MEMÒRIA 2021: APROVACIÓ DE COMPTES I PRESENTACIÓ DE LA MEMÒRIA: 'UN OFICI DE SEMPRE, UN OFICI DE FUTUR'

CLOÈNDA DEL MÀSTER: La tercera promoció del Màster exhibeix els seus fruits d'exel·lència

newspa

Juliol/ Agost '22

n. 237

REVISTA DEL GREMI DE FLEQUERS DE LA PROVÍNCIA DE BARCELONA

El pa a l'escola

Cada vegada és més palès que el pa és un aliment fonamental a la infància per al correcte i saludable desenvolupament de les persones.

Sólido.
Disruptivo.
Sin complicaciones.

Ramalhos
el puro placer de la cocción

ramalhos.com

Distribuidor
frigual

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

sumari

6 Aprenent a l'escola l'importància del pa

Cada vegada és més palès que el pa és un aliment fonamental a la infància per al correcte i saludable desenvolupament de les persones. Diverses iniciatives impulsen el consum de pa a l'edat escolar, per ajudar els més petits a créixer sans i forts i fer que les noves generacions recuperin aquest saludable hàbit.

18 RECEPTA DE PA. Plumcake de poma.

20 RECEPTA PASTISSERA. Lemon pie

26 CLOENDA DEL MÀSTER

La tercera promoció del Màster exhibeix els seus fruits d'excel·lència

L'Escola Andreu Llargués celebra l'acte de cloenda de la tercera edició del Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència

News GREMI

20 La fleca mira al futur en temps d'incertesa

24 Responsables de comerç visiten la nostra Escola

News EMPRESA

36 Reforma del RETA

39 Actualitat dels proveïdors

EL GREMI
ENS FA CRÉIXER!

GAUDEIX DELS AVANTATGES DE SER UN DELS NOSTRES AGREMIATS

—— Impulsem la innovació i la modernització empresarial que afecta al nostre sector.

—— Analitzem les polítiques sectorials per enfortir el sector flequer.

—— Oferim assessoria jurídica, econòmica, fiscal, d'assegurances i laboral de manera gratuïta.

—— Oferim solucions asseguradores específiques com: responsabilitat civil col·lectiva i el producte especial per a empresa.

—— Promocionem la formació professional amb una àmplia oferta de cursos i disposem d'una borsa de treball per facilitar nous professionals.

—— Donem assistència administrativa, empresarial i legal per potenciar la competitivitat i rendibilitat.

—— Negociem el Conveni Col·lectiu de la Indústria Flequera de Barcelona i província.

gremipa.com

GREMI DE FLEQUERS DE LA PROVÍNCIA DE BARCELONA

publitesa.es

editorial

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

El problema del relleu generacional

Benvolguts companys i amics,

Vull començar aquesta editorial, fent menció a què el passat juliol vam celebrar l'Assemblea General de Socis, on es va presentar la Memòria d'Activitat de l'exercici 2021. Val a dir que estic molt satisfet de tota la feina feta pel Gremi durant l'any passat, i animo a tots els que encara no ho heu fet a què la consulteu i us la descarregueu a través de la nostra revista digital www.newspa.cat.

També és un període per descansar -una mica, si es pot!-, reflexionar i ordenar les idees, per tornar al setembre amb la mateixa força amb la qual sempre hem defensat al sector de la fleca. En aquest sentit, ja us avanço que, com hem fet des de principi d'any, continuarem amb la intensa agenda de reunions i visites amb diferents administracions, perquè ara, més que mai, i davant l'escenari econòmic que s'acosta, hem de fer arribar a les administracions un missatge clar i contundent: cal centrar els recursos a preservar la viabilitat i continuïtat de les empreses, ja que aquestes són les úniques que poden garantir els llocs de treball i assegurar els recursos econòmics per fer les polítiques públiques necessàries.

"CAL CENTRAR ELS RECURSOS A PRESERVAR LA VIABILITAT I CONTINUITAT DELES EMPRESES

De tots els problemes que ara amenacen la continuïtat de les empreses, hi ha dos especialment greus, que estan fent que moltes fleques viables es vegin obligades a tancar o no puguin créixer tot el que voldrien; la dificultat per trobar professionals qualificats i la manca de relleu generacional.

Aquests no són problemes exclusius del nostre sector, d'altres com el comerç, l'hostaleria o la restauració també els pateixen. Lamentablement, no tenen una solució fàcil ni ràpida, però aquestes no són excuses perquè no es comencin a aplicar de manera immediata les mesures i iniciatives que calguin per solucionar-los. Però cal la implicació de tots. Com?

En primer lloc, sens dubte, la formació en sentit ampli. Destinar més recursos a la formació professional i a l'acreditació de competències. Cal que els oficis tinguin el reconeixem i prestigi que es mereixen. D'aquesta manera, els oficis, seran alternatives professionals atractives per les noves generacions i per aquelles persones que volen reorientar el seu futur professional

D'altra banda, les empreses han d'oferir millors condicionals laborals, replantejar els sistemes de producció, millors horaris, mesures de flexibilització i conciliació, etc. Aquells que siguin capaços d'oferir millors condicions als seus treballadors atrauran i retindran als millors professionals, i seran més competitives.

I finalment les administracions han d'aplicar polítiques que posin en valor i defensin als professionals que han dedicat el seu temps i esforç a formar-se i a aprendre un ofici. Els consumidors han de tenir l'oportunitat de saber que en aquell establiment on compren el pa, ha estat elaborat per un flequer amb titulació i que el producte que compren s'ha fet respectant uns processos i unes tècniques que li garanteixen que el producte que està comprant té unes característiques i una qualitat determinades.

D'aquesta manera podrem garantir que les noves generacions mantinguin viu l'interès pels oficis, i començarem a garantir el relleu generacional de les nostres empreses. **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:
Nervio BCN. C/ Nicaragua, 137, Entlo. 8.
08029 Barcelona.Tel.: 931 180 300
A/e: cgil@nerviobcn.com

Director tècnic: Manuel Cortés
Cap de redacció: C. Gil
Redacció: B. Garau
Fotografia: X. Valbuena

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: Catalina Gil · C/ Nicaragua, 137, Entlo. 8.
08006 Barcelona.
Tel.: 931 180 300
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

Aprenent a l'escola l'importància del pa

Cada vegada és més palès que el pa és un aliment fonamental a la infància per al correcte i saludable desenvolupament de les persones. Diverses iniciatives impulsen el consum de pa a l'edat escolar, per ajudar els més petits a créixer sans i forts i fer que les noves generacions recuperin aquest saludable hàbit.

Un escolar amb activitat normal necessita ingerir unes 2.000 kcal cada dia, de les quals un mínim de 1.000 kcal haurien de provenir de carbohidrats. Dins d'aquesta categoria, fins a 100-200 kcal podrien procedir de '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 a mantenir el pes, l'activitat i, en el cas dels nens, suportar el creixement, és necessari 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", explica 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!', una iniciativa de l'Organització Interprofessional de Cereals Panificables i Derivats (Incerhpan) amb suport institucional estatal i europeu 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 els escolars, una correcta alimentació, resulta d'especial importància. "D'una banda, els desequilibris nutricionals du-

Els desequilibris alimentaris en l'edat escolar poden posar en risc el creixement, i, a més, és llavors quan es formen els hàbits alimentaris que marcaran el comportament en l'edat adulta

rant aquesta etapa poden comprometre el creixement i desenvolupament del nen i afectar el seu rendiment físic i cognitiu", explica.

Hàbits alimentaris

"Però, a més -continua-, en l'edat escolar es formen els hàbits alimentaris que determinaran el comportament en l'edat adulta, per la qual cosa els hàbits que s'adquireixin en aquesta etapa repercutiran en la seva salut present i futura. Tot això unit al fet que avui se sap que moltes de les malalties no transmissibles de l'edat adulta tenen el seu inici en la infància, fa que l'alimentació en l'escolar tingui dos objectius fonamentals: proporcionar l'energia i els nutrients necessaris d'acord l'activitat física desenvolupada que assegurin un creixement, desenvolupament i rendiment adequats, i fomentar l'adquisició d'hàbits d'alimentació i d'activitat saludables, que disminueixin el patiment de malalties en l'edat adulta", apunta.

En aquest punt, la Dieta Mediterrània, caracteritzada per un alt consum de cereals, constitueix un dels patrons dietètics més saludables que existeixen, amb un reconegut paper protector enfront de les malalties cròniques, com les cardiovasculars, obesitat, diabetis tipus 2, malalties neurodegeneratives o el càncer. "No obstant això, en les últimes dècades, el consum de cereals i derivats ha experimentat una important disminució als països desenvolupats", lamenta la dra. Navia. "El pa, un aliment bàsic, és el derivat dels cereals més important i és, dins del grup de cereals i derivats l'aliment que més ha sofert aquest descens", denuncia.

Forns Ferré

Construcció i reparació de Forns fixes i giratoris en fleca i pastisseria.

Telèfon: 609 69 04 25

Entrevista a Munsa Taulé Segarra, dietista-nutricionista de la Fundació Ametller Origen

"ÉS INTERESSANT PORTAR ELS NENS A LES FLEQUES, PERQUÈ VEGIN D'ON VE ALLÒ QUE MENGEN I LA TRADICIÓ I ARTESANIA QUE HI HA DARRERE CADA LLESCA DE PA"

Actualment, hi ha molt dèficit en el consum de pa per part dels infants, respecte al recomanable? Quin és el nivell de consum recomanable i quin és el nivell de consum real?
El pa és un aliment que els infants poden menjar cada dia, ja sigui per esmorzar o per berenar. Malauradament, aquests àpats moltes vegades estan vinculats al consum de productes ultraprocessats, que acaben desplaçant el consum de pa. Molts infants consumeixen galetes o altres brioixeries per esmorzar en comptes d'un entrepà o unes torrades, quan podrien ser opcions més nutritives i saludables.

Què aporta el pa als infants en termes de nutrició? Per què és important per al seu desenvolupament un correcte consum d'aquest producte?
A nivell nutricional, el pa és un aliment que, principalment, aporta energia pel seu contingut en hidrats de carboni. Forma part del grup dels farinacis juntament amb l'arròs, la pasta, els cereals, la patata, etcètera, i tots ells són una font de combustible indispensable per parts tan importants com són el cervell o els músculs.
Per altra banda, sempre recomanem que es consumeixi pa integral, ja que així estem aportant energia, però també fibra, vitamines i minerals. Són nutrients que ens ajuden a regular l'organisme, fan que totes les reaccions i processos es puguin desenvolupar amb normalitat.

Quins perjudicis pot causar en el desenvolupament del menor una falta de pa?
Els infants es troben en edat de creixement i els seus requeriments són elevats, ja que tenen una vida molt activa. És important que la seva alimentació sigui equilibrada, variada i suficient. Això vol dir que han de consumir aliments que els aportin l'energia necessària per poder cobrir la demanda de les activitats del dia a dia.
Com hem vist anteriorment, el pa és un dels aliments que pot formar part de la seva dieta per ajudar-los a aportar part d'aquesta energia. Si no s'arriben als requeriments energètics necessaris, ens podem trobar amb situacions de baix pes, cansament, falta d'energia i concentració.

Considera que a l'escola es promou suficientment el consum de pa? Què més s'hauria de fer per garantir una correcta nutrició dels més petits?
A l'escola es garanteix, com a mínim, un acompanyament de pa durant el dinar, ja que forma part dels estàndards

"He escoltat nens dir que 'el pa engreixa', una frase tant normalitzada com distorsionada. El que s'hauria de limitar és el consum d'ultraprocessats, que sí són perjudicials per a la salut"

dels menús escolars. Seria interessant que sempre s'oferís pa integral, ja que com hem comentat estaríem aportant un aliment nutricionalment més complet.
Un altre dels àpats que es fa a l'escola és l'esmorzar durant l'hora del pati, i aquí sí que s'hauria d'incidir en millorar-ne la qualitat. Un bon esmorzar pot incloure fruita fresca, un

“Cal fomentar una alimentació que sigui basada en aliments i no en productes i potenciar la part més gastronòmica, social i cultural dels aliments”

làctic i un farinaci integral, com pot ser el pa. En canvi, moltes vegades veiem carmanyoles dels infants que estan plenes d'aliments rics en sucres i greixos saturats, tan poc beneficiosos per la seva salut i creixement.

Per què és important el pa a l'Escola, més enllà de les seves propietats nutricionals? Com cal educar els petits en el consum normalitzat de pa?

