



Entrevista: Victor Quintillà, xef Estrella Michelin

En profunditat: El pa fa país; l'impacte de la fleca artesana en l'economia local.

Formació: Una nova generació al Mondial du Pain

NewsGremi: Presentació de la Memòria 2022

En profunditat

El pa, estrella a la cuina



**Sólido.
Disruptivo.
Sin complicaciones.**

Ramalhos
el puro placer de la cocción

ramalhos.com



Distribuidor

frigual

✉ frigual@frigual.com

☎ 937310804

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 inoxidable per garantir la seva durada.

QUADRE DE COMANDAMENTS EASY CC

Intuitiu 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'obertura i tancament senzill, sense pom de porta i amb un sistema de tancament amb imants d'alta potència.

SERVEI DE
MANTENIMENT
**365 dies
24 hores**

p. 6



En profunditat —
El pa, estrella a la cuina

p. 12



Entrevista —
Victor Quintillà

p. 16



En profunditat —
El pa fa país

sumari

p. 22

Tècnica del pa —

El pa, un aliment imprescindible en la dieta mediterrània tradicional



p. 26

Formació —

L'Escola aposta per els intencius d'especialització

El Màster enfila la recta final

Una nova generació al 'Mondial du Pain'

p. 34



Entrevista —
Toni Vera

És una publicació del **Gremi de Flequers de la Província de Barcelona**.

President: Andreu Llargués

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

Director tècnic: Manuel Cortés

Cap de redacció: C.Gil

Redacció: B.Garau

Fotografia: X. Valbuena

Publicitat: C.Gil

Impressió: SPM 360

Newsa 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.

p. 34



News Gremi —

La Coca de Sant Joan, el tresor de la fleca artesana

Memòria 2022

L'Escola i els agremiats, estrelles al programa de TV 'Terra de Pa'

p. 54



Recepta pa —

Coca de carxofes i espàrrecs

Recepta pastissera —

Brioix de crema de cheesecake i gerds

Consell editorial:

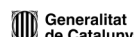
President: Andreu Llargués

Vocals: Manuel Cortés, Jordi Morera

Secretari general: Carles Cotonat

Newsa 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.

Amb el suport de:



EL GREMI ENS FA FORTS!



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

La fleca, una activitat vertebradora i necessària per a l'economia del país

Andreu Llargués

President del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona



Benvolguts companys i amics,

La nova versió de la revista NEWSPA ha tingut molt bona acollida. Les valoracions que hem rebut són molt positives. Estic molt orgullós que el Gremi disposi d'un mitjà de comunicació amb tanta acceptació i de tanta qualitat. Estic convençut que aquesta renovació, juntament amb la versió digital (newspa.cat), consolidaran la revista NEWSPA com a mitjà de referència de la fleca catalana.

En aquest número tractem dos temes especialment rellevants. L'aposta de la fleca artesana per la innovació i la qualitat té cada cop més acceptació, visibilitat i reconeixement. I això es trasllada a la sala dels restaurants del nostre país on, dia a dia, és més evident la importància que es dona al pa. Aquests establiments són un aparador on la fleca artesana pot mostrar la qualitat dels seus productes a nous consumidors i una oportunitat de negoci per aquelles fleques que sàpiguen adaptar el seu producte a les necessitats d'un sector de la restauració que cada vegada valora més els nostres productes.

D'altra banda, la fleca és una activitat essencial per a

"Pensem en la importància que la fleca i el pa tenen en la cultura, el comerç i el conjunt de l'activitat econòmica dels nostres pobles i ciutats."

la cohesió, vertebració i promoció econòmica i social del territori. El pa fa país i fa territori!!

Deixem de banda per un moment la rellevància del pa com a aliment essencial de la nostra dieta i pensem en la importància que la fleca, com a activitat, i el pa, com a producte, tenen en la cultura, el comerç i el conjunt de l'activitat econòmica dels nostres pobles i ciutats. Les fleques contribueixen a mantenir el territori viu i cohesionat, fomenten el turisme gastronòmic, afavoreixen l'economia local a través de la creació de llocs de treball i la compra de productes i matèries primeres a agricultors, pagesos i altres elaboradors de proximitat.

Ara més que mai, en un moment on algunes persones van tenir la temptació de pensar que els nous models de producció i comercialització podien substituir els tradicionals sense que "passés res", s'ha vist la importància que models més tradicionals de producció, arrelats al territori, i el comerç de proximitat, que són trets característics de les fleques artesanes, tenen per garantir la cohesió i la viabilitat econòmica i social del nostre territori.

Finalment, vull destacar que, com és habitual en aquestes dates, el Gremi ha presentat públicament la seva "Memòria d'activitats del 2022". Com ja hem dit repetidament, ha estat un any molt intens, de molta feina i de molta reivindicació. Vull traslladar-vos l'agraïment de tots els membres dels òrgans de govern del Gremi, Comitè Executiu i Junta Directiva Intercomarcal, i el meu personal, per la confiança que ens feu, i al mateix temps felicitar i agrair a tot el personal del Gremi i als seus col·laboradors per la feina feta.

Una salutació.



El pa, estrella a la cuina

La restauració, tant l'alta gastronomia com els restaurants tradicionals, valora cada vegada més el pa com a element indispensable en un bon àpat i demanda productes flequers artesans, mentre xefs i forners s'enriqueixen mútuament.



Quan es parla de Dieta Mediterrània, el pa és un dels primers productes que ens ve al cap. Aquest producte té un paper central a la nostra gastronomia des de temps immemorials i ha alimentat generacions i generacions al llarg dels segles. Però, no només ha proporcionat nutrients essencials i ha ajudat a prevenir malalties als nostres avantpassats des del començament del temps, sinó que també ens ha aportat, des de sempre, goig, plaer i satisfacció. Forma part imprescindible no només de la nostra alimentació, sinó també de la nostra gastronomia i, per tant, de la nostra cultura. Sense anar més lluny, apareix al llibre més influent de la història, la Bíblia, en passatges com el de la multiplicació dels pans i els peixos. Això dona una idea del lloc destacat que ocupa el pa en la nostra cultura gastronòmica. La seva presència als restaurants, temples de la gastronomia de la nostra època, és, per tant, imprescindible. Al cap i a la fi, hi ha restaurants sense carn, sense peix, sense pasta, sense alcohol... Però, exceptuant casos molt particulars, qui es pot imaginar un restaurant sense pa?

"Avui en dia, els xefs estan començant a donar valor autèntic al producte flequer"

Dit això, és una evidència per a tots els amants del pa que, moltes vegades, l'atenció que s'ha donat a aquest producte en alguns restaurants no ha estat a l'altura del seu lloc a la nostra gastronomia. Per descomptat, el pa sempre ha estat un acompanyant dels plats principals, però això no vol dir que qualsevol pa serveixi o que hagi de tenir un paper testimonial.

Revalorant el pa

En els darrers temps, però, sembla que els millors cuiners estiguin revalorant el pa com a element clau en un bon àpat, i sorgeixen cada vegada més iniciatives per tornar a

donar al pa la importància que té a taula. "Avui en dia, els xefs estan començant a donar valor al producte flequer", assegura l'agremiat Jordi Morera, de l'Espiga d'Or (Vilanova i la Geltrú i Sant Pere de Ribes), que serveix pa tant a establiments d'alta gastronomia amb estrella Michelin com a restaurants de tota la vida que ja encarregaven el pa als seus pares. Des del seu punt de vista, la gran sort que té la fleca és que als cuiners se'ls escapa totalment el tema del pa. Fins i tot les figures més reconegudes de l'alta gastronomia, encara que siguin capaços de fer floritures a la cuina amb un nivell de precisió increïble, i que fins i tot tinguin partides de dolç potentíssimes. No obstant això, l'elaboració del pa, per qüestions de temps, maquinària, volums, complexitat i perquè al final es treballa amb fermentació i amb matèria viva, és molt inaccessible per als cuiners, fins i tot els més grans. Això obre a la fleca una gran oportunitat.

Entre els nostres agremiats tenim també un dels pioners en el servei flequer a restaurants d'alta gamma. Es tracta del forner de cinquena generació Xevi Ramon, de Triticum, que l'any 2006, quan començava a despuntar l'alta gastronomia espanyola i catalana, va arrencar un dels pocs negocis que hi ha a l'Estat espanyol especialitzats en servir pa exclusivament a restauració. «Vaig percebre una gran mancança quant al reconeixement del pa dins la restauració. Veia que els bons restaurants tenien vins d'una qualitat altíssima i una gastronomia de nivell superior i molt estudiada, i, en canvi, el pa era un element completament descuidat. Servien plats increïbles acompanyats de qualsevol pa mediocre. Llavors, vaig pensar que hi hauria un nínxol de negoci amb molt potencial de creixement».

No s'equivocava. Actualment, Triticum opera a tota la província de Barcelona, i a més a més té distribuïdors arreu d'Espanya, altres països d'Europa i fins i tot a ciutats tan llunyanes com ara Miami, Hong Kong o Singapur. «Vam ser pioners en l'aspecte de donar valor al pa als restaurants, fent-los entendre la importància de conceptes claus en aquest producte, com ara l'aroma, la textura, la forma, la manera de tallar-lo, la tècnica per coure'l i regenerar-lo...», explica.

Formar el client

En aquest punt, apareix un aspecte molt important de la relació entre els flequers i els cuiners: la necessitat, d'alguna manera, de 'formar' aquest tipus de clients en el pa, les seves característiques, les diferents varietats amb les aplicacions corresponents i també el seu tractament per servir-lo als comensals en les millors condicions per gaudir al 100% de les seves bondats. «No serveix de res tenir el millor pa del món si arriba a taula havent perdut les seves qualitats organolèptiques», exemplifica Morera.

Aquí entra en joc un aspecte molt rellevant si es vol treballar aquest tipus de nínxol. La tipologia de producte que demanda el món de la restauració, especialment l'alta gastronomia, ha de ser molt especial, i s'ha de conjugar la necessitat que arribi a taula en condicions impecables amb la dinàmica de treball dels restaurants i amb la seva necessitat de flexibilitat, regularitat, disponibilitat de pro-



"No serveix de res tenir el millor pa del món si arriba a taula havent perdut les seves qualitats organolèptiques"

ducte, planificació i control d'estocs. «És per això que nosaltres els servim el pa cuit i ultracongelat, de manera que, sense perdre cap de les propietats del producte, els restaurants poden tenir disponible el pa en qualsevol moment que ho necessitin, regenerant-lo ells mateixos fàcilment». Hem de pensar que els restaurants juguen amb certa imprevisibilitat quant a la quantitat de producte que necessitaran, i el pa que serveixen ha de mantenir uns estàndards de qualitat i frescor. D'aquesta manera, sempre tenen disponible un pa en perfectes condicions.

Això, per descomptat, requereix formar els clients per tal que portin a terme una correcta regeneració, feta en el moment idoni i de la manera més adient. I no només això: també s'ha de saber tallar i presentar correctament cada pa.

Regularitat

Sigui com sigui, el pa ha anat passant de ser un acompanyant de taula que està al cantó del plat a participar amb cada vegada més protagonisme dins de molts plats. «Això requereix, per part de la fleca, de la capacitat d'oferir molta varietat, i fer-ho amb molta regula-



"La regularitat és la paraula clau i el gran repte quan es tracta de productes flequers per a restauració"

ritat, i de personalitzar les elaboracions flequeres a les necessitats dels cuiners gairebé per a cada plat», assegura Ramon.

La restauració és molt àmplia, i requereix de brioixeria per als esmorzars fins a productes especials per a restaurants, japonesos, mexicans, colombians o de fusió moderna; per posar només alguns exemples de tot el ventall d'oferta que existeix. La gastronomia ha evolucionat moltíssim, hi ha una gran diversitat de restaurants amb conceptes molt particulars i que requereixen tipus i formats de pans molt diferents, des de petits mossos de pa fullat a pa d'algues cruixent, amb diferents textures, mides i fins i tot tècniques de cocció. En aquest punt, la cuina moderna utilitza forns que van més enllà dels clàssics d'aire i el de sola, amb conceptes de vapor o combinacions de microones amb

for, per posar un parell d'exemples. A això, a més a més, s'ha d'afegir tota la varietat de brioixeria, també en molts casos amb formats adaptats a cada plat.

«Per tot això, és complicat encabir aquest tipus de producció tan específica, personalitzada, variada i amb unes necessitats de regularitat tan estrictes dins un obrador amb un sistema de producció que estigui molt adaptat a una botiga», opina Ramon. «Nosaltres tenim la producció 100% dedicada a restauració. Al nostre negoci, no fem productes per diades, ni coques de Sant Joan ni res similar que ens pugui distreure de la nostra proposta. Per servir a la restauració en aquests nivells, els cuiners han de poder confiar totalment en la seriositat, regularitat i qualitat del seu proveïdor flequer», reflexiona.

En la mateixa línia, Morera consi-

dera que «la regularitat és la paraula clau i el gran repte quan es tracta de productes flequers per a restauració. I justament, la regularitat és el que més ens costa als flequers, precisament perquè treballem de manera natural i amb elements vius, com són els ferments, que sempre tenen un punt d'imprevisibilitat», assenyala.

Productes a mida

Des del punt de vista de Morera, «la gran oportunitat per a la fleca radica en fer productes a mida per als restaurants». I és que, avui en dia, els cuiners no només han après a donar valor al producte flequer, sinó que a més ja saben destriar el que és realment important: el producte en si. «Potser ja ha passat aquella moda dels pans amb molts sabors», resumeix. Així, més que tenir moltes varietats de pans diferents, la tendència és oferir amb un pa de llarga fermentació i elaborat de manera artesana i excel·lent per un forner del territori i amb matèries primeres de proximitat. Tot aquest valor afegit és el que, avui dia, més demanda la cuina, per la qualitat intrínseca del producte i perquè, al mateix temps, és una manera d'explicar un relat a través del menjar. «La cuina vol explicar coses, cada vegada més, i la fleca aquí té una gran oportunitat. Molts flequers tenim una història a contar», assegura. I és que es tracta d'un ofici molt arrelat a la tradició i al territori. Així, a banda de poder explicar el procés tradicional d'elaboració, amb masses mare naturals i llargues fermentacions, els flequers han d'aprofitar tot el valor afegit que té el seu forn, la seva història, les generacions flequeres de la família, la història de la matèria primera que utilitzen si és de proximitat: on s'ha conreat el blat, qui ha fet la farina, etc. «Tenim aquests grans camins per transmetre el valor del nostre producte i submergir el consumidor en tota una experiència que va més enllà de la simple gastronomia», subratlla.

Servir pa és explicar una història. La importància de la formació dels cambrers.

Quan un forner artesà lliura pa a un restaurant per tal que el seu personal en serveixi als seus clients, la seva feina no acaba aquí.

Per garantir que aquest producte de qualitat arribi en les condicions idònies al comensal, cal dur a terme una tasca de formació al client, que en aquest cas és un intermediari entre el productor i el consumidor final. Només així, es durà a terme una correcta regeneració, feta en el moment idoni i de la manera més adient. Però no només això: també s'ha de saber tallar i presentar correctament cada pa.

A més a més, més enllà de comptar amb un bon pa i saber-lo tractar correctament, cal que els cambrers coneguin bé quin tipus de pa serveixen, quines característiques té, quin forner l'ha fet, amb quin blat s'ha elaborat la farina, quina fermentació ha tingut, etc. També han de saber en quin moment treure'l, si és un pa pensat per sucar amb les salses o per acompanyar d'una manera més neutra al llarg de tot l'àpat... Es tracta que tinguin una sèrie de nocions bàsiques i les sàpiguen explicar bé. Només d'aquesta manera, podrà arribar al consumidor el relat i l'experiència complets en què consisteix menjar un bon pa.



2023

Innovació i compromís:
el secret de les nostres farines



"Hi ha una gran diversitat de restaurants que requereixen tipus i formats de pans molt diferents"

El format importa

D'altra banda, Morera creu que la fleca artesana, en l'àmbit de la restauració, té l'oportunitat de diferenciar-se molt del pa gran, ja que els panets petits, exceptuant elaboracions molt concretes que requereixen peces individuals, són més fàcilment reproduïbles per la indústria. «Moltíssims restaurants, incloent-hi alguns d'alta gamma, encara opten pel pa industrial. Per diferenciar-nos, tenim els pans rústics de gran format. Mai a un restaurant ens serviran una ampolleta individual de vi, sinó que ens posaran una ampolla gran o, fins i tot, una màgnum. Doncs amb el pa és el mateix», argumenta. Així, un carro amb pans grossos que es llesquin a taula és la fórmula ideal i una de les coses que més es demanden a l'alta restauració amb relació al pa.

En aquest punt, apareix la figura del *pannier*, un professional que tindria la mateixa funció que el sommelier respecte al vi i del qual se n'ha sentit parlar en els darrers anys. No obstant això, no sembla que aquest ofici tingui molt recorregut en l'actualitat ni de cara al futur. "Sincerament, no ho acabo de veure. Està bé donar al pa la importància que toca, però tampoc ens hem de passar de frenada. El pa és fonamental a taula, però mai podrà ser un vi", analitza Morera. Als restaurants només hi ha un professional d'un sol producte, que és el sommelier, i el tenim només als restaurants d'alta gamma, i no en tots. "Difícilment, un restaurant tindrà també un afinador de formatges, un tastador d'olis...

Imagineu-vos que per cada producte que et porten a taula hi hagués un professional que el fes maridar. No ho veig, llevat d'algun cas molt puntual", reconeix. En la mateixa línia es pronuncia Ramon respecte a iniciatives com les cartes de pans. Des del seu punt de vista, a un restaurant, el protagonista és el cuiner i la seva cuina, amb la seva filosofia, la seva manera de treballar i la seva interpretació de la gastronomia pròpia. Per tal d'expressar tot això, s'ajuda d'experts en diferents ingredients i productes, i un d'ells és el pa, que és de gran importància i està molt bé que cada vegada es valori més, però no deixa de ser un element secundari.

En qualsevol cas, la relació entre flequers i xefs és estreta i de gran respecte mutu. "Et tracten de tu a tu", assegura Ramon. "Hi ha una gran retroalimentació entre xefs i forners, i ens enriqueix mútuament. Nosaltres juguem amb vida, amb fermentació, i a ells això els meravella", afegeix Morera. En qualsevol cas, «tenir

"Abans, es servien plats increïbles acompanyats de qualsevol pa mediocre. Era un element descuidat"

aquest tipus de clients amb un nivell d'exigència tan

alta ens fa millorar moltíssim com a forners, perquè ens fa estar cada dia a l'aguait i esforçant-nos per aconseguir el producte més regular i excel·lent possible», destaca.

Sucar amb pa de proximitat

Més enllà de les empreses enfocades d'una manera molt específica al client de la restauració, a tot el territori català hi trobem petites fleques que serveixen producte als restauradors del territori, que són ben conscients del producte artesà que tenen al seu abast per servir als seus clients i millorar l'experiència gastronòmica.

És molt típic el restaurant que ofereix coques o brioixeria fetes al forn del poble, o acompanya els àpats amb pa artesà elaborat pel mestre flequer més proper, aprofitant d'aquesta manera l'excel·lència de la fleca artesana i fins i tot la fama que un determinat establiment ha acumulat al llarg dels anys.

El Forn L'Espiga d'Or d'Osona, que aquest any celebra el seu centenari, és un bon exemple de fleca no especialitzada en restauració, però que, dintre de la seva activitat, serveix a restaurants del territori. Des dels seus cent anys d'història, observen que "cada vegada més, la restauració valora el pa de qualitat. Abans, agafaven qualsevol pa industrial, però ara es mira

La gran oportunitat per a la fleca radica en fer productes a mida per als restaurants

molt més el producte", en opinió de Rafael Arnaus, qui regenta aquesta emblemàtica i centenària fleca. "Fonamentalment, servim pa d'Osona, una de les nostres especialitats, en format mini per a restaurants. També fem coques especials i pans bio", explica. "Es pot compaginar una producció estàndard per a botiga amb producció específica per a restaurants, però t'has d'organitzar molt bé, dedicar-t'hi intensament i muntar-ho d'una manera molt eficient", opina. Des de el seu punt de vista, "avui en dia, hem aconseguit que els restauradors valorin el pa. El que falta ara és que el consumidor ho exigeixi quan vagi a un restaurant, que es recuperi de veres el costum de sucra pa amb els àpats", propugna.

