



## RECEPTA RÀPIDA

# Bunyols de bacallà

### PROCÉS D'ELABORACIÓ

Barregeu en un bol els rovells d'ou amb la farina i una mica de sal. Afegiu-hi l'all i julivert picat, el bacallà a trossos petits i les clares d'ou muntades a punt de neu. Tot seguit, bateu-ho tot plegat amb la batedora durant un segon a potència màxima, que el bacallà no s'acabi de desfer del tot. Quedarà una pasta de la qual se'n formen els bunyols que posteriorment fregireu en una paella amb oli bullent.

*Recepta gentilisa de Ca la Fitona*

### INGREDIENTS PER A 4/5 PERSONES

1/4 kg de bacallà remullat  
2 ous  
All i julivert picat  
40 gr farina blanca  
Oli i sal

## RECEPTA TRADICIONAL

# Crema catalana

### PROCÉS D'ELABORACIÓ

Bulliu 1/4 l de llet, la canyella i la pell de la llimona una estoneta. Ho retireu del foc i ho deixeu refredar. A part, barregeu el sucre amb els rovells d'ou. També a part, desfeu mig platet de llet amb la Maizena, ho coleu i ho poseu a l'olla on fareu la crema amb els 3/4 l de llet restants. Hi afegiu el sucre, els rovells i la llet amb llimona i canyella colada. Seguidament, poseu-ho tot al foc que bulli, sense deixar de remenar-ho, i quan comenci a arrencar el bull, retireu-ho tot seguit. Poseu la crema a les cassoles on la servireu i deixeu-la refredar. Si voleu, també hi podeu afegir sucre per damunt i cremar-lo amb un cremador.

*Recepta de M. Àngels Esplugas*

### INGREDIENTS PER A 4 PERSONES

1 litre de llet  
6 rovells d'ou  
125 gr de sucre  
40 gr de Maizena  
1 llimona  
1 tronc de canyella

**Trobareu les cassoles i el cremador a:**

**Ferreteria Francisco Aspa**  
Socós, 17. Tel. 93 881 12 73

**Des de la Unió de botiguers de Centelles, posem en marxa Flaix Comerç, una eina d'informació i consells entorn els productes de temporada i els serveis característics dels comerços adherits: comerç pròxim, de confiança i qualitat.**

**Atractives promocions, elaborades receptes de cuina i consells útils i variats del vostre botiguer de confiança.**



# FLAIX COMERÇ

# 01



## PRODUCTES DE TEMPORADA

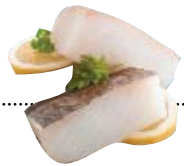
**UNIÓ DE BOTIGUERS DE CENTELLES**

[www.ubcentelles.cat](http://www.ubcentelles.cat)



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Innovació,  
Universitats i Empresa  
Secretaria de Comerç i Turisme

## El bacallà



Es pot comprar fresc, dessalat o bé dessalar-lo a casa. Si es dessala a casa, s'ha de posar en remull durant quatre dies sense canviar-li l'aigua; tot seguit se li posa aigua nova i es deixa reposar un dia més. D'aquesta manera, ja el tindrem a punt per assaborir-lo amb les millors condicions.

## Propietats

És un peix blanc, de baix contingut en greixos i molt ric en proteïnes, vitamines i minerals, especialment potasi i sodi. El potasi és necessari per al bon funcionament del nostre sistema nerviós i l'activitat muscular; i el fòsfor, que el tenim en els ossos i les dents, intervé en el sistema nerviós, en l'activitat muscular i en processos d'obtenció d'energia. Per això antigament es receptava oli de fetge de bacallà com a reforç vitamínic als nens amb problemes nutritius.