Més enllà de les propietats nutricionals, considero que és un aliment que tot i que la seva producció s'ha industrialitzat molt, amaga una tradició i un ofici artesà molt interessant. Es pot treballar des de les aules per veure la complexa elaboració del pa i totes les reaccions que s'hi produeixen: des de la sembra i collita del cereal, els diferents tipus de cereals que trobem, el procés d'amassat i fermentació,...

Com a dietista-nutricionista, un dels principals objectius prioritaris és educar a la població a tenir millors hàbits alimentaris, però també fomentar una alimentació que sigui basada en aliments i no en productes i potenciar la part més gastronòmica, social i cultural dels aliments. Portar els nens i nenes a les fleques, que coneguin els tipus de pa i que entenguin d'on ve aquella llesca que mengen per esmorzar, que vegin la diferència entre un pa de fleca i un pa industrial, entre un pa integral i un pa blanc, etcètera, els ajuda a saber d'on ve allò que mengen i a fomentar el seu consum.

“Moltes vegades veiem carmanyoles dels infants que estan plenes d’aliments rics en sucres i greixos saturats, tan poc beneficiosos per la seva salut i creixement”

Creu que els nens reben informació equivocada respecte al pa i el seu consum? Creu que reben massa informació sobre productes que no són tan beneficiosos?

He rebut més d'un comentari per part de nens i nenes que afirmaven que “el pa engreixa”, una frase molt normalitzada en el món dels adults i que segur que han escoltat a casa. És una informació totalment distorsionada i penso que on realment s'hauria de treballar és en limitar el consum de productes ultraprocessats que sí que està demostrat per l'evidència científica que són perjudicials per a la salut, afavorint la incidència de malalties com el sobrepès, l'obesitat, la diabetis i altres malalties cròniques.

Actualment, els hidrats de carboni estan demonitzats i s'hi ha inclòs el pa, però el problema no és el pa, sinó el consum que se'n fa i també la qualitat dels que es consumeix. Un bon pa integral de fleca, fet amb farina integral, aigua, llevat o massa mare i sal, és un aliment que nutricionalment és saludable i que es pot incloure diàriament a la nostra alimentació.

“Així com a molts centres s’ha instaurat el Dia de la Fruita, es pot plantejar fer el Dia de l’Entrepà Saludable”

Quins trucs o secrets recomana per convèncer els nens que mengin més pa?

És important fer-los partícips de la seva alimentació. Que acompanyin als seus pares o familiars a comprar el pa, que tastin, que descobreixin i que es preparin ells mateixos l'esmorzar. Fins i tot es podria fer pa a casa com a activitat!

Cal buscar idees noves per fer entrepans o torrades saludables i que sigui una tasca conjunta. A dia d'avui, tenim infinits recursos a les xarxes, disposem de moltes receptes que segur que agraden a tothom, però cal incentivar aquesta part més “creativa”.

Des de les escoles, fer iniciatives per millorar els esmorzars i així com a molts centres s'ha instaurat el Dia de la Fruita, es pot plantejar fer el Dia de l'Entrepà Saludable i que tots els nens el portin del mateix, es pot fer una llista i que cada setmana vagi variant.

La dieta dels nens és excessiva en greixos i proteïnes i deficitària en carbohidrats

Dieta desequilibrada

De fet, diversos estudis adverteixen que 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.

Així, l'Enquesta Nacional de Consum d'Aliments a la Població Infantil i Adolescents (ENALIA), publicada per l'Agència Espanyola de Consum, Seguretat Alimentària i Nutrició, revela 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'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària, i més d'un 85% amb ingestes inferiors al mínim del 50% del total de l'energia establert per la Societat Espanyola De Nutrició Comunitària. En canvi, la ingesta de proteïnes d'origen animal i de greixos, especialment saturats, és, en aquest col·lectiu, superior a l'aconsellada.

L'entrepà, clau

Així mateix, 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 Incerhpan, el 39% de les famílies amb infants d'entre sis i dotze anys consumeixen pa menys de dues vegades al dia, quelcom que té molt a veure amb el descens del costum de menjar entrepans a l'hora del berenar. La preferència per altres productes (35%) i una equivocada percepció que el pa és poc saludable (21%) són els principals motius per a aquest fenomen.

Això és especialment preocupant, ja 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, segons l'estudi. "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 excellent opció", recomana Navia, qui creu que integrar aquests aliments en l'alimentació habitual de l'escolar, pot suposar un benefici sanitari important.

El pa, un aliment bàsic, és el derivat dels cereals que més ha sofert el descens en el consum als països rics

La campanya 'Bon dia amb pa!' mostra als escolars la importància del pa a la seva dieta

El berenar és el millor moment perquè els nens incloguin en la seva dieta aliments d'alt valor nutricional, com el pa

Autobús-fleca

En aquest punt, iniciatives com la campanya 'Bon dia amb pa!' d'Incerhpan, que compta amb el suport del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona a través de la Federació Catalana d'Associacions de Gremis de Flequers. Consisteix principalment en un autobús-fleca que recorre diferents ciutats de tot l'Estat per tal d'impartir tallers formatius sobre les bondats del pa amb l'ajut d'un nutricionista, i l'elaboració de pa per part d'un mestre forner local que voluntàriament participa en aquesta iniciativa. Així, es pretén millorar la informació, el coneixement, la valoració i el consum del pa per part dels nens i els joves.

Amb iniciatives com aquesta, la fleca busca recuperar els tradicionals nivells de consum de pa a la nostra societat, i ho fa començant per la base de la piràmide poblacional.

Els nens són els consumidors del futur, i és clau que puguin aprendre ben aviat les bondats del pa per a la seva salut i benestar. Perquè això redundarà en el seu correcte creixement i en una millor salut quan siguin adults. És feina de tots aconseguir aquesta millora social, i és responsabilitat dels flequers fer arribar a la societat en el seu conjunt, i en especial a les noves generacions, el valor del pa artesà de qualitat, fet amb ofici i una tradició mil·lenària. Afavorim que els nens s'apropin a les fleques, coneguin el nostre ofici i valorin el nostre producte. El futur de tots plegats és el que està en joc. **NEWSPA**

MANEL CORTÉS

Tècnica dels productes artesans

El valor nutricional del sèsam

El sèsam és un producte que avui dia es fa servir en totes les cuines del mon pel seu valor nutricional i el toc diferenciador en molts menjars. Però, quina és la diferencia entre els diferents sèsams? Com el podem aplicar als nostres productes?

El sèsam és una de les plantes útils i oleaginoses més antigues del món. Ja el 2000 abans de Crist, el sèsam s'esmentava en els escrits com un aliment important i valuós. Les llavors de sèsam són petites i venen en varietats blanques, marrons i negres. El sèsam blanc conté minerals i ingredients nutricionalment importants i valiosos. El sèsam és molt utilitzat en la cuina d'Orient, Àsia i Àfrica. Avui dia, el sèsam es fa servir en les cuines de tot el món com a ingredients especials per a cuinar i enfornar, en plats salats, *bagels*, pa i pastissos dolços.

Origen de la llavor de sèsam

Les plantes de sèsam tenen el seu origen a l'Índia i Àfrica. L'àrea de distribució actual, com a una de les plantes oleaginoses i útils més antigues, es troba en les parts tropicals i subtropicals del món.

Aquesta herba pot aconseguir una altura de fins a 1,5 metres i les llavors del sèsam es troben una càpsula fruitera.

La importància del sèsam en la nutrició

Les llavors de sèsam es poden fer servir de moltes maneres com a ingredients i espècies. El seu sabor, amb una subtil dolçor, enriqueix el sabor de tot, des de plats salats fins a pastissos dolços.

Tradicionalment, es fa servir en les cuines d'Orient, Àsia i Àfrica, tot i que avui dia, ja es troba a tot el món.

El sèsam blanc conté minerals i ingredients nutricionalment molt valiosos

Sèsam: Valors nutricionals i ingredients

El sèsam té una alta proporció de valuosos àcids grassos insaturats (aprox. 40%), proteïnes (aprox. 20%) i és ric en seleni. Altres ingredients i minerals importants són el calci, el magnesi, el ferro, la vitamina E, les vitamines del grup B, entre d'altres.

Les llavors de sèsam contenen molt de greix. Aquests són els valors nutricionals per cada 100 grams de sèsam:

- Calories: 567 kcal
- Greix: 48g
- Proteïnes: 17 g
- Carbohidrats: 26 g
- Fibra : 17 g

El sèsam té fama de ser saludable. Què hi ha darrere?

Uns estudis recents van mostrar que l'oli de sèsam, en combinació amb l'oli de germen d'arròs, té un efecte positiu sobre el sucre en la sang i pot reduir-ho.

L'oli de sèsam també té efectes antiinflamatoris i redueix els nivells de lípids en sang, segons un altre estudi.

El sèsam no sols s'usa en la cuina. El seu oli ha estat popular durant molt de temps com a oli de massatge, ja que té un efecte antioxidant en les cèl·lules de la pell, la qual cosa fa que "envelleixin més lentament".

L'oli de sèsam també és molt important en Ayurveda per les seves propietats nutritives i curatives. A

El sèsam és una de les plantes útils i oleaginoses més antigues del món

més d'utilitzat per a massatges, també s'utilitza per a rituals especials de neteja com *eloil lifting.*

SÈSAM EN LA CUINA: LLAVORS, OLI I TAHINI

Però no sols pel seu efecte positiu en la nostra salut hauríem de menjar sèsam amb més freqüència, sinó que també perquè té molt a oferir en termes de sabor.

Les llavors de sèsam tenen un sabor lleugerament dolç, similar a la de la nou. El sèsam clar té un sabor més suau que les llavors de color marró fosc. El sèsam negre té un sabor més fort. Quan es torren, el sabor és encara més similar al de la nou.

Pelat o sense pelar?

Si alguna vegada ha comprat sèsam, és possible que hagi tingut moltes opcions per a triar entre comprar sèsam pelat o sense pelar.

La diferència és la següent. El sèsam pelat és de color més clar i té un sabor més suau. És per això, que és millor per a postres fines. En el cas del sèsam sense pelar, les substàncies amargues encara estan contingudes en la pela. Però, la majoria dels nutrients i la fibra dietètica del sèsam es troben en la pell. És per això que són nutricionalment més valuosos. A causa de la pela que conté, les llavors de sèsam sense pelar són una mica més cruixents. També és ideal per a productes enfornats: brinden un millor cruixit en mastegar.

Per a amaniments i fritades: oli de sèsam

No sols les llavors de sèsam són populars. L'oli de sèsam també s'usa amb freqüència en la cuina asiàtica i oriental. L'oli es caracteritza per un sabor de nou que és encara més pronunciat quan se'n diu "torrat".

Diferències entre l'oli de sèsam

L'oli de sèsam natiu premsat en fred s'extreu de les llavors sense afegir calor, cosa que significa que els ingredients es conserven en gran manera. L'oli sol ser fosc i s'ha de fer servir amb moderació a causa del seu sabor intens. Els olis de sèsam premsats en fred són excel·lents per a fer adreços saborosos o salses i pastes.

L'oli de sèsam lleuger refinat, d'altra banda, se sotmet a calor durant el premsatge. Com a resultat, es perden alguns dels nutrients, però també el gust i l'olfacte. A diferència de l'oli de sèsam premsat en fred, es pot escalfar. A causa del seu sabor gairebé neutre, l'oli de sèsam refinat se sol utilitzar per a preparar plats asiàtics al wok i per a rostir carns, peixos, tofu o verdures.

PER A QUÈ PUC FER SERVIR LES LLAVORS DE SÈSAM?

- Sèsam en productes enfornats: ja siguin dones turques Simit, bagels americans, burguer o pa cruixent, saben molt bé amb sèsam.
- Amanides acolorides, sopes especiades o plats de wok: el sèsam s'empolvora ràpidament sobre els plats, els dóna un toc especial i proporciona un cruixit extra.
- Musli i granola: el sèsam també és bo per esmorzar. Refini el musli i la granola cruixents. El sèsam també és popular com a ingredient en les barres de musli.
- Farina de sèsam: tant si la mol vostè mateix com si la compra, la farina de sèsam és una excel·lent alternativa a la farina de blat perquè és sense gluten, rica en proteïnes i fibra.

CONSELL: El sabor a nou de les llavors de sèsam s'intensifica si es torren.

MANEL CORTÉS

EL SÈSAM NEGRE

Quina és la diferència entre el sèsam blanc i el negre? Qualsevol persona que alguna vegada s'hagi preguntat per què el sèsam negre és negre aquí tens la resposta.

Depenent de la planta de sèsam, els grans de sèsam són blancs o negres. El sèsam negre es considera la forma original de sèsam i és particularment ric en ingredients que promouen la salut. Les varietats també difereixen en sabor: el sèsam negre és més especiat i amb més sabor a nou que el blanc.

