

# Time Out

## BARCELONA

En col·laboració amb:



Generalitat  
de Catalunya

ESPECIAL  
RESTAURANTS  
I BARS 2021

De bat a bat.  
La Raquel i en Marc  
us obren les portes  
de la seva Casa  
Xica, un dels millors  
restaurants de BCN



# Casa vostra

143 bars i  
restaurants  
brutals per  
celebrar la  
qualitat i  
diversitat  
dels fogons  
barcelonins



TE'L PODEM  
REGALAR GRÀCIES  
ALS NOSTRES  
ANUNCIAENTS



# GAUDEIX DEL QUE ÉS BO #VICATALÀ

TRIA VINS DE LES **DO CATALANES**,  
GARANTIA DE QUALITAT I D'IDENTITAT



# Sumari

Especial Gastro 2021

## 21 per al 21

Us hem triat els millors restaurants de Barcelona: teniu tot un any per tastar-los

PÀGINA 12  
↓



ENOTECA

## Còctels

Cinc cocteleries imprescindibles per alegrar la gola: els canells més inspirats de la ciutat!

PÀGINA 43  
↓



MARIAMIAS

## El barri de La Monroe

La Berta i l'Adri, ànimes del bar de la Filmo, ens porten als seus llocs preferits del Raval

PÀGINA 8  
↓



MARCANDREU

06. A la ciutat 12. Els 21 millors restaurants de Barcelona 18. Bars de tapes 22. Terrasses  
26. Vegetarians i vegans 30. Cuina tradicional catalana 34. Restaurants asiàtics 37. Entrepans  
38. Cuina Ilatinoamericana 40. Arrossos 43. Cocteleries 44. Pizzeries 46. Cafeteries

# Hola, Barcelona

María José Gómez  
Directora



Són negocis, esclar, però per a nosaltres són gairebé extensions de casa nostra. Són els llocs on celebrem coses amb la gent que estimem, on ens refugiem per fer un cafè al matí o una copa redemptora al vespre, on ens alimentem quan no volem cuinar i on trascendim amb experiències gatronòmiques excepcionals. I són patrimoni barceloní: tots hem plorat el tancament d'un bar o restaurant.

Rere cada plat i copa hi ha professionals que treballen –sovint amb marges ben magres– moguts per la passió. La restauració no ho té mai fàcil, però la pandèmia ha estat devastadora per al sector. Per això fem aquest número especial, que vol ser un homenatge a tots els establiments que ens donen menjar i beure. És impressionant la quantitat i, sobretot, la qualitat dels locals que tenim. Aprofitem el 2021 per visitar-los i beure'sns a glops i menjar-nos a queixalades una nova època.

## ELS IMPERDIBLES

Tres coses que has de fer aquest any



### EXPANDIR-TE



### RAVALEJAR



### RECUPERAR

Sur de la teva àrea de confort, entaula't a llocs nous i gaudetx d'experiències diferents, com endrapar una barbacoa a la **Casetta del Migdia**, a Montjuïc.

Apunta't a mogudes molones com la **Ravalada Drag Tour**, una ruta per descobrir bars del Raval, DJs i drags que celebrarà la primera edició el 10 de gener.

Torna als clàssics, als llocs de tota la vida que fa eons que ens donen alegries, com el **Xampanyet** del Born. Mantiguem-los vius per no penedir-nos-en després.

Tot canvia molt de pressa. Assegura't que segueix en peu a [timeout.cat](http://timeout.cat)



TimeOut  
BARCELONA

Conseller Executiu  
Eduard Voltas  
Directora General de Negoci  
Mabel Mas  
Directora General Financera  
Judit Sans  
Director d'Operacions Digitals  
Alex Martínez  
Directora  
Maria José Gómez  
Director d'art  
Diego Piccininno  
Disseny  
Anna Mateu Mur  
Cap de redacció  
Borja Duñó  
Redacció  
Erica Aspas, Ricard Martín  
Notícies i video  
Marc Andreu  
Il·lustracions i fotografies  
Scott Chasseron, Maria Dias, Irene Fernández, Ivan Giménez, Oriol Malet, Iván Moreno  
Edició basada en textos de  
Marcelo Aparicio, Oscar Broc, Mireia Font, Ricard Martín, Albert Riera, Dúnia Riera, Martí Sales, Daniel Vázquez Sallés  
Correcció de textos  
Txell Coll, Merce Ubach  
Directora de Solucions Creatives i PR  
Carolina Falco  
Directora E-Commerce i Comercial  
Aroa Cervantes  
Responsable de Comunicació i Sponsor  
Clara Narváez  
Cap de Branded Content  
Begoña García Carteron  
Social Manager  
Laura Mesa  
Digital Operations Coordinator  
Henar Pérez  
CRM Specialist TOS  
Júlia Porto  
Adjunta Direcció General de Negoci  
Vanessa González  
Marketing i Comercial  
Merce Llubera, Marina Quer  
Administració i Finances  
Guillem Catena, Marta Tapia

Edita  
Time Out Spain Media SL és una societat de Time Out Group PLC

CEO Time Out Group  
Julio Bruno

Reservats tots els drets. Aquesta publicació no pot ésser reproduïda ni totalment ni parcialment sense consentiment del propietari. Tampoc no pot ésser transmesa per cap mitjà o mitode, ja sigui electrònic, mecànic o d'altres tipus. La revista no s'identifica necessàriament amb les opinions expressades pels seus col·laboradors.

Barcelona  
Plaça Reial, 18, 1a planta  
08002 Barcelona  
Comercial i marqueting 93 295 54 00  
comercial.cat@timeout.com  
Redacció 93 310 73 43  
redaccio.cat@timeout.com  
Administració 93 667 78 90

Madrid  
Calle Orense, 16, 1<sup>a</sup>  
28020 Madrid  
91 603 99 68  
redaccion.es@timeout.com

Impressió Rotocolor  
Distribució Suscipress  
Dipòsit legal B-44772-2010  
ISSN 1888-3850  
Time Out Digital ISSN 2462-3385

Exemplar gratuït, prohibida la venda

Amb la col·laboració de la Generalitat de Catalunya i el Departament de la Presidència

Difusió controlada per:

Imprimeix en paper reciclat  
Festivitatem amb materials  
100% compostables

Fotografia de portada:  
Ivan Giménez





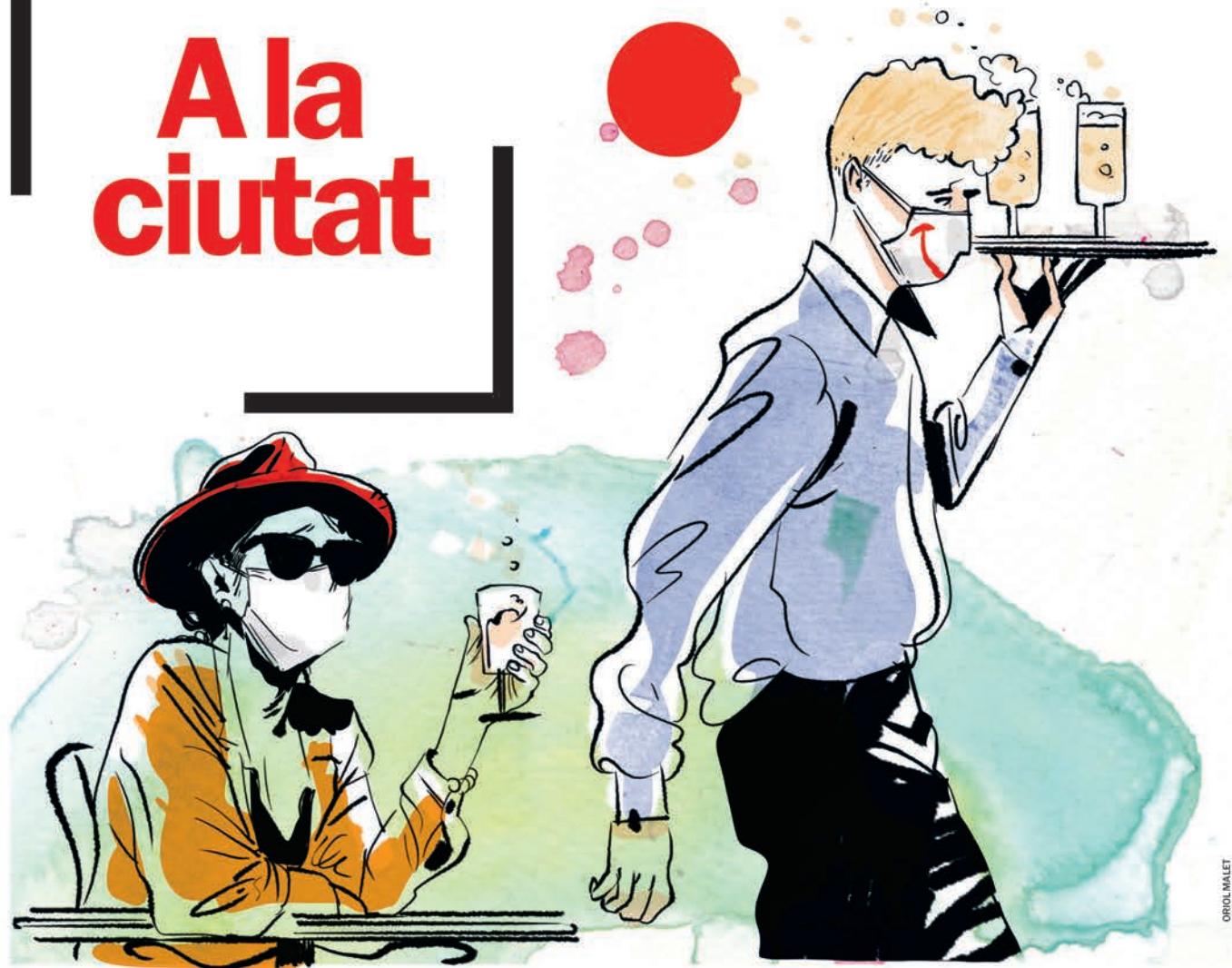
# RECEPTA ORIGINAL DEL 1876

100% INGREDIENTS NATURALS. SENSE SULFITS AFEGLTS, NI ADDITIUS, NI CONSERVANTS



Estrella Damm en recomana el consum responsable. 5,4°

# Ala ciutat



ORIOL MALET

## Si t'estimes els bars, no els facis la guitza

Prou desgràcia tenen els bars perquè els obliguem a fer de policies. En Ricard Martín hi ha fet moltes irresponsabilitats, però sap que no fallar-los és més que anar-hi a consumir



**ALS BAIXOS DE** casa hi ha un bar fantàstic, propietat d'una senyora xinesa fantàstica que es diu Isabel: les millor canyes del barri i bones tapes (en poden donar fe Ladilla Rusa i Sergi Arola, a qui he vist gaudir-ne). Un dia del segon confinament (només *take away*) vaig sortir a correr a les set del vespre. Sota la lona de la terrassa buida del bar, un grup de set companys de feina compartia llaunes de birra, pitis i capellans (esquitxos de saliva, no pas clergues) en joiosa rotllana.

Era, de facto, una taula de terrassa sense taula. Quan vaig tornar, al cap d'una hora, els dinosaures encara xumaven allí. Als teatres o a les biblioteques ningú qüestiona la normativa vigent o intenta passar-se de llest. Per què succeeix, això, amb la clientela dels bars? Pel famós temperament mediterrani? Els restauradors prou problemes arrosseguen perquè els obliguem a fer de policies. I així com es vetlla perquè es compleixin les limitacions de mobilitat, és poc factible que la Urbana vagi de terrassa en terrassa comprovant si les taules són de quatre.

El segon dia de confinament totalse'm va acudir sortir a córrer voltant una illa de cases deserta, i al minut zero em deien de tot. La figura del policia de balcó va emergir amb esplendor berlanguiana, però la del policia de terrassa és inexistent. Potser perquè l'exercici de responsabilitat només el fem quan pot fer perillar el gaudi d'altri, no pas el nostre (això és molt catòlic). Si tant estimeu els bars, respecteu les normes. I l'autoresponsabilitat passa per resistir a les provocacions de 200 de la *jet set* a can Pedro Jota i les misses de 500. El bar és l'església laica: estigueu-ne a l'altura. ■



BURAK CAN ANSIT

## LONDRES

### Paragües retrobats

Tot londinenc ha perdut alguna vegada el paraigua al metro, en una hora plujosa. Però, on anaven a parar els seus protectors metereològics preferits? Ara els seus amos poden anar-los a visitar al Bala Baya, que ha inaugurat el Discarded Umbrella Winter Garden. Aquest restaurant d'inspiració israeliana convida els comensals a menjar sota una coberta feta amb dos-cents d'aquests paraigües de colors. ■ Paula Akpan, Time Out Londres

# EL MÓN VIST PER TIME OUT

Les millors notícies d'aquest mes dels nostres editors de tot el planeta

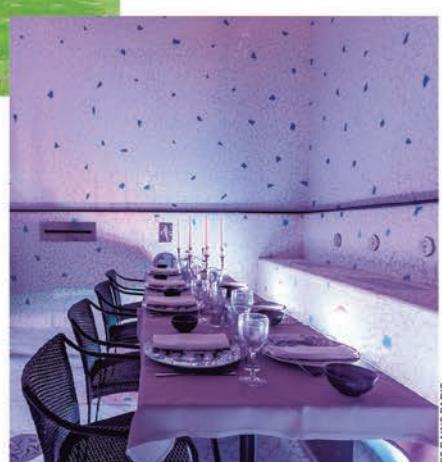


LIZ COUGHlan / SHUTTERSTOCK.COM

## Elisabet II ven ginebra de la seva finca

### SANDRINGHAM

Esteu enganxats a *The crown*? Aquí teniu la beguda perfecta per anar xarruant mentre en veieu els nous capitols. Sandringham, el refugi rural de la reina Elisabet a Norfolk, Anglaterra, acaba de llançar la seva ginebra, a partir d'ingredients cultivats a la finca reial. L'ampolla es ven per 50 lliures i conté caquis del jardí emmurallat i murtra originada "a partir d'un tall del ram de noces de la princesa Alexandra, quan es va casar amb el príncep Albert Eduard, després convertits en el rei Eduard VII i la reina Alexandra". ■ Ellie Walker-Arnotte, Time Out Worldwide



LES BAINS PARIS

Més notícies a  
[timeout.cat/noticies](http://timeout.cat/noticies)

## PARÍS

### Sopar dins una piscina a Les Bains

A l'espera de la represa de l'activitat normal a l'hotel i la discoteca, Les Bains Paris s'ha reinventat amb un estil festiu. Ara es pot organitzar un àpat a l'emblemàtica pista de ball, reservar una suite a l'àtic amb servei ultra VIP i sopar al fons de la llegendaria piscina del club. No patiu pel banyador, que la buidaran completament per a l'ocasió. Ideal per a un aniversari, una proposta de matrimoni inusual o una festa de comiat de soltera. ■ Tina Meyer, Time Out París

# El Raval de La Monroe

Ravalegem amb l'Adri i la Berta, gestores del restaurant La Monroe i unes veritables 'hooligans' del barri. Per Marc Andreu

**DE LA PARAULA** bar a la paraula *barri* hi van només dues lletres. Casualitat? El bar és al barri el que la mostra de colònies és al perfum. O així ho viuen i ho fomenten les entusiastes Berta i Adri, al capdavant de La Monroe des fa sis anys. "Tenim una missió: fer barri des de la barra", dicta l'Adri. Mira, *barri i barra*, una lletra de diferència. La Berta i dos socis, tots ells molt arrelats al Raval, la van obrir el 2015 per crear un espai gastronòmic que fos capaç de dinamitzar i fer comunitat. "N'estem orgullosos perquè hem aconseguit asseure a la mateixa terrassa tot aquell que viu al barri, del més gran al més jove, del mes pobre al més ric", diu la Berta. El bar de la Filmoteca de Catalunya porta el nom d'una icona i és en el que s'ha transformat: la seva terrassa és dels millors llocs on parlar, mirar, menjar, escoltar i parlar del barri. Ho fem?

