

Centre Cívic El Sortidor

A TAULA! CICLE DE CULTURA I GASTRONOMIA

Hivern 2025

El Sortidor



Coordinadora d'entitats



Poble Sec



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sants-Montjuïc

A **TAULA!** *Cicle de cultura i gastronomia* és el projecte singular del Centre Cívic El Sortidor. Un espai per explorar l'alimentació en totes les seves dimensions i compartir recursos per empoderar-nos en els nostres hàbits i pràctiques relacionades amb el menjar.

Us convidem a conèixer i a tastar la programació d'hivern.

Que vagi de gust!



Imatge creada durant el taller de cuina *Memòries d'Aigua*, dinamitzat per Mango+Okra, amb els ingredients que es van utilitzar per a cuinar un *sancocho* afro caribeny. Aquesta fotografia forma part del projecte *Receptes il·lustrades 2024*.

Fotografia: Juan González del Cerro.

INSCRIPCIONS I RESERVES

Inscripcions en línia: elsortidor.inscripcionscc.com

Presencials de dilluns a divendres, de 9 a 21 h

Tallers de cuina: Inscripcions a partir del 9 de desembre. En línia a partir de les 8 h.

Activitats culturals: 7 de gener (per les de gener), 27 de gener (per les de febrer) i 24 de febrer (per les de març i abril). En línia a partir de les 10 h.

En cas de no poder assistir a una activitat a la qual us heu inscrit, agraiem que ho comuniqueu al centre. La vostra plaça pot ser utilitzada per persones que són a la llista d'espera.

Pagament:

Es podrà fer en línia o amb targeta en el moment de formalitzar la inscripció. Un cop feta la inscripció no es retornarà l'import del taller.

Per a més informació sobre reducció i subvenció dels preus dels tallers adreceu-vos al centre.

Es recomana llegir detingudament els continguts de les activitats de cuina per veure la idoneïtat dels aliments que s'elaboraran, sobretot en cas d'al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.



Els tallers de *L'aula del gurmet* poden ser adaptats per a persones amb discapacitat auditiva. Es disposarà, si se'n fa la demanda prèvia, d'ajudes tècniques per a persones usuàries de pròtesis auditives i d'intèrpret en llengua de signes.



ACTIVITATS AMB PERSPECTIVA AMBIENTAL



CUINA VEGETARIANA O VEGANA



ACTIVITATS AMB PERSPECTIVA DE GÈNERE



ACTIVITATS EN FAMÍLIA

TALLERS DE CREATIVITAT

CREATIVITAT A TAULA

Explorarem la nostra vessant més creativa i ens iniciarem en tècniques de diferents disciplines artístiques com l'artesanía o l'expressió gràfica fent-les dialogar amb la gastronomia.

TALLERS DE CUINA

L'AULA DEL GURMET

Obrim les portes de la cuina per oferir-vos diverses activitats formatives sobre l'aprenentatge de tècniques culinàries i productes de temporada. Un ampli ventall de tallers per als paladars més exigents.

ACTIVITATS CULTURALS

CURES, GUARIMENT I RITUALITATS

En aquest cicle d'activitats treballarem les cures i la catarsi des de diferents eixos temàtics a través de rituals i remeis sanadors que la natura i la tradició ens ofereix.

CUINANT VINCLES

La cuina ha estat històricament un espai de trobada on compartir vivències i experiències. Al voltant dels fogons coneixerem diferents cultures alimentàries, cuinarem ingredients d'orígens diversos i posarem en valor la diversitat a través dels sabors.

A PEU DE CARRER

Coneixerem les manifestacions culturals culinàries que ens apropen als altres mitjançant les celebracions del calendari festiu.

PROJECTES COMUNITARIS

POBLE-SEC A TAULA!: FEM TAPA

Encenem els fogons per cuinar el projecte comunitari Poble-sec A Taula! Enguany plantejarem diferents activitats i una crida al veïnat per participar en la creació de la recepta d'una tapa sota la premissa: si el Poble-sec fos la recepta d'una tapa, com seria? La recepta final serà el resultat d'un procés de creació col·lectiva reflex del barri divers, vibrant i que està en constant dinamisme. Volem generar una tapa viva i canviant com les històries del veïnat del Poble-sec.