D'on ve el sèsam negre?

El sèsam negre prové originàriament d'Àfrica i l'Índia. Avui dia, el sèsam negre es conrea principalment a Nepal, en la zona de l'Himàlaia.

És saludable el sèsam negre?

Hi ha molts ingredients saludables en el sèsam negre. El calci, en particular, és abundant, fins i tot més que en els productes lactis (100 g de llet contenen 120 mg de calci, mentre que 100 g de sèsam contenen al voltant de 800 mg de calci). Això ho fa particularment valuós per a les persones que mengen vegà. A més, el gra petit també conté molt ferro, vitamines B, vitamina A, magnesi, seleni i zinc. També té un efecte antioxidant i les proteïnes que conté també asseguren cèl·lules sanes.

Com sap el sèsam negre?

El sèsam negre sap una mica més picant que el conegut sèsam blanc amb una nota terrosa afegida. L'aroma es pot intensificar torrant-lo. Depenent de quant temps i quin tan calent es torri, té un sabor suau, fins i tot a caramel o recorda l'aroma del cafè.

Quines alternatives hi ha al sèsam negre?

Si no tens sèsam negre a casa o no t'agrada l'aroma intensa, simplement pots usar el sèsam lleuger. En principi, el sèsam també es pot substituir per llinosa, llavors de xia, ametlles, llavors de carabassa o llavors de rosella a causa de la seva aroma a nou. L'alternativa que millor s'adapti ha de decidir-se individualment d'acord amb la recepta respectiva.

El sèsam negre i el comí negre són el mateix?

Els grans petits semblen similars a primera vista, però el sèsam negre i el comí negre tenen un sabor molt diferent entre si. Mentre que el sèsam negre fa gust de nou, el comí negre és més picant.

Com usar sèsam negre?

Gràcies a la seva fina aroma a nou, el sèsam es pot utilitzar de moltes maneres. Ja sigui sèsam negre pelat, sense pelar o torrat, sèsam negre molt o sèsam negre molt, refina plats abundants i postres. Per tant, existeixen innombrables receptes amb sèsam negre, per exemple, no sols s'enrotlla sushi, sinó que recentment també es prepara gelat de sèsam negre com un sabor popular.

El sèsam també està disponible en forma líquida com a oli de sèsam. A la Xina, el Japó i els països àrabs, l'oli de sèsam negre es fa servircom a condiment, similar a la salsa de soia, en plats dolços i abundants. NEWSPA

COQUES DE SÈSAM

INGREDIENTS

- 200 g de farina W150
- 80 g de sèsam blanc o torrar
- 8 g d'ous (4)
- 300 g de llet fresca
- 6 g de sal

INGREDIENTS DEL FARCIT

- 900 g de tomàquets
- 300 g de formatge feta
- 900 g de formatge quark baix en greix
- 120 g de poma tallada a quadradets
- 120 g d'olives de kalamata
- c/s d'oli d'oliva, pebre i vinagre
- c/s de crema de formatge per untar les coques

PROCÉS OPERATIU

- Torrar el sèsam en una paella sense afegir greix o comprar-lo ja torrat
- Barrejar la farina amb els ous, la llet, la sal i el sèsam fins que quedi suau. Després, deixa reposar la massa durant uns 30 minuts a temperatura +8 °C.
- Rentar els tomàquets, netejar-los i tallar-los en trossos
- Tallar en quarts i dividir-la en grillons el formatge. Talla el formatge feta en daus. Barrejar tot amb julivert, oli, vinagre, sal i pebre, al gust
- Untar amb la crema de formatge les coques
- Posar el farcit C/S el coca
- Doblegar la coca i posar un escuradents (veure foto)
- Queda llista per a vendre

Llistat d'ingredients de la massa

Farina, sèsam, ous, llet fresca i sal

Llistat d'ingredients del farcit

Tomàquet, formatge, poma, olives, oli d'oliva, pebre, vinagre i crema per untar

Valors nutricionals per 100 g de producte. Calculat per a aquesta fórmula

Valor energètic=607KJ=154Kcal
Lípids=4,6gg
Glúcids= 17 g + 1,9 g son sucre
Pròtids= 9 g
Sal= 1,2 g

MARÍA CELESTE SEOANE
PLUMCAKE DE POMA

Poma esponjosa

Aquest bescuit és molt fàcil de preparar i apte per tothom, en ser lliure de gluten, lactosa i sucres afegits

Aquest plumcake de poma és molt fàcil de preparar i és ideal per a adults i nens. És molt saludable, ja que no presenta cap mena de lactis. La dolçor li ho dona el concentrat de poma natural i la poma, que aporta sucre natural i vitamina C, a més de ser una de les fruites de menor índex glucèmic.

D'altra banda, l'oli de coco és un greix saturat mitjà, la qual cosa permet digerir-lo més fàcilment.

A més a més, quant a al·lèrgens, aquesta elaboració està lliure de gluten, lactosa i sucres afegits, de manera que és apta per tothom, a més de ser deliciosa.

Elaboració

Barrejar en un bol la farina d'ametlles, 125 g de concentrat de poma, les clares, els rovells d'ou i la beina de vainilla, amb una llengua unint i integrant.

En un altre bol, tamisar la farina, la sal i l'impulsor i li afegir. Fondre l'oli de coco i afegir temperat a la preparació.

En acabar, muntar els 375 g de clares a neu juntament amb els els 125 g restants de concentrat de poma, que li ho afegirem en forma de fil a les clares a neu. Afegir-ho tot a la preparació del bescuit.

A continuació, tallar la poma en cubs i posar 5-10 minuts al vapor fins que quedi com una compota.

Finalment, emplenar el motlle amb la preparació de cake, afegir la poma i enfornar a 165ºC per 25-30 minuts. **NEWSPA**

Recepta col·leccionable a la pàg. 42

INGREDIENTS

325 g farina d'ametlles
250 g concentrat de poma
75 g clares d'ou
375 g clares muntades a neu
5 rovells d'ou
c/s beina de vainilla
175 g farina sense gluten
27,5 g impulsor
300 g oli de coco.
5 pomes

Plumcake, magdalenes o muffins

Barrejar la farina d'ametlles, 125 g de concentrat de poma, les clares, els rovells d'ou i la beina de vainilla. Afegir la farina tamisada, la sal, l'impulsor i l'oli de coco.

Muntar els 375 g de clares a neu i afegir la resta del concentrat de poma en forma de fil. Afegir-ho tot

Oliar un motlle amb oli de coco, enfarinar. Tallar la poma i posar 5-10' al vapor fins fer una compota.

Una vegada fermentades, afegir crema, fruita confitada, pinyons i sucre. Enfornar 12' a 230ºC.

Pastelería Praliné. Gijón.

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

Un pie diferent

El típic pie de llimona, amb forma rectangular i fet amb bescuit a la planxa, per fer-lo més atractiu visualment

Us presento aquesta recepta, sense gluten, ni lactosa, ni fruits secs, d'un lemon pie amb un gran atractiu visual i basat en el bescuit a la planxa.

Per fer el bescuit a la planxa, muntar els ous amb el sucre, I afegir el midó tamisat

Col·locar la preparació en una safata de 60x40 i cuinar a 220ºC.

Per fer l'almívar de llimona, posar l'aigua amb el sucre al foc i una vegada que bulli retirar del foc i afegir el suc de llimona.

Per fer la crema de llimona, afegir els ous i els rovells a l'almívar fora del foc. Moure bé i coure al bany maria fins que la crema agafi consistència. Deixar refredar fins a 50ºC i agregar la mantega.

Per fer la merenga italiana, barrejar el sucre i l'aigua i coure fins a 121ºC. Mentre està al foc, muntar amb 40 g de sucre i abocar el sucre cuit lentament, fins que agafi la textura esponjosa de la merenga.

Per al muntatge, sobre un marc de 20x20 col·locar una planxa de bescuit, humitejar amb l'almívar de llimona, estendre amb una espàtula una capa de crema de llimona i col·locar 150 g cobrint tota la superfície. Cobrir novament amb una altra capa de bescuit i crema de llimona.

Finalment, humitejar l'última planxa amb l'almívar, tapar amb un paper i portar al congelador. Treure el pastís, desemmotllar, estendre una capa de merenga Italiana, passar-li un bufador i posar-li gelatina neutra. **NEWSPA**

Recepta col·leccionable a la pàg.42

CREMA DE LLIMONA

Ratlladura de 5 llimones
230 g suc de llimona
160 g rovells d'ou
160 g ou
230 g sucre
160 g mantega de coco

MERENGA ITALIANA

150 g sucre
45 g aigua
150 g clares
40 g sucre

ALMÍVAR DE LLIMONA

500 g aigua
200 g sucre
50 g suc de Llimona

BESCUIT (1 PLANXA)

290 g sucre
420 g ou
290 g midó de blat de moro

Planxes i capes

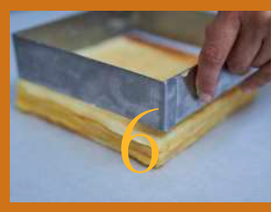
1 BESCUIT PLANXA: Muntar els ous amb el sucre, I afegir el midó tamisat. Col·locar la preparació en una safata de 60x40 i cuinar a 220ºC.

2 ALMÍVAR DE LLIMONA: Posar l'aigua amb el sucre al foc i una vegada que bulli retirar del foc i afegir el suc de llimona.

3 CREMA DE LLIMONA: Afegir els ous i els rovells a l'almívar fora del foc. Moure i coure al bany maria. Deixar refredar a 50ºC i agregar la mantega.

4 MERENGA ITALIANA: Barrejar el sucre i l'aigua i coure fins a 121ºC. Mentre està al foc, muntar amb 40 g de sucre i abocar el sucre cuit lentament, fins que agafi textura.

Sobre un marc de 20x20 col·locar una planxa de bescuit, humitejar amb l'almívar, estendre una capa de crema i col·locar 150 g cobrint tota la superfície. Cobrir novament amb una altra capa de bescuit i crema.



Humitejar l'última planxa amb l'almívar, tapar amb un paper i portar al congelador. Treure el pastís, desemmotllar, estendre una capa de merenga Italiana, passar-li un bufador i posar-li gelatina neutra.

Patrocinador de:

LA RUTA ESPAÑOLA DEL BUEN PAN
QUINTA EDICIÓN / 2022

Tu poses l'art.

Forn de carro
Serie 700

Nosaltres la tecnologia.

REVENT és el forn de carro per a pans de pagès i especialitats artesanes. La innovadora tecnologia del sistema de cocció Revent, li permet ser l'únic al mercat que projecta l'aire a la sola oferint així una millor cocció del producte.

DES DE 1963
sermont
El teu ingredient tecnològic

Revent

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

Text: Bernat Garau

La fleca mira al futur en temps d'incertesa

L'Assemblea General de Socis del Gremi aprova els Comptes i la Memòria de 2021 i el Pressupost de 2022

El món viu una època d'incertesa i dificultats, després d'encadenar la gran crisi pandèmica amb les conseqüències de la guerra d'Ucraïna en l'economia, que es reflecteixen sobretot en una forta inflació.

En aquest context, el passat mes de juliol es va celebrar, al domicili social del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona, l'Assemblea General de Socis, en el decurs de la qual es va aprovar la Memòria d'Activitats, els Comptes Anuals i la gestió del Comitè Executiu i la Junta Directiva Intercomarcal de l'exercici 2021 i el Pressupost d'Ingressos i Despeses per a l'exercici 2022.

Un ofici de futur

En la presentació de la Memòria 2021, entitolada 'Un ofici de sempre, un ofici de futur', el president del Gremi, Andreu Llargués, assenyala que "ha estat un 2021 molt intens i, amb totes les adversitats que el context ens ha portat, no només no hem aturat ni un moment la nostra activitat sinó que, sempre amb el suport i l'empenta dels treballadors i treballadores del Gremi i el suport dels agremiats, hem seguit proposant iniciatives en favor del sector de la fleca i la pastisseria, hem incrementat els contactes nacionals i internacionals amb personalitats i institucions i hem seguit posant especial atenció en el valor de la formació continuada, rigorosa i amb el millor criteri, un fet que segueix sent un dels pilars del nostre Gremi. Una clara mostra de tot plegat és el subcampionat del món aconseguit el 2021 per dos alumnes del Màster en Fleca Artesana, dirigits i tutelats pel director de la Baking School Barcelona Sabadell, Yohan Ferrant i el premi FPCAT2020 que va rebre la nostra Escola de mans de la Generalitat de Catalunya com a reconeixement a la tasca duta a terme en el camp de la formació professional ocupacional", destaca.