## Barri combatiu

"La lluita i la resistència són en l'ADN del Raval", afirma una Adri orgullosa de com el barri ha reaccionat davant la pandèmia. "Som un barri dens i amb gent molt vulnerable, però entitats com l'Ateneu del Raval i el Gimnàs de Sant Pau han sabut fer pinya i demostrar que aquí hi ha esperit de barri, del que s'arremanga". Especialment castigat per la covid-19, el Raval ha sumat la pandèmia a la resta de batalles per lliurar. "A vegades ens sentim abandonats i els mitjans ens han posat la

creu, el Raval és molt més que narcopisos i baralles!", sentencia una Berta que ha viscut de prop la transformació d'un veïnat que ara acull universitats, museus, biblioteques... i La Monroe.

## Seguir bategant

El Raval és refugi per a gent molt diversa. S'hi parlen un munt d'idiomes i s'hi creu en molts déus, però prevale una actitud, "la de sobreviure passi el que passi", diu la Berta. Tot i que tocada per l'atemptat de la Rambla, l'essència de la seva gent fa que sempre continui bategant. "Ho tenim clar, cal que el defensem a mort", clamen les que són les verdaderes *marilyns* de La Monroe, que, de passada, ens recomanen quatre locals per entaular-nos mentre l'esperit underground, rebel i "fet i deixar estar" del Raval s'apodera de nosaltres.

**"Tenim una missió: fer barri des de la barra"**



IRENE FERNANDEZ

## Makinavaja

Aquest bar pura raça Raval, abans la Bodega López, porta el nom del famós personatge del dibuixant Ivà. "Essència roquera", clama la Berta, que en destaca les bombes, els vermuts del migdia i les *jam sessions* dels dimarts.

→ Carretes, 51. 93 441 79 79.



## Las Fernández

La Berta no pot deixar de recomanar el restaurant que porta amb les seves germanes: "Denominació d'origen Bierzo i qualitat". I és que la seva carta té bona teca amb aires de Lleó, un vi excel·lent i molt sentit de l'humor.

→ Carretes, 11. [lasfernandez.com](http://lasfernandez.com)



CARINA TRANULLAS



MARÍA DIAS

## Na Mindona

Menjar-se el Raval és menjar-te el món. "La millor quota mallorquina la firmen a Na Mindona", diu l'Adri. Menjar casolà de ses illes fet amb amor. No us perdeu el frit mallorquí ni els cargols; i us ho diu un que és de Lleida.

→ Riereta, 8. [namindona.es](http://namindona.es)

## Cera 23

Juntament amb el restaurant Arume i el Louro (Centro Galego), són "els gallegos del Raval", o així els bateja la Berta. Broden la fusió catalano-gallega, els arrossos i el pop, que en el seu cas també fan electrònic, amb la Pulpada Electrònica.

→ Cera, 23. [cera23.com](http://cera23.com)



MARÍA DIAS

## Berta i Adri

La Berta Fernández i l'Adriana Piqué declaren el seu amor pel barri cada dia que obren les portes de La Monroe aka el bar de la Filmo, local que gestionen des de fa sis anys.



# SÓN LLEGENDA



SCOTT CHASSEROT

## “No comprem elaborats, tot ho fem des de zero”

El Gat Blau, d'en Pere Carrió i la Jo Mestres, té preus populars i és al top mundial dels restaurants vegetals

**EN PERE CARRIÓ** i la Jo Mestres no s'imaginaven que El Gat Blau –que va obrir el 2005 i es va adherir a Slow Food el 2011– el 2020 seria proclamat el millor restaurant vegetal –que no vegetarian– d'Espanya, segons la guia *We're Smart Green Guide*. Ep, nosaltres ja fa anys que us recomanem que hi fitxeu! Parlem amb el xef.

**S'ha abusat del tòpic del respecte al producte. Què significa per a tu tractar bé les verdures?** Un exemple és el famós *gargouillou* de verdures de Michel Bras, quaranta verdures juntes però cuinades per separat. Vol dir que la verdura esdevingui l'element central del plat, i per això cal donar la mateixa importància a una carabassa que a un filet. Això redueix l'impacte ecològic del plat, dignifica la cuina amb verdures i també és benefícios per a la salut del client.

**També s'ha abusat del tòpic de la proximitat.** L'exercim de veritat. Coneixem amb nom i cognom cada proveïdor. I hem deixat de comprar elaborats. Tot el que surt de la cuina ha estat cuinat des de zero, només hi entren matèries primeres. Fins i tot el pa. No és que no ens agradiés el forner, però no aconseguia exactament el que volíem. Quan mengis pasta fresca aquí, l'haurem feta nosaltres.

**No sou un restaurant vegetarià.**

No. Veuràs que a la nostra carta hi ha uns onze plats vegetals i uns vuit amb proteïna animal.

**En l'alta cuina d'ara, la frontera entre proteïna vegetal i animal cada cop es difumina més.** Sobretot al nord, que és d'on prové aquesta tendència. I és una manera de reduir la petjada ambiental. Odirectament de canviar-la. Hi ha explotacions ramaderes, com la

de xai de Cal Pauet, que tenen un impacte benèfics en l'ecosistema. És un cercle tancat, no hi entra res de fora, l'animal menja el pinso fet a la granja i amb la pastura netegen el bosc. I això és molt més positiu que els monocultius extensius, que quan pateixen una plaga ho inunden tot de pesticides.

**Recordo un menú de migdia ecològic brutal.**

Ja no. Fer vuit primers i vuit segons a 14 euros per a cent persones cada dia era una bogeria, una manera de treballar que no tenia res de slow per a nosaltres. Ara hi ha una fórmula de migdia de gran relació qualitat-preu, que per 24 euros ho té tot inclòs. ■ Ricard Martín → Borrell, 122. M: Urgell. [gatblaurestaurant.com](http://gatblaurestaurant.com)

Troba més històries a  
[timeout.cat/noticies](http://timeout.cat/noticies)

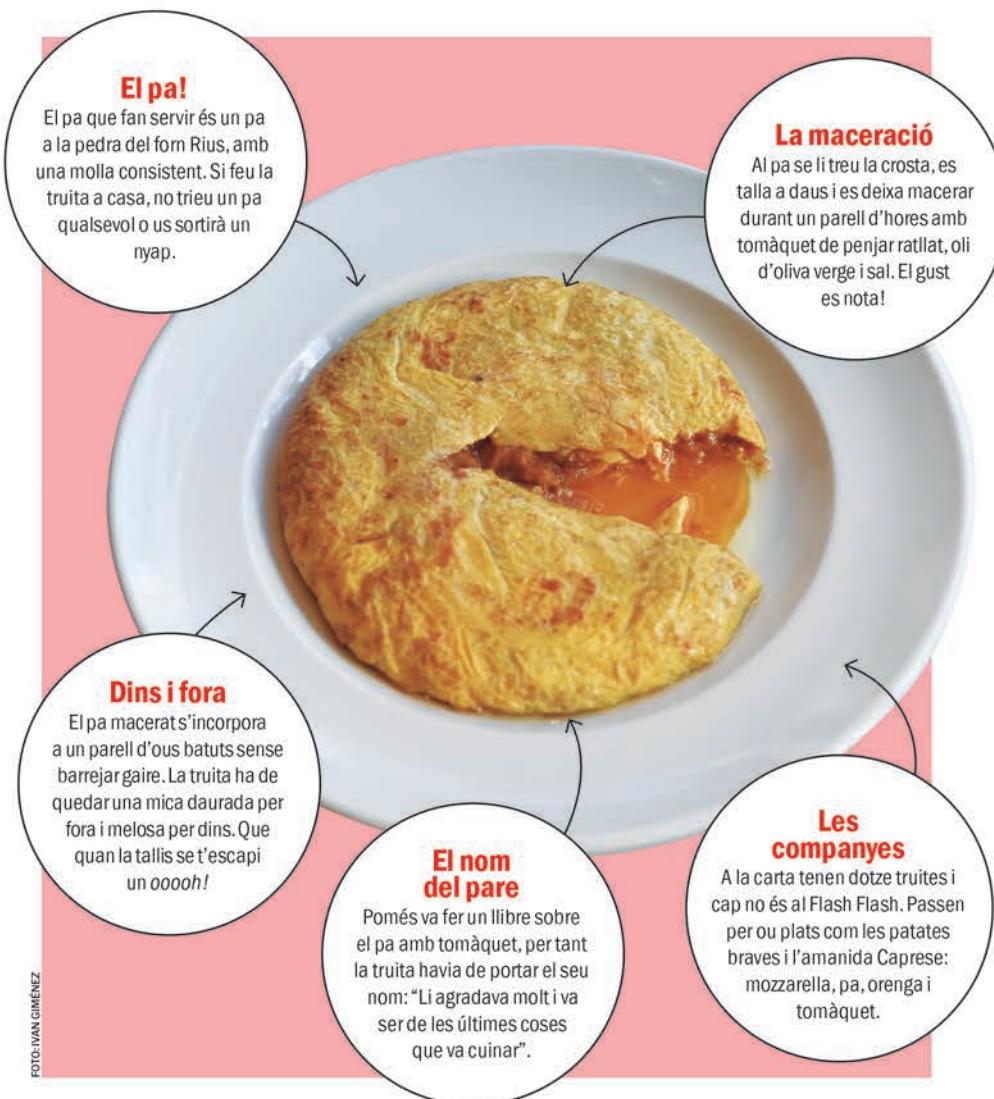
# SENTIT AL CARRER

## Truita Leopoldo Pomés: invertir l'ordre dels factors

Posem sota el punt de mira –i de tast– plats que o bé són clàssics o bé ho seran

**EL CROMA “NO** és un segon Flash Flash, no volem clonar una icona de Barcelona”, ens diu l’Ivan Pomés, arquitecte i fill de Leopoldo Pomés, a qui dediquen aquesta truita de pa amb tomàquet. És una adaptació als nous temps del millor del Flash original. Un espai diàfan, amb molta

llum natural i la inconfusible imatge del Flash tenyida del color groc dels carrets Kodak. La carta va en sintonia amb l’espai, amb plats del Flash reinterpretats i propostes com cebiches i *tiraditos* en una cuina que “no enganya”. ■ *Erica Aspas*  
→ Croma. Diagonal, 640. 7,80 €. [cromabarcelona.com](http://cromabarcelona.com)



Coses divertides (o no) que hem sentit als carrers de Barcelona

Una nena es menja un bagel. El seu pare:

**-T’agrada?**

**-Està bé, però es nota que no és un bagel autèntic de Nova York.**

A la verduleria:

**-¿Te corto los rabos de los puerros?**  
**-¡No los cortes! Que los rabos siempre se aprovechan, jiji.**

Unes noies joves debaten on anar de pont:

**-Seria ideal trobar una masia random que sortís barata.**

Una senyora demana pel nom d’una botiga d’electrodomèstics a la ronda Sant Antoni:

**-Vols dir el Mediemarkt?**

**-No. És una cosa així com “algo de tonto”. “Jo no soc tonto”, es deu dir.**

En tens de bons? Comparteix els teus #sentitcarrer a @TimeOutBCN

# Us hi estan esperant

La tria ha estat disputada, però us hem fet la llista dels 21 millors restaurants de Barcelona, capitanejats per xefs en estat de gràcia que estan desitjant fer-vos feliços. No falteu a la cita

Per Ricard Martín Fotografia Ivan Giménez i Iván Moreno



## Més estel·lar

En l'edició del 2020, la més difícil del segle, la Guia Michelin va premiar la bona feina d'en Jordi Artal amb una segona estrella

MARIA DIAS

01.

## Disfrutar

On va a menjar qui no va poder menjar mai a elBulli? El Disfrutar –tres excaps de cuina de Ferran Adrià: Eduard Xatruch, Oriol Castro, Mateu Casañas– és l'hereu directe de l'esperit bullinià, tant pel que fa a la imaginació i excel·lència com pel juganer sentit de l'humor que destil·len les seves creacions. Deixeu de banda el símptoma del menú que m'ha de canviar la vida: aquí s'hi vea gaudir i a jugar.

→ Villarroel, 163. M: Hospital Clínic. 160-250 €. [disfrutarbarcelona.com](http://disfrutarbarcelona.com)

02.

## Alkimia

Em fa sentir vell dir que l'Alkimia és un clàssic, però és cert: en Jordi Vilà i tres o quatre més van definir, fa vint anys, per on aniria l'alta cuina moderna de Barcelona. Per damunt de tot, Vilà ha aconseguit la fita de fer creació sense deslligar-se del camí de la cuina

catalana 100 % reconeixible. Hi ha productes fetitxos seus –com la nyora i la papada– que es van posar de moda per l'ús que en feia i en fa; aquí hi trobareu els millors mars i muntanyes del món.

→ Ronda de Sant Antoni, 41. M: Sant Antoni. 180-200 €. [alkimia.cat](http://alkimia.cat)

03.

## Cocina Hermanos Torres

Que els germans Torres s'hagin fet hipermediàtics no vol dir que hagin abandonat la filosofia que va enamorar tanta gent –incloent-hi la Michelin– amb el Dos Cielos. Cuina de records, diuen ells, que parteix de les receptes familiars i s'elabora amb productes de temporada, de l'hort, i tècniques contemporànies. La seva criatura a Barcelona és un local imponent –tres cuines i les taules al voltant!– i que s'allunya del Brasil per endinsar-se en la memòria casolana.

→ Taquígraf Serra, 20. M: Entença. 200 € [cocinahermanostorres.com](http://cocinahermanostorres.com)



IVÁN MORENO

**04.****Cinc Sentits**

Va canviar d'ubicació, d'Aribau a Entença 60, per créixer i per poder adaptar-se millor al ritme del client sense que el menú de degustació es convertís en *disgustació* (d'aquelles de cinc hores assegut). I paga molt la pena: en Jordi Artal proposa una visió virtuosa de la cuina catalana, on mana el millor producte de la terra –verat, vedella, turbot, ni Kobe ni cebiche– articulat magistralment per contrastos que disparen els sabors. Dues Michelin li donen la raó.

→ Entença, 60. M: Rocafort. 100-150 €. [cincsentits.com](http://cincsentits.com)

**05.****Direkte Boqueria**

Arnaud Muñío va obrir aquesta barra baixa a la porta del darrere del primer mercat municipal el 2018. Una barra, vuit coberts, dos torns, setze menús al dia. Seus aquí i tens el xou a un pam del nas: dues persones hi deixen la pell en una successió elèctrica de cuina catalana amb una forta influència del sud-est asiàtic, allà on el fricandó i el sashimi s'agermanen. Per al record, platassos com l'ostra amb suc de capipota i embolicada engyoza.

