INTERNACIONAL: DEL MÀSTER, AL 'MONDIAL DU PAIN', A LA CIUTAT FRANCESA DE NANTES.

NEWSGREMI: QUATRE AGREMIATS, FINALISTES DEL CONCURS PEL MILLOR PA DE PAGÈS CATALÀ 2021.

newspa

Juliol/ Agost '21

n.231

REVISTA DEL GREMI DE FLEQUERS DE LA PROVÍNCIA DE BARCELONA

El pa, aliment imprescindible

La ciència defensa la seva presència en una dieta equilibrada, gràcies a la seva aportació de nutrients essencials.

salva

Unidos por un futuro mejor

En los peores momentos es cuando más nos necesitamos las personas, por eso seguimos trabajando día a día contigo para apoyarte. Todos los trabajadores de Salva continuaremos fabricando los hornos y la maquinaria que nos hace disfrutar del mejor pan y de vuestra magia en vuestros obradores.

Siempre a vuestro lado, porque
#salvatambienerestu

www.salva.es

sumari

6 La ciència acredita el valor nutricional del pa

Cada vegada són més els estudis i evidències científiques que corroboren que el pa és un aliment imprescindible en una dieta equilibrada, gràcies a la seva aportació de nutrients essencials per a la nostra salut. La fleca, recolzada en tot aquest corpus científic, s'esforça per fer arribar a la societat la necessitat de recuperar l'hàbit de menjar pa de qualitat diàriament i revertir la davallada del consum de les darreres dècades.

18 RECEPTA DE PA. Sandvitx de tonyina amb pa de rosella.

20 RECEPTA PASTISSERA. Niu de pasta de full amb nata i maduixes.

22 Certamen

Del Màster, al 'Mondial du Pain', en Nantes

News GREMI

26 Finalistes del Millor Pa de Pagès Català 2021.

27 El Màster en Fleca d'Excel·lència es consolida amb la 3a edició.

News EMPRESA

30 Actualitat dels proveïdors.

31 Geolocalització dels treballadors

NOVAUGRUP

LA SOLUCIÓ INTEGRAL PER A L'OBRADOR

PASTADORES - DIVISORES - TALLADORES - FORNS
CAMBRES DE FERMENTACIÓ - BATEDORES - LAMINADORES

PASTADORA AMB ESPIRAL ASM EVO

MIXER PROFESSIONAL
- Sonda de temperatura.
- No escalfa la pasta.
- Velocitats independents d'espiral i pastera.
- Perfecte per a masses molt hidratades.

DIVISORA FORMADORA

JAC PANIFORM
- Doble tall 10/20.
- Totalment automàtica.
- Farinadora integrada.
- Gestió de pressió.
- Sistema anti projecció de farina.
- Tall per rejilles perfilades.
- Inox integral.

TALLADORA DE DISC

JAC VARIA PRO
- Seguretat màxima.
- Selecció de gruix de les llesques 5-25 mm.
- Selecció del número de llesques.
- Fixació del pa automàtic o manual.

PASTADORA DE BRAÇOS IBT

MIXER PROFESSIONAL
- 2 velocitats.
- Ideal per a Panettone.

TALLADORA AUTOMÀTICA

JAC ECO+ 450 250 pans/h.
JAC ECO+ 600 500 pans/h.
- Molt silenciosa.
- Ergonòmica.
- Ajustament automàtic de la presió del pa, pa dur / pa tou.

LÍNIA FRED FERMENTACIÓ

POLIN FRIGOCELLA AVANT
- Evaporadors d´alta resistencia de doble gruix.
- Gran capacitat frigorífica.
- Panels d´espesor augmentat.
- Interior totalmente en inox.
- Control táctil totalment cofigurable intuitiu.
- Condensador amb sistema d´autorentat.

QUALITAT - FIABILITAT - SERVEI - MANTENIMENT - CONSUM MÉS ECONÒMIC

Passatge Jordi Ferran, 9 -11 - 08028 Barcelona - (+34) 93 333 44 46

novaugrup.es - novaugrup - novaugrup@novaugrup.

editorial

Andreu Llargués
President del Gremi de Flequers
de la Província de Barcelona

Remant junts

Benvolguts companys i amics,

L'últim any i mig ha estat enormement difícil. Us ho he dit ja moltes vegades, però no em cansaré de fer-ho: gràcies, gràcies, gràcies. Per una tasca valenta i generosa durant el confinament i després, per portar aliment, consol, notícies; el que va fer falta i a aquells llocs on va fer falta.

I això, patint un important desgast econòmic, causat per les mesures de prevenció, les limitacions perimetrals o el tancament del canal horeca.

Per a més 'inri', sumat a aquesta incerta situació, ens veiem obligats a afrontar i superar reptes dels quals encara no coneixem tot l'abast, he parlat d'ells en els dos últims editorials.

I és que, amics i companys meus, si em permeteu l'analogia, la vida és un riu. I anem a la mateixa barca.

Ara, tot just, ens està tocant passar un tram llarg i difícil: abrupte, escarpat, d'aigües profundes, mogut pel vent i els corrents, ple de pedres i perills.

En estar sols, cadascú en la nostra petita embarcació, seria impossible superar aquest reguitzell d'obstacles. Però anem tots en la mateixa barca. És una barca gran, plena de grans professionals, experts cadascú en el seu àmbit, gent que sap on va i com fer-ho. Junts, no hi ha dubte que tenim moltes més possibilitats d'assolir aigües tranquil·les i plàcides. Aquesta barca és el Gremi; no dubteu a pujar-vos-en i aferrar-vos-en!

> "EN ESTAR SOLS, CADASCÚ EN LA NOSTRA PETITA EMBARCACIÓ, SERIA IMPOSSIBLE SUPERAR AQUEST REGUITZELL D'OBSTACLES",

Els riscos i les dificultats són molts i augmenten motivats per la desinformació i les pseudociències: que si la sal, que si els hidrats de carboni, el consum de pa que es redueix, nadons crescudets sense tastar el pa, nens que gairebé no en mengen per una mala informació sobre les seves qualitats per a la salut, la demonització del nutritiu gluten (quan només és perjudicial en el cas de patir una al·lèrgia o intolerància)...

La fortalesa de la unió ens permetrà lluitar i treballar, de la mà de la ciència, per ajudar a entendre i gaudir de les qualitats del nostre benvolgut pa. I, junts, arribar al proper recés d'aigües tranquil·les. I confiem que arribarem aviat. **NEWSPA**

És una publicació del
GREMI DE FLEQUERS DE LA PROVÍNCIA DE BARCELONA
President: Andreu Llargués. **Secretari general:** Carles Cotonat.
Adreça: Pau Claris, 134, 3r i 4rt. 08009 BARCELONA.
Tel.: 934 871 818 **Fax:** 934 872 829 **A/e:** secretaria@gremipa.com
www.gremipa.com

Serveis redaccionals i editorials:
MODO in Action. C/ Aribau 230-240 6a planta local I-bis.
08006 Barcelona.Tel.: 931 395 347
A/e: redaccion@modoinaction.com

Director tècnic: Manuel Cortés
Cap de redacció: Marian Mateo
Redacció: E. Parlon, C. Gil, B. Garau.
Fotografia: Àngel Catena.

Maquetació: S. Esquerra, C. Ros, R. Lletjós.

NEWSPA és una marca registrada. S'autoritza la reproducció de les seves informacions i articles sempre que se'n citin la procedència i l'autoria, i que se'n faci una comunicació prèvia per escrit a la direcció de la publicació.

Administració: Pau Claris, 134, 3r i 4rt. 08009 BARCELONA.
Telèfon: 934 871 818 **Fax:** 934 872 829
Cap: R. Verdaguer.
Publicitat: Sandra Gordóvil · C/ Aribau 230-240 6a planta local I-bis.
08006 Barcelona.
Tel.: 931 395 347
Impressió: FORT IMPRENTA

CONSELL EDITORIAL **President:** Andreu Llargués
Vocals: Manuel Cortés, Jordi Morera. **Secretari general:** Carles Cotonat

ISSN: 1134-8801 **Dipòsit legal:** L-169-1995
NEWSPA és una publicació plural, que difon informacions **d'utilitat i d'interès relacionades amb el sector flequer i els seus professionals. La societat editora respecta les opinions expressades a través dels articles dels seus col·laboradors, però no necessàriament les comparteix, i només fa seus els continguts difosos a través de l'editorial.**

GREMI DE FLEQUERS DE LA PROVÍNCIA DE BARCELONA

Amb el suport de:

Ajuntament de Barcelona · Diputació Barcelona · Generalitat de Catalunya

Tiratge d'aquest número: 3.000 exemplars
EXEMPLAR GRATUÏT PER ALS FLEQUERS ASSOCIATS A UN GREMI CATALÀ

La ciència acredita el valor nutricional del pa

Cada vegada són més els estudis i evidències científiques que corroboren que el pa és un aliment imprescindible en una dieta equilibrada, gràcies a la seva aportació de nutrients essencials per a la nostra salut. La fleca, recolzada en tot aquest corpus científic, s'esforça per fer arribar a la societat la necessitat de recuperar l'hàbit de menjar pa de qualitat diàriament i revertir la davallada del consum de les darreres dècades.

El pa és un aliment molt complet nutricionalment que ofereix reconeguts beneficis per a la salut. No en va, l'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana consumir-ne 250 grams al dia per persona, entre 40 i 50 grams en cada àpat.

En la mateixa línia, la darrera Piràmide de l'Alimentació Saludable espanyola estableix un consum d'entre quatre i sis racions al dia de cereals i derivats (pa, arròs, pasta, cereals d'esmorzar i altres cereals) i patates, ajustant la quantitat consumida en funció del grau d'activitat física.

"Considerant els hàbits alimentaris de la població espanyola, en què la pasta o l'arròs no són aliments que es consumeixin diàriament i molt menys diverses vegades al dia, igual que la resta dels aliments inclosos en el grup (com altres cereals, els cereals d'esmorzar o les patates), el pa passa a ocupar un paper fonamental a l'hora de complir amb el nombre de racions al dia aconsellat d'aquests aliments, ja que és un aliment que, d'acord amb els nostres costums, és fàcil d'incloure en la dieta diverses vegades al dia, ja que s'integra

fàcilment en qualsevol dels àpats", indica Beatriz Navia, professora al Departament de Nutrició de la Universitat Complutense de Madrid.

No obstant això, segons les darreres dades del Panell de Consum en les Llars del Ministeri d'Agricultura, Pesca i Alimentació (MAPA), el consum de pa a les famílies espanyoles se situa en 33,26 quilos per càpita entre agost de 2019 i juliol de 2020, davant els 56 quilos per persona i any que es registrava a principis dels anys 90. En comparació amb països com Alemanya, la comparació és encara més cridanera, ja que a aquest país cada persona consumeix 70 quilos de pa l'any.

És més, al mes de juliol de 2020, el pa va ser l'únic aliment que va registrar una caiguda en el consum, del 2,1%, respecte al mateix mes de 2019.

El principal problema

"El principal problema que té la fleca, més enllà de la competència deslleial, és la davallada en el consum de pa", subratlla Jordi Morera, flequer de cinquena generació, divulgador de les bondats del pa, autor de diversos llibres sobre panificació i molt conegut en l'àmbit mediàtic per la seva aparició a programes com 'Master Chef'. "Si continua baixant, el pastís a repartir serà cada vegada més minso, així que ens hem d'esforçar a aconseguir que la gent torni a menjar pa cada dia. I això només ho aconseguirem fent un producte amb un gran valor nutricional. El pa és, i ha de tornar a ser, un producte de consum diari, així que ha de ser el més saludable possible", defensa.

Però, avui en dia, amb la proliferació de multitud de dietes, estils de nutrició, gurús de l'alimentació, fake news i modes nutricionals, és fàcil perdre's. I cal reconèixer que una part de la població s'ha 'empassat' els arguments que imputen al pa diferents problemàtiques i amenaces nutricionals: la sensibilitat al gluten, la gran fòbia dels nostres dies i una de les intoleràncies de les quals més es parla; el sucre, el gran problema de la dieta occidental o 'el tabac del segle XXI', com es diu en l'àmbit mediàtic, que hom vol reduir-ne el consum, i l'obesitat, que creix amb força, especialment a escala infantil.

El tipus de pa

"Que el pa engreixa és quelcom que no aturem de sentir, i no és del tot cert: depèn absolutament del tipus de pa que mengem", assegura. "És absurd culpar al pa de l'increment de l'obesitat infantil en els darrers anys, ja que, justament, mai s'ha menjat tan poc pa com ara", argumenta Jordi Morera. "És un aliment que fa mil·lennis que constitueix la base de l'alimentació de gran part de la humanitat, i és justament en les darreres dècades quan la industrialització ha canviat la manera tradicional d'elaborar-lo", indica.