PASSAT I FUTUR. Portada de la Memòria d'Activitats del Gremi corresponent a 2021, amb l'eslògan 'Un ofici de sempre, un ofici de futur', que es pot consultar al web del Gremi.

Els números

Pel que fa a la part econòmica, el secretari general, Carles Cotonat, que va exposar els comptes anuals 2021 i el pressupost 2022, va destacar com a fet molt positiu que malgrat estar encara en pandèmia s'ha pogut recuperar plenament l'activitat formativa de l'Escola i executar la totalitat de cursos i programes planificats.

Així mateix, s'ha assolit l'objectiu

pressupostari de recuperar, inclús superar, les xifres de facturació d'exercicis previs a la pandèmia, i presentar uns resultats positius. Els estats financers 2021 han estat auditats resultant una opinió neta i sense excepcions.

Cursos i alumnes

Quant a la formació, una de les branques d'activitat fonamentals del Gremi, la Memòria quantifica en 137 els cursos realitzats en el decurs de l'any, amb un total de 4.880 hores de formació i 1.285 alumnes.

El Gremi també destaca en la Memòria les campanyes dirigides a fomentar el consum de productes flequers de qualitat, com ara la del Dia Mundial del Pa o la de promoció de les fleques artesanes.

També destaca la creació del projecte @Gremi-campus, una eina digital de comunicació entre alumnes i formadors on es pot accedir a vídeos, receptes, dossiers, tècnics i altres materials formatius. Així mateix, dins dels continguts del campus virtual , el 2021 s'ha incorporat el projecte 'Receptes Premium', consistent en 9 vídeos amb receptes d'excel·lència de diverses especialitats de fleca i brioixeria artesana.

Al llarg de 2021, s'han celebrat a l'Escola Andreu Llargués 137 cursos, amb 4.880 hores de formació i 1.285 alumnes

Borsa de treball

Pel que fa a la borsa de treball del Gremi, ha estat molt activa durant el 2021, sent una de les moltes eines de valor que permeten el Gremi ajudar en el dia a dia a tots els agremiats. Així, un 18% ha correspost a oficials 1ª de fleca, un 9% a oficials 2ª, un 38% a auxiliars de fleca, , un 5% a oficials de pastisseria, un 12% a auxiliars de pastisseria i un 17% a venedors. Així mateix, el Gremi recorda que disposa d'una Borsa de Negocis que gestiona les ofertes i sol·licituds de compra i venda de negocis o maquinària que precisin els agremiats.

Presència i ressó

Quant als actes corporatius als quals ha participat el Gremi durant l'any, destaca Intersicop Liveconnect, la presència amb estand propi a la Fira Àpat i el Saló de l'Ocupació, o la visita al Palau de la Generalitat per Sant Jordi, a més de totes les visites a l'Escola realitzades per tot tipus de personalitats, com el delegat de Comerç de la Diputació de Barcelona o els màxims representants de la internacional flequera UIBC.

Així mateix, recorda la participació de Llargués, com a vicepresident de PimeComerç, a reunions organitzades per Pimec en defensa del petit comerç davant les administracions

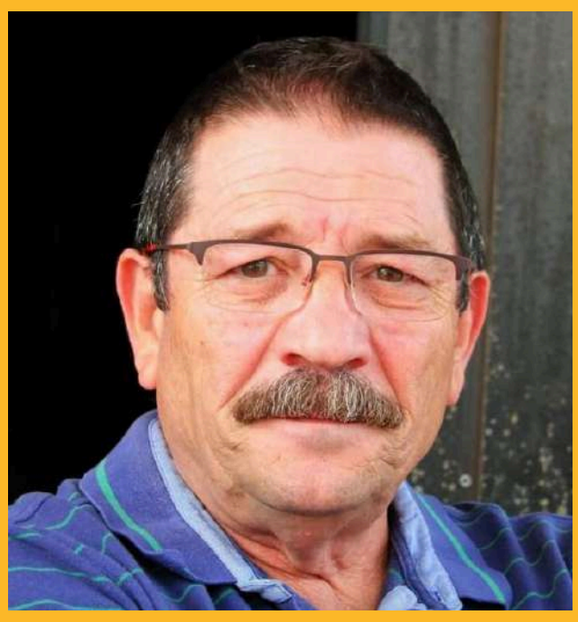
D'altra banda, la Memòria repassa els reconeixements a agremiats, com els Diplomes de Mestre Artesà Alimentari a Enric Bordas, Albert Solà i Antoni Vila; la Llesca d'Or a Miquel Saborit; el Millor Tortell de Reis de Catalunya a Cal Mosso; la Millor Coca de Sant Joan de Crema i Pinyons a Can Plana; el Millor Pa de Pagès Català a Andreu Galceran, amb Anna Valls, Joan Urrea i Tomàs i Xavier Pàmies com a finalistes. **NEWSPA**

D.E.P. ÁNGEL CATENA, FOTÒGRAF I PERSONA EXCEPCIONAL

Una de les notícies més tràgiques que vam patir durant l'any 2021 va ser la sobtada mort del nostre fotògraf Ángel Catena, col·laborador de Newpsa i del Gremi des de feia una pila d'anys.

Periodista, fotògraf, cronista i documentalista tarragoní, amb el seu enorme talent sabia recollir com ningú els resultats del treball de tants i tants forners que han passat per l'Escola de Flequers Andreu Llargués. Els matisos, colors formes, singularitats i detalls de tots els productes que es treballaven i que després gaudíem veient tant a Newspa com a les diferents xarxes socials del Gremi i de l'Escola.

La seva professionalitat i talent, a més a més, venien acompanyats d'un caràcter amable, proper, xerrador, una mica rondinaire i amb un cor que no li cabia al pit. De caràcter extravertit i humil, no tenia mai una paraula dolenta per ningú, gaudia d'un facilitat innata per caure bé i fer-se estimar allà on anava. A Newspa i al Gremi, el trobem a faltar cada dia i enviem una forta abraçada per a la seva família. Descansi en pau.



Entrevista a Carles Cotonat, secretari general del Gremi

"LA PRIORITAT DEL GREMI AQUEST 2022 ÉS TRASLLADAR A LES ADMINISTRACIONS LES NECESSITATS DE LA FLECA PER SALVAR EMPRESES I GARANTIR LLOCS DE TREBALL"

Quin ha estat l'ambient a l'Assemblea General, donades les dificultats que travessa el món actualment?
Els nostres agremiats són empresaris, i com tot empresari, estan molt intranquils pel context econòmic actual. El nostre sector ja va acabar el 2021 molt preocupat pel fort increment dels preus de la farina, principal matèria primera del pa. El mercat del blat va patir moviments especulatius que van fer pujar molt els preus de les farines. Aquesta situació s'ha incrementat el 2022 amb la guerra d'Ucraïna, un país exportador de cereals, i a més estem patint també una important pujada d'altres costos de producció (energia, combustibles, etc.). El sector està fent un exercici de responsabilitat per contenir preus i no traslladar al consumidor tot l'increment que suposa la pujada de costos de producció, reduint marges empresarials. Però aquesta situació no es pot mantenir molt de temps, ja que posa en risc a moltes empreses.
Per altra banda, també preocupa molt l'alta inflació i com es comportarà el consumidor davant d'aquesta pujada generalitzada de preus.

Què destacaria de l'exercici 2021, quant a fites aconseguides pel Gremi?
Destacar com a fet molt positiu que, malgrat estar encara en pandèmia, durant l'any 2021 s'ha pogut recuperar plenament l'activitat formativa de la nostra Escola, després que al 2021 vam haver de tancar uns mesos per les restriccions de la pandèmia, i hem pogut executar la totalitat de cursos i programes planificats. Hem actualitzat la web del Gremi, i hem fet una forta aposta per la comunicació digital amb el llançament de la nostra revista digital newspa.cat.
El Gremi s'està consolidant com l'entitat de referència del sector flequer a Catalunya. Tenim molt bona rebuda entre les diferents administracions, ja que valoren la nostra manera de treballar i d'exposar-los les nostres reivindicacions i demandes en defensa del sector, que fem sempre de manera treballada, raonada i amb dades i arguments que les avalen.
La prova del reconeixement que està assolint el Gremi és el guardó FPCAT 2020, amb el qual la Generalitat de Catalunya ha reconegut la tasca de la nostra Escola com a centre de referència de la formació inicial I ocupacional. També destacar el subcampionat del Món obtingut per l'equip de l'Escola al 8è Mondial du Pain.

Prova del reconeixement que està assolint el Gremi és el guardó FPCAT 2020, amb el qual la Generalitat valora la tasca de l'Escola en formació professional

Què destacaria del Pressupost de 2022? Quins són els objectius i prioritats del Gremi en aquest exercici?
Un cop assolit l'objectiu del 2021 de recuperar els nivells d'activitats previs a la pandèmia, hem preparat uns pressupostos 2022 lleugerament expansius, però sent molt conscients que l'entorn econòmic i social és molt imprevisible.

Com he dit, l'entorn actual és molt incert. En aquest context, la prioritat del Gremi per aquest 2022 és la defensa del sector, traslladar a les administracions competents les necessitats que la fleca té per poder mantenir la seva competitivitat, salvar empreses i garantir llocs de treball. I això ja s'està fent amb una agenda molt intensa de contactes i reunions amb administracions.
Una altra prioritat és la formació. El sector té una necessitat important de forners qualificats i ben preparats. Estem davant la paradoxa que necessitem forners, cosa que demostra que el nostre sector té molt futur, i no en trobem. Moltes fleques viables han de tancar o no poden créixer perquè no troben professionals qualificats o no tenen relleu generacional.

A banda d'aprovar tot el previst a l'ordre del dia, de quins temes heu parlat i a quines conclusions heu arribat?
El problema del relleu generacional i la manca de professionals qualificats és el que més preocupa actualment al sector. Malauradament, és un problema que no es pot resoldre d'un dia per l'altre: formar un bon professional no és qüestió de dies.

> "Estem davant la paradoxa que necessitem forners, cosa que demostra que el nostre sector té molt futur, i no en trobem"

Tenim un problema com a societat perquè hi ha un excés de llicenciats i universitaris, que sovint acaben fent feines per les quals no necessiten aquesta titulació, i mentrestant no tenim professionals formats en els oficis. El model educatiu ha de canviar, perquè la formació professional no es vegi com una solució per aquells que no volen anar a la Universitat.
Com a sector, hem de prestigiar l'ofici i fer-lo atractiu perquè els joves, i aquells que busquen una nova oportunitat laboral o empresarial, vegin que al nostre sector es poden guanyar bé la vida i tenir un bon futur professional.

El Gremi mostra als joves de Sabadell la feina a la fleca

El president Andreu Llargués assisteix a la cloenda del programa Coneixement d'Oficis de l'Ajuntament

El president del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona, Andreu Llargués. i el secretari general, Carles Cotonat, han assistit a la cloenda del programa Coneixement d'Oficis de l'Ajuntament de Sabadell, celebrada recentment a l'Auditori Fira de la cocapital del Vallès Occidental, juntament amb Marta Farrés, alcaldessa de Sabadell; Montserrat González Ruiz, tinenta d'alcaldessa de Desenvolupament Econòmic i Impuls Administratiu, entre altres.

Aquest projecte escola-treball serveix per ajudar els joves de segons cicle d'ESO a definir el seu itinerari formatiu i laboral mitjançant tallers integrats dins la programació acadèmica, de manera que l'alumnat passa per totes les especialitats, inclosa la fleca. L'objectiu és apropar els joves a la pràctica dels oficis.

El Gremi participa en aquest projecte des de fa anys, oferint els alumnes d'ESO de Sabadell la possibilitat de conèixer com és el dia a dia a la fleca, mitjançant tallers específics a les instal·lacions de l'Escola de Flequers Andreu Llargués. NEWSPA

Responsables de Comerç visiten la nostra Escola

Representants del Consorci de Comerç, Artesania i Moda de Catalunya (CCAM) visiten l'Escola Andreu Llargués

Una delegació de representants del Consorci de Comerç, Artesania i Moda de Catalunya (CCAM) hanvisitat recentment l Escola de Flequers Andreu Llargués, quedant molt satisfets amb les instal·lacions del centre formatiu.

En concret, la visita institucional ha estat realitzada per Agnès Russiñol i Amat, directora del CCAM; Marta Raurell, de l'Àrea de Comerç del CCAM, i Joan Morera, responsable d'estudis i nous projectes. Els han guiat per les instal·lacions de l'Escola Andreu Llargués, president del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona; Carles Cotonat, secretari general; Montse Ruiz, responsable del Departament de Formació del Gremi, i Yohan Ferrant, director del centre formatiu.