→ Cabres, 13. M: Liceu. 50 €. [direkte.cat](http://direkte.cat)

**06****Gresca**

Sense efectismes superflus i tones de feina, el Gresca d'en Rafa Peña s'ha convertit en un dels restaurants imprescindibles per entendre l'evolució de la cuina a Barcelona en els darrers anys: aquella que ajunta el plat succulent i reconeixible amb la màxima creativitat i es desentén de modes. El Gresca ja no és un petit bar amb equip mínim: Peña s'ha multiplicat en assessories i projectes, però sempre des d'una visió personal deslligada dels grans grups hotelers.

→ Provença, 230. FGC: Provença. 50 €. [@restaurantgresca](http://restaurantgresca)

**07.**

## Can Boneta

Mai agrairem prou que en Joan Boneta es reconvertis d'arquitecte en cuiner en la darrera crisi del totxo. A Can Boneta fa molt més que un menú de migdia: cuina, amb art, una foto diària del millor que per 13 euros puguis trobar al mercat i la temporada. Tres tapetes i un plat del dia i postres: crema de carbassa, mini biquini de tòfona i foie, arròs de calamars i gambes i xocolata amb oli i sal, per exemple. Aneu-hi també de vespres.

→ Balmes, 139. M: Diagonal. 13-30 €.

[canboneta.com](http://canboneta.com)

**08.**

## Enoteca

El mar als fogons d'un dels grans de la cuina espanyola és emoció pura a cada queixalada. La carta d'aquest magnífic restaurant és plena d'ingredients de primera fila amb molta tècnica: la tècnica d'un gran xef que ja fa temps que demostra el seu domini sobre tot el que procedeix del mar. Paco Pérez transporta des del cap de Creus fins a la capital catalana les seves creacions enginyoses basades en el peix i el marisc.

→ Marina, 19-21. M: Ciutadella - Vila

Olímpica. 150-200 €. [enotacapacoperez.com](http://enotacapacoperez.com)

**09.**

## Dos Pebrots

Després del Dos Palillos, l'Albert Raurich, ex-cap de cuina d'elBullí, volia obrir una cosa "senzilla i mediterrània, res, quatre tapetes per fer el vermut"... I es va embolicar de mala manera. O de bona, depèn de com t'ho miris. Dos Pebrots sorgeix d'estudiar les receptes de la Mediterrània i descodificar-les d'una manera actual, sense que perdin l'element central. Actualitzacions bullinianes del *Llibre de Sant Soví* (1324) i el gàrum romà: la cuina dels orígens empesa al futur.

→ Dr. Dou, 19. M: Catalunya. 60-80 €.

[dospebrots.com](http://dospebrots.com)



10

## Lasarte

El que confirma Barcelona com a potència gastronòmica de primer ordre és que al passeig de Gràcia Martín Berasategui hi ostenti tres Michelin. Però no tota la glòria és del geni del garrote: també compta com el seu segon, Paolo Casagrande –fan de l'escudella i la carn d'olla–, ha sabut adaptar i expandir la filosofia de la casa –imparable i subtil engranatge que fusiona la tradició pairal basca i la complexitat demencial amb un producte extraordinari– al territori català.

→ Mallorca, 259. M: Diagonal. 150-300 €.

[restaurantlasarte.com](http://restaurantlasarte.com)

IVAN GIMÉNEZ

11.

## Hofmann

Aquesta és una de les Michelin més atípiques –i valuoses– de Barcelona. En lloc d'un gran grup de restauració, al darrere hi ha l'escola de cuina que va fundar l'enyorada Mey Hofmann el 1983. La seva filla Silvia va assumir-ne la direcció el 2016, i ha mantingut l'excel·lència d'una cuina subtil i creativa, amb un equilibri salomònic entre tècnica i tradició. I ha afegit al projecte un local de dues plantes d'R+D, on l'alumnat pot treballar la seva formació amb recursos d'última generació.

→ Granada del Penedès, 14. FGC: Gràcia. 50-100 €.  
hofmann-bcn.com

MARIA DIAS



IVAN MORENO



### Bon gust

Al Benzina tot està estudiat al detall i amb carinyo: tant el continent com el contingut

12.

## Benzina

Benzina és un restaurant de cuina italiana amb accent romà, que batega sota la cromada carroseria d'un club amb aires novaiorquesos. I encara que mantinguin una forta identitat italiana, l'as a la màniga és no deslligar-se dels elements tradicionals i capgirar-los. La carta és curta i efectiva: *antipasti*, sis pastes (la fresca és de producció pròpria) i un xic de carn i peix. Els plats es renoven constantment, però mai falten uns espaguetis a la carbonara de veritat.

→ Ptge. de Pere Calders, 6. M: Sant Antoni. 30 €. benzina.es

13.

## Xemei

Quan, al Poble-sec, va obrir el Xemei, puntualitzar que havies sopat en un venecià i no pas en un italià es va fer imprescindible. Els bessons (*xemei*) Stefano i Max Colombo ens van portar una cuina transalpina que superava la bolonyesa i les pizzes: gràcies a ells sabem com cuinen el peix al Vèneto, i vam aprendre què són les *sarde insaor*. Després han fet infinitat de coses, però la cuina veneciana a Barcelona encara es diu Colombo de cognom.

→ Passeig de l'Exposició, 85. M: Poble Sec. 40-50 €. xemei.es



14.

## Casa Xica

En Marc i la Raquel van anar a muntar restaurants espanyols a la Xina. I van tornar amb el bagatge d'explicar als xinesos com s'havia de fer una truita de patates, per exemple, i amb tot un univers de sabors i tècniques del sud-est asiàtic. Passen els anys, i cada cop esdevenen més versàtils: tant et cuinen el millor menjar de carrer on sigui (la truita *phad-thai!*) com una carta gurmèt assequible que ha marcat l'estil de la influència asiàtica a Barcelona. Versàtils, deia? Imprescindibles!

→ França Xica, 20. M: Poble Sec. 30-40 €.

casa-xica.es

16.

## Manairó

No s'assembla a res. Innovació i esperit artístic és el rerefons de la cuina d'en Jordi Herrera, que inventa estris de cuina a mig camí entre l'escultura i l'objecte *cyberpunk*, i ambells aconsegueix gustos i textures sense comparació. Un exemple: la carn centrifugada, un tamborgiratori que aconsegueix una cocció uniforme sense pèrdua de sucs. Però no és un xou de màgia: la seva és una cuina catalana d'autor plena de sensibilitat, contrastos i discurs: art!

→ Diputació, 424. M: Monumental. 30-75 €. manairo.com

15.

## Xerta

Una porta d'entrada excel·lent a la cuina de les Terres de l'Ebre des de Barcelona. El xef Fran López, que als 25 anys va aconseguir la Michelin a Villa Retiro (Xerta) i més recentment també al local de Barcelona, ofereix plats on combina el poder cru de la mar amb la creació gastronòmica. Tot i que treu la cotilla del tòpic mariner: López broda plats de carn i caça, com un deliciós colomí amb mürgoles. Al migdia hi ha un menú de qualitat-preu espectacular.

→ Còrsega, 289. M: Diagonal. 55-150 €.

xertarestaurant.com

17.

## Caelis

Romain Fornell ja no és un nen prodigi –la Michelin més jove del món, als 24!– sinó un cuiner i empresari que ha deixat una empremta profunda en l'alta cuina barcelonina. El Caelis és el seu mascaró de proa: un restaurant on el binomi França-Catalunya s'interpreta amb un esperit tan bilateral com juganer; aquesta deliciosa experiència, amb dosis de transgressió, habita en el classicisme dels grans salons d'hotel. Al lloro: menú de migdia amb tot inclòs i a preu assequible! → Via Laietana, 49. M: Jaume I. 42-150 €. caelis.com

MARÍA DIAS

### L'Ebre, a prop

Des del 2016, en Fran López ens ha permet gaudir dels millors productes de les Terres de l'Ebre a Barcelona.

18

## Mitja Galta

Mitja Galta, a un cop de roc de l'Hospitalet però dins de Barcelona, fa alta cuina de barri: dignifica i eleva els menús de migdia a base de tractar bé el producte i aplicar-hi molta creativitat. Proposan una oferta setmanal de dilluns a divendres (quatre primers, tres segons) tan inspirada que vénen ganes de fitxar-hi cada dia i fer tots els recorreguts. El xef Manel López, amb mili al Manairó, fa experiments quotidians tan deliciosos com un arròs caldós amb súpia i nap.

→ Constitució, 181. M: Santa Eulàlia. 13,50 €.  
[mitjagalta.com](http://mitjagalta.com)



IVAN GIMÉNEZ

19.

## Sagardi

Obert el 1998, hi trobareu saviesa en matèria de pintxos i una cuina basca tradicional que reivindiquen amb una execució fina i moderna (el seu bacallà ajoarriero és un petó salat de melmelada de tomàquet). En els darrers anys han afegit la vedella suprema a l'equació: bou galleg comprat als millors escorxadors de la pell de brau, madurat i cuinat amb una mà divina.

→ Argenteria, 62. M: Jaume I. 30-50 €.  
[gruposagardi.com](http://gruposagardi.com)

20.

## Sculent

El nom del restaurant del xef Toni Romero és un dels millors jocs de paraules de la història: *suco lent*. Defineix una cuina que es mou entre el bar de tapes de mulla-pa-i-escura i la fonda d'alta cuina amb receptes d'una iaia tecnoemocional. S'hi deixen la pell amb els sucs, brous i fons dels plats, i hi podeu endrapar amb emoció i delit meravelles com unes mandonguilles d'ànec a la catalana amb rossinyols. Recordeu que aquest paio va tornar a posar de moda ell solet la cua de bou!

→ Rambla del Raval, 45. M: Liceu. 30-65 €.  
[sculent.com](http://sculent.com)

21.

## Semproniana

La casa de l'Ada Parellada està a l'alçada del que requereix la seva condició d'icona popular. Val la pena tornar-hi, perquè la seva reinterpretació del clàssic català té una frescor i un *salero* marca de la casa que no ha perdut pistonada. La Parellada, entre la carta i els menús, aglutina allò gurmets amb l'instint de supervivència (el talent d'obrir la nevera i muntar un platàs amb tres coses bones). Per a tothom: al migdia s'hi menja per menys de 20 euros.

→ Rosselló, 148. M: Hospital Clínic. 18-35 €.  
[semproniana.net](http://semproniana.net)

# La corba del plaer

Afluixeu-vos el cinturó. Venen revoltos més plaents que perillosos: aquí teniu una ruta extensiva pels millors bars de tapes

Casa de Tapas Cañota



VAN GIMÉNEZ

**PER MÉS QUE** ens sofistiquem, sempre quedarà espai per a unes bones tapes. Les tapes són el 50% de la riquesa gastronòmica de la ciutat, un dels nostres trets distintius, allò que fa que la meitat del planeta vulgui venir a Barcelona a menjar-ne al solet. Un banquet de tapes és una indulgència que reconforta i et reconcilia amb el món. Que n'hi ha poques nascudes a Barcelona? Tant li fum: tenim tot el repertori estatal en clàssic i modern.

## Casa de Tapas Cañota

El Cañota és un bar de tapes d'inspiració gallega amb molt de pedigree: el germà petit del reputat Rías de Galicia, un dels grans gallegos de la ciutat. Peix i marisc, patates bravas, pop a la gallega, ensalada russa, canyes de cervesa i vins... Una oferta de tota la vida però amb l'afegitó d'un puntet juganer de creativitat. Tot de la millor qualitat i en un local desenfadat per resoldre un àpat de celebració. L'estètica pop deudora de Bruguera (i les

receptes de regal de grans xefs), valors afegits.

→ Lleida, 7. M: Espanya. 20-30 €.  
[casadetapas.com](http://casadetapas.com)

## Bodega d'en Rafel

S'hi respira simpatia, alegria, barri, bon humor. Des de Sant Antoni, en Rafel, originari de Lleida, s'ha convertit en un petit mite internacional –hi venen a menjar japonesos!– per la seva bonhomia i la seva inversament qualitat-preu. Bona teca i bons tragos: mandonguilles, peus

de porc, esqueixada de bacallà, un capipota superlatiu i plats que renoven cada dia segons el mercat. I sempre vi bo en copes de cristall de les de restaurant gourmet.

→ Manso, 52. M: Sant Antoni. 10-20 €.  
[labodegadenerafel.dudaone.com](http://labodegadenerafel.dudaone.com)

## Quimet i Quimet

Seure a la barra del Quimet i Quimet és per deixar anar la llagrimeta. En aquesta taverna del 1914 –són la quarta generació– tenen cervesa pròpia, serveixen

Més temptacions a [timeout.cat/millors-tapes](http://timeout.cat/millors-tapes)



La Cova Fumada

IVAN MORENO

Les tapes  
són el  
50% de la  
riquesa  
gastro-  
nòmica de  
la ciutat

el millor vermut d'aixeta del planeta i ofereixen una varietat de vins que els arriba al sostre. Amb l'affegitó que de la combinació de llaunes de conserves gurmets en fan un art: la barquetà de salmó, iogurt i mel trufada, el seu gran clàssic, ens porta a la felicitat absoluta.

→ Poeta Cabanyes, 25. M: Paral-lel.  
93 442 31 42. 15-30 €.

#### La Cova Fumada

El bar de tapes taverna, quinta essència de la Barceloneta.

Va obrir l'any 1944, i la seva portalada sense cartell és tan local com universal: s'hi amaga la fórmula de la bomba –l'única tapa original de Barcelona, barreja magistral de patata i carn amb salsa picant i alloli– i una pissarra amb delícies del mar (aqueells retalls de pop!) i de sofregit, com un brutal capipota. Sense reserva: els turistes hi fan cuia, els d'aquí sabem que t'hi asseus, com a molt tard, a quarts d'una.

→ Baluard, 56. M: Barceloneta.  
93 221 40 61. 10-20 €.

#### Jai-Ca

L'altre gran bar de tapes de la Barceloneta és el paradís de la bona fregitella. Els seus arrebossats no poden ser més frescos: en un dia, van del mar a la farina, i després al plat: seitons i calamars fregits, calamars a la romana o bunyols de bacallà, però també la inevitable trilogia: ensalada russa, bravas i bomba en la millor versió possible. Si sou partidaris de la tapa ortodoxa i contundent, en aquest clàssic obert el 1955 se us dispararan tots els circuits del plaer.

→ Ginebra, 13. M: Barceloneta. 10-20 €.  
[barjaica.com](http://barjaica.com)

#### Bar La Plata

Les tres tapes imprescindibles d'aquest bar obert el 1945 són el peixet blau fregit –d'arrebossat lleuger i crujent, top–, l'amanida de tomàquet, ceba i olives, i la broqueta de botifarra. I, per postres, coca de crema del forn Vilamala. Va ser bard'estibadors i avui és un dels escassos referents veïnals que queden al Gòtic.

→ Mercè, 28. M: Jaume I. 10-20 €.  
[barlaplata.com](http://barlaplata.com)

#### La Esquinica

Tapicas amb bona fama en aquesta taverna aragonesa, un dels referents de Nou Barris. Com a bons maños, aquí tot acaba en -ico. Destaquen els chipironicos, els choquicos, el morriconfritico però sobretots els tigres, aquells musclos farcits i arrebossats que costen tant de trobar en una versió decent. Doncs la seva no és bona, sinó boníssima. Les patates bravas també tenen justa anomenada: la taverna va obrir les portes l'any 1972, i les que hi serveixen són la recepta original de la tapa a Barcelona.

