents de la pesca, principalment per al sector de l'hostaleria. Des de l'inici, s'ha distingit per oferir un producte d'alta qualitat, valor que l'actual direcció de l'empresa, formada per dos dels seus fills, Juan José i Genín Videla Ces, ha sabut mantenir. "La tercera generació Videla s'està formant i preparant per al repte que se'ls presenta: agafar el timó d'aquesta gran empresa i continuar creixent encara més, si és possible", expliquen els seus responsables.

**ELS MILLORS FRUITS DEL MAR.** Els seus peixos, sempre de primeríssima qualitat, assorteixen les diverses cuines i cartes d'El Nacional. Hi trobem gall, salmó, llenguado, turbot, rap, llobarro i corball, entre altres

peixos selectes. El marisc i els cefalòpodes també porten el segell Videla: ostres, crancs de mar, musclos, llagostins, navalles, escopinyes, gambes, galeres, calamars, pops i sípies en són bons exemples.

Vetllar per la qualitat d'aquestes matèries primeres ha estat sempre una prioritat per a Pescados Videla. "Tots els nostres professionals que es dediquen a la compra, seleccionant els millors proveïdors, els millors vaixells i, per descomptat, el millor producte, tenen una funció molt important. La selecció es fa amb molta cura per poder oferir el que el nostre client demana i necessita", diuen els responsables de la companyia.

Una altra garantia de qualitat és que són una de les poques empreses homologades amb el certificat IFS. A més, treballen amb bucs factoria que pesquen i congelen a alta mar. Això els permet tenir al catàleg una gran varietat de matèries primeres de múltiples orígens i amb el més alt nivell de frescor, ja que els productes se sotmeten a un procés d'ultracongelació al mateix moment de capturar-los. Quan la mercaderia arriba a les instal·lacions del Grupo Videla, el Departament de Qualitat s'encarrega d'inspeccionar-la, assegurant així la salubritat dels productes. Així, doncs, l'èxit del Grupo Videla rau en la combinació d'ambdós departaments, Compra i Qualitat, cosa que, segons expliquen els responsables, permet assegurar que "els productes de la millor qualitat arribin als nostres clients amb la millor gestió de servei".

**UN CONGLOMERAT EMPRESARIAL.** Més de 300 persones treballen a les diferents empreses que integren el Grupo Videla: Pescados Videla, Unides Frigoríficas Unifrisa, Videla Consignaciones, Ces Consignaciones, Sumgel i Jerónimo Xampeny Consignaciones. "Els treballadors són l'ànima del grup", diuen els seus responsables. El principal focus de negoci del grup se centra en els productes procedents del mar: marisc (tant bivalves com crustacis), cefalòpodes i peixos selectes. Provenen de diferents ports i llotges de la Comunitat Europea i d'altres països, com la Xina, l'Argentina, el Perú, Mauritània, el Marroc, Tailàndia, Nova Zelanda i els Estats Units. L'equip professional del Grupo Videla s'encarrega de seleccionar els millors productes de manera directa en cada punt d'origen, seguint uns criteris de qualitat establerts segons les necessitats de cadascun dels clients. La companyia també disposa d'una factoria on s'elaboren productes del mar congelats i cefalòpodes en semiconserva. Els productes del Grupo Videla es poden trobar a tota la xarxa de distribució que existeix actualment, des del canal HO.RE.CA i grans empreses distribuïdores, fins a establiments detallistes o d'hostaleria, com és el cas d'El Nacional. Les diferents empreses del grup tenen la seu a Mercabarna, a Barcelona.

**Vetllar per la qualitat de les matèries primeres és una prioritat per a Pescados Videla. Per això, seleccionen els millors proveïdors, els millors vaixells i el millor producte**



## AMICS D'EL NACIONAL

# L'autèntic gust de fruita d'arreu del món

Els suc natural Cuckoo es poden degustar en tots els espais d'El Nacional

**BARCELONA**— Clementines de València, pinyes de Costa Rica, pomes de les terres de Lleida, mangos de l'Índia, tomàquets roses de Barbastre i préssecs del sud d'Itàlia. Aquests són els productes de màxima qualitat, provinents d'arreu del món, que la marca Cuckoo fa servir per elaborar les seves sis varietats de suc. Fruita i res més, sense sucres afegits. Aquesta és la base dels suc Cuckoo i el motiu pel qual El Nacional, sempre compromès amb l'alimentació saludable i natural, els ha triat com a proveïdors.