"Però, fugint de la romantització del 'pa d'abans' i tenint en compte els avantatges que la tecnologia posa al nostre abast per fer pans de màxima qualitat, més enllà de la clàssica diferenciació entre pa industrial i pa artesà, en l'àmbit nutricional ens és més útil distingir entre pa d'elaboració lenta i pa ràpid", assenyala. "El pa ràpid es caracteritza per un temps de fermentació curt, l'abús del llevat i l'ús exclusivament de farines refinades. El pa lent es fa de manera tradicional, amb una fermentació perllongada i amb farines no refinades. Si a més a més es fa a base de massa mare, encara té més atributs positius. El primer tipus de pa és més difícil de digerir i no té les propietats nutricionals que té el segon. Per descomptat, entre ambdós tipus hi ha molts punts intermedis", explica.

França i Alemanya

"Hem d'anar amb molta cura amb la paraula 'nutricional'. No l'hem d'utilitzar en va, sinó només quan realment estigui avalada per la ciència", adverteix Yohan Ferrant, director de l'Escola de Flequers Andreu Llargués i mestre flequer reconegut en l'àmbit internacional per la seva aposta per l'excel·lència en fleca.

"Quan viatjo a països com ara França o Alemanya a fer formacions, m'adono que allà hi ha una consciència global del que és el pa i els seus beneficis. Això,

> A França i Alemanya no han demonitzat els productes populars com la baguet, sinó que els han millorat i protegit.

TORNADA ALS ORIGENS. A l'esquerra, en Jordi Morera i a la dreta, en Yohan Ferrant.

entre altres coses, es deu al fet que a aquests països es va fer bé una cosa: no es van demonitzar els productes més consumits i populars, com ara la baguet, sinó que es va aprofitar l'onada d'interès en els aspectes nutricionals del pa per a, en primer lloc, millorar aquests productes, amb la incorporació de masses mare, la reducció del llevat, etc. D'aquesta manera, es van protegir els productes més demandats, i a partir d'aquí, això va servir com a punt de partida per orientar-se a pans més nutricionals. A Espa-

Entrevista a Ramón Sánchez, director d'Incerhpan

"HEM D'ARRIBAR ALS NENS, QUE SÓN ELS CONSUMIDORS DEL FUTUR, PER REVERTIR LA CAIGUDA ESTRUCTURAL EN EL CONSUM DE PA"

Ramón Sánchez és director de l'Organització Interprofessional de Cereals Panificables i Derivats (Incerhpan), reconeguda oficialment pel Ministeri d'Agricultura, Pesca i Alimentació. Hi participen totes les organitzacions sectorials d'àmbit nacional al món dels cereals, des de la innovació en llavors, fins a la indústria de fleca, passant per les organitzacions agràries, operadors comercials, indústria farinera, llevats i el món de la ciència i tecnologia dels cereals.

Des de 2019, desenvolupa, amb suport institucional estatal i europeu, la campanya "Bon dia amb pa!", que pretén informar i formar nutricionalment a nens de 6 a 12 anys i al seu entorn familiar i educatiu, sobre la necessitat de prendre pa diàriament, per tal de portar una dieta equilibrada i una vida activa.

En què consisteix la campanya "Bon dia amb pa!", en quin moment es troba i quins són els seus resultats, de moment?

L'any 2018, Incerhpan va presentar a l'Agència Europea dels Consumidors, Salut, Agricultura i Alimentació el projecte "Bon dia amb pa!".

Tots els missatges nutricionals van ser validats per l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i Nutrició l'any 2019 i sobre això s'ha elaborat un bon nombre d'instruments promocionals, concebuts i dissenyats per a nens, que es poden consultar al web www.buenosdiasconpan.eu

La campanya, que compta amb una aportació del 70% per part de la Unió Europea, té una durada de tres anys, de 2019 a 2021. A hores d'ara ja hem començat amb les primeres accions del tercer any de campanya i els resultats obtinguts en els dos anys previs són molt positius.

L'any 2019 el nombre total d'impactes reals va superar els 40 milions i el 2020 s'ha situat en els 19 milions. Lamentablement, el 2020, a causa de la Covid-19, no es va poder realitzar el 'roadshow' amb un autobús tematitzat, de manera que els vint dies de visites a ciutats han hagut de traslladar-se a 2021.

Quines ciutats catalanes visitarà l'autobús de la campanya i quan?

Està programat que en aquest tercer any de campanya l'autobús tematitzat visiti un mínim de set ciutats catalanes, que podrien arribar fins i tot a ser deu.

Serien els Gremis de Fleca de Catalunya els que d'una manera coordinada a través de CEOPPAN, que és l'organització que els representa a la Interprofessional, decideixin la llista definitiva.

Pel que fa al moment de la visita, es trobava programat fer-ho entre els mesos d'octubre i novembre, atès que el 'roadshow' ha de tenir lloc, lògicament, durant el curs escolar.

L'autobús, que en el seu interior compta amb obrador de fleca, rep classes de nens de 6 a 12 anys, els quals són atesos per un presentador disfressat de 'Capità Pantástico', un mestre forner i un nutricionista. A dintre, es realitzen activitats al voltant del procés d'elaboració del pa, els seus valors nutricionals i altres temes relacionats, mentre els escolars pasten el seu propi pa.

En aquests moments, a causa de la Covid-19, els ajuntaments no estan autoritzant aquesta activitat per evidents motius sanitaris, i haurem d'esperar al mes de setembre per poder precisar les dates.

nya, es va fer a l'inrevés: es van demonitzar els pans blancs més populars, com ara el 'candeal', la barra de flama o el pa de pagès, en lloc de millorar-los qualitativament amb criteris nutricionals i a continuació, anar a altres tipus de pa", analitza.
"A França, el flequer és capaç de vendre una baguet de qualitat amb massa mare i la fermentació adequada, i això aporta un plus per orientar-se a pans fets amb monococum o farina de sègol. A Espanya, no. De sobte, tothom aposta directament

Quines són les idees principals que la campanya vol fer arribar a la societat?
L'objectiu central de la campanya és millorar la percepció de la població entre 6 i 12 anys, de les seves famílies i del col·lectiu de professors sobre com un adequat consum de pa durant l'etapa infantil, gràcies a les seves bondats nutricionals, contribueix a mantenir un patró dietètic correcte i equilibrat. Abans de l'arrencada de la campanya el 2019, Incerhpan va treballar amb l'equip de l'agència de comunicació Tactics Europe, que integra com a directora científica a la doctora Beatriz Navia, tots els continguts, atès que la campanya té un enfocament bàsicament nutricional.
Tots els missatges van ser avaluats i aprovats per l'Agència Espanyola de Seguretat Alimentària i pel mateix Ministeri d'Agricultura, Pesca i Alimentació, entre ells, el logotip de la campanya. D'una manera sintètica, el missatge que es trasllada als escolars és que han de portar una vida activa i seguir una dieta equilibrada i que per aconseguir les dues coses han de prendre pa diàriament.

Com veu el panorama actual pel que fa a consum de pa, especialment en l'àmbit infantil, i la seva tendència a futur?
A la fi de cada any de campanya efectuem una avaluació de la percepció del pa per part de famílies amb fills entre 6 i 12 anys. L'estudi el realitza una entitat especialitzada i independent.
En l'últim informe, elaborat el desembre de 2020, constatem que el pa és un aliment que està molt present en la llista de la compra de les famílies, encara que el seu consum ha baixat durant els últims anys. Prova d'això és que el 39% de les llars espanyoles amb nens d'entre 6 i 12 anys consumeix pa menys de dues vegades al dia, tal com es desprèn de l'estudi 'Anàlisi del consum de pa en el target infantil', fet per l'Institut d'Investigacions de Mercat i Màrqueting Estratègic (Ikerfel) per a Incerhpan.
I aquest descens s'ha produït especialment en el berenar. Concretament, quatre de cada deu pares enquestats indiquen que els seus fills mengen menys entrepans. La preferència per altres productes (35%) i una equivocada percepció que el pa és poc saludable (21%) són altres dels frens indicats pels pares.
D'aquí la importància de seguir impulsant campanyes com l'actual perquè els escolars desenvolupin l'hàbit de mantenir una dieta equilibrada, tal com mostrem, per exemple, en els anuncis de la nostra campanya en televisió.

Què fa i què més pot fer el sector per conscienciar la societat de la importància del pa en una dieta sana?
El primer que vull destacar és la necessitat d'actuar com a cadena en conjunt. Potser, si Incerhpan no hagués comptat amb el suport de les organitzacions agràries i de cooperatives, l'actual campanya no haguera estat aprovada per Brussel·les. No ho sabrem mai. Però el fet que la Interprofessional integri a tretze associacions sectorials ens dóna una major fortalesa i una visió global, que en l'actualitat resulta imprescindible.
Pel que fa a què més podem fer, crec que donar una major dimensió a iniciatives com "Bon dia amb pa!". El sector de fleca en el seu conjunt factura més de 4.000 milions d'euros anuals i, per exemple, a l'actual campanya li dedicarem 484.000 euros el 2021, xifra que representa el 0,01%.
El pa és sa, segur, comptem amb un elevat nombre d'especialitats, és fàcil de consumir en múltiples moments del dia, combina molt bé amb molts altres aliments, és assequible i és història i cultura. I a més, l'última Piràmide de l'Alimentació Saludable espanyola estableix un consum d'entre quatre i sis racions al dia de cereals i derivats.
Hem de continuar actuant en el desenvolupament d'una política d'informació i promoció, amb especial atenció als nens, que són els consumidors del futur, i fer arribar les bondats del pa a tota la població per revertir la tendència estructural de caiguda del consum.

EL PA, TRESOR NUTRICIONAL

pels pans 'nutricionals' per defensar-se de les campanyes en contra del consum de pa i la demonització d'aquells que no ho fan, i això provoca que, en alguns casos, el consumidor estigui perdut i amb por de menjar pa", lamenta.

Perfil nutricional

Sigui com sigui, "de la mateixa manera que busquem un determinat perfil organolèptic quan fem un pa (esponjositat, duresa del crostó, aroma, humitat, etc.), hem de saber que, des del moment que triem les matèries primeres que utilitzarem fins que el pa surt del forn, amb les decisions que anem prenent, estem escollint el perfil nutricional del nostre producte. D'aquesta manera, sabem que si el pa està fet amb farines integrals i semiintegrals, preferiblement de blats antics, una fermentació llarga i massa mare, les seves propietats nutricionals són molt millors", assenyala Jordi Morera.

"Una de les frases que més m'han inspirat en la meva vida professional la hi vaig escoltar a un pagès. Deia que la tasca dels flequers és fer digeribles per a l'ésser humà els nutrients que el sol i la terra donen als cereals. Doncs bé, aquest procés es porta a terme, fonamentalment, amb l'art de la fermentació", assenyala.

"En primer lloc, emperò, és important escollir uns cereals de qualitat. En aquest punt, s'estan fent molts estudis que indiquen els beneficis de les varietats antigues de blat. Alguns apunten que

LA IMPORTÀNCIA DE L'ENTREPÀ EN L'ALIMENTACIÓ ESCOLAR

Quatre de cada deu famílies amb infants d'entre sis i dotze anys consumeixen pa menys de dues vegades al dia, segons l'estudi 'Anàlisi del consum de pa en el target infantil', realitzat per l'Institut d'Investigacions de Mercat i Màrqueting Estratègic (Ikerfel) per a l'Organització Interprofessional de Cereals Panificables i Derivats (Incerhpan).

Concretament, quatre de cada deu pares enquestats indiquen que els seus fills mengen menys entrepans a l'hora del berenar. La preferència per altres productes (35%) i una equivocada percepció que el pa és poc saludable (21%) són altres dels frens indicats pels pares.

L'estudi destaca que el berenar és el moment ideal perquè els nens incloguin en la seva dieta aliments de gran interès nutricional, com cereals, làctics o fruita, que completin la dieta diària. "En els nens que desenvolupen una activitat física elevada, la qual cosa implica una despesa elevada d'energia, l'entrepà, a mig matí o per berenar, pot ajudar a cobrir la necessitat més gran d'ingesta d'hidrats de carboni a causa de les majors necessitats d'energia. En aquestes circumstàncies, un entrepà, acompanyat d'una fruita o d'un lacti, pot suposar una excel·lent opció", recomana la doctora Beatriz Navia, , professora al Departament de Nutrició de la Universitat Complutense de Madrid i directora científica de la campanya "Bon dia amb pa!".

"Si un escolar amb activitat moderada necessita ingerir unes 2.000 kcal al dia, el repartiment de l'energia quedaria establert de la següent manera: un mínim de 1.000 kcal a partir de carbohidrats, de les quals fins a 100-200 kcal podrien procedir dels 'sucres lliures'; mentre que les proteïnes i els greixos, haurien d'aportar un màxim de 300 kcal i 700 kcal, respectivament. Tenint en compte això i que, per mantenir el pes, l'activitat i, en el cas dels nens, suportar el creixement, cal ingerir una quantitat determinada d'energia, si la dieta no inclou una quantitat d'hidrats de carboni suficient, l'energia de la dieta serà aportada en major mesura per greixos (sobretot, saturats) i proteïnes (especialment, animals), superant les pautes d'ingesta aconsellades per a aquests nutrients, amb els conseqüents perjudicis per a la salut", adverteix.