ESPECIALISTES en ESPAIS COMERCIALS

Idea - Assessorament - Disseny - Fabricació a mida - Instal·lació



Assessorament Gratuït

937 803 166



terpan.decoracion

www.terpan.es - info@terpan.es

convertirem el seu local en el millor venedor
the CREATIVE AGENCY



“L'alta gastronomia demana pans clàssics molt ben fets”

Victor Quintillà, un dels xefs més influents d'Espanya, guardonat amb una Estrella Michelin, una Estrella Verda Michelin i dos Soles Repsol, ens endinsa una mica més al món de la restauració.

Nascut a Santa Coloma de Gramenet l'any 1976, Víctor Quintillà és un prestigiós xef que, juntament amb la seva dona, la cap de sala i sommelier Mar Gómez, porta el Restaurant Lluerna de Santa Coloma, distingit a la Guia Michelin 2013 Espanya i Portugal amb una Estrella Michelin.

Format a l'Escola Muntaner d'Hostalatge i Restauració de Barcelona, i amb experiència a diversos restaurants de renom com El Bulli, el Restaurant Gaudí o Il Bellini, Quintillà va ser nominat al 2010 com a cuiner de l'any pel Fòrum Gastronòmic, i el 2012 va ser escollit com a millor Jove cuiner per l'Acadèmia Catalana de Gastronomia i el seu restaurant va rebre la primera estrella de la Guia Michelin.

Des de l'any 2001, porta amb la seva dona el restaurant Lluerna, amb una proposta culinària sense estridències, pròxima i transparent, que aspira a aconseguir la senzillesa que s'observa en la naturalesa, amb honestat, creativitat i productes frescos i locals, fugint de qualsevol ostentació.

Quintillà és un apassionat del bon pa, que durant un temps va fer ell mateix, però reconeix amb el temps va concloure que era millor deixar aquesta tasca a mestres flequers especialistes per tal d'oferir als seus clients un acompanyament d'excel·lència al àpat d'Estrella Michelin que serveix al seu aclamat restaurant.



"No entenc que a un restaurant gastronòmic, on al final tenim cura de tot, no tinguem cura del pa"



Quina és la importància que li dones al pa en la nostra gastronomia i a la teva cuina en concret i per què?

Al pa li donem la mateixa importància que a qualsevol producte, però sí que és veritat que és un producte a nivell cultural establert i jo crec que ha estat menystingut durant uns anys. Per nosaltres és de vital importància que sigui de primeríssima qualitat, amb els mínims afegits possibles, de massa mare i de farines molt poc refinades.

No entenc que a un restaurant gastronòmic, on al final tenim cura de tot, no tinguem cura del pa. És una cosa més a la qual, gràcies al Jordi Morera, que ens lliura el pa, li donem aquest valor afegit.

Com ha evolucionat en els darrers anys la percepció i l'interès dels cuiners en el pa com a element gastronòmic de primera línia?

Ha evolucionat en què abans es veia com un ingredient vulgar, un ingredient al qual no se li parava gaire atenció i al que no havia de tenir un valor gastronòmic. Ara és un ingredient de primera línia, tothom vol tenir el millor pa i oferir als clients els gustos d'abans i amb una molt millor digestió.

Es percep entre els clients de la restauració una major exigència a l'hora de demanar un pa artesà als restaurants?

Sí que és veritat que ha augmentat l'exigència dels clients, també perquè han augmentat els forns de pa de qualitat o s'ha posat una mica de moda. Llavors, la gent sap diferenciar bastant entre un pa de qualitat i un pa que no ho és tant. I el que passa és que ara hi ha un interès per recuperar les tradicions i processos antics abandonats, i jo crec també que el client que està acostumat a no menjar un pa tan bon en el seu dia a dia, ve a menjar aquest pa i moltes vegades li recorda aquell pa que menjava de petit, sobretot la gent gran, o aquest pa que diuen del poble. Al final és recuperar mètodes ancestrals, farines bones i fer les coses sense pressa.

Com perceps la relació entre els xefs i els forners? Què han d'aprendre els uns dels altres?

Crec que els forners han entès bé allò que volem ara els cuiners de primera línia. Més que pans de diferents gustos i pans molt estranys, que jo crec que va haver-hi una època que el que es premiava era fer pans de 1.000



"Ara, el pa és un ingredient de primera línia, tothom vol tenir el millor pa i oferir als clients els gustos d'abans i amb una molt millor digestió."

colors i 1.000 gustos, ara el que volem els cuiners seria un producte bàsic molt bo, molt natural, molt artesà i mirant cap a la tradició.

Jo crec que el que hem après els cuiners dels forners és que, moltes vegades, els cuiners ens hem volgut fer el nostre pa, i jo durant una època també el feia, però al final, quan trobes un especialista com el Jordi Morera, és molt difícil fer un pa igual que el Jordi. Tant pel coneixement, com per la dedicació, com per la passió. I llavors, nosaltres ens apartem al costat i deixem que aquests professionals facin el seu treball de la millor manera possible.

A banda del pa, quins altres productes flequers, com ara coques, panades, etc., creus que tenen avui en dia més demanda en l'àmbit de la restauració? Creus que hi ha alguna nova tendència els últims anys?

Crec que ara la demanda que hi ha seria el pa de coca, per fer pa amb tomàquet. Jo crec que és una demanda dels últims anys que s'ha fet molt estesa, però també ve donada perquè no hi havia pa bo, i tal vegada sí que trobàvem un pa de coca bo, però era molt més difícil trobar un pa blanc bo. Jo crec que avui en dia, amb un bon pa blanc amb farines no gaire refinades, faríem. Jo crec que millor que un pa amb tomàquet amb un bon pa és molt difícil, eh?

Quins tipus de pans demana la restauració i l'alta gastronomia? Creus que la fleca està a l'altura d'aquesta demanda? Què es troba a faltar i què podrien millorar els forners en aquest àmbit?

Crec que a l'alta restauració el que demanem, o almenys el que jo demano, és un bon pa blanc amb massa mare, amb bones farines i que tingui un bon fermentat i un bon alveolat, i que tingui crosta: el que demanem

és un pa el més clàssic possible, un pa rústic i que sigui molt bo. Més que pans de diversos gustos, busquem pans tradicionals però d'una gran qualitat.

Finalment, i més personal, quin és el teu entrepà preferit i amb quin pa el prepares? Tens algun plat preferit que l'acompanyis amb pa? Quins són els teus pans favorits i quins tries segons el tipus d'àpat?

El meu entrepà preferit seria un entrepà de pernil ibèric amb una barreta d'aquestes rústiques del Jordi. Un bon pa amb tomàquet, el pernil tallat a mà i un pa una miqueta finet i que tingui crosta. I també, per a l'estiu, jo estiujo a Menorca, i al bar Imperi fan un llonguet, i nosaltres demanem el llonguet integral amb cuixot i formatge de Maó. Per això ja és una qüestió més romàntica, no?

I el plat preferit per acompanyar amb pa seria el fricandó que fa la meva mare. Un fricandó o uns capipotes (callos) seria un dels meus plats preferits. I el pa amb el qual m'agradaria acompanyar-ho seria el pa de poble del Jordi Morera. Tant el pa de poble del Jordi Morera com el pa de llavors són espectaculars, però a mi si hi ha un pa que em torna boig i m'encanta és el pa de poble del Jordi. És el pa que consumeixo sempre que tinc alguna cosa el cap de setmana o de diari.

"Al final és recuperar mètodes ancestrals, farines bones i fer les coses sense pressa"



GREMI DE FLEQUERS DE LA
PROVÍNCIA DE BARCELONA



BAKING SCHOOL
BARCELONA SABADELL

Formació Excel·lència Artesania Innovació

/INFORMA'T DE LA FORMACIÓ/

Departament de formació

formació@gremipa.com www.gremipa.com

Tel. +34934871818_Fax 93 487 28 29



El pa fa país

La fleca artesana té un impacte molt positiu en l'economia local, creant ocupació i generant riquesa per als proveïdors i productors locals, a més de revitalitzar el comerç, impulsar el turisme gastronòmic, promoure el desenvolupament sostenible i enfortir el sentit de comunitat.

Des de fa segles, la fleca desenvolupa una tasca fonamental a la societat. Una missió històrica que va molt més enllà de la seva funció principal, que és lliurar a la ciutadania un aliment bàsic que constitueix un dels principals pilars de la nostra dieta, fent-ho des de l'excel·lència artesana per garantir la màxima qualitat nutricional i organolèptica als seus productes. A més a més, els forners que cada dia, des del seu obrador, mantenen viu el seu compromís amb l'ofici i els seus veïns, col·laboren decidivament amb la vertebració de la societat i a l'economia local del territori on desenvolupen la seva activitat.

Els últims anys, a més a més, s'ha produït tot un ressorgiment en la popularitat de la fleca artesana, a través de la qual els forners professionals han reforçat l'aposta per elaborar pans i productes enforats d'alta qualitat utilitzant mètodes tradicionals. Aquesta tendència no monés ha satisfet el gust dels amants del pa, sinó que també ha tingut un impacte significatiu en l'economia local.

Cultura del pa

En primer lloc, la fleca artesana ha protagonitzat un renaixement de la cultura del pa, fent front a les grans cadenes i als productes industrialitzats. Cada vegada més, els consumidors busquen pans amb sa-

bors autèntics, textures úniques i processos de producció més sostenibles.

El creixement de la fleca artesana ha tingut un impacte positiu en l'economia local a través de la creació d'ocupació. Com tots sabem, les fleques de qualitat requereixen mà d'obra altament capacitada, tant personal d'obrador com de botiga. Precisament, la manca de personal qualificat és un dels problemes que més preocupen el sector en els nostres dies.

Però a més de crear llocs de feina, les fleques artesanes també han fet costat als proveïdors locals. La fleca sempre necessita matèries primeres d'alta qualitat i proximitat, per la qual cosa s'han multiplicat les relacions directes amb productors locals de farina, cereals, ous i altres productes. Això impulsa l'economia local, en fomentar una cadena de subministrament més curta i en fer costat als agricultors i productors locals.

La fleca artesana afavoreix l'economia local a través de la creació de llocs de feina

D'altra banda, la presència de fleques artesanes ha fomentat el turisme gastronòmic en moltes localitats. Els visitants acudeixen a aquestes fleques a la recerca d'experiències úniques i autèntiques, la qual cosa impulsa l'economia local a través de la despesa en allotjament, restaurants i altres activitats turístiques.

«En els darrers 10 anys, la gent ha pres consciència que hi ha pa de moltes qualitats, i que val la pena pagar una mica més per un producte millor, que et pugui aportar quelcom més que un pa industrial (valor nutricional, textura, sabor, aromes, conservació, ingredients naturals, etcètera). A nivell d'economia local, un pa artesà de qualitat implica directament que hi hagi una fleca que pugui subsistir i,

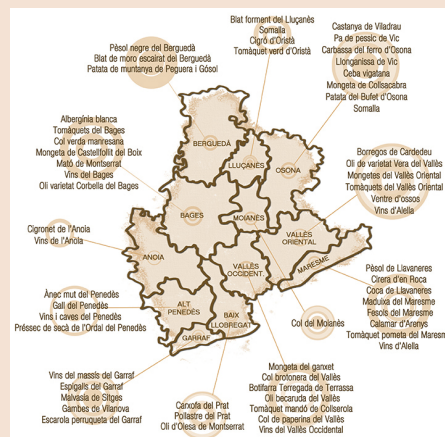
per tant, una part del petit comerç continuï viu», reflexiona Joan Pous Martí, encarregat d'obrador i gerent del Forn de Pa Pous. Aquesta fleca de Santa Maria de Palautordera és un bon exemple de forn de referència al territori, amb un efecte positiu al seu voltant. Actualment, treballa amb un productor de blats ecològics de la Província. «El fet que sigui un producte de primera mà, i de proximitat, es valora molt positivament per aquella gent que s'hi interessa», assegura. «El camí no ha sigut fàcil ni ràpid. Quan vam agafar el relleu generacional de l'empresa, aquesta estava molt antiquada tant a nivell d'instal·lacions (botiga i obrador) com a nivell de producte. Vam apostar per anar introduint de mica en mica més varietat de productes de brioixeria i de pa. Per poder fer això ens vam haver de formar amb nombrosos cursos fets a l'Escola de Flequers Andreu

La Xarxa Productes de la Terra és una agrupació voluntària de 12 ens locals d'àmbit supramunicipal impulsada per la Diputació de Barcelona l'any 2010 que agrupa més d'un miler d'empreses productores i elaboradores de productes alimentaris de qualitat de la demarcació de Barcelona. L'objectiu principal de la Xarxa és enfortir aquest teixit empresarial per tal que les empreses siguin més competitives i sostenibles, i els territoris més atractius i de qualitat.

La Xarxa de Productes de la Terra ha elaborat una llista de 55 productes singulars, que tenen unes característiques pròpies i excepcionals sovint arrelats a una comarca o territori molt concret. S'entén per producte singular aquell que destaca per les seves característiques úniques que el distingeixen de la resta i que està arrelat a un territori concret on es produeix o s'elabora. Les particularitats dels productes singulars poden ser degudes a factors com la tradició, la innovació i la qualitat.

Consumint i incorporant aquests productes singulars, com ara el blat forment del Lluçanès, el pa de pessic de Vic, el blat de moro escairat del Berguedà, els tomàquets del Bages, el mató de Montserrat, l'oli de varietat Vera del Vallès, la coca de Llavanes, la maduixa del maresme o els vins i caves del Penedès, es col·labora amb la producció sostenible, de proximitat i de qualitat de la Província de Barcelona.

A més a més, la Xarxa dona suport a les empreses en àmbits com la gestió empresarial, els processos productius (formació i assessorament en qualitat i seguretat dels aliments, transformació agroalimentària, certificacions, denominacions d'origen, reconversió a l'agricultura ecològica, innovació tecnològica i productiva), comercialització i distribució (coneixement i estratègia de mercats; fidelització de clients, plataformes i sistemes de comercialització; foment d'estratègies de col·laboració amb el sector de la restauració, campanyes gastronòmiques, participació en fires específiques o genèriques, campanyes de promoció, elaboració de catàlegs i presència a Internet) i incorporació de l'experiència turística en l'oferta de les empreses agroalimentàries i el foment del turisme gastronòmic.





"La subsistència d'una fleca artesana implica que una part del petit comerç continuï viu"

Llargués», recorda. «A més, els primers anys no vam tenir por en obrir una nova botiga i apostar per oferir degustació al mateix local, cosa que va tenir molt bona rebuda per la gent del poble. Això ens va servir també per introduir producte salat (pizzes, entrepans, etc.) al nostre ventall de productes. Finalment, l'aposta clara per un treball artesà i de qualitat, amb l'accent en fer un bon producte, i mirant sempre de tenir uns preus ajustats, juntament amb el bon servei a les botigues, ha acabat de ser la clau perquè any rere any anéssim guanyant clients», explica.

Un altre bon exemple és el Forn L'Espiga d'Or d'Osona, regentat des de fa 100 anys per la família Arnaus i que actualment té 3 botigues pròpies i en serveix a 2 més, a més de lliurar producte a restaurants i col·legis. «Estic fent el pa com em van ensenyar els pares, amb massa mare dura, la tradicional de tota la vida. Hem procurat gastar farines de qualitat, prioritzant la qualitat encara que el marge sigui baix. Fem pa tradicional i d'una àmplia varietat. Abans, fèiem només 4 tipus de pans. Ara en fem més de 20: blat de moro amb xia, espelta, digestiu, soja, blat de moro, kamut...», enumera Rafael Arnaus, qui explica que treballa amb ingredients dels productors locals de la zona. «Pensava que, quan es

morissin els clients d'edat avançada, se'ns acabaria el negoci, però passada la pandèmia, com que la gent es va quedar molt a casa, el client aposta cada vegada més per la qualitat i els productes artesans. La clientela s'ha renovat amb la incorporació de molts joves. El jovent s'ha conscienciat de la importància d'un pa de qualitat», reflexiona.

El jovent vol pa bo

Marc Jorba, del Forn de Pa Jorba (Esparreguera), també detecta un augment de gent jove que busca productes naturals que siguin saludables i recomanats per a la nostra dieta. «A diferència d'abans, ara veiem que, si el producte és bo, la ciutadania ho valora. És una manera de conèixer de primera mà qui el fa i assegurar-se que serà bo», reflexiona. «Intentem sempre comprar a les botigues del poble, per reforçar el comerç local, i tot el que podem aconseguir de proximitat ho intentem afegir en la nostra elaboració», assegura. «Comprar localment permet encarregar el que es necessita i personalitzar-ho al gust del client», reflexiona. D'altra banda, destaca que el tracte personalitzat és cada cop més un requisit de la clientela i un gran avantatge de la fleca artesana i de proximitat. «La gent, cada vegada més, és conscient que per menjar un bon pa ha d'anar a la fleca de sempre, on trobarà un pa de proximitat elaborat diàriament», resumeix. La clau de l'èxit és continuar fent un pa com el d'abans, amb llargues fermentacions i amb ingredients de primera qualitat. «A més, ens hem anat actualitzant gràcies a cursos de formació, seguint les noves tendències i millorant molt les nostres fermentacions, lentes i controlades. També hem incorporat a la nostra elaboració diària diferents tipus de farines (espelta, sègol...) i diferents formats (motlle, xusco...)», explica.

Joan Pous també percep, en els últims anys, una tendència a l'alça quant a la conscienciació de la ciutadania sobre les bondats del pa artesà i els productes de proximitat. «Cal dir, però, que tot i que la gent està cada cop més informada, i també cada vegada demanen ser més ben informats cada vegada més, hi ha molta gent que ve amb conceptes erronis. Crec que hi ha molta informació en general (xarxes socials, internet, programes de televisió, anuncis, etc.), però que no sempre és correcta, i això provoca que molta gent no estigui ben informada», analitza.

En aquest punt, el prestigiós forner Àngel Zamora, formador habitual a l'Escola Andreu Llargués, creu que «cal molta feina de conscienciació i informació al consumidor, i això, per a una fleca petita, potser és

Es detecta un augment de gent jove que busca productes naturals i saludables

massa, ja que el temps i els recursos són limitats». Recomana accions com obrir l'obrador de tant en tant per tal que els clients el puguin visitar, conèixer el forner, preguntar-li els seus dubtes, etc. Des del seu punt de vista, comparat amb ara fa 20 anys, el coneixement del client és immensament major, però falta qualitat d'informació més que quantitat. «Es tendeix a simplificar, i el tema del pa és complex i divers», indica.

La cadena del pa

Sota el seu punt de vista, encara queda molta feina a fer en quant a sinergies amb els productors. «Es tracta d'una cadena amb diferents esglaons: l'agricultor, el moliner, el forner, el consumidor... Tota la cadena ha de funcionar bé i en connexió, com succeeix a la indústria del vi. Hem de fer entendre que el pa és un producte que comença al camp i, fins que arriba al consumidor, passa per diversos perfils de professionals, als quals se'ls ha de posar en valor. El for-



"L'agricultor, el moliner, el forner, el consumidor... Tota la cadena ha de funcionar bé i en connexió"

ner s'ha de responsabilitzar també amb l'agricultor i el moliner», reflexiona.