COMUNITAT 360

Comunitat 360 és un projecte del MNAC que té com a objectiu teixir vincles amb diferents contextos socials en l'aliança amb els Centres Cívics del territori, pensant el museu com una llar per tal de generar espais de familiaritat, diàleg i, concretament en la col·laboració establerta amb Creu de Molers i A Taula!, comensalitat. Gaudir de cuinar, descobrir vincles entre les arts i la pràctica culinària, i menjar juntes es converteixen aquí en un ritual per repensar les formes que podem crear d'aixopluc i cura col·lectiva.

L'ESCOLA A TAULA!

A través d'aquest projecte s'obre la cuina del centre cívic a les escoles del Poble-sec amb l'objectiu de promoure una alimentació saludable, sostenible i diversa entre els nens i nenes del barri, generar un entorn alimentari empoderador on puguin començar a explorar la cuina d'una forma lúdica i a la vegada segura i, d'altra banda, fomentar la interacció i cocreació entre els infants i l'equipament.

CREATIVITAT A TAULA

KINTSUGI

Dijous 30 de gener, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 9 €

Taller de restauració ceràmica japonesa

Tallerista: Isabel Pallarès



Taller d'artesanaria

La tècnica de restauració ceràmica Kintsugi, consisteix a unir totes les peces de l'objecte de tal manera que quedin exposades les esquerdes i es puguin decorar amb pigments daurats o metàl·lics. Viurem l'essència d'aquest art trencant una peça de manera controlada que repararem utilitzant dues tècniques diferents. En finalitzar l'activitat ens endurem el nostre objecte ceràmic carregat de valor simbòlic, artístic i artesanal.



L'AULA DEL GURMET

LICORS ITALIANS



Dilluns 20 de gener, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 8 €

Tallerista: Maria Vittoria Marulli de La Vestale

A Itàlia trobem una gran varietat de licors anomenats "digestius" que tradicionalment es consumeixen després d'àpats copiosos. En trobem de diferents gustos i aromes, dolços, amargs, secs i tots tenen la mateixa finalitat: refrescar el paladar i ajudar a la digestió. Aprendre a preparar el nostre propi limoncello i licor de cafè que ens endurem a casa, degustarem dos tipus de còctels fets amb el nostre licor i ho acompanyarem d'un pica-pica per maridar. Salut!



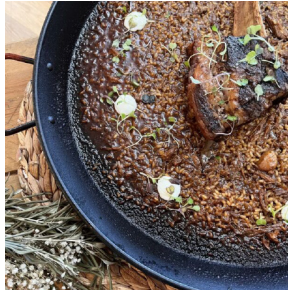
ARROSSOS DE MUNTANYA

Dimecres 22 de gener, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 5 €

Tallerista: Anabel González

Els arrossos de muntanya coneguts també com de pagès o de tros eren típics a les cases de pagès els diumenges, en reunions familiars i també quan es feien festes tradicionals al camp. És costum cuinar-lo amb carns de caça, de porc o botifarra acompanyades de verdures de temporada, bolets o caragols. Prepararem dos arrossos amb combinacions delicioses i sorprenents ideals pels àpats d'hivern.



FORMATGES VEGANS

Dimarts 4 i 11 de febrer, de 18 a 21 h

Preu: 39,40 € (2 sessions) - Suplement: 2 €

Tallerista: Ingrid Tance de Fermento Vegano

Elaborarem delicioses alternatives al formatge tradicional a base d'anacards fermentats. Aprendre les bases de la fermentació làctica, les tècniques per crear formatges frescs, semicurats i blaus, així com, els secrets per aconseguir textures i sabors únics utilitzant ingredients naturals, crus i fermentats.



CUINA AMB POP

Dijous 6 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 6 €

Tallerista: Anna Bozzano d'El Peix al Plat

El pop és un aliment ric en proteïnes d'alta qualitat, baix en greixos i una excel·lent font de vitamines i minerals. Descobrirem la versatilitat del pop blanc i del pop roquer, mentre cuinem receptes saludables i delicioses fàcils de reproduir a casa. A més, descobrirem perquè el seu consum és respectuós amb el medi ambient.