Estudis recents han assenyalat com la dieta actual dels escolars espanyols es caracteritza per presentar aportacions d'energia per part dels greixos i les proteïnes elevats, mentre que l'aportació de carbohidrats resulta deficitària. Concretament, l'Enquesta Nacional de Consum d'Aliments a Població Infantil i Adolescents (ENALIA) 2012-2014, publicada el 2017 per l'Agència Espanyola de Consum, Seguretat Alimentària i Nutrició, va posar en relleu l'existència d'una aportació energètica per part dels hidrats de carboni insuficient, amb prop d'un 30% d'infants de 9-13 anys i més d'un 40 % de 4-8 anys, amb ingestes inferiors al 45 % marcat com a límit inferior per l'EFSA (2017), i més d'un 85% amb ingestes inferiors al mínim del 50 % del total de l'energia establert per la SENC (2011). En canvi, la ingesta de proteïnes d'origen animal i de greixos, especialment saturats, és, en aquest col·lectiu, superior a l'aconsellada.

"El pa constitueix un aliment important des del punt de vista nutricional", defensa Navia. "D'una banda, el component principal del pa són els hidrats de carboni (al voltant de 50 grams per 100 grams), majoritàriament complexos (midó), els hidrats de carboni d'elecció en qualsevol etapa de la vida i situació, i la ingesta en la dieta actual espanyola és deficitària. D'altra banda, el pa conté una certa quantitat de proteïna vegetal (uns 8 g per 100 g), amb un reconegut paper en la protecció cardiovascular. Però, a més, aquest aliment presenta un baix contingut en greix (al voltant de 2 g per 100 g), la ingesta en l'actualitat és molt superior a la desitjada. A més, el greix que conté el pa és majoritàriament insaturat, i no conté colesterol, ajudant a complir amb les recomanacions d'ingesta de carbohidrats, proteïnes i greixos dins el context d'una dieta equilibrada", conclou.

Així com busquem un perfil organolèptic quan fem un pa, en cada decisió que prenen estem marcant un perfil nutricional.

les persones amb sensibilitat al gluten tenen millor resposta amb pans fets amb varietats antigues, i relacionen algunes d'aquestes intoleràncies alimentàries amb l'ús de nitrogen als camps de cultiu per obtenir blats més competitius", lamenta.

"D'altra banda, el germen del gra de blat és un interessantíssim tresor nutricional, ja que és ric en àcids grassos i nutrients molt valuosos. Doncs bé, en el procés de refinament de la farina, el germen es treu, perdent una part molt important dels nutrients del blat. Després, arribem a la paradoxa que, com el pa que mengem és fet amb farina refinada, ens sentim febles i anem al nutricionista, que ens dóna germen de blat com a complement nutricional, quan la natura ja ens ho donava i hem decidit treure-ho del cereal per motius de productivitat econòmica. És absurd!", exclama.

Vehicle de fibra

En aquest punt, Morera posa l'accent en la capacitat del pa per ser "un vehicle de fibra. Si hi ha quelcom que falta a la dieta contemporània, és la fibra. I el pa té aquest component a la seva essència, el cereal. Aquest és el futur de la fleca!"; exclama.

"El pa, a més de proporcionar energia en forma d'hidrats de carboni complexos, també conté fibra (principalment, insoluble), i certa quantitat de vitamines, principalment del grup B (B1, B2, niacina, B6, folats) i minerals (magnesi, seleni, zinc, calci, ferro)", corrobora la doctora Navia. "El contingut és molt més gran en el pa integral que en el blanc, ja que aquests nutrients es concentren especialment en el segó i el germen, les parts externes del gra de cereal que s'eliminen durant el procés d'obtenció de la farina blanca, per la qual que el pa integral presenta, en aquest sentit, un major valor nutricional que el pa blanc", indica.

"En els últims anys, s'ha fet valdre el paper dels cereals integrals a la salut, associant el seu consum amb una menor mortalitat i la prevenció de malalties cròniques, per la qual cosa integrar aquests aliments en l'alimentació habitual pot suposar un benefici sanitari important", afegeix.

L'art de la fermentació

Una vegada escollida la millor matèria primera, anem a l'elaboració. "La fermentació no

El futur de la fleca passa perquè el pa torni a ser de consum diari, i això només s'aconseguirà fent-lo un vehicle de fibra.

La tasca dels flequers és simplement fer digeribles els nutrients que el sol i la terra aporten als cereals.

només és qüestió d'hores, que també, sinó de com es fa: amb protagonisme de la massa mare o abusant del llevat? Això ho canvia tot, perquè la fermentació amb llevat és només fermentació alcohòlica, mentre que si treballem amb massa mare, a més de la fermentació alcohòlica, hi operen els bacteris làctics (sí, els mateixos que després ens venen també com a complement nutricional). Hi aporten àcids orgànics que ens milloren el perfil organolèptic i nutricional del pa. Aquesta acidificació és molt important per moltes raons. En acidificar l'ambient, els enzims encarregats de degradar el gluten, anomenats proteases, treballen molt millor i degraden molt més el gluten, facilitant la digestibilitat del pa i fent que s'assimili millor, reduint els problemes relacionats amb intoleràncies", assegura.

Biodisponibilitat

Aquí apareix un terme molt interessant en l'àmbit nutricional: la biodisponibilitat dels nutrients. "Encara que facis un pa integral, si no fermentes bé els nutrients, no estaran biodisponibles per tal que el cos els absorbeixi, i l'acidificació és clau en aquest punt", assenyala.

"Al mateix temps, amb una bona fermentació amb massa mare, l'índex glucèmic cau, convertint el pa en un aliment amb índex glucèmic mig en lloc d'alt. Això és molt rellevant avui en dia, perquè hi ha molta consciencia ció a la societat sobre la necessitat de reduir el consum habitual d'aliments amb alt índex glucèmic", que mesura la rapidesa amb què un aliment pot elevar el seu nivell de sucre (glucosa) en la sang.

Això ens porta a una de les principals crítiques que es fa al pa: que engreixa. "És veritat que el pa és bastant calòric, però un bon pa té un gran poder de sacietat: cada mossegada et fa sentir molt ple, la qual cosa fa que mengis menys. Com més integral sigui i millor fermentació hagi experimentat la massa, més saciant serà el pa", assegura Morera.

Divulgació i formació

Arribem a un dels aspectes més importants de tot això: la tasca de divulgació, pedagogia i conscienciació de les bondats del pa, per a educar al consumidor en els diferents tipus de pa i els seus perfils nutricionals.

"Sempre conto una anècdota en aquest punt: fa 14 anys, quan vaig començar a fer un pa 100 % de sègol ningú ho volia... Ara n'he de fer cada dia. Això és producte de picar pedra explicant dia a dia els clients les propietats del producte, com consumir-ho i conservar-ho i què els aportarà de positiu en el seu dia a dia en termes de salut i energia. És una feina lenta de divulgació, però, al final, té els seus resultats", assegura Morera.

Però, per a poder divulgar, primer hem d'entendre bé el nostre producte i les seves propietats nutricionals, més enllà de les organolèptiques que ja sabem explicar molt bé, i per això cal formar-se.

En aquest punt, Ferrant incideix en la "necessitat del flequer de formar-se i informar-se amb rigor, per a després traslladar els coneixements a la clientela. La nutrició és un tema molt complex i la base de tot està en la formació", insisteix. "És per això que defensem que s'estableixin criteris concrets en formació i avalats amb un diploma, com succeeix a altres països. Això redundaria en una millor valoració del pa i de la fleca per part de les administracions i, per tant, de la societat", assegura. "L'Escola de Flequers Andreu Llargués és un exemple de gran prestigi per a tot el sector, però ens falta poder atorgar diplomes reconeguts oficialment", denuncia.

Sigui com sigui, "moltes vegades es transmeten informacions una mica errònies", afegeix. "Hem de tenir en consideració només l'opinió dels experts nutricionistes, que són els que han de parlar d'això, i el flequer ha de seguir aquestes pautes", defensa.

"Cal que ens posem la bata de científics i parlar amb els prescriptors, nutricionistes i doctors, perquè la ciència dóna explicacions al que veiem cada dia a la botiga. Tots els flequers artesans hem sentit la frase de 'menjo el teu pa i em senta molt bé, i en menjo un altre i em cau malament'. Doncs cal poder explicar per què, i la ciència ho sap", conclou. **NEWSPA**

MANEL CORTÉS

Tècnica dels productes artesans

Blats antics i altres cereals

En l'article anterior vam tractar el blat pisana; en aquest parlarem sobre els blats antics més coneguts i també d'algun altre cereal d'especial interès.

Per a tots els que ens agrada fornejar, el gra de blat és la matèria primera més important de tots els ingredients que fem servir per fer pa. La farina està feta de cereals i (gairebé) no hi ha productes al forn sense farina. Però, què més grans hi ha? En què es diferencien? I, quins són els grans més saludables?

El 'gra' en si no és un nom botànic sinó, simplement, un terme col·lectiu per a totes les plantes que desenvolupen tiges amb grans que es poden moldre fins a convertir-los en farina. Hi ha innombrables tipus de cereals o 'grans'.

Els més importants i d'ús més comú són: blat, sègol, ordi, civada, mill, blat de moro i arròs. I, novament, aquests són només termes genèrics. El blat, per exemple, es pot dividir en blat d'estiu i d'hivern i, després, en altres moltes varietats de varietats. També existeixen pseudograns (una mica més endavant m'estendré més sobre ells). Aquestes plantes no són grans en absolut, sinó que es processen i fan servir de manera molt similar. Exemples de pseudograns serien la quinoa, el blat sarraí o l'amarant.

Problemes amb el blat ...

Sembla que molta gent té problemes amb els noms correctes dels diferents grans. Així que només vull deixar clar que moltes vegades els noms col·loquials que fem servir per a les varietats individuals són botànicament incorrectes.

Un exemple clar d'això és el blat. De forma col·loquial, sovint parlem simplement de 'blat' quan, en realitat, ens referim al blat tou (Triticum aestivum) o al blat dur (Triticum durum). El terme 'blat' descriu un gènere complet amb diferents tipus de gra. Això també inclou l'espelta, la pisana, l'einkorn i el kamut.

La suposició errònia que aquests grans no són blat de vegades crea situacions estranyes. Per exemple, una persona va entrar en un forn i va demanar un pa d'espelta perquè no tolera bé el gluten. Clarament, no sap que aquest conté gluten. Però l'espelta també conté gluten, com el blat, i és qualsevol cosa menys sense gluten.

Però, una vegada aclarit això i per evitar més confusió ara, m'adaptaré al llenguatge col·loquial en la resta de l'article: quan mencioni 'blat' a la resta de l'article voldrà dir blat tou o blat dur, llevat que s'esmenti el contrari.

Gra antic versus blat modern: quin és més saludable?

Els grans ancestrals com l'einkorn silvestre, l'espelta, el kamut i la pisana es conreen cada vegada més en l'actualitat i es consideren particularment saludables.

Una suposició generalitzada entre els experts en estil de vida i partidaris d'una dieta saludable és que la pasta, el pa, els panets i altres productes elaborats amb grans antics no només tenen un gust més aromàtic, sinó que també són més digeribles que els elaborats amb blat o sègol d'avui dia.

Però què són exactament els blats antics, què els distingeix d'altres tipus de grans considerats moderns i: són realment més fàcils de digerir, com s'afirma? Vegem.

MANEL CORTÉS

Què és un gra antic?

L'espelta, l'einkorn i la pisana són blats vestits; es diuen així perquè els seus grans estan envoltats per una capa protectora, l'anomenada 'closca'. L'einkorn és un dels grans més antics del món. La tija de l'einkorn té un sol gra. De fe, el gra li deu el seu nom. L'espelta i la pisana tenen dos grans per panotxa. És per això que la pisana també es diu de dos grans. El blat nu d'avui no té closca com a capa protectora.

On es conrea el gra antic?

A l'Orient Mitjà, fa 10.000 anys, la gent conreava tipus antics de cereals com l'emmer, l'einkorn o l'espelta. Atès que aquest gra antic no era particularment productiu, la gent va provar nous mètodes de cultiu i processament. Així que van creuar varietats d'herbes silvestres amb el gra. Tots els tipus de blat que es conreen en l'actualitat són el resultat d'aquests primers encreuaments. L'emmer silvestre és la forma original del blat conreat actual.

A Espanya, les varietats de cereals naturals i antigues estan experimentant un renaixement. A les botigues orgàniques, els productes elaborats amb sègol original, ordi original i productes de blat de dos grans superen els productes de blat convencionals, també perquè tenen un sabor més picant. La cervesa de les varietats originals també és molt aromàtica.