És per això que l'Escola de Fle-

quers Andreu Llargués té en marxa diverses iniciatives per mostrar als alumnes d'on venen les matèries primeres que utilitzen els

**INTERIORISME COMERCIAL
DISSENY DE MOBILIARI A MIDA
REFORMES INTEGRALS O PARCIALES
DECORACIÓ DE FORNS DE PA, PASTISSERIES I DEGUSTACIÓ**



De Tramuntana a Mestral, la fleca es compromet amb el territori



Des de la fleca, hi proliferen iniciatives per tal de buscar sinergies amb els productors locals en benefici de l'economia del territori i dels consumidors. N'és un bon exemple el Pa de Tramuntana, un xusco de 400 g elaborat amb una farina exclusiva provinent de blats antics recuperats dins dels límits del Parc Natural dels Aiguamolls de l'Empordà sota els paràmetres de la producció integrada, i amb una etiqueta de pa d'àngel que el diferencia. "Aquest producte va ser l'inici d'un gran projecte, ja que el plantejament inicial era fer una petita producció d'aquests blats antics recuperats per fer un pa. Això va tenir tant d'èxit que vam decidir sembrar camps d'arreu de la demarcació de Girona, amb els mateixos eixos de proximitat i sostenibilitat, i així va néixer el projecte 'És Farina de Girona' l'any 2010, explica Àngel Segarra, gerent del Gremi de Flequers de les Comarques Gironines, entitat impulsora del projecte. Amb aquest projecte, s'ha dignificat l'ofici artesà davant el pa industrial i s'ha fet valdre la matèria primera de proximitat. Tot això gràcies a la col·laboració amb la Cooperativa Agrícola de Castelló d'Empúries, la Cooperativa Agrícola de Banyoles i l'Associació de Productors d'Ecològic de Girona i amb Farinera Coromina de Banyoles, Farinera Sunyer de La Bisbal d'Empordà i la Farinera Fills de Moretó de Mollet del Vallès, a més de l'IRTA Mas Badia. Gràcies a això, s'han sembrat uns camps de blat, pagant un preu just al productor i involucrant les farineres poguessin fer la distribució, tot beneficiant l'economia del territori. "L'acceptació, per part de la ciutadania, del Pa de la Tramuntana va ser increïble des del primer dia i no ha baixat la seva demanda, ja que el client vol saber cada vegada més el que menja, i nosaltres l'hi facilitem", assegura.

El projecte Pa de Mestral se situa en la mateixa línia, inspirat en l'experiència gironina i impulsat per la Federació de Gremis de Flequers de Tarragona. El primer pas ha estat, com en el cas del Pa de Tramuntana, treballar sobre la farina, per aconseguir una bona matèria primera de kilòmetre zero per fer el nou pa. Així, els forners es van posar en contacte amb la cooperativa agrícola Coperal, de Santa Coloma de Queralt, que de seguida es va sumar al projecte. "La idea els va agradar i van començar a fer proves conreant diferents blats per a farina, ja que fins al moment, només feien blat per a pinsos", explica Manuel Fresquet, president de la Federació. Per dur a terme aquesta tasca, han comptat amb el suport de la Cambra de Reus i l'ajuda del Centre Tecnològic de Catalunya (Eurecat) i la Universitat de Lleida, que han col·laborat amb els agricultors en tot el procés, gràcies també a les subvencions europees. També s'ha afegit al projecte la farinera Poquet, d'Ascó, que va provant les diferents collites de blats que conreen els agricultors. Finalment, diversos flequers agremiats, com ara Xavier Sistaré, Jordi Andreu i el mateix Fresquet han posat a disposició del projecte els seus obradors per provar les farines. "Fins ara, hem aconseguit una farina bona, però no de la qualitat excel·lent que busquem", reconeix Fresquet. "Aquest any, és probable que s'obtingui, però tot depèn de la collita, i amb l'actual sequera, no sabem què passarà", explica.

L'objectiu final és obtenir un Pa de Mestral, elaborat artesanalment amb farina de km 0, una mica d'oli d'alguna de les denominacions de la província i sal del Delta de l'Ebre. El procés d'elaboració serà el tradicional del pa de pagès, amb massa mare natural i dues opcions: directe o amb 24 hores de fermentació. Quant al format, serà un pa allargat de 400 grams. Amb una mica de sort, podrà començar a tastar-se a les fleques tarragonines aquest mateix any.

flequers, com ara les recents visites a la farinera Fills de Moretó, on els alumnes del Certificat de Professionalitat han pogut conèixer de primera mà el procés d'elaboració de la farina, des de l'arribada del blat al seu empaquetat, passant per les successives pre-neteges, la hidratació, la separació dels diferents productes i sub-productes de la farina, etc.

El que està clar és que la fleca artesana té un impacte molt positiu en l'economia local, creant ocupació i generant riquesa per a proveïdors i productors locals, a més de revitalitzar el comerç i impulsar el turisme gastronòmic. Tot això és gràcies a la creixent demanda dels consumidors per productes de qualitat, en un moment en què la cultura del pa reviu. Amb el seu enfocament en l'artesania i l'autenticitat, les fleques artesanes continuen deixant empremta en l'economia local, promovent el desenvolupament sostenible i generant un major sentit de comunitat en els nostres pobles i ciutats.

**La gent ha pres consciència
que val la pena pagar una
mica més per un pa millor**



**ENS AGRADA ESTAR
A LES TEVES MANS**

SOM **FILLS DE MORETÓ**, AMB UN RECORREGUT DE MÉS DE 135 ANYS AL MÓN DE LA MOLINERA I AMB CINC GENERACIONS D'UNA FAMÍLIA QUE ACUMULA PASSIÓ I EXPERIÈNCIA A PARTS IGUALS. VOLEM ACOMPANYAR-TE TAMBÉ EN EL TEU DIA A DIA OFERINT LES MILLORS FARINES QUE PUGUIS TENIR ENTRE MANS.



@fillsdemoretó

Avda. Rafael Casanova, 79/08100 Mollet del Vallès, BCN
Tel.: +34 93 570 56 08 info@moreto.cat

El pa, un aliment imprescindible en la dieta mediterrània tradicional

La demanda de comunicació sobre nutrició acostuma a ser per tal que els destinataris "apreguin" i alineïn les seves accions relacionades amb la nutrició d'una manera nova o diferent. Tenint en compte el context dels efectes ecològics dels nostres patrons dietètics vistos durant l'última dècada, així com el creixent nombre de malalties relacionades amb la dieta arreu del món, és comprensible aquest interès. Però, com passem del coneixement a l'acció?

En la recerca de la comunicació nutricional, és important centrar-se en els contextos socials significatius per dissenyar els missatges nutricionals. A més, és molt important entendre com són percebudes individualment les normes socials, ja que poden influir en el comportament, així com la consideració dels contextos socio-culturals en els quals es transmeten i reproduïxen uns certs valors i normes.

El pa és un dels aliments més significatius de la història de l'ésser humà. Durant mil·lennis, ha estat l'aliment principal de la dieta de pobles d'arreu del món.

En la dieta mediterrània tradicional, el pa i els llegums són essencials. El pa incorpora gran part dels hidrats de carboni necessaris, i els llegums aporten proteïnes, tots dos equilibrant la dieta.

El cereal aporta aminoàcids com la metionina -que intervé en el metabolisme dels greixos, reduint la seva acumulació en el fetge i les artèries; contribueix a desintoxicar el cos; participa en la funció digestiva i limfàtica; disminueix la feblesa muscular i potència la salut del cabell, pell i ungles.

Els llegums, per part seva, aporten grans quantitats de lisina, necessària per a la construcció de massa muscular, recuperació de lesions i ferides, producció d'hormones, enzims i anticossos. També participa en l'absorció del calci i estimula l'alliberament de l'hormona del creixement.

Pa a la dieta

El pa no només proporciona energia, sinó també nutrients molt valuosos. Els pans integrals contenen les vitamines, els minerals i la fibra del gra integral.

Ingredients del pa

El pa integral conté tots els nutrients del gra, per tant proporciona una varietat de nutrients essencials i fibra. Els pans integrals en particular contenen gairebé tots els ingredients del gra de cereal, especialment:

- Carbohidrats en forma de midó: una font ideal d'energia
- Fibra dietètica: el gra de cereal és una de les nostres fonts més importants de fibra dietètica
- Minerals, particularment ferro, magnesi i zinc. El ferro és un component del pigment sanguini i muscular i transporta oxigen. El ferro regula els processos d'excitació en el sistema nerviós i els músculs (músculs cardíacs) i el zinc és important per al sistema immunològic.
- Proteïna vegetal: important bloc de construcció de cèl·lules i proveïdor d'energia la vitamina B1, que enforteix la concentració, la memòria i l'estat físic. És la



Comparació del contingut de nutrients del pa de blat refinat amb el pa de blat integral (100g corresponen a 2 llesques aproximadament)

Nutricional	Salari en pa de farina de blat (pa blanc)	Contingut en pa integral
Energia	243 calories	214 calories
Carbohidrats	48,8 g	45,1 g
Fibra	3,2 g	8,2 g
Proteïna	8,2 g	8,4 g
Gordo	1,2 g	1 g
Vitamina B1	0,086 miligrams	0,25 miligrams
Vitamina B2	0,06 miligrams	0,15 miligrams
Ferro	0,7 miligrams	2 miligrams
Potassi	132 miligrams	210 miligrams

nostra "vitamina dels nervis"; Vitamina B6, que és important per al metabolisme i la formació de la salut.

La farina i el seu contingut nutricional

Els nutrients del gra no estan distribuïts uniformement: mentre que l'endosperma (l'interior del gra) conté principalment midó i proteïna, la majoria de les vitamines, minerals i fibra es troben en les capes exteriors del gra.

En el cas de les farines integrals, les capes superficials del gra també es molen, de manera que la majoria dels ingredients valuosos es troben en el pa integral. Per contra, en les farines pures, especialment en la farina de blats més blancs, només hi ha una part dels nutrients, ja que les capes exteriors s'eliminen durant la mola.

El pa contribueix a una dieta saludable

El pa és part d'una dieta equilibrada. Qualsevol que consumeixi principalment pa integral i altres aliments amb una alta proporció de fibra (productes de cereals, verdures, fruites) ja té una molt bona base per a seguir una dieta sana. Perquè una dieta alta en fibra i carbohidrats complexos conté:

- Menys greixos amb àcids greixosos desfavorables (saturats)
- Menys colesterol
- Menys aliments d'origen animal
- Menys sucre
- Carbohidrats més complexos (midons)
- Una densitat energètica moderada (calories moderades).

Per a mantenir una dieta equilibrada, és necessària la fibra dietètica de cereals, fruites i verdures. La ingesta total de fibra ha de ser de 30 a 40 grams per dia per a adults. Com a mínim, la meitat de la fibra ha de provenir de cereals i la resta de verdures i fruites.

Índex glucèmic i esgotament de nutrients

L'índex glucèmic (GI) indica l'efecte dels aliments en els nivells de sucre en la sang. Els productes de pa i elaborats amb grans sencers tenen un índex glucèmic més baix que els productes de farina blanca.

Per a prevenir l'obesitat i la diabetis, la recomanació és menjar molts carbohidrats de GI baix, com pa (integral), pasta, arròs o flocs de cereals, així com fruites i verdures. Atès que els hidrats de carboni només entren a la sang lentament, s'eviten nivells de sucre en sang perillosament alts. El metabolisme de la insulina també està menys estressat.

Efecte de la fibra dietètica

Les fibres dietètiques són components vegetals no digeribles que no aporten energia. No obstant això, no són inútils, sinó una part important d'una dieta saludable. Els cereals contenen principalment fibres dietètiques que tenen un efecte potenciador sobre la funció intestinal.

La fibra estimula la masticació i et manté ple durant molt de temps. L'efecte més important de la fibra dels cereals és la seva influència en l'intestí: atès que la fibra no es digereix en l'intestí prim dels humans, acaba en l'intestí gros juntament amb altres residus d'aliments no digerits. A causa de la seva estructura química, poden retenir aigua, i s'inflen i augmenten l'ompliment intestinal. Part de la fibra dietètica serveix com a aliment per als bacteris intestinals beneficiosos que viuen en l'intestí gros. Amb una àmplia ingesta de fibra dietètica, els bacteris intestinals poden multiplicar-se ràpidament i, a través de les seves cèl·lules, també contribueixen a l'augment del contingut intestinal. L'ompliment intestinal és un incentiu perquè els músculs de l'intestí transportin les restes de menjar fora de l'intestí més ràpidament.



"Engreixar-se no dependrà del consum de pa, sinó del conjunt de l'alimentació i hàbits"

Entrevistem Sandra Sardina, Diplomada en Dietètica i Nutrició Humana Especialitzada en Nutrició Esportiva, Coaching Nutricional i PNI.

Com està afectant el pa de baixa qualitat a la salut de la ciutadania i a l'augment de les intoleràncies alimentàries?

Aquest tipus de pans contenen una llarga llista d'ingredients que fan que el seu consum pugui arribar a ser perjudicial per a la salut: sucres, olis vegetals refinats, additius... I això s'ha relacionat amb l'augment de les intoleràncies alimentàries, en les quals la principal causa és la baixa qualitat del blat, ja que, durant els darrers anys, la proporció del gluten en el blat que consumim ha augmentat de manera significativa (sobretot per l'augment dels cereals transgènics), fent que aquesta sobreexposició causi una inflamació de baix grau i es produeixin reaccions del nostre sistema immunitari cap a aquest cereal.

Què aporta el pa a una nutrició saludable i quina quantitat es recomana consumir-ne?

El pa és un aliment principalment energètic, ja que el component més abundant és el midó (un tipus d'hidrat de carboni complex). Tanmateix, també és una font de proteïnes procedents del gra del cereal (el gluten), de vitamines (sobretot del grup B) i de minerals (fòsfor, magnesi, potassi...); a més, les varietats integrals són molt riques en fibra.

Pel que fa al consum, més que una quantitat aproximada recomanada, caldria procurar que el seu consum no desplaci altres aliments interessants i igualment rics en hidrats de carboni o altres nutrients, així com caldria valorar l'alimentació en conjunt i determinar si



aquest consum té un impacte més o menys significatiu en la salut de la persona.

Quines són les principals diferències nutricionals entre el pa blanc i el pa integral?

El pa blanc està elaborat amb farines refinades i, molts cops, fibra afegida; mentre que el pa integral està elaborat amb farines integrals, les quals contenen fibra que es troba de forma natural a les farines, fent que el seu consum sigui més interessant i beneficiós. És a dir, el pa integral, a més d'aportar els beneficis de la fibra, proporciona una major sacietat, ajuda a controlar millor els pics de glucèmia, reté més sucres i permet una millor digestió.

En el teu dia a dia, et trobes amb clients que tenen una percepció errònia del pa en la dieta? Podries explicar-nos algunes de les principals fal·làcies?

A consulta em trobo amb moltes percepcions diverses sobre el pa, però la que més es repeteix és que "el pa fa engreixar", i això és degut al fet que en dietes molt restrictives és un dels primers aliments que es prohibeix. Però, al cap i a la fi, tots els aliments aporten calories i el pa no deixa de ser una font d'hidrats de carboni (com la pasta, l'arròs, la patata...); engreixar-se o no fer-ho no dependrà únicament del consum de pa, sinó del conjunt de l'alimentació diària i la resta d'hàbits, com l'activitat física i el sedentarisme, la gestió de l'estrès, el descans...

Els últims anys hem trobat un increment de consumidors que demanen pa sense gluten, tot i no ser intole-

rants. Creu que és contraproductiu? Ho recomanaria?

Hi ha situacions en les quals retirar el gluten pot ser interessant, com en aquelles on es poden millorar alguns símptomes de malestar gastrointestinal, com la distensió abdominal, fins que es troba què és el que realment fa que aquest component senti malament (com en casos de sobrecreixement bacterià) o en aquelles situacions en què es pateix alguna intolerància o malaltia autoimmunitària (intolerància a la fructosa, intolerància al gluten no celíaca, diabetis tipus 1, hipotiroïdisme...). Ara bé, el gluten no és un tòxic i, per tant, no caldria retirar-lo si la persona se sent bé després de consumir-lo; cal valorar cada cas de manera individual.

Respecte al consum de pa sense gluten, no és contraproductiu prendre'n, però és cert que hi ha pans de qualitat que són una millor opció, tant pels ingredients, l'elaboració, el sabor i la textura.

Creu que les fleques haurien de tenir un paper molt més actiu a l'hora de comunicar els beneficis del pa i desmentir mites que s'han creat?

Sí que considero que tant les fleques com altres professionals de la salut hauríem de procurar comunicar els beneficis que un pa de qualitat té sobre la salut, així com l'impacte negatiu sobre la mateixa que té un pa de mala qualitat. En aquest sentit, també s'haurien de desmentir els mites que s'han creat i, junt amb una bona educació nutricional, donar a les persones les eines necessàries per a fer una bona tria a l'hora de comprar el pa.

Com pot la fleca millorar els pans nutricionalment o quins ingredients es podrien incorporar interessants en aquest sentit?

Perquè un pa sigui nutricionalment bo, pel que fa als ingredients, ha de contenir cereals de bona qualitat (amb gluten o sense), pseudocereals, grans i/o llavors. A més, ha de contenir una activitat microbiana elevada, tant de bacteris com de llevats obtinguts a través de la massa mare, i s'ha hagut de dur a terme a través de processos de fermentació lents i durant un temps prolongat. D'aquesta manera s'aconseguirà un pa de qualitat, amb una bona biodisponibilitat de nutrients, de més fàcil digestió, amb un alt poder saciant i amb unes característiques organolèptiques elevades.

Quines són les darreres tendències que considera més interessants en pans nutricionals?

Darrerament, s'han posat més en tendència algunes varietats antigues de blat, com són el kamut o l'espelta, les

"S'haurien de desmentir els mites que s'han anat creant i, junt amb una bona educació nutricional, donar a les persones les eines necessàries per a fer una bona elecció a l'hora de comprar el pa"

quals contenen més proteïnes, fibra, minerals i vitamines que el blat convencional; a més de ser uns cereals més fàcilment digeribles. Malgrat això, ambdós cereals contenen gluten i no són aptes per persones amb celiaquia, tot i que són molt més ben tolerats que el blat.

Quins són els pans tradicionals catalans més interessants nutricionalment?

El pa més tradicional català és el pa de pagès, el qual pot ser interessant si està elaborat com antigament: amb farina de qualitat i amb un procés de fermentació llarg. També són una opció molt interessant nutricionalment els pans de kamut, espelta, ordi o sègol, així com els pans integrals, elaborats també a partir d'una massa mare i amb les farines adequades.

Per acabar, i una pregunta més personal, quin és el seu favorit i per què?

El meu favorit és el del Kamut, per la seva consistència i sabor més intens, és boníssim!

"El gluten no és un tòxic i, per tant, no caldria retirar-lo si la persona se sent bé després de consumir-lo"



L'Escola aposta pels intensius d'especialització

El centre formatiu ha celebrat recentment dues formacions intensives en pans i brioixeria artesana i d'excel·lència de la mà del seu director i reconegut flequer, Yohan Ferrant.



La fleca està en constant adaptació als gustos i necessitats dels seus clients, que cada vegada demanden més varietat i artesanian als seus forns. Això obliga els flequers a formar-se contínuament per poder incorporar nous productes i millorar les seves tècniques d'elaboració artesana, però el dia a dia a l'obra els deixa poc temps per a assistir a cursos de llarga durada. L'Escola de Flequers Andreu Llargués n'és plenament conscient d'aquesta realitat, i és per això que està programant interessantíssims cursos d'especialització en diversos tipus de productes, que tenen un caràcter intensiu, per tal d'aprofitar al màxim el temps de formació.

Dos bons exemples d'això han estat el Curs Intensiu d'Especialització en Pans Artesans i el Curs Intensiu d'Especialització en Brioixeria Artesana, que han tingut lloc al llarg del mes de maig. El director de l'Escola, Yohan Ferrant, recentment aterrat de Tòquio després de participar al prestigiós concurs 'The Best of Mondial du Pain', ha estat l'encarregat de dirigir aquests cursos intensius teòric-pràctics, enfocats a aprofundir en l'excel·lència de les tècniques d'elaboració de pans artesans i brioixeria. Aquestes formacions s'han adreçat a professionals interessats a perfeccionar les tècniques d'elaboració de fleca i brioixeria per avançar amb excel·lència en la seva pràctica professional.

Així doncs, el primer curs intensiu, de 30 hores de durada distribuïdes en 5 sessions, ha versat sobre pans arte-

sans. Durant la formació, els professionals han treballat de manera pràctica i teòrica el comportament de les masses mare i les fermentacions i han elaborat productes clàssics i amb masses mare elaborades amb diferents tècniques.

El segon curs, centrat en brioixeria artesana i de la mateixa durada que el de pans artesans, ha permès els alumnes aprofundir en les diferents farines, tècniques de pastat, fermentacions, llevats, etc.; així com els sistemes de cocció, reacció de Mallard o altres modificacions del midó en cocció, per acabar elaborant diferents peces segons les tècniques aplicades.

