



Aquest Nadal, la disbauxa està assegurada! Amb aquesta guia pràctica, trobaràs tot el que necessites per treure fum a les festes i molt més!

EL NADAL TREU FUM



EDICIÓ LIMITADA
**2023
2024**

Posem gas als fogons amb...



VÍCTOR TORRES
Les Magnòlies*



ELI FARRERO
El Ventador



CESSAMÍ CARAMÉS
Meleta de Romer



MARGALIDA RIPOLL
Periodista de vins

NADAL

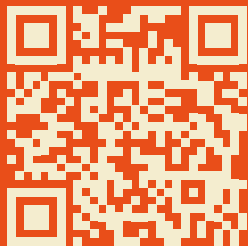
amb Víctor Torres

Les Magnòlies*

Jove, amb empenta i xef del restaurant Les Magnòlies*. El 2018 va ser reconegut com el xef més jove amb una estrella Michelin en l'àmbit nacional. Si una cosa li agrada és donar canya a la cuina!

ENCENEM ELS FOGONS?

Mira el pas a pas de les receptes!



POLLASTRE DE PAGÈS FARCIT

Per al farciment:

- ☐ 250 g de salsitxa
- ☐ 250 g de cansalada fresca (de la ventresca)
- ☐ 20 prunes seques sense pinyol
- ☐ 30 g de pinyons crus
- ☐ 17 boletes de pebre negre



Talla la carn a daus i posa-la en un bol.

Afegeix al bol les prunes i els pinyons. Barreja-ho i reserva-ho per farcir el pollastre.

Per al pollastre:

- ☐ 1 pollastre de pagès de 3-4 kg
- ☐ El farciment
- ☐ Llard de porc
- ☐ Oli d'oliva
- ☐ Sal
- ☐ Pebre negre

Neteja el pollastre i treure-li les viscères.

Unta'l per dins i per fora amb el llard i salpebra'l.

Farceix el pollastre amb el farciment. Creua-li les potes i lliga-les-hi per tal que el farciment no s'escapi.

Per a la cocció del pollastre:

- ☐ 2 cebes de Figueres pelades
- ☐ 3 pastanagues pelades
- ☐ 2 tomàquets madurs
- ☐ 1 cabeça d'all
- ☐ 1 branca de canyella
- ☐ 300 ml de conyac
- ☐ Caldo de pollastre
- ☐ Pollastre farcit
- ☐ Oli i llard de porc

En una safata de forn, posa-hi uns trossos de llard, oli d'oliva, les verdures netes i senceres, la canyella i el pollastre.

Tapa-ho amb paper d'alumini i posa-ho al forn 160 °C durant 1 hora.

Treu el paper d'alumini, afegeix-hi el conyac i torna-ho a posar al forn destapat durant 30 minuts.

Passat aquest temps, treu-ho del forn i ruixa-ho amb dos cullerots de caldo de pollastre i el propi suc.

Enforna-ho 30 minuts més i a punt per emplatar-lo!

SOPA BULLABESSA

Per a la bullabessa:

- ☐ 1,5 kg de peix de roca
- ☐ 4 tomàquets madurs
- ☐ 2 fonolls
- ☐ 2 cebes
- ☐ 1 porro
- ☐ 1 cabeça d'all
- ☐ 100 ml d'anís Ricard
- ☐ Oli d'oliva
- ☐ 100 g de mantega

Pela i neteja les verdures. Talla-les a juliana.

Ofega-les en una cassola a foc fort. Un cop ofegades, afegeix-hi el peix de roca i cou-ho junt durant 5 minuts.

Afegeix-hi l'anís Ricard i cobreix-ho d'aigua. Deixa-ho coure durant 2 hores a foc baix.

Un cop passades les 2 hores, passa la barreja pel passapurés, cola-la i tritura-la amb la mantega per emulsionar-la.