Promoció del comerç

El Consorci de Comerç, Artesania i Moda (CCAM) aglutina en una entitat especialitzada la gestió de les polítiques en matèria de promoció de comerç, artesania i moda de Catalunya.

Està integrat per l'Administració de la Generalitat de Catalunya i pel Consell General de les Cambres Oficials de Comerç, Indústria i Navegació de Catalunya. Adscrit al Departament d'Empresa i Treball, té com a finalitat general la promoció i l'impuls del sector comercial, l'artesanal, i el suport a la moda catalana, amb l'objectiu de fomentar la competitivitat i la qualitat d'aquests sectors, a nivell nacional i internacional. La presència del sector empresarial i la resta d'agents socials i econòmics, vinculats amb els àmbits del comerç, l'artesania i la moda, tenen veu en el Consorci a través dels seus òrgans de participació.

Recentment, el president i el secretari general del Gremi van assistir com a convidats a la presentació del Pla d'Acció del Comerç, l'Artesania i la Moda 2022-2025, presentat pel conseller d'Empresa i Treball, Roger Torrent i Ramió, amb presència de la directora del CCAM. NEWSPA

Agnès Russiñol, directora del Consorci de Comerç, Artesania i Moda de Catalunya (CCAM)

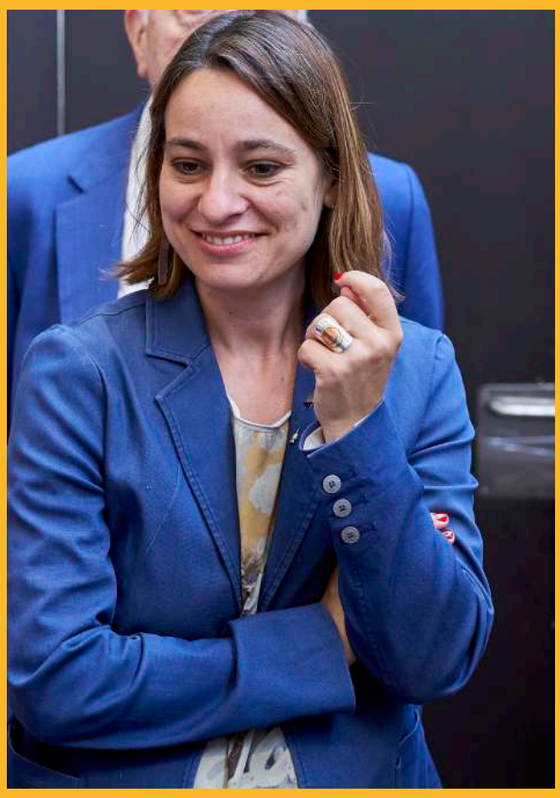
"LES FLEQUES SÓN IMPRESCINDIBLES PER DINAMITZAR ELS CENTRES DELS POBLES I LES CIUTATS I VERTEBRAR ELS VEÏNATS. HEM DE DEFENSAR AQUEST MODEL DE COMERÇ CATALÀ"

Què li ha semblat l'Escola i la seva oferta formativa?
Crec que són unes molt bones instal·lacions, i de fet, ens han comentat des del Gremi que se'ls están quedant petites. Per tant, això significa que els cursos per a flequers i els certificats de professionalitat tenen molta demanda. I més que n'hauria de tenir, perquè el sector necessita persones que tinguin ganes de treballar, i com més cursos que es facin, més es podrán formar aquestes persones per començar a treballar.

Quin paper té la formació d'Escoles com la nostra a la consolidació del teixit comercial del país?
Tot el sector comercial, les associacions territorials, els gremis, tots coincideixen en el fet que falten treballadors. Des del Consorci hem de treballar una línia per prestigiar el sector i fer-lo més atractiu per tal que la gent vulgui treballar en aquest. Tot el que sigui potenciar l'ofici és bo.

Què n'opina de les fleques com a empreses de proximitat en la vertebració del territori?
Les fleques, com altres establiments comercials, són imprescindibles per dinamitzar els centres dels pobles i les ciutats i per vertebrar els nostres veïnats a nivell de cohesió social. Hem de defensar aquest model de comerç català. Qui s'imagina un poble sense fleca? Qui s'imagina no poder menjar un pa artesà de qualitat fet per un forner amb ofici?

Com creu que es pot ajudar la fleca a vèncer els problemes que té quant a manca de personal qualificat i competència deslleial per part de supermercats, botigues de conveniència, etc.?
Quant a la manca de personal, això va molt lligat a com les fleques innoven quant a sistemes de producció per tal que les persones que treballen no hagin d'entrar a la una de la matinada, sinó a les cinc, per exemple, i d'aquesta manera fer més atractiu aquest ofici. Per tal que es produeixi el relleu generacional, cal que les persones es formin i que els empresaris s'obrin a innovar en tot el sistema de producció per què les persones que s'incorporin al sector tinguin horaris més saludables.
Quant a la competència deslleial, el repte que tenim tots plegats és oferir a la ciutadania tota la informació sobre la qualitat que té el pa fet a una fleca artesana amb persones amb formació i experiència. Encara que cada cop tenim uns consumidors més exigents que volen una determinada qualitat, moltes vegades no arribem a aquest públic objectiu perquè no sabem comunicar que realment estem produint i venent aquell producte de qualitat. Sigui com sigui, cal formar al màxim la ciutadania perquè la gent sàpiga què compra i pugui diferenciar el pa artesà de qualitat i el que no ho és.



"Qui s'imagina un poble sense fleca o no poder menjar un pa artesà de qualitat?"

El Millor Pa de Pagès Català

Un jurat presidit per Andreu Llargués i en el que hi figura Mari Cruz Barón escull els finalistes del Millor Pa de Pagès Català 2022

Vint-i-sis fleques han participat recentment a l'eliminatòria del Concurs Millor Pa de Pagès Català 2022, convocat pel Consell Regulador de la IGP Pa de Pagès Català.

El jurat del certamen ha estat presidit per Andreu Llargués, president de la Federació Catalana d'Associacions de Gremis de Flequers i del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona. Juntament amb ell, han tingut la responsabilitat de seleccionar els millors pans presentats Antoni Figuera, president de la IGP Pa de Pagès Català, i dos representants de les principals escoles de fleca del país: M. Cruz Barón, subdirectora de l'Escola de Flequers Andreu Llargués, i Antoni Valls, director de l'Escola de Flequers de Barcelona.

> Els cinc seleccionats competiran a la final el 17 de setembre a Barberà del Vallès

Cinc finalistes

L'Obrador dels 15 (Mònica Gregori, Barcelona), David Hernández (Montserrat Forners, Barcelona), Forn Artesà l'Espurna de Berga (Joan Urrea, Berga), Forn Massana (Francesc Massana, Cornellà) i Andreu Bertran (Forn Mistral, Barcelona) són les cinc fleques que s'han classificat per a la final del Concurs Millor Pa de Pagès Català 2022. La final tindrà lloc a la ciutat de Barberà del Vallès,el proper 17 de setembre.

Entre els cinc finalistes hi figura el guanyador del Concurs en l'edició l'any 2109 (Forn Mistral), juntament amb tres fleques que ja han estan finalistes al concurs alguna vegada (L'Obrador dels 15, Forn Artesà l'Espurna de Berga i Forn Massana). La fleca Montserrat Forners és el primer cop que s'ha classificat per la final del Concurs Millor Pa de Pagès Català. NEWSPA

La tercera promoció del Màster exhibeix els seus fruits d'excel·lència

L'Escola Andreu Llargués celebra l'acte de cloenda de la tercera edició del Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència

La nostra Escola ha celebrat 'acte de cloenda de la tercera edició del Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència, amb presència del director de l'Escola, Yohan Ferrant; la subdirectora, Mari Cruz Barón; el secretari general del Gremi, Carles Cotonat, i el co-formador d'aquesta edició del Màster, Sylvain Herviaux. L'acte ha tingut lloc en el marc d'una jornada de portes obertes a l'Escola, on els participants del Màster han exposat les seves elaboracions en una taula final. Després de l'avaluació dels formadors, s'ha procedit al lliurament de diplomes.

Recuperar el ritme

¨No ha estat fàcil recuperar el ritme després de la pandèmia, però hem tingut un any molt bo, amb un grup de gent molt motivada i apassionada", assegura Ferrant. Entre els alumnes, hi figura gent d'altres llocs de l'Estat, com Madrid o Alacant. Hi ha hagut perfils diferents, amb nivells variats", indica. "Entre les novetats d'aquesta edició, destaca "un pa nutricional fet amb altres tipus de farines: més lleguminoses, amb més fibra i encara més bones per a la salut".

Sota el seu punt de vista, "aquest màster ajuda a pal·liar les carències formatives que encara hi ha a la fleca espanyola, i serveix per afinar el criteri en fleca. És quelcom que ja s'ha fet en pastisseria i cuina, i ara s'està fent en fleca", explica.

Quant a les novetats de cara a la propera edició del Màster, avança que "afegirem pocs canvis, més enllà d'apostar encara més per la brioixeria. Hem de continuar en la mateixa línia i seguir millorant", incideix. NEWSPA

DANIEL JORDÀ

"Tinc 57 anys i porto gairebé 40 treballant a la fleca. Estic al front de Panes Creativos, un laboratori d'idees que elabora tot tipus de pans destinats a un client exigent que busca propostes de qualitat diferenciades pel seu sabor i creativitat. He fet el Màster per tornar a aprendre moltes coses. Sóc d'una altra generació i volia a tornar a començar. Recomano a tothom de tant en tant fer un reset i tornar-se a posar les piles. A més, tinc una gran relació amb el Yohan. El que més m'ha interessat ha estat la brioxieria fullada i els pans nutricionals. Fer pans bons i ben elaborats, i que al mateix temps siguin saludables per als clients suposa una nova via molt important per a la fleca, en la línia de cuidar els clients. He aplicat ja 8 o 9 receptes del Màster a la carta de pans del meu negoci. Aquest curs et fa millor professional, i això es nota en els pans que treus dia a dia".

ROGER VILARDOSA

Tinc 22 anys i la passió per la fleca em ve de família, ja que tenim un negoci familiar. El fet de cursar aquest Màster ha estat una experiència magnífica, que em donarà la possibilitat de créixer professionalment i accedir a llocs de treballs més exigents. El que més destacaria del Màster és, sens dubte, el Yohan: és un crack, un vertader mestre flequer que sap moltíssim de l'ofici. Gràcies a ell, he adquirit moltíssims coneixements que podré aplicar a la meva feina, especialment en el que toca a organització a nivell de producció. Sento que, amb el Màster, he pujat de nivell com a flequer. He estat selecionat per competir, entrenat pel Yohan, a lapropera edició del Mondial du Pain. M'esperen uns mesos d'exigents entrenaments que afrontaré amb il·lusió i esforç".

RUBÉN VICENTE

"Sóc d'Alacant, tinc 25 anys i treballo a la fleca de la meva família. El Màster ha estat una passada, hem après un munt de tècniques noves i moltes coses que no estem acostumats a veure. Estic molt content amb la formació rebuda. El que més m'ha sorprès ha estat conèixer mestres flequers de la categoria del Yohan i el Sylvain. També destacaria la convivència amb els companys de Màster, hem fet molta pinya i m'emporto un bon grapat d'amics. Incorporaré moltes tècniques al meu dia a dia professional, al final són eines que m'ajudaran a gestionar d'una manera diferent coses que ja faig a la meva fleca. Sento que, després de cursar el Màster, sóc un professional una mica més complet: domino més tècniques i em sabré moure millor a l'ofici".

FRANCISCO PEÑA

"Amb 31 anys, porto tota la vida a l'ofici. Vinc de família flequera, m'he criat pràcticament a un forn i les meves joguines eren les masses. L'experiència de cursar el Màster ha estat molt bona i molt enriquidora a nivell personal i laboral. El que més destacaria de la formació rebuda són els conceptes i la proximitat dels professors. Aplicaré molts dels coneixements adquirits durant el màster, sobretot quant a l'elaboració del pa, les barreges de farines, els pans nutricionals i l'aplicació de llargues fermentacions. Sé que haver passat per aquesta formació em farà créixer moltíssim professionalment, sobre tot perquè m'ha despertat moltes ganes de seguir aprenent i formant-me".