Especialització amb pràctica

“Aquesta és una nova fórmula formativa que estem introduint per donar resposta a una tendència que estem detectant en el sector. Els professionals, més enllà de veure demostracions a les master classes que també organitzem, estan molt interessats en formacions de caire pràctic per in-

L'Escola i el Gremi treballen en cursos de base intensius, que podrien arrencar a finals d'any



La iniciativa busca facilitar la formació a forners en actiu que no disposen de temps

corporar tècnica», assenyala Montse Ruiz, cap de Formació del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona. “Les master classes són molt profitoses, perquè s'enfoquen en el producte d'excel·lència a càrrec de grans figures de la fleca mundial, i els alumnes poden veure amb els seus propis ulls on és possible arribar, però és inviable que siguin participatives i pràctiques, per el nivell d'excel·lència del producte”, reflexiona.

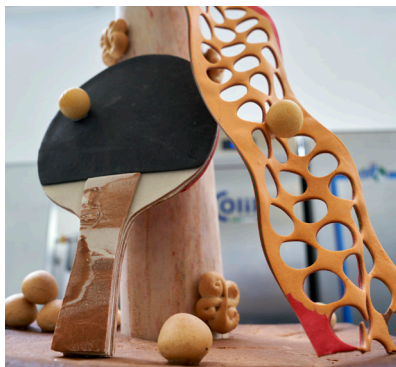
“Així, per tal d'adquirir aquest tipus de coneixements de caire més pràctic, l'ideal seria que cursessin els cursos d'especialització de tres setmanes que també oferim. Però, no disposen de tems suficient per fer front a formacions tan llargues. Així, hem buscat la manera d'adaptar les formacions a les necessitats i limitacions dels alumnes i hem arribat a aquesta modalitat de formació més pràctica i participativa, i també més eficient”, indica.

Una nova línia de formació intensiva

Ambdós cursos han despertat un gran interès i ràpidament han hagut de posar el cartell de complet, amb alumnes no només de Catalunya, sinó també de diferents llocs d'Espanya i fins i tot de l'estranger. “Hem tingut alumnes que han vingut expressament de Mèxic, Perú o Argentina”, destaca la Montse. “És un altre dels avantatges del format intensiu: en excutjar la durada dels cursos, es facilita el desplaçament de persones de fora interessades en adquirir la formació”, analitza.

L'Escola i el Gremi ja treballen en un nou projecte formatiu en aquesta línia intensiva. En aquest cas, però, es tracta de cursos de base, adreçats a forners en exercici que volen millorar la tècnica. “Amb aquesta iniciativa, volem continuar col·laborant a reforçar la qualificació dels flequers i avançar en la professionalització del sector”, indica Ruiz. Està previst que aquest projecte de mòduls intensius pugui començar a impartir-se cap a finals d'aquest any o al començament del proper.





El Màster enfila la recta final

Els alumnes del 4t Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència s'han sotmès a un examen en blanc en el qual han preparat una taula lliure i es preparen ara per a la prova final.



Alguns alumnes del Màster durant una sessió.

La quarta edició del Màster de Fleca Artesana d'Excel·lència ja va arribant a la seva recta final. Els privilegiats alumnes d'aquesta formació han incorporat ja el gruix dels coneixements que formen part del seu programa i esprem les darreres setmanes de curs aprenent les tècniques més actuals, rigoroses i acurades per aconseguir la màxima qualitat en productes flequers.

Els alumnes han aprofundit, entre altres coses, en les masses mare, elaborant diferents tipus de pans amb llargues fermentacions. Així mateix, han abordat la brioixeria, des d'un vessant creatiu, aprenent diferents tipus de formats. També està programada per aquesta fase final de la formació un dels mòduls més esperats: el de la peça artística.

En aquest punt, els alumnes s'han sotmès a una avaluació denominada examen en blanc. En aquesta prova, cada forner ha hagut de presentar una taula per demostrar que són capaços d'aplicar tots els coneixements adquirits. Sense cap més indicacions, cadascú ha pogut decidir lliurement els productes que formarien part de la seva taula.

La quarta edició del Màster de Fleca

Artesana d'Excel·lència conclourà el mes de juliol amb un examen final que, en aquest cas, sí que serà el director de l'Escola, Yohan Ferrant, qui dirà els alumnes quines peces, productes i formats han d'elaborar, sempre amb l'excel·lència com a requisit principal.

El de la peça artística és un dels mòduls més esperats i s'imparteix a la fase final del curs

Inscripcions obertes per a la 5^a edició del Màster

El proper mes d'octubre començarà la cinquena edició del Màster, una exclusiva formació de 220 hores de durada enfocada en l'excel·lència i que constitueix el vaixell insígnia de l'Escola de Flequers Andreu Llargués.

Una nova generació al 'Mondial du Pain'

Els exalumnes del Màster David Hernández i Roger Vilardosa busquen continuar el llegat d'Enric Badia i Marta San José a la propera edició del Campionat Mundial del Pa.



El proper mes d'octubre tindrà lloc una nova edició del 'Mondial du Pain', el prestigiós certamen organitzat pel col·lectiu 'Les Ambassadeurs du Pain' que, en la seva vuitena edició, va tenir com a protagonistes destacats els exalumnes del Màster en Fleca Artesana d'Excel·lència de l'Escola Andreu Llargués Enric Badia i Marta San José, entrenats pel director de l'Escola, Yohan Ferrant.

Doncs bé, en aquesta nova edició, el nostre centre formatiu tornarà a tenir presència destacada en aquest exigent concurs, aquesta vegada sota la direcció dels també exalumnes del Màster David Hernández i Roger Vilardosa i sempre sota la direcció de Ferrant, presentant-se per Espanya a aquest Campionat Mundial del Pa.

“Vam començar els entrenaments a l'Escola al gener, i estem treballant a fons brioixeria i pans. Des de l'abril tenim ja les bases del concurs i ens estem enfocant en acurar tot el que presentarem al Mondial”, explica el David. “Hem d'apuntar alt. Sent realistes, el nostre lloc ha d'estar entre l'1 i el 6, el que ens garantiria passar al 'The Best of Mondial du Pain'. Per suposat, ens encantaria guanyar: el Yohan, el Matt Valett, l'Enric, la Marta... tots els que estem involucrats en el projecte compartim aquest somni”, assenyala.

“El bon resultat de l'Enric i la Marta a la darrera edició és un fet que ens aporta pressió, però al mateix temps ens inspira i ens ajuda. Van fer un paper que ningú esperava d'Espanya, va ser un cop a sobre de la taula, i nosaltres tenim la pressió de continuar la seva tasca. Però, tenim l'avantatge que comptem amb ells involucrats al projecte. Som sis caps



“Som sis a l'equip: el David, el Roger, el Yohan, l'Enric, la Marta i el Matt”

pensant i aportant a aquest repte, i tots tenim moltes ganes d'estar a dalt”, reflexiona el Roger.

“El Yohan, més enllà del prestigi acreditat que té, ha demostrat que, totes les vegades que ha participat al Mondial, sigui com a candidat o com a entrenador, ha aconseguit estar al pòdium. Això, per nosaltres és una benedicció, perquè independentment del resultat final, el que és segur és que sortirem d'aquí sent molt millors forners de com vam entrar”, reflexiona el David.

Allau de monogràfics a l'Escola

Continua la programació de monogràfics per a professionals, de la mà de grans formadors i amb una gran varietat de temàtiques, tècniques i productes.



L'Escola de Flequers Andreu Llargués segueix amb la seva programació de formació continuada adreçada a aquells professionals interessats a actualitzar les tècniques d'elaboració i incorporar nous productes a la seva oferta. D'aquesta manera, als darrers mesos s'han celebrat una sèrie de monogràfics molt variats i de gran interès per als forners en actiu.

En primer lloc, el mestre pastisser i col·laborador habitual de l'Escola, Toni Gomez, ha impartit una formació específica enfocada en pastisseria individual. En el decurs del taller, de 10 hores de durada, s'ha elaborat un assortiment de peces de la pastisseria clàssica en format petit, per poder exposar a la vitrina de la botiga. Així, s'ha aprofundit en l'organització de la producció, estucatges i venda, amb atenció específica a especialitats com: sara, Sant Marc, sacher, selva negra, tiramisú i lemon pie. Gomez també ha impartit un curs de 10 hores productes de venda per impuls on s'han elaborat productes de llarga durada i amb presentacions atractives, com galetes de diferents sabors, pasta salada, carquinyolis, encenalls, mini-financiers o roques de xocolata.

D'altra banda, Matt Valette, jove forner amb àmplia

experiència com a professional en fleques de renom a Espanya, primer en la Selecció de França per al Mundial du Pain i tercer representant a França el 2019, ha estat el facilitador d'un monogràfic específic sobre el croissant bicolor. De 10 hores de durada, la formació s'ha centrat en l'esmentada elaboració, amb diferents colors, farcits i sabors. Durant el taller, s'han abordat a fons les tècniques d'elaboració, format i cocció per conservar els colors específics d'aquest producte, amb especial atenció a l'aplicació dels diferents farcits. Així mateix, Valette també ha impartit un curs de 10 hores sobre brioixeria creativa en el qual s'han treballat diferents elaboracions creatives, des dels clàssics fins a les noves tendències, a partir de masses fermentades per oferir una gamma més àmplia de pastisseria amb nous sabors i textures.

El cheesecake també ha tingut un monogràfic, impartit per Francisco Ramírez, qui ha abordat l'elaboració de les últimes tendències en aquesta especialitat amb diferents sabors, formats i amb bases cruixents.

L'excel·lència de la fleca també en monogràfic

També s'ha celebrat un monogràfic sobre pans rústics de 20 hores a càrrec d'Àngel Zamora. Es tracta d'un curs en modalitat mixta, amb dues sessions demostratives i dues 100% pràctiques en les quals s'han abordat les masses rústiques, amb farina a la pedra, hidratacions altes i fermentacions llargues per elaborar baguets, fogasses, rosques i 'ciabattes'. Zamora també ha impartit un curs de 10 hores sobre pans amb blats antics i recuperats. Ha estat una formació demostrativa on s'han elaborat pans amb farines de varietats de pans antigues o recuperades, com: monoccum, vanil noir, population, florence aurora, xeixa, etc.

Croissant bicolor, coques de Sant Joan, «cheesecake», pans rústics i pans integrals, alguns dels productes abordats monogràficament

Yohan Ferrant, Matt Valette, Àngel Zamora, Francisco Ramirez, Mari Cruz Barón, Toni Gomez, Toni Vera i Bibiana Becerra, entre els professors abordats monogràficament

Per la seva banda, el director de l'Escola, Yohan Ferrant, ha impartit un curs de 10 hores sobre pans integrals en el qual s'han tractat les característiques de les diferents farines integrals i el tipus de fermentació adequats per optimitzar les masses. Així mateix, s'han ensenyat tècniques d'elaboració de diferents formats de pa integral i com aconseguir que aquests tinguin un volum adequat i adequar-se a la nova llei en vigor. Ferrant també ha impartit un curs de tècniques de llargues fermentacions, on s'han treballat diferents fermentacions a diferents temperatures i amb diverses farines per facilitar la producció, ampliar la

gamma de producte i optimitzar el rendiment organolèptic.

Per preparar els forners de cara a Sant Joan, també s'ha celebrat un monogràfic especial de Coques de Sant Joan de quatre dies de durada, on Francisco Ramirez i la subdirectora de l'Escola, Mari Cruz Barón, han proposat diferents coques salades i dolces per gaudir en les diferents revetlles de l'estiu.

Finalment, Barón juntament amb Bibiana Becerra, ha impartit un curs pràctic adreçat al personal de venda per tal que coneguin les tècniques bàsiques d'elaboració de fleca i les característiques dels productes com a valor afegit a la venda.



El Gremi informa per webinar sobre les novetats en higiene alimentària

Durant la jornada tècnica telemàtica, es van revisar les novetats legislatives de l'últim any i es va presentar el servei d'assessorament

El passat 8 de maig, el Gremi de Flequers de la Província de Barcelona va celebrar una jornada tècnica telemàtica sobre totes les novetats en matèria d'higiene alimentària. Durant el webinar, es van revisar les novetats legislatives de l'últim any, fent esment especialment en els requisits d'higiene i autocontrol, i es va presentar el servei d'assessorament en seguretat alimentària que el Gremi posa a disposició dels agremiats.

A més a més, es va presentar el servei d'assessorament en seguretat alimentària que el Gremi ha posat en marxa amb la finalitat d'acompanyar els agremiats i solucionar les incidències que puguin sorgir en matèria d'higiene i seguretat alimentària.

En els darrers anys s'han donat canvis importants en els requisits normatius que afecten el sector flequer. L'aplicació d'aquests per part de les fleques pot arribar a ser molt feixuc i en moltes ocasions es realitza com a resultat d'una inspecció per part de les autoritats sanitàries. És per això que el Gremi va decidir fer un pas endavant i posar a l'abast dels agremiats aquest servei, un assessorament de la mà d'Elisa Soto, amb més de 20 anys d'experiència en el sector de l'alimentació com a responsable de qualitat en empreses alimentàries.



RD 1021/2022
pel qual es regulen
determinats requisits en matèria
d'higiene de la producció i
comercialització dels productes
alimentaris en establiments
de comerç al detall



Visita del alumnes de Certificat de Professionalitat a la farinera Fills de Moretó

Els alumnes de CP de l'Escola han estat rebuts per Martí Moretó, qui els ha guiat per les instal·lacions de la farinera.

La farinera Fills de Moretó ha rebut recentment la visita d'un grup de professors, alumnes i personal de formació de l'Escola de Flequers Andreu Llargués. El propi Martí Moretó, un dels principals caps visibles d'aquesta empresa familiar, ha estat l'encarregat de guiar la delegació de la nostra Escola per les instal·lacions de la farinera.

En concret, la visita ha estat adreçada als alumnes del Certificat de Professionalitat de Pastisseria i Confeiteria que el nostre centre formatiu imparteix. Juntament amb els alumnes, hi han acudit Montse Ruiz, responsable de Formació del Gremi, i Celeste Seoane, formadora de pastisseria de l'Escola. Aquesta visita s'afegeix a la realitzada recentment pels alumnes i formadors del Certificat de Professionalitat de Fleca i Brioxieria.

“És molt enriquidor per als alumnes conèixer de primera mà el procés d'elaboració de la farina, des de l'arribada del blat al seu empaquetat, passant per les successives preneteges, la hidratació, la separació dels diferents productes i subproductes de la farina...”, assenyala Ruiz. “No valorem prou la farina fins que no coneixem tot el procés que hi ha darrere d'aquesta matèria primera, la principal al nostre sector”, reflexiona. “Martí Moretó ens ha explicat que, tot i que està cada vegada més mecanitzat i automatitzat, el procés d'extracció de la farina del gra és el mateix que es feia tradicionalment”, recorda.



Alumnes de Primària aprenen com es fa el pa a la nostra Escola

Un total de 48 nens d'entre 7 i 8 anys procedents de l'Escola Andreu Castells (Sabadell) visiten el centre formatiu i fan pa juntament amb els alumnes del CP en Fleca i Brioixeria.



Mig centenar d'alumnes de l'Escola Andreu Castells (Sabadell) han visitat recentment l'Escola de Flequers Andreu Llargués per tal de conèixer de primera mà com s'elabora el pa artesà, gràcies als formadors del centre formatiu i als alumnes del Certificat de Professionalitat (CP) en Fleca i Brioixeria.

"El Gremi de Flequers de la Província de Barcelona i el seu centre formatiu sempre estan oberts a participar en qualsevol iniciativa que pugui promocionar la cultura del pa i donar valor a l'ofici de flequer, així que, quan vam rebre la sol·licitud de l'Escola Andreu Castells d'organitzar una activitat extraescolar per tal que els seus alumnes aprenguessin com es fa el pa, de seguida vam respondre afirmativament, tot i el repte organitzatiu que suposava per al nostre centre", explica la Montse Ruiz, cap del Departament de Formació del Gremi.

En total, la comitiva de l'Escola Andreu Castells va comptar amb 48 nens d'entre 7 i 8 anys, acompanyats de 4 professors, que van ser rebuts per la Montse Ruiz; la Mari

Cruz Barón, subdirectora de l'Escola Andreu Llargués, i el Matt Valette, formador del centre i reconegut flequer a nivell internacional.

Els nens van poder tocar la massa, boleiar-la i veure amb quins ingredients i quines tècniques es fa el pa en els seus diferents formats, gràcies a l'acompanyament dels alumnes del CP i el personal de l'Escola. A més a més, com a colofó, cada vailet es va emportar a casa un panet fet pels alumnes del CP.

Després de l'activitat, Mònica Sanz, mestra de l'Escola Andreu Castells, va escriure la Montse Ruiz per traslladar-li l'agraïment de tots els participants. "Tan sols escriure't per agrair-vos el vostre temps i dedicació, a la vegada que gran qualitat humana. Els infants van gaudir moltíssim i nosaltres també! No cal dir que els pans eren boníssims, i molts nens/es no van poder resistir-se a tastar-los abans d'arribar a casa. Serà un plaer tornar a repetir l'experiència, sempre que vosaltres pugueu! De nou, mil gràcies de tot cor!", va incidir.



"Hem d'invertir en un producte de qualitat perquè el client ve a buscar-ne més"

Entrevistem Toni Vera, el prestigiós pastisser català guanyador de tres edicions del Concurs del Millor Croissant de Mantega d'Espanya i formador a la Baking School Barcelona Sabadell per conèixer la seva visió sobre les sinergies entre la fleca i la pastisseria i les tendències actuals al sector.

"Tenir una base científica per a un ofici a on canviés estructures de matèria, és fonamental. Entens amb molta més facilitat que passa allà dins"

Com vas començar la pastisseria? Abans d'iniciar-te a la pastisseria, sabies a què et volies dedicar?

Doncs no -riu-, jo estava estudiant química i tenia una parella que a casa seva tenien forn-pastisseria. Llavors jo combinava els estudis al laboratori de la Facultat amb les tardes a l'obrador fent tombs, tafanejant, i quan venia algun demostrador l'escoltava. Al final vaig decantar-me cap al món de l'obrador i vaig deixar els estudis de química. Realment hi ha com una sinergia entre obrador i laboratori on barreges, fas mescles, cuines...

Personalment, quina és la fita més important de la teva trajectòria com a pastisser?

Bé, com a fita laboral i premiada, el premi del Millor Croissant de Mantega d'Espanya. És un premi que ens han donat tres cops i representa un reconeixement públic a una feina ben feta. És el cim de les fites laborals.

Com dius, has guanyat tres cops el Concurs del Millor Croissant de Mantega d'Espanya. Què té d'especial la seva elaboració? Té alguna cosa a veure amb la teva experiència amb la química?

Sí, sí, jo sempre dic que tenir una base científica per a un ofici a on canviés estructures de matèria és fonamental. Entens amb molta més facilitat que passa allà dins. No dic que jugui amb un avantatge, però sí que tinc una justificació de saber per què gelifica el midó quan el pugues de temperatura; què és el que passa interiorment dins l'estructura d'una molècula del midó... Tot això et dona cert avantatge o certa solidesa a l'hora d'entendre les coses que passen en un obrador o en una cuina.

Creus que les fleques han sabut aprofitar el valor diferencial de la pastisseria per oferir un catàleg de productes més diversos?

Jo crec que tot va lligat amb la cultura. Cada cop més tenim una cultura gastronòmica més potent, més estudiada, més diversa. I primer han començat els restauradors i els restaurants en saber valorar producte, en oferir uns plats més elaborats i s'ha justificat que hi ha un mercat. És a dir, la gent paga més diners per un plat més elaborat, un producte més bo.

Nosaltres, els pastissers i forners hem d'anar al darrere de tot això. A poc a poc hem sabut invertir en maquinària, en formació, en producte. Ho hem sabut vendre molt bé i això es demostra perquè estem venent pans a preus que 20 anys enrere era impensable.

El forner busca innovar i ampliar els seus coneixements, que estan molt més enfocats a farines i glúten, i ara es vol enriquir més perquè la varietat o el ventall que vol oferir és cada cop més ampli. Per tant, a la pregunta de si han sabut aprofitar-ho: sí. Però també al revés: els pastissers ens hem amarats de la fleca.