Per al plat final:

- ☐ 2 lloms de rap de 2 kg
- ☐ 25 tomàquets cirerol
- ☐ 15 patates *ratte*
- ☐ 4 escalunyes
- ☐ Oli
- ☐ Sal i pebre negre

Cou els tomàquets 5 minuts al forn a 190 °C. Pela'ls un cop cuits.

Lamina les patates i cou-les al forn a 190 °C durant 10-15 minuts.

Pela les escalunyes i talla-les per la meitat. En una paella, desfés la mantega i col·loca-hi les escalunyes. Afegeix-hi una mica d'aigua per ajudar amb la cocció. Quan estiguin toves, desfulla-les.

Cou el rap filetejat a la planxa i ja ho pots emplatar.

TOT EL QUE NECESSITES PER PREPARAR LES RECEPTES

HO TROBARÀS A BONPREUESCLAT ONLINE.



bonpreuesclat.com



SANT ESTEVE

amb Eli Farrero

El Ventador

Xef i propietària del restaurant El Ventador, a Barruera, on els paisatges dels Pirineus creixen amb els plats tradicionals de la Vall de Boi. Una combinació a la qual li encanta afegir tocs contemporanis de cuina d'autor.

COCA DE FOIE I POMA GRANNY SMITH

Per a la coca:

- 250 g de farina de força
- 5 g de llevat fresc
- 50 ml d'aigua
- 50 ml de vi blanc sec
- 50 ml d'oli
- Sal

Per a la poma i el rave encurtits:

- 1 poma granny smith
- 5 raves
- 150 g de vinagre d'arròs
- 150 ml d'aigua mineral
- 150 g de sucre

Per a la poma cuita:

- 4 pomes granny smith
- 200 g de mantega
- 1 canonet de canyella
- 6 claus d'espècia
- 1 anís estrellat
- 1 raig de ratafia
- 200 g de sucre
- Sal

Per al crumble:

- 50 g d'avellanes
- 50 g de farina d'avellanes
- 50 g de mantega
- Sal

Per a la mel i mostassa:

- 30 g de mostassa Dijon
- 30 g de mel de flors

Per al muntatge:

- Fulles d'escarola
- Foie
- Magrana

Per a la coca:

Posa la farina en un bol i dona-li forma de volcà invertit. Afegeix-hi el llevat dissolt en aigua tèbia.

Incorpora-hi el vi blanc i l'oli aromatitzat, i pasta-ho fins que quedi una massa compacta. Cobreix la massa amb un drap de cotó i deixa-la reposar 2 hores.

Treu la massa del bol i treballa-la sobre la taula, amb un pessic de sal. Talla-la en quatre parts i fes-ne rotlles. Estira'ls amb un corró i cou-los 15 minuts al forn a 160 °C.

Per a les pomes cuites:

Afegeix en una paella la mantega, el sucre i les espècies. Deixa que la mantega es desfaci.

Pela i treu el cor de les pomes. Talla-les a octaus i afegeix-les a la paella. Quan la poma estigui cuita, treu-les i neteja-les de les espècies. Reserva-ho.

Vols endinsar-te a la cuina creativa de muntanya?
MIRA LES RECEPTES!



Per a la poma encurtida:

Porta a ebullició l'aigua, el vinagre i el sucre. Un cop dissolt el sucre, posa la mescla en un pot de vidre on hi haurà poma tallada a rodanxes molt fines.

Per al rave encurtit:

Porta a ebullició l'aigua, el vinagre i el sucre. Un cop dissolt el sucre, posa la mescla en un pot de vidre on hi haurà el rave tallat a rodanxes molt fines.

Per al crumble d'avellana:

Torra les avellanes en una paella sense oli. Retira-les i pica-les.

En un bol, afegeix la resta d'ingredients i les avellanes i ves-ho desfent amb les mans. Barreja-ho i posa aquesta massa en una safata de forn. Cou-ho 15 minuts a 180 °C.