**DESTIL·LATS AMB HISTÒRIA.** Per poder descobrir la filosofia i el naixement d'aquesta marca de suc convé fer una mica de retrospectiva. L'any 1992, Maria Jesús Amer i César Villar Dronda van fundar Amer Gourmet, una empresa familiar dedicada a la importació i l'exportació de whisky de malt. Al llarg d'aquests 25 anys, l'empresa, establerta a Polinyà (Barcelona), ha anat obrint el seu ventall de productes a tot tipus de destil·lats, convertint-se en importadors i distribuïdors en exclusiva de les millors marques mundials. El rom guatemalenc Botran, el vodka americà Tito's i el gin francès premium Citadelle en són alguns exemples. "El nostre objectiu continua sent el mateix: portar al nostre país les marques internacionals més dinàmiques i exigents, donar-les a conèixer al públic espanyol, aconseguir la millor distribució i assentar-les al nostre mercat. Volem créixer al costat de les marques i acompanyar-les en aquest procés de llarg recorregut", diu Daniel Cortés, director comercial d'Amer Gourmet.

Actualment, César i Pablo Villar Amer, segona generació de la companyia, són els encarregats de dirigir el negoci, que no ha parat de créixer. Un bon exemple n'és l'acord que van signar a final del 2016 amb Destil·leries MG, que va entrar com a socia al capital d'Amer. "Tenem més de 70 anys d'experiència en l'elaboració i la destil·lació de begudes espirituoses. El seu prestigi ens ajuda a continuar enfortint la nostra posició", comenta Cortés.

**L'APOSTA PELS SUCS.** Un dels altres grans reptes que ha emprès Amer Gourmet ha estat la creació d'una marca de suc pròpia. Així, doncs, l'any 2012 es fundava Cuckoo i sortien al mercat les seves tres primeres varietats. La seva filosofia: triar curosament la millor



fruita per tal d'obtenir el millor sabor, sense afegir-hi sucres ni cap tipus d'additiu químic artificial. "Els nostres suc poden venir de qualsevol part del món. Ens agrada ser transparents i, per això, a l'etiqueta indiquem l'origen de la fruita, així com la varietat. A més, en controlem tot el procés de producció, des de l'origen fins a l'embotellat", diu Cortés.

Els suc Cuckoo es poden trobar a tots els espais d'El Nacional, ja que, gràcies al seu sabor original de fruita acabada d'espremer, són perfectes tant per degustar sols durant un *brunch* com per fer-los servir en

cocteleria. "Per a nosaltres és molt important poder proporcionar als *bartenders* productes de qualitat, ingredients que els facin crear còctels màgics. I aquesta combinació de suc amb destil·lats és perfecta", afegeix el responsable d'Amer Gourmet.

Però, d'on prové el nom de *Cuckoo*? Ve del cucut (en anglès, *cuckoo*), un ocell que picoteja la fruita quan està al punt òptim de maduració. Tota una declaració d'intencions per a una empresa familiar que també es compromet, igual que el cucut, a volar per tot el món a la recerca de les millors varietats de fruita.

## ELS FAVORITS



**CLEMENTINA SUAUA.** Per a molts, la clementina és la reina dels cítrics. Aroma i sabor potents, una gran quantitat de vitamina C i sals minerals són algunes de les seves propietats. A Cuckoo, la cullen als camps de València i l'espremen quan està ben madura, extraient-ne tota l'essència i colant-ne la polpa per tal d'aconseguir un suc fi i saborós.



**PINYA DELIKATA.** Costa Rica és un dels principals productors mundials de pinya i fins allà s'ha traslladat Cuckoo per seleccionar-ne les millors. Han optat per la varietat Maya Gold, que els permet aconseguir un suc dolç, amb un punt d'acidesa i una delicada fragància. Els guaranis ja coneixien les virtuts de la pinya i per això l'anomenaven *ananás*, 'fruita exquisida'.



**TOMÀQUET ROSA.** Prop del Prepirineu aragonès, a la zona de Barbastre, neixen uns tomàquets exquisits de pela fina, carnosos, sucosos, aromàtics i d'un gust clarament dolç. Crus, amanits o transformats en suc, aquests tomàquets ens remeten a l'autèntic sabor de l'horta i del tomàquet d'abans. Un suc que desperta els sentits i que no deixa ningú indiferent.