Creus que la pastisseria i la fleca han d'anar separades o veus que hi ha apunts en contacte cada vegada més intensos?

Sí, hi ha punts en contacte que cada vegada són més intensos. Tenim molts productes que estan lligats els uns amb els altres. El full, el croissant, el brioix tot això són productes que compartim cadascun dels dos bàndols; si ho vols dir així -somriu-.

El que passa és que quan entres en una fleca, poques tenen vitrina amb fred i aquí és on queden més limitades a l'hora de vendre productes de pastisseria. El pastisser té un producte més fresc que necessita una

"Els forners s'estan formant en bases de pastisseria per poder treure una brioixeria molt més elegant, molt més innovadora"

conservació en fred. Treballem molt amb processos de congelació. En canvi, la fleca és un producte que pot estar a temperatura ambient, que no necessita conservacions amb fred. I aquesta és la gran diferència que tenim, però pel que fa a productes tenim moltes coses semblants.

Quins consells donaries a un flequer que vol començar a diversificar la seva oferta per incorporar pastisseria flequera i millorar la seva brioixeria? Què es necessita per fer aquest pas i fins a quin punt el flequer pot arribar a fer-ho?

Pot arribar fins on vulgui. Pot arribar a obrir una pastisseria, cafeteria, restaurant, fleca..., el que passa és que a vegades som una miqueta contraris, tenim por o som porucs a l'hora d'invertir. Una de les principals pors que tenim és la inversió econòmica amb una rendibilitat a llarg termini.

En el cas dels flequers, molts cops costa fer la inversió de vitrines de fred. Si tu vols donar un producte de pas-





"S'ha d'invertir en maquinària per fer créixer el negoci, per tenir unes bones condicions i poder vendre una pastisseria de qualitat"

tisseria de qualitat a la teva fleca, el que has de fer és invertir. Trobo que molts ho veuen com una despesa, i no. No és una despesa, sinó que és una inversió que tindrà una repercussió econòmica al llarg d'un any, dos anys, 5 anys, els que siguin. Però ens hem de deixar els calés per fer créixer el negoci, per tenir unes bones condicions i poder vendre una pastisseria de qualitat.

No podem tenir un pa d'espelta integral amb massa mare *supertop* i vendre pastisseria industrial, mal congelada i de mala qualitat. Val més fer una pastisseria bàsica amb massinis i braços de gitano ben feta, que no voler jugar a una lliga a la que no podem competir.

Com dic, per jugar a ser pastisser s'ha d'invertir.

Ja fa uns quants anys que ets formador a l'Escola Andreu Llargués, quina és la teva experiència com a formador de flequers?

Trobo que hi ha moltes sinergies i moltes coses semblants. Quan venen flequers, jo dono el meu punt de vista des de la part més pastissera, donant a conèixer els avantatges de fer servir el fred i els congeladors, i sento que a l'altre costat, al forner li obres un camp de visió que s'adona que si fa una inversió tindrà una repercussió econòmica important.

O sigui, no és el mateix haver de

fer croissants cada dia que fer croissants un cop la setmana i congelar-los en cru. Als forners a vegades els costa veure que congelar producte en cru no és dolent, sinó que ens millora la producció, ens retalla més els temps i repercuteix en menys despesa. Però també representa menor despesa de personal, ja que aquest personal pot invertir el seu temps a fer altres coses que a nivell de rendibilitat de l'empresa és molt millor.

I quines són actualment les tendències més importants del món de la pastisseria i com les poden aprofitar els forners i pastissers?

Hi ha diferents tendències. Per exemple, la brioixeria s'assembla cada cop més als pastissos. Estem fent una brioixeria amb molt color, amb molt de farcit, que recorda a tècniques de pastisseria. Aquesta és una miqueta la tendència, i els forners s'estan formant en bases de pastisseria per poder treure una brioixeria molt més elegant,

"L'excel·lència dins del nostre sector va per estimar-nos el producte i el procés. És necessari treure temps per venir a l'Escola i reciclar els nostres coneixements"

molt més innovadora.

Al final tot va en funció de la formació, l'assessorament i l'aprenentatge. Sé que el nostre dia a dia ens costa molt, se'ns menja el temps i ens tanquem molt amb el nostre, però a vegades és necessari treure temps per venir a l'Escola i reciclar els nostres coneixements. Si continuem així, crec que l'ofici creixerà d'una manera exponencial.

Ara mateix estem veient que aquí a l'Escola s'està apostant molt per l'excel·lència. Creus que aquest és el futur?

Sí, és el que deia al principi. Anem a restaurants que ens costen molts diners i els paguem sense problema. Jo crec que l'excel·lència dins del nostre sector, tant sigui de pastisseria o fleca, va per estimar-nos el producte i el procés. Hem d'invertir en un producte de qualitat, perquè el client ve a buscar alguna cosa més enllà de la fleca tradicional.

Hi ha una cultura extraordinària del saber menjar. Nosaltres ens hem de sumar a aquest carro i hem d'anar a buscar l'excel·lència. Estic totalment d'acord amb aquesta filosofia de l'Escola.



INFORMA'T DE
LA FORMACIÓ

**Formació
Excel·lència
Artesania
Innovació**

Inverteix en el teu futur
BAKING SCHOOL BARCELONA SABADELL



Departament de formació
formacio@gremipa.com
www.gremipa.com
Tel. +34934871818

NewsGremi

Informació gremial del sector flequer

La Coca de Sant Joan, el tresor de la fleca artesana

La fleca catalana celebra el solstici d'estiu:
història, tradició i sabor



Sant Joan és una de les dates més assenyalades al calendari festiu català. La nit del 23 de juny es celebra el solstici d'estiu, encara que realment aquest fenomen astronòmic té lloc entre els dies 20 i 21 de juny. Només hi ha dos solsticis al llarg de l'any. L'altre, el solstici d'hivern, es produeix a finals de desembre, al voltant del dia de Nadal, una altra data també molt assenyalada al calendari.

Els solsticis són cadascun dels dos moments de l'any en què el Sol té la màxima declinació (distància angular) respecte a l'equador celeste, donant lloc a la nit més curta de l'any al solstici d'estiu i la nit més llarga al solstici d'hivern.

La contraposició entre el solstici d'hivern, quan la tradició marca que neix Jesucrist, i el d'estiu, ha donat a aquest darrer un caràcter molt especial marcat per les fogueres, en què hom crema els mals records o el que vol esborrar de l'any, i on es bota per damunt el foc per conjurar la bona sort. A més a més, és costum celebrar-ho a la platja i aprofitar les altes temperatures de l'època per ficar-se dins la mar com a signe de purificació. Però, com és tradició a

La nit del 23 de juny es celebra el solstici d'estiu, encara que realment aquest fenomen astronòmic té lloc entre els dies 20 i 21 de juny

la nostra cultura, un element essencial d'aquesta celebració és la Coca de Sant Joan.

La coca i la festivitat

La Coca de Sant Joan és un dels dolços tradicionals més apreciats a Catalunya. Des de temps antics, el 24 de juny, l'inici del solstici, s'ha considerat un moment de transició en el qual se celebra l'abundància, la fertilitat i el poder del sol. És per això que aquest dolç simbolitza la unió en-

tre el paganisme i la religió, ja que combina la celebració pre-cristiana de l'estiu amb la figura de Sant Joan Baptista, "precursor" de Jesús.

Aquesta coca té les arrels en el tortell d'ous i la forma rodona que tenia en els seus inicis, rememorant clarament el culte al sol. En els seus inicis, les coques que es consumien en aquesta festivitat es pastaven a casa i s'emportaven als forners perquè les coguessin. Amb l'arribada de les primeres pastisseries, la recepta va anar incorporant elements dolços com les fruites confitades i les cireres.

La Coca de Sant Joan que coneixem avui en dia va ser introduïda a les revetlles l'any 1860 i va guanyar popularitat cap al 1900, convertint-se en un element essencial d'aquesta celebració. Amb més de 100 anys de tradició, la Coca de Sant Joan s'ha convertit en un clàssic imprescindible per celebrar el solstici d'estiu.

Però la coca no només té un significat simbòlic, sinó que al llarg del temps s'ha carregat de supersticions i creences populars. Per exemple, es diu que si saltes sobre una foguera tres cops mentre menges un tros de coca, et purifiques i allunyes els esperits dolents.

Per a la fleca, Sant Joan és una data marcada al calen-

La Coca de Sant Joan prové de l'antic tortell d'ous en forma rodona que era una reminiscència del culte al sol

dari. Tots els flequers de Catalunya fan les seves coques de Sant Joan.

Avui en dia, aquesta peça s'ha convertit en un tresor culinari i cultural que uneix la tradició i el plaer gastronòmic en una emblemàtica festa.

I com és de costum en la nostra cultura, quan un aliment triomfa, apareixen noves formes i versions. En aquest cas, la tradicional coca de Sant Joan es caracteritza per estar coberta de pinyons i sucre aportant-li un sabor dolç i cruixent. Tot i així, al llarg dels anys han aparegut noves formes i varietats construïdes amb crema, fruita confitada, cabell d'àngel, xocolata o altres ingredients peculiars.

La fleca catalana promociona el consum de coques de Sant Joan

L'objectiu d'aquestes campanyes és posar en valor a les fleques artesanes de tot Catalunya, amb motiu de la Diada de Sant Joan i revetlles.

Com és tradicional, des del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona i la Federació Catalana d'Associacions de Gremis de Flequers s'han fet les clàssiques campanyes publicitàries de promoció d'aquest dolç.

D'una banda, les fleques agremiades han disposat d'un cartell editat pel Gremi per promocionar aquest producte als seus aparadors i xarxes socials, mentre que la Federació ha emès una falca radiofònica en què promociona el consum de les tradicionals coques amb ocasió a les fleques artesanes de tot Catalunya.

**" Preparats per a la revetlla de Sant Joan?
Gaudiu de la nit més màgica de l'any amb el més bo i millor
d'aquesta celebració. Una gran varietat de coques que ja
elaboren els nostres flequers i flequeres perquè no faltin a
cap taula.**

**Encarregueu i compreu les tradicionals coques de Sant
Joan a la vostra fleca de confiança.**

**És un consell de la Federació Catalana d'Associacions de
Gremis de Flequers.**

La campanya radiofònica s'ha emès en 54 falques als programes de més audiència de RAC1 entre els dies 15 de juny i 23 de juny.



GREMI DE FLEQUERS DE LA
PROVÍNCIA DE BARCELONA

Generalitat
de Catalunya



Dos agremiats premiats com a Millor Coca de Sant Joan

El Gremi ha estat protagonista en el concurs de la Millor Coca de Sant Joan 2023 organitzat per Sr y Sra Cake.



L'agència Sr y Sra Cake organitza, com cada any des de fa cinc, el concurs 'La Millor Coca de Sant Joan'. Enguany ha congregat a més de 250 coques participants en cinc categories, que han estat valorades per un jurat format per professionals de la fleca i la pastisseria, entre els quals figurava Mari Cruz Barón, subdirectora de l'Escola de Flequers Andreu Llargués i Enric Badia i Marta San José, subcampions del món i exalumnes de l'Escola, entre d'altres.

En la categoria de Coca Tradicional de Fruites Confitades i Pinyons, ha resultat guanyador l'establiment agremiat la Fleca Rovira, de Santa Agnès de Malanyanes, en mans de Carles Rovira. Segons l'organització i el jurat, la seva peça “reflecteix la feina feta des de fa més de 60 anys, donant com a resultat un briox de qualitat i elaborat amb productes ecològics i de proximitat”.

“Buscàvem la tradicional perquè el nostre forn és més típic de coques, més tradicional”, explica el seu propietari, Carles Rovira. “Esperem que això ens posi en el mapa; volem donar a conèixer el producte que fem i l'artesania, tot en conjunt”, apunta.

Sorprès pel resultat, l'agremiat Enric Bordas, de la fleca Santacreu de Viladecans, ha guanyat la categoria de Coca de Crema i Pinyons. “Ha sigut una gran sorpresa, és la categoria on s'han presentat més coques i em poso en la pell del jurat i crec que és molt complicat triar quina és la millor. Qui guanya o qui perd és per molt poc detall”, assenyala.

També vinculat a la Baking School pel seu rol al pròxim Mundial du Pain, David Hernandez de Montserrat Forners s'ha endut el premi de la Millor Coca Creativa perquè “ha aconseguit sorprendre, amb l'originalitat de la forma i utilització de fruites com a protagonistes, a tots els membres del jurat que, de manera unànime, han estat convençuts del seu èxit”, explica l'organització.

El guanyador de la Categoria de Coca de Llardons ha estat el Forn i Pastisseria El Racó de Granollers. Si ens traslladem a la Categoria de Xocolata, el guanyador ha estat La Pastisseria de Barcelona.

Un reconeixement a l'ofici

Aquest tipus d'esdeveniments aporten qualitat al sector, així ho descriu la presidenta del Gremi de Forners de Lleida, Pilar Marqués: “Tots ens esforcem per ser millors. També representa un reconeixement a l'artesa de cara a la societat”, explica. Per la seva part, el seu conseller Pau Borràs assenyala que “aquest tipus de concurs és molt necessari per visualitzar el sector. El client ha de saber on ha d'anar per buscar la millor coca, és bàsic”.

En paraules de Mari Cruz Barón, aquest tipus de concursos “són una eina de publicitat per al producte tradicional i artesà”.

El camí de la fleca passa per la unió

El Gremi presenta la Memòria del 2022 en la qual fa un repàs d'aquest any atípic, protagonitzat per les diferents accions de defensa del sector contra la crisi energètica.



"La fleca s'ha unit i gràcies a això hem vist una mica de llum en la foscor", destaca el president Llargués

del pla de comunicació de l'entitat i es mostra el creixement exponencial dels diferents canals de comunicació amb més de 30.000 seguidors a les xarxes.

El document també recorda els serveis oferts als agremiats (assessorament laboral, comptabilitat i fiscalitat, jurídic, assegurances, gestió ambiental i sanitat, tramitació de subvencions i assessorament energètic), i recorda les campanyes impulsades pel Gremi, tant gràfiques com de festivitats tradicionals.

Reconeixement a l'ofici i ressò mediàtic

El resum anual també dona compte sobre actes corporatius i reunions institucionals que s'han dut a terme en defensa de la fleca amb motiu de la crisi energètica desencadenada per la guerra a Ucraïna, així com el ressò mediàtic que han tingut les diferents accions encapçalades pel Gremi. Finalment, fa un recull de tots els reconeixements a l'entitat i els agremiats i de les diferents participacions en fires.

"Ens hem trobat en moments complicats i la situació ens ha fet reflexionar i adonar-nos que sols no podríem lluitar contra aquest escenari. La fleca s'ha unit, i gràcies a això hem vist una mica de llum en la foscor. Des del Gremi hem adquirit el paper de lobby del sector i, a través dels diferents càrrecs que tenim a la Federació Catalana de Gremis de Flequers i CEOPPAN, hem pogut representar, defensar i promoció dels interessos dels nostres agremiats davant les administracions", ha volgut destacar el president.

Més de 1.500 alumnes han passat per l'Escola Andreu Llargués, on s'han impartit 129 cursos amb un total de 6.592 hores lectives

Com cada any, el Gremi de Flequers de la Província de Barcelona ha elaborat la Memòria d'Activitats anual, corresponent a 2022, un exercici marcat pels «diferents factors que han succeït i que han creat la tempesta perfecta que ens ha dut a una situació, en molts casos, insuperable», segons la carta de salutació del president del Gremi, Andreu Llargués, que encapçala el document.

L'informe, que serà presentat oficialment a l'Assemblea el pròxim 6 de juliol, dona compte de les activitats i serveis més rellevants del Gremi i la Baking School Barcelona Sabadell al llarg de l'any.

L'any en números

Quan semblava que tot tornava al seu lloc després de la pandèmia, el 2022 va sorprendre amb una guerra inesperada entre Ucraïna i Rússia, i tot plegat ha deixat entreveure les mancances de la globalització i ens ha portat una greu situació inflacionista. Tot i això, els números del Gremi continuen mostrant el seu paper imprescindible com a lobby del sector.

Així, en l'àmbit formatiu, una de les peces claus de la institució, la memòria assenyala que en el decurs de 2022 es van fer 129 cursos amb un total de 6.592 hores lectives i 1.556 alumnes. Quant a la borsa de treball, indica que el 24,19% de les ofertes gestionades corresponien a oficials de 1a de fleca, el 30,64% a auxiliars de fleca, l'11,30% a venedors i la resta a oficials de 2a, oficials de pastisseria i encarregats de botiga.

En les 44 pàgines també s'explica la nova reestructuració

Entrega dels diners recaptats a la campanya 'Llonguet solidari'

Els diners de la campanya de Polseres Candela s'han lliurat al SJD Pediatric Cancer Center de l'Hospital Sant Joan de Déu

El Gremi de Flequers de la Província de Barcelona ha donat suport un any més a la campanya 'Llonguet Solidari', impulsada per l'associació Polseres Candela i, per segon any consecutiu, per la Federació Catalana d'Associacions de Gremis de Flequers, amb motiu del Dia Internacional del Càncer Infantil. En total, hi han participat 36 fleques, que han recaptat un total de 8.995 euros.

La recaudació de la campanya, que es va celebrar els dies 17, 18 i 19 de febrer, s'ha lliurat al SJD Pediatric Cancer Center de l'Hospital Sant Joan de Déu amb la representació dels diferents gremis i federacions que han donat suport a aquesta acció.

Recordem que l'objectiu d'aquesta campanya és que els establiments participants destinin l'import de la venda dels llonguets, al preu habitual, en els dies de campanya, a Polseres Candela per a investigar el càncer infantil. Polseres Candela ha mostrat el seu agraïment especialment en un any que és difícil pel sector: "Èrem molt conscients que enguany està sent especialment difícil per al seu sector, el descontrolat preu de la llum, l'encariment de totes les seves matèries primeres i la deslleial competència de les panificadoras industrials li ho posa més complicat cada dia, però els forners artesans estimen el seu ofici, acaronen les seves elaboracions i als seus clients i encara tenen temps per a posar el seu treball al servei de la solidaritat. Els forns artesans formen part del teixit social que hem de cuidar i desitgem que el seu esforç els retorni almenys el reconeixement que es mereixen, per part nostra tenen tota la nostra admiració i gratitud".



El president Aragonès rep els flequers per Sant Jordi

Representants del sector visitat el Palau de la Generalitat per lliurar el president la tradicional panera i conversar amb ell sobre la fleca i el país.

Sant Jordi és una de les diades més importants al nostre país, i la fleca no és aliena a la seva significació. És per això que, cada any, amb tota solemnitat, el sector aprofita per mantenir una reunió amb el president de la Generalitat, lliurar-li una selecció de pans d'arreu Catalunya i intercanviar parers sobre la situació de la fleca en concret i del país en general.

Així, com és ja tradicional, una comitiva de forners de la Federació Catalana d'Associacions de Gremis de Flequers, va visitar el Palau de la Generalitat el passat 23 d'abril amb motiu de la festivitat de Sant Jordi.

Durant la trobada, la comitiva flequera, que va comptar amb la presència dels vicepresidents del Gremi, Mònica Gregori i Jordi Morera, i el secretari general, Carles Cotonat, va lliurar al president de la Generalitat, Pere Aragonès, la tradicional panera amb una selecció d'especialitats flequeres de diversos llocs del territori català que els forners preparen cada any per Sant Jordi adreçada a la màxima autoritat del país.

Els representants de la fleca van poder tenir una distesa conversa amb el president, durant la qual van aprofitar per traslladar-li les principals problemàtiques que enfronta el sector i demanar-li accions efectives per pal·liar-les. En tot moment, l'inquilí del Palau de la Generalitat es va mostrar molt interessat en les reivindicacions i la realitat de la fleca catalana, i va constatar la seva importància en l'alimentació saludable de la ciutadania i la vertebració dels barris i els pobles del territori.





L'Escola i els agremiats, estrelles al programa de TV 'Terra de Pa'

L'equip del programa, conduït per Jordi Morera, ha visitat les instal·lacions de l'Escola de Flequers Andreu Llargués i ha entrevistat a diversos flequers agremiats.