Per a la salsa de mostassa i mel:

Posa la mostassa de Dijon i la mel en un bol i emulsiona-ho fins que quedi una salsa.

Per al muntatge del plat:

Posa la coca en un plat i afegeix-hi uns talls de poma cuita per sobre. Ratlla'n encenalls de foie per sobre de la poma.

Acaba-ho amb fulles d'escarola, el rave i la poma encurtits, puntets de salsa de mostassa, magrana i crumble d'avellanes.

COMPRA ARA ELS INGREDIENTS
DE LES RECEPTES!

bonpreuesclat.com



CANELÓ DE CONILL AMB ESCABETX DE PASTANAGA

Per al guisat de conill:

- Un paquet de pasta de canelons
- Un conill
- 5 alls
- 1 ceba
- 1 pebrot vermell
- 4 tomàquets secs en conserva
- 200 ml de vi negre
- 1 l de caldo d'au
- 2 branques de romaní

Per a l'escabetx:

- 200 ml de vinagre blanc
- 200 ml de vi blanc
- Oli d'oliva verge extra
- 5 pastanagues
- 5 dents d'all
- Sal i pebre
- 2 fulles de llorer

Per a l'oli d'alfàbrega:

- 30 g d'alfàbrega
- 100 ml d'oli d'oliva verge extra suau

Per a l'acabat:

- Brots tendres

Neteja el conill del fetge i ronyons i daura'l a quarts en una paella.

Aprofitant el greix del conill, sofregeix les verdures durant 10 min. Incorpora-hi el conill, els tomàquets secs i el romaní. Afegeix-hi el vi negre i, quan s'hagi evaporat, afegeix-hi el brou i deixa'l coure 45 min.

Passat aquest temps, treu el conill de la cassola, desossa'l i torna'l a barrejar amb les verdures i el suc del guisat. Finalment, pica la mescla.

En una altra cassola posa el pebre i la fulla de llorer amb abundant oli d'oliva. Deixa-ho uns instants perquè s'aromatitzi l'oli. Afegeix l'all, les pastanagues i la ceba a juliana i deixa-ho confitar a foc lent. Després de 15 minuts, afegeix el vi blanc, deixa reduir l'alcohol i incorpora-hi el vinagre. Cou-ho 10 minuts més. A continuació posa-ho en un pot i tritura-ho sense el llorer. Reserva-ho 24 hores a la nevera.

Per a l'oli d'alfàbrega: escalda les fulles d'alfàbrega i refreda-les ràpidament en un bol ple d'aigua i gel. Asseca-les i tritura-les juntament amb l'oli. Reserva-ho.

Finalment, posa a bullir la pasta dels canelons i estira'ls sobre un drap de cotó. Posa el farciment en una mànega i ves omplint i enrotllant els canelons.

Per a la beixamel, desfés la mantega en una cassola i afegeix-hi la farina. Remena-ho continuament. Lliga la salsa amb la llet. Salpebra-ho i afegeix-hi el suc de la llima.

Per acabar, posa dos canelons coberts de beixamel al forn. Escalfa'ls durant 15 min a 180 °C sense que arribin a gratinar. Emplata-ho i acaba-ho amb uns punts d'escabetx de pastanaga, oli d'alfàbrega i els brots tendres.



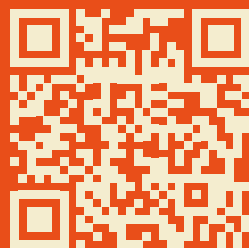
CAP D'ANY

amb Gessamí Caramés

Meleta de Romer

Pastissera i xef del restaurant Meleta de Romer, a l'Ametlla de Mar. Enguany, celebra l'entrada al nou any amb l'essència del Mediterrani del sud de Catalunya, amb unes receptes que són meleta de romer!

NO ET PERDIS
ELS VÍDEOS!