CUINA CAMBODJANA

Dijous 13 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu 16,46 € - Suplement: 8 €

Tallerista: Sithy Seam

La gastronomia de Cambodja té una tradició culinària heretada del poble khmer o jemer, l'ètnia predominant al país, influenciada per la cuina xinesa, índia, vietnamita i tailandesa. Cuinarem un menú complet començant pel *Nhoam mi suor*, una amanida a base de fideus de soja, la sopa *Sngao-chrok bangkorng* amb llagostins i espècies i, finalitzarem amb el plat principal *Lok Lak*, dels més coneguts i valorats del país.



ESMORZARS AFRICANS

Dilluns 17 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu 16,46 € - Suplement: 4 €

Tallerista: Cornelia Hountondji

Els esmorzars a l'Àfrica occidental acostumen a ser a base de cereals, llegums i tubercles pel que consumeixen molt poc gluten. Descobrirem tres receptes dolces ben completes, ideals per carregar-nos d'energia als matins: unes farinetes a base de tapioca i llet de coco; el *degué*, un iogurt amb mill i fruita i els *gnomi*, uns mini *pancakes* d'arròs i mill que regarem amb xarop de *bissap* fet al moment.



V

L'OLI DE SÈSAM A LA CUINA ASIÀTICA

Dimecres 19 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 7 €

Tallerista: Jenny Chih-Chieh Teng

Explorarem les característiques i possibilitats culinàries de l'oli de sèsam a la cuina asiàtica. Cuinarem plats en els quals aquest oli ajuda a potenciar el seu sabor i aroma i, aprendrem les nombroses propietats nutricionals i medicinals que aporta a la nostra dieta. Un condiment sa i deliciós!



ARRELS A LA CUINA



Dilluns 24 de febrer, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 5 €

Tallerista: Agnès Dapère

Les hortalisses d'arrel són aquelles que ens ajuden a sostenir el nostre cos, a arrelar-nos, a tocar de peus a terra, a baixar l'energia als nostres peus. Són abundants a la tardor-hivern, època en què el nostre cos necessita més ancoratge i resistència. Elaborarem receptes variades amb colrave, api-nap, nyàmeres, raves, pastanaga i xirivia utilitzant-les de maneres delicioses i originals a la cuina.



RAGÙ ALLA BARESE I PASTA FRESCA

Dijous 6 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 6 €

Tallerista: Enrico Porfido

¿Quants tipus de “ragù” coneixes? Segurament el *ragù bolognese* és el més famós, a cada regió italiana en preparen una recepta diferent. En aquest taller descobrirem com s'elabora la versió de Bari. Cuinarem l'estofat de carn amb verdures i, mentre fa xup-xup, prepararem les “orecchiette”, pasta fresca típica de la regió amb la qual servirem la salsa.



CUINA PERUANA D'HIVERN

Dilluns 10 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 7 €

Tallerista: Cecilia Huane

El peruà és un dels receptaris més rics i interessants en l'àmbit gastronòmic per les influències de la cuina *Nikkei*, *Criolla* i *Xifa*. Es tracta d'una gastronomia amb molt de sabor i elaborada amb una diversitat d'ingredients excepcional. Explorarem la cuina peruana d'hivern amb estofats i sopes típiques per guarir-nos del fred.



CUINA AMB CARAGOLS

Dimarts 18 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 8 €

Tallerista: Rosa Maria Garcia

A la llauna, a la gormanda, a la cassola, a la catalana, amb arròs, amb tall... Hi ha moltes maneres delicioses de preparar-los. Si voleu aprendre a cuinar tres receptes tradicionals amb caragols per llepar-se'n els dits, no us podeu perdre aquest taller.



NABEMONO: LA FONDUE JAPONESA

Dilluns 24 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 7 €

Tallerista: Miho Miyata

Les èpoques més fredes de l'any al Japó es prepara el *nabemono*, que podem traduir com a olla (nabe) amb coses (mono) i fa referència a totes les varietats de guisats. És un plat ideal pels àpats en família per compartir a l'hivern, i un dels més cuinats de la gastronomia japonesa. Aprendrem a preparar-lo i elaborarem també dos aperitius per servir abans del plat principal.