El programa 'Terra de pa', que condueix el prestigiós i mediàtic flequer Jordi Morera i que s'emet cada dissabte a les televisions locals i a la plataforma La Xarxa+, està donant una gran visibilitat a la fleca artesana, entrevistant diversos agremiats i visitant l'Escola de Flequers Andreu Llargués.

L'Escola de Flequers Andreu Llargués ha protagonitzat el cinquè capítol del programa. Emès sota el títol 'Una mica d'història', tracta sobre l'ofici de fer pa al llarg dels anys. Comença a Vilassar de Dalt, on l'equip del programa visita la fleca agremiada Cal Mosso, un forn històric amb més de sis generacions fent pa de manera artesana en forn de llenya, i al capdavant del qual actualment hi són els germans Andreu i Anna Galceran, que han explicat els gairebé dos segles d'història d'aquesta fleca.

A continuació, Jordi Morera i el seu equip es traslladen a la nostra Escola, on els rep el president del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona, Andreu Llargués, qui ha mostrat les instal·lacions del centre formatiu i ha explicat la seva història, aportant dades com que cada any passen 1.600 persones per les seves aules per cursar els 128 cursos que s'imparteixen.

Sota el títol 'Una mica d'història', el capítol tracta sobre l'ofici de fer pa al llarg dels anys

Llargués també ha reflexionat sobre la importància dels gremis flequers des de l'inici de les civilitzacions, posant exemples de la vessant política del pa com a producte de primera necessitat des de l'antiga Roma. "El forner s'ha d'adonar que per si sol és impossible que s'escoltin les seves reivindicacions. Per fer-nos escoltar, hem d'anar tots junts", ha destacat.

Més agremiats protagonistes

Però no només l'Escola ha estat protagonista, també altres agremiats han participat en aquest programa divulgatiu.

A l'estrena del programa surten representants de dues fleques agremiades: les germanes Meritxell i Esther Ventura, de l'Espiga d'Or-Cal Falsina (Caldes de Montbui), i Xavier Pàmies Sistaré, del Forn Sistaré (Reus). Aquest primer programa es dedica als cereals, la qual cosa té molt sentit per a arrancar aquest espai televisiu, ja que és "allà on tot comença", segons la productora.

Així mateix, en el segon capítol del programa, apareix L'Obrador dels 15, una altra fleca agremiada, presentada com un exemple per haver sabut combinar amb èxit tradició i innovació. Morera entrevista a Mònica Gregori, agremiada i vicepresidenta del Gremi de Flequers de la Província de Barcelona. Durant l'entrevista, Gregori explica com s'han reinventat per donar al client el producte que més s'adapti a ell: "Treballem el que diem customització del pa. Busquem fer un pa a mida per a cada client i que aquest trobi el seu pa perfecte", ha assenyalat. Podeu veure tots els capítols a la web <https://www.laxarxames.cat/home>

NewsFleca

Actualitat del sector flequer i pastisser



El Gremi recolza a PIMEC per debatre i exigir mesures contra la sequera

Carles Cotonat assisteix a una trobada per tractar el tema de la manca d'aigua i presentar un manifest per garantir la disponibilitat d'aigua.



Actualment, Catalunya pateix una sequera de primera magnitud, com hem pogut veure als mitjans de comunicació en els darrers mesos. Però, cal destacar que aquesta situació de manca d'aigua excepcional s'arrossega des de l'any 2020. En el moment d'escriure aquest article, ens trobàvem amb els embassaments catalans al 25% de la seva capacitat, una dada que contrasta sensiblement amb el gairebé 60% d'un any enrere i que ens situa en fase d'excepcionalitat, el quart nivell de l'escala de cinc que s'utilitza per valorar la gravetat de la sequera i establir mesures: normalitat, prealerta (embassaments entre el 60 i el 40%), alerta (entre el 40 i el 25%), excepcionalitat (entre el 25 i el 16%) i emergència (menys del 16%).

El Govern de la Generalitat, a banda d'establir les mesures establertes segons el nivell de sequera, ha destinat 50 milions d'urgència per a obres que millorin l'abastament d'aigua municipal i assegu-

En comparació a l'última gran sequera (2006 i 2008), el preu dels cereals ha augmentat un 25%

ra que, entre els anys 2022 i 2023, s'han generat més de 200 hectòmetres cúbics d'aigua extraordinaris gràcies a la dessalinització, a la regeneració i als pous de sequera. També ha convocat la Taula Nacional de l'Aigua, com a espai de debat sobre la governança i els usos de l'aigua en el context de canvi climàtic i disponibilitat minvant del recurs hídric, i ha assegurat que potenciarà una cultura de l'aigua basada en la corresponsabilitat.

La Petita i Mitjana Empresa de Catalunya (PIMEC) estima que, en comparació a l'última gran sequera, que va

tenir lloc entre el 2006 i 2008, el preu dels cereals ha augmentat un 25%, el dels farratges un 70% i el de la fruita entre un 10% i 18%.

Davant aquesta situació, PIMEC ha organitzat una trobada amb diferents entitats per tractar el tema de la sequera i per presentar un manifest per garantir la disponibilitat d'aigua a llarg termini i minimitzar els efectes negatius de l'escassetat d'aquest recurs en diferents sectors i territoris. Per descomptat, el Gremi de Flequers de la Província de Barcelona ha estat present a aquesta reunió, representat pel secretari general, Carles Cotonat.

En el decurs de la trobada, les entitats presents han fet una crida a les administracions públiques per a la posada en marxa urgent de mesures concretes i ajuts directes a les empreses que facin compatible la continuïtat de l'activitat econòmica amb un ús sostenible i eficient de l'aigua.

Durant la reunió s'ha presentat el manifest 'Economia, aigua i futur', que ja compta amb més de 150 adhesions i és fruit d'un procés participatiu amb tots els sectors afectats per la sequera i les restriccions de l'aigua. L'objectiu del document és presentar un conjunt de propostes concretes per tal d'expressar la necessitat de preservar l'activitat econòmica, amb mesures conjunturals i ajuts directes a les empreses que compensin els efectes econòmics i ambientals de les activitats econòmiques per les mesures adoptades per la gestió de la sequera.

El manifest recull propostes a curt termini, com ara la creació d'una Taula de l'Aigua de Catalunya per tal d'establir les bases del futur Pacte Nacional de l'Aigua; un programa d'ajuts directes i crèdits a les empreses afectades per la sequera, destinades a la preservació del teixit productiu i al manteniment de l'ocupació, o la revisió de la fiscalitat de les activitats afectades per la sequera.

Quant a les propostes a mitjà i llarg termini, proposa la planificació d'inversions que donin



Els embassaments catalans estan al 25% de la seva capacitat, davant el 60% de fa un any

resiliència al sistema hídric català; l'establiment de programes de suport i foment de l'eficiència hídrica; i la unió del Govern de l'Estat Espanyol, la Generalitat de Catalunya i la Unió Europea en un front comú per impulsar la redacció d'un pla d'infraestructures europees de l'aigua, entre moltes altres qüestions. En aquest punt, PIMEC exposa la necessitat de realitzar les grans infraestructures que històricament s'han proposat per resoldre els problemes d'abastiment, la millora de les xarxes de subministrament, així com la necessitat de donar suport a la reconversió d'algunes activitats econòmiques que han de donar pas a una transició en l'ús eficient de l'aigua.

Després de la publicació del document, el Consell de Ministres va aprovar una bateria de mesures contra la sequera. PIMEC ha valorat positivament aquestes iniciatives, però considera que són insuficients atesa la gravetat de la situació. En concret, la patronal ha celebrat la inclusió d'algunes de les reivindicacions recollides en el manifest, com els ajuts directes a les empreses o la creació d'infraestructures que permetin un ús més eficient i sosteni-

ble de l'aigua. Tanmateix, ha trobat a faltar ajudes directes als cerealistes i altres productors agrícoles que, en molts casos, no podran recollir cap collita i veuen greument afectada la seva viabilitat econòmica.

PIMEC s'ha tornat a posar a disposició de les administracions públiques a l'hora de dissenyar i posar en marxa les accions per lluitar contra aquest fenomen natural i els hi ha insistit en la importància d'un gran acord per a la gestió de l'aigua, amb un debat de cohesió territorial en benefici del progrés econòmic i social. Així mateix, considera que la millor manera de pal·liar els efectes de la sequera és donant passes endavant cap a la productivitat dels recursos.

PIMEC valora les mesures preses per les administracions, però reclama noves passes

Els aspirants a la Paeria aprenen a guarnir mones

El Gremi de Forners de les Terres de Lleida reuneix els candidats a alcalde de la capital lleidatana en un taller-debat a la seva Aula del Pa.



El Gremi de Forners de les Terres de Lleida ha rebut recentment a alguns dels aspirants al càrrec d'alcalde de la capital lleidatana que es presentaven a les darreres eleccions municipals. En concret, els candidats han participat en un taller-debat a l'Aula del Pa que aquest ens gremial té al Parc Científic i Tecnològic Agroalimentari de Gardeny.

En el decurs de la trobada, els polítics van participar en el guarniment de les tradicionals mones de Pasqua, i al mateix temps van conversar amb els representants de la fleca a aquesta província sobre els temes que afecten el sector.

D'aquesta manera, els candidats a la Paeria van exposar a la plana major del Gremi de Forners de les Terres de Lleida, encapçalada per la seva presidenta, Pilar Marqués, els seus punts de vista i les seves propostes per dinamitzar el comerç de proximitat i impulsar la promoció dels productes agroalimentaris artesans de la ciutat. “Van demostrar que entenen el valor i la importància d'un ofici com la fleca en l'alimentació de la societat i la vertebració del país”, assegura Marqués.

Així, Miquel Pueyo (ERC), Fèlix Larrosa (PSC), Toni Postius (JxC), Xavi Palau (PP) i Laura Bergés (Comú de Lleida) van elaborar i decorar les seves pròpies mones amb el pa de pessic i els ingredients que els va subministrar l'Aula del Pa, sota la supervisió dels flequers, i després se les van endur a casa. Segons Pilar Marqués, “ho van fer tots molt bé, la veritat. Durant l'elaboració, vam aprofitar

Mentre elaboraven les mones, els candidats van explicar les seves propostes pel comerç de barri

per demanar-los quines eren les seves propostes per promoure el comerç de barri, i es van posar damunt la taula idees molt interessants”, assegura.

“A més a més, des del Gremi, els vam proposar fer una Fira de la Coca de Recapte a Lleida, que és quelcom que encara no tenim i que seria molt interessant. Tots van coincidir en la idoneïtat de la proposta, i es va parlar de promoure una Indicació Geogràfica Protegida (IGP) d'aquesta especialitat”, explica.

“La veritat, tots els candidats van acceptar de seguida i de molt bon grau la proposta de venir a participar en aquesta trobada, encara que alguns no sabien ben bé què els fariem fer i de què anava tot això, en ser una idea tan innovadora. S'ho van passar molt bé, va ser molt interessant per tothom i van sortir encantats”, explica Marqués.

Aquesta activitat, d'una hora i mitja de durada, es va portar a terme en el context de la Presentació de la Mona de Pasqua que el Gremi lleidatà organitza cada any, portant un col·lectiu diferent en cada edició, com ara els pàssos, els periodistes o les persones amb Síndrome de Down.



La fleca gironina aposta per la farina local

Amb el projecte 'Ès Farina de Girona', el Gremi de Flequers de les Comarques Gironines ha dignificat l'ofici artesà davant el pa industrial i ha posat en valor la matèria primera de proximitat.

L'any 2008, davant l'amenaça del pa industrial contra el flequer tradicional, el Gremi de Flequers de les Comarques Gironines va decidir posar en marxa un pla per promoure la diferenciació del producte artesà. Així, a més de reforçar la recuperació de les llargues fermentacions i la massa mare mitjançant la formació, va encetar un projecte per posar en valor les matèries primeres locals.

"Vam veure que el 70% del blat que s'utilitzava a l'Estat espanyol entrava pel port de Barcelona i pel port de València, tenint en compte que Espanya ha estat tradicionalment un país cerealista. Així, analitzant el nostre cas concret, gràcies a la intervenció del Departament d'Agricultura, ens vam posar en contacte amb els productors de blat de les comarques gironines, amb les dues farineres que tenim al territori i l'Institut de Recerca i Tecnologia Alimentàries (IRTA) Mas Badia i vam veure que érem capaços de sembrar uns camps de blat i poder pagar un preu just pel productor i que les farineres poguessin fer la distribució", explica Àngel Segarra, gerent del Gremi de Flequers de les Comarques Gironines.

"Inicialment, el tracte va ser persona a persona, i productor a produc-

Cooperatives de productors, farineres, científics i flequers són les potes del projecte

tor i farinera en farinera, però amb els anys tot s'ha anat estructurant i a hores d'ara tenim la sort de comptar amb la Cooperativa Agrícola de Castelló d'Empúries, la Cooperativa Agrícola de Banyoles i l'APCEGI Associació de Productors de Conreu Extensiu de Girona i amb Farinera Coromina de Banyoles, Farinera Sunyer de La Bisbal d'Empordà i la Farinera Fills de Moretó de Mollet del Vallès", indica.

Així, allò que l'any 2008 era un projecte, ara mateix és una realitat consolidada i que representa que el 25% de les farines que fan servir els flequers artesans de les comarques gironines provenen del segell 'Ès Farina de Girona', un projecte que se sosté amb quatre potes molt sòlides: cooperatives de productors, farineres, IRTA Mas Badia i els flequers artesans.

"Projectes com Ès Farina de Girona són fonamentals per l'evolució del sector, ja que als flequers ens ha permès de conèixer la feina que fa el pa-

gès al camp, o la farinera al seu molí, i això ens ha permès disposar d'informació transversal i de tot el procés del producte que venem", indica Segarra. Actualment, hi han senyalitzats i geolocalitzats tots els camps sembrats d'Ès Farina de Girona, on s'identifica el productor que el treballa i les botigues amb distintius. A més, a les bosses del pa surten enumerats tots els productors. "Per això en diem 'pa amb nom i cognoms'. De fet, a les nostres xarxes socials (@flequersartesans) estem difonent totes les persones que hi ha darrere d'una barra de pa", assegura.

"D'aquelles dramàtiques dades que l'any 2008 ens deien que més del 50% de les fleques artesanes tancarrien, podem dir que la sagina no ha estat d'aquesta magnitud i que aquests darrers anys s'està recuperant. Per molts factors, però segur que projectes com el nostre han ajudat, ja que ha permès als flequers diferenciar-se de la gran indústria panificadora", conclou.

L'autòlisi

En el llenguatge de la fleca en general hi ha bastants paraules, el significat de les quals no és clar per a molts. L'especificitat i la importància d'aquests significats creixen quan es refereixen a àrees particulars de la fleca. Materials, processos, tipus de massa: tot té el seu terme tècnic específic que no sempre entenem. Un exemple és l'autòlisi.

Autòlisi: origen i significat de la paraula

Per a aquest vocabulari de l'idioma de la fleca, hem d'anar a la medicina i biologia. Com moltes paraules d'aquest camp, té el seu origen en grec: "acte" significa "jo" i "lisis" es pot traduir com a "dissolució". En conjunt, es parla d'"autodissolució".

En particular, hi ha un estat d'autodissolució del teixit, es determina que és ajuda de bacteris. En biologia, per exemple, això ocorre en els insectes durant la metamorfosi, quan el teixit larvari es dissol sol o fins i tot es digereix. En medicina, l'autòlisi és el primer pas en la composició dels cossos després de la mort. Les cèl·lules del cos mort es dissolen amb el temps amb l'ajuda dels mateixos enzims del teixit.

L'autòlisi va ser desenvolupada pel científic francès Raymond Calvel (1914 – 2005)

Què succeeix durant un període d'autòlisi?

L'explicació més simple del que succeeix durant un període d'autòlisi és que la farina s'hidrata per complet al principi del procés panari. L'aigua triga un temps sorprenentment llarg a absorbir-se per complet en la farina, per la qual cosa agregar una autòlisi li dona el temps que necessita abans d'agregar altres ingredients.

La massa que no ha sofert autòlisi és enganxosa i de textura irregular.

En un nivell més científic, en agregar aigua s'activen els enzims en la farina. L'enzim anomenat proteasa comença a descompondre les proteïnes de la farina i els enzims amilasa comencen a convertir el midó de la farina en sucre (glucosa). La composició de les proteïnes fa que la massa es

torni més i més elàstica, i la conversió dels midons en sucres facilita que el llevat absorbeixi els ensucris, la qual cosa és important en el procés de fermentació i en la qualitat del producte final.

Autòlisi en panificació

Però com passem de la composició a enfornar pa? En enfornar pa, els processos químics són importants per a un bon resultat. Només pensi en el llevat o la massa mare a les quals se'ls ha de donar temps perquè es produeixin les reaccions necessàries. És exactament el mateix, necessitem temps per aconseguir una autòlisi adequada al context de la cocció del pa. Aquest és també un tipus de pre-massa, la massa autolisada o massa zero.

La massa autolitzada es compon únicament d'aigua i farina. Però aquests



"La massa que no ha sofert autòlisi és enganxosa i de textura irregular"

dos ingredients són suficients per a provocar una reacció química. I aquí tornem a l'autodissolució.

L'aigua i la farina funcionen soles. Com a forner de la massa autolítica no has de fer res més enllà de combinar (pastar) ambdues i deixar-les reposar. Mentrestant, el que està reaccionant és el midó i la proteïna present en la farina.

Durant l'inflament de la farina, es formen les anomenades "proteïnes enganxoses", que formen una "estructura adhesiva" feta de gluten. La massa a la qual se li ha fet l'autòlisi acabada té una consistència gairebé gomosa i pot ser estirar-se més fàcilment en fils llargs sense trencar-los, aquesta característica gomosa i extensible és variable i està en funció del temps que se li hagi donat d'autòlisi, major temps d'autòlisi més extensibilitat i enfigassament s'obté.

Com fer massa autolítica

La massa autolítica funciona principalment per si

sola. La massa zero s'elabora com un dels primers passos en l'elaboració del pa, en funció del tipus de pa.

Els ingredients principals són la farina i l'aigua, aproximadament 1.000 g farina i un 60% d'aigua. Barregi ràpidament la farina amb l'aigua en la pastadora per formar una massa humida. No pastis la massa excessivament, ja que si ho fem perdrà força.

Després deixarem reposar la massa a la pastera o recipient durant 30 minuts o més en funció de la tenacitat de la farina i de les condicions de l'obrador. En aquest moment es poden afegir els altres ingredients i pastar la massa principal tenint en compte que el pastat es reduirà bastant que el que sol ser habitual.

En aquest procés cal tenir en compte que l'estructura del gluten creada per l'autòlisi és important per a aquest resultat. Per tant, les farines de cereals que contenen poc o res de gluten no són adequades per a l'autòlisi, ja que en enforar quedarien pans plans i pocs alveolats. Això inclou farina de sègol que conté proteasa que castiga significativament el gluten. La tècnica d'autòlisi té més sentit per als pans elaborats amb farina de blat amb un gluten alt i tenaç llavors es garanteix un pa agradable i cruixent i desenvolupat.





"La massa autolitzada es compon únicament d'aigua i farina"

Beneficis d'afegir una autòlisi

Afegir un temps d'autòlisi té molts beneficis per a la massa i per a l'enfornat final del pa. La massa serà més fàcil de manejar.

Si la farina s'hidrata correctament abans de passar a la fermentació a granel, la massa serà molt més extensible. Probablement descobrius que quan barreges la farina i l'aigua per primera vegada fins que es combina, la massa es torna irregular i aspra i es trenca quan tractes d'estirar-la. Després de l'autòlisi, la massa serà més suau i haurà desenvolupat una certa fermesa i extensibilitat.

Massa "sense pastar" mitjançant autòlisi

Sí, és possible. I fàcil.

Aquest procés està indicat especialment per a un parent del gènere del blat: l'espelta. Perquè tendeix a pastar-se massa i ràpidament. Això significa que l'estructura del gluten es pasta durant massa temps després que s'ha format i, per tant, es destrueix i es trenca la seva xarxa glutinosa el que comporta a pans poc desenvolupats.

Com funciona això exactament?

Molt senzill. Barrejar la farina i l'aigua en una pastera fins que quedi tot ben barrejat. Deixar 1 hora de mitjana de repòs -autòlisi- (referència per a la majoria

de les receptes amb farina d'espelta i aigua).