Quina és la diferència entre els grans antics i els tipus de grans actuals?

En comparació amb el blat modern, els rendiments d'aquests blats antics són inferiors. En els blats antics les plantes són més altes i el processament és més complex. A més, després de la batuda, el gra ha de pelar-se en un pas addicional i una mica del gra sempre es perd en el procés. No obstant això, la closca que envolta el gra també té avantatges. Protegeix el gra dels contaminants de l'aire i altres influències ambientals. A més, les plantes són molt robustes i més resistents als patògens. És per això que tot just necessiten pesticides químics i poc fertilitzant. Atès que els grans antics també tenen requisits de nutrients molt baixos en terra, són ideals com a cultius en l'agricultura orgànica. Fins i tot creixen en sòls pobres en nutrients en els quals no podrien conrear blat. Això protegeix el sòl i promou la biodiversitat.

> "És, a més, un cereal molt digestiu, antioxidant i amb un contingut nutricional superior al dels cereals més comuns".

Espelta versus blat: quin és més saludable?

Amb el seu sabor a nou, l'espelta és utilitzada cada vegada més en les fleques artesanals en els últims anys. Però, ¿té realment avantatges sobre el blat?

Moltes persones que no poden tolerar el gluten del blat modern diuen que els productes elaborats amb blats antics són més saludables. Però, em pregunto, és realment millor? I quines són les diferències entre els dos tipus de gra? Arribem al fons d'aquestes preguntes.

L'espelta i el seu origen

Es diu que l'espelta es va conrear a Egipte, i més tard també a Àsia, fa diversos milers d'anys, fins que finalment es va estendre a Europa. L'espelta està relacionada amb l'anomenat blat tou, que segueix sent de gran importància per a l'economia europea actual, ja que és una font d'ingressos molt rendible.

Antany l'espelta solia ser un gra molt popular per a l'agricultura perquè era relativament robust i poc exigent i també absorbeix menys metalls pesants que el blat. No obstant això, atès que el cultiu de blat era més barat i, per tant, més lucratiu, va reemplaçar a l'espelta, que gairebé va ser oblidada. Però l'espelta s'està tornant més interessant de nou, especialment per al cultiu orgànic, ja que funciona sense fertilitzants artificials i en la seva major part manté allunyades a les plagues de forma natural.

Espelta i blat: les diferències

Una de les raons que parla a favor de l'espelta és el menor nivell de contaminació. A causa del seu recobriment de closca, l'espelta està millor protegida de les influències ambientals nocives que el blat, el que significa que el consumidor també consumeix menys substàncies nocives. No obstant això, ja que aquesta capa ha de retirar-se durant el processament de la farina, la d'espelta és més cara que les farines de blat modern.

Espelta versus blat: els ingredients

Tot i que les diferències en termes de contingut de nutrients són només menors, els cereals d'espelta estan al capdavant. Aquí hi ha una comparació del contingut de ferro i magnesi per 100 grams de producte:

- Espelta: 4,2 mg de ferro. Blat: 3,3 mg de ferro.
- Espelta: 130 mg de magnesi. Blat: 97 mg de magnesi.

Els oligoelements com el zinc, el coure i el manganès també es troben en concentracions més altes en l'espelta que en el

blat modern. També hi ha sílice, que està continguda en quantitats relativament grans en l'espelta. La sílice, també coneguda com a 'silícea', és particularment popular en homeopatia per enfortir de manera sostenible la pell, el cabell i les ungles, i per donar més elasticitat al teixit del cos. A més, l'espelta té un major contingut de vitamines, especialment vitamines B, aminoàcids i àcids grassos.

Gluten en blat i espelta

Molta gent pensa (crec que erròniament) que l'espelta és més adequada que el blat per a les persones amb intolerància al gluten (malaltia celíaca). Però, l'espelta té un alt contingut de proteïnes, per la qual cosa la quantitat de gluten en l'espelta també és més alta. Per tant, conté més gluten que el blat.

Per què és verd?

L'espelta verda no és més que l'espelta collida sense madurar, que després ha de ser 'fornejada', és a dir, torrada i assecada. Aquest procés fa que els grans madurin, la qual cosa els fa més digeribles i els nutrients que contenen estan particularment disponibles per al cos.

Civada nua: la potència pràctica

La civada és extremadament saludable i, en comparació amb altres tipus de grans, una font molt interessant de nutrients i fibra. També conté molt ferro vegetal, que és bo per a la formació de sang. La varietat de 'civada nua' gairebé no té closca i, per tant, també és la preferida dels moliners, perquè estalvien un pas durant el processament: l'espellofat. La civada nua té una composició equilibrada. Conté un important aminoàcid, la vitamina I, coneguda pels seus efectes antioxidants. A més, el gra conté carotè, vitamina B, vitamina K i altres. La civada també beneficia la gent gran. Es digereix fàcilment i no crea estrès en el cos, alhora que dóna força i energia. I els atletes que consumeixen civada nua amb regularitat noten que la seva resistència augmenta i l'entrenament és més efectiu.

'Teff': petit, però agradable

El gra de teff no supera els 1,7 millímetres d'alt per un d'ample. La seva grandària és similar a la del gra de rosella. Les seves propietats nutritives i la seva versatilitat estan fent que el cultiu s'estigui expandint pel Vell Continent, Amèrica del Nord i el Japó.

El teff és un cereal que es va començar a conrear en Etiòpia i Eritrea entre el 4.000 aC i el 1.000 aC. Com ja hem dit, és de mida petita i el seu aspecte i contingut nutritiu és semblant al de la quinoa, aportant un aroma dolç i torrat. Pertany a la família de les Poaceae i l'Eragrostoidae. El teff s'utilitza per elaborar injera (pa pla), cremes i begudes fermentades. A més, proporciona moltes proteïnes.

És, a més, un cereal molt digestiu, antioxidant i amb un contingut nutricional superior al dels cereals més comuns. El seu índex glucèmic és baix i el seu contingut en fibra molt alt. Si ho afegeixes en receptes lliures de gluten, el seu contingut nutricional millora, aportant, a més, més sabor! Es troba en forma de farina, en gra o flocs, i ofereix un efecte enfortidor amb un sabor deliciós.

Pseudograns

Des d'un punt de vista botànic, els pseudograns o pseudocereals no són gramínies. Són grans molt rics en midó i minerals que es poden usar de manera similar als cereals reals. No contenen gluten. Per tant, no es poden utilitzar per coure pans esponjosos. Però són un bon substitut dels cereals per a les persones que pateixen intolerància al gluten.

Els principals tipus són:

- Amarant, de la família foxtail.
- Fajol, de la família knotweed.
- Quinoa, de la família de la cua de guineu (també se la coneix com a gra Inca, quinua o perureis)
- Cànem industrial, de la família del cànem.
- Loto tigre, de la família de les plantes de nenúfars.
- Llavors de 'chía', de la família de la menta

El blat sarraí es conrea a la Xina, Rússia i el Canadà, mentre que la quinoa i l'amarant és més probable que es trobin a l'Amèrica Central i del Sud. Els pseudograns s'utilitzen per reforçar la nutrició i els aliments integrals. Les llavors de cànem industrial, per exemple, es poden utilitzar per afegir en amanides o en musli. A més, d'ells s'elabora el saborós oli de cànem. **NEWSPA**

"BURGUER" A LA SALMORRA

INGREDIENTS

Ingredients massa

- 2.500 g de farina de força W300 ±
- 1.350 g de llet sencera
- 50 g d'extracte de malt
- 30 g de sucre

- Barrejar tot.

- 100 g de llevat premsat
- 150 g d'ous
- 400 g d'oli vegetal
- 50 g de sal

- Temperatura de la massa final 23-25 ºC.
- Deixar fermentar durant 60'.

Ingredients salsa mostassa*

- 250 g grans de mostassa groga bé mòlta
- 60 g aigua bullent
- 30 g vinagre blanc
- 25 g sucre caramel·litzat (sucre cremat)
- 25 g de mel
- C / S clau mòlt

- Barrejar tot fins a obtenir una barreja homogènia.

Procediment

- Pastar tot a velocitat lenta fins a aconseguir una massa amb el gluten format.
- Deixar reposar la massa entre 45 ' i 60 '.
- Dividir peces a 100 g aprox.
- Formar a mà peces rodones.
- Posar en safates a fermentar a 27 ºC aprox.
- Quan estiguin a fermentar deixar a la nevera fins que s'estabilitzin i adquireixin una escorça més consistent (40' - 60') aprox.
- Preparar la salmorra al 4,8 % amb sosa càustica per litre d'aigua freda, remenar bé i reservar fins al seu ús.
- Banyar les hamburgueses a la salmorra (recordar posar-s'hi guants), deixar-les escórrer en una reixa, seguidament posar en safates sobre paper forn i escampar-hi una mica de sal i sèsam per sobre.
- Coure al forn a temperatura moderada amb una mica de vapor, obrir el tir a la meitat de la cocció i acabar de coure fins a un daurat vistós.
- Acabat: carn de vaca i porc al 50% , tomàquet, poma, salsa de mostassa*.

PROCEDIMENT PAS A PAS

Llistat d'ingredients

Farina de blat + llet sencera + oli vegetal + ous + llevat + sal + sucre, Massa. Carn de vaca i porc 50%, aigua + grans de mostassa + vinagre + sucre caramel·litzat + mel + clau en pols + tomàquet i poma a rodanxes.

Informació per a al·lèrgics

*Conté gluten (blat) + ou + llet.

Valors nutricionals per 100 g de producte. Càlculs basats per aquesta recepta

- Valor energètic= 1.084 KJ = 259 Kcal
- Lípids= 16,2 g
- Glúcids= 17 g
- Pròtids= 10,4 g
- Sal= 1,8 g

Tu poses l'art.

Dosificat
DELFIN

Nosaltres la tecnologia.

Per què no substitueix la seva mànigа pastissera per una dosificadora Delfin? Ara ja pot dosificar de forma automàtica i amb precisió, masses líquides, denses o consistents. Amb les dosificadores Delfin vostè pot crear una infinitat de varietats i formats de galetes, pastes de te, magdalenes, muffins, planxes de pa de pessic, macaron... I no es preocupi, Sermont l'ajuda a escollir la dosificadora Delfin que millor s'adapti a les seves creacions.

sermont
El teu ingredient tecnològic

DELFIN

sermont, s.a.
c/ Sepúlveda, 140 bis 08011 Barcelona
T 93 423 15 10 | www.sermont.es

TONI VERA
SANDVITX DE TONYINA AMB PA DE ROSELLA

Entrepà d'estiu

Lleuger, fresc i enriquit amb llavors de rosella, aquest sandvitx de tonyina farà les delícies dels nostres clients.

A l'estiu més que mai, un entrepà lleuger i fresc és ideal per calmar la gana en qualsevol moment i lloc: a la platja, a la piscina, d'excursió, fent turisme... Avui us proposo uns sandvitxos de pa de motlle amb un toc especial de llavors de rosella.

Elaboració

En primer lloc, pastarem tots els ingredients menys les llavors, que afegirem al final del pastat.

Després, farem un repòs en bloc de 15 minuts, dividirem en peces de 500 g (o el pes que desitgem) i posarem en motlles.

A continuació, deixarem fermentar 90 minuts a 28 °C, fins a doblar volum.

Finalment, courem al forn a 200 °C durant 30 minuts.

Un cop fred, tallarem el pa en llesques i començarem a muntar els sandvitxos.

És aconsellable guardar els sandvitxos en bossa per a una millor conservació en aparador. **NEWSPA**

INGREDIENTS

- 1.000 g de farina de mitja força.
- 450 g d'aigua.
- 20 g de sal.
- 40 g de sucre.
- 80 g de mantega.
- 30 g de llevat.
- 25 g de llet pols.
- 200 g de llavors de rosella.

Receptа col·leccionable a la pàg. 34

Pa de motlle amb llavors de flors

Pastar tots els ingredients menys les llavors, que afegim al final del pastat.

Fer un repòs en bloc de 15 minuts, dividir en peces de 500 g o pes desitjat i posar en motlles.

Deixar fermentar 90 minuts a 28 ºC, fins a doblar volum.

Coure al forn a 200 ºC durant 30 minuts.

Un cop fred, tallar en llesques i començar a muntar el sandvitx.

És aconsellable guardar en bossa per a una millor conservació en aparador.

Instamat
www.instamat.com
proyectos.instamat@gmail.com / Mòbil. 663 383 350

TONI VERA

NIU DE PASTA DE FULL AMB NATA I MADUIXES

Gàbia de maduixes

La incomparable textura de la pasta de full i una presentació imponent, una combinació irresistible.

La pasta de full és una de les elaboracions més populars i apreciades per la seva increïble textura. Us proposo un espectacular i vistós niu.