**PRÉSSEC TARDÀ.** Per als responsables de Cuckoo, prendre un got d'aquest suc és com fer "una mossegada a l'estiu". Està elaborat amb tres varietats de préssec procedents del sud d'Itàlia: Andross, que li dona sabor i aroma; Carson, més delicat, i Baby Gold, que hi aporta les notes perfumades. Una fragància i un sabor que es conserven en el record.



**LOMOALTO**  
RESTAURANT DE CARNS

VOLS CONÈIXER  
LA CARTA DEL LOMO ALTO?



# Noves propostes per gaudir de la millor carn

Un menú de degustació, un de sidreria i el de Nadal amplien l'oferta del Lomo Alto



**BARCELONA**—En poc més d'un any i mig de vida, el Lomo Alto, restaurant especialitzat en la carn de boví madurada i cuita a la brasa, s'ha convertit en un local de visita obligada per als amants de la millor carn de bou i de vaca vella i per als que

busquen l'experiència única resultant de la maduració. El Lomo Alto ha decidit ampliar l'oferta amb noves propostes aptes per a tots els públics, amb la inclusió d'un menú de degustació amb un preu tancat que permet conèixer a fons les millors especialitats de la casa, i un menú anomenat *de sidreria*, a un preu realment atractiu. I el mes de desembre encara es podrà tastar un tercer menú, el de Nadal, fins després de festes.

**SIDRERIA.** El menú més popular de la casa, el darrer a arribar, s'ha batejat en honor d'aquests establiments tan implantats al nord de la península, i amb propostes gastronòmiques que hi són habituals, com la xistorra a la sidra, que aquí es cou al foc de llenya, o la truita de bacallà, amb ous de la millor qualitat, i ventresca, que se serveix en la cassola en la qual s'ha cuinat al forn de brasa. Tot acompanyat d'una completa amanida verda.

El plat fort d'aquest menú és la mitjana de vedella *charra* o rossa gallega, procedent d'animals d'un any i que se serveix en peces de 450 grams per persona amb 30 dies de maduració. Unes postres ben típiques de les regions del Cantàbric com és el formatge amb codony tanquen aquest festí, que es pot acompanyar amb algun dels grans vins del celler del Lomo Alto, tot i que, si es vol fer honor al nom, es pot demanar sidra natural per seguir la tradició.

El menú de degustació està dedicat al bou i comença d'una manera espectacular, amb una selecció d'embotits elaborats amb productes d'aquest animal: llengua, xoriço i llonganissa. Continua amb una coca cruixent amb l'espectacular sobrassada de bou amb mel, un carpaccio de carn de vaca vella



## El Lomo Alto ha decidit ampliar l'oferta amb noves propostes aptes per a tots els públics, amb la inclusió d'un menú de degustació i un menú de sidreria

amb formatge Idiazabal fumat, bistec tàrtar picat a mà i amanit al gust del client, i terrina de bou amb foie i envinagrats.

Una copa del digestiu del Lomo Alto, un sorbet

d'api amb llima, ginebra i tònica, ens prepara per al plat fort del menú, el centre de bou madurat sencer més d'un any: la carn del centre de la mitjana, neta d'os i de greix, espectacular. També es pot triar un centre de vaca gallega madurada, o bé optar per mitjana de cada per comparar els dos tipus de carn.

El carro de postres artesanes tanca aquest menú de degustació, que també inclou aperitius, una selecció d'olis de diferents olives i pans artesans.

**NADAL.** Des de primers de desembre fins després de Reis, els clients podran gaudir d'un tercer menú que també comença amb un servei de pa, olives i olis monovarietals per fer un tast mentre arriben els entremesos de vaca i bou per compartir, les croquetes de cecina de la casa, el bistec tàrtar de bou i la sobrassada de la casa amb coca fina.

Com que la seva especialitat és la brasa, el menú inclou una mitjana de vedella sencera o una costella de vaca europea, per triar, amb guarnició de pebrots del piquillo confitats, patates agres fregides i amanida. I per postres, pastís Alaska i una selecció de torrons artesans que no poden faltar durant aquestes festes.

**CARN I BRASA EN SINTONIA.** El Lomo Alto no és un restaurant habitual, sinó que és un temple de la carn seleccionada de les millors races espanyoles i europees, madurada a les cambres i servida en el millor moment a un client que pot triar la peça que més s'adiu als seus gustos.