CUINA MALLORQUINA

Dijous 27 de març, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 7 €

Tallerista: Muntsa Holgado

La gastronomia de Mallorca, marcada per la terra i el mar, ha estat cuinada a foc lent al llarg dels segles i és realment excepcional. Un dels ingredients més emblemàtics i imprescindibles d'aquesta cuina és la sobrassada. En aquesta experiència, elaborarem un menú complet amb entrant, plat principal i postres tradicionals, on la sobrassada hi serà present. Vine i descobriu la diversitat de plats que fan única aquesta cuina!



GALETES AMB FLORS I TIRAMISÚ

Dimarts 1 d'abril, de 18.30 a 21 h

Preu: 16,46 € - Suplement: 7 €

Tallerista: Vittoria Urso

Descobreix dues elaboracions llamineres i ben atractives, pensades per sorprendre i satisfer els paladars més exigents. Guiats per la Vittoria, paisatgista i apassionada de la cuina, aprendràs a fer galetes amb flors fresques, creant paisatges delicats al teu plat. I, pels gustos més tradicionals, elaborarem la seva recepta familiar de tiramisú, del que podria ser, el millor del món.



ACTIVITATS CULTURALS

CURES, GUARIMENT I RITUALITATS

Des de temps ancestrals, hem viscut en comunitat, protegint-nos i guarint-nos amb la saviesa de la natura, la terra, la lluna, els fruits i el foc que transforma els aliments. Hem celebrat rituals i fet ofrenes per estar en simbiosi amb el nostre entorn, retornant-li el que ens dona. En aquest cicle, explorarem tot allò que ens connecta amb la nostra memòria col·lectiva a través del cos, les energies i, com sempre, la cuina.

A FOC!

PS

Dijous 16 de gener, a les 19 h

Ritu performatiu i culinari a càrrec de Yazel Parra Nahmens i l'associació Més que Cures

Un ritu de guariment i reflexió on les tasques quotidianes es converteixen en actes de transformació. Amb la performance, la música i la gastronomia, explorem qui ens ensenya a cuidar la vida i què considerem sagrat, connectant vivències i referents, farem una ofrena per començar un nou any.

A FOC! és la primera activació del dispositiu culinari del Teatre Lliure al CC El Sortidor, en el marc del projecte Unlock the City. Aquesta instal·lació dissenyada per MAIO Arquitectes, serà la peça central d'un ritu performatiu a càrrec de l'artista Yazel Parra i dones de l'associació Més que Cures per recuperar els rituals de cures i resignificar la cuina com a acte de connexió i protecció de la comunitat.



Marta Mas

CICLE ANUAL MÀGIC I ESPIRITUAL

PS

Dimecres 29 de gener, de 18.30 a 20 h

Taller sobre els cicles de la vida a càrrec d'Elena Sixto de Llunarbori

La Lluna ens mostra el moviment cíclic de la vida com a ritme natural i, els arbres, representen la unió entre el cel i la terra i el cicle de les estacions. Guíades per l'Elena Sixto, coneixerem els ritmes de la natura i els canvis estacionals com ho van entendre els nostres ancestres a través del Llunarbori, un calendari lunisolar que uneix els cicles lunars amb la màgia dels arbres i les seves propietats curatives.



CLIMATERI, MENOPAUSA I RITUALS DE CURA

PS

Dimarts 4 de març, de 18.30 a 20.30 h

Col·loqui sensorial a càrrec d'Anna Serrano

Parlarem dels canvis hormonals i processos biològics pels quals passem les persones durant la menopausa. Intercanviarem opinions i descobrirem juntes quins aliments, suplementes dietètics, herbes remeieres i cosmètica natural ens poden ajudar durant aquesta etapa vital mentre prenem una tisana i ens relaxem amb olis essencials.