LAURA BELZA

"Vaig deixar la Universitat perquè no em satisfeia i vaig començar a fer elaboracions de pastisseria a casa. Després, vaig fer un cicle mitjà de fleca i pastisseria, i finalment, he decidit fer el pas per millorar la meva tècnica i els meus coneixements amb aquest Màster. En el meu cas, ha estat una mica feixuc, perquè vinc de Madrid i m'he hagut de desplaçar cada setmana, al mateix temps que estic treballant. Però l'experiència ha valgut molt la pena. Vaig descobrir l'Escola per un amic meu que va venir a fer el curs d'iniciació i em va donar molt bones referències. El que més m'ha sorprès ha estat la gran quantitat de tècniques que hem après cada setmana. Incorporaré algunes de les coses que he après a la producció de la fleca on faig feina. Haver tingut contacte amb Yohan i Sylvain i veure'ls treballar ha estat una gran oportunitat i crec que em pot obrir portes professionals en un futur".

MIQUEL TERMES

"Sóc biòleg i vaig començar a l'ofici perquè m'interessava molt la fleca. Així, fa 10 anys vaig comenár a formar-me i treballar en forns. El Màster ha estat una molt bona experiència. Em vaig apuntar fonamentalment per Yohan, volia formar-me amb ell. A més del Màster, també he cursat una master class. El que més m'ha agradat ha estat tot el coneixement que té el Yohan i lo bé que ho transmet, fent-ho molt fàcil. És increïble com, en tan poques setmanes, ha fet créixer el grup d'una manera brutal, aconseguint una enorme evolució en cadascú de nosaltres. El que més aplicaré a la meva feina són temes de metodologia de treball, organització i escandalls, per aprofitar al màxim els recursos i ser més eficient en la producció, aconseguint major rendibilitat i aplicant una gran creativitat sense malbaratar els diners. He fet el Màster per motius de creixement personal, sentir-me més a gust fent la feina que faig, però amb més coneixements, capacitats i eines".

CARLOS GARCÍA

"Porto des de 2001 al sector, i actuament treballo a Europastry Cereal Bakery. Cursar aquest Màster ha sigut brutal, i més per mi que fins fa un any no treballava en l'artesania, ja que vinc de la fleca industrial. Poder arribar a presentar una taula amb productes artesans ha estat tota una experiència. El que més destacaria del Màster són els mestres: Yohan i Sylvain tenen un nivell increible i son flequers reconeguts mundialment. Els companys, les instal·lacions,... tot ha estat fantàstic.
Fins fa 12 mesos, mai havia format una barra, així que Part de la meva feina són les xarxes socials i la imatge del Cereal Bakery, i faig vídeo-receptes setmanalment. Els coneixements adquirits al Màster m'ajuden setmana a setmana en aquesta tasca.

MARCOS ORTEGA

"Vinc d'un sector totalment diferent, el dels videojocs. Fa 6 anys, vaig començar a formar-me en fleca artesana aquí, a l'Escola Andreu Llargués. En el meu cas, em vaig apuntar al Màster per completar la meva formació prèvia. Treballo en fleca industrial, fonamentalment en el sector del pa. El que més m'interessava era començar a treballar la brioixeria des d'un punt de vista artesà, per completar el bagatge que porto fins ara. He après molt, sobretot pel que fa a conceptes i noves tècniques, bastant innovadores i de caràcter francès, que és el que m'interessa. El que més m'ha sorprès del curs ha estat el mètode de treball, sobretot quant a elaboracions que, quan no les coneixes en profunditat, penses que potser són molt difícils de fer. Després, quan comences a tenir un mètode, veus que ho pots adaptar al teu mètode propi i començar a treballar d'una manera més eficient. El que més incorporaré són coneixements a nivell de fermentacions i tècniques per evitar ineficiències. Gràcies al màster, ara sóc un treballador més complet, més interessant per l'empresa on treballo i amb un millor currículum".

RICARDO TORRES

Xef d'origen colombià amb residència a Cali, on lidera la cuina del restaurant Waunana, on s'inspira en els colors, sabors i textures que ofereixen els ingredients de Colòmbia per a crear així plats únics. Es presenta a les seves xarxes socials com a "continu aprenent de forner" i, tot i viure i treballar a l'altra banda de l'oceà, amb totes les dificultats que això suposa, ha apostat per l'Escola de Flequers Andreu Llargués i el Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència per a continuar formant-se en l'apassionant món de la fleca. Ho ha fet amb l'objectiu d'incorporar a l'oferta del restaurant algunes de les elaboracions que Yohan Ferrant ha ensenyat als alumnes del Màster, assegurant per als seus clients la màxima excel·lència i qualitat en fleca i brioixeria No ha pogut acudir a la cloenda per trobar-se al seu país atenent els seus compromisos professionals.

Sylvain Herviaux enlluerna amb els seus pans nutricionals

Aquest prestigiós flequer francès, MOF 2011, 'ambassadeur du pain' i col·laborador del Màster, imparteix una interessant master class a l'Escola Andreu Llargués

Amés de participar com a co-formador en la tercera edició del Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència, el flequer, Sylvain Herviaux ha compartit part dels seus coneixements en l'Escola de Flequers Andreu Llargués mitjançant una master class sobre pans nutricionals.

Herviaux és MOF 2011 i 'ambassadeur du pain', a més de Jove Boulanger de França, Premi del President de la República, guanyador del Trofeu dels 'ambassadeurs', entrenador de l'equip guanyador del Mondial du Pain 2013 i ha estat guardonat com "un dels millors artesans de França". També ha estat entrenador en el CFA Ploufragan.

Natural

Durant la master class, Herviaux ha mostrat als alumnes com elaborar pans amb alt valor nutricional fets amb farines ecològiques i amb diverses masses mare naturals. També s'han realitzat originals productes de restauració ràpida tipus snacking.

L'objectiu del curs és optimitzar l'oferta a la clientela de manera significativa, amb pans nutricionals amb massa mare natural i 'snacking' únics per a emportar. Es tracta d'un concepte guanyador que respon a la demanda del mercat i l'exigència dels clients, que exigeix la màxima excel·lència en els productes i els processos. NEWSPA

Entrevista a Mari Cruz Barón, subdirectora de l'Escola

"EN AQUEST OFICI TOTS ACABEM SOTMESOS AL MATEIX, I AIXÒ ENS ENCANTA"

Impressionada per l'estructura de l'escola i les peces que es fornegen cada dia a l'Escola Andreu Llargués, la Sabrina Feijóo, estudiant de Periodisme i filla d'una alumna, ha entrevistat a la Mari Cruz Barón, subdirectora i formadora del centre. Des del Gremi, trobem aquesta entrevista molt emotiva i per això us la volem fer arribar.

"Moltes vegades en les llars falta menjar. No hi ha ous, no hi ha peix, no hi ha fruita,xocolata... Però, pa? Pa no. Pa no falta mai. I si falta es compra. Perquè el pa és senzill, i per això agrada a tothom.

A la Mari Cruz el pa també li agrada, com també li agrada la gent i somriure. Als seus 50 anys somriu tant que sembla que ho faci per lluir els ferros que viuen en la seva dentadura. Quan parla em mira en tot moment, amb uns ulls grisos, brillants, de gotes de rosada. El seu pèl és d'un arrissat elèctric, indefinit i lliure, tenyit de foc. La calor del seu rostre contrasta amb el blanc excessiu del seu despatx i amb el del seu uniforme de treball. És una sala petita i plena desbordar.

M'ofereix alguna cosa de menjar i em penedeixo d'haver esmorzat fa menys de dues hores. Però quan em pregunta si vull veure l'escola i l'espai de treball no dubto a dir que sí, i ella a aixecar-se i obrir-me la porta. «Que atenta», penso.

Fora del despatx l'olor de dolç i a riures ens envaeix. Són les 11 del matí i els estudiants de la nau Cal Molins de Sabadell tenen mitja hora per esmorzar. En 10 passos arribem a la cafeteria, repleta de gent i de productes acabats de coure. M'explica que aquí els alumnes de fleca practiquen les vendes i l'atenció al públic. Després m'ensenya les altres sales de formació, com qui té una visita i diu orgullós: "mira, aquesta és la meva casa".

—Jo també vaig començar a l'escola com a alumna, encara que les meves arrels estiguin en l'hostaleria. Quan tenia 4 anys, els meus pares van comprar un restaurant, i des de llavors tots els festius, vacances, nadal, aquí ficada. Quan es van jubilar, els meus germans i jo vam decidir vendre el negoci i passar pàgina. Però tampoc coneixia un altre món, per això quan em vaig fixar en aquesta escola ho vaig fer amb la idea d'implementar el curs de fleca a cuina. D'això fa ja més de 20 anys...

Però, no vas tornar a la restauració.

—El pa em va enganxar. Vaig descobrir una cosa nova, inesperat, creatiu, dotat de versatilitat... Em va sorprendre, no era el que m'esperava.

Esperaves alguna cosa en concret?

—La fleca abans era vista com un ofici d'homes, que implicava un gran esforç físic i un horari nocturn molt disciplinat. Però malgrat els prejudicis que portava damunt vaig decidir entrar en aquest món.

Mantens aquests prejudicis?

—Em vaig adonar de tantes coses... Per començar, és un ofici molt sensorial que implica saber fer i tocar. Les masses estan vives i es van transformant constantment. La mateixa elaboració cada dia adquireix un comportament diferent, mai és vàlida la mateixa fórmula.Has de parlar amb elles per entendre què et diuen a cada moment.

Semblen persones

—Ho són. Les masses mai estan iguals, són sensibles a gairebé qualsevol estímul i un necessita posar-se al seu servei per a comprendre-les. Es pot perfeccionar la tècnica al màxim, i fins i tot crear una nova, però al final has d'entendre que estàs treballant amb alguna cosa que està viu i que mai reaccionarà igual: l'afecta el temps, la temperatura, les quantitats... Tot.

Cal ser humil per a ser forner, per a sotmetre's a una massa?
— No cal ser-ho, però al final és el que t'ensenya. El pa ens converteix a tots en humils perquè fa adonar-te que no saps res, i que no importa d'on vinguis, cap a on vagis, al final, en aquest ofici, tots acabem sotmesos al mateix, i això ens encanta.

La Mari Cruz s'ha sotmès, i ni el temps pot amb aquesta força. A les 7.30 del matí encén es llums de l'espai de fleca, una hora més tard comencen els primers cursos, i a les 9 de la nit acaben els últims. Ella mateixa es retroalimenta i és capaç de lliscar-se per tota la jornada com per un tobogan.

— Hi ha dies on aviso de què marxo una mica abans de l'escola i em diuen: "Però Mari Cruz, si fa 10 hores que ets aquí!" El meu marit moltes vegades diu que tinc sort que l'escola tanqui...

Vostè és la subdirectora del centre, és difícil compaginar tanta dedicació amb l'àmbit personal?
— És una bona pregunta, —per primera vegada en tota l'entrevista mira cap a un altre costat—l'equilibri sempre ha estat la part més complicada d'aquest ofici.

I ser dona, ha suposat una dificultat afegida?
—Al principi? Era una "bestiola rara". Moltes vegades l'única dona que hi havia a les aules era jo, i en ser jove la gent et pren menys de debò. A forners que portaven tota la vida en l'ofici els resultava difícil entendre com una dona jove volia dedicar-se a això; suposava un xoc per al sector. Però les coses han anat canviant. Per exemple, en l'última formació d'excel·lència per primera vegada en la història va haver-hi més dones que homes. Ens vam fer fins a una foto! Demostra que cada vegada hi ha una major presència femenina, que l'ofici no entén de gènere, és de persones, i punt.

Persones, com Aimar, que va venir des del Marroc sota un camió fa dues dècades. A través de la casa d'acolliment en la qual estava vi a fer la formació. Va aconseguir acabar els seus estudis i un lloc de treball que manté fins avui en dia i li dóna menjar a ell i a la seva família.O com Javier, que era biòleg i treballava en un laboratori. No li agradava, i va acabar fent el curs d'iniciació a fleca. Allí va descobrir, gairebé sense voler-ho, la seva vocació. L'any passat va guanyar el premi al millor croissant de mantega d'Espanya. La Mari Cruz m'explica les seves històries, i jo només puc veure en elles un reflex de l'agraïment que sent pel pa.

També t'has presentat en algún concurs?
—Sí! He tingut la sort de poder participar dues vegades en el campionat nacional d'Espanya deFleca, però no competint, sinó com a jurat. És molt emocionant! No em crida l'atencióparticipar en una competició, no em motiva saber que sóc millor que algú, tenirreconeixement extern. El pa és molt sacrificat i el treball que hi ha de fons i acompanya aquestesforç, com el treball de l'escola, és una cosa que va més amb mi.