Carn de vaques velles de raça rossa gallega madurada durant 150 dies, o de raça frisona amb 50 dies de maduració, o de vedella d'un any, també rossa gallega, amb 30 dies a la cambra són algunes de les ofertes habituals del restaurant. Tot animals de sexe femení, de carn més tendra que la dels mascles.



## Recomanat per la guia Michelin

Lomo Alto s'emporta a casa el premi al concurs nacional de brasa

L'aposta del Lomo Alto per l'especialització i la qualitat ha començat a rebre reconeixements en revistes i guies especialitzades. La darrera, la inclusió del restaurant en les recomanacions de l'edició del 2018 de la guia Michelin, la més coneguda del món, així com a la guia Traveller. Un reconeixement que se suma als premis que ha rebut Lomo Alto en la seva curta història, entre els quals destaca la victòria al concurs nacional de brasa durant el certamen Gastronomika de l'any passat, a Sant Sebastià. Aquest prestigiós guardó es va atorgar per primera vegada fora del País Basc, on s'havia quedat les sis edicions anteriors.





**LOMOBAJO**  
PANS I CARNSVOLS CONÈIXER  
LA CARTA DEL LOMO BAJO?

# Un menú amb entrepà gourmet

## La Meat Lovers Formula de Lomo Bajo triomfa al migdia



**BARCELONA**— El Lomo Bajo ha estrenat, aquesta temporada, la Meat Lovers Formula, una proposta amb alguns dels seus millors entrepans gourmet, acompanyament i beguda al preu habitual dels menús de migdia, i que ha tingut una gran acollida, especialment a l'hora de dinar i entre els que

no tenen gaire temps per assegurar-se a taula però no volen renunciar a la qualitat dels millors entrepans de carn que es poden trobar a Barcelona.

El menú permet triar entre tres dels entrepans que formen la carta del Lomo Bajo, la primera planta d'un restaurant dedicat a la carn madurada de bou, vaca vella i vedella. En aquest primer pis, se serveixen deu entrepans gourmet: quatre hamburgueses, quatre *rolls* i dos *pepitos*, a més de mitja dotzena d'acompanyaments i postres, una selecció de cerveses i vi a copes.

Per a la Meat Lovers Formula, s'han triat tres entrepans d'aquesta carta: l'hamburguesa clàssica (amb carn de vaca madurada acompanyada de ceba a la brasa, tomàquet i enciam i amb un pa brètzal que es torra a la brasa), el *roll* de sobrassada de bou elaborada amb la fórmula original del restaurant (acompanyada de formatge i mel, dins d'un pa de briox cuit al vapor i marcat a la planxa) i el Moruno Roll (amb el mateix pa, farcit de daus de llom de dos colors, macerats amb all, llorer i pebre dolç, que se serveix amb envinagrats i maionesa de bitxo). Per acompanyar, el menú permet triar entre una amanida i les magnífiques patates de muntanya fregides, i la beguda també està inclosa.

**ENTREPANS GURMET.** La carta d'entrepans del restaurant, com hem dit, inclou set especialitats més. Entre elles, les *burgueses*, que és el nom que reben aquí les hamburgueses. A més de la Clàssica, la cuina prepara

la Sibarita, amb foie a la planxa i poma; la Gorgonzola, amb formatge blau italià, ceba, tomàquet i enciam, i la Suprem, que, a diferència de les altres, que estan fetes amb carn de vaca, s'elabora amb carn de bou i s'acompanya amb formatge i la resta d'ingredients clàssics.

Més sorprenents són els *rolls* de pa anglès, que, a més de sobrassada i de carn de broqueta moruna, també es preparen farcits de tàrtar de carn de bou amb ceba cruixent i cremós de rovell d'ou, o de cecina (pernil de la cuixa) de vaca amb amanida de brots i cítrics.

I els *pepitos*, evocació d'aquell clàssic de vedella que aquí s'eleva a la màxima categoria, ja que es preparen amb filet de vedella amb pebrot verd, formatge i maionesa de carn, un, i l'altre amb mitjana de vedella i pebrots del piquillo. Una revisió important d'un clàssic que se serveix amb pa negre de kamut i garrofa, cruixent i en forma de xapata, dissenyat per a aquests entrepans.

Com a acompanyaments, trobem les patates roses, amb una matèria primera excel·lent i fregides amb pela, pebrots del Padrón amb sal grossa, anelles de ceba amb mel de canya o amanida de cabdells amb tonyina. Una altra amanida, aquesta d'endívies amb gorgonzola i nous, encapçala l'oferta de plats per compartir, juntament amb les croquetes de cecina de vaca i l'amanida de tomàquet amb ventresca de tonyina.