→ Passeig de Fabra i Puig, 296.  
M: Vilapicina. 15-20 €. [laesquinica.com](http://laesquinica.com)

#### O'Retorno

Una reforma li ha tret l'aspecte de bar de cigaló, però tota la resta segueix igual. A la barra és on es desenvolupa l'acció: la simpatia és de bar de tota la vida –tapeta amb canya!– i tant hi podeu menjar unes racionades producte acollonant i molt ben fet com un pop a la gallega sobrenatural o un lluç fresquissim –amb mitja ració ja feu, són enormes–, com tapes més de batalla (tripa, orella...).

→ Comte d'Urgell, 168. M: Hospital Clínic.  
20-30 €. [oretorno.es](http://oretorno.es)

## Bars de tapes

Polleria Fontana



IVAN GIMÉNEZ

La Mundana

MARÍA DÍAS

**Tenim molt per triar: des de la tapa clàssica fins a la gurmèt**

### Sant Antoni Gloriós

Al Bohèmic, en Fran G. Manduley va impulsar el bistrot català i la tapa cap a una nova dimensió (el 90% de la patata brava urbana avui és un homenatge a les seves). I a Sant Antoni Gloriós broda la tapa d'autor amb esperit d'alta cuina, preu assequible i el ganivet a la boca per lluitar per cada client sense perdre la seva independència. Fa meravelles: mandonguilles ibèriques amb iuzu, *mollete* de llebre a la royale... → Manso, 42. M: Sant Antoni. 93 424 06 28. 20-30 €.

### Bodega Amposta

Un altre home important en la història recent de la tapa és en Txema Martínez, que va ser el xef

de l'Inopia d'Albert Adrià, zona zero de la reinvençió de la tapa nostra. Ara és cuiner i soci de la Bodega Amposta, un encantador local restaurat que recupera la memòria històrica de la Font de la Guatlla, i també la millor cuina catalana de platillo i tapa, fet amb un forn de brasa. Peus de porc amb trinxat, *callos* amb capipota... I uns cigrons amb carabiners inoblidables!

→ Amposta, 1. M: Espanya. 20-30 €.  
[bodegaamposta.com](http://bodegaamposta.com)

### Bardeni

En Dani Lechuga és un cuiner mestre de la carn (sisplau, ni penseu la suada brometa) i un supervivent de diverses crisis. El qui fou Cuiner de l'Any 2011 va

reconvertir el restaurant Caldeni en Bardeni, el meatbar, un lloc de barra alta i sense sobretaula (tres quarts d' hora, res de copa i puro). La miniaturització no ha minvat el valor d'una cuina de proteïna quadrúpeda enorme, amb plats delirantment bons, com un sandvitx de fricandó o un *onglet* rostit per fora i vermell per dins.

→ València, 454. M: Sagrada Família. 25-35 €. [bardeni.es](http://bardeni.es)

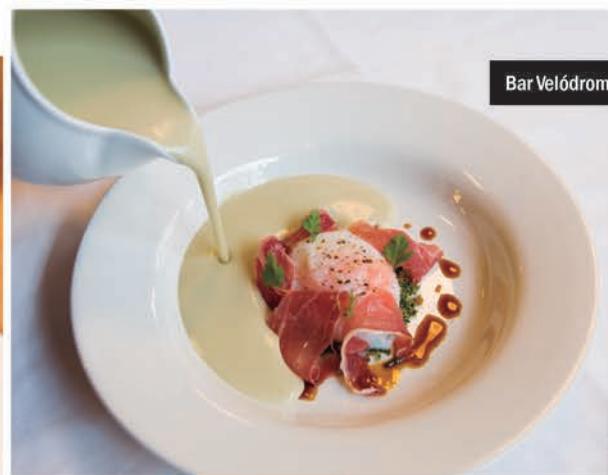
### Bar Michigan

Quina història més curiosa, la del Michigan. Als anys 90 va ser d'un galleg. Vázquez Montalbán, assidu, deia que hi feien de les millors croquetes i truites de patates de Barcelona. Era tota una institució. El 2012 el va agafar una





Bar Velódromo



MARÍA DIAS



Sant Antoni Gloriós

MARÍA DIAS

xinesa, la Rosi; i va passar la mà per la cara als que vaticinaven – amb un toc de racisme – croqueta congelada i truita seca: la truita de patates continuava sent de sucositat uniforme i melosa, les croquetes de pernil ibèric igual de bones. La Rosi el va traspassar a La Confiteria el 2020 a canvi que el mantinguessin igual. I és així: per fer tapa clàssica i bona o clavar-te un homenatge de producte.

→ Travessera de Gràcia, 22. FGC: Gràcia. 93 209 87 28. 15-30 €.

## Bar Velódromo

Aquest punt de trobada ciutadà va obrir el 1933 i ha acollit sindicalistes, *gauche divine*, tertulies i la Barcelona guapa dels 80. En Jordi Vilà i la Moritz

van enllustrar de nou el carisma i la gastronomia d'aquest clàssic dels bars de Barcelona, en reobrir-lo el 2009. Cada dia, sense interrupcions, hi podeu gaudir d'una carta extensiva, que vade la tapa al vermut, passant per l'entrepà gourmet i la cuina catalana amb un rerefons francès.

→ Muntaner, 213. M: Hospital Clínic. 15-30 €. [barvelodromo.com](http://barvelodromo.com)

## La Mundana

Una fórmula infal·lible: vermuts i tapes creatives per al comensal intrèpid, més enllà de les croquetes. El xef és l'Alain Guiard, que volia desenvolupar la seva línia mes creativa després de La Burg. I d'ieu-n'hi-do, si la va desenvolupar: La Mundana deu

el seu nom a una sèrie de plats del món revisitats –amb un fort accent asiàtic–, que juguen amb textures i gustos sense malmetre el producte ni l'esperit del plat: una delícia.

→ Vallespir, 93. M: Plaça del Centre. 25-30 €. [lamundana.cat](http://lamundana.cat)

## Polleria Fontana

És fantàstic trobar-te el lavabo d'un bar de tapes folrat amb pàgines de *L'Esquella de la Torratxa*, el setmanari satíric, republicà i anticlerical. A la Polleria Fontana, en Nil Ros –de nissaga de venedors d'aviram– triomfa amb una cuina honesta de tota la vida en format tapa: ensalada russa amb ventresca de tonyina, bunyols

de bacallà i també uns arrossos espectaculars. Les croquetes no són d'eixe món.

→ Sant Lluís, 9. M: Joanic. 93 217 39 04. 20 €.

## Taverna Pervers

On hi havia el mític Bodeguín hi va obrir el Pervers, el 2019. Tres joves amb talent l'han reconvertis en una taverna poètica, on les braves es diuen Stendhal –per una salsa roja i negra– i el platillo català esdevé un joc *gastro* molt més reconfortant que pervers (cuixetes d'ànec amb albercoc agredolç!). És un lloc ideal per fer-hi el vermut, i quans s'escaigui tornaran a oferir recitals poètics.

→ Hercegovina, 24. FGC: Pàdua. 20 €. [tavernapervers.com](http://tavernapervers.com)

# Santa terrassa!

Faci sol, vent, fred o pluja, les terrasses dels bars són el refugi perfecte. Et cuiden i t'alimenten gairebé com la iaia!

Toni Bigoti

MARIA DIAS



**JA SIGUI PEL** clima de la ciutat, perquè tires una pedra i surt un bar o pel tarannà *sandunguer* dels barcelonins i barcelonines, la realitat és que les terrasses –encara més en temps de pandèmia– són un punt de trobada que ens ofereixen refugi, bon menjar, bon beure i bones converses. Com que la llista de terrasses és llarga, hem rastrejat la ciutat cercant les millors i el resultat és aquesta dotzena de joies a l'aire lliure que fareu bé de tenir ben guardades. Des d'obertures recents a locals gairebé centenaris.

## Bar Calder's

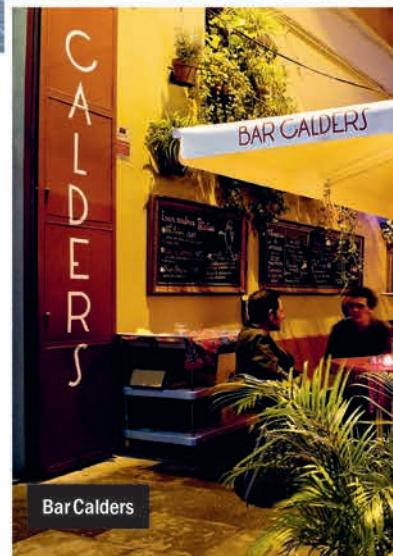
El Calder's és tot un referent dels vermutis i els vinets de Sant Antoni. La seva terrassa, en un passatge sense circulació, és una de les més cotitzades del barri. S'hi crea un ambient que fa que mai tinguis ganas d'abandonar la cadira, i el menjar hi contribueix. Tenen uns natxos completíssims, unes patates gruixudes amb tres salses, ensalada soviet i hummus casolà, que serveixen amb cruditats i pa de pita, torrades, formatges i embotits...

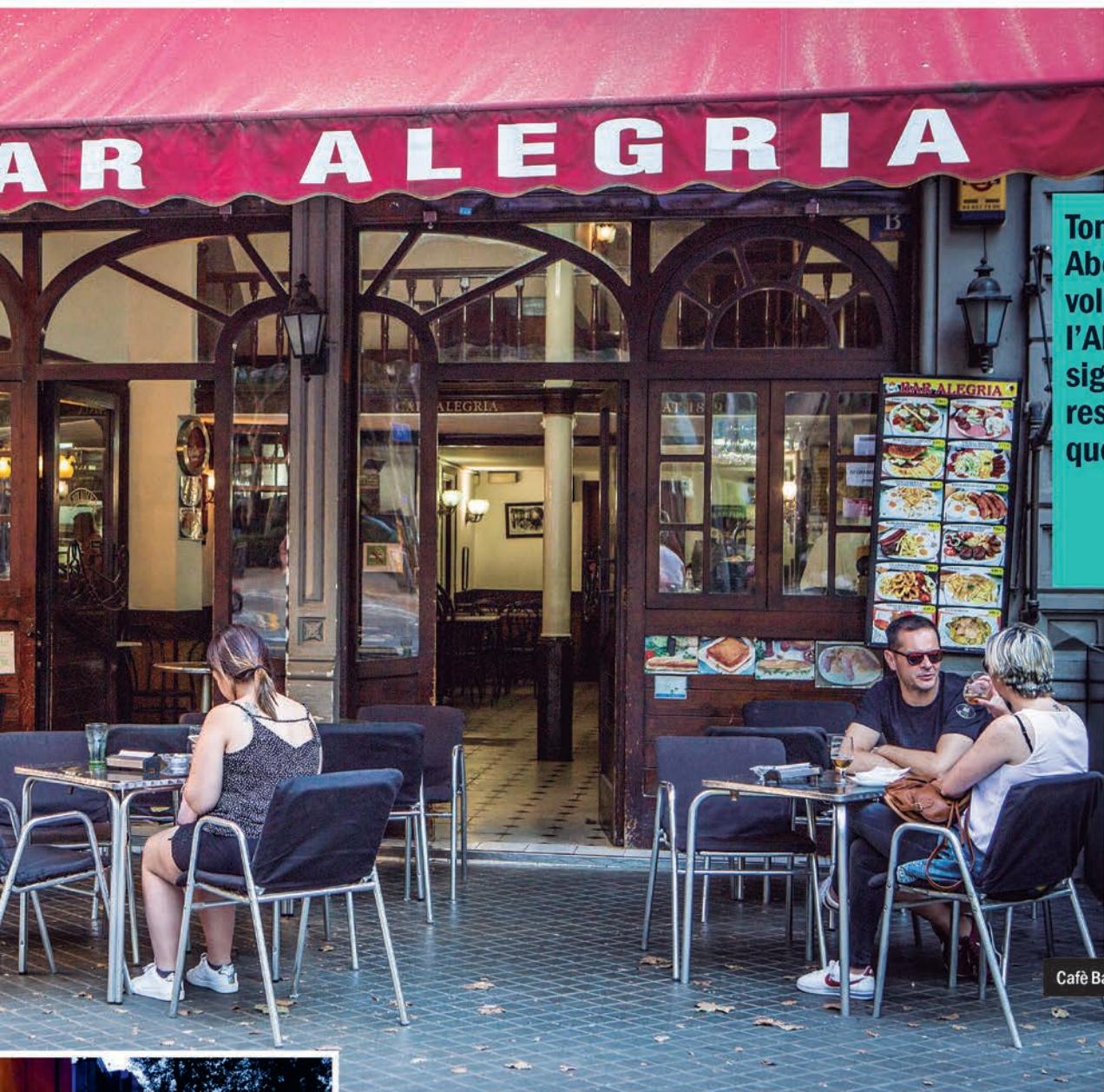
→ Parlament, 25. M: Sant Antoni. 10-20 €.  
@barcalders

## Magatzem.03

Per trobar lloc a una terrassa vora del mar has de ser un professional o un trèvol de quatre fulles humà. La terrassa del Magatzem.03 –el bar del camp de futbol de la Barceloneta– és a l'ombra del mur del camp i d'una frondosa arbrelda de pins davant del majestuós edifici de l'Antiga Catalana de Gas. Hi podeu menjar des d'un fenomenal entrepà de truita i verduredes a un arròs, un plat combinat, o fotre canya a l'abecé de les tapes.

→ Dr. Aiguader, 58. M: Barceloneta. 10-20 €.  
magatzem03.negocio.site

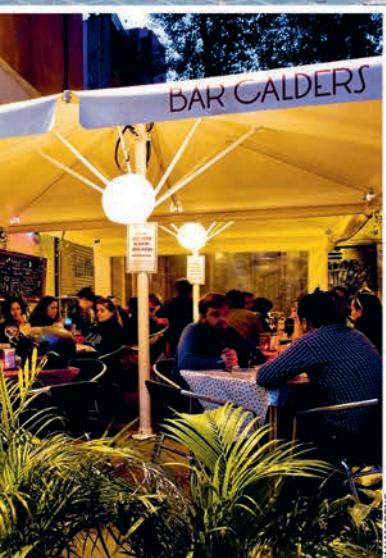




**Tomás Abellán ha volgut que l'Alegria sigui més restaurant que bar**

Cafè Bar Alegria

MARÍA DIAS



### Bar Glaciar

El bar Glaciar és del millor que hi ha a la plaça Reial, i ho és des de l'any 1929, quan va obrir. Allà continuen intactes les columnes de ferro, la barra i les taules de marbre, les cadires de fusta i una terrassa amb una vista privilegiada de la plaça que, a l'hivern, vesteixen amb estufes perquè ni el fred us en faci marxar. Hi podeu fer el cafè de bon matí, un entrepà, un plat combinat a preu de batalla, vins, cerveses i el que el cos us demani.

→ Plaça Reial, 3. M: Liceu. 10-20 €.  
@Cerveseria-Glaciar

### Toni Bigoti

La terrassa del Toni Bigoti és mitja vida: els jardins de Joaquim Ruyra al servei d'una canya com les bones de Madrid. Però en aquest bar de les Corts fan molt més que tirar bé la canya. Atenció a la truita de bacallà, a l'assortit de croquetes, als entrepans passats per la planxa, als pastissons casolans i als plats preparats per emportar-te a casa, com els canelons, el pollastre rostit i els calamars farcits. No parareu de moure el bigoti!