### No trobaràs a:

#### Ca la Fitona

Socós, 18. Tel. 93 881 00 35

#### Casa Esteve

Nou, 5. Tel. 93 881 09 33

#### Peixateria Freixas

Sant Joan, 18. Tel. 93 881 27 15

## Martins mocosos



Típiques galetes centellenques del dia del Ram, també anomenades **currutacos**. Són seques, de formes diverses i porten ametlla, farina, sucre, greix de porc, canyella, ou, llimona i una mica de matafaluga. Amb aquestes galetes, es guarneixen les branques del llorer del Ram, i antigament reproduïen els objectes que simbolitzaven la mort de Jesucrist.

## Origen del nom

A principis de segle, hi havia un centellenc anomenat Martí que no feia ús del mocador per mocar-se, i la gent li va posar el motiu de Martí Mocós. Cada any portava la Creu dels Improperis a la processó del Divendres Sant. Per aquest motiu, els pastissers centellencs decidiren elaborar una galeta emmotllada amb forma d'un home que portava la creu de la processó.



### No trobaràs a:

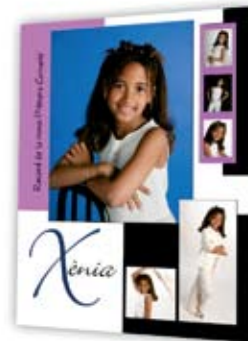
#### Patisserie Llavina

Socós, 14. Tel. 93 881 00 86

## Fotografia de Comunió

El dia de la Primera Comunió és un dels moments més emblemàtics de la vida de qualsevol nen o nena. Cada detall perdurà en el temps per sempre i és per això que val la pena contractar un fotògraf professional.

Les sessions de fotografia per a comunions es realitzen a l'estudi o en exteriors exclusius, i es té cura de tots els detalls per aconseguir un record únic, distintiu i de qualitat.



### No trobaràs a:

#### Andreu Pujol, fotògraf

Socós, 24. Tel. 93 881 09 87

## Moda Nova Temporada

Amb l'arribada del bon temps, arriba l'hora de renovar l'armari. Aquest any la primavera arriba amb els colors àcids com a tendència predominant en tot tipus de peces de roba; des de l'estil més sport fins a conjunts d'allò més clàssics.

## Aquest any es porta

Els texits que trobem són el cotó, el lli, la viscosa, el lurex i la seda. Pel que fa als colors, el groc, verd, taronja, vermell, rosa, or i plata són els que més es porten, sense oblidar l'imprescindible fons d'armari de blanc i negre.

### No trobaràs a:

#### Angelina

Socós, 23. Tel. 93 881 00 59

#### Carme Mas

Socós, 15. Tel. 93 881 00 34

#### CIO

Socós, 36. Tel. 93 881 12 77

#### Krisbel-Litus

Pl Major, 11. Tel. 617 030 383

#### London Style

Socós, 3. Tel. 93 881 28 58

#### Ipor's (moda infantil)

Sant Joan, 1. Tel. 93 881 36 37

#### Sandriva (moda infantil)

Plaça Major, 12. Tel. 93 881 05 56

## Sabates per a nens



A l'hora de comprar sabates per als més menuts, heu de tenir en compte que siguin:

- D'una **amplada adequada** i una forma quadrangular per no comprimir els dits del peu.
- **Flexible** per permetre els moviments lliures del peu.
- **Planes**, sense taló per evitar que camini de puntetes.
- **Transpirable**, fet d'un material (pell o tela) que permeti que el peu "respiri" i que eviti la maceració de la pell i les infeccions per fongs.
- **Sola de moderada fricció**, per evitar que el nen rellisqui, però sense l'excés de fricció d'algunes soles de goma.
- **Lleugeres**, per reduir el consum energètic.
- En els nens petits convé que la sabata agafi bé el turmell per evitar que li surti quan corri.
- Si la sabata està proveïda d'un contrafort bo, subjectarà millor el taló i el desgast de la sabata serà menor.

### No trobaràs a:

#### Antònia

Socós, 4. Tel. 93 881 26 32

#### Quetglas

Serrat, 2. Tel. 93 881 14 89

#### Xip-Xap (sabateria infantil)

Palau dels Comtes, 6. Tel. 93 881 37 63