XOCOLATL I L'ALQUÍMIA DEL COS

Dissabte 15 de març, d'11 a 13 h

Taller de moviment corporal i creació culinària a càrrec de Susana Isunza d'Ollin Kaos

Connectarem el cos, el moviment, l'aliment, la dansa i l'alquímia de la cuina. En aquest taller aprendrem el procés per obtenir *xocolatl* a partir de la llavor natural del cacau i seguint el ritual de preparació Asteca. Inclourem dansa, alguns passos de moviment i veu per preparar el cos energètic per realitzar aquest meravellós i sensorial procés que finalitzarà amb el tast de la *xocolatl* que haurem elaborat.



EL LLEGAT DE LES TREMENTINAIRES



Dijous 20 de març

18.30 h – Visita guiada a l'exposició Trementina, de Berta Baliu

19.00 h – Taller de cuina de bosc a càrrec de Michele Bayloq de Làgrimus

Presentem dos projectes que volen recuperar i divulgar la memòria de les Trementinaires, aquelles dones sàvies que anaven pel món amb la natura a la butxaca. Guiades per la Berta, farem un recorregut per l'exposició Trementina, que forma part de la recerca artística en el seu procés de creació escènica que ens fa repensar les tradicions i creences. I, amb en Michele, coneixerem les propietats medicinals i alimentàries de l'avet mentre cuinem amb productes naturals de muntanya.



TRANSMUTAR EL DOL AL FOC

Dijous 3 d'abril, a les 19 h

Ritu culinari, literari i performatiu a càrrec d'Ana Luisa Islas

El foc transforma. Els pobles mesoamericans recorrien al ritual per assimilar i agrair la vida i totes les seves vicissituds: el fi de les collites, els naixements, el pas de la infantesa a la vida adulta així com, també la mort. Inspirats en ells, observarem la pena per la defunció d'un ésser estimat, a través dels focs de la cuina i en comunitat. En finalitzar, compartirem els aliments i les nostres experiències al voltant del foc.



CUINANT VINCLES

LA MEVA RECEPTA

Dijous 20 de febrer de 18.30 a 20.30 h

Taller de cuina a càrrec de les alumnes del programa Cuinant Oportunitats de la Fundació Mescladís

Si haguessis de triar una recepta quina seria? Sota aquesta premissa, l'alumnat del programa de formació de Mescladís ha preparat un taller molt especial en el qual, a través d'unes receptes que hauran triat, impartiran el taller de cuina per explicar la seva cultura i memòria culinària. Coneixerem diverses receptes d'arreu mentre compartim temps, ingredients i experiències.



A PEU DE CARRER

TRUITES D'APROFITAMENT



Dijous 27 de febrer, d'11 a 13 h

Taller de cuina impartit per Mariel Brahim amb la col·laboració de Las Espigadoras

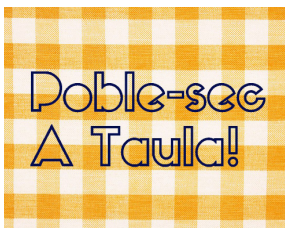
Celebrem Dijous Gras amb un taller de cuina molt especial, que organitzem de manera comunitària amb diferents entitats i projectes del barri. Acompanyades de la Mariel del projecte Cuina d'aprofitament, elaborarem diverses truites amb aliments recuperats dels comerços del Poble-sec per Las Espigadoras que tastarem i compartirem entre totes. Anima't a participar d'aquesta activitat per desenvolupar la teva creativitat als fogons i fer xarxa amb el veïnat!



PROJECTES COMUNITARIS

POBLE-SEC A TAULA!: FEM TAPA

Encenem els fogons per cuinar el projecte comunitari Poble-sec A Taula! Enguany plantegem diferents activitats i una crida al veïnat per participar en la creació d'una recepta sota la premissa: si el Poble-sec fos la recepta d'una tapa, com seria? La recepta final serà el resultat d'un procés de creació col·lectiva reflex del barri divers, vibrant i que està en constant dinamisme. Volem generar una tapa viva i canviant com les històries del veïnat del Poble-sec.



FEM UNA CARTOGRAFIA SENSORIAL DEL BARRI

Data pendent de confirmar

Itinerari sensorial i taller a càrrec de Lina Ruiz i Daniela Cabrera

Si el Poble-sec fos la recepta d'una tapa, com seria? I si entenem una tapa com a lloc de convergència de diverses persones, colors, ingredients, eines, olors, maneres de fer, comerços, cultures, tècniques i històries d'un barri? Fem una crida al veïnat per participar d'un itinerari diferent, per a pensar amb el cos i els sentits en aquesta deriva que ens permetrà recórrer els carrers amb una nova perspectiva. A més, durant el recorregut recollirem diversos ingredients que permetran construir una cartografia sensorial del barri com a matèria primera per la recepta de la tapa col·lectiva.