→ Taquígraf Garriga, 143. M: les Corts. 10-20 €. @tonibigoti

### Cafè bar Alegria

Tomás Abellán va reobrir aquest preciós local modernista del 1899 amb una terrassa de luxe a la cantonada de Gran Via amb Borrell. Ha volgut que sigui més restaurant que bar, i per aquí desfila producte fresc i de gamma alta. Per exemple, un bonítol amb ajolanco i raïm, unes mandonguilles amb nero de sepia flonges i suaus i, picada d'ullot al pare, amb el biquini del Comerç 24, aquell tan fi, de pernil ibèric i oli de trufa.

→ Borrell, 133. M: Urgell. 20-30 €.  
baralegria1899.com



El Bar de la Central



Pinhan Café

FOTOS: MARÍA DÍAS

## El Bar de La Central

La cafeteria Satan's Coffee Co. i Stefano Colombo (Xemei) gestionen la cafeteria-restaurant de la llibreria La Central, als jardins de la Casa de la Misericòrdia, que obre als ciutadans un espai tancat durant dècades. I quin espai! El Bar Central té un jardí interior dividit en dues parts: el pati principal, una fantasia gòtica amb palmeres, troncs nuosos i tarongers; i un pati limítrof amb l'orfenat de les Germanetes de la Caritat. Hi podeu fer un cafè, un vi natural, una cervesa, tapes senzilles, entrepans i plats i gelats artesanals del Natas, la tercera pota del negoc.

→ Elisabets, 6. M: Catalunya. 20-30 €.  
barcentral.bar

## El Puestu

Un bar maco de nassos: una barra neta amb cuina a la vista, aires madrilenys de marbre blanc i taules de tamboret alt i una bona terrassa. Els amos són gent d'alta gastronomia que fa cuina de barri a preus de barri. Tenen uns musclos al vapor excel·lents, unes tripes brutals, de picantor abraonada i textura gelatinosa subtil, i els plats freds són una benedicció a la barra: com l'enxalada russa i les salaons.

→ Ribes, 39. M: Arc de Triomf. 10-20 €.  
elpuestu.com

## Vivanda

La mà del xef Jordi Vilà ha tornat a col·locar aquest petit restaurant amb molta història en un nivell elevat; és un punt

de referència de bona cuina, amb una carta on destaquen tapes i plats de gran qualitat a preus assequibles. És difícil decantar-se per alguns plats, ja que l'allau creadora de Vilà ho posa difícil. A més, té una terrassa interior molt agradable. El fricandó amb trompetes de la mort i els canelons de pollastre amb beixamel són alguns dels clàssics. I, per fer boca, no us oblideu de demanar lessublims braves rostides.

→ Major de Sarrià, 134. FGC: Reina Elisenda. 30-50 €. vivanda.cat

## Kasparo

En aquesta deliciosa terrassa, potser la millor del barri —segons a quina hora, costa molt trobar-hi una taula lliure—, hi serveixen

tapes molt gustoses, plats del dia i entrepans. Les braves Kasparo fan oposició per ser al top de les millors de la ciutat i també fareu bé de tastar les seves croquetes de ceps, l'hummus amb pa de pita i les truites.

→ Pl. Vicenç Martorell, 4. M: Catalunya. 20-30 €. kasparo.es

## Belvedere

Una cocteleria de l'estil dels anys 30 i 40 que, inconscientment, fa pensar en bombolles de plaer i caos en ambients convulsos. Amb una de les terrasses més boniques de l'Eixample, el Belvedere fa uns dels millors gintònics de la ciutat, i la seva total no-modernitat i l'emplaçament amagadís el converteixen en un plaer amb regust de club de senyors privat anglès.

→ Passatge de Mercader, 3. M: Diagonal. 30-50 €. @Belvedere-Restaurant-Cocteleria

## Camping BCN

Molt més que una terrassa: el xiringuito Camping ocupa una situació privilegiada que aprofita el parc del Poblenou, les seves pistes esportives i deu taules de fusta massissa de mobiliari urbà. Pots seure a esmorzar, fer el vermut o picar alguna cosa, amb una cervesa ben tirada i menjar senzill – embotits, formatge, llaunes, hummus... – però bo. Un lloc on trobar-se, menjar, escoltar música, fer esport i reviure l'espiritu de campament.

→ Carmen Amaya, 18. M: Llacuna. 10-20 €. campingcamping.onuniverse.com

## Pinhan Café

Al bell mig del Turó Parc teniu aquest petit bar —“el jardí secret”, com s'autodenominen—, on podeu fer tots els àpats del dia: prendre per esmorzar els seus famosos ous amb formatge feta; tastar l'entrepà de pastrami, les hamburgueses d'angus i la recepta del pollastre amb *zumaque* (condiment agredolç típic de Turquia); fer un aperitiu amb platets per compartir i, per berenar, un pastís casolà. La llimonada d'alfàbrega és un altre imperdible.

→ Av. Pau Casals, 19. FGC: La Bonanova. 20-30 €. pinhan.es

Espai multicultural  
#obert a tothom  
Entrada lliure

OBERT

PALAU  
ROBERT  
Catalunya oberta

PALAU ROBERT  
Passeig de Gràcia, 107  
08008 Barcelona  
Tel. 932 388 091

palaurobert.gencat.cat

Segueix-nos a:



Generalitat  
de Catalunya

7,5 Milions  
de futurs

# Amants del verd

Un autèntic mapa del tresor per a tots aquells que busqueu i no trobeu opcions gustoses i creatives fora del món animal. Aquí no fallareu!

Xavier Pellicer

MARIÁ DÍAS

**SOU VEGETARIANS: ESTEU** tips d'haver de demanar canvis a la carta o de conformar-vos amb un menú de gaspatxo, bravas i amanida verda? Aquí teniu una llista que haureu de guardar com un tresor. Feu-hi anar els amics omnívors, així veuran que menjar sense proteïna animal no ha de ser ni insípid ni avorrit i potser els acabareu convertint a la causa.

## Xavier Pellicer

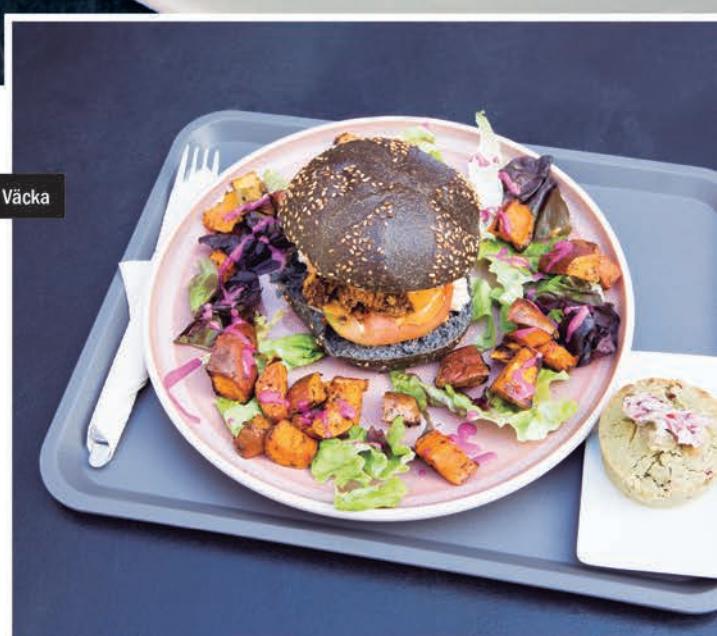
Per començar, un que és i no és vegetarià. Després de guanyar la Michelin, Xavier Pellicer va tancar el restaurant Celerí, dedicat a la verdura, però amb

l'opció de complementar els plats amb proteïna animal. Va tornar-hi a Provença, 310 sota el nom de Xavier Pellicer Restaurant i va guanyar el títol de Millor Restaurant de Verdures del Món. Hi trobareu plats a base de tomàquet rosa de Barbastro, carbassó i coliflor, i un tagín amb verdures de temporada, infusió masala, col kale i cuscús.

→ Provença, 310. M: Diagonal. 30-50 €.  
[xavierpellicer.com](http://xavierpellicer.com)

## Väcka

La terrassa és preciosa: taules entre la vegetació d'una masia urbana al bell mig del Poblenou. El Väcka és un restaurant vegà





## Plats creatius que defugen els tofus i seitans sense gràcia

amb herbes i verdures collides de l'hort i una carta on el formatge vegà té una gran importància: en Max Boniface, el cuiner, és un dels grans elaboradors d'aquest aliment. Ara tenen un menú per emportar que pots reservar online.

→ Almogàvers, 138. M: Llacuna. 10-20 €.  
vacka.es

### The Green Spot

L'eslògan d'aquest restaurant càlid i d'ambient nòrdic no pot ser més clar: cuina vegetariana per a vegetarians i no vegetarians. Escèptics de la verdura: l'equip del The Green Spot té arguments molt sòlics per desmontar-vos tots

els prejudicis. Com? Amb més de 30 plats originals, succulents i temptadors entre aperitius, amanides, plats "del món", pastes, pizzas i postres.

→ Reina Cristina, 12. M: Barceloneta. 30-40 €. [encompaniadelobos.com](http://encompaniadelobos.com)

### Aguaribay

Plats vegetarians amb opcions veganes i sense gluten molt originals. Això és el que ofereixen en aquest restaurant del Poblenou, amb un menú de migdia de plats creatius i ben combinats, que defugen els tofus i seitans sense gràcia: cuina vegetariana amb color i gust. La carta és un repertori de cuina

saludable de tot el món.

→ Taulat, 95. M: Llacuna. 15-20 €.  
[aguaribay-bcn.com](http://aguaribay-bcn.com)

### Teresa Carles

Tots els vegetarians volen ser diferents, però aquest ho és de veritat: el seu receptari, a mig camí entre la tradició catalana i la cuina d'autor, és sorprenent, saborós i sense dogmes vegetarians. Menjar saludable i sostenible a base d'amanides, sopes i cremes, principals creatius i postres delicioses. Ho podeu regar amb sucs cold-pressed i kombutxa.

→ Jovellanos, 2. M: Catalunya. 30-40 €.  
[teresacarles.com](http://teresacarles.com)



Teresa Carles



The Green Spot

MARÍA DIAS

## Vegetarians i vegans

### Sopa

De restaurants que es diguin Sopa n'hi ha dos a Barcelona, dos a Bali i una a Madrid, i tenen en comú els brous i les cremes vegetarianes i veganes de temporada com els autèntics protagonistes. Al menú del migdia sempre hi trobareu quatre opcions soperes per fer de primer. N'hi trobareu unes quantes de molt familiars, com la de carbassa i pastanaga de tota la vida, al costat d'altres de més exòtiques.

→ Roc Boronat, 114. M: Glòries. 10-20 €.  
[sopa.vg/boronat](http://sopa.vg/boronat)

### Macrobiòtic Zen

Un portal discret et porta a un altre món, amb una clientela civilitzada que hi fa cuia amb safata. Menú i *take away* on podeu triar entre quatre primers (sopes, cremes i sucs), quatre segons (arrossos, cuscús, lassanya...) i quatre postres (pastissos amb combinacions creatives: carbassa amb poma i garrofa, civada i cacau...). Tot estrictament vegà i macrobiòtic; quin plaer, dinar al Berlín del 79.

→ Muntaner, 12. M: Universitat.  
93 454 60 23. 10-20 €.

### RasoTerra

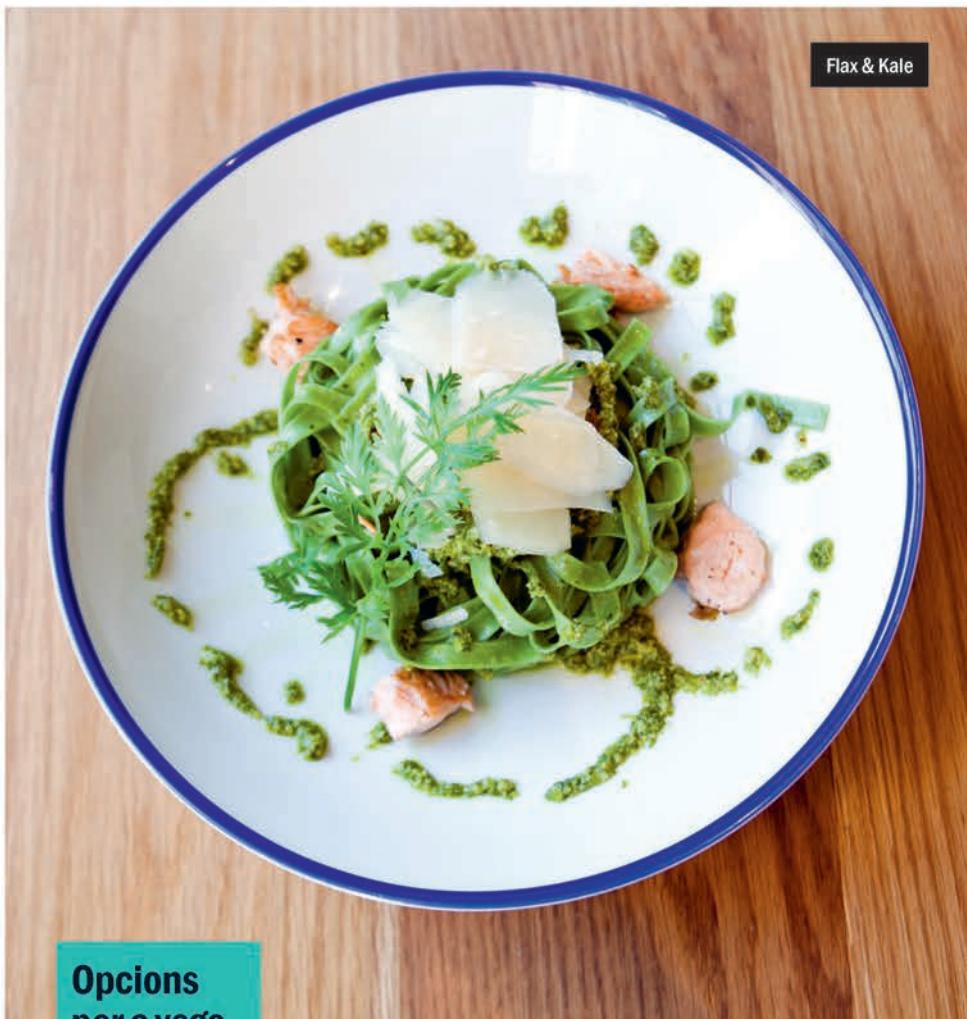
Aquest fenomenal restaurant vegetarià, propietat dels presidents de Slow Food Barcelona, va deixar deservir menús al migdia per centrar-se en els vespres. És aleshores quan posen en marxa una carta plena de plats de cuina casolana d'aquí i d'arreu del món. La major part del producte ve del seu hort de Sant Feliu de Llobregat, i té un sabor immillorable, que es nota a la primera queixalada. També tenen vins sense sulfits i cerveses artesanes. Als antípodes del vegetarià avorrit, vaja.

→ Palau, 5. M: Jaume I. 20-30 €. [rasoterra.cat](http://rasoterra.cat)

### Biocenter

Vaser un dels primers vegetarians de Barcelona, però va més enllà del vegetarianisme i el veganisme i apostà per una cuina sana a bon preu que pot agradar a tothom. Al migdia, diferents fórmules segons la gana que es tingui. Es pot triar una crema de verdures o el bufet d'amanides amb plats del dia, que elaboren de manera casolana. Funciona a l'estil d'un *self-service* durant tot

**Opcions per a vegetarians, vegans i flexitarians, però sobretot, cuines sanes i saboroses**



Flax & Kale

el dia (de 12.30 a 21.30 h excepte diumenges, fins a les 16.30 h).