Les excepcions confirmen la regla: si es lliga molta aigua en altres masses prèvies (*poolish*, massa escaladada, etc.), és possible que la massa autolítica no obtingui suficient líquid. El contingut líquid ha de ser del 60% en funció de la quantitat de farina, és a dir, almenys 60 g d'aigua per 100 g de farina.

Així que no és suficient. Les premasses es poden agregar a la massa autolisada, però deixa de ser massa zero, perquè la massa mare i el *poolish* comencen immediatament la seva activitat. Per tant, en aquest cas, limitem el temps d'autòlisi a un màxim de 30 minuts.

I després?

D'acord amb tots els ingredients de la massa i la recepta, només s'ha de pastar i llest. Durant el procés fermentatiu (repòs) serà necessari donar-li diversos plecs, és important perquè la massa adquireixi major força i adhesivitat. Això ajuda al fet que l'estructura sigui adhesiva i s'enllaci millor l'estructura del gluten. I al final, el resultat no és de cap manera inferior al que surt d'un pastat directe. I encara millor: el volum i l'escorça es poden millorar en comparació amb el pastat habitual.

"El volum i l'escorça es poden millorar en comparació amb el pastat habitual"

La recepta del Manel

Grissini duo amb biga

Ingredients

Per a la biga:

12-18 hores
400 g de farina W250
180 g d'aigua
4 grams de llevat premsat
584 g total de biga

Fórmula

100 g de farina W250-280
50 g d'oli d'oliva verge extra
30 g d'extracte de malt o mal tiastàtic (5 g)
6 g de llevat premsat
584 g de biga
11 g de sal
60-70 g d'aigua (49-50% del contingut total de farina, biga + ingredients fórmula) per una massa més seca.
95-120 g d'aigua (55-60% del contingut total de farina) per una massa més tova

Acabat

- Deixar fermentar durant 45-60 minuts per a obtenir palitos més cruixents lleugers.
- Precalentar el forn a 180-190 °C i després coure durant uns 20 minutos a 150-160 °C i obrir el tir a la meitat d'enfornat.

Procés operatiu

1. Per la biga, pastar els ingredients amb el ganxo pastador a velocitat mínima durant 3-4 minuts. Deixar tapada i repossant a 26 °C – 28 °C fins al seu ús.
2. Pastar els ingredients de la fórmula amb el ganxo a velocitat mínima de 3 a 4 minuts i 5 o 6 minuts a velocitat més ràpida.
3. Després de mesurar la temperatura adequada de l'aigua, comenci el pastat final, barrejant tots els ingredients excepte la sal, que s'agregui al començament de la velocitat ràpida.
4. Una vegada pastada la massa la dividim a dues parts iguals i li afegim 10% de Pasta de festuc i sèsam negre caramel·litzat. En acabar de barrejar, col·loquem la massa sobre una superfície empolvorada amb farina, tapem amb una tela i deixar fermentar fins que es dupliqui el volum inicial.
6. Després tallem tires d'un pes d'uns 40 g i estiri-les les dues tires i fer una trena.
7. Col·loquem els palitos trenats en la safata per a enforar i pressioni lleugerament cap avall en els costats perquè es peguin al fons i no s'encongeixin.





Utilcentre presenta les mantecadores de gelat Frigomat



Les mantecadores de gelat model G5, G10 i T5s de Frigomat són la culminació de més de 4 dècades d'experiència i dedicació en el disseny, investigació i fabricació de maquinària de gelats i pastisseria. Aquestes màquines s'han convertit en sinònim de qualitat i confiança entre els professionals del sector.

-Els models G5 i G10 són mantecadores verticals (sorbetes), permet una producció horària de 5 i 10kg respectivament amb la possibilitat d'introduir petits trossos de fruits secs o xocolata fosa, és el somni fet realitat de tot gelater i pastisser.

-La mantecadora horitzontal TITAN T5S amb una producció horària de 15kg és el plat fort de Frigomat i respon a les exigències dels gelaters que necessiten un equipament professional per a produir gelats i granissats d'alta qualitat en petites i mitjanes quantitats, amb una inversió reduïda. Consta de quatre programes per a la producció de gelats i granissats, amb la possibilitat de triar els valors de consistència, els temps i la modalitat d'agitació.

Ylla presenta les farines Zereal Brot i Maisano, ara també amb ecològic



La farinera Ylla 1878 llança dues noves farines de les línies Zereal Brot i Maisano, ara amb ecològic.

Tal com descriu l'empresa, la farina Zereal Brot eco és una barreja de farines de diferents cereals i llavors de gran qualitat, perfecta per elaborar el típic pa alemany en els diferents formats. Aquest és un pa típic del nord d'Europa, que es caracteritza per tenir un color més aviat fosc i proporciona molts beneficis nutricionals. Els productes elaborats amb aquesta farina aporten energia i millor digestió.

En canvi la farina Maisano eco és un producte únic i exclusiu en el mercat. Es tracta d'una combinació a base de blat i de blat de moro, pipes de gira-sol, llavors i espècies, pensada per oferir un pa tipus blat de moro, molt gustos i molt atractiu per la venda. Aquesta farina permet elaborar qualsevol tipus de pa, però també croissants, magdalenes, entre altres.

Aquestes dues farines estan acreditades pel CCPAE.

La importància de les vitrines de pastisseria, per MTS

Les vitrines de pastisseria de MTS, empresa especialitzada en interiorisme i disseny comercial, estan dissenyades i fabricades amb la tecnologia més avançada per aconseguir una perfecta conservació del producte, optimitzant el consum energètic i permetent una visibilitat òptima de l'exposició.

Les seves vitrines frigorífiques a mida, tant de conservació com de congelació -18° i especials per a bombons, s'adapten al disseny general de la pastisseria o fleca, adaptant la forma, mides, el tipus de venda i els materials. Els vidres poden tenir les dimensions desitjades, amb el tipus d'obertura més convenient, i fins i tot ser corredisses, tipus bombonera. L'empresa recorda que l'alçada d'exposició del producte és molt important a l'hora de vendre perquè permet al client veure el producte exposat d'una forma clara i atractiva.

Un altre punt clau és la refrigeració correcta i la compensació de la circulació de la velocitat de l'aire que permetrà una correcta conservació o congelació del producte i farà que no s'entelin els vidres.

Per a MTS, l'estudi de la il·luminació, mitjançant Leds, amb la tonalitat adequada és un punt bàsic en la construc-



ció de les seves vitrines per pastisseria.

Pel que fa als materials, a l'interior poden ser d'acer inoxidable, alumini o altres, que puguin garantir els estàndards d'higiene i correcta conservació del producte. A l'exterior, la gamma és tan àmplia com les possibilitats de disseny del comerç.

El seu departament tècnic està a la vostra disposició per assessorar-vos pel que fa a tots els aspectes de la construcció. No dubti en posar-se en contacte amb mts@mts.cat o al 93 752 20 54.

SERMONT celebra el seu 60 aniversari amb el llançament de la talladora ULTRASONIC

Sermont, compleix 60 anys i acompanya el seu aniversari amb el llançament al mercat de la ULTRASONIC: la talladora de pastissos més compacta i petita del mercat.

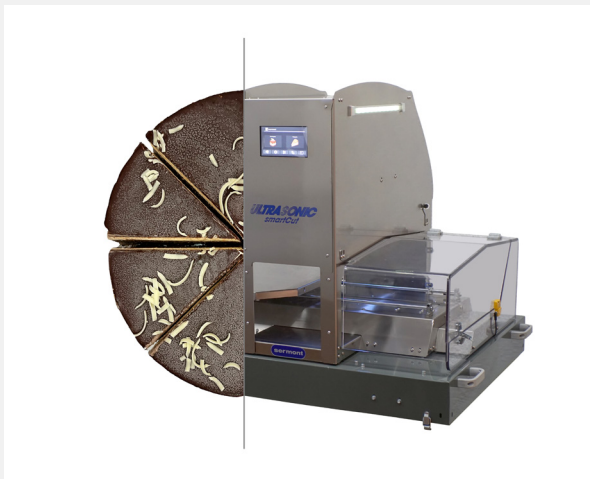
Una màquina de sobretaula que permet tallar el producte en triangles, en quadrats i en rectangles, tallant amb la mateixa eficàcia i rapidesa pastissos frescos, refrigerats i congelats.

La precisió de la màquina es deu al fet que el tall es genera per ultrasò, és a dir la fulla de la màquina ULTRASONIC genera un ultrasò que divideix sense tocar el producte.

Fa 20 cops de tall per minut que equival a uns 45 segons per a tallar per exemple un pastís en triangles. Una productivitat ideal per a l'artesà que vulgui automatitzar el seu obrador.

És apta per a elaboracions de fins a 40x40 cm i per a tots els obradors tenint un voltatge de 220V monofase i la seva mesura.

Té un panell de control tàctil, visual, intuïtiu que permet fàcilment prémer el programa de tall que es desitja.



No cal dir que té totes les mesures de protecció CEE per a la seguretat dels treballadors.

Els avantatges a ressaltar per al pastisser és que la ULTRASONIC:

- Fa porcions perfectes que permet:
 1. Vendre porcions individuals per a la pròpia pastisseria
 2. Vendre un producte en porcions per a càterring
 3. Vendre rebosteria a hostaleria i restauració.
- Permet una regularitat en el pes de les porcions
- Oferir una imatge de qualitat: porcions netes i estèticament iguals.

En definitiva, la talladora de Sermont ofereix tots els beneficis que aporta una automatització d'un procés manual que no altera, sinó que enalteix el valor artesanal de les elaboracions del mestre.



* Coca de carxofes i espàrrecs

Una recepta salada amb sabors únics i frescos per aquesta temporada.

Ara que ja estem entrant a l'estiu, és moment de fer receptes fresques que tinguin bona sortida a l'obrador. És per això que en aquesta ocasió us porto una coca salada que ben segur no deixarà indiferent a ningú i serà una aposta segura per aquestes nits d'estiu.

Procediment

Per elaborar aquesta recepta, primer prepararem la base de la massa a la qual afegirem els fruits secs triturats. La temperatura final d'aquesta massa ha de ser d'uns 24°C.

Després de reposar uns 40 minuts, dividirem la massa en peces de 200g i de 40 cm. Tornarem a deixar reposar 60 minuts. Passat aquest temps, aplanarem amb els dits la massa i deixem fermentar 40 minuts més, aproximadament.

Per acabar, decorarem amb els vegetals i fornejarem a 240°C durant 12 minuts.

Transcorregut aquest temps, decorarem amb el formatge camembert, la poma baby i la salsa romesco.



Mari Cruz Barón

Coca de carxofes i espàrrecs amb romesco

Ingredients massa

1000 g de farina semi-força	30 g de mantega
600 g d'aigua	20 g de sal
150 g de massa mare	30 g de llet en pols
20 g de llevat	300 g de nous i avellanes tritades
30 g de sucre	

Ingredients de la cobertura

Ceba confitada	Formatge camembert
Carbassó i espàrrecs lla-minats i fornejats	Poma baby
Carxofa romana	Salsa romesco

Espai patrocinat:



Farina convencional i farina ecològica
938 727 942 - farinera-albareda.com



1. Pastar tots els ingredients de la massa excepte les nous i avellanes, fins a obtenir una massa fina i elàstica.



2. Dividir la massa en peces de 200g i formar una coca de 40cm. Repòs durant 60'. Posar la coca en safata i aplanar amb els dits. Fermentar 40' aproximadament.



3. Una vegada fermentada posar damunt la ceba confitada, les làmines de carabassó saltat, els espàrrecs laminats i saltats.



4. Incorporar també la carxofa romana i fornejar a 240° durant 12 minuts.



5. En sortir del forn, decorem amb formatge camembert i poma baby.



6. Per acabar de decorar, donar diferents tocs de salsa romesco per sobre i a gaudir!



Brioix de crema de cheesecake amb gerds *



Paco Ramírez
Brioix de cheesecake

Una manera diferent d'enamorar als clients aquest estiu.

Ingredients per a la massa

500 g de farina 320w
60 g de llevat
330 g de llet
Pastar-ho tot i deixar doblar el seu volum
1500 g de farina 320w
300 g de sucre
300 g de mantega a daus freda
20 g de sal
400 g d'ou
40 g de llevat
250 g de llet

Crema de cheesecake

1 litre de nata 35%mg
250 g de sucre
200 g de rovell d'ou
6 g de full de gelatina
1 kg de formatge philadelphia

Melmelada de gerds

500 g de puré de gerds
200 g de sucre
50 g de sucre
14 g pectina NH

Procediment

Primer de tot prepararem la massa de brioix pastant tots els ingredients, excepte la mantega que la incorporarem a mig pastat per obtenir la massa elàstica. La temperatura de la massa ha de ser d'uns 24°C. La deixarem reposar 30 minuts a la nevera.

Passat aquest temps, dividirem les porcions en 80g i les boleïarem. Les deixem reposar 30 minuts més.

Les laminem, deixem reposar 2 hores més a 28°C i foregem a 220°C durant 8 minuts.

Procedirem a preparar la crema de formatge i la melmelada de gerds per decorar.

Per la crema de cheesecake escalfarem la nata i el sucre amb els rovells espumats i coem a 85°. Afegim la gelatina hidratada. A 35° incorporem el formatge i deixem reposar 12h a la nevera.

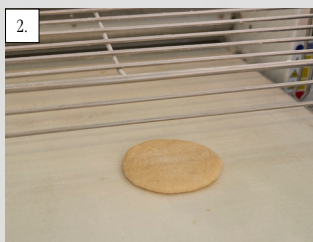
Per elaborar la melmelada de gerds, escalfarem el puré, 200g de sucre i la pectina fins que comenci a bullir. Tapem i refrigerem a la nevera.



Un brioix ben fresc



1. Un cop fermentada la massa, creem les porcions i les deixem reposar 30'.



2. Laminem la massa i la deixem reposar 2 hores a 28°C. Fornegem a 220°C 8 minuts.



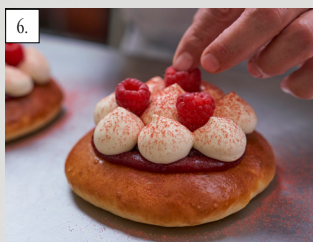
3. Amb la crema de gerds preparada anteriorment, cobrim per sobre del brioix fornejat.



4. Amb la crema de formatge, decorem al gust.



5. Empolvarar la superfície amb sucre de gerds.



6. Col·locar gerds frescos per sobre.



7. Decorar amb punts de melmelada de gerd.



8. Llest per menjar!

Espai patrocinat:



Farina convencional i farina ecològica
938 727 942
farinera-albareda.com

**SEGUEIX CONNECTAT
A L'ACTUALITAT
DEL TEU SECTOR**

newspa.cat

la revista digital de la fleca catalana

SUBSCRIU-TE



WWW.NEWSPA.CAT

El preu dels cereals

A l'article anterior vàrem parlar del mercat dels cereals, del volum de la collita mundial de blat, dels principals països exportadors i de les particularitats del mercat de cereals espanyol. En aquest article exposarem com es conformen els preus dels cereals, particularment el preu del blat, que és la matèria prima bàsica per fer la farina, i per tant el principal cost que té la indústria farinera.



Per entendre la conformació de preus dels cereals cal situar-se a Chicago a principis del segle XIX. Chicago, a la riba del llac Michigan i al costat del Mississipi, era un lloc ideal per al comerç de cereals. En aquells temps, les produccions de les collites no cobrien les necessitats anuals de consum, i la infraestructura d'emmagatzematge era molt precària perquè no hi havia prou espai per guardar l'estoc total de collita. Això provocava que hi hagués una gran volatilitat de preus. Típicament, els preus eren molt baixos quan arribava la collita i molt alts a l'hivern per falta d'abastiment. Els compradors de cereals, en època de collita pressionaven els preus tan a la baixa que molts productors es quedaven sense poder descarregar a destí, i acabaven llançant el producte al marge del riu. En canvi, durant un any de mala collita, el bestiar i les persones es morien literalment de gana. Això feia que els beneficis de l'activitat comercial de compradors i venedors fossin molt petits i els riscos de declarar-se en bancarrota fossin molt elevats.

Contractes FORWARDS

La necessitat de solucionar aquests problemes va propiciar el desenvolupament dels primers contractes de comercialització de gra amb entrega futura, coneguts com a contractes Forwards. Això va permetre que els comerciants poguessin comprar el gra a un productor i emmagatzemar-lo per poder-lo entregar més endavant als transformadors de cereals com per exemple una farinera.

En definitiva, un contracte Forward és un acord comercial

en què un venedor i un comprador acorden un preu, una quantitat, una data d'entrega, i una qualitat determinada d'un producte concret.

Contractes de Futurs

Malgrat la millora que suposava l'aparició dels contractes Forward en el món dels cereals, era un tipus de contracte que presentava dificultats perquè no estaven estandarditzats ni pel que fa a la qualitat del producte ni pel que fa al temps d'entrega. A més a més, els comerciants de cereals no sempre complien amb els compromisos adquirits si el mercat els jugava en contra. Per poder resoldre aquestes dificultats, la Borsa de Chicago va desenvolupar el que avui dia es coneix com a Contracte de Futurs.

Gràcies als contractes de futurs a l'empara de la Borsa de Chicago es van poder resoldre els problemes que presentaven els contractes Forward. Es van estandarditzar la qualitat del producte, la quantitat, els temps i els llocs d'entrega per a cadascun dels productes negociats, és a dir, per a cada commodity. Això va permetre que per un costat, el mercat de cereals fos molt més flexible del que era prèviament i de l'altre, va oferir la possibilitat que les empreses poguessin cobrir els seus riscos molt més fàcilment. També va ser el tret de sortida a l'especulació a la borsa, que també operen al mercat de futurs dels cereals i proporcionen liquidesa (molt necessari) i assumeixen riscos.

Formació del preu

Els cereals són una commodity (i.e. un producte estandarditzat en especificacions i qualitat susceptibles de ser comercialitzats i que la única diferenciació és el preu) i el seu preu s'acaba conformant com a resultat de l'oferta i la demanda global. Alguns països són exportadors ja que produeixen molt més del que consumeixen, i d'altres són països importadors, perquè el seu consum és molt més elevat que la seva producció local. Això fa que la seva formació del preu es generi a nivell global.

La suma de totes les diferents decisions individuals de compra-venda de tots els actors del mercat de tots els països, acaba conformant l'oferta i la demanda.

Això no vol dir que hi hagi un mercat mundial de cereals únic i que acabi definint una cosa tal com un preu internacional únic del cereal. De fet, existeixen diferents mercats situats a països diferents i tots ells conformen, conjuntament, el mercat mundial. Cada mercat descobreix el seu preu local amb entrega de la mercaderia a la seva zona d'influència i va evolucionant al llarg del temps. Com dèiem, la borsa de

Chicago (CME Group) és la més important del món pel que fa al comerç de cereals i és una referència per tothom, però no és l'única referència. A Europa, l'EURONEXT marca el preu del blat panificable en el nostre entorn més proper. A l'Argentina, la Borsa de Comerç de Rosario opera dos mercats de futurs i marca els preus a l'Argentina. També són importants les borses de Minneapolis, Kansas, Londres, etc.

Cadascun d'aquests mercats és una manifestació de les condicions d'oferta i demanda locals i tots són una fotografia correcta de la realitat global, vistes des de la perspectiva de cadascun d'aquests mercats.

Però aleshores, si cada mercat local té un preu diferent i tots els són correctes i són una representació correcta del mercat global, quina eina es pot utilitzar per comparar preus de cereals de dos llocs geogràfics diferents? Com es pot saber si un blat és més car que un altre? Com es relacionen els diferents mercats locals de cereals, les zones exportadores i les zones importadores? Per poder fer comparatives de preus s'utilitza el concepte de base.