Per fer la massa exterior, pastar tot menys 1/4 part de l'aigua, a 2a velocitat en pastadora de braços durant 12 min. Afegir la resta d'aigua. Després, fer pastons de massa de 2.500 g. Estirar a 60 x 40, tapar amb plàstic i reservar 1 hora a 5 °C.

Per la massa interior, treballar 4 min. la mantega i la farina a la pastadora de braços i fer pastons de 1.250 g.

A continuació, estendre amb la mà la mantega sobre el pastó de massa, cobrint la meitat a la part central i tancar.

Fer un plec doble i un senzill amb laminadora al 4, reposar a la nevera a 5 °C durant 1 h i fer dos plecs senzills més. Estirar a 3 mm de gruix, tallar en xarxa, posar al motlle de semiesfera i enfornar a 160 °C durant 30'.

Finalment, sobre una base disc de pasta de full cuit i caramel·litzat, afegir una pinzellada de melmelada de maduixa, una quantitat suficient de nata muntada amb vainilla i maduixots tallats a daus. Tapar amb la xarxa i decorar al gust. **NEWSPA**

INGREDIENTS MASSA EXTERIOR

- 1500 g de farina de força T80.
- 40 g de sal.
- 60 g de mantega.
- 880 g d'aigua.

INGREDIENTS MASSA INTERIOR

- 1.200 g de mantega.
- 300 g de farina de força.

Recepta col·leccionable a la pàg. 34

Fruites dins la xarxa!

1 - MASSA EXTERIOR: pastar tot menys 1/4 de l'aigua a 2a velocitat en pastadora de braços 12 min. Afegir la resta d'aigua.
- Fer pastons de massa de 2.500 g. Estirar a 60 x 40, tapar amb plàstic i reservar 1 hora a 5 ºC.
- MASSA INTERIOR: treballar 4 min. la mantega i la farina a la pastadora de braços i fer pastons de 1.250 g.

2 - Estendre amb la mà la mantega sobre el pastó de massa cobrint la meitat a la part central i tancar.
- Fer un plec doble i un senzill amb laminadora al 4, reposar a la nevera a 5 ºC durant 1 h i fer dos plecs senzills més.

Estirar a 3 mm de gruix, tallar en xarxa, posar al motlle de semiesfera i enfornar a 160 ºC 30'.

Sobre una base disc de pasta de full cuit i caramel·litzat, estendre melmelada de maduixa.

Afegir una quantitat suficient de nata muntada amb vainilla i maduixots tallats a daus.

Tapar amb la xarxa i decorar al gust.

Dosipa®
Disseny, fabricació i muntatge de pastisseries i forns de pa
www.dosipa.com
dosipa@dosipa.com
T. 93 477 12 40
c/. Vallespir, 10 - Sant Joan Despí - 08970 Barcelona

Text: Bernat Garau - Fotos: Ángel Catena

Enric i Marta, del Màster al Mundial

Els alumnes amb millor nota de la primera i la segona edició del Màster entrenen per participar en el 'Mondial du Pain', a Nantes.

Els exalumnes del Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència Enric Badia i Marta San José s'estan preparant per participar en el Campionat Mundial del Pa, que tindrà lloc a Nantes el pròxim mes d'octubre.

Badia i San José són els alumnes més destacats, respectivament, de la primera i la segona promoció del Màster impartit a l'Escola de Flequers Andreu Llargués. "Són els alumnes que han obtingut millor nota en les seves respectives edicions del Màster, per tant, són professionals tècnicament molt hàbils, versàtils i complets, capaços d'obtenir molts bons resultats en els diferents vessants de la professió", explica Yohan Ferrant, director de l'Escola, qui s'encarrega d'entrenar Badia i San José de cara al Mundial.

ELS MILLORS DE LES SEVES PROMOCIONS. Marta San José és l'alumna amb millor nota de la segona edició del Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència, i Enric Badia ho és de la primera edició.

Entrenaments exigents

Es tracta d'un ritme d'entrenaments molt exigent, cinc dies a la setmana, des del gener fins a l'octubre, que els futurs concursants han de compaginar amb la seva feina a les seves respectives fleques. "Arribaré a l'octubre molt cansada, però valdrà la pena", declara Marta San José, qui es mostra molt il·lusionada amb el projecte. "És una gran oportunitat en l'àmbit professional i personal, que em permetrà créixer i donar-me a conèixer. Quan el Yohan m'ho va oferir, em va descol·locar, però de seguida li vaig dir que comptés amb mi", destaca.

Durant els entrenaments, l'Enric i la Marta es consoliden com equip per treballar com una maquinària perfecta. "No ens coneixíem prèviament, però ens entenem molt bé i tenim una boníssima connexió. El Yohan ens ha sabut trobar molt bé", assenyala la Marta.

"Enric i Marta formen un bon equip, que és una de les coses més difícils d'aconseguir", assegura Ferrant. "Quan uneixes dos grans professionals, és un repte que treballin bé junts. Una cosa és ser bon professional i una altra treballar en equip amb una altra persona i davant un jurat internacional. Requereix tenir molta tècnica, estar molt centrats i fer molta pinya", indica.

"Són dos professionals amb perfils i maneres de treballar molt diferents, però es complementen fantàsticament", afegeix.

> L'equip entrena cinc dies a la setmana des del mes de gener fins a l'octubre, quan es celebra el Campionat Mundial del Pa a la ciutat francesa de Nantes.

Humilitat

"A més a més, malgrat el gran talent que tenen, ambdós són molt humils i tenen moltes ganes d'aprendre i millorar, i això és el més important", assenyala Ferrant. "En aquest tipus de competicions, si hi vas pensant que ets molt bo, ja has perdut. Has d'estar contínuament perseguint l'excel·lència per tenir alguna possibilitat, ja que qualsevol petit error pot ser fatal. L'Enric i la Marta estan contínuament preguntant-se com fer-ho millor i plantejant-se el perquè de les coses, i aquesta és l'actitud correcta", indica.

És una de les competicions més dures que hi ha, ja que es tracta de competir amb les millors seleccions del món.

ENTRENADOR. El director de l'Escola de Flequers Andreu Llargués, Yohan Ferrant, és l'encarregat de dirigir els entrenaments de l'equip de cara al Mundial.

Dura competició

"És una de les competicions més dures i exigents del món, ja que es tracta de competir amb les millors seleccions del planeta", reconeix Ferrant. "És un repte molt difícil, però Enric i Marta estan molt centrats i ho faran molt bé", confia.

"No sé quin resultat tindrem, però confio que treballarem al màxim de les nostres capacitats i presentarem un bon producte. Anirem amb moltes ganes i amb la premissa de buscar l'excel·lència en tot moment, això és segur", conclou la Marta.

La vuitena edició del Campionat Mundial del Pa (Mondial du Pain) tindrà lloc a Nantes (França) els dies 18 i 19 d'octubre en el marc de la fira de restauració, hoteleria, fleca i pastisseria Serbotel. Hi participaran un total de 12 equips, cadascú format per dues persones, provinents de Bèlgica, Itàlia, Espanya, Països Baixos, França Japó, Xina, Ghana, Senegal, Algèria, Xile i el Perú.

El jurat estarà format per professional de nacionalitats diferents de les que competeixen, concretament els Estats Units, Taiwan, Suïssa, Noruega, Austràlia, l'Índia i el Brasil. **NEWSPA**

LA MILLOR MAQUINÀRIA PER A UN EQUIP D'EXCEL·LÈNCIA

En els entrenaments per a participar en competicions internacionals tan exigents com el 'Mondial du Pain', l'excel·lència és la clau en tots i cadascun dels elements que hi intervenen. En aquest punt, la maquinària a utilitzar ha de ser de primera qualitat i funcionar a la perfecció per estar a l'altura del rigor tècnic que hi apliquen els concursants. En el cas dels entrenaments d'Enric Badia i Marta San José de cara al Campionat Mundial del Pa, tenen al seu abast els forns i maquinària de Bongard, que també és patrocinador del mateix Mundial.

Ja fa un temps que Bongard Iberia va adoptar el compromís amb l'Escola de Flequers Andreu Llargués d'equipar-la amb tota una gamma de maquinària d'última generació, així com donar el suport tècnic necessari i assessorament sobre aquests equips i novetats. Aquest prestigiós fabricant de forns i maquinària per a fleca ha dotat l'escola amb una batedora, una pastadora, una laminadora, un divisora hidràulica, un forn ventili, una fermentadora, un conservador de congelats i el seu forn insígnia, l'Orion EVO. Tots aquests equips formen part del catàleg de novetats d'aquests últims anys i abasten la major part del procés d'elaboració.

"Formen part de la solució integral que oferim, són màquines pensades per treballar en conjunt", indica Gerard Barbancho, del Departament de Màrqueting de Bongard Iberia. "A més, gaudeixen d'una gran qualitat i fiabilitat, parlem de maquinària capdavantera en el sector. Són els equips que els estudiants podrien trobar típicament en els futurs llocs de

treball als quals optin", explica.

Des de Bongard, es mostren molt implicats amb el projecte de participació en el Mundial. "Ens il·lusiona l'equip que s'ha format. La meticulositat del mètode i la cura del procés sorprèn fins i tot per al calibre de la competició. Ens fa feliços tenir-los tan a prop, i que treballin amb les nostres màquines. A més, l'estreta relació amb Yohan des que va començar el projecte de l'escola ens fa sentir part de l'equip. En el mundial hi ha professionals impecables, la competició serà ferotge. Nosaltres confiem plenament en les capacitats de l'equip i esperem i desitgem que arribin al capdamunt", conclou.

Llesca d'Or a Miquel Saborit, de Més K Pa

L'agremiat de Torelló va ser guardonat per la plataforma Panàtics amb la Llesca d'Or de la Ruta del Bon Pa de Catalunya 2021.

Més de cent cinquanta persones, representants de les diferents empreses patrocinadores, familiars i entitats, han donat suport a l'acte de lliurament de la Llesca d'Or d'enguany, el guardó atorgat per la plataforma Panàtics i vinculat a la Ruta del Bon Pa de Catalunya.

L'atorgament d'aquest premi significa que, segons els criteris de Panàtics, Saborit és el millor forner de Catalunya.

"Enhorabona a tots. És molt gratificant rebre aquest premi i estar envoltat de forners artesans que lluiten cada dia per treure un producte de qualitat", va declarar Saborit en el moment de rebre el guardó en un acte celebrat en el hall de l'Estació del Nord de Barcelona davant una sala plena de persones que estimen, gaudeixen i els encanta el bon pa.

"No m'ho esperava! Ha sigut una gran sorpresa", assegura Miquel Saborit, tercera generació del Forn de Pa Saborit de Torelló i format a l'Escola del Gremi. "Vaig presentar un pa elaborat amb una barreja de farines mòltes a la pedra i una farina de força ecològica i fet 100% amb massa mare natural, gràcies a la millora en el procés que he implementat enguany, incorporant un segon refresc que em permet prescindir totalment del llevat", explica.

EL MILLOR DELS MILLORS. Saborit ha recollit el guardó acompanyat pels finalistes Conrad Serra, David Hernández, Roger Canela, Àngel Zamora, Jordi Paradeda i Martí Fortuny.

Ruta del Bon Pa

En l'acte van estar presents els 70 flequers que han obtingut la puntuació per formar part de la Ruta del Bon Pa de Catalunya. Aquesta ruta inclou les millors fleques del país segons la valoració de Panàtics,

El passat mes de juny es va realitzar la Ruta del Bon Pa de Catalunya a les províncies de Barcelona, Tarragona, Lleida i Girona. Segons les bases del concurs, cada forner va presentar dos pans rodons, iguals, amb una fitxa tècnica de la seva elaboració. Els dos pans havien d'estar elaborats exclusivament amb farina de blat comú o, fins i tot, afegint farina de sègol (entre un 5% i un 10% de sègol com a màxim).

> Format a l'Escola del Gremi, Saborit va presentar un pa fet amb massa mare natural i farines mòltes a la pedra.

La llista definitiva de forners que han aconseguit formar part de la Ruta s'eleva a uns 70 forners, d'entre els 112 que s'hi van presentar, i s'ha elaborat després de quatre intensos dies de tastos anònims.

D'aquests 70 forners seleccionats, es van escollir 7 finalistes: Conrad Serra, David Hernández, Roger Canela, Àngel Zamora, Jordi Paradeda, Martí Fortuny i el mateix Miquel Saborit, que és qui es va alçar finalment amb el guardó.

La Ruta del Bon Pa de Catalunya, al seu torn forma part de la Ruta Espanyola del Bon Pa, que consisteix en la selecció dels "80 flequers 'top' d'Espanya, que elaboren al seu obrador un bon pa tradicional, que saben presentar-lo en botiga i que tenen un bon tracte amb el client", segons Panàtics.