CONSTRUÏM UNA RECEPTEA COL·LECTIVA!

F

Dissabte 5 d'abril, a les 11 h. Plaça del Sortidor

Activitat participativa per a petits i grans a càrrec de Lina Ruiz i Daniela Cabrera

Si haguéssim d'imaginar la recepta d'un plat o tapa amb els colors, les olors i les formes que trobem al Poble-sec, com seria? Preparem una jornada creativa molt especial per dibuixar i somiar amb els sabors i històries que habiten el barri. Acosta't i comparteix els teus ingredients!



COMUNITAT 360

TALLERS MARMITA COMUNITÀRIA D'HIVERN

Dimarts: 28 de gener, 25 de febrer i 25 de març, d'11 a 13.30 h

Tallers de cuina a càrrec de les persones del CRI Creu dels Molers de SJD en el marc del projecte Comunitat 360 del Museu Nacional d'Art de Catalunya

Participa d'aquesta trobada culinària per aprendre, compartir i teixir llaços mentre celebrem i tastem la diversitat gastronòmica del nostre entorn.

L'ESCOLA A TAULA!

QUÈ ÉS MENJAR BÉ?

Activitat educativa per l'alumnat de 1r de primària de l'Escola Mossèn Jacint Verdaguer

A càrrec de Marta Ruiz de l'Etnogràfica

Desmuntarem el mandat social "menjar bé" per a construir col·lectivament un nou significat, que sigui respectuós amb els nostres cossos, cultures i territoris. Ho farem a través del cos i dels sentits més enllà del gust, tot descobrint l'autonomia dels infants com una eina per a teixir relacions sanes i plaents amb el menjar. Acabarem el taller jugant i experimentant amb herbes i espècies al gust de cadascú.



EL BARRI A TAULA!

El projecte *A Taula! Cicle de cultura i gastronomia* acull projectes de caràcter social desenvolupats per les entitats del territori que reverteixen en el veïnat del Poble-sec o bé per associacions sense ànim de lucre de la ciutat que treballen amb persones i col·lectius en situació de vulnerabilitat.

ASSOCIACIÓ MÉS QUE CURES

Es tracta d'una associació de dones del Poble Sec, experta en la cura i el benestar de la comunitat que s'organitza per oferir serveis de cures a domicili i per millorar el dia a dia de les persones i la seva qualitat de vida. El seu objectiu és fer possible que les persones cuidadores, majoritàriament dones en risc de vulnerabilitat, puguin acomplir la seva tasca dignament, garantint els seus drets socials i laborals.

RESIDÈNCIA TRES PINS – SANT PERE CLAVER

Aquesta entitat duu a terme tallers de cuina amb persones amb discapacitat intel·lectual lleu i trastorn de conducta que viuen a la residència

INSTITUT MUNICIPAL DE SERVEIS SOCIALS - CSS POBLE-SEC

El grup JOPS (Joves Poble Sec) està conformat per joves adolescents d'entre 12 i 16 anys en situació de vulnerabilitat. La cuina esdevé un espai que garanteix la relació entre ells i amb referents que els ofereixen suport en el seu procés educatiu.

SERVEIS SOCIALS SANT JOAN DE DÉU

Els Centres Residencials d'Inclusió són habitatges compartits on viuen persones en una situació de sense llar no cronificada derivades dels serveis socials de l'Ajuntament de Barcelona. Les membres del grup fan tallers de cuina on preparen receptes saludables i sostenibles participant de tots els processos per tal de recuperar l'autonomia i empoderar-se en relació als seus hàbits alimentaris.

SERVEI DE REHABILITACIÓ COMUNITÀRIA DEL PARC SANITARI SANT JOAN DE DÉU

Els serveis de salut mental preparen tallers de cuina per promoure la independència i l'autonomia en l'àmbit de l'alimentació d'un grup de persones amb malalties mentals.