Les postres mereixen un capítol a part, clàssiques però capaces de temptar els més temperats: pinya natural amb crema fresca; borraixó a la cervesa i nata muntada; sorbet de llimona; gelat de vainilla, i gelat de xocolata belga.

**CERVENSA I VI A COPES.** Per beure, podem triar entre un ampli ventall de nou cerveses Damm (sempre n'hi haurà alguna que casi amb la nostra opció sòlida i amb els nostres gustos), o bé vi blanc, vi negre i cava a copes, per als que prefereixen el suc de raïm fermentat. També hi ha una oferta de gintònics amb les millors ginebres i tònica *premium* per als qui vulguin allargar la sobretaula.

## INFLUENCERS



**@eatinbcn.** Amb un total de 51,5 mil seguidors, Carla Álvaro recomana tastar el Meat Lovers Formula.



**@gastronomistas.** Gastronomistas (22,6 mil seguidors) recomana tastar La Suprem (hamburguesa de bou) amb formatge, enciam, tomàquet i ceba a la brasa.



**@mikeliturriaga.** Amb més de 38,1 mil seguidors, Mikel Iturriaga recomana el tartall roll de bou, amb ceba cruixent i cremós de rovell d'ou.



## UN NADAL SÒLIDARI



Foto: Arxiu propi de la Creu Roja.

# El Nacional comença una campanya contra la pobresa alimentària infantil amb la Creu Roja

La campanya *1 euro, 1 berenar, 1 kg de menjar* també anima els clients a ser solidaris

**BARCELONA**— El Nacional no és ni vol ser aliè a la realitat ni als problemes de la societat que l'envolta, per això ha signat un acord amb la Creu Roja per ajudar a garantir una alimentació adequada i saludable als infants en situació de vulnerabilitat.

La campanya, dissenyada per El Nacional amb la Creu Roja, porta per nom *1 euro, 1 berenar, 1 kg de menjar*. Durant el període de Nadal, els clients del restaurant podran fer un donatiu d'un euro a l'hora d'abonar el compte. Aquest donatiu anirà a parar íntegrament a la institució humanitària, que el convertirà en un berenar equilibrat i ric en nutrients per a un nen o nena. Per la seva banda, per cada donatiu que facin els clients, El Nacional donarà un quilo o un litre de menjar o beguda, segons les necessitats que marqui la Creu Roja i que destinarà al seu programa de l'Aliança Humanitària per a l'Alimentació Infantil.

**ALIMENTAR I EDUCAR.** La crisi econòmica que ha viscut el nostre país i que sembla que està remuntant ha deixat enrere un notable increment de la pobresa. Segons dades de l'Enquesta de Població Activa (EPA) del segon trimestre del 2017, 157.400 llars catalanes tenen tots els membres a l'atur. Per aquest motiu, han de prioritzar els seus minsos recursos econòmics en l'habitatge o en els subministraments, afectant d'aquesta manera significativament els diners que destinen a l'educació, la salut o l'alimentació saludable i equilibrada.

El 2016, segons l'Institut d'Estadística de Catalunya (Idescat), el 23% de les llars amb nenes i nens catalans es trobaven en risc de pobresa i no tenien garantides les necessitats bàsiques com l'alimentació saludable i equilibrada, l'educació o el lleure.

La Creu Roja compta amb un programa específic a través del qual treballa per combatre aquestes deficiències i que porta per títol *Èxit Escolar*. Aquest programa

es porta a terme a 55 centres de Creu Roja a tot Catalunya, acull uns 1.600 infants i és possible gràcies a la feina de prop de 300 voluntaris i voluntàries que treballen a diari amb aquests nens i nenes.

Els infants acudeixen als centres després de l'escola i, primer de tot, berenen. És aquí on el donatiu d'un euro recaptat dels clients d'El Nacional, es convertirà en un berenar solidari i saludable. "Però no vénen només a berenar", expliquen els monitors, sinó que els acompanyen en l'adquisició d'hàbits saludables en l'alimentació i la higiene. Se'ls ensenya a berenar bé, se'ls explica que és molt diferent menjar un entrepà i una fruita que brioixeria industrial o dolços, els ensenyen l'origen i les propietats dels aliments i coneixen nous productes que no estan acostumats a veure a casa, com l'alvocat o la mantega de cacauet, i alhora els motiven perquè s'acostumin a menjar coses que no s'han plantejat mai.