Els forners integrants d'aquesta ruta s'anunciaran en el marc de la pròxima edició de Mediterrània Gastrònoma, que se celebra del 7 al 9 de novembre a Fira València. Es farà mitjançant el lliurament de les Estrelles Dir Informàtica de la Ruta Espanyola del Bon Pa 2021, un reconeixement als 80 flequers que hagin obtingut les millors puntuacions de les seves respectives comunitats. **NEWSPA**

Defensant el petit comerç davant les administracions

El president del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona i vicepresident de PimeComerç, Andreu Llargués, ha participat recentment a dues reunions organitzades per Pimec.

En primer lloc, va participar en la reunió de la Comissió Permanent, a la qual va assistir el nou director general de Comerç, Jordi Torrades. Durant la trobada, Llargués va aprofitar per fer arribar al nou responsable de Comerç les inquietuds i problemàtiques dels petits comerços, com ara les fleques.

Uns dies després, Llargués va assistir a una reunió organitzada per Pimec amb el tinent d'Alcaldia de l'Ajuntament de Barcelona, Jaume Collboni, i el regidor Xavier

Marcé, amb presència de representants dels socis col·lectius de Pimec de diferents sectors.

Durant la reunió, el tinent d'Alcaldia va explicar la iniciativa 'Reactivem Barcelona', destinada als establiments comercials, de serveis, de restauració, d'oci nocturn i d'allotjaments turístics. "Aquesta és la convocatòria de subvencions més important que ha llençat mai l'Ajuntament de Barcelona pel que fa al seu valor econòmic", va remarcar Collboni. NEWSPA

Trist i imprevist comiat a un professional molt estimat

L'Ángel Catena, fotoperiodista i responsable de la pràctica totalitat de les fotos de la revista Newspa des de fa més de 10 anys va morir el 19 de juliol sobtadament a Barcelona, a l'edat de 64 anys. L'Ángel es va trobar malament i va patir un infart i, tot i que va ser traslladat ràpidament a l'hospital, va patir un segon episodi i els serveis d'emergència no van poder fer-ne res.

Nascut fora de Catalunya, va arribar a la ciutat de Tarragona als 9 anys i sempre va mantenir una relació molt estreta amb aquesta ciutat. De fet, fa un parell de setmanes va inaugurar amb gran il·lusió una mostra de fotografies seves, en relació amb les lluites i moviments socials i veïnals dels barris de Tarragona en els quals ell mateix va prendre part entre els anys 80 i 90. Al tancament d'aquesta revista, l'exposició es troba al Mercat Central, on estarà oberta fins al 31 de juliol.

Persona reivindicativa, l'Ángel, a més, ultimava un llibre sobre les lluites veïnals juntament amb l'activista cultural Ángel

Juárez, que estava previst veiés la llum per Santa Tecla.

Professional molt apreciat

Ens ha deixat un gran professional de la fotografia, que gaudia molt de la seva feina i de la que sempre intentava obtenir la millor perspectiva. També trobarem a faltar el seu esperit crític, inquiet i lluitador. Però, sobretot, hem perdut una bellíssima persona, que ha deixat amics a totes les redaccions on ha treballat i col·laborat. Ens ha deixat un company irreemplaçable: humil, treballador, generós i molt estimat.

Molt conegut per nombrosos flequers i flequeres, era un professional molt apreciat també al col·lectiu forner, especialment pels professors i alumnes de l'Escola de Flequers Andreu Llargués.

"Amb el seu enorme talent, sabia recollir com ningú els resultats de la feina de flequers i flequeres", deia d'ell l'Escola en el seu comiat a Facebook. "Els matisos, colors, formes, singularitats i detalls que després gaudíem veient, tant a la revista Newspa com en les xarxes socials. El seu treball, igual que el seu tracte amable i proper, quedarà com el seu inoblidable llegat", publicaven a la xarxa.

Des de la Redacció de Newspa, des del Gremi i des de l'Escola volem fer arribar a la seva dona, els seus fills i els seus amics més propers tota la nostra estima i el nostre condol. Et trobarem molt a faltar, Ángel, que la terra et sigui lleu. NEWSPA

El Millor Pa de Pagès Català, segons la IGP

Quatre forns agremiats passen a la final del Concurs Millor Pa de Pagès Català 2021, convocat pel Consell Regulador de la IGP.

El Concurs Millor Pa de Pagès Català 2021 ja té finalistes. Es tracta de cinc fleques que es disputaran aquest guardó el pròxim 2 d'octubre a Figueres, quan es disputarà la final d'aquest certamen, convocat pel Consell Regulador de la Indicació Geogràfica Protegida (IGP) Pa de Pagès Català.

Menció especial

D'entre els finalistes hi figuren quatre forns agremiats, representats per: Andreu Galceran, de la fleca Cal Mosso (Vilassar de Dalt); Anna Valls, de la Fleca i Pastisseria E. Valls (Sabadell); Joan Urrea, del Forn Artesà l'Espurna de Berga (Berga); i els germans Tomàs i Xavier Pàmies, del Forn Sistaré 1910 (Reus). Tots ells participaran a la final del concurs juntament amb en Marc Padró, del Forn Padró (Barcelona).

Mereix una menció especial el Forn Sistaré 1910, ja que, a més de ser el forn guanyador en l'edició de 2016 del concurs, és la quarta vegada que és escollida finalista. La resta dels forns agremiats és la primera vegada que es classifiquen per a la final del Concurs Millor Pa de Pagès Català.

Eliminatòria prèvia

Aquests finalistes han aconseguit la seva plaça a la final en classificar-se a l'eliminatòria prèvia, en la qual van participar una trentena de fleques.

El jurat de l'eliminatòria, com determinen les bases del concurs, està presidit per Andreu Llargués, president de la Federació Catalana d'Associacions de Gremis de Flequers; Antoni Figuera, president de la IGP Pa de Pagès Català; i dos representants de les principals escoles de fleca del país, en aquest cas, Antoni Valls, director de l'Escola de Flequers de Barcelona, i Toni Vera, professor a l'Escola de Flequers Andreu Llargués i dues vegades campió del Concurs Millor Croissant Artesà d'Espanya.

FINALISTES. Joan Urrea (L'Espurna de Berga), Marc Padró (Forn Padró), Anna Valls (Fleca i Pastisseria E. Valls), Andreu Galceran (Cal Mosso) i Tomàs i Xavier Pàmies (Forn Sistaré 1910).

El president de la Federació Catalana, Andreu Llargués, presideix el jurat, que valora a cegues els pans presentats.

Tast a cegues

El Jurat valora, tant en l'eliminatòria prèvia com a la final, els pans dels participants mitjançant uns tats a cegues en el qual els pans tenen assignat un número.

És al final de la valoració dels pans quan Llargués, en la seva qualitat de president del jurat, obre el sobre on es detalla quin número té assignat cada fleca participant.

La final del Concurs de la IGP Pa de Pagès Català tindrà lloc el pròxim dia 2 d'octubre a la ciutat de Figueres, en un acte obert al públic. La presidenta del jurat en aquell cas serà l'alcaldessa de Figueres, Agnès Lladó.

Els assistents a la final podran veure en directe les deliberacions del jurat, conèixer els finalistes i gaudir d'un espectacle.

Aquest concurs és una de les iniciatives del Consell Regulador de la Indicació Geogràfica Protegida (IGP) Pa de Pagès Català per tal de promocionar aquest producte tradicional. **NEWSPA**

El Màster d'Excel·lència es consolida amb la 3a edició

El vaixell insígnia de l'Escola de Flequers Andreu Llargués arrencarà l'octubre incorporant interessants novetats.

A mesura que avança l'estiu, cada vegada estem més a prop del començament del curs lectiu. I el del projecte formatiu insígnia de l'Escola de Flequers Andreu Llargués escalfa motors per encetar la seva tercera edició. El 3r Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència arrencarà el pròxim 18 d'octubre i es perllongarà fins al 14 de juliol de 2022, amb l'esperança de poder-se cursar amb normalitat després d'una segona edició marcada per la Covid.

"És veritat que la crisi sanitària ho va complicar tot, perquè no ens podíem moure, però el cert és que a la fi la segona edició va sortir molt millor del que era esperable", defensa Yohan Ferrant, director de l'Escola. "Sigui com sigui, la nostra intenció és que la tercera edició s'assembli més a la primera que a la segona, però tot dependrà de l'evolució de la pandèmia, és clar", assenyala.

Tocar el cereal

Ferrant, qui dirigirà el màster i impartirà gran part dels continguts, ens revela les novetats que incorporarà enguany el Màster. "Volem incloure visites a molins i camps de biodiversitat, perquè al cap i a la fi, el cereal és la base de la nostra professió. Serà molt interessant per als alumnes veure com es conrea el blat, tocar-ho amb les seves mans i escoltar de boca dels mateixos agricultors com se sembra i recull el cereal, les particularitats de cada blat, etc. Això ens aportarà un coneixement molt més proper de la matèria primera", assegura.

> "Com a novetats, incorporarem visites a molins i camps de biodiversitat i continguts sobre lideratge i pedagogia de grup".

"D'altra banda, vull incorporar continguts específics sobre pedagogia de grup, management d'equip, lideratge i transmissió, aspectes molt importants per a un flequer de cara a treure tot el partit al seu equip i fer que tothom treballi en la mateixa direcció cap a l'excel·lència", afegeix Ferrant. "Es tracta de liderar millor, saber delegar la feina i comunicar bé amb l'equip, perquè el component humà, moltes vegades, marca la diferència", argumenta.

Quant a mestres convidats, "volem fer venir l'italià Ezio Marinato, especialista en panettone; el belga Karl De Smedt, director de l'única biblioteca de massa mare del món; i el castellà Carlos Moreno, moliner i copropietari de la farinera Despelta, per parlar de biodiversitat.

Una setmana al mes

El Màster té una durada de 220 hores que s'estructuraran en 22 hores mensuals organitzades en una setmana al mes de dilluns a dijous. En total, seran 10 setmanes distribuïdes del 18 d'octubre de 2021 al 14 de juliol de 2022, amb el següent horari: dilluns de 10:00 h a 18:00 h, amb pausa per dinar, i dimarts, dimecres i dijous, de 15:30 h a 20:30 h.

Amb un nombre limitat de participants, per afavorir una formació personalitzada i intensiva, la metodologia combina demostració amb pràctica, tenint com a referència els millors professionals i les actuals tendències del sector.

Els continguts s'agrupen en dos mòduls. En primer lloc, el de pràctica professional, dividit al seu torn en les següents categories: pans artesans (88 hores), brioixeria artesana (66 hores), snacking (22 hores) i peces artístiques (22 hores).

No menys important és el mòdul de tecnologia professional i ciència aplicable (22 hores), en el qual s'abordaran les matèries primeres, les farines, el pastat i el sistema de cocció des d'un vessant científic. **NEWSPA**

Henri Poch mostra els secrets per ser un 'savi flequer'

El prestigiós forner de la Catalunya del Nord imparteix una 'master class' centrada en la fleca natural i amb estil.

A poc a poc, ja van tornant les 'master classes' a càrrec de mestres flequers d'àmbit internacional a les aules de l'Escola de Flequers Andreu Llargués, després d'aquest any i mig de pandèmia que ha limitat dramàticament la mobilitat entre països.

Recentment, hem tingut la visita d'Henri Poch, prestigiós forner de la Catalunya Nord reconegut amb títols com el d''Ambassadeur du pain' i MOF, i propietari d'un forn que es considera un dels millors de França.

La 'master class' que ha impartit s'ha intitulat 'El savi flequer' i es va centrar en una manera de treballar natural i amb farines de biodiversitat d'origen català i francès. En la seva opinió, la fleca ha de ser el més senzill possible i el coneixement ha de procedir de l'aprenentatge, el caràcter i l'estil de cadascun.

> La fleca ha de ser el més senzill possible i el coneixement ha de procedir de l'aprenentatge, el caràcter i l'estil de cadascú.

Al llarg de dues sessions de 7 hores cadascuna, els assistents han après les tècniques per elaborar pans amb blats antics com el 'vermell de Bordeus', sègol T85, sègol integral, baguette de massa mare líquida i espelta, espelta integral, així com brioix i coques flequeres catalanes/franceses.

Els alumnes s'han mostrat molt participatius i satisfets amb els coneixements i la filosofia flequera adquirits. NEWSPA

Un nou curs lectiu carregat de 'master classes' de primera

El començament d'un nou curs lectiu després de l'estiu és un moment idoni per establir prioritats i marcar-nos una sèrie de propòsits per créixer en l'àmbit professional.