La Mari Cruz quan parla hipnotitza. Sap sentir i expressar el que sent. Gaudeix del que fa,de l'ensenyament d'un món que està en totes les taules a l'hora de menjar, però que és un desconegut, perquè ningú dota de vida a una fogassa de pa. El que diu és magnètic, perquè treua la llum l'invisible, per primera vegada.

Em costa creure que tothom senti l'ofici de la mateixa manera.
—Això seria impossible. Molta gent acaba treballant en el sector industrial, sense tenir cap contacte amb la massa, i s'esvaeix aquesta passió... Però amb el retrobament l'espurna sol revivar-se.

I la seva espurna, alguna vegada s'ha apagat?
—Mai "

Les millors coques salades, segons Mari Cruz Barón

La subdirectora de l'Escola Andreu Llargués imparteix un monogràfic sobre 'Assortit de coques salades'

A finals del mes de juny, concretament els dies 29 i 30, l'Escola de Flequers Andreu Llargués ha acollit un curs sobre 'Assortit de coques salades', impartit per la subdirectora del centre formatiu, Mari Cruz Barón.

Adreçat a professionals interessats a actualitzar la tècnica d'elaboració dels diferents productes, el curs ha abordat diferents elaboracions clàssiques de productes salats actualitzats amb productes de temporada.

Tècniques i elaboracions

D'aquesta manera, Barón ha aprofundit en diverses tècniques de fermentació en fred i directe, així com en la precocció, reconstitució i conservació del producte, sempre amb matèries primeres de temporada.

> Barón ha aprofundit en diverses tècniques de fermentació en fred i directe, així com en la precocció, reconstitució i conservació del producte

Durant les 10 hores que ha durat el curs, 100% subvencionat, s'han elaborat productes i elaboracions com ara: coques de massa fina i gruixuda de fermentació directa i de 24 hores en fred, masses de coques amb diferents espècies i sabors, coques de recapte amb masses d'alta hidratació i verdures fresques i coques de disseny en format individual i 'foccaccia'.

Tendència i tradició

L'objectiu del curs, que forma part del programa de monogràfics de fleca i pastisseria de la nostra Escola, és poder incorporar elaboracions a la fleca i d'aquesta manera sorprendre els clients amb novetats de màxima excel·lència, elaborades amb matèries primeres de primera qualitat i molt en la línia de les tendències més actuals del mercat i les preferències dels clients d'avui en dia, però sempre amb el recolzament de la millor tradició flequera.

PROPERES MASTER CLASSES TARDOR 2022

- LA FLECA AL NATURAL. FARINES BIOLÒGIQUES, PANS 100% MASSA MARE (10h)
12 i 13 de setembre (Yohan Ferrant)

- LA BRIOIX (10h)
14 i 15 de setembre (Yohan Ferrant)

- BRIOIXERIA CREATIVA. ELS SECRETS DEL PREPARADOR DE L'EQUIP DELS 'ESPIGAS' (10h)
5 i 6 d'octubre (José Roldán)

- L'EXCEL·LÈNCIA DEL CROISSANT ARTESÀ (10h)
24 i 25 d'octubre (Yohan Ferrant)

- PANS INTEGRALS (10h)
26 i 27 d'octubre (Yohan Ferrant)

- LA RESTAURACIÓ RÀPIDA EN LA FLECA. SNACKING GOURMET (10h)
2 i 3 de novembre (Yohan Ferrant)

- INNOVACIÓ I EXCEL·LÈNCIA EN FLECA (14h)
Data per determinar (Matthieu Atzenhoffer)

- PANETTONE: NOVES TENDÈNCIES (15h)
7, 8 i 9 de novembre (Yohan Ferrant)

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

CURSOS MONOGRÀFICS TARDOR 2022

- EINES DIGITALS
1. Introducció al màrqueting ditgital. Publicitat amb canva (5h)
2. Créixer a Instagram amb una imatge brillant. Com ho poden fer servir els comercials? (12h)
Sessió presencial: 18 de setembre
Sessions webinar: 21, 26 i 28 de setembre

- PIZZES FLEQUERES (10h)
19 i 20 de setembre (Mari Cruz Barón)

- BARISTA, EL MÓN DEL CAFÈ -EL GRA A LA TASSA (20h)
21, 22, 28 i 29 de setembre (Pere Queralt)

- PRESENTACIÓ DE PRODUCTES I VENDA PER IMPULS (10h)
26 i 27 de setembre (Toni Vera)

- PANELLETS (10h)
3 i 4 d'octubre (Toni Vera)

- PASTISSOS VEGANS, APTES PER INTOLERÀNCIES (10h)
13 i 14 d'octubre (Francisco Ramírez)

- COOKIES (10h)
17 i 18 d'octubre (Jordi Farrés)

- CANAPÈS (20h)
Del 19 al 21 d'octubre (Toni Gómez)

- PREFERMENTS (10h)
24 i 25 d'octubre (Àngel Zamora)

- FULL DE TARDOR (10h)
26 i 27 d'octubre (Toni Vera)

Aquesta actuació està impulsada i subvencionada pel Consorci per a la Formació Continua de Catalunya i finançada pel Fons Social Europeu com a part de la resposta de la Unió Europea a la pandèmia de COVID-19

Generalitat de Catalunya
Consorci per a la Formació Contínua de Catalunya

Next Generation Catalunya

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

Reforma del RETA

La reforma del Règim Especial de Treballadors Autònoms es començarà a aplicar a partir de 2023

Després de més d'un any de negociacions, la reforma del Règim Especial dels Treballadors Autònoms ha quedat enllestida amb l'acord del Govern amb els sindicats i patronals majoritàries, el que suposa el primer pas per desplegar un sistema de cotització fonamentat en els ingressos reals l'any 2032. Actualment, els autònoms trien voluntàriament la base per la qual cotitzen i el 85% ho fa per la més baixa, que implica una quota de 294 euros al mes.

Malgrat que encara cal aclarir i negociar alguns punts de l'acord, la taula de negociació ja ha pactat el punt més controvertit com és la taula de cotitzacions de la primera part dels nou anys del període transitori, que començarà en el 2023 i terminarà el 2025. Aquestes taules s'aniran revisant fins a l'any 2032, quan definitivament, i si es comprova que el sistema realment funciona, cada autònom ja no cotitzarà entre el mínim i el màxim, sinó únicament pels ingressos reals que obtingui de la seva feina, de forma igual que els treballadors assalariats.

Quota d'autònom entre 2023 i 2025.

La nova llei que instaurarà el nou sistema de cotització d'autònoms preveu un període transitori de nou anys, en el que en els tres primers que van de 2023 al 2025 es continuarà triant la seva base, però partint de la quota mínima que es fixaran a partir dels trams d'ingressos reflectits a les taules. És a dir, les taules establiran el mínim que haurà de cotitzar, podent triar bases més altes si així es desitja.

> Actualment, el 85% dels autònoms tría la seva base de cotització a la baixa perquè implica una cuota de 294 euros al mes

En aquesta taula per als anys 2023, 2024 i 2025 es modifica, en relació amb la regulació actual, els primers trams per rebaixar les quotes i les bases de cotització dels autònoms amb ingressos inferiors a 1.166,70 euros i 1.300 euros. La resta de trams no sofreixen variacions.

Any 2023: una quota mínima d'autònom de 230

Per a l'any 2023 s'estableix que, per aquells autònoms que els seus rendiments nets estiguin per sota de 670 euros, cotitzaran per una base de 751,63 euros i la seva quota serà de 230 euros. Per la resta de trams la quota anirà incrementant-se: 260 euros/mes i 275 euros/mes, fins a arribar als 291 euros/mes per al segment d'ingressos inferiors a 1.166,70 euros i 1.300 euros. La resta de la taula es continua elevant fins a arribar a una quota mínima de 500 euros pels autònoms que tinguin rendiments superiors als 6.000 euros.

Any 2024: una quota mínima d'autònom de 225

Per a l'any 2024, la quota mínima baixarà per als que tinguin ingressos inferiors a 670 euros/mes. Aquests treballadors autònoms tindran una base de 735,29 euros i pagaran una quota mínima de 225 euros/mes. Xifra que augmentarà en els següents dos trams a 250 euros/mes i 267 euros/mes. El següent és ja els 291 euros/mes de quota pels que tenen ingressos inferiors a 1.166,70 euros i 1.300 euros. La resta de trams i cotitzacions es manté com el quadre publicat. Així mateix, aquells que tinguin rendiments superiors a 6.000 euros haurien de pagar una quota de 530 euros al mes.

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

Anys 2025: una quota de 200 euros mensuals

Finalment, l'any 2025, el que serà l'últim any del període transitori, la quota mínima dels autònoms amb menys ingressos serà de 94 euros inferiors a l'actual i els treballadors per compte d'altri pagaran a la Seguretat Social 200 euros. La seva base en aquest cas serà de 653,59 euros. Les quotes en els següents trams també tindran canvis: 220 euros/mes, 260 euros/mes i al final els 291 euros/mes. Per contra, els autònoms que tinguin ingressos superiors a 6.000 euros, abonaran una quota de 590 euros/mes.

La segona i tercera fase de la reforma

A partir de 2023, es donarà principi a la segona fase del règim transitori de la reforma del RETA que terminarà en 2032. Durant aquest període de temps, s'elaborarà una nova taula per als sis anys restants amb el consens dels agents socials i tenim en compte que la llei preveu pujades de cotitzacions que es publicaran als Pressupostos Generals de l'Estat per anar adaptant les bases dels autònoms als assalariats. D'igual manera que a la primera fase, en aquest segon període els autònoms podran continuar triant entre la quota mínima que els correspongui i la màxima articulada en la taula de cotització, sempre que els seus ingressos li permetin.

Transcorreguts els nou anys del període transitori, en 2032, l'objectiu és que ja no existeixin taules sinó, com preveu la llei i si el sistema ha funcionat correctament, els autònoms cotitzaran directament en funció dels seus rendiments nets reals.

Com es calculen els rendiments nets reals de l'autònom?

El càlcul dels ingressos nets ha estat, junt amb la taula de cotitzacions per la primera fase, un dels grans problemes de la negociació. Cal recordar, que a l'avantprojecte de llei, el Govern tenia intenció d'utilitzar tots els ingressos dels autònoms per calcular el tram de cotització en el que es troben i que paguessin la quota en funció d'aquells. La Seguretat Social pretenia que en els imports econòmics per determinar les bases es fixen atenent als ingressos obtinguts a títol individual o com a soci de qualsevol entitat, a més d'altres rendiments que obtinguessin del seu capital personal. Però finalment, els càlculs dels ingressos reals es realitzarà sobre la base dels rendiments nets de l'activitat que desenvolupi l'autònom per compte propi, i no altres. És a dir, ingressos menys despeses.

Finalment, a aquest import se li sumarà la quota a la seguretat Social, i seguidament se li descomptarà un 7% pels autònoms persones físiques, i un 3% pels societaris, com a compensació de despeses de difícil justificació. Una vegada aplicada la fórmula, els autònoms sabran quina és la seva quota mínima mensual i la seva base de cotització corresponent.

	2023		2024		2025	
Rendiments € / mes	Base € / mes	Quota € / mes	Base € / mes	Quota € / mes	Base € / mes	Quota € / mes
<= 670	751,63	230	735,29	225	653,59	200
> 670 <= 900	849,67	260	816,99	250	718,95	220
> 900 < 1.166,70	898,69	275	872,55	267	849,67	260
>= 1.166,70 <= 1.300	950,98	291	950,98	291	950,98	291
> 1.300 <= 1.500	960,78	294	960,78	294	960,78	294
> 1.500 <= 1.700	960,78	294	960,78	294	960,78	294
> 1.700 <= 1.850	1.013,07	310	1.045,75	320	1.143,79	350
> 1.850 <= 2.030	1.029,41	315	1.062,09	325	1.209,15	370
> 2.030 <= 2.330	1.045,75	320	1.078,43	330	1.274,51	390
> 2.330 <= 2.760	1.078,43	330	1.111,11	340	1.356,21	415
> 2.760 <= 3.190	1.143,79	350	1.176,47	360	1.437,91	440
> 3.190 <= 3.620	1.209,15	370	1.241,83	380	1.519,61	465
> 3.620 <= 4.050	1.274,51	390	1.307,19	400	1.601,31	490
> 4.050 <= 6.000	1.372,55	420	1.454,25	450	1.732,03	530
> 6.000	1.633,99	500	1.732,03	530	1.928,01	590

TAULA DE COTITZACIONS RETA A la taula s'especifiquen les quotes mínimes del RETA en funció del tram de rendiments mensuals de cada treballador.