ASPERGER - NEW LIFE

Aquest és un projecte amb què un grup de joves adults amb síndrome d'Asperger aprenen a cuinar i a compartir coneixements vitals amb l'objectiu d'assolir una vida plena, digna i independent.

PRESENTA'NS LA TEVA PROPOSTA

Si et dediques al món de la gastronomia i tens idees innovadores i originals, presenta'ns la teva proposta. Envia-la a ccelsortidor@bcn.cat i indica al tema del correu: Proposta A Taula!

AGENDA

Últim dimarts de cada mes	11 – 13:30 h	Tallers de cuina: Marmita comunitària d'hivern cada mes
---------------------------	--------------	---

GENER

Dijous 16	19 h	A FOC!
Dilluns 20	18.30 – 21 h	Licors italians
Dimecres 22	18.30 – 21 h	Arrossos de muntanya
Dimecres 29	18.30 – 20 h	Cicle anual màgic i espiritual
Dijous 30	18.30 – 21 h	Kinsugi

FEBRER

Dimarts 4 i 11	18 – 21 h	Formatges vegans (2 sessions)
Dijous 6	18.30 – 21 h	Cuina amb pop
Dijous 13	18.30 – 21 h	Cuina cambodjana
Dilluns 17	18.30 – 21 h	Esmorzars africans
Dimecres 19	18.30 – 21 h	L'oli de sèsam a la cuina asiàtica
Dijous 20	18.30 – 20:30 h	La meva recepta
Dilluns 24	18.30 – 21 h	Arrels a la cuina
Dijous 27	11 – 13 h	Trites d'aprofitament

MARÇ

Data pendent de confirmar		Fem una cartografia sensorial del barri
Dimarts 4	18.30 – 20:30 h	Climateri, menopausa i rituals de cura
Dijous 6	18.30 – 21 h	Ragú allà Barese i pasta fresca
Dilluns 10	18.30 – 21 h	Cuina peruana d'hivern
Dissabte 15	11 – 13 h	<i>Xocolatl</i> i l'alquímia del cos
Dimarts 18	18.30 – 21 h	Cuina amb caragols
Dijous 20	18.30 – 21 h	El llegat de les trementinaires
Dilluns 24	18.30 – 21 h	Nabemono: la fondue japonesa
Dijous 27	18.30 – 21 h	Cuina Mallorquina

ABRIL

Dimarts 1	18.30 – 21 h	Galetes amb flors i tiramisú
Dijous 3	19 h	Transmutar el dol al foc
Dissabte 5	11 h	Construïm una recepta col·lectiva!



ADREÇA

Centre Cívic El Sortidor

Plaça del Sortidor, 12 – 08004 Barcelona - Tel. 934 434 311

ccelsortidor@bcn.cat - Barcelona Wi-Fi

Sala d'actes equipada amb anell magnètic

TRANSPORTS

Metro: Poble-sec (L3) i Paral·lel (L2 i L3)

Autobusos: 20, 21, 36, 37, 55, 91, D20, H14, V11

Bicing: Pg. de l'Exposició – Blasco de Garay (Estació 234)

PER A MÉS INFORMACIÓ

barcelona.cat/ccelsortidor



De conformitat amb el Reglament Europeu de Privacitat 679/2016 i la Llei Orgànica, us informem que les vostres dades personals s'incorporaran al fitxer de dades de Gestió i ús d'equipaments, locals i espais municipals del que és titular l'Ajuntament de Barcelona amb la finalitat de la gestió de les activitats i dels usuaris dels equipaments municipals. Podeu exercitar els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició, adreçant-vos per escrit al Registre General de l'Ajuntament: Pl. Sant Jaume 1, 08002 Barcelona, indicant clarament en l'assumpte Exercici de Dret RGPD. L'encarregat de la gestió de les dades com a gestor del centre és Calaix de Cultura S.L. i el seu delegat de Protecció de Dades és UNIVER IURIS S.L. (www.uneon.es). Calaix de Cultura c. Diputació 185, pral. 1a., 08011 de Barcelona. calaixdecultura@calaixdecultura.cat