La formació d'excel·lència no pot quedar fora de les línies mestres i el dia a dia de qualsevol flequer artesà, i una bona manera de reforçar el nostre compromís amb la millora contínua és participar en les 'master classes' que l'Escola de Flequers Andreu Llargués ha programat per a la tardor. Us fem en aquestes línies un petit tastet de les propostes dels mesos vinents. NEWSPA

PROPERES MASTER CLASS (TARDOR 2021)

- 'LA BRIOCHE' (15 I 16 de setembre)
- 'LA FLECA AL NATURAL. FARINES BIOLÒGIQUES I PANS 100% MASSA MARE (20 i 21 de setembre)
- 'SNACKING SALAT. LA RESTAURACIÓ RÀPIDA A LA FLECA' (27 i 28 de setembre)
- 'BRIOIXERIA CREATIVA' (6 i 7 d'octubre)
- 'TÈCNIQUES DE LLARGA FERMENTACIÓ' (13 i 14 d'octubre)
- 'PANETTONE' (26-28 d'octubre/23-25 de novembre)
- 'PASTISSOS FLEQUERS' (8 i 9 de novembre)

Per a més informació, contacteu amb el Departament de Formació del Gremi: formacio@gremipa.com

La farinera de Binéfar celebra els 100 anys

El passat 1 de juliol, la farinera de Binéfar va fer 100 anys. Els components de l'empresa, "la família", com ells mateixos s'identifiquen, assenyalen que arribar a aquest punt "és un èxit que ens confirma en la nostra comesa i tasca diària".

Fa tan sols 30 anys, l'actual direcció de l'empresa prenia el relleu. En aquest temps, han treballat per desenvolupar la idea original dels primers socis, sempre seguint els valors ferms: experiència, proximitat, innovació, compromís, qualitat... "Un treball enfocat al servei i la qualitat vers la nostra raó de ser, els clients", asseguren.

Si s'hagués de definir aquests 100 anys amb una sola paraula, l'empresa ho té clar: satisfacció.

Il·lusionats pel futur, el Grup Regany ha fet una carta on reitera el seu agraïment "a totes aquelles persones que durant aquests anys han fet possible La Farinera de Binéfar: els inversors inicials, treballadors, compradors posteriors, clients, proveïdors, Binèfar i els seus veïns... Un segle d'activitat empresarial no es construeix de manera individual". NEWSPA

Smoobees, de Puratos: inclusions de pastisseria tendres i suaus

La multinacional belga Puratos segueix innovant en el sector per oferir nous productes que responguin als desitjos dels consumidors i a les necessitats dels fabricants. Així, ha llançat al mercat una nova textura per a pastisseria: Smoobees, les primeres inclusions toves, suaus i tendres estables a forn.

La nova proposta forma part de l'estratègia de posicionament d'Experts en la interacció entre capes que la companyia ha dissenyat per tal de reinventar la indulgència en els mercats de pastisseria i brioixeria. El seu objectiu és oferir coneixements i productes per a una perfecta combinació, tant de sabor com de textura, entre la base, el farciment i la cobertura o la decoració de qualsevol creació pastissera. Amb gust de caramel, nabius i llimona, els Smoobees destaquen per la seva aportació a la presentació de les creacions pastisseres, gràcies a la seva textura i color, i la seva versatilitat, ja que poden ser fornejats i funcionen també en masses batudes i cremes. Comercialitzats en caixes de dues bosses de 5 kg cadascuna, es conserven a temperatura ambient. NEWSPA

Cereal, d'Europastry, posa en marxa 'Baking the Future'

Cereal, el principal centre d'R+D de fleca i brioixeria d'Europastry, ha posat en marxa 'Baking the Future', la primera acceleradora del sector flequer, amb l'objectiu d'identificar solucions innovadores generades per startups d'arreu del món i construir un model d'innovació obert per a la companyia.

Es tracta d'un programa d'acceleració de sis mesos que dóna suport als emprenedors per desenvolupar els seus productes, testejar la seva viabilitat en el mercat, crear nous models de negoci i ajudar-los a impulsar els seus projectes.

Objectius del centre Cereal

Així, Cereal, format per un equip de flequers, pastissers, enginyers, químics i nutricionistes, investiga constantment per donar resposta a les demandes i noves tendències que sorgeixen en el mercat.

Per això, entre els seus principals propòsits cal destacar: trencar barreres mediambientals amb embalatges més sostenibles, optimitzar l'experiència de consumidor, millorar la salut amb noves solucions alimentàries i aportar més eficiència i qualitat als productes flequers, mitjançant noves tecnologies que permetin millorar el gust, la textura, la durabilitat i la regeneració.

Només cinc projectes seran seleccionats

La recepció de projectes està oberta fins al 5 de setembre de 2021 (en cas de voler participar podeu consultar tota la informació i apuntar-vos a www.bakingfuture.com). Posteriorment seran avaluats per un Comitè d'Avaluació, format per un equip designat per Europastry.

Un cop seleccionats -fins a un màxim de cinc projectes- es notificarà personalment a les startups el seu accés al programa d'acceleració Baking the Future, que començarà el 26 de setembre. Després de sis mesos de durada, tindrà lloc el Demo Day, moment en el qual, les startups presentaran els seus projectes davant d'una xarxa d'inversors privats i experts altament qualificats. NEWSPA

Antonio Caballero
Advocat del Gremi de Flequers
de la Província de Barcelona

Geolocalització dels treballadors

La geolocalització dels treballadors mitjançant la instal·lació de dispositius com per exemple els GPS (Global Positioning System) en els vehicles de l'empresa, o altres receptors mòbils, són mètodes utilitzats habitualment per garantir el compliment de les obligacions laborals per part dels treballadors. Concretament, aquests sistemes de geolocalització permeten obtenir i emmagatzemar la informació sobre la ubicació, a temps real, dels empleats. No obstant això, a l'hora de fer ús d'aquests dispositius, sorgeixen dubtes sobre en quins casos es pot vulnerar el dret a la intimitat i protecció de dades personals de la persona treballadora.

L'ús de dispositius de geolocalització

En principi, la utilització d'aquests sistemes de geolocalització és lícita, i per tant es permet el control de les persones treballadores mitjançant aquests sistemes segons disposa l'article 90 de la Llei Orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de Protecció de Dades Personals i garantia dels drets digitals (LOPD-GDD), sempre que el treballador hagi estat informat de forma expressa sobre els mecanismes de geolocalització i del possible exercici dels seus drets d'accés, rectificació, limitació del tractament i supressió d'aquestes dades. Així mateix, altra qüestió a tenir en compte és que el sistema respecti els principis de minimització, limitació de la finalitat i el principi de proporcionalitat. Concretament, els anteriors principis són analitzats a la sentència del Tribunal Suprem de 8 de gener de 2021 (rec. 84/2019), on s'estableix que la instal·lació d'un sistema de geolocalització és lícit sempre que el treballador sigui informat de la seva existència, que el seu ús estigui restringit a la utilització del cotxe durant l'activitat laboral, i que només es pugui recollir informació sobre el moviment i localització del vehicle. Per tant, aquests dispositius en cap cas podran emetre imatges, àudios i altres dades que puguin atemptar contra la intimitat del treballador.

En conseqüència, l'aplicabilitat rigorosa dels condicionaments abans esmentats, podria permetre a l'empresari fer ús de la informació subministrada pel sistema de geolocalització per comprovar i demostrar que el treballador pogués estar incomplint les seves obligacions laborals, com succeeix en el cas d'utilització del vehicle d'empresa per tasques alienes a l'activitat laboral, o fora de l'horari de feina. Ara bé, l'empresari haurà de demostrar clarament l'existència d'una instrucció clara que vedi aquests tipus d'usos, en el cas que volgués exercir les corresponents mesures disciplinàries contra l'empleat.

Geolocalització mitjançant mòbil personal

Igualment, cal destacar, que a l'esmentada sentència el Tribunal Suprem considera que la clàusula contractual basada a imposar a un treballador l'obligatorietat de descarregar una aplicació de geolocalització en el seu mòbil personal vulnera el dret a la privacitat dels treballadors. Així, l'Alt Tribunal estableix que imposar a l'empleat l'obligació d'aportar un mòbil per desenvolupar la seva feina de repartiment a domicili, i a més fer-li descarregar una aplicació de geolocalització al seu mòbil personal és il·lícit i abusiu.

La sentència considera que sempre s'ha de fer un judici de proporcionalitat, i s'ha de cercar el mitjà o instrument que tingui menys ingerència en l'òrbita personal del treballador. Per això, encara que la mesura sigui idònia, el mitjà pot no ser-ho. A més, entén el Tribunal Suprem, que imposar al treballador l'obligació d'aportar un telèfon mòbil amb connexió de dades per desenvolupar el seu treball suposa un abús de dret empresarial, ja que trenca amb el caràcter aliè en els medis que caracteritza el contracte de feina, i responsabilitza al treballador de qualsevol impediment en l'activació del sistema de localització.

Per conseqüent, el Tribunal Suprem va declarar totalment nul·les les clàusules

contractuals establertes als treballadors per part d'una gran empresa de distribució de pizzes a domicili, als quals s'exigien aportar els seus telèfons mòbils en el procés de localització dels enviaments, per incomplir la Llei Orgànica 3/2018, de 5 de desembre i el Conveni col·lectiu de treball aplicable al seu sector.

És legal la geolocalització?

Podem arribar a la conclusió que encara que s'admet i legitima aquest mètode de direcció i control empresarial, també és cert que es fixen uns límits molt precisos en el seu ús, a més d'imposar a l'empresari aportar els medis tecnològics per implantar-ho, sense que en cap cas sigui invasiu del dret a la intimitat de la persona treballadora. Això, obligarà no solament a notificar al treballador la implantació d'aquest sistema de geolocalització, sinó també a realitzar-se prèviament una avaluació de l'impacte a l'òrbita personal de l'afectat, i assegurar-se que les dades recollides tinguin una finalitat específica i legítima.

Per qualsevol dubte o qüestió sobre la matèria aquí tractada posi's en contacte amb el Departament Laboral del Gremi. NEWSPA

DECORACIÓ

CRUZ, S.L.
Carrer Indústria, 9-12
Polígon Industrial Les Pedreres
08390 - Montgat
☎ 934 650 065
cruzsl@cruzsl.net
www.cruzsl.net

LANGA CONCEPT, S.L
Creem l'establiment més adequat a les seves necessitats. Vitrines frigorífiques a mida - nous conceptes - imatge corporativa - interiorisme i decoració
C/ Bailén 27
08915 - Badalona (Barcelona)
☎ 933 994 552
Fax 933 886 601
info@langaconcept.com
www.langaconcept.com

TERPAN, S.L.
Ctra. Terrassa - Olesa P.I Can Mir
08232 - Viladecavalls (Barcelona)
☎ 937 803 166
Fax 937 891 620
info@terpan.es
www.terpan.es

ESPECIALITATS SENSE SUCRE

EMULIFT IBÉRICA, S.L.
Especialidades sin azúcar y bajas en calorías
C/ Copérnico nº 40 nave 4
08784 - Piera (Barcelona)
☎ 932 191 851
Fax 932 138 236
emulift@emulift.com
www.emulift.com
www.bodylin.com

FARINES

COMERÇ I INDÚSTRIES ALBAREDA, S.A.
Farina convencional i farina ecològica
Passeig del Riu, 66
08241- Manresa
☎ 938 727 942
Fax 938 727 932
albareda@farinera-albareda.com
www.farinera-albareda.com

FARINERA COROMINA
Agri-Energia, SA
Girona, 155, apt. 4
17820 - Banyoles
☎ 972 583 363
farinera@agrienergia.com
www.farineracoromina.com
https://www.instagram.com/farineracoromina/
https://www.facebook.com/farineracoromina1897/

FILLS DE MORETÓ, S.A.
Rafael de Casanova, 79, apt. 182
08100 - Mollet del Vallès
☎ 935 705 608
Fax 935 700 132
www.instagram.com/fillsdemoreto
www.facebook.com/farinesmoreto/

LA META
Indústria, parc. 204R
PI El Segre
25191 - Lleida
☎ 973 200 319
Fax 973 205 643
www.lameta.es

YLLA 1878, S.L.
Ctra. de Manlleu km. 1,4
08500 - Vic
☎ 938 862 744
www.ylla1878.com
@ylla1878

MAQUINÀRIA

AMASADORAS SAUS, S.L.
C/ Carles Regàs Cavalleria, 9
Pol. Ind. El Verdaguer
Manlleu (Barcelona)
☎ 938 507 753
Fax 938 515 124
saus@amasadorassaus.com
www.amasadorassaus.com

BONGARD IBERIA, S.A.
C/ Garbí, 18 Nave 3 (Pol.Ind. Can Volart)
08150 Parets del Vallès
(Barcelona)
☎ 935 737 878
info@bongard.es
www.bongard.es

CIBERNÉTICA PARA LA PANIFICACIÓN, S.L.
Fabriquem: Divisores, càmeres de repòs, formadores…Maquinaria de Panaderia amb la millor qualitat i servei
C/ Els Lladres 6, Pl Ramonet
12550, Almazora, Castellón
☎ 964 216 912
Fax 964 252 115
info@ciberpan.com
www.ciberpan.com

COLIP ESPAÑA, S.L.
Rambla Catalunya nº 66, 5 D
08007 Barcelona
☎ 934 559 636
691 205 363
colip@colip.es
www.colip.com