OSTRES AL CAVA AMB TÀRTAR DE RAÏM

16 ostres arrissades del Delta

Per a la salsa al cava:

- 2 escalunyes
- 1 polsim de sal
- 20 g de mantega
- 250 ml de cava
- 250 g de nata [35 % de M.G.]

Per al tàrtar de raïm:

- 1 carroll de raïm blanc
- Oli d'oliva verge extra
- Sal
- Pebre negre molt

Per preparar la salsa, sofregeix les escalunyes tallades a rodanxes petites amb sal i mantega sense que agafin color.

Afegeix-hi el cava i deixa-ho reduir a la meitat. Incorpora-hi la nata i deixa-ho bullir 3 minuts. Retira-ho del foc i deixa-ho refredar un mínim de 6 hores.

Treu les llavors del raïm i talla'l a daus petits. Salpebra'ls i unta'ls d'oli.

Obre les ostres i posa-les sobre un plat amb gel picat. Pinta-les amb la salsa al cava i acaba-ho amb el tàrtar de raïm.

BROQUETES DE GALTA DE PORC AMB VERDURES I PATATES

- 4 galtes de porc amb os
- 100 ml de vi negre
- 100 ml de moscatell
- 10 boles de pebre negre
- 2 grans d'all
- Oli oliva verge extra
- 1 branca de romaní
- 2 pebrots vermells
- 2 carabassons
- 1 ceba
- 2 patates monalisa

Sala les galtes pels dos costats. En una olla de pressió posa un raig d'oli d'oliva verge extra, daura les galtes pels dos costats i reserva-les.

En aquest mateix oli, posa-hi els dos alls xafats i condimenta-ho amb pebre. Deixa que es dauri.

Afegeix-hi el vi i el moscatell i deixa-ho reduir 1 minut.

Afegeix-hi les galtes i tapa l'olla. Quan la sentis xiular, deixa-ho coure 40 minuts.

Un cop acabada la cocció, cola el líquid de l'olla i redueix-lo a $\frac{1}{4}$ del volum en un cassó.

Desossa les galtes i talla-les a daus grossos (et recomanem posar-les 30 minuts al congelador abans de tallar-les).

Talla el pebrot, el carbassó i la ceba a quadrats. Amb l'ajuda d'un pal de fusta llarg, fes broquetes alternant les verdures i la gelta. Reserva-ho en fred.

Cou les patates al forn a 160° uns 40 minuts. Deixa-les refredar, pela-les i talla-les a grills. A continuació, daura-les en una paella amb una mica de mantega i sal.

Passa les broquetes per la planxa i acompanya-les de patates i salsa.

Busques els ingredients
per a preparar les receptes?

ELS TENIM A
BONPREUESCLAT ONLINE

COMPRA ARA!



SABEM QUE SOM LA TEVA TEMPTACIÓ!



BOFFARD D'OVELLA RESERVA
diuen que formatges i fruita seca són el tàndem ideal i aquest n'és un exemple!



BREVIS D'OR D'OVELLA AMB TÒFONA
llet d'ovella i tòfona, un formatge que causa furor.



TÊTE-DE-MOINE
Vols una presentació de 10? Amb les flors d'aquest formatge ho aconseguiràs!



RACLET
encén el foc que aquest formatge és ideal per fondre'l!



SAVOIE



MINI BOLES DE FORMATGE
de pebre vermell dolç, de curri, de pebre gris, de pètals de rosa i de fulles d'estragó. T'hi resistiràs?

SAFATES D'EMBOTTITS I FORMATGES

SAFATA AL TEU GUST!
Combina els embotits que més t'agradin i crea-la des de zero.



La millor selecció d'embotits i formatges, sense haver de passar per la cuina!



MÉS RECOMANACIONS QUE NO PODEN FALTAR...



Encenalls ibèrics



Carpaccio de *Roast Beef* amb salsa holandesa



Magret d'ànec curat



Bombó de mousse d'ànec farcit de figues



COM TRIAR EL PERNIL
Si busques una espatlla o pernil... fes aquest test i l'encertaràs!