→ Pintor Fortuny, 25. M: Catalunya. 10-20 €.  
[restaurantebiocenter.es](http://restaurantebiocenter.es)

### Flax & Kale

El germà de Teresa Carles és aquest ambiciós espai que vol aglutinar totes les tendències de cuina sana: hi trobareu plats de raw food, vegans, sense gluten i també opcions de peix blau. Definits com a flexitarians – verdures amb un xic de peix del bo-, un dels seus trets distintius són els superaliments. També hi ha sucs de multivegetals premsats en fred, és a dir, que mantenen totes les seves propietats.

→ Tallers, 74. M: Universitat. 20-30 €.  
[flaxandkale.com](http://flaxandkale.com)

### L'Hortet

Ja fa temps que ocupa un lloc en l'imaginari de la restauració vegetariana barcelonina,

després de gairebé 30 anys en actiu. El menú de migdia ofereix amanides i cremes més un plat del dia i postres, en un ambient molt tranquil. Una gastronomia vegetariana tradicional amb oferta per a vegans i elaborada cercant el producte ecològic.

→ Pintor Fortuny, 32. M: Catalunya. 10-20 €.  
[restaurantvegetariahortet.com](http://restaurantvegetariahortet.com)

### Amaltea

Aquí s'opta per una cuina que respecta tots els gustos: opcions ovolactovegetarianes, veganes, i plats que puguin agradars als no vegetarians. Eviten l'excés de productes potents (vinagres, sucres, sal...); elaborenells mateixos el seitan, el quefir, el pa i les postres; i ofereixen begudes amb baix contingut alcohòlic. Amb diferents opcions de menú al migdia i als vespres.

→ Diputació, 164. M: Urgell. 10-20 €.  
[restauranteamaltea.com](http://restauranteamaltea.com)



COMPARTEIX TAULA

TimeOut  
BARCELONA

NO EL POST

# Per sentir-te com a casa

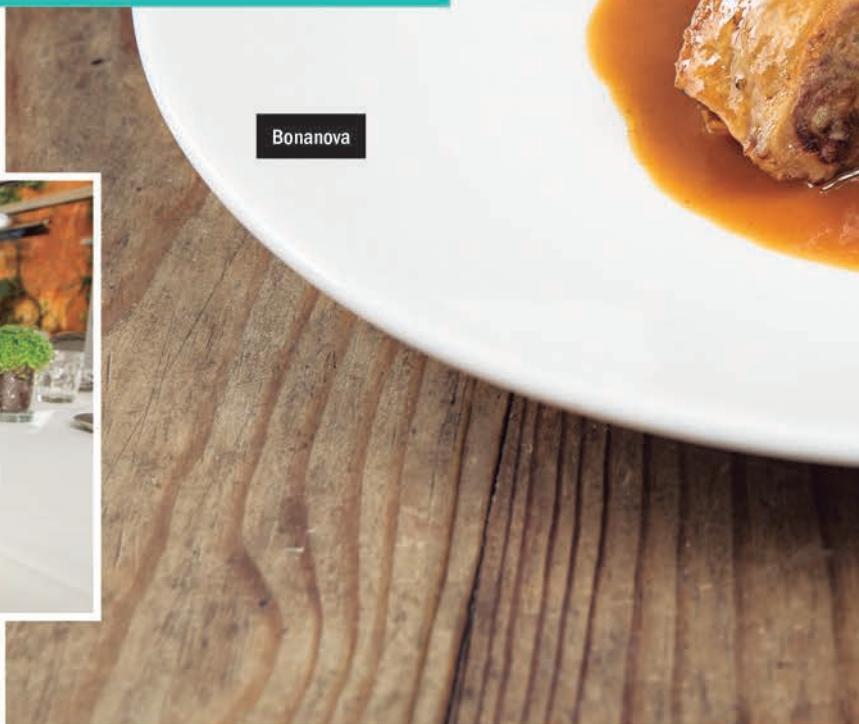
A tots ens agrada que ens sorprenguin, a la cuina, però de vegades el que volem són els gustos i les sensacions de tota la vida. Que seure a taula sigui com tornar a la mare

MARÍA DÍAS



Windsor

Bonanova



**RESULTA FÀCIL TIRAR** de tòpics –i de passada acabar-los d'esgotar– quan parlem de cuina casolana, tradicional, de tota la vida. Hi ha una part de la Barcelona gastronòmica que és canvi constant, innovació, influències foranes, noves tendències culinàries... Però, per sort, n'hi ha una altra que l'equilibra: la que no canvia mai. Com els canelons de l'àvia, que saps que mantenen el gust, l'aroma i la textura inalterables des de fa anys. Estofats, plats de cullera i carns i verdures a la brasa per acompañar amb pa

torrat amb tomàquet o alloli... Molt sovint menges calentes i reconfortants que ens connecten amb allò més ancestral de la nostra cultura. Generalment, en ambient acollidors i familiars que et fan sentir ben bé com a casa.

## Portolés

Menjar senzill, popular i perfecte si s'han d'agafar forces. Tot el que hi ha del dia està escrit en una pissarra. Una oferta àmplia, amb primers i segons d'aquells que es fan anomenar clàssics: fa molts anys que els cuinen i hi

tenen la mà trencada, peraixò han fidelitzat una munió ingent de ciutadans.

→ Diputació, 375. M: Tetuan. 93 245 31 10. 15-20 €.

## Bonanova

Un cartell d'en Barceló, d'una de les darreres corrides de José Tomás, al damunt d'una rastellera de pernils Joselito. Barra de marbre, rajoles hidràuliques desanefa profunda, sostres als, ambient modernista. El Bonanova –des del 1964– traspua classe pels quatre cantons i la cuina està a l'altura

de les circumstàncies (i del preu, que pica). Bon producte de temporada, amb brasa de carbó vegetal i treballat amb carinyo.

→ Sant Gervasi de Cassoles, 103. FGC: El Putxet. 50-60 €. restaurantebonanova.com

## Muy Buenas

De la mateixa manera que s'ha recuperat l'origen modernista d'aquest històric establiment, obert el 1924, també s'ha recuperat el patrimoni gastronòmic original: una casa de menjars catalana. Mereix una menció especial l'extensa carta de vins catalans i la de còctels



Casa Trampa

IVAN GIMÉNEZ



Muy Buenas

MARÍA DIAS

amb licors catalans i amb noms dedicats a personatges nostrats, com Joan Capri i Pere Gimferrer. Una apostà única, moderna i nostrada.

→ Del Carme, 63. M: Liceu. 20-30 €.

### Casa Trampa

Casa Trampa és un clàssic de Vallvidrera, més a prop del cel que de la terra. Un restaurant amb solera, que es manté fidel als plats que l'han fet popular –els pèsols, el xai!–, tot i que, de tant en tant, n'incorpora altres de temporada. Un lloc on afinar el tret, per gaudir d'un ambient familiar i casolà,

## Menges reconfortants que ens connecten amb allò ancestral

després d'una bona passejada per Collserola.

→ Plaça de Vallvidrera, 3. FGC: Peu del Funicular. 934 06 80 51. 15-20 €. [muybuenas.cat](http://muybuenas.cat)

### Windsor

Cuina catalana en un espai senyorial, els baixos d'una finca modernista de l'Eixample i amb l'opció de seure a la terrassa-jardí. A banda del menú gastronòmic sorpresa –tres mitjós plats i les postres– i el menú Millors Creacions –dues tapetes, quatre mitjós plats i dues postres–, tenen una carta prou extensa, amb tapes

que es permeten lleugers tocs de creativitat i plats en què manen els productes de temporada. Són d'agrair, també, els menús vegans.

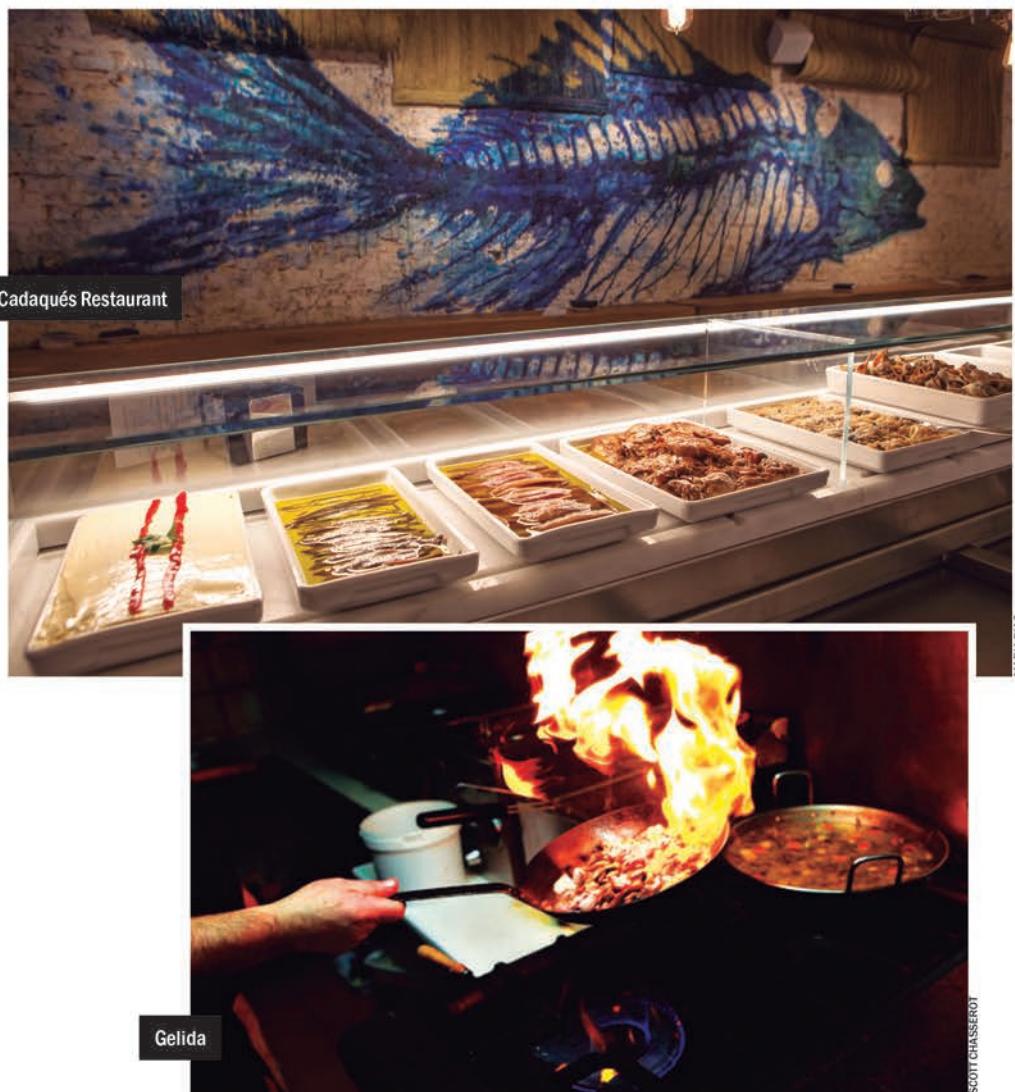
→ Còrsega, 286. M: Diagonal. 50-60 €. [restaurantwindsor.com](http://restaurantwindsor.com)

### Restaurant Sant Joan

Cuina de sempre, de mercat, amb productes molt frescos. En un dia qualsevol hi podeu trobar de llenties estofades a conill amb bolets, de sopa de galets i pilota a vedella amb pèsols. Senzillesa efectiva, per llepar-se'n els dits.

→ Passeig de Sant Joan, 65. M: Girona. 15-20 €. [@restaurantsantjoan](http://restaurantsantjoan.com)

## Cuina tradicional catalana



### Cal Boter

Restaurant de gran tradició graciència, amb un tracte excel·lent i un bacallà a la lluna per llepar-se'n els dits. El menú de migdia és de molta qualitat. No hi trobareu cap gran sorpresa, però sí una cuina catalana excel·lent, i una gran varietat de plats com la botifarra, els peus de porc amb cagols o amb gambes, i el bacallà a la grattacoglioni (gratinat amb alloli).

→ Tordera, 62. M: Joanic. 10-20 €.  
[restaurantcalboter.com](http://restaurantcalboter.com)

### Ca l'Estevet

Hi serveixen cervellets de xai arrebossats, capipota amb samfaina, mandonguilles amb sòpia i gambes, i, aquests dies de fred, escudella i carn d'olla. Són plats que no necessiten

descripció perquè l'únic que hi ha al darrere és bon producte i cuina presentada i servida sense filigranes. El menjar s'acompanya d'una modesta carta de vins, ben escollida. N'hi ha de catalans i de Rioja. Juguen clàssics però juguen bé.

→ Valldonzella, 46. M: Universitat. 20-30 €.  
[restaurantevestevet.com](http://restaurantevestevet.com)

### Gelida

Fans incondicionals de la bona teca, heu de seure en una de les sol·licitades taules del Gelida ara mateix! Mossegar la galta de porc que hi preparen us farà preguntar-vos com és que no havieu descobert abans aquest mític restaurant de l'Eixample. Preneu nota dels esmorzars de forquilla: el capipota és el plat estrella, no el passeeu peralt. Aquí no hi ha

**Fans de la bona teca, heu de seure en una de les sol·licitades taules del Gelida**

menú, sinó una llista llarga de plats de cuina casolana que no arriben ni als 6 euros.

→ Diputació, 133. M: Urgell. 93 453 79 97. 15-20 €.

### Cadaqués Restaurant

El 2019 –l'any que el grup Sagardi complia un quart de segle–, va obrir el Cadaqués, un restaurant d'homenatge a la cuina de l'Alt Empordà. Guanyat a un basar dels porxos d'en Xifré, ofereix arrossos amb foc de cep i de pollancre. L'altre puntal de la carta, esclar, són el mar i muntanya i el platillo (que no és un plat petit! Les racioncs són per a gent de vida!). Primitivisme de luxe, amb el millor peix d'aquí a Roses, al marge de modes.

→ Reina Cristina, 6. M: Barceloneta. 30-40 €.  
[restaurantechiedques.com](http://restaurantechiedques.com)

### Petit Comité

El Petit Comité ofereix una carta molt intel·ligent i pràctica, basada en una elaboració senzilla, sense pretensions desmesurades, a partir de productes de molt bona qualitat. I, el més important, sota la supervisió del xef Nando Jubany. Arrossos i cassolets fets al moment, canelons suculents, delícies del mar i carns de primera, com el fricandó de vedella amb patates rosses, fan del restaurant del passatge de la Concepció una autèntica festa per als sentits.

→ Ptge. de la Concepció, 13. M: Diagonal. 50-60 €. [petitcomite.cat](http://petitcomite.cat)

### Ca l'Isidre

Un dels temples de la cuina catalana de Barcelona, tota una institució. Ara en porta les regnes la filla, la Núria Gironès, que apostà per un servei dels de treure's el barret. Les parets de Ca l'Isidre han vist grans personatges de tots els sectors menjant, per exemple, la que probablement és la millor tripa de vedella de la ciutat i un cabrit al forn antològic. La carta de vins segurament també és de les més aplaudides de Barcelona: té més de 300 referències.