Després de berenar i adquirir aquests hàbits saludables, els monitors fan el que anomenen *acompanyament educatiu*, és a dir, acompanyar l'infant en el procés d'aprenentatge. "No es tracta d'ajudar-los a fer els deures, sinó d'ajudar-los en l'adquisició de competències: intentem que puguin créixer personalment i desenvolupar-se com a persones", amb material específic per a les assignatures escolars i per a les diferents habilitats socials, vinculant l'aprenentatge al joc i a la diversió perquè no ho vegin com una obligació o un càstig.

Els monitors solen ser persones joves, perquè estiguin més a prop de l'edat dels infants atesos, i es mantenen ràtios petites, de tres a cinc nens i nenes per monitor, "per tal que els infants se sentin importants, cuidats i valorats per una persona". La proximitat d'edat també fa que els infants sentin els monitors "molt més a prop de la seva edat i es generin vincles afectius", conclouen els organitzadors.

**"FER DE VOLUNTARI ET FA CRÉIXER COM A PERSONA".** Per dur a terme les activitats de la Creu Roja són imprescindibles els voluntaris, gent que dedica part del temps de manera desinteressada a ajudar altres persones. És el cas de Nora Barco, una noia de Terrassa de 25 anys que ja en fa set que és voluntària a la Creu Roja Joventut.

Per a la Nora, que cada dia dedica unes hores al treball desinteressat en aquesta institució humanitària, "l'experiència és molt positiva, perquè aprens moltíssim". Per això, recomana el voluntariat per l'aprenentatge personal. "Estar amb els infants et permet aprendre molt d'ells, et sorprenen molt, desenvolupes les teves capacitats creatives, vius bones experiències, comparteixes amb altres voluntaris i això crea molt de vincle i et fa créixer com a persona", explica. Però, sobretot, valora l'aprenentatge que t'emportes i les experiències i els moments divertits que pots viure, tant amb els altres monitors com amb els infants.

"És molt maco quan trobes els infants pel carrer i vénen i t'expliquen el que han fet durant el dia. Veus que realment formes part de la seva vida en algun moment i que això els queda, que aquest projecte és molt important per a ells".



UN NADAL SÒLIDARI

NOVEMBRE

DL	DT	DC	DJ	DV	DS	DG
20	21	22	23+	24	25	26
27	28	29	30			



DESEMBRE

				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



El Nacional també celebra la seva pròpia inauguració de l'enllumenat nadalenc. Aquest serà el Nadal més solidari d'El Nacional, ja que arrenquem, juntament amb la Creu Roja, la campanya '1 euro, 1 berenar, 1kg de menjar'.

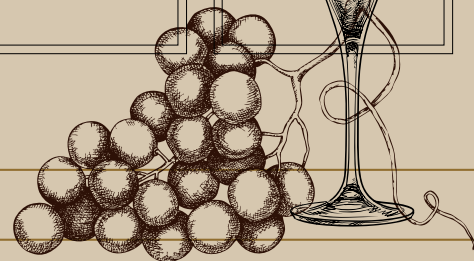
Atenció! Avui és un dia festiu, però a El Nacional no tanquem! Vine'ns veure!

Vine a celebrar el Nadal amb nosaltres! I descobreix els menús especials, amb reserva prèvia, a El Magatzem.

A Catalunya celebrem Sant Esteve menjant canelons i pollastre farcit o tall rodó.

Celebra el Cap d'Any a El Nacional amb campanades i raïm!

GENER



1	2	3	4	5	6	7+
8	9	10	11	12	13	14

Feliç 2018!

Els Reis Mags arriben a Barcelona!

Fi de la campanya solidària d'El Nacional i la Creu Roja. Gràcies!





# Regala El Nacional, regala una experiència gastronòmica única



Aconseguix la teva  
targeta de regal  
El Nacional des de  
**50 euros**

Aquesta targeta és un document al portador que es pot adquirir al web d'El Nacional ([www.elnacionalbcn.com](http://www.elnacionalbcn.com)) o in situ. De l'import inicial s'aniran descomptant els consums successius. És vàlida per a tots els restaurants d'El Nacional de Barcelona. El saldo de la targeta no es podrà reemborsar ni canviar per diners. No se substituirà la targeta en cas de furt, pèrdua o deteriorament. El saldo s'haurà de consumir en un termini màxim d'1 any.