ELS FOGONS TRAURAN FUM AMB LES MILLORS CARNS

Filet de vedella, pollastre o ànec de pagès, espatlla de cabrit... és Nadal i les nostres carnisseries fan més goig que mai!

**ESPATLLA DE CABRIT
AL FORN >>>>>>>>>>>>**



**LLATA DE VEDELLA
<<<<AMB BOLETS**



**TASTA LA NOSTRA CARN
MADURADA!**

Si busques una carn més tendra i gustosa, deixa't caure en la temptació i tasta la nostra carn madurada entre 21 i 60 dies. Si una cosa et podem assegurar és que triomfaràs!

PREPARATS, LLESTOS I BON PROFIT!

Aquestes Festes t'ho posem fàcil. No t'escalfis el cap a la cuina i tasta els nostres plats elaborats!

**CANELONS
NANDU JUBANY**

la recepta tradicional amb el seu toc personal. Hi cantaran els àngels!

Canelons amb farcit d'ànec, prunes, orellanes i pinyons!

NOU!

**CUIXA D'ÀNEC EN
CONFIT MARTIKO**

ben confitada i melosa! Vols donar-li un plus? Afegeix-hi compota de poma.

**BACALLÀ A LA
MOUSSELINA
D'ALL TASTAMAR**

bacallà amb una base de patata i tomàquet gratinat acompanyat d'una mousseline d'all. Els teus convidats fliparan!



**VIEIRES FARCIDES
CASA MAS**

farcides de vieira, gamba, garota i lluç. Ideals per obrir boca en l'àpat de Nadal.

**BOLES DE SÈPIA
I DE FORMATGE
BO DE DEBÒ**

si una cosa et podem assegurar és que el plat quedarà buit en un tres i no res!

**ENCARA QUE NO VINGUEM D'ORIENT,
ET PORTEM LA TEVA COMPRA ONLINE A CASA!**



AMB EL NOSTRE PEIX I MARISC CAUSARÀS SENSACIÓ!



RAP Recepta!



OSTRES DEL DELTA:

agafem la barca i ens n'anem de ruta pel Delta de l'Ebre!



POP CUIT

acompanya'l amb una base de patates bullides, sal Maldon, pebre vermell i un bon raig d'oli d'oliva.

VOLS PREPARAR UNA MARISCADA PER A AQUESTES FESTES I NO SAPS COM COURE EL PRODUCTE?



MUSCLOS

tingués a mà el rellotge!
1 minut amb aigua calenta.



CLOÏSSES

al vapor en 4 minuts.



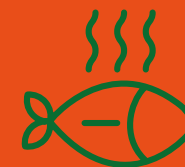
LLAMÀNTOL

aigua bullint, cap a dins i 15 minuts.



CARGOL PUNXENC

aigua bullint, 12 minuts i llestos!



...
i si no et vols posar el davantal fes els teus encàrrecs 24h abans al nostre forn de cocció de peix i marisc!

FEM PUJAR LES TEMPERATURES!

Hi ha productes que ens deixen glaçats, però ens agrada més dir que aquests et deixaran bocabadats!

ZAMBURINYES

volta i volta a la planxa!



LLAGOSTINS

idees per triomfar! Al forn, amb ceba, en un còctel fred, en una crema o acompanyats d'un bon rap a la cassola.

GAMBA CRISTALL

enfarinar, arrebossar i a punt per menjar!



COMPRA SENSE CUES AMB EL SERVEI ONLINE!

Fes la teva compra més fàcil, ràpida i còmoda amb BonpreuEsclat online.

bonpreuesclat.com



FESTES NADALENQUES? FRUITES BEN FRESQUETES!