→ Flors, 12. M: Paral-lel. 50-60 €.  
[calisidre.com](http://calisidre.com)

**Més plats nostrats a [timeout.cat/cuina-tradicional](http://timeout.cat/cuina-tradicional)**

# Emporta't la motxilla Time Out

El millor regal per als  
amants de Barcelona



Compra-la a  
[timeout.cat/motxilla-bcn](http://timeout.cat/motxilla-bcn)

TimeOut

# Promeses de l'Est

No cal anar a l'Àsia per gaudir d'algunes de les gastronomies més delicioses del món: a Barcelona en tenim grans ambaixades

## ENS ENCANTEN LES

delicadeses que ens ofereix l'Orient Llunyà, amb cuines exòtiques i suggeridores com la tailandesa, la xinesa i la japonesa. I també ens deixem seduir per l'Orient Pròxim i les seves especialitats, sorgides d'una cultura mediterrània que compartim. En qualsevol cas, us hem seleccionat excel·lents opcions per viatjar amb el paladar per l'Àsia amb només una targeta de metro.

## Lamun Cuina Thai

Barcelona gaudeix des de fa temps d'una variada i bona representació de la cuina tailandesa. A aquest exquisit panorama s'hi suma el Lamun Cuina Thai, a càrrec de l'Efe, un veterà que ha passat per altres bons restaurants. La dedicació i l'experiència de l'Efe es nota en el bon servei, en els detalls i en la decoració del local, allunyat de tòpics i quincalla. Però on més destaca és en l'oferta culinària, responsabilitat de la Benjamas, una cuinera thai experimentada i que respecta rigorosament velles receptes del seu país.

→ Viladomat, 73. M: Rocafort. 20-30 €.

[lamuncuinathaibcn.com](http://lamuncuinathaibcn.com)

## Koku Kitchen Buns

Van conquerir els amants del ramenal Gòtic amb el Koku Kitchen Ramen (Carabassa, 19), i des del 2016 fan el mateix al

Born amb els *buns*, els entrepans asiàtics de moda. A banda dels suculents baos casolans, heu de tastar els *dumplings*, la sopa vietnamita *pho* i les costelles cantoneses. El seu *banoffee* és pura luxúria: un llit de galeta salada, compacta com un lingot d'or, i coberta per una capa de plàtan laminat que es desfà en un esquitx de toffee.

→ Comerç, 29. M: Barceloneta. 15-20 €.  
[kokukitchen.es](http://kokukitchen.es)

## Dr. Zhang

A Dr. Zhang s'han especialitzat en els *dumplings* o farcелlets xinesos (encara que ells no ho siguin). I pots veure com et porten, de la cuina a taula, peces tan variades i poc ortodoxes com els farcits d'ànec o els fregits amb curri. No tenen cap problema a fer, per exemple, un *wanton* de Halloween farcit de carabassa, moniato, curri i salsa agre dolça. La pasta és bona i casolana, i el farcit, fet amb cura.

→ Sepúlveda, 137. M: Urgell. 15-20 €.  
[dumplingzhang.com](http://dumplingzhang.com)

## Iakni

Ni microones, ni fregidores ni hummus de remolatxa. En aquest petit restaurant libanès de Sant Antoni el puré de cigrons és espès, i el babaganuix és més proper a l'escalivada que no pas a la crema indeterminada. La carta és curta: tres menes d'hummus i un apartat de *mezzés*: les tapes



Lamun Cuina Thai



**Al Lamun  
Cuina Thai  
podreu  
tastar un  
'pad thai'  
deliciós**

FOTOS: MARÍA DIAS



Koku Kitchen Buns



Dr. Zhang

libaneses, vaja –amb un falafel esplèndid, suau, gustós, crujent i gens ressec, un tabule balsàmic i kebes (croquetes)–, i entrepans excel·lents. L'amabilitat amb què serveixen encara ho fa tot més deliciós.

→ Vilamarí, 3. M: Espanya. 15-20 €.  
[iakni.com](http://iakni.com)

#### **Koy Shunka**

Una cuina estratosfèrica, que combina enginy, sabors mediterranis i japonesos, que ha merescut la primera estrella Michelin d'un restaurant japonès a Barcelona. És una cerimònia en què es controla exactament el tall del peix, la quantitat d'arròs i la textura. Tot plegat fa d'aquest

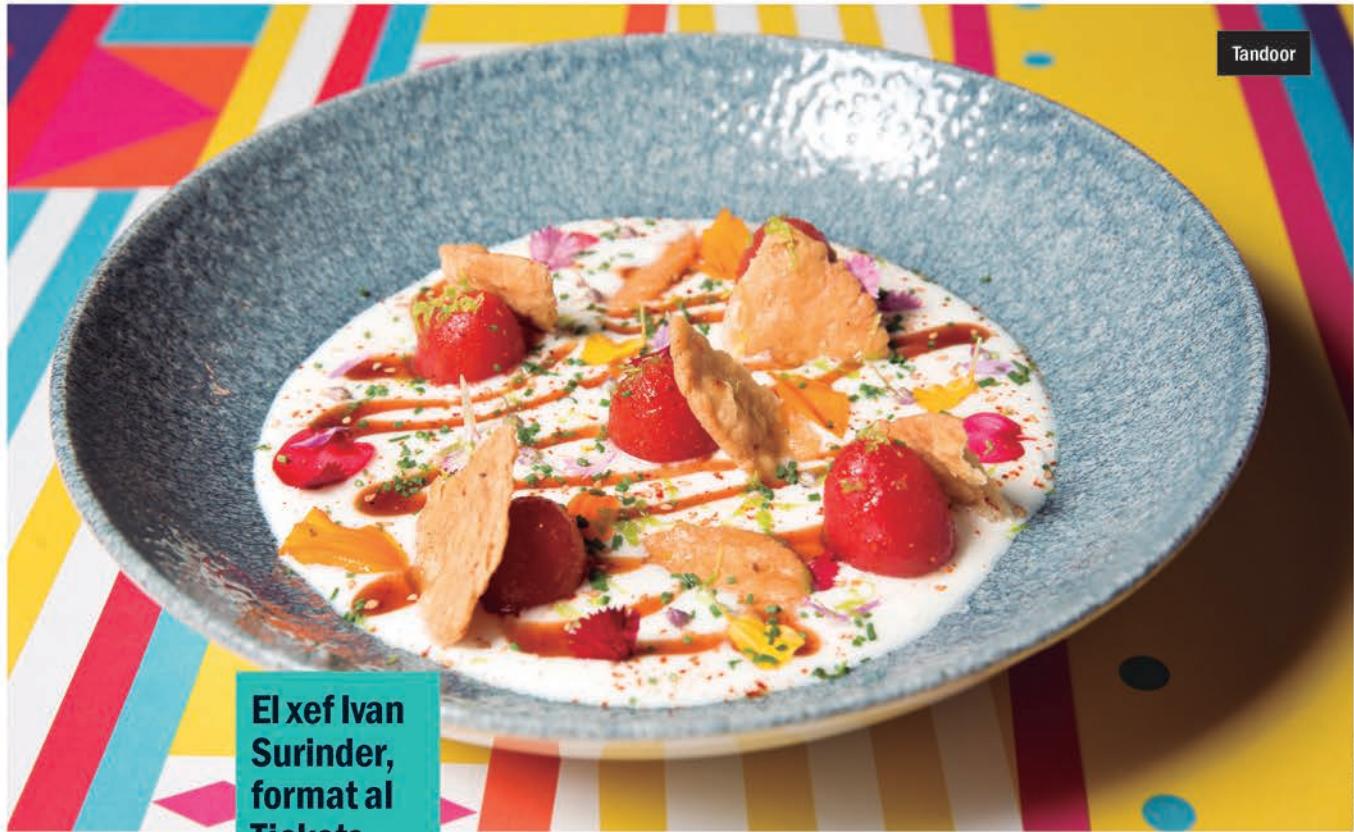
lloc un indret absolutament ineludible per a qualsevol amant de la cuina nipona.

→ Copons, 7. M: Jaume I. 120-150 €.  
[koyshunka.com](http://koyshunka.com)

#### **Boa-Bao**

La gràcia d'aquest local és que hi pots menjar street food de diferents punts de l'Àsia: des de l'Índia fins a la Xina, passant per Indonèsia i el Vietnam. A la seva carta conviuen samoses, dumplings, baos, rotllets, curris, woks... Tot és autèntic, sense fusions ni reinventions, i preparat amb matèries primeres d'una qualitat excel·lent.

→ Pl. del Doctor Letamendi, 1. M: Universitat. 15-20 €. [es.boabao.pt/barcelona](http://es.boabao.pt/barcelona)



## El xef Ivan Surinder, format al Tickets, excel·leix la cuina índia al Tandoor

### Tandoor

Al capdavant dels fogons del Tandoor hi ha Ivan Surinder, format als fogons del Tickets. Ell ha actualitzat i ha alleugerit la cuina índia: vegeu, per exemple, un *sheek kebab*, un taco de xai masala amb una base d'iceberg amb mango especiat i chutney d'avocat. I el pollastre tikka masala, al forn tendur amb gingebre, coriandre i pebrots, continua sent tan bo com sempre. Ah, i res pica en excés. Encara que, si voleu, us afegiran salsa picant per sortir traient fum pels queixals, d'aquí a Bangalore.

→ Aragó, 8. M: Rocafort. 20-25 €.  
restaurantetandoor.com

### Chen Ji

Un d'aquests xinesos que convé afegir a la llista de referents a la ciutat. No en va se l'anomena popularment "el xinès, xinès", ja sigui perquè sempre hi ha xinesos menjant-hi o perquè en aquest local, que no hi entén de decoració ni de modes, no hi trobareu ni arross tres delícies ni pollastre amb ametlles,

sinó exquisideses autèntiques del país asiàtic, com un ànec Pequín crujent i unes tallarines fetes a mà amb sopa o amb vedella.

→ Ali Bei, 65. M: Arc de Triomf. 93 247 68 31.  
10-15 €.

### Grasshopper Ramen Bar

És tota una garantia saber que rere un local asiàtic hi ha el britànic Gilles Brown, copropietari del Mosquito i el Red Ant. La seva aproximació a la gastronomia del sud-est asiàtic és metòdica i obsessiva amb la qualitat. El Grasshopper és una petita barra baixa amb capacitat per a quinze comensals. Tot es fa des de zero, fins i tot els fideus, i hi afegeixen *kansui*, una solució alcalina perquè l'aigua tingui una propietat similar a la del Japó i la pasta sigui elàstica i absorbent.

→ Pl. de la Llana, 9. M: Jaume I. 15-20 €.  
mosquitotapas.com/grasshopper

### Koryo

El Koryo és un petit oasis de sobrietat i serenor, entre el cement trencacames del Putxet. L'Ahyun Sun el va obrir el 2012,

i l'única concessió que ha fet és "separar el primer i el segon, perquè a Corea es menja tot junt". Hi trobareu versions primoroses –tot fet des de zero– dels grans clàssics, com el *bulgogi*, un fi rostit de vedella amb soja i suc de pera que us porten en un preciós calaix estil bento.

→ Reus, 4. FGC: Putxet. 20-25 €. facebook.com/koryobarcelona

### Yashima

Oblideu l'estrés de les projeccions d'autor amb trucs i guspires: aquí manen la calma i el repòs, la deglució pausada i la reflexió sobre allò ingerit. El Yashima només té 30 anys. El pare de Rona, Yoshi Yamashita, va arribar a Barcelona per fer classes de judo i va acabar obrint el primer restaurant japonès de Catalunya, el Yamadori, el 1977. Rona va néixer aquí però ha estudiat hostaleria al Japó. Això li dona una forta autoritat per afirmar que l'excels viatge que proposen per la carta vol "transmetre la cuina tal com és al Japó, però amb més consistència. Perquè la cuina al Japó és molt delicada i els gustos aquí són més intensos".

→ Av. de Josep Tarradellas, 145. M: Hospital Clínic. 40-50 €. yamashitagroup.com/yashima

### Last Monkey

Aquest baret cantoner, obert el 2018, fa una feina excel·lent sense pretensions: tapes asiàtiques i fusió mediterrània a preus de barri. El xef italià Stefano Mazza ha bastit una carta curta i molt gustosa, en què el sud-est asiàtic s'empelta de tocs italians, ja l'inrevés. Un parell d'exemples: els esplèndids *bao-zis* a la carbonara i les galtes tagàlog, de vedella, meloses, estofades a l'estil filipí. No us en aneu sense tastar les albergínies confitades.

→ Borrell, 70. M: Sant Antoni. 20-25 €.  
lastmonkey-bcn.com

### Un Capítol de Viètnam

La seva carta extensa és una invitació per anar-hi acompanyat de família o col·legues que et permetin tastar un bon assortit de tapes. Aquí hi trobareu els greatest hits de la cuina tradicional vietnamita: des dels famosos *nem* o rotllets frescos als gustosos "canelons" *banh cuon*, passant per la clàssica sopa *pho*, l'arròs picant *co'm viet* i les mandonguilles de vedella amb arròs crujent *thit vien*. És un restaurant popular al barri, de manera que reserveu abans!

→ Nàpols, 266. M: Sagrada Família. 20-25 €. capitoldevietnam.com

## TOP 7...

# On hi ha pa, hi ha alegria!

Entrepans d'autor, clàssics revisitats, hamburgueses de pam i sabors d'ultramar

### 2 Oval

En aquesta hamburgueseria gurmèt amb accent indie -el fil musical que ambienta l'establiment és exquisit- el client es pot elaborar la seva pròpia recepta triant-ne els ingredients (hi ha un bilió de combinacions!) o demanar una recepta fixada, com per exemple la brutal Chili Burger, amb bitxo, xili de Jalapa i allioli de xipotle; o la Doble, amb dues hamburgueses, pebrot escalibat, cansalada i ou fregit. Molt bones hamburgueses, també, amb carn de Nebraska, i una carta de vi petita i encertada i cerveses artesanes.

→ València, 199. M: Passeig de Gràcia.

10-20 €. ovalbcn.com

### 3 Sants es crema

Aquest exquisit restaurant va obrir el 2017 com a lloc de brasa creativa, i ara s'ha reconvertit en un bar d'entrepans a la brasa. D'aquí surten meravelles, com un entrepà de toro -ventresca de tonyina- amb maionesa de kimchi i xitake i un generós entrepà de papada de porc amb *achiote* i enciam. Per acompañar la carta d'entrepans -també amb opcions veganes- teniu escalivada acabada de fer, patates fregides i la cervesa de la casa.

→ Comtes de Bell-Iloc, 118. M: Plaça del Centre. 10-20 €. santsescrema.com

### 4 Torpedo

En Rafa Peña (Gresca)

ha obert el Torpedo, un bar d'entrepans que ho peta amb exemples com el biquini de pastrami de llengua, amb pa de motlle de croissant de *Triticum* i mostassa d'herbes; i l'entrepà d'albergínia rostida amb tomàquets secs i pa de burger del forn Sant Josep, que és tan pecaminosament bo que sembla que no pugui ser vegetarià. Han reproduït la cuina del Gresca a tota la carta, i això inclou uns entrants com les Kentucky fried guatilles (cuixes de guatilla desossades, arrebossades i fregides).

→ Arribau, 143. M: Hospital Clínic. 10-30 €. bartorpedo.com

### 5 La Porca

A La Porca tot és bo i fa patxoca. De la part creativa se n'encarrega en Rubén León -publicista reconvertit en taverner- i de la cuina la seva mare, amb un receptari adaptat dels anys durant els quals va servir en un bar de menú i catering. Van creant entrepans nous per acompañar-ne un de fabulós, de porc cuinat durant quatre hores amb ceba marinada, maionesa de tomàquet sec i pa de coca crujent. No deixeu de tastar els sorprendents tàrtar de fuet, la premiada Bacon Cheese Burger i el pastís de formatge.