Les bases

La base es pot definir com un indicador de les condicions locals de mercat i depèn de tots aquells factors com ara el cost del transport, la qualitat, el clima, condicions locals d'oferta i demanda, costos d'emmagatzematge, mermes, etc. La base sempre està referenciada a un determinat lloc i el seu valor va canviant al llarg del temps, perquè també canvien les condicions locals del mercat dia rera dia. La base, doncs, és l'ajust necessari per definir el cost local dels cereals. Una base es pot calcular fent la diferència entre el preu al comptat del cereal i el preu de futurs més proper:

$$\text{Base} = \text{Preu al Comptat} + \text{Preu del Futur}$$

Per exemple, en el cas de la indústria farinera, un blat de força, com que té un contingut molt més alt en proteïna, i per tant, són varietats que són més costoses de conrear, tenen un valor més alt al comptat, i com que el preu dels futurs, pel fet de ser contractes estandaritzats, no reflexen aquesta millora de proteïna, tenen una base més elevada que un blat contemplat en un contracte de futurs.

Cal tenir present que no existeix una referència pública de bases a diferència de la referència que hi pot haver de futurs com per exemple l'EURONEXT, publicat diàriament, segons a segon i accessible. La millor manera de conèixer un preu d'una base és comprant o venent el cereal.

Per tant, un comprador de blat que vulgui saber quin és el millor preu que pot aconseguir, i vol comparar els diferents preus de blats d'origens diferents, podrà comparar el preu al comptat local amb el preu d'un blat que pugui comprar en un mercat diferent i escollirà el que li sorti més competitiu.

$$\text{Preu final} = \text{Base} + \text{Preu del Futur}$$

VS

Preu local al comptat

Anàlisi fonamental

Per prendre la decisió de compra-venta, el comprador o venedor del producte fa el que s'anomena una anàlisi fonamental.

Una anàlisi fonamental consisteix en fer el seguiment de quatre variables relacionades entre elles per fer-se una opinió de la tendència que tindran els preus del mercat de futurs. Aquestes quatre variables són l'oferta, la demanda, el clima i la política/economia.

El Departament d'Agricultura dels Estats Units publica periòdicament informes molt seriosos sobre l'evolució de l'oferta i la demanda a nivell mundial, tot i que hi ha infinitat d'institucions, organismes i empreses privades de consultoria que publiquen els seus informes. A nivell de factors externs, com l'economia i la política, hi ha indicadors importants que afecten els preus dels cereals, com ara els indicadors macroeconòmics, el preu del petroli, els tipus de canvi del dòlar, factors geopolítics, etc.

En definitiva, un comprador o un venedor de blat, fent una anàlisi fonamental, tindrà una idea del que creu que serà la tendència a futur de blat. Considerant això i les seves necessitats comercials prendrà decisions de compra o venda de blat que aniran evolucionant al llarg del temps en funció de com vagi canviant la seva opinió. Per tant, el descobriment de preus locals va variant al llarg del temps, i per tant, també les bases ho van fent.

Gestió del Risc

Malgrat tota la informació disponible, la quantitat de decisions individuals del dia a dia de milions d'actors del mercat dels cereals distribuïts al voltant de tot el planeta, fa impossible saber quina serà l'evolució del mercat. És una incògnita per a tothom. Un canvi dràstic en la situació geopolítica com la guerra a Ucraïna altera de manera dramàtica el preu del blat perquè canvia radicalment les conclusions de la anàlisi fonamental que fan tots els actors del mercat. També pot passar que imprevistos climàtics canviïn substancialment el resultat de les collites. En definitiva, hi ha un risc intrínsec en el mercat de la comercialització dels cereals a través dels mercats de futurs. Això ha fet que hi hagi tota una indústria financera extremadament desenvolupada que gestiona el risc, amb filosofies diferents segons el tipus d'actor que operi. Hi ha essencialment dos tipologies d'actors, els especuladors (Fons de diversa tipologia) i els hedgers (gestors del risc, que són bàsicament els productors de cereals, molins, comercialitzadors, exportadors, importadors, emmagatzemadors, etc). Per gestionar aquest risc, hi ha tot un seguit d'eines financeres, com les que hem comentat i encara d'altres més desenvolupades que utilitzen els diferents actors del mercat, com ara les opcions, o fins i tot amb instruments financers que no s'inscriuen a la borsa de futurs (OTC – Over the Counter).

Els cereals, que són la base de l'alimentació humana, amaguen una complexitat importantíssima en la definició del preu. És un mercat que amb els anys s'ha anat finançaritzant. Actualment doncs, l'activitat relacionada amb els cereals, siguin productes, transformadors de primera o segona generació, comercialitzadors, exportadors o importadors, etc, té un component financer importantíssim i que afecta tota la cadena de valor i per tant el consumidor final.

Entendre què hi ha darrere és imprescindible perquè el món de la fleca pugui prendre les decisions encertades.

Martí Moretó

Tècnic en Molinaria per la Swiss School of Milling



Protegeix la teva empresa i clients dels ciberatacs

Els ciber riscos s'han convertit en una de les principals preocupacions de totes les organitzacions i professionals, ja que poden afectar greument la seva activitat i la dels seus clients. L'assegurança de ciber riscos protegeix davant les conseqüències d'atacs cibernètics a l'empresa: danys directes, possibles responsabilitats civils i fins i tot les pèrdues derivades de la interrupció de la seva activitat econòmica.

Les cobertures que pot oferir una assegurança de ciber riscos són:

- Restauració del sistema d'accés i descontaminació del codi maliciós
- Recuperació de dades.
- Pèrdues per interrupció del negoci.
- Responsabilitat civil per: pèrdua de dades personals i no personals, infidelitat d'empleat.
- Responsabilitat civil Administrativa: LOPD i LSSI.
- Assistència immediata per professionals i assessorament en ciberextorsió.
- Gestió de crisis, danys de reputacions, notificació a afectats.
- Servei forense (perits informàtics judicials)

Des de Kripton, S.L.U. avaluem els riscos als quals està sotmesa la seva empresa i li oferim una proposta asseguradora adaptada a les seves necessitats.

Reale llança un PPA amb una rentabilitat neta de 1'8 anual

Reale Seguros ha llançat un nou producte Reale Pla de Previsió Assegurat (PPA) Compromiso. Es tracta d'una nova solució asseguradora de producte PPA amb un interès tècnic anual des de la data de contractació d'un 2%, que suposa una rendibilitat neta aproximada d'un 1,8% anual.

Es tracta d'un producte conservador que busca el benefici tant d'una rendibilitat garantida com dels avantatges fiscals propis dels Plans de Previsió Assegurats. És accessible en el moment de la contractació per a prenedors i assegurats amb edats entre els 18 i els 65 anys.

El producte permet complementar les prestacions de la Seguretat Social amb un capital assegurat en el moment de la jubilació, assegurant el benefici de la inversió gràcies al tipus d'interès tècnic garantit que es prepacta semestralment. El tipus garantit fins al 31 de desembre de 2023 serà un tipus d'interès tècnic anual des de la data de contractació d'un 2%, que suposa pel client una rendibilitat neta aproximada d'un 1,8% anual.

A més, el producte permet la realització d'aportacions úniques, periòdiques i extraordinàries, permet realitzar traspasos d'entrada des d'altres plans de pensions o plans de previsió assegurats (sense comissions o penalitzacions) i permet la disposició anticipada dels fons acumulats en cas d'atur de llarga duració, malaltia greu o incapacitat permanent.

L'evolució de la meteorologia condiciona la sinistralitat

Cada vegada més ens adonem de la importància de tenir un bon producte assegurador que s'adapti a les noves necessitats.

L'any 2023 comença marcat pel canvi climàtic i els seus efectes col·laterals: sequera i fortes pluges, que han impactat en la sinistralitat. Va començar amb l'arribada de les borrasques "Gérard i Fien", que ens van portar dues masses d'aire molt fred que van provocar força l'ús d'assistències a les pòlisses d'assegurança a causa del fort vent i a les pluges i nevades intenses. Un cop superades, gener va tenir una tendència a la baixa respecte al 2022.

Encara que actualment ens trobem en un moment d'estabilitat meteorològica i poques pluges, amb el canvi climàtic, cada vegada és més difícil preveure amb exactitud l'aparició de fenòmens meteorològics més intensos com les DANA i les borrasques.

Aquests episodis estan augmentant de freqüència, originant pics de sinistralitat en punts molt concrets de la geografia que requereixen d'un correcte dimensionament i una resposta ràpida i coordinada.

Malgrat l'estabilitat climàtica dels dos últims mesos, veiem que les perspectives per a aquest any són bones, tot i que queden dos fenòmens atmosfèrics; la nena" que acaba al juny i encara no sabem quins efectes depararà; i "el nen", que aquest any torna amb força i es preveu que impacti significativament en la temperatura i generi fortes tempestes. Podria propiciar que els termòmetres superin la mitjana i que l'hivern vinent sigui més fred i plujós, cosa que dispararà la sinistralitat.

Per a més informació podeu contactar amb el departament d'Assegurances del Gremi al telèfon 93-487 18 18 o a c.maymo@kripton.cat

Subvencions

Ajuts per a l'aplicació del sistema APPCC

Conscients de les dificultats que tenen les fleques per fer front al compliment del marc normatiu en matèria de seguretat alimentària, i que en ocasions es desconeix o que coneixent-lo es necessita suport per aplicar-lo, el Gremi ha obtingut una línia d'ajuts per tal d'assolir aquests requeriments, concretament, els Ajuts per al foment de la transformació del sistema agroalimentari i pesquer català alineat amb l'Estratègia Alimentària de Catalunya, del Departament d'Acció Climàtica, Alimentació i Agenda Rural).

Aquests ajuts tenen per objectiu facilitar la implantació de l'APPCC mitjançant la "Guia de pràctiques correctes d'higiene per al sector flequer" i formar al "Responsable dels autocontrols", per a liderar amb èxit l'àmbit de la higiene i la seguretat alimentària a la vostra empresa.

Les empreses adherides a la línia d'ajuts tindran a la seva disposició i de manera gratuïta un assessorament/visita de diagnòstic i seguiment i una jornada informativa/formativa per assolir els objectius del projecte.

Subvencions al comerç 2023

El Consorci de Comerç, Artesania i Moda de Catalunya ha publicat les bases reguladores per a la concessió de subvencions en l'àmbit del comerç, dels serveis, l'artesanía i la moda. L'objecte d'aquestes subvencions és promocionar i impulsar el sector comercial i de serveis, fomentar la competitivitat i la qualitat d'aquests sectors.

Aquestes subvencions consten de 6 programes, 2 dels quals poden ser del vostre interès:

- Programa de suport per als establiments emblemàtics i singulars (circular núm. 50).
- Programa de suport a l'obertura de comerços, reforma i millora d'establiments.

Per ampliar la informació sobre aquestes subvencions, contacteu amb el departament de secretaria.

Si esteu interessats en aquests ajuts o voleu ampliar la informació, contacteu amb la Sra. Vanessa Molina per mail a v.molina@gremipa.com o per telèfon al 93 487 18 18.

Programa "Crea feina + Barcelona 2023"

L'Ajuntament de Barcelona, a través de Barcelona Activa, ha posat en marxa "Crea feina + Barcelona 2023", un programa de subvencions destinat a la contractació de persones en situació d'atur i empadronades a la ciutat de Barcelona.

Es poden beneficiar d'aquest programa les empreses, individuals o en forma societària, i les entitats amb centre de treball a l'Àrea Metropolitana de Barcelona que subscriuguin i formalitzin un contracte laboral d'un mínim de 6 mesos (o indefinit) a jornada completa a partir de l'1 de gener de 2023, ampliïn les seves plantilles amb incorporació de persones en situació d'atur i residents a la ciutat de Barcelona.

Les sol·licituds estaran obertes fins al 3 de novembre.



Ajuts a la contractació de persones en situació de vulnerabilitat

El Departament d'Empresa i Treball ha publicat la convocatòria de l'any 2023 per a la concessió d'ajuts a la contractació en el mercat ordinari de treball de persones amb discapacitat, de persones en situació de risc procedents d'empreses d'inserció o de persones beneficiàries de la renda garantida de ciutadania.

Es tracta d'un ajut que subvenciona la contractació iniciada durant 2023 a jornada completa amb un contracte de treball mínim de 6 mesos de durada i que consta de 7.560 euros per un contracte de treball de 12 mesos de durada. Si el contracte té una durada inferior a 12 mesos, se subvencionarà la part proporcional. S'hi poden beneficiar les empreses del mercat ordinari amb establiment operatiu a Catalunya.

El termini de presentació de sol·licituds finalitza el 2 d'octubre de 2023.

Borsa de negocis

TRASPÀS O VENDA A TERRASSA

Obrador de pa i botiga, en ple funcionament.

Sr. José Antonio
630 886 740

ES TRASPASSA A MANLLEU

Obrador de pa amb botiga en ple funcionament.

Sra. Laura
690 126 501

TRASPÀS O VENDA A TERRASSA

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

Sr. Antoni
665 365 558

ES VEN A VILANOVA I LA GELTRÚ

Despatx de pa 45m2.

Sr. Aureli
616 435 128

ES VEN A VILANOVA I LA GELTRÚ

A 200 metres dels jutjats. Obrador i fleca amb cafeteria (150m2), magatzem, oficina, 2 banys. Diàfan. Equipat

930 115 431

ES VEN A SANTA MARGARIDA I ELS MONJOS

Despatx de pa amb degustació de 42m2 totalment equipat.

Sra. Susanna
667 025 008

ES TRASPASSA AL BAGES

Obrador de pa amb botiga per jubilació. Possibilitat de traspàs per separat.

Sra. Concepció
630 725 541

ES TRASPASSA A SANT FELIU DE CODINES

Obrador i botiga en ple funcionament.

Sr. Núria
637 056 288

ES TRASPASSA A MARTORELL

Parada de venda de pa al Mercat de Les Bòbiles.

Sra. Montse
937 728 045

ES TRASPASSA A CANET

Obrador amb forn de llenya i botiga amb petit forn tipus pizzeria en ple funcionament.

Sra. Carme
697 420 294

ES TRASPASSA A BARCELONA

Local de venda de pa i bar amb terrassa. Obrador amb botiga i degustació amb terrassa i dos despatxos. Restaurant i venda de pa amb terrassa.

Sr. Tomás
607 739 924

Envï el seu anunci al Gremi de Flequers de la Província de Barcelona.
E-mail: secretaria@gremipa.com

Avantatges d'estar agremiat



- 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, motocicleta, etc. Decessos.
- Comunitat de propietaris, edificis.
- Assessorament fiscal.
- Confecció de comptabilitats.
- Presentació oficial de liquidacions mensuals, trimestrals i anuals.
- Estudis de rendibilitat i optimització de costos.



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



Descompte de 0,0048€/l de gasoil consumit en estacions de servei adherides al conveni.



Productes i serveis financers en condicions preferents per als agremiats, empleats dels agremiats i familiars de primer grau.



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



Guia de proveïdors

Decoració

Cruz, S.L.

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



mts.cat Interiorisme+fred

Passatge Rec 7
08338 - Premià de Dalt
937 522 054
www.mts.cat
info@mts.cat



Terpan, S.L.

Ctra. Terrassa - Olesa P.I Can Mir
08232 - Viladecavalls (Barcelona)
937 803 166
info@terpan.es
www.terpan.es



Especialitats sense sucre

Emulfit Ibérica, S.L.

Especialidades sin azúcar y bajas en calorías

C/Copérnico nº40 nave 4
08784 - Piera (Barcelona)
932 191 851
emulfit@emulfit.com
www.emulfit.es
www.dayelet.com



Informàtica

Dir informàtica, S.L.

C/ Bolivia, 144-146, loc. 6
08018 - Barcelona
934 982 410
dir@dir-informatica.es
www.dir-informatica.es



Farineres

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

Passeig del Riu, 66
08241 - Manresa
938 727 942
farinera@agrienergia.com
www.farineraacoromina.com



Fills de Moretó, S.A.

Rafael de Casanova, 79, apt.182
08100 - Mollet del Vallès
935 705 608
info@moreto.cat
www.moreto.cat



La Meta

Indústria, parc. 204R
Pl El Segre
25191 - Lleida
973 200 319
www.lameta.es



Ylla 1878, S.L.

Ctra. de Manlleu km 1,4
08500 - Vic
938 862 744
www.ylla1878.com
@ylla1878



Maquinària

Amasadoras Saus, S.L.

C/Carles Regàs Cavalleria, 9
Polígon Industrial El Verdaguera
Manlleu (Barcelona)
938 507 753
saus@amasadorassaus.com
www.amasadorsasaus.com



Bongard Iberia, S.A.

C/Garbí, 18 Nave 3
08150 Parets del Vallès
Manlleu (Barcelona)
938 507 753
info@bongard.es
www.bongard.es



Cibernética para la panificación, S.L.

Fabriquem: Divisores, càmeres de repòs,
formadores... Maquinària de Panaderia amb
la millor qualitat i servei

C/Els Lladres 6, Pl Ramonet
12550 - Almazora, Castellón
964 216 912
info@ciberpan.es
www.ciberpan.es



Colip España, S.L.

Rambla Catalunya nº 66 5D
08007 Barcelona
Manlleu (Barcelona)
934 559 636
colip@colip.es
www.colip.com



Dispan

C/Formentera, 1
08192 - Sant Quirze del Vallès
937 129 186
info@dispan.es
www.dispan.es



Eurofours Ibérica, S.A.

Forns, armaris i càmeres de fermentació
controlada i ultracongeladores.

C/Sabino Arana 30-1º
08028 Barcelona
932 296 900
www.eurofours.com



Frigual

Fabricació de Cambres de fermentació,
neveres i congeladors i distribució de primeres
marques de maquinària per frega i pastisseria

C/Duero, 62
08223 - Terrassa
937 310 804
frigual@frigual.com
www.frigual.com



Forespa

Forns - Màquines - Fred - Interiorisme.
Ofertim 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
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 Postassa
08208 Sabadell (Barcelona)
www.gpg.es



Sermont

C/. Sepúlveda, 140 bis7
08011 - Barcelona
934 231 510
sermont@sermont.es
www.sermont.es



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
info@terpan.es
www.terpan.es



Millorants i mixes

Apliena

30 anys d'experiència elaborant productes
enzimàtics per a pans, brioixeria i molineria.

Pol. Ind. Pla del Camí
Av. de la Indústria, 7
08297 - Castellgalí (Barcelona)
938 758 800
apliena@lasem.com
www.apliena.com



Llopartec

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

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



Productes làctics

Debic

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

C/Roger de Llúria, 50, 4ª planta
08009 Barcelona

Barcelona
932 721 279
info.barcelona@frieslandcampina.com
www.debic.com



Pastissa, S.A.

Productes Auxiliars per a Flegues i Pastisseries

C/Valls 121 Interior Nau C
08223 - Terrassa
937 839 084
info@pastissa.com
www.pastissa.com



Productes congelats

Obrador Can Coll

Ampli assortiment de masses de pa i brioixeria
ultracongelades amb el mètode de qualitat i
eficiència de "Fermenta i Cou".

C/Baixada del Camp de Futbol, 2B
08620 - Sant Vicenç dels Horts
644 711 945
clientes@cancoll.es
www.obradorcancoll.es/



Utensilis

Utilcentre, S.L.

Utensilis per Forns, Pastissers, Xocolaters i
Geladers. Maquinària: Pistoles de Gelatina,
Ou i Xocolata. Temperadores-Banyadores de
Xocolata SELMI, S.R.L.

C/Juan Armengol, s/n
08770 - Sant Sadurn d'Anoia
Barcelona
938 913 141
609 431 713
info@utilcentre.com
www.utilcentre.com



Xocolates

Barry Callebaut Ibérica

Rambla Catalunya, 6, 1ª planta
08007 - Barcelona
518 898 700
marta_suarez@barry-callebaut.com
www.barry-callebaut.com



Si vols formar part de
la Guia de Proveïdors
escriu-nos a:
c.gil@gremipa.com
Catalina Gil

Tu poses l'art.



REVENT
Forn de carro



ESCHER
Amassadora



DAUB
Divisora de massa

Nosaltres la tecnologia.

Des del 1963 Sermont ofereix a l'artesà una gamma completa de maquinària de primeres marques mundials. Tot el que el teu obrador pot necessitar, comptant amb l'assessorament expert i personalitzat del nostre equip comercial i del servei tècnic que t'ajudaran a dimensionar i optimitzar el teu obrador, perquè pugui rendir a la seva màxima capacitat. Tecnologia, fiabilitat i màxima qualitat al servei de la teva artesania.