MILFULLS RÀPID DE MANGO I PINYA ROSTIDA

- 1 paquet de pasta filo
- Mantega
- Sucre de llustre
- 300 g de mató
- 1 mango madur
- ½ pinya madura
- Rom

Talla la pasta filo a la mida desitjada i pinta la primera capa amb mantega. Posa una segona capa de pasta filo i torna-la a pintar. Posa una tercera capa pintada amb mantega i empolvora-la amb sucre llustre. Fes el mateix procés amb unes altres tres capes de pasta filo i forneja-ho a 180 °C uns 8 minuts, fins que agafi color.

Talla el mango i la pinya a daus petits.

En una paella, posa-hi mantega i rosteix la pinya fins que agafi color. Flameja-la amb una mica de rom i retira-la del foc.

Posa una capa de milfulls a la base, afegeix-hi mató i seguidament la pinya. Posa-hi una segona capa de milfulls i cobreix-la amb mató i acaba-ho amb mango.

COLOR I SABOR A CADA MOSSEGADA

FRUITES EXÒTIQUES

carregades de nutrients i molt vistoses! Ideals per acabar el menú de Nadal.



SAFATES DE FRUITA TALLADA

ideals perquè no et surti fum del cap! Les trobaràs en exclusiva a l'Espai Fruits.



MOMENTS DE BRINDIS!

Fer festa està bé, però celebrar-ho amb una copa de vi o un licor, està millor!

Recomanacions per triar
i remenar amb la periodista
de vins Margalida Ripoll
>>>>>>>

VINS BLANCS I NEGRES

Vi blanc Masia Freyé
– DO Penedès:
Marida'l amb un bon
formatge de vaca
semicurat.



Vi blanc Pansa
Blanca Raventós
d'Alella
– DO Alella:
Marida'l amb peixos,
arrossos i postres a
base de fruites.



Vi negre Ètim el viatge
– DO Montsant:
Marida'l amb plats de
carn suaus i amb peixos
com el bonítol i la tonyina.



Vi negre Gotim Bru
Castell del Remei
– DO Costers del Segre:
Marida'l amb una
bona fusta d'embotits i
formatges!



LICORS

Cava Gran
Reserva Brut
Nature
Juvé & Camps



Cava Reserva
Brut
Agustí Torelló
Mata



Moscatell
Josep Salla



Brandi
Torres 5



Tenim molt
per explicar-te...

<<<<<<<<<



TOTS AQUESTS VINS I MOLT MÉS AL CELLER
DE BONPREUESCLAT ONLINE

bonpreuesclat.com

LA FLECA ESTÀ QUE CREMA!



Elts clàssics de casa nostra:
**EL TORTELL DE REIS I
EL TÍO DE NADAL**



PASTÍS DE REN
base de pa de pessic amb
decoració de xocolata



Deixa un forat per als
**TORRONS ARTESANALS,
LES NEULES
I LES MANTEGADES.**



GALETS de xocolata blanca
amb praliné i xocolata negra
amb crema de xocolata



AVETS DE PASTA DE FULL
d'elaboració pròpia!

Amb la nostra
REBOSTERIA DOLÇA,
cauràs en la temptació!



**SI ELS VOLS DEIXAR
AMB UN PAM DE NAS,
AMB AQUESTS REGALS
HO ACONSEGUIRÀS!**

**COFRES DE PERFUMS
I CURA PERSONAL
PER A TOTHOM!**

MAQUILLATGE
també maquillatge infantil

**TARGETES REGAL?
ENCERT ASSEGURAT!**

Sorprèn els teus amb un regal
que aprofitaran al màxim!

- 1 Escull l'import que vols regalar: 30 €, 50 €, 100 € o 150 €.
- 2 Passa la targeta per caixa i quedarà activada.
- 3 Regala-la a qui tu vulguis i... la resta és cosa seva!



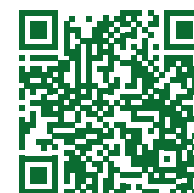
REGALA 
BONPREUESCLAT

**AMB ELS NOSTRES LOTS I PANERES,
AQUEST NADAL TRIOMFARÀS!**

Disponibles als nostres establiments
i a BonpreuEsclat online.