→ Mata, 16. M: Paral-lel. 20-30 €.

laporca.com

### 6 Santo Porcello

Dels creadors del Due Spaghetti arriba el Santo Porcello, un bar d'entrepans italiàs que vol omplir, segons en Toni Pol, l'amo, la "poca cultura de l'entrepà italià que hi ha a Barcelona". El pa és la clau del triomf i els hi fan a mida perquè aguanten receptes com el Bologna Grossa -amb pesto de pistatxo, mortadel·la de veritat, un suau formatge scamorza fumat i oli balsàmic- i el Gambardella, amb *porchetta* i verdures brasejades.

→ Sepúlveda, 151. M: Urgell. 10-20 €. santoporcello.com

### 7 Bar Centro

"El futur del menjar popular és la fusió de l'street food d'arreu del món", diu en Carlos Gremone, un cuiner veneçolà que amb la publicista Debora Schneider va reconvertir un bar de menú en una entrepaneria top. Gremone ha voltat per mig món i cada un dels seus plats -hamburgueses de vedella i pollastre ecològics, *pulled pork*, una opció vegetariana, amanides... - neix d'hores d'afinació. Tasteu el *pulled pork acevichat* -macerat amb llima, coriandre i ceba- i ho entendreu.

→ Casp, 55. M: Tetuan. 20-30 €.

barcentrobcn.es

1

### Chivuo's

Dos veneçolans amb experiència als Estats Units i en l'alta cuina catalana serveixen entrepans de receptes nord-americanes -més enllà de l'hamburguesa- i cervesa artesanal local. Un exemple: el portentós *pulled pork*, porc rostit amb espècies durant setze hores.

→ Torrent de l'Olla, 175. M: Fontana. 10-20 €. chivuos.com

FOTO: MARÍA DIAS

En teniu més a  
[timeout.cat/entrepans](http://timeout.cat/entrepans)

# Els tròpics i més enllà

Restaurants mexicans, peruans, veneçolans, argentins i jamaicans que ens fan viatjar per altres cuines plenes de matisos

**FA MOLT DE** temps que no cal travessar l'Atlàntic per tastar la cuina que fan a l'Amèrica Llatina. A Barcelona és fàcil trobar bons restaurants mexicans, peruans, argentins i veneçolans que serveixen receptes pures i també plats on les cultures lliguen millor que cap salsa.

## Sifó

Pablo Antico i Jorge Runnacles van reconvertir el Sifó de bar de nit en un restaurant argentí molt bonic i amb un dels millors menús de migdia de la ciutat, on s'abraça "l'argentinitat sense complexos". Mestres de la carn i de la creativitat popular, serveixen milaneses, tots els tall de carn que pugueu imaginar, pizzas típiques portenyes, pasta i postres casolanes.

→ Espalter, 4. M: Liceu. 10-20 €. [sifo.es](#)

## Yakumanka

Després del tancament del Tanta, Gastón Acurio ha obert el Yakumanka, que defineix com "un homenatge a les cevicherias populars, amb peix i cuiners salvatges", fa broma. Yakumanka, d'estètica i estètica marinera, proposa

un Perú popular: plats per picar –*anticuchos*, croquetes, empanades–, ceviches, *sanguches* –entrepan estil peruà– i arrossos *chaufa*, d'influència xinesa.

→ València, 207. M: Passeig de Gràcia. 30-50 €. [yakumanka.com](#)

## Oaxaka

La recuperació de plats tradicionals mexicans fets amb tècniques d'avanguarda és el leitmotiv del xef Joan Begur. Entre els plats estrella de l'Oaxaca tenim el pop *tatemado* i el *mole* amb pollastre del Prat. No deixeu de tastar les tortillas i el guacamole preparataula. A més del restaurant, l'Oaxaca

pot presumir d'una mescaleria amb més de 200 marques, i de tenir el seu propi hort mexicà.

→ Pla de Palau, 19. M: Barceloneta. 30-50 €. [oaxacacuinamexicana.com](#)

## L'Eat Caribbean és l'únic lloc on menjareu un 'jerk chicken' com Déu mana

## Cuina Mametora

El Cuina Mametora és un restaurant japonès-peruà-mediterrani de fusió on l'Ayako, mestressa i cuinera, fa el que vol. Aquesta actitud es tradueix en plats com la bomba de *panko*, l'*onigiri* de bledes, l'entrepà *nikkei* de *tonkatsu*

ibèric, els seitons marinats amb pesto d'olives negres i miso... El *tiradito*, el *chicharrón* amb salsa criolla i els *pisco sour*s obra d'en Miguel, el seu soci peruà. Ah, deixeu forat per a les postres!

→ Violant d'Hongria, 42. M: Badal. 20-30 €. [cuinamametorabcn.com](#)

## La Pachuca

L'exèit d'afluència d'El Pachucu va fer que en Jose Luis obrís La Pachuca, una proposta "basada en raconets de la meva infantesa: què trobes en un mercat, què es menja en un bateig", diu. Per

exemple, un taco de pollastre amb *mole*, unes brutals *tostadas* de tonyina marinada –cobertes per un pam de guacamole amb maionesa de *chipotle* i ceba fregida– o unes *quesadillas* de *huitlacoche*. Per beure, apropeu-vos al mam mexicà amb una *agua de frutas* o una *michelada*!

→ Carabassa, 19. M: Drassanes. 10-20 €. [@LaPahucaBCN](#)

## Eat Caribbean

A l'Eat Caribbean fan receptes de Jamaïca, Guiana, Barbados i Granada, i és l'únic lloc de





MANOLO MÉNDEZ



MARÍA DÍAS

Més gustos a  
[timeout.cat/cuina-llatina](http://timeout.cat/cuina-llatina)

Barcelona on us menjareu un *jerk chicken* com Déu mana. Un pollastre a la brasa marinat en una complexa barreja de pebre jamaicà, xili, clau i canyella, entre altres espècies, que sorprèn pel seu gust deliciós, entre picant, dolç i fumat. El serveixen amb fesols i arròs, plàtan fregit i amanida de col amb pinya.

→ Montserrat, 4. M: Drassanes.  
10-20 €. [eatcaribbean.es](http://eatcaribbean.es)

### Caña de azúcar

La veneçolana Adnaloy Osio regenta el restaurant Caña de

Azúcar i no té cap problema a saltar dins del cistell del Carib: “I tant que som cuina caribenya! Hi ha un denominador comú causat per la zona d’influència, els productes, el gust i les fruites tropicals”. Aquí l’enfocament és més occidental i d’autor que en un veneçolà tradicional, fan “cuina llatina diferent”, on plats com els *tequeños* i les *arepes* tenen un plus d’originalitat. Hi ha un menú tancat força complet i asequible.

→ Muntaner, 69. M: Urgell. 20-30 €.  
[restaurantecañadeazuclar.com](http://restaurantecañadeazuclar.com)

### Café Ninoska

Va ser el primer restaurant peruà de Barcelona, obert el 1993, i tenen una extensa carta, només amb plats peruvians, on trobem entrants –*causa limeña*, *anticuchos*, *ceviche*...–, sopes, arrossos, saltats, plats tradicionals peruvians, amb gran presència de peix i marisc (estofat, picant, crut, adobat) i postres casolanes. També fan un senzill però contundent brunch peruvà.

→ Av. Icària, 131. M: Ciutadella-Vila Olímpica. 10-20 €.  
[cafennoskarestaurante.com](http://cafennoskarestaurante.com)

### Trópico

El Trópico es diu així perquè la seva carta conté receptes de la franja tropical que va de Sumatra a Guatemala. “La iuca, el plàtan, la llima, tot són productes presents en aquesta franja. Volem que la gent trobés coses que ja haguessen tastat i se n’recordés”, diuen els amos. Destaca el brunch tropical, on serveixen arepes, creps típiques del Magrib, bols de fruites, ous *rancheros* i begudes que ens parlen de mons llunyans. → Marquès de Barberà, 24. M: Paral-lel. 20-30 €. [tropicobcn.com](http://tropicobcn.com)

# Ni un gra massa

Barcelona és capital arrossaire: aquí teniu dotze restaurants que sempre tenen la paella pel màneç

**NO ENS PODEM** pas queixar dels arrossos que endrapem a Barcelona: caldosos, secs, al forn, negres, mariners, de muntanya... Tenim un bon grapat de restaurants, i d'una qualitat extraordinària, que tenen aquesta gramínia com a protagonista. Des de les paelles típiques de la Barceloneta fins a locals que excel·leixen en les especialitats valencianes i alacantines; des d'establiments amb història fins a noves propostes: els llocs que apareixen en aquesta llista poden semblar molt diferents, però tots comparteixen la mateixa passió per anar al gra.

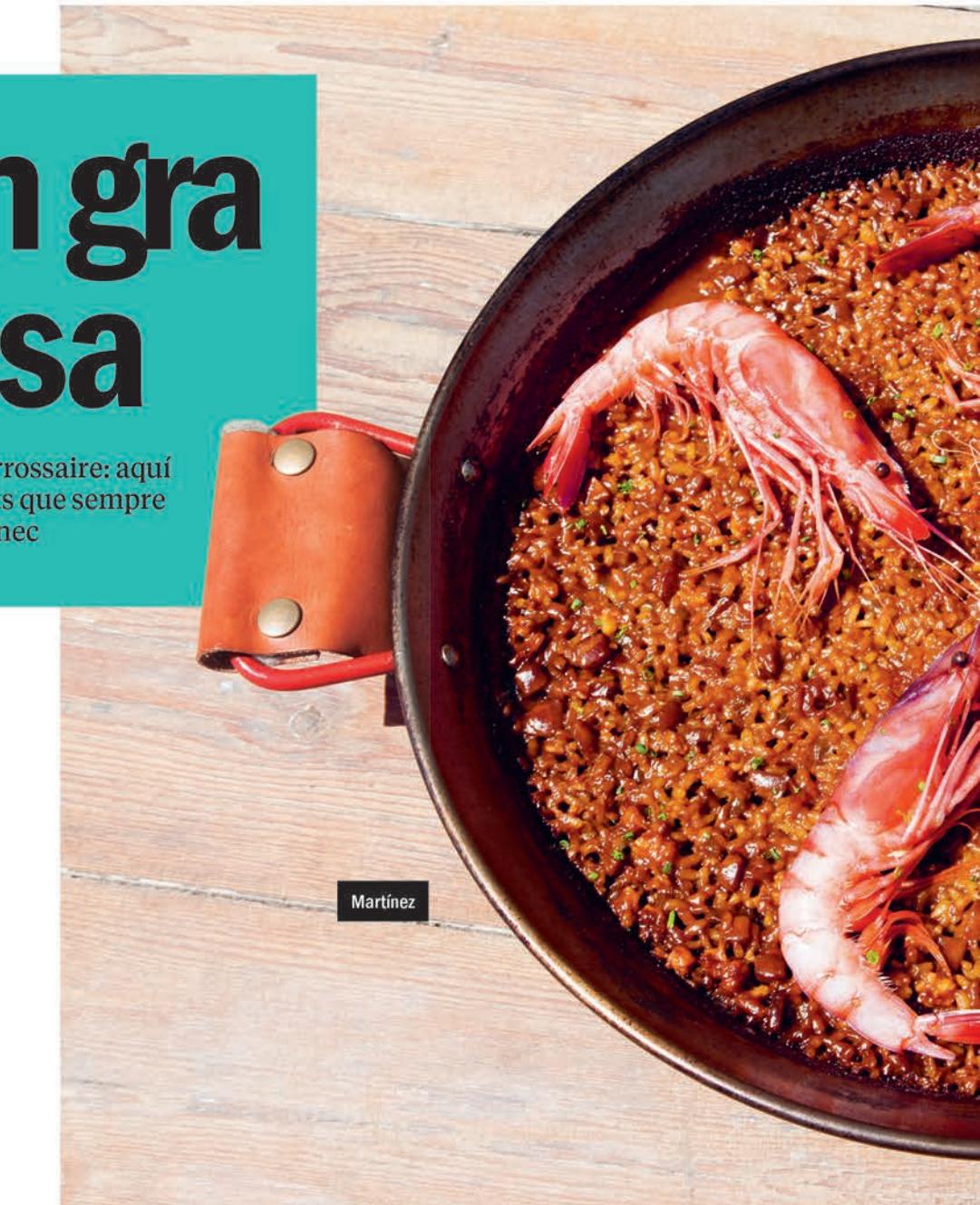
## Platja Ca La Nuri

Els que diuen que la cuina marinera és més gustosa com més a prop s'és de les onades del mar tenen tota la raó del món. A Platja Ca La Nuri ho podreu comprovar ran de platja. Delicioses tapes de calamars a l'andalusa, bunyols de bacallà, muscos a la planxa, plats principals de peixos a la brasa, fideuà i arrossos clàssics (paella, negre, mar i muntanya); tot servit amb la brisa del mar i raigs de sol. Mediterrani en vena i bona vida.

→ Pg. Marítim Barceloneta, 55.  
M: Barceloneta. 30-40 €. [platja.calanuri.com](http://platja.calanuri.com)

## 7 Portes

És un dels restaurants més antics de Barcelona i, encara ara, un



dels llocs de referència pel que fa a bona cuina tradicional de la nostra ciutat. Els arrossos de temporada i les paelles triomfen des de fa eons en una carta que condensa el bo i millor del receptari català: els canelons trufats de festa major, els bunyols de bacallà i les sarsueles són altres *must* d'aquesta icona barcelonina.

→ Pge. Isabel II, 14. M: Barceloneta. 30-40 €.  
[7portes.com](http://7portes.com)

## Martínez

Mar i muntanya. En aquest cas no parlem del plat, sinó de

l'escenari que ofereix aquest singular xiringuito encimbellat al capdamunt de Montjuïc, amb vistes al port. Una altra de les particularitats d'aquest establiment és la possibilitat d'optar per una fórmula de preu tancat que inclou quatre entrants, un principal –arròs, per triar entre *señorito*, negre o Martínez, i fideuada–, postres, pa i vi. Per als que volen fer un arròs més que solvent en una de les terrasses més cool de la ciutat.

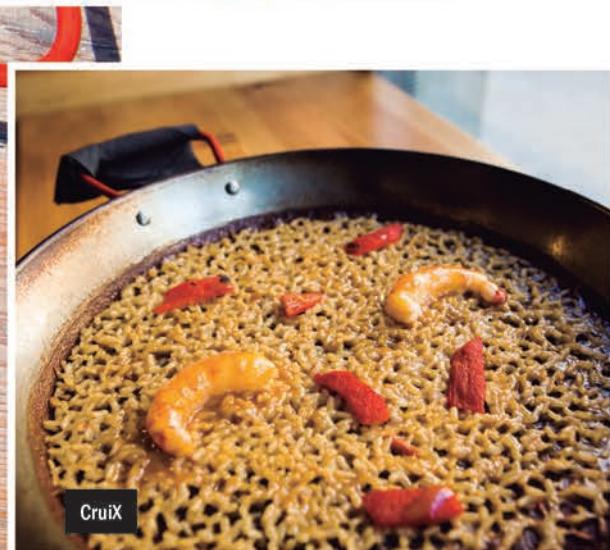
→ Carretera de Miramar, 38.  
M: Funicular de Montjuïc. Fórmula: 49,95 €.  
[martinezbarcelona.com](http