

# TALLERS DE CUINA PROGRAMACIÓ PRIMAVERA

# CUINEM AL NINOT

aula gastronòmica de mercat

## T'HI APUNTES?!

Inscriu-te a

[mercatdelninot.com/cuinem-al-ninot](http://mercatdelninot.com/cuinem-al-ninot)

Amb la Xef Anna de Pablo (@atacdeganna)

Informa't al punt d'informació  
del mercat:  
c/ Mallorca 133-157  
933 234 909 - 679 242 762

 @cuinemalninot @mercatdelninot  
#cuinemalninot #aquiescuina

 [facebook.com/mercatdelninot](https://facebook.com/mercatdelninot)

Organitza:



Amb el suport de:



Ajuntament de  
Barcelona





## ABRIL

Divendres 3 (matí i tarda)

### **BENVINGUDA PRIMAVERA**

Farem 3 receptes amb el producte que hi hagi al Mercat ja que el canvi climàtic està afectant sobre la temporada dels aliments.

Dissabte 4 (matí)

### **CUINA PER A ADOLESCENTS (11-16 anys)**

- Macarrons amb bolonyesa gratinats
- Trita de patates ben feta
- Pollastre al curri amb arròs Basmati

Divendres 17 (matí i tarda)

### **TRES DELS CLÀSSICS**

- Ous a la Mimosa
- Mandonguilles amb sípia
- Perdius en escabetx

Dissabte 18

### **TALLER GRATUÏT PER A NENS I NENES**

**AL HALL DEL MERCAT** (c/Mallorca)

Receptes amb fruita

Divendres 24 (matí)

### **XUPXUPS DE PEIX**

- Marmitako de temporada
- Lluç amb salsa verda
- Bouillabaisse provençale

Divendres 24 (tarda)

### **MARIDATGE DE VINS I TAPES**

-Trío d'hummus: pastanaga, albergínia i remolatxa

-Caneló de salmó marinat i carbassó amb maionesa d'anet

-Gyozas de pollastre i alls tendres

**Col·laboració:** Joan Sánchez

**Suplement:** 7€

Dissabte 25 (matí)

### **TRES POSTRES TOP**

- Torrija 2.0
- Lingot de CarrotCake
- Bomba de xoco

**Col·laboració:** Miriam Sánchez

Dimecres 29 (tarda)

### **AL RICO TACO!**

- Tacos del Governador
- Tacos Pastor
- Tinga de pollo

I ho acompanyarem amb... Margaritas!

## MAIG

Divendres 8 (matí i tarda)

### **TÈCNiques CULINÀRIES**

Juliana, vapor, sofregit, brunoise, papillote, rostit, escaldat, wok, estofat, blanquejat... Repassarem els diferents talls i coccions que podem utilitzar a la cuina del nostre dia a dia, donant-li a tot plegat un sentit químic.

Dissabte 9

### **TALLER GRATUÏT PER A NENS I NENES**

**AL HALL DEL MERCAT** (c/Mallorca)

Braç de gitano vegetal

Dijous 14 (tarda)

### **CUINA AMB BACALLÀ**

- Bacallà confitat amb la seva pell cruixent i pilpil negre
- Arròs cremós de bacallà i verdures de temporada
- Empedrat de mongeta de Santa Pau i bacallà esqueixat

Divendres 15 (tarda)

### **FEM GYOZAS!**

- Gyozas de verdures
- Gyozas amb llagostins i bolets
- Gyozas amb pollastre i alls tendres

Dissabte 16 (matí)

### **3 CURRIS**

- Curri groc vegetal amb tofu
- Curri verd de marisc
- Curri vermell de pollastre

Divendres 22 (matí)

### **SALSEM?!**

- Pesto verd i vermell
- Salsa Holandesa i Bearnesa
- Napolitana i Arrabiata

Divendres 22 (tarda)

### **CUINA VEGANA I SABOROSA**

- Trita sense ou
- Quiche de tofu fumat
- Croquetes de tempeh i olives negres

Dissabte 23

### **CUINA PER A PETITS I PETITES XEFS**

Pasta fresca italiana!

Dijous 28 (tarda)

### **PASTA FRESCA**

**SIM**

- Tagliatelle
- Ravioli de gambes, riccotta i espinacs
- Llacets
- Pasta per a lasanya

Divendres 29 (matí)

### **QUINS OUS!**

- Ou a baixa temperatura amb textures de pèsol
- Trita d'una cara amb botifarra i verdures de temporada
- Ous farcits de peix i marisc

Divendres 29 (tarda)

### **ARROSSOS DE TRACA**

- Arròs de mercat
- Arròs cremós amb pop i sobrasada amb allioli d'all negre
- Arròs Venere amb llet de coco, mango i nips de xoco

Dissabte 30 (matí)

### **BATCHCOOKING**

- Planifiquem els menús de la setmana cuinant:
- Verdures
- Llegums i cereals
- Proteïnes animals i vegetals

## JUNY

Dimecres 3 (tarda)

### **VARIAT DE BURGERS**

- Burger de xai amb compota de poma
- Burger de tonyina amb maio de chipotle i xips de porro
- Burger d'arròs i tofu amb verdures rostides i pesto

Dissabte 6

### **TALLER GRATUÏT PER A NENS I NENES**

**AL HALL DEL MERCAT** (c/Mallorca)

Fem sushi!

Divendres 12 (matí)

### **PLATS AMB SARDINA**

- Escabetx de sardines, fruita i espècies
- Sardines al forn amb Babaganoush
- Torrada de sardines i samfaina

Dissabte 13 (matí)

### **CUINA PERUANA**

- Causa limeña
- Ceviche clàssic
- Ají de gallina
- I ho acompanyarem amb... Pisco Sour!
- Col·laboració: Miriam Sánchez

Divendres 19 (matí)

### **MENÚ DE REVETLLA!**

- Caneló de salmó marinat i carbassó amb maionesa d'anet
- Coca de recapte amb sardines
- Coca de Sant Joan

Dissabte 20

### **CUINA AMB PETITS I PETITES XEFS**

Coques de Sant Joan!

### **CASAL DE SETMANA SANTA PER A PETITS I PETITES XEFS (5-10 anys)**

Setmana 6-9 d'abril  
Horari: 9:30-14h  
Preu: 150€ o 40€/dia

### **CASAL D'ESTIU PER A PETITS I PETITES XEFS (5-10 anys) I PER A ADOLESCENTS (11-16 anys)**

Consulteu al web!

**SIM** Setmana Internacional de Mercats

**TALLERS PER A ADULTS**  
matí (de 10.30h a 13h)  
tarda (de 18.30h a 21h)  
30€

**TALLERS PER A NENS I NENES** de 5 a 10 anys  
matí (de 10.30h a 12.15h)  
15€