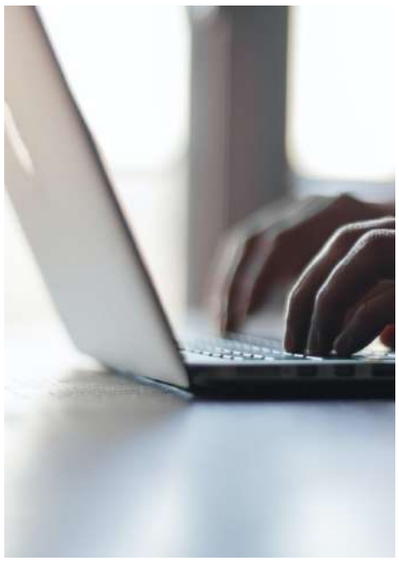
Antonio Caballero
Advocat del Gremi de Flequers
de la Província de Barcelona

Com calcular la quota pel 2023?

Per saber la quota que es pagarà l'any 2023 amb el nou sistema, s'hauria de saber quins rendiments nets anuals s'han obtingut de l'activitat (ingressos menys despesa deduïble). Per exemple: un autònom persona física que ha cotitzat per la base mínima l'any 2022 ha aconseguit uns rendiments de 23.500 euros anuals. Aquesta xifra sumarien el pagament de la quota a la seguretat Social durant l'any de 3.516 euros (293 EUROS x 12 meses). I finalment, als 27.016 euros (rendiments nets més la quota) se li restaria 1.891,12 (del 7% que li correspon a la reducció de despesa de difícil justificació), el que donaria 25.124,88 euros. Si aquesta última xifra la dividim per 12 mesos tenim un resultat de 2.093,74 euros mensuals, que a la taula s'enquadra al tram entre 2.030 i 2.330 euros mensuals que li correspon una base mensual de 1.045,75 euros mensuals i una quota de 320 euros /mes per a l'any 2023.

No abonar la quota corresponent

Si l'autònom no abona la quota corresponent als seus rendiments reals a la Seguretat Social se li reclamarà per ingressar-ho en el termini de 2 mesos, amb els recàrrecs i eventual sanció. I si s'excedeix en la quantia de cotització, la Tresoreria ho retornarà en el termini de 4 mesos. Els autònoms que en aquest moment ja estiguin cotitzant per les bases màximes podran continuar fent-lo en el futur. I aquests que vulguin pujar la seva base, encara que siguin major de 47 anys, ho podran fer sempre que els seus ingressos declarats li permetin.



Per qualsevol dubte o qüestió amb relació a aquest nou sistema de cotització, poden dirigir-se al Departament Laboral del nostre Grem

Terpan ens ofereix alguns consells per arribar al nostre public

Si tens una fleca i ja comptes amb un servei de cafeteria o vols implementar-ho, l'empresa especialitzada en maquinària per a fleques i pastisseries t'ajuda a detectar el teu públic.

En una cafeteria es poden vendre moltes coses. No s'ha de veure el producte com un element de consum, sinó que s'ha d'observar tot el potencial comercial, per tant, la pregunta és: què oferir per cobrir el públic objectiu?

No es tracta només d'aconseguir el màxim de clients ni de fidelitzar-los al màxim possible. També es tracta que el valor mitjà del tiquet sigui el més alt, però amb preus raonables. Com assolim això? Afegint més productes en la comanda! No deixis als teus clients amb gana i complementa el cafè amb la teva especialitat.

Els articles bàsics són sempre un encert: entrepans petits, productes de pastisseria i algun snack. Seran de gran utilitat per a rendibilitzar al màxim la teva clientela. Òbviament, hauràs d'estudiar què esperen de tu i quina és la teva especialitat. Si t'interessa la part més dolça, pots passar dels més bàsics a pastisseria i brioixeria creativa. En canvi, si estàs en una zona més industrial, amb un perfil més de treballador, pots decantar-te més pels entrepans. L'ideal serà complir amb els dos mercats en uns mínims, però especialitzar-te en un d'ells.

Des de Terpan tenen com a propòsit fer del teu negoci, el millor espai pel client. Els seus especialistes t'assessoraran en tot moment! **NEWSPA**

Europastry aposta per la sostenibilitat, reduïnt la seva petjada

Europastry lidera el canvi del sector de la Fleca cap a un futur més sostenible i respectuós amb el medi ambient després de reduir les seves emissions de C02 un 47% entre 2019 i 2021, i el seu consum d'aigua un 14,9%. L'empresa de producció i distribució de pa i brioixeria ha apostat per energies 100% renovables i ha fet una gran inversió en plaques solars en totes les seves plantes per aconseguir aquesta sostenibilitat. Tanmateix, ha començat a fer ús de blat amb el segell "Blat Responsable", supervisant més de 5.000 hectàres de blat, i ha impulsat acords amb proveïdors amb arrelament local per reduïr els foodmiles dels seus productes. Entre altres iniciatives, també comença a fomentar l'ús d'embalatges 100% reciclables. **NEWSPA**

Instamat dissenya la imatge de "Au Pain Rustique food&beverage" a València

Instamat, especialistes en el disseny, fabricació i instal·lació integral de botigues d'alimentació, ha desenvolupat i implementat el nou projecte integral de franquícia per a la cadena "Au Pain Rustique food&beverage", el primer local instal·lat a València.

L'equip de disseny, al costat de la franquiciadora, ha creat des de zero el Bussines model i la imatge final de la franquícia. També ha treballat amb la marca per a implementar aquest nou concepte en la venda de pa i pastisseria amb degustació.

ELa franquicia assegura que: "Hem aconseguit conceptualitzar un model de negoci modern, acollidor, càlid, on cuidem el detall, per a maximitzar l'experiència i el confort dels nostres clients. El suport i experiència de Instamat, ens ha permès inaugurar el primer local. Estem segurs que és l'inici d'una col·laboració d'èxit".

Entre els múltiples serveis que ofereix Instamat, realitzen plans de distribució, el projecte d'interiorisme, les imatges en 3D, etc. Tanmateix, t'asssesoren en la cerca d'un local, comercial i legalment viable, amb l'objectiu de crear un negoci eficient, còmode i rendible.

NEWSPA

DECORACIÓ

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

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

DISTRIBUIDORS DE LÀCTICS

PASTISSA, S.A.
Productes Auxiliars per a Fleques i Pastisseries
C/ Saturn, 35
08228 - Terrassa
☎ 937 839 084
Fax 937 833 492
info@pastissa.com
www.pastissa.com

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
emulift@emulift.com
www.emulift.com
www.dayelet.com

INFORMÁTICA

DIR INFORMÁTICA, S.L.
C/ Bolivia 144-146, loc. 6
08018 (Barcelona)
☎ 934 982 410
Fax 934 982 411
dir@dir-informatica.es
www.dir-informatica.es

FARINES

COMERÇ I INDÚSTRIES ALBAREDA, S.A.
Farina convencional i farina ecològica
Passeig del Riu, 66
08241- Manresa
☎ 938 727 942
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
ylla@ylla1878.com
www.ylla1878.com
@ylla1878

FORNS

FORNS FERRÉ
Forns Rústics a la llenya
Polígon Industrial Can Baliarda
C/ Ponent, nau 3
08105 - Sant Fost de Campsentelles
☎ 935937452
609 69 04 25
cimp_hornos@hotmail.com

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, PI 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

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

DISPAN
Carrer Formentera, 1
08192 - Sant Quirze del Vallès
(Barcelona)
☎ 937 120 186
info@dispan.es
www.dispan.es

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

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

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

UTENSILIS

❐ UTILCENTRE, S.L.

Mes de 200 m2 d'Exposició-Cash&Carry. Amb, Utensilis per Fomers, 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 més de 4000 referències.

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

XOCOLATA

❐ BARRY CALLEBAUT IBÉRICA

Rambla Catalunya, 6 1ª planta
08007 Barcelona
☎ 518 898 700
marta_suarez@barry-callebaut.com
@chocolateacademybarcelona
@chocovic.official
@callebautchocolate
@cacaobarryofficial
@monalisadecorations.global

Si vols formar part de la GUIA DE PROVEÏDORS truca'ns al 931 18 03 00 Catalina Gil

Plumcake de poma

- Barrejar en un bol la farina d'ametlles, 125 g de concentrat de poma, les clares, els rovells d'ou i la beina de vainilla, amb una llengua unint i integrant.
- En un altre bol, tamisar la farina, la sal i l'impulsor i afegir. Fondre l'oli de coco i afegir temperat a la preparació.
- Muntar els 375 g de clares a neu juntament amb els els 125 g restants de concentrat de poma, que li ho afegirem en forma de fil a les clares a neu. Afegir a la preparació del bescuit.
- Oliar un motlle de plumcake amb oli de coco i enfarinar amb el mix de farines.
- Tallar la poma en cubs i posar 5-10 minuts al vapor fins que quedi com una compota.
- Emplenar el motlle amb la preparació de cake, afegir la poma i enfornar a 165ºC per 25-30 minuts.

INGREDIENTS

-325 g farina d'ametlles
250 g concentrat de poma
75 g clares d'ou
375 g clares muntades a neu
5 rovells d'ou
c/s beina de vainilla
175 g farina sense gluten
27,5 g impulsor
300 g oli de coco.
5 pomes

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

Pie de llimona

-Per fer el bescuit a la planxa, untar els ous amb el sucre, I afegir el midó tamisat. Col·locar la preparació en una safata de 60x40 i cuinar a 220ºC.
- Per fer l'almívar de llimona, posar l'aigua amb el sucre al foc i una vegada que bulli retirar del foc i afegir el suc de llimona.
-Per fer la crema de llimona, afegir els ous i els rovells a l'almívar fora del foc. Moure bé i coure al bany maria fins que la crema agafi consistència. Deixar refredar fins a 50ºC i agregar la mantega.
- Sobre un marc de 20x20 col·locar una planxa, humitejar amb l'almívar, estendre una capa de 150 g de crema. Cobrir novament amb una altra capa de bescuit i crema de llimona.
- Humitejar l'última planxa amb l'almívar, tapar amb un paper i portar al congelador. Treure el pastís, desemmotllar, estendre una capa de merenga, passar-li un bufador i posar-li gelatina neutra.

CREMA DE LLIMONA

Ratlladura de 5 llimones
230 g suc de llimona
160 g rovells d'ou
160 g ou
230 g sucre
160 g mantega de coco

ALMÍVAR DE LLIMONA

500 g aigua
200 g sucre
50 g suc de Llimona

BESCUIT (1 PLANXA)

290 g sucre
420 g ou
290 g midó de blat de moro

MERENGA ITALIANA

150 g sucre
45 g aigua
150 g clares
40 g sucre

BORSA DE NEGOCIS

ES TRASPASSA

Al Baix Llobregat obrador amb botiga a zona cèntrica. El ple funcionament i perfecte estat.

645 573 239

225

ES VEN

Despatx de pa de 45 m² a Vilanova i la Geltrú.

Sra. Aureli
616 435 128

220

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

227

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

228

EN LLOGUER

Obrador de pa i pastisseria de 700m2 a barcelona amb botiga i pàrquing

Sra. Jordi
609 346 200

228

ES TRASPASSA A SANT JUST DESVERN

Obrador de pa amb botiga annexa totalment equipat. En ple funcionament a prop d'escola

Sr. Josep
650 205 162

226

ES TRASPASSA

Obrador de pa amb botiga 180m² a Sabadell. Totalment equipat.

Sr. David
617 822 822

221

TRASPÀS O VENDA

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

Sr. José Antonio
630 886 740

221

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

TRASPÀS O VENDA A TERRASA

Obrador i botiga de venda de pa amb llicència per a plats preparats i restaurant. Equipat i en ple funcionament.

Sr. Antoni
665 365 558

228

ES TRASPASSA

Es traspassa per jubilació al Vallès Occidental obrador de pa amb botiga en perfecte estat i en ple funcionament

Sr. Jaume
620 702 107

226

ES TRASPASSA

Es traspassa a sabadell obrador de pa de 380m2 amb maquinària i botiga reformada. Possibilitat només d'obrador.

Sr. Jordi
636 750 085

228

ES VEN SANTA MARGARIDA I ELS MONJOS

Despatx de venda de pa amb degustació de 42m². Totalment equipat.

Sra. Susanna
667 025 008

227

ES VEN

Cremador de pellets, marca CREMAX

Sr. Ramón
659 013 423

221

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
masterpan® ERP

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

EVO
ASSESORAMENT CONTRACTACIÓ FOTOVOLTAICA
Experiència contrastada i avalada per associats com tu
Tlfo. 600451935 evilarrubia@tradeagreen.com

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.

salva

Imprescindible per als forners

#salvatambienerestu

www.salva.es