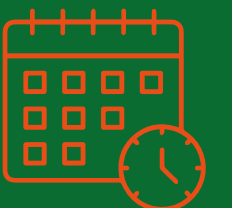
bonpreuesclat.com 

Consulta el catàleg i tria el teu!

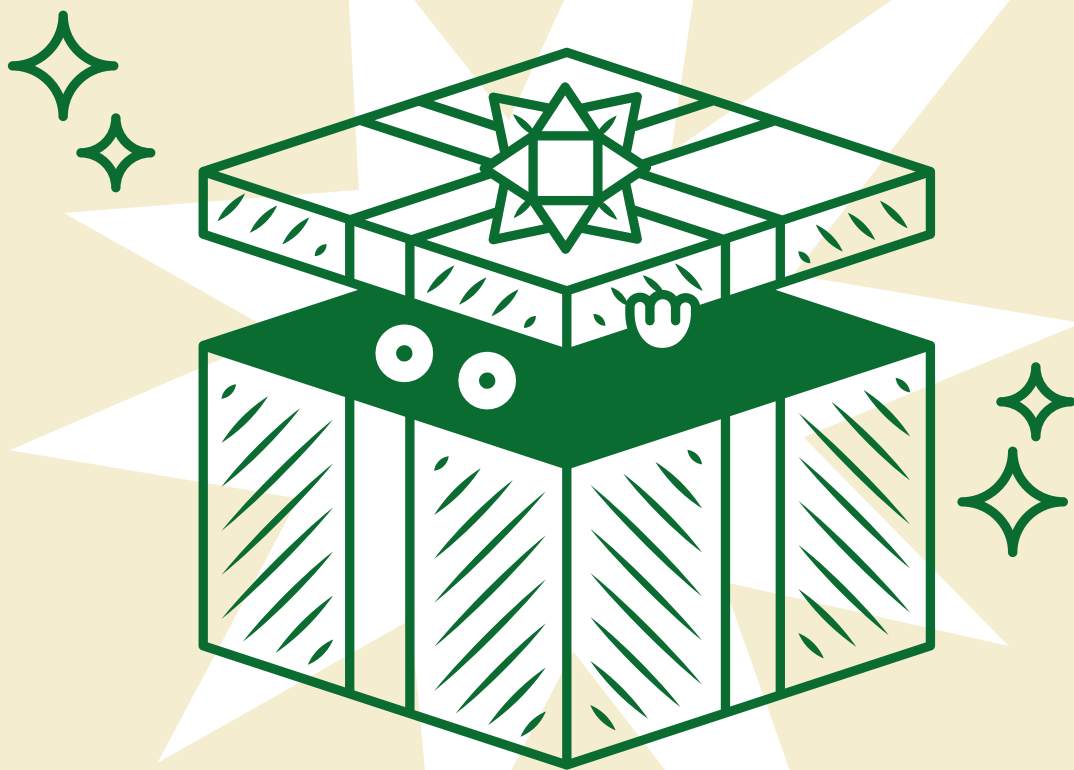


**Aquestes festes,
organitza les teves compres!**

Consulta l'horari del teu establiment Bonpreu o
Esclat habitual i del servei de compra online.



**AMB TOTES AQUESTES RECOMANACIONS, ET PODEM ASSEGURAR QUE
EL TEU NADAL TRAUrà FUM! PERÒ NO T'OBLIDIS D'ENCENDRE LA MÀGIA
DE LES JOGUINES. **CONSULTA EL CATÀLEG!****



Aquest Nadal, les nostres xarxes socials treuen fum amb totes les recomanacions que t'hem preparat!
Però això no és tot, participa en el nostre calendari d'advent a Instagram. 25 dies, 25 premis!
@bonpreuesclat