EUROFOURS IBÉRICA, S.A.
C/ Sabino Arana 30-1º
08028 - Barcelona
☎ 932 296 900
Fax 932 296 902
www.eurofours.com

EXCLUSIVAS FRIGORÍFICAS, S.L.
Carrer d'Asturias, 5
Polígon Industrial les Salines
08830 – Sant Boi de Llobregat
☎ 934 401 876
Fax 934 497 545
info@exclusivasfrigorificas.com
www.exclusivasfrigorificas.com

FORESPA
Forns - Màquines - Fred - Interiorisme. Oferim solucions integrals, que van des de la decoració, el mobiliari i la maquinària fins el servei tècnic.
Avenida Can Bordoll 87
Pol. Ind. Can Roqueta
08202 Sabadell (Barcelona)
☎ 937 426 052
629 080 719
Fax 937 832 880
admin@forespa.es
www.forespa.es

FRIGUAL
Fabricacio de Cambres de fermentacio, neveres i congelacions i distribucio de primeres marques de maquinaria per fleca i pastisseria.
C/Duero, 62
08223 Terrassa
☎ 937 310 804
frigual@frigual.com
www.frigual.com

GPG GRUPO PRAT GOUET
Forns de pa i pastisseria, Carregadors, Fermentació i Congelació.
C/Jonqueres, s/n. Pol.Ind. Molí de la Potassa
08208 Sabadell (Barcelona)
☎ 937 192 579
Fax 937 192 586
info@gpg.es
www.gpg.es

NOVAU GRUP
Forns, fermentació, rentaobjectes i llescadores
Pge. Jordi Ferran, 9-11
08028 - Barcelona
☎ 933 334 446
Fax 934 483 896
info@novaugrup.es
www.novaugrup.es

RESTORHOME, S.L.
Passeig Guayaquil, 39, nau 1
08030 - Barcelona
☎ 933 523 453
Fax 933 523 058
www.restorhometienda.es
www.restorhome.es
comercial@restorhome.es
tienda@restorhome.es

RUBHIMA
Fabricantes desde hace más de 50 años de amasadoras, batidoras planetarias, cortadoras de pan y hornos, entre otros. Altamente especializados en el sector del pan y de la pastelería.
C/Mallorca, 40.
08192 Sant Quirze del Valles
☎ 937 213 286
rubhima@rubhima.com
www.rubhima.com
@Rubhima
www.facebook.com/rubhima

SALVA INDUSTRIAL.
Solucions competitives de qualitat per al tractament, la cocció i la refrigeració de masses i aliments per als sectors de la pastisseria i fleca.
GI-636 km.6 Polígono 107
20100 Lezo (Guipuzcoa)
☎ 943 449 300
salva@salva.es
www.salva.es
https://www.facebook.com/salvagroup
https://www.instagram.com/salvaindustrial_bakery
https://www.youtube.com/user/salvagroup

TERPAN, S.L.
Forns de pa i pastisseria. Maquinària, fred i fermentació controlada.
Ctra. Terrassa - Olesa P.I Can Mir
08232 - Viladecavalls (Barcelona)
☎ 937 803 166
Fax 937 891 620
info@terpan.es
www.terpan.es

MILLORANTS I MIXES

❐ LLOPARTEC

Desenvolupem i fabriquem una completa gamma de productes pels sectors de la fleca, la pastisseria i les masses congelades. Som especialistes en productes a mida, segons les necessitats del client. A més, fabriquem productes microencapsulats per a diferents sectors.

C/ Carrerada, 1
08793 Avinyonet del Penedès
Barcelona
☎ 938 970 736
info@llopartec.com
www.llopartec.com

PRODUCTES LÀCTICS

❐ DEBIC

Debic és la marca de la cooperativa làctica FrieslandCampina, creada exclusivament per a professionals pastissers i xefs, formada per una àmplia gama de nates, alternatives vegetals, mantegues i bases per a postres d'alta qualitat.

C/ C/Roger de Llúria, 50, 4ª planta
08009 Barcelona
☎ 932 721 279

info.barcelona@frieslandcampina.com
www.debic.com
www.instagram.com/debic_es/?hl=es
www.facebook.com/Debic.Espana/
www.youtube.com/user/DebicEspana/featured

❐ SKI CATALUNYA SL

Fabricantes de productos lácteos y derivados: natas, preparados, trufas, postres, leche ecológica, mantequilla….
Siempre cerca del profesional

Avda. Santa Eulalia 407. Pol. Ind. Can Palet
08223 - Terrassa (Barcelona)
☎ 937 836 991
catalunya@skisa.com
www.skisa.com

UTENSILIS

❐ UTILCENTRE, S.L.

Mes de 200 m2 d'Exposició-Cash&Carry. Amb, Utensilis per Forners, Pastissers, Xocolaters i Geladers. Maquinaria: Pistoles de Gelatina, Ou i Xocolata. Temperadores-Banyadores de Xocolata
SELMI, S.R.L.

C/ Joan Armengol, s/n
08770 - Sant Sadurní d'Anoia (Barcelona)
☎ 938 913 141
609 431 713
info@utilcentre.com
www.utilcentre.com Botiga Online amb mes de 4000 referències.

Si vols formar part de la GUIA DE PROVEÏDORS truca'ns al 931 39 53 47 Sandra Gordóvil

CAMBRES DE **FERMENTACIÓ CONTROLADA** A MIDA

Les nostres cambres s'adapten a qualsevol espai

PANELLS
Panells de poliuretà injectat d'alta densitat de 60 mm. d'espessor.
Fixació per mitjà de ganxos excèntrics.
Acabat exterior amb xapaplastificada skinplate i interior amb xapa d'acer inoxidableper garantir la seva durada.

QUADRE DE COMANDAMENTS EASY CC
Intuïtiu i fàcil d'utilitzar. Es poden memoritzar fins a 3 programes per adaptar-se a la feina diària de cada forner i als seus productes.

SISTEMA D'HUMITAT:
Producció de vapor
Control de la humitat:
EVAPORADOR :
Especialment dissenyat per la fermentació controlada.
Reixetes de protecció dels ventiladors amb tractament anti-oxidació.

PORTES
Portes resistents,
de molta durada, amb marc d'alumini reforçat.
Sistema d'oberturai tancament senzill, sense pom de porta i amb un sistema de tancament amb imants d'alta potència.

Duero, 62 (08223) TERRASSA
BARCELONA . +34 93 731 08 04

www.frigual.com
export@frigual.com
facebook.com/frigual

Segueix-nos

frigual
ESPECIALISTES EN FERMENTACIÓ CONTROLADA
25 frigual

Sandvitx de tonyina amb pa de rosella

- Pastar tots els ingredients menys les llavors, que afegim al final del pastat.
- Fer un repòs en bloc de 15 minuts, dividir en peces de 500 g o pes desitjat i posar en motlles.
- Deixar fermentar 90 minuts a 28 °C, fins a doblar volum.
- Coure al forn a 200 °C durant 30 minuts.
- Un cop fred, tallar en llesques i començar a muntar el sandvitx.
- És aconsellable guardar en bossa per a una millor conservació en aparador.

INGREDIENTS:

- 1.000 g de farina de mitja força.
- 450 g d'aigua.
- 20 g de sal.
- 40 g de sucre.
- 80 g de mantega.
- 30 g de llevat.
- 25 g de llet pols.
- 200 g de llavors de rosella.

ESPAI PATROCINAT
FARINERA ALBAREDA
Farina convencional i farina ecològica
938 727 942
albareda@farinera-albareda.com
www.farinera-albareda.com
tritordeum

Niu de pasta de full amb nata i maduixes

- MASSA EXTERIOR: pastar tot menys 1/4 de l'aigua a 2a velocitat en pastadora de braços 12 min. Afegir la resta d'aigua. Fer pastons de massa de 2.500 g. Estirar a 60 x 40, tapar amb plàstic i reservar 1 hora a 5 °C.
- MASSA INTERIOR: treballar 4 min. la mantega i la farina a la pastadora de braços i fer pastons de 1.250 g.
- Estendre amb la mà la mantega sobre el pastó de massa cobrint la meitat a la part central i tancar. Fer un plec doble i un senzill amb laminadora al 4, reposar a la nevera a 5 °C durant 1 h i fer dos plecs senzills més.
- Estirar a 3 mm de gruix, tallar en xarxa, posar al motlle de semiesfera i enfornar a 160 °C 30'. Sobre una base disc de pasta de full cuit i caramel·litzat, estendre melmelada de maduixa. Afegir una quantitat suficient de nata muntada amb vainilla i maduixots tallats a daus. Tapar amb la xarxa i decorar al gust.

MASSA EXTERIOR

- 1500 g de farina de força T80.
- 40 g de sal.
- 60 g de mantega.
- 880 g d'aigua.

MASSA INTERIOR

- 1.200 g de mantega.
- 300 g de farina de força.

BORSA DE NEGOCIS

ES VEN

A Sant Vicenç dels Horts, local de 100 m², en zona comercial.

Sr. Edgar
630 819 153

225

ES TRASPASSA

Al centre de Girona: obrador ecològic i botiga. possibilitat de fer degistació.

Sr. Jordi
615 387 658

229

ES TRASPASSA

Obrador de pa, amb botiga i degustació a Barcelona. Amb llicència per a restauració, en ple funcionament i en perfecte estat (nou, de fa tres anys).

Sra. Carmen
629 556 022

227

ES TRASPASSA

A Torelló: obrador amb botiga anexa + 2 botigues (dues d'elles, al mercat municipal). En ple funcionament.

Sra. Mª del Mar
649 358 651

228

ES TRASPASSA

A Ciutat Vella (Barcelona): botiga de venda de pa amb llicència per obrador, en carrer comercial.

Sr. Josep
647 960 539

228

EN VENDA O LLOGUER

Establiment de venda de pa amb zona degustació i terrassa, equipada amb mobiliario i maquinària. Zona Viladecans-Gavà.

Sr. Joan Carles
650 915 140

226

ES TRASPASSA

Obrador de pa a Sant Vincenç dels Horts, amb cartera de clients. Possibilitat amb vivenda annexa.

Sr. Maximino
639 529 869

221

ES VENEN

17 taules de 60X60, per zona de degustació. En perfecte estat.

Sr. Andreu
672 011 870

221

TRASPÀS O VENDA

Obrador de pa i botiga a Terrassa, en ple funcionament.

Sr. José Antonio
630 886 740

228

ES VEN

Forn Mondial Forni, en perfecte estat. Carro de 30 llaunes de 60 x 40; funciona amb gasoil.

Sr. Emilio
600 207 508

229

ES VEN

Furgoneta Nissan NV200 5 p 90 cv. Possibilitat de subrogació al contracte de renting, vigent fins al 12/2023. Cost mensual 345,45 euros + IVA.

Sr. Àngel
627 92 50 46

226

ES VEN

Despatx de venda de pa, pastisseria i degustació a Celrà (Girona).

Sra. Núria
666 859 292

227

Secció gratuïta dirigida als flequers de tot Catalunya que vulguin posar els seus anuncis de compra, venda o traspàs de maquinària o de forns. No s'admetran les ofertes o demandes de treball. Els anuncis han de tenir una extensió màxima de cinc línies i cal que hi constin el nom, l'adreça i el telèfon de contacte.
Envïi el seu anunci al Gremi de Flequers de la Província de Barcelona.

E-mail: secretaria@gremipa.com

AVANTATGES D'ESTAR AGREMIAT

kripton s.l.u.
agència d'assegurances vinculada

- Multirisc PIME i COMERÇ, integrant tots els centres de treball en una única pòlissa.
- Responsabilitat civil professional.
- D&O Responsabilitat civil d'administradors i directius.
- Salut. Assistència sanitària. Vida. Llar. Automòbils, vehicles comercials, motocicletes, etc. Decessos.
- Comunitats de propietaris, edificis.

SOLRED

Descompte de 0,048 €/l de gasoil consumit en estacions de servei adherides al conveni.

kripton s.l.u.
assessoria fiscal i mercantil

- Assessorament.
- Confecció de comptabilitats.
- Presentació oficial de liquidacions mensuals, trimestrals i anuals.
- Estudis de rendibilitat i optimització de costos.

DiR INFORMATICA

Els agremiats tindran un 20 % de descompte en el PACK TUTOR de servei de formació i posada en marxa inicial.

mwh

Energia · Estalvia en les factures d'electricitat i gas · Condicions preferents i personalitzades en l'assessorament energètic · Estudi personalitzat gratuït.

Sabadell

Productes y serveis financers en condicions preferents per als agremiats. A més dels membres del Gremi, també es poden beneficiar d'aquestes condicions especials els familiars de primer grau i els empleats dels agremiats.

1921-2021
aniversario

HARINERA DE BINÉFAR

gràcies.

GrupoRegany

Aragonesa De Harinas s.a.