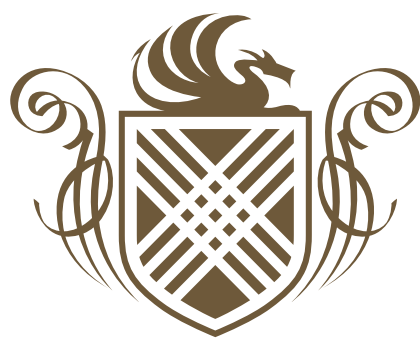




EL NACIONAL

BARCELONA



EL MULTI-ESPAI GASTRONÒMIC DE LA CIUTAT



≡ 6 PREGUNTES CLAU SOBRE EL NACIONAL ≡

QUÈ?

El Nacional és el multi-espai gastronòmic de referència a Barcelona. Ubicat en un magnífic edifici modernista, permet degustar les millors receptes tradicionals d'arreu de la península Ibèrica, elaborades amb productes de gran qualitat i de temporada. No us perdeu aquest espai amb quatre restaurants i cinc barres especialitzades que faran les delícies de grans i petits.

PER QUÈ?

A El Nacional tot és possible. Paladars de tots els gustos hi són benvinguts i els comensals podran escollir entre entaular-se a La Braseria, La Llotja, La Taperia i La Parada o bé gaudir d'un pla més informal en alguna de les seves barres especialitzades. La Barra de Vins, La Barra de Cerveses, La Barra d'Ostres, La Barra de Còctels o El Quiosc són racons ideals on compartir la millor gastronomia.

QUAN?

Oberts els 365 dies de l'any, l'horari d'El Nacional és ininterromput de **12 del migdia a 2 de la matinada**.

ON?

El trobareu al Passeig de Gràcia número 24 bis de Barcelona, 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.

COM?

No es necessita reserva prèvia per menjar a El Nacional. No obstant, si voleu assegurar-vos una taula, podeu reservar-la als espais de La Llotja o La Braseria (exceptuant dissabtes i festius). Cal trucar al **+34 935 18 50 53** o escriure al mail **reservas.enb@elnacionalbcn.com** o al web **elnacionalbcn.com**.

QUI?

A El Nacional tothom hi és benvingut. Comptem amb taules de fins a 10 persones i, si hi voleu venir amb més gent, podeu gaudir d'El Magatzem, un espai privat perfecte per celebrar trobades en un ambient més íntim. Truca'ns i dissenyarem la teva experiència a mida.



TARGETES REGAL Vols regalar gastronomia? Regala la targeta d'El Nacional (a partir de 50 euros). Pots adquirir-la al nostre web **elnacionalbcn.com** o comprar-la *in situ* i gaudir-la durant tot un any.



EDITORIAL

Arrenca una nova temporada de tardor i hivern als restaurants i barres especialitzades d'El Nacional i, com sempre, ho fa apostant pels seus plats clàssics però també pels suggeriments i els millors productes que cada nova estació ens ofereix. En aquest número us descobrim alguns dels plats regionals i mariners de La Llotja, us expliquem pas a pas una de les receptes més emblemàtiques de La Taperia, us donem consells per maridar vins i formatges i us presentem els secrets de la millor cervesa, entre d'altres. I recordeu que a El Nacional només s'hi degusta el bo i millor de la península Ibèrica, producte fresc que us farà viure tota una experiència gastronòmica de qualitat. Benvinguts!





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



El Nacional inicia una campanya solidària en benefici de l'Hospital Sant Joan de Déu Barcelona

Els donatius es destinaran a la investigació mèdica infantil



BARCELONA– Amb l'arribada del període nadalenc a Barcelona, el multi-espai gastronòmic El Nacional arrencarà de nou una campanya solidària. Aquest any, els fons recaptats es destinaran a un dels centres pediàtrics més importants d'Europa: l'Hospital Sant Joan de Déu Barcelona. L'objectiu de la campanya d'enguany serà col·laborar econòmicament en la investigació i recerca en salut prenatal i infantil d'aquest centre.

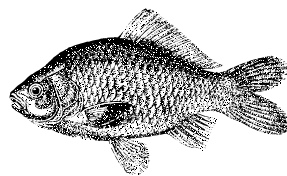
El Nacional, a títol privat, farà una aportació de 10.000 euros dedicada íntegrament a les línies d'investigació de l'Hospital Sant Joan de Déu. A més, a partir del 22 de novembre, coincidint amb l'encesa de l'enllumenat de Nadal, i fins el dia de Reis, els clients d'El Nacional podran col·laborar amb aquesta iniciativa fent una aportació d'1 euro solidari en abonar el seu tiquet. Amb aquest gest simbòlic, que se sumarà als 10.000 euros aportats per

El Nacional, es preveu recaptar una xifra considerable entre tots els comensals que s'entaulin als espais de La Llotja, La Braseria, La Parada, La Taperia i La Barra d'Ostres.

OBJECTIU: REPETIR I SUPERAR L'ÈXIT DEL 2017

La campanya solidària de Nadal d'El Nacional ja s'ha convertit en un clàssic per als treballadors i clients d'aquest multi-espai gastronòmic. L'any passat, l'acció es va celebrar de la mà de Creu Roja Catalunya amb l'objectiu de garantir una alimentació saludable, nutritiva i adequada per als nens i nenes en situació de vulnerabilitat. Gràcies a la col·laboració dels seus clients, es van recollir 8.737 euros i El Nacional, per la seva banda, va igualar aquesta xifra i va fer una aportació privada de 8.737 quilos d'aliments. Gràcies de nou a tots per fer-ho possible!

LA LLOTJA



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA LLOTJA?



Receptes de peix per a paladars exigents

El marisc és el convidat especial de La Llotja a la tardor i l'hivern



BARCELONA—Si hi ha una època òptima per al marisc aquesta és la temporada de tardor i hivern. Com tota la matèria primera que se serveix a La Llotja d'El Nacional, el marisc és fresc i prové dels millors ports i llotges de la península Ibèrica: escamarlans, gambes, cloïsses, navalles, llamàntols, llagostes, percebes, bous de mar, gambots... són algunes de les moltes delicadeses marineres que s'hi podran tastar. A més, durant les festes nadalenques, el marisc encara agafa-

rà més protagonisme, ja que es convertirà en l'ingredient estrella de molts dels suquets que s'incorporen a la carta d'aquest espai. Al desembre, no us perdeu el suquet de peix de roca i marisc. Deliciós.

SUGGERIMENTS DE TEMPORADA. La tardor i l'hivern també són època de peixos clàssics com ara els pagells o els besucs. De fet, al febrer, la suprema de besuc se servirà a l'estil Santurce, amb el seu toc d'all

laminat i ben dauratet. I, jugant amb el producte de temporada, durant el mes de març hi haurà suggeriments especials com el bacallà a la graella amb faves a la catalana i la suprema de lluç coberta amb melós de porc. La carta de La Llotja també us permetrà realitzar un viatge per les millors receptes regionals, elaborades amb peix i marisc, de tota la Península. Hi trobareu propostes destacades com el bullit d'Eivissa, les gambetes vermelles de Huelva i la caldereta menorquina de llamàntol. Obviament, la paella i l'arròs negre de peix i marisc, així com la fideuada, emblemes de la nostra gastronomia, tampoc falten mai en aquesta carta.

TOTS ELS CLIENTS SATISFETS. El client és qui mana en aquest espai especialitzat en productes del mar d'El Nacional, ja que pot apropar-se a la parada, on el producte fresc s'exposa a la vista dels comensals, i triar l'exemplar que consumirà, decidint el pes de la peça i indicant com vol que li preparin: a la graella, al vapor, a la planxa, al forn, fregit o guisat. A més, tots els peixos es poden acompanyar amb verdures saltades, amanida de cabdells, patates fregides o patata al forn. El mateix succeeix amb els mariscos, de manera que es multipliquen les possibilitats d'elecció i això permet ajustar al màxim l'apat als gustos i el pressupost de cada persona o grup.

Per als qui prefereixin altres sabors menys lligats al mar, s'ofereixen alternatives com les amanides, l'hamburguesa de 250 grams de carn de bou madurada, el pit de pollastre de pagès o el saltat de filet de vedella amb verdures i patates. I les postres? Doncs tornem a fer una ruta gastronòmica per la tradició més dolça del nostre país: el pastís cardenal amb nata, típic de Mallorca; el pa de pessic Larpeira, originari de Galícia però connectat amb Catalunya gràcies a la crema catalana cremada que incorpora; el pionono de Granada, amb crema i xocolata; el borratxo amb ratafia, molt català; i un clàssic senzill però infal·lible: el pa amb xocolata, oli d'oliva verge i sal marina. I com que arriba el Nadal, res millor que celebrar-lo per avançat amb una selecció de torrons Vicens: de crema cremada, tou d'ametlles i cruixent d'avellanes amb xocolata.

PLATS ESTRELLA



BULLIT DE PEIX D'EIVISSA. La gastronomia de l'illa blanca amaga aquesta exquisida recepta, nascuda a alta mar fruit de la cuina d'aprofitament. La seva peculiaritat: es presenta en dos serveis. Primer, el peix de roca, bullit amb patates i allioli, i, després, s'ofereix un arròs a banda elaborat amb el brou del bullit de peix. Un autèntic plat de pescadors.



GAMBETES VERMELLES DE HUELVA. És una de les gambes més preuades de l'Atlàntic i, juntament amb la gamba blanca, la reina de les costes de Huelva. La seva textura és carnosa i en boca és d'allò més saborosa. La millor manera de degustar-la? Bullida o a la planxa. A La Llotja podreu demanar-les a la planxa, sempre amb el punt just de sal d'algues, i també fregides.



CALDERETA DE LLAMÀNTOL DE MENORCA. Aquest guisat mariner tradicional s'ha fet famós arreu del món i és el plat per excel·lència de Menorca. A La Llotja podreu tastar aquesta especialitat, sempre que sigueu mínim dues persones, però elaborada amb llamàntol, un crustaci de carn molt més consistent i igualment saborosa.



PIONONO DE GRANADA. Elaborat tradicionalment a Santa Fe, una població propera a la ciutat de Granada, el pionono és un pastisset de pa de pessic, d'aspecte cilíndric, enrotllat sobre si mateix i emborratxat en almívar. A El Nacional li afegeixen un toc de xocolata. Es corona amb una deliciosa crema ensucrada i torrada, a mode de barret.

LA TAPERIA



VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA TAPERIA?



Les millors tapes de la Península en un únic espai culinari

La Taperia és un espai dinàmic i informal que convida a compartir

BARCELONA—Les mandonguilles amb sèpia són un dels plats estrella de La Taperia i Michel Gradeler, el director de cuina d’El Nacional, ens explica la recepta per elaborar-lo. El consell: utilitzar sempre productes de primera qualitat i de proximitat. En aquest espai, un dels més dinàmics d’El Nacional, s’hi serveixen tapes i platets inspirats en les receptes més típiques de la Península. Propostes cantades “a la malaguenya” pels professionals de la sala i pensades per compartir. Entre les tapes cantades, cal tastar l’esqueixada i l’ensalada russa, per passar després a delícies com la bomba de La Barceloneta i la xistorra artesana a la sidra. Si, a banda de les mandonguilles, voleu tastar algun altre guisat, aposteu pel fricandó amb bolets o la galta de porc. I per acabar aquest recorregut per la nostra gastronomia més pròpia, demaneu un bon arròs o una fideuada. L’encertareu.



LA RECEPTA

Les mandonguilles amb sèpia d’El Nacional

Ingredients:

- » 1 sèpia de 1,5 kg
- » 400 g de mandonguilles
- » 50 g de farina
- » 50 cl de fumet de peix
- » 100 cl de brou de pollastre
- » 20 g de sofregit
- » 10 g de picada (ametlla, avellana, pa de pagès, all, vi blanc i oli d’oliva)
- » Oli d’oliva
- » Sal



Enfarinem les mandonguilles i les fregim en una paella amb una mica d’oli d’oliva calent.



En una olla, escalfem el sofregit i la picada, prèviament preparats. Afegim el brou i el fumet i fem aixecar el bull.



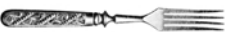
Netegem i tallem la sèpia en daus. La col·loquem en una safata i la cuinem al forn durant 50 minuts, al 100% de vapor.



Daurem la sèpia en una olla amb oli calent. Hi afegim la salsa i la cuinem a foc suau durant uns 40 minuts.



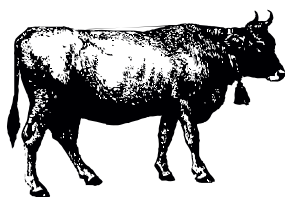
Afegim les mandonguilles a l’olla i les cuinem entre 3 i 5 minuts més. Emplatem i servim. Bon profit!



Vols consultar més receptes? Ara és possible gràcies al Blog d’El Nacional www.elnacionalbcn.com/blog



LA BRASERIA



VOLS CONÈIXER LA CARTA
DE LA NOSTRA BRASERIA?



Molt més que brases

A La Braseria d'El Nacional se seleccionen les millors peces de vaca, vedella i bou

BARCELONA— Deixeu-vos guiar per les aromes de carn i brasa. El camí fins a La Braseria no té pèrdua. Allà hi trobareu un espai que recorda, en part, una carnisseria tradicional. Al costat, i a la vista dels comensals, hi ha una càmera de maduració, tanca-da amb una porta de vidre transparent, en què es mostren totes les carns de boví madurades que es poden degustar en aquest espai. Totes són de primera qualitat i provenen de les millors races i regions de la península Ibèrica. A més, estan etiquetades per garantir al client la seva traçabilitat.

CADA PEÇA DE CARN, UN MÓN. L'especialitat de La Braseria és, òbviament, la brasa però, també hi ha opcions de preparar la carn de vaca vella, de vedella o de bou, al forn de carbó i a la planxa. De fet, els cuiners d'aquest espai utilitzen moltes de les parts de la vaca i del bou per elaborar receptes ben diferents. Del llom alt i del llom baix en surten les mitjanes, d'entre 900 grams i 1,5 quilos, ideals per compartir, i els entrecots, d'uns 350 grams. Aquestes peces es couen a al calor de la brasa, en graelles obertes, per evitar que l'excés de calor cremi el greix i perquè el centre de la peça arribi al punt just de temperatura. Un consell del Michel Gradeler, director de cuina d'El Nacional, per preparar la carn a casa nostra: "Mai hem de posar la carn directament de la nevera a la brasa perquè correm el risc de que, un cop cuïta, ens quedi freda per dins. També s'ha de tenir en compte que el punt de cocció no ha de passar dels 52 graus i que la carn s'ha de servir temperada".

Més propostes: a La Braseria se selecciona la millor carn de la pota del bou per preparar l'estofat d'*ossobuco* sense os, que es macera en vi negre i s'acompanya de verdures. De la cuixa del bou en surt un carpaccio amb un deliciós sabor fumat, que contrasta de meravella amb unes llenques fines de formatge Idiazabal. Pel que fa al filet de vaca, es talla en trossos i es cou a la brasa.

Per als qui no els vingui de gust la carn de boví, la carta té altres opcions com el lletó al forn, cuinat a l'estil tradicional amb patates, cebes i alls; les cocottes de porc ibèric amb vi negre; el pollastró farcit de



pa amb herbes al forn, i els peus de porc Duroc i la botifarra de Calaf fets a la brasa. Un darrer suggeriment, en aquest cas mariner, que respon a les brases de manera excelsa: el pop a la gallega.

SEGONS TEMPORADA. Cada mes, El Nacional elabora alguns plats i suggeriments especials basant-se en el producte de temporada. Al novembre, a La Braseria,

hi podreu tastar el porc Ral d'Avinyó a la brasa, mentre que al desembre els canelons trufats, ben nadalencs, també faran acte de presència en aquest temple de la carn. Ja de cara al gener, l'aposta és pel civet de porc senglar, que acompanyaran amb castanyes i cebetes caramelitzades. I més endavant podreu gaudir d'uns excel·lents espàrrecs de Navarra a la brasa que faran parella amb una escalopa de *foie*.

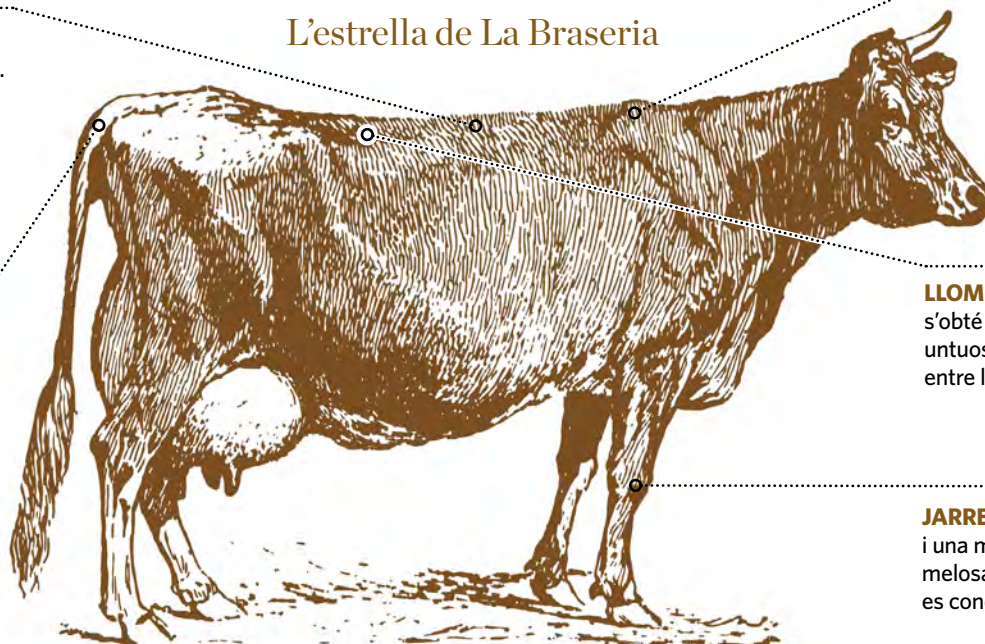


Parts de la vaca

L'estrella de La Braseria

FILET. Es troba a la cara interna del costellam i té forma allargada i aixafada. És la carn més tendra, gairebé sense infiltracions de greix.

CUA. De textura gelatinosa, aquesta carn es troba adherida als ossos de la cua de l'animal. És la més encertada per a preparar guisats.



LLOM ALT. És la part davantera del llom i la seva carn és molt valorada i ben melosa. D'aquí en surten les mitjanes,, ideals per fer a la planxa o a la brasa.

LLOM BAIX. De la part posterior del llom s'obté una carn magra i tendra, de gran untuositat. L'entrecot es troba just aquí, entre les costelles.

JARRET. La part baixa té nervis i una mica de greix. La carn és melosa i tendra i tallada amb os es coneix com a *ossobuco*.

LA PARADA

VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA PARADA?

Cuina ràpida i d'allò més saludable

La Parada convida a fer una pausa acompanyada d'una amanida o d'una coca



BARCELONA— La Parada és el primer espai que ens rep només entrar a El Nacional i és el lloc ideal per a aquells dies en què tenim pressa però no volem deixar de menjar productes saludables i de qualitat. La seva carta és extensa i està dividida en cinc apartats: curats i entrants, pasta, coques artesanes, coques fines i postres. De l'oferta d'entrants, destaquen les amanides, un dels plats que més associem al menjar lleuger. Podeu triar: la de quinoa amb ventresca de tonyina, l'amanida verda, la d'embotits catalans, la de bacallà amb salsa xató i la Cèsar, que incorpora pollastre confitat, el toc particular d'El Nacional. Al desembre hi podreu tastar l'amanida de salmó amb cremós d'alvocat i el seu caviar, un suggeriment ben especial.

LES FAMOSES COQUES D'EL NACIONAL. Les coques també són bones aliades a l'hora de fer un mos ràpid. Les de massa fina, tipus pizzeta, són l'especialitat de La Parada i es presenten en múltiples combinacions: amb brots d'enciam, de samfaina confitada i salmó fresc, i, per als més carnívors, de botifarra esparracada o de sobrassada ibèrica de Mallorca. Tot el producte és de proximitat. Si preferiu la massa gruixuda, també hi trobareu opcions com la de formatge amb pernil dolç i espinacs, la de tomàquet fresc, la de ceba confitada i mozzarella o la coca de recapte amb verdura a la brasa i romesco. Per la seva banda, totes les pastes són fresques i artesanes. I si es vol rubricar aquest merescut descans a La Parada sense batallar contra les calories, podeu optar per unes postres ben sanes, com la macedònia amb fruita fresca.



NOVA OFERTA PASTISSERA. A La Parada també us podeu permetre pecar una miqueta. De fet, és gairebé una obligació fer una ullada a la seva oferta de pastisseria, que té en les creps (de maduixes i crema catalana, xocolata o llimona amb sucre), un dels seus principals reclams. De cara als mesos de tardor i hivern també han incorporat quatre pastissos que us sorprendran. El primer és el de llimona merengada, que s'elabora amb dos tipus de merenga i una base de crema de llimona. Hi ha dos nous *plum cakes*: un fet a base de poma i decorat amb poma caramel·litzada, i un altre inspirat en la infal·libre recepta del *carrot cake* i que es presenta cobert amb ametlla laminada. Voleu xocolata? Us en fareu un tip amb el pastís de dues xocolates.

BARRA DE CÒCTELS

VOLS CONÈIXER LA CARTA DE LA NOSTRA BARRA DE CÒCTELS?

Còctels de temporada

La Barra de Còctels proposarà cada mes nous combinats molt especials

BARCELONA— Els productes de temporada tenen un gran protagonisme a les cartes dels diferent espais d'El Nacional, que mensualment incorporen nous plats i suggeriments. La Barra de Còctels vol seguir aquesta filosofia i per aquesta temporada tardor-hivern també introdueix una carta de receptes coctel·leres, que canviarà cada mes. Són combinats que, a més, mariden a la perfecció amb l'oferta de platets d'aquesta preciosa barra circular que inclou propostes com el tàrtar de tonyina o de bou, els pint-

xos de patata i pop o d'albergínia i sardina i les ostres. Si voleu formatges per combinar amb la copa també en trobareu dos de ben intensos: el basc Idiazabal i l'asturià Afuega'l Pitu. Només cal que us deixeu aconsellar pels *bartenders* d'El Nacional i de ben segur que encertareu amb el maridatge.

ALGUNS DELS COMBINATS. Enfilats als tamborets alts d'aquest espai o asseguts als sofàs en mode més relaxat, també podeu fer un viatge pel món amb els

còctels de la carta -i els còctels del mes- i descobrir com d'extensa i diversa és la selecció de destil·lats feta pels responsables de la barra: bourbons, ginebres, vodkes, roms, brandis, conyac i caves, entre d'altres. El whisky escocès, un destil·lat molt apropiat per a l'hivern, ja que té més cos, i els tequiles mexicans, blancs, reposats i anyencs, que ajuden a entrar en calor, tindran un protagonisme especial en els darrers mesos de l'any i també us convidaran a inaugurar el 2019 amb molt bon sabor de boca.



- Ingredients:
- » Rom Zacapa Solera nº 23
 - » Soda
 - » Biter de xocolata
 - » Biter de taronja
 - » Sucre blanquilla
 - » Gel

Recepta del Zacapa Old Fashioned

El còctel del mes de novembre a El Nacional és el Zacapa Old Fashioned, un combinat originari de Kentucky (EUA) que deu el seu nom al got en què se serveix, semblant al got *on the rocks* però amb una obertura superior més ampla. Es tracta d'una versió del conegudíssim Old Fashioned que enlloc d'utilitzar whisky com a ingredient principal aposta per un rom d'altíssima qualitat procedent de Guatemala, elaborat a partir de mels verges de la canya de sucre. De color caoba fosc i amb reflexos vermellorsos, us seduirà amb les seves notes de conyac, mel i plàtan. Els bítors li aporten el toc d'amargor. Se serveix en un got amb gel i es pot acompanyar amb un *twist* de pell de taronja. Un combinat perfecte per maridar amb postres de xocolata i fruita seca. Durant aquest mes es podrà tastar a tots els espais gastronòmics d'El Nacional, a diferència de la resta, que només se serveixen a la Barra de Còctels

BARRA D'OSTRES

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

La barra d'ostres més cosmopolita

Des de l'octubre fins al final de primavera, les ostres es troben en el seu millor moment



BARCELONA—Els puristes de les ostres defensen que per degustar el seu especial gust a mar el millor que es pot fer és menjar-les al natural. Tot i això, també són molts els comensals que prefereixen tastar aquest apreciat bivalve amb algun amaniment. Els gustos, de vegades, canvien

segons els països. I a El Nacional estan preparats per satisfer tothom. “Tenim els amaniments clàssics: la llimona, el pebre negre en gra i la vinagreta d'escalunya. Aquestes són les formes típiques de menjar ostres en països com Espanya i França”, explica Alain Jeudy, un dels millors especialistes en ostres de Barcelona i responsable de la Barra d'Ostres d'El Nacional. Tres amaniments que mariden a la perfecció amb les quatre varietats d'ostres que s'ofereixen a la barra: tres procedents de l'Atlàntic i una del Mediterrani: la Spéciale de Claire Gillardeau, la supergegant de Galícia Fariña, la Krystale de Normandia especial i l'especial de Bouzigues, respectivament.

EL PUNT EXÒTIC. Ja coneixem l'afició pel menjar picant que tenen en molts països de Sud-amèrica i, fins i tot, a la Xina, un dels majors productors d'ostres del món. Per això, a la Barra d'Ostres també s'hi pot trobar salsa Tabasco, per donar un toc més exòtic a la degustació de les ostres. Als països llatinoamericans



també és habitual substituir la llimona per unes gotes de suc de llima, originària d'aquelles terres i de sabor una mica més dolç. I també és interessant saber que a la Xina i en alguns països del sud-est asiàtic, banda de menjar les ostres crues, les utilitzen per a elaborar una salsa que serveix d'amaniment per a tot tipus de plats i que té un sabor complex i salat.

Un altre acompanyament típic de les ostres és el pa amb mantega salada però, tal i com diu Jeudy, “és millor fer aquesta combinació amb les ostres procedents de l'Atlàntic ja que les del Mediterrani per si soles ja són més salades”. I si pensem en receptes amb ostres, a França en tenen un bon llistat: ostres al forn amb all, mantega i una mica de pa ratllat o gratinades amb salsa holandesa, aromatitzada amb vi blanc i uns porros. Autèntiques delícies.

MILLOR AMB EL FRED. Des de l'octubre fins al final de la primavera, les ostres es troben en el seu millor moment, i és quan la seva carn està més ferma, perquè la temperatura de l'aigua del mar ha baixat. Per això, aquests mesos de tardor i d'hivern són els més òptims per consumir-les. Cal que estigueu atents, perquè a la Barra d'Ostres, igual que a la resta d'espais d'El Nacional, també treballen amb el producte de temporada i sovint ofereixen combinacions tan suggerents com una ostra del Mediterrani amb gelea de ceps i caviar d'oli d'oliva, una ostra amb llet de tigre de cirera, una ostra atlàntica amb escabetx de trufa o, fins i tot, una ostra amb unes gotes de Bloody Mary. Una bona excusa per visitar aquesta magnífica barra circular almenys un cop al mes.

BARRA DE VINS

VOLS CONÈIXER LA CARTA
DE LA NOSTRA BARRA DE VINS?

El temple dels maridatges

A la Barra de Vins proposen combinacions de vins i formatges que sempre triomfen



BARCELONA— Vins i formatges. El maridatge perfecte. Per sort, podem presumir de tenir alguns dels millors productors d'aquestes delicadeses. A la Barra de Vins d'El Nacional hi trobem, des de sempre, una acurada selecció de referències de diverses regions peninsulars, tant de vins com de formatges. Per això, hem demanat al seu responsable, Kevin Martínez, que ens proposi algunes combinacions que mai fallen. Podem començar amb dos formatges de cabra elaborats a Catalunya, com el Carrat i el Blau de l'Avi Ton. El primer, de pasta tova i amb un sabor cítric pronunciat, combina de meravella amb un Pinot Noir del Montsant. El segon, blau i madurat durant dos mesos, és el company ideal d'una copa de cava o d'un vi negre de Ribera del Duero.

DE CATALUNYA A ASTÚRIES. Hi ha formatges fets amb llet d'ovella com el navarrès Roncal, el primer formatge que va tenir Denominació d'Origen a Espanya, que podreu tastar amb un bon vi negre amb cos de l'Empordà. També d'ovella és la torta extremeña Pascualet, perfecta per menjar sobre una torrada, acompanyada d'un vi manzanilla. Per als fidels a la llet crua de vaca, combinar el gironí Puigpedrós amb un Sauvignon Blanc del Penedès segur que serà una experiència memorable. I no ens podem oblidar de l'Afuega'l Pitu, un dels formatges més antics d'Astúries, que estableix un bonic matrimoni amb el cava brut reserva. Si no sou amants dels làctics, a la Barra de Vins hi trobareu els millors embotits ibèrics, anxoves de l'Escala, seitons en vinagre, etc. per gaudir d'una bona experiència.

ARTISTES DEL TALL. A la Barra de Vins la devoció pel pernil ibèric de gla també és absoluta. Saben que la millor manera de degustar el producte és tallar-lo amb ganivet i compten amb talladors professionals que exerceixen aquesta tasca amb molta cura. Les peces de pernil de l'empresa Ibèricos Juan Manuel han estat seleccionades minuciosament i procedeixen de porcs criats en llibertat en deveses i alimentats amb gla i herbes. Han estat curades durant 48 mesos i per això el seu aroma és intens. És una parada obligada a El Nacional, ja que aquí gaudireu del mestratge d'aquests professionals i assaborireu els talls de pernil de la manera més òptima, ben fins i pràcticament transparents, però d'allò més saborosos. Un consell: proveu a maridar-lo amb cava. Us fascinarà.



EL MAGATZEM

L'experiència més exclusiva d'El Nacional

El Magatzem és un espai privat dins El Nacional que ofereix menús de Nadal i també menús per a grups durant tot l'any



BARCELONA— Dinar o sopar a El Nacional va sempre molt més enllà de la simple experiència gastronòmica. L'arquitectura i l'interiorisme de l'espai acompanyen. Però aquesta vivència pot ser encara més exclusiva si l'àpat se celebra en un racó més íntim: El Magatzem. Un espai reservat per a grups, de màxim 42 comensals, del qual podreu gaudir els 365 dies de l'any. De cara a les festes nadalenques, els sopars d'empresa i els dinars familiars, El Magatzem ha preparat tres menús especials inspirats en les propostes gastronòmiques de tres dels espais més reeixits d'El Nacional: la Braseria, la Llotja i la Taperia.

NADAL AL VOSTRE GUST. Si opteu per la carn, el menú nadalenc de la Braseria us delectarà amb entrants com el *foie-gras* semicuit en pa de brioix, el carpaccio de bou amb formatge Idiazabal i l'*steak tartar*



de bou. El plat fort: un pollastró sencer a la catalana. Si preferiu les delícies marineres de La Llotja, començareu amb les gambetes vermelles de Huelva fregides, els calamars mar i muntanya i els galets de Nadal farcits amb marisc i verduretes. La contundència la posarà el suquet de peix de roca i mariscos de costa. I si el que us agrada són les tapes de La Taperia, el menú de festes inclou propostes fredes com l'amanida de favetes amb pernil ibèric i menta. També hi ha tapes calentes com la bomba de La Barceloneta, la coca d'escalivada amb formatge de cabra i les mandonguilles amb sípia. I, com a plat principal, el caneló trufat, que també fa acte de presència com a entrant en els altres dos menús. Totes tres propostes inclouen també un aperitiu d'escudella catalana, un pastís de Nadal i un deliciós assortit de torrons, imprescindibles en qualsevol àpat nadalenc.

OPCIONS VEGETARIANES. L'espai més íntim d'El Nacional també pensa en aquells que tenen preferències alimentàries diferents, i per això incorpora un nou menú vegetarià per als grups que reservin en aquest espai. L'alternativa *veggie* defuig carns i peixos i inclou plats com l'amanida de fonoll, tomàquet i recuit de Fonteta, l'albergínia a la brasa amb salsa romesco i herbes fresques i la coca de carbassó, pebrots i formatges artesans. Com a plat principal hi trobareu un arròs de bolets i verdures de temporada. Per a les postres, l'opció serà un pastís artesà. I ja ho sabeu, a El Magatzem els millors professionals d'El Nacional us oferiran una atenció molt personalitzada. Tota una experiència que ara també es posa a disposició dels vegetarians.

ELLS TAMBÉ PARLEN D'EL NACIONAL



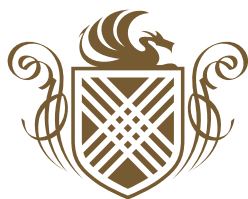
EL MILLOR ARRÓS
Backdox (60.800 seguidors) es va enamorar d'un dels clàssics de la gastronomia mediterrània i també d'El Nacional: la paella. [@backdox](#)



UN OASI A LA CIUTAT
En la seva visita a Barcelona, en Jon Gasca (12.800 seguidors) va destacar la calidesa i l'ambient relaxat d'El Nacional. [@jongasca](#)



UNA EXPERIÈNCIA CULTURAL
Myinspireproject recomana, des d'Instagram, les tapes i les receptes regionals d'El Nacional al seus 80.800 seguidors d'arreu del món. [@myinspireproject](#)



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 amb plats com una bona mitjana de vedella o l'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

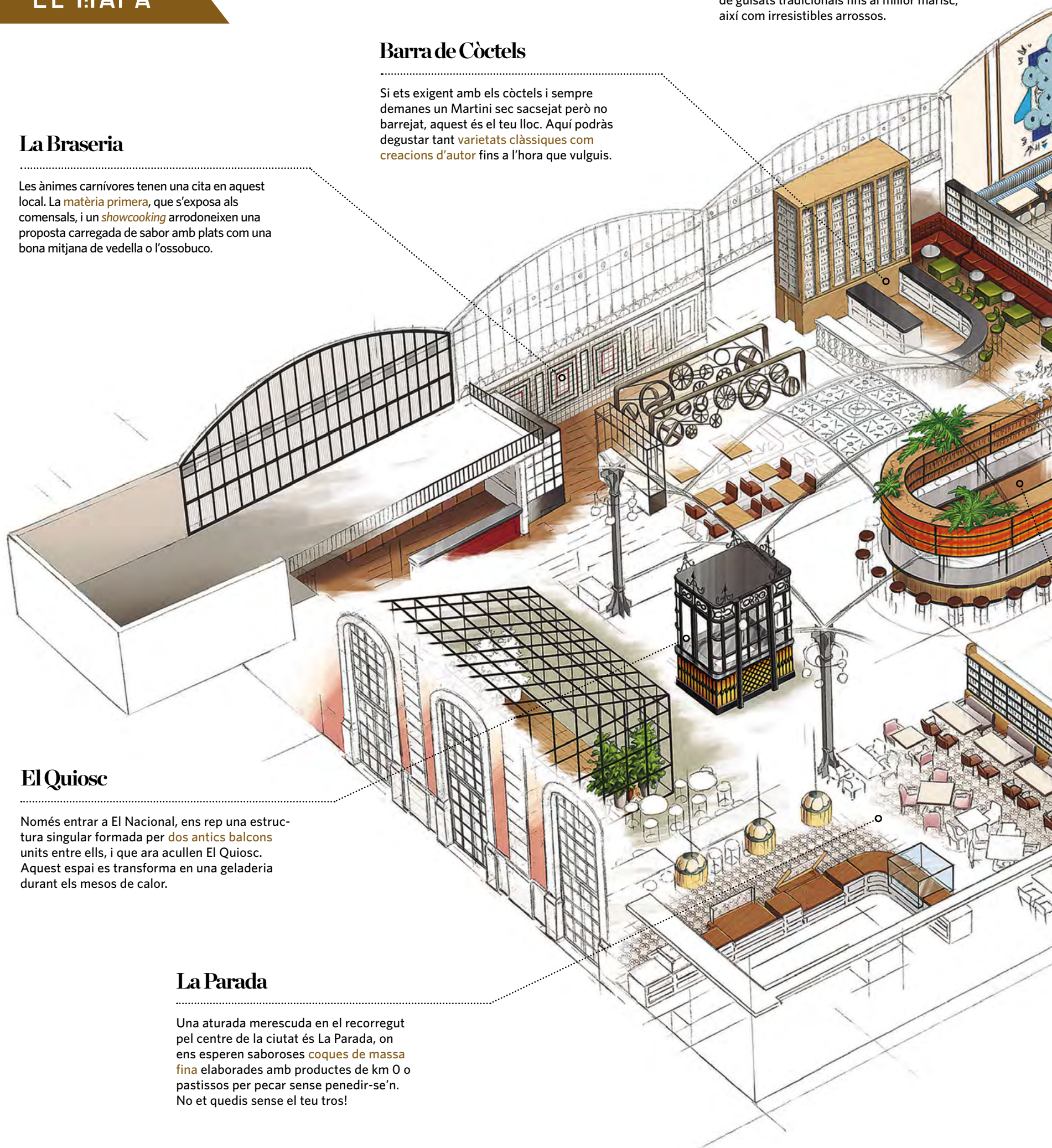
El gust del mar directe a la taula. La carta privilegiada d'aquest espai dedicat al peix es nodreix de **receptes de tota la Península**, des de guisats tradicionals fins al millor marisc, així com irresistibles arrossos.

El Quiosc

Només entrar a El Nacional, ens rep una estructura singular formada per **dos antics balcons** units entre ells, i que ara acullen El Quiosc. Aquest espai es transforma en una geladeria durant els mesos de calor.

La Parada

Una aturada merescuda en el recorregut pel centre de la ciutat és La Parada, 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 celebracions, dinars i sopars en grup, i a més ens proposa menús de grup 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'aquest producte de mar figuren a la carta de la barra. A més, es poden degustar acompanyades d'una selecció de vins, caves i xampany. I, a més d'ostres, aquí també se serveix **salmó, tonyina, cranc rei, marisc de temporada** i caviar.

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 i, a més, les descobrireu a través "del cante a la magaleña"!

Barra de Vins

Si t'agrada el vi però et perds entre les múltiples varietats, visitant aquesta barra d'El Nacional et convertiràs 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 plats sorprenents**.

ORÍGENS

Fidel al producte de temporada, El Nacional dedica tots els seus esforços a recórrer la Península per tal de seleccionar els millors aliments en origen i en el seu moment més òptim. Espanya compta amb centenars de productes avalats pels segells IGP i DOP, però també amb petits productors que recuperen la tradició de la feina ben feta. Molts d'aquests productes són presents a les diferents cartes del restaurant i ens conviden a viatjar pels sabors més autèntics de la nostra terra.

Lluç (mar Cantàbric)

Procedent de les aigües més fredes del nord d'Espanya, per la seva millor qualitat, el lluç és un dels peixos més versàtils. A La Llotja el podreu demanar a la brasa, a la planxa o al vapor.

Besuc (mar Cantàbric)

Tot i que se'n troba durant tot l'any, l'hivern és una bona època per a aquest peix que ens arriba del Cantàbric, on és molt abundant, però també del Mediterrani. La cuina basca en té molta tradició, ja sigui preparant-lo al forn, a la brasa o amb un refregit d'all.

Rap (mar Atlàntic)

Provinent de les costes gallegues, o també de les mediterrànies, el magnífic sabor del rap fa que sigui un convidat habitual en els àpats nadalencs. Per això, al desembre farà acte de presència en alguns dels suquets especials de La Llotja.

Cérvol (Càceres)

La comunitat autònoma d'Extremadura és proveïdora d'una de les carns de caça més clàssiques, juntament amb la carn de porc senglar. Un producte de màxima qualitat que funciona a la perfecció amb els guisats i amb la cuina pròpia de la temporada hivernal.

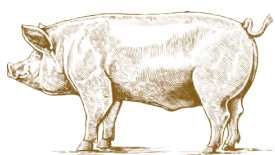


ELS PRODUCTES DE TEMPORADA QUE INSPIREN LES RECEPTES D'EL NACIONAL

NOVEMBRE

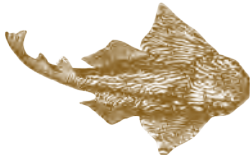


CARBASSA: Tot i que el 90% d'aquesta hortalissa és aigua, també es molt rica en betacarotens, antioxidants i fibra. Ideal tant en receptes dolces com en salades.



PORC RAL: S'alimenta amb pinso a base de cereals, com civada i blat, i s'engreixa sense presses, per això la seva carn és extremadament saborosa, tendra i melosa.

DESEMBRE



RAP: La carn d'aquest peix blau és excepcional, compacta i molt gustosa. Només es menja la seva cua, però el cap s'aprofita per donar sabor a sopes i brous.



TORRONS: Tot i que a dia d'avui són infinites les especialitats de torrons, els més clàssics tenen com a base les ametlles, un ingredient essencial de la dieta mediterrània.

GENÈR



CÉRVOL: Les parts toves, com el rellom o el llom, es poden fer a la graella. És una carn molt magra i té menys calories, colesterol i greix que la carn de vedella o la de porc.



CÍTRICS: Són els reis de la vitamina C i tenen un gran poder antioxidant. Cal menjar-los durant tot l'any, però és a la tardor i l'hivern quan es troben en la seva millor època.

Espàrrecs (Navarra)

Color blanc, textura suau i una fibrositat escassa o nul·la. Aquestes característiques fan que, des del 2003, l'Espàrrec de Navarra tingui el segell de qualitat d'Indicació Geogràfica Protegida. A l'abril, el tastareu a la brasa amb una escalopa de *foie-gras*.

Torrans (Agramunt)

Catalunya té molta tradició torronera i, per això, durant l'hivern El Nacional dedica especial atenció a aquestes postres: de crema cremada, tou d'ametlles i cruixent d'avellanes amb xocolata, entre altres versions.

Ous (Calaf)

Provenen d'aus criades en llibertat i que han estat alimentades amb cereals naturals als camps d'aquesta població de l'Anoia. Durant el mes d'abril, El Nacional apostarà per l'ou d'ànec i el presentarà en alguns dels seus espais amb bolets i suc de rostit.

Porc Ral (Bages)

Aquest porc es cria únicament a la localitat catalana d'Avinyó i presenta una carn de més alta qualitat que la del porc blanc. Una delicadesa que aconseguirà un gust i una textura excelsos després de passar per les brases de La Braseria.

Carbassa (Baix Llobregat)

Protagonista absoluta de la tardor, aquesta hortalissa destaca pel seu sabor dolç. La més comuna és la carbassa cacauet, molt utilitzada en cremes (la d'El Nacional s'acompanya de petxines variades), en guisats i cuinada al forn, tot i que actualment se'n cultiven centenars de varietats.

Carxofa (Delta del Llobregat)

A tocar de Barcelona hi creix una de les millors carxofes del nostre territori, dolça i tendra. La carxofa Prat, provinent del Parc Agrari del Baix Llobregat, gaudeix de la seva millor època entre novembre i abril, i llueix tant a la brasa com en forma de crema.

Faves tendres (Catalunya)

Amb presència mil·lenària a la Mediterrània, els catalans acostumen a cuinar les faves tendres amb botifarra i cansalada. Al març, El Nacional les convertirà en la parella perfecta d'un deliciós bacallà a la graella.

Cítrics (València)

Les taronges, les mandarines i les llimones tenen Indicació Geogràfica Protegida i poden utilitzar-se tant en plats principals com en postres, o en propostes com l'ostra amb farigola llimonera i caviar de llimona, de la Barra d'Ostres.



FEBRER



BESUC: De forma ovalada, durant l'estiu és un peix blanc però a l'hivern produeix greix per protegir-se del fred i es converteix en un peix blau, que aporta àcids grassos omega-3.



CARXOFES: Lleugerament àcida, fresca, intensa, dolça i vellutada. Són les característiques que diferencien aquesta carxofa de KM 0, procedent del Delta del Llobregat.

MARÇ

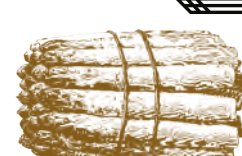


LLUÇ: Aquest peix blanc és un dels més consumits al nostre país per la seva textura fina, el seu sabor i perquè té molt poques espines. A més, el seu nivell calòric és molt baix.

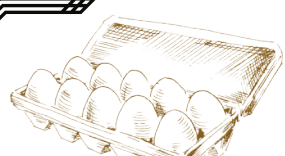


FAVES TENDRES: Amb propietats intermèdies entre les verdures i els llegums, les faves són poc calòriques però riques en fibra, carbohidrats, proteïnes i vitamines.

ABRIL



ESPÀRRECS: Destaquen pel seu poder antioxidant i diürètic i no falten mai en la *menestra*, típica recepta navarresa. Acompanyats amb un raig d'oli d'oliva verge són excel·lents.



OUS: Frescos i amb un sabor suau, amb l'arribada de la primavera es troben en el seu punt òptim. Són beneficiosos per a la salut per ser rics en proteïnes i vitamines.

BARRA DE CERVESES



Cerveeses per a tots els gustos

Una sense alcohol reformulada i una nova IPA arriben a El Nacional



BARCELONA— Sens dubte, anar de canyes és una tradició compartida arreu del territori nacional. És un moment d'oci especial, una estona per degustar una cervesa ben fresca i unes bones tapes. A Barcelona, les millors canyes i pintes se serveixen a la Barra de Cerveeses d'El Nacional, que aposta per la qualitat de Damm i la seva àmplia oferta cervesera. Als tiradors hi trobareu Estrella Damm, una cervesa mediterrània que és el producte emblema de la companyia; Voll-Damm, una cervesa de doble malta d'estil Marzënbier, amb més aroma, sabor i cos; Turia, una cervesa torrada d'origen valencià, de color ambre intens amb reflexos vermello-sos; i Damm Lemon, una clara feta amb sis parts d'Estrella Damm per quatre parts de llimona i un toc de llima. També les podreu demanar en format ampolla, igual que altres especialitats de la marca com la Bock-Damm, la Malquerida, l'A.K. Damm, la Keler, la Inedit, la Daura (sense gluten), la Complot i la Free Damm. Les podreu tastar amb olives i patates xips, anxoves de l'Escala,

seitons en vinagre, gildes i assortiments de mariscos i vegetals en conserva. La millor manera d'arrodonir la vostra jornada de canyes i cerveeses.

NOVA FÓRMULA I NOVA IMATGE. La cervesa sense alcohol de Damm, la Free Damm, s'elabora com una cervesa amb alcohol, afegint-hi llevat i deixant que la fermentació produeixi l'alcohol de manera natural. Posteriorment, mitjançant una avançada tècnica anomenada "destil·lació al buit", s'elimina l'alcohol fins a obtenir un producte 0,0. La nova fórmula ha aconseguit recuperar els components aromàtics que es perdien quan s'eliminava l'alcohol, i aquests s'han reincorporat a la cervesa, obtenint com a resultat una Free Damm amb més aroma i encara més sabor. La seva etiqueta, amb una imatge molt més jove, també deixa constància d'aquesta renovació.

Si demaneu la clàssica Estrella Damm veureu que també ha patit un *restyling*. El nou disseny posa en va-

lor tant la recepta original de 1876 com els ingredients amb els quals s'elabora (únicament aigua, malt d'ordi, arròs i llúpul, 100% naturals). Els nombrosos premis de certàmens internacionals que Estrella Damm ha rebut al llarg de la seva història ocupen també un lloc destacat a la nova etiqueta.

AMANTS DE LA IPA. A més, a la Barra de Cerveeses hi podreu tastar la Complot, la nova IPA mediterrània de Damm. És la primera cervesa que la companyia elabora amb vuit varietats de llúpul, que és el màxim protagonista d'aquesta varietat de cervesa: Summit, Willamette, Citra, Centennial, Simcoe, Amarillo, Mosaic i Nugget, una varietat amarga cultivada a la localitat tarragonina de Prades. El resultat: una India Pale Ale, llupolada, d'amargor equilibrada i amb notes de cítrics frescos i fruita madura. Una cervesa que marida perfectament amb les noves generacions d'hamburgueses gourmet, amb les carns a la brasa i també amb els formatges blaus.

LA CANYA PERFECTA

La prèvia

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

El toc de crema

Quan s'hagin omplert tres quartes parts de la copa, cal redreçar-la i tancar l'aixeta del sortidor perquè reposi uns segons. Després, s'afegeixen els dits de crema. Per aconseguir-ho, s'ha de mantenir l'aixeta oberta en una posició intermèdia.

La inclinació

Cal inclinar la copa 45º mentre s'obre totalment l'aixeta del sortidor, que no ha de tocar mai la cervesa, ni durant ni després d'omplir la copa. Ha de trobar-se a una distància d'entre 10 i 20 centímetres, perquè la cervesa es bati suaument contra les parets i afavoreixi la formació de crema.

De vidre

Cal servir la cervesa en recipients de vidre, que permeten apreciar millor el seu color i la seva lluentor. Per a les cerveses més lleugeres són millors els recipients més estrets. Per a les més torrades o de major graduació es recomanen recipients d'embocadura més gran, perquè el líquid s'oxigeni millor.

Temperatura

Una recomanació fonamental: 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.

La forma del got

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

AMICS D'EL NACIONAL

Seixanta anys d'experiència conservera

L'empresa catalana Espinaler proveeix El Nacional de les millors conserves de peix i marisc



BARCELONA— La família Tapias va obrir el 1896 la primera taverna Espinaler a Vilassar de Mar (Barcelona). "Com a taverna de pescadors s'hi servia principalment vi, barreges de moscatell amb anís o conyac, etc. Era una petita taverna marinera, acollidora i familiar, al costat del mar", explica Miquel Tapias, president d'Espinaler i quarta generació de la família. Cap a la dècada dels quaranta, Joan Tapias, net del fundador, va començar a incloure a la seva oferta el vermut de qualitat i les conserves especialment seleccionades (cloïsses, navalles, escopinyes...), tot i que no va ser fins un temps després que es començarien a fabricar i comercialitzar directament sota la marca Espinaler.

CONTROL DES DE L'ORIGEN. La gamma de productes Espinaler compta amb més de 400 referències amb marca pròpia, especialment de conserves de peix i marisc, conserves vegetals, vermuts, olives, patates fregides i la seva famosa salsa d'aperitiu. Pel que fa al peix i el marisc, la matèria primera prové de Galícia, tot i que en algunes especialitats, per tal de poder oferir la millor qualitat, busquen el producte en altres zones, com la tonyina o les anxoves del Cantàbric, el *langostillo* d'Andalusia, etc. "La nostra dèria és i serà sempre buscar la millor matèria primera en origen i portar-la als nostres consumidors en la seva màxima expressió", argumenta Tapias. Per això, el departament d'operacions compra el producte directament a les llotges de Galícia i aquest s'envasa posteriorment en algunes de les més reconegudes factories conserveres de la zona. "L'enllaunat es realitza sota les nostres estrictes restriccions i controls de qualitat", precisa Tapias.

Els estàndards de qualitat de la marca s'adapten a les característiques de cadascun dels productes. Així, les patates són especialment escollides a Sòria, cultivades en camps a mil metres d'alçada, mentre que les

olives són sempre dels millors calibres i responen a les característiques organolèptiques i visuals més valorades pels consumidors de la marca arreu del món. Per la seva banda, la salsa Espinaler, el producte estrella de la casa, s'elabora a les instal·lacions que l'empresa té a Argentona (Barcelona), en una línia d'envasat acabada d'estrenar aquest mateix any 2018.

INTERESSOS COMPARTITS. A El Nacional s'hi poden trobar la majoria de conserves de peix i marisc de la marca: cloïsses, escopinyes, navalles, musclos, etc., alguns articles de conserves vegetals i altres elements imprescindibles per fer un bon vermut, com per exemple la patata clàssica Espinaler. "Estem treballant amb El Nacional des dels seus inicis i podem dir que comptar amb la confiança d'un client com aquest és molt important

per a nosaltres. Ens sentim molt identificats amb l'esperit d'El Nacional, donada la importància que li atorga al producte de qualitat", afirma Tapias.

Darrerament, l'empresa ha incorporat nous productes com la patata fregida amb gust de salsa d'aperitiu Espinaler. "Davant la demanda de molts dels nostres clients i, sumant-nos a les noves tendències de mercat, esperem que aquest producte sigui tot un èxit", declara Tapias. També són noves la patata palla i una proposta dolça anomenada "Pecats de xocolata", a base d'ametlla marcona recoberta de xocolata blanca i cacaó. L'aventura internacional de l'empresa "encara està naixent, però podem dir amb orgull que els nostres productes es poden trobar des d'Itàlia fins a Hong Kong, passant pel Japó o Austràlia", diuen. La cinquena generació de la família, representada per Miki i David Tapias, ja hi està treballant.



LA FAMOSA SALSA ESPINALER. La salsa Espinaler neix a la dècada dels cinquanta amb una fórmula casolana elaborada per Ventureta Roldós, mare de l'actual president Miquel Tapias. Als anys setanta es comença a comercialitzar, i es converteix en el producte estrella d'Espinaler. La salsa Espinaler és una combinació perfecta de vinagre de primera qualitat, pebres negre i vermell i una acurada selecció d'espècies, amb una fórmula secretament transmesa de generació en generació que ha aconseguit convertir-se en un referent dins de la gastronomia catalana i un imprescindible en els millors aperitius. Actualment es comercialitzen la salsa original i una altra recepta que incorpora picant, pensades per acompanyar totes les conserves de la casa. A més, la salsa crea un trio ideal amb les patates Espinaler, que es pelen, es tallen i es fregeixen d'acord amb un procés tradicional, pel qual s'utilitza l'oli d'oliva 100% i molt poca sal, i amb les olives, de la varietat manzanilla fina, farcides amb anxoves del mar Cantàbric. Una combinació guanyadora.

AMICS D'EL NACIONAL

Aromes d'arreu del món per a una experiència cafetera

Els cafès d'El Nacional porten el segell de qualitat de l'empresa familiar Cafés Candelas

BARCELONA— Des de Lugo, Cafés Candelas subministra a El Nacional una tona de cafè a l'any. Els orígens d'aquesta empresa familiar es remunten al 1973, quan els germans Ramón i Manuel Alonso van comprar el Tostadero Cafés Las Candelas a Galicia. En aquests 45 anys l'empresa ha passat de ser un petit centre de distribució local a ser un referent en el mercat del cafè per al sector de l'hostaleria al nostre país, amb set centres de distribució a tota Espanya i 278 empleats. Tot i això, la seu central es manté a Lugo, al Polígon Industrial de O Ceao, i des d'allà es comercialitzen diverses gammes de cafè com la Essential, la Premium i la Organic. Des del 1987, a més, exporten el seu producte a l'estranger i actualment tenen presència en cinc mercats internacionals: Portugal, França, Andorra, Holanda i Estats Units, la qual cosa vol dir que cada any se serveixen al món 800 milions de tasses de Cafés Candelas.

ELS MILLORS GRANS I SABORS. "El nostre món és el cafè. I tot el nostre treball té com a únic objectiu oferir els millors blends de diversos orígens: Brasil, Nicaragua, Colòmbia, Perú, Costa Rica, Etiòpia, Hondures, Guatemala, Jamaica, etc.", explica Francesc Lozano, director comercial de Cafés Candelas a Catalunya. Un cop el cafè arriba a les seves instal·lacions, els mètodes de tast són variats i continus i se centren en la selecció del gra, el seu comportament durant el procés de torrefacció i el resultat a la tassa. "Comptem amb un sistema de traçabilitat que ens permet seguir el rastre dels nostres productes a través de totes les etapes de producció, des de l'origen fins que arriba

"Inspirem moments a través d'una bona tassa de cafè", diu Francesc Lozano, director comercial de Cafés Candelas

al client", afegeix. Per si fos poc, també disposen de la certificació ISO 9001, com a garantia d'una gestió de qualitat, i de la certificació ISO 22000, sobre seguretat alimentària durant el transcurs de tota la cadena de subministrament.

UN PRODUCTE EXCELS. L'empresa, que torra el gra cuidant cada detall per tal de mantenir intacta la seva frescor i totes les propietats del cafè, vol ser referent en el mercat i per això la seva gamma Premium, que aposta per una selecció de grans de cafè de gran qualitat, està dirigida a "un públic cada vegada més experimentat i exigent". La clientela d'El Nacional trobarà als seus diversos espais cafès premium: el descafeïnat i el cafè natural, de la gamma Barista, de sabor intens i amb notes... una gran quantitat d'opcions que s'adaptin als gustos de cada visitant. A més, els sucres, tant el morè com el blanc i la sacarina, també porten el segell Candelas.

"Col·laborem amb El Nacional des del 2014 i, per a nosaltres, és una avantatge poder treballar amb restaurants com ells, que seleccionen els productes sobre la base de rigorosos estàndards de qualitat i ofereixen experiències úniques. El Nacional és un espai innovador, un referent de les noves tendències, i Candelas hi està present per inspirar moments a través d'una bona tassa de cafè", conclou Lozano.



EL PERFECTE 'ESPRESSO'

Per als amants del cafè, l'*espresso* és l'única i millor forma de degustar el cafè en tota la seva plenitud. Com el seu nom indica, un *espresso* és una tassa de cafè elaborada al moment, una beguda complexa amb una gran concentració de sabors i de notes aromàtiques. Per als experts de Cafés Candelas, el perfecte *espresso* ha de ser aromàtic i ha de tenir una crema espessa i consistent, de color avellana. El seu cos ha de ser dens. Per tal de preparar-lo, cal tenir en compte que el cafè s'ha de moldre al punt just, ni molt fi ni molt gruixut. La cafetera és molt important i per això cal comprovar que la pressió d'aigua és de 9 bars, la temperatura de l'aigua a la caldera és de 120º i la temperatura de sortida de l'aigua és d'entre 90-95º. L'*espresso* no ha de superar els 35 ml i per tal de mantenir totes les seves propietats ha de servir-se en una tassa de color blanc a l'interior, de forma cònica i de ceràmica gruixuda, que no absorbeixi massa calor.

LOMOALTO
RESTAURANT DE CARNS

Una proposta on descobrir la carn madurada

El paradís de la carn s'adapta als gustos de tots els comensals i incorpora un menú vegetarià

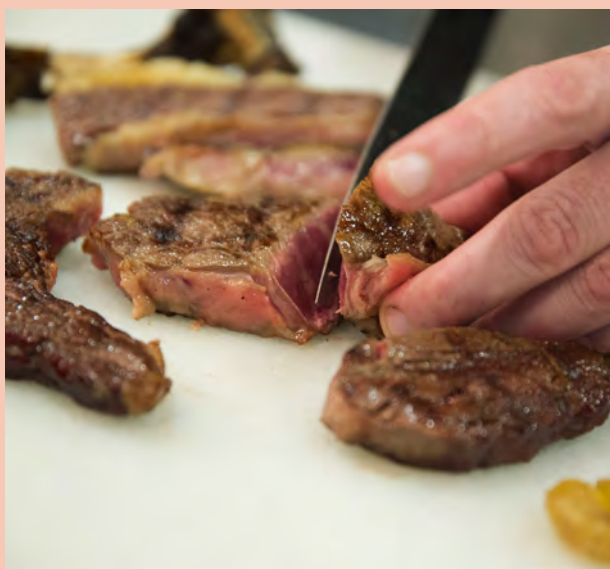


BARCELONA— El LomoAlto és un dels temples carnis indiscutibles de la ciutat, on se seleccionen les peces més nobles que ofereix el mercat, des de la vedella fins al bou i la vaca, i es maduren com ningú abans ho ha fet. Les carns són la senya d'identitat del LomoAlto: de va-

ques velles de raça Rossa Gallega madurada durant vuitanta dies, de raça frisona amb cinquanta dies de maduració, de vedella bruna del Pirineu amb trenta dies de maduració... Totes de màxima qualitat i seleccionades a Galícia, Astúries i Castella i Lleó, entre altres procedències. Un cop arriben al restaurant, les carns s'afinen a les seves cambres i se serveixen als comensals quan es troben en el seu punt més òptim. El consell: deixeu-vos assessorar per l'equip del LomoAlto. Ells sabran trobar quina és la peça que més s'ajusta als vostres gustos i us la serviran amb la temperatura i el punt de cocció perfectes.

El LomoAlto també convida a fer àpats en grup i, per això, durant tot l'any disposa de menús especials, a preu tancat, que poden degustar-se al mateix restaurant o a la seva sala privada. Una bona idea també de cara a les festes nadalenques. Si voleu ini-

ciar-vos en l'univers de les carns madurades, podeu triar el menú Sidreria, que té com a protagonista la vedella bruna del Pirineu madurada durant trenta dies. Com a entrants, la xistorra a la sidra, cuita al foc de carbó, i la truita d'ous de primera posta amb



bacallà i alls tendres. Ho regareu tot amb una bona sidra. Per als qui ja siguin experts, el menú Vaca de curta i llarga maduració, el més complet de tots, comença amb una selecció d'entrants carnis com la terrina, de bou amb envinagrats, els entremesos de bou i de vaca, les croquetes de cecina de bou i el carpaccio de bou curat amb formatge Idiazabal, i rubrica amb dues mitjanes de vaca, una de curta maduració i l'altra de llarga. Com a guarnició us serviran pebrots del piquillo confitats, patates agres fregides i amanida. El pastís de formatge amb codony us ajudarà a digerir aquest festí carnívor. Aquí les cerveses i els vins, de les DO Rueda i Ribera del Queiles, i els cafès també estan inclosos.

NOVES ELABORACIONS. El LomoAlto acaba d'incorporar un nou menú vegetarià que sorprendrà els paladars. Es comença amb un lleuger tàrtar de tomàquet amb cremós d'alcovet, sobre pa de brioix, i a continuació us serviran la truita d'ous de primera posta amb allets i pebrot verd. El darrer dels entrants és la coca fina de carbassó, ceba confitada i formatges artesans. I com a plat principal, un enciam sencer a la graella amb pebrot escalivat i vinagreta de Getaria. La nova proposta inclou, igual que a la resta de menús, el servei de pans variats, olives i olis d'oliva monovarietals. Un primer tast d'aromes penetrants i sabors intensos.

LOMOBAJO
PANS I CARNS

La millor carn entre pans

Els entrepans del LomoBajo s'elaboren amb carns madurades i pans dissenyats per oferir una millor experiència gustativa



BARCELONA— Quatre rolls (més un de nou que s'inspira en els gustos vegetarians), quatre hamburgueses i dos pepitos. Aquesta és la proposta d'entrepans gourmet que ofereix el LomoBajo, un restaurant que es converteix, per als comensals menys experts, en la porta d'entrada

al món de les carns madurades de bou, de vaca vella i de vedella, en un espai informal on degustar un excel·lent mos carní per a aquells que ja estan habituats a aquestes delicadeses.

CARN D'AQUÍ I D'ARREU. Aquí, igual que al LomoAlto, el restaurant ubicat a la planta superior, treballen amb les millors carns per tal d'elaborar uns entrepans que no deixen ningú indiferent. De Galícia arriba la Rossa Gallega, una carn de textura fibrosa i sabor intens, ideal per al consum expert. De Castella i Lleó hi trobareu l'Alistana Sanabresa, de producció limitada, i l'Avilesa, una carn de textura fina i sucosa, amb molta intensitat en boca. Seguim recorrent el territori espanyol per topa-nos amb l'Asturiana de les Valls, una carn de vedella molt magra i amb un nivell baix

de greix infiltrat que, òbviament, arriba d'Astúries. Al LomoBajo també aposten per les carns de procedència internacional. De les terres veïnes de Portugal podreu tastar la carn de vaca Barrosa, de sabor llarg i profund i amb una textura que transmet certes notes làcties. I també la de raça Maronesa, que destaca pel seu sabor delicat i equilibrat. I arribem a les terres més al nord d'Europa per seleccionar carn de vaca Frisona. El seu aroma i la seva textura, molt similars als de la mantega, la converteixen en una carn apta per a tots els paladars. Per últim, dels Alps suïssos tastareu la carn de vaca Bruna Alpina, de textura una mica cremosa i de sabor suau però lleugerament àcid.

DELÍCIES EN PA ANGLÈS. Amb totes aquestes carns al LomoAlto s'elaboren propostes com els rolls, que se serveixen en un pa anglès cuit al vapor i marcat a la planxa. Els quatre clàssics, que són tot un èxit entre els habituals del restaurant, són el de sobrassada de bou i mel, molt inspirat en la tradició gastronòmica menorquina i mallorquina; el de carn de broqueta moruna, elaborat amb llom de dos colors macerat i especiat; el de tàrtar de carn de bou, que s'acompanya amb ceba cruixent i cremós de rovell d'ou, i el de cecina de vaca, curada amb sal i posteriorment fumada, que busca el contrast amb una amanida de brots i cítrics.





VOLS CONÈIXER
LA CARTA DE LOMOALTO?



Una experiència múltiple

La carta incorpora postres artesanes i molt digestives

Degustar carns madurades de bou, vaca vella i vedella és tota una experiència gustativa per a la qual cal estar preparat. Al LomoAlto, a més, es converteix en una experiència sensorial, ja que els comensals poden gaudir del moment del tall de la carn a la seva taula, i també en una experiència formativa. I és que el seu equip de professionals s'esforça en cada servei per aportar als clients tota la informació necessària i instruir-los en quins tipus de carns i maduracions existeixen i quines són les seves millors coccions. A més, us recomanaran que acabeu l'àpat amb unes postres digestives, que us ajudaran a netejar el vostre paladar i evitaran que els sabors més intensos de les carns us retornin. El sorbet de llima, api, gin i tònica és l'opció perfecta. També podeu fer una ullada al carro de postres artesanes, amb pastisseria, fruita fresca i compotes.

VOLS CONÈIXER
LA CARTA DE LOMOBAJO?



ROLL STAR

EL VEGGIE MÉS ENROTLLAT

La família de *rolls* del LomoBajo creix i ho fa incorporant un nou membre: el Veggie Roll. La base és l'habitual pa anglès de *roll* amb tomàquet madur tallat a la brunesa i una base de crema d'alvocat. A sobre, s'hi incorpora un *topping* de ceba tendra, tàperes i cogombres envinagrats, tot regat amb una vinagreta. Per acompanyar el *roll*, l'equip del restaurant ha pensat en una amanida amb oli d'oliva suau i cibulet. Una proposta lleugera, fresca i apta per a tots els paladars.



IMAGINACIÓ AL PODER. I AL PALADAR! Si preferiu les hamburgueses, heu de saber que aquí tenen algunes peculiaritats, com que es presenten amb un pa brètzel torrat a la brasa. La Suprema és per a experts, ja que s'elabora amb carn de bou i s'acompanya amb formatge, enciam, tomàquet i ceba a la brasa. Si no voleu arriscar amb els sabors intensos, a la carta també hi trobareu hamburgueses fetes amb carn de vaca, com la Clàssica, que es complementa amb enciam, tomàquet i ceba a la brasa; la Sibarita, que aporta un toc premium amb la incorporació de *foie* a la planxa i poma; i la Gorgonzola, que utilitza aquest formatge blau italià per aportar una altra perspectiva gustativa a la carn.

La darrera proposta d'entrepà són els pepitos, que se serveixen amb un pa negre de kamut i garrofa, cruixent i en forma de xapata. Un pa excels que demostra com d'important és també l'embolcall que acompanya aquestes carns madurades per als responsables del LomoBajo. De pepitos en podreu triar dues versions: el primer té com a protagonista el filet de vedella, i es complementa amb els sabors del pebrot verd, el formatge i una maionesa de carn; l'altre es prepara amb mitjana de vedella i pebrots del piquillo.

EL COMPLEMENT PERFECTE. Per tranquilitzar aquells que tinguin por de quedar-se amb gana, la carta de LomoBajo proposa acompanyaments com les anelles de ceba amb mel de canya, les patates de muntanya fregides amb pela, els pebrots de Padrón amb sal grossa o l'amanida de cabdells amb tonyina. També hi trobareu postres clàssiques, però sempre amb un toc gourmet, com la pinya natural amb crema fresca, el borratxo a la cervesa amb nata muntada, el sorbet de llimona i els gelats artesans de vainilla i de xocolata belga. Per beure, hi ha res millor que acompanyar l'entrepà amb una cervesa fresca? Podreu triar entre les especialitats d'Estrella Damm o optar per vins a copes i, fins i tot, un gintònic premium.



Regala El Nacional, regala una experiència gastronòmica única



Aconsegueix 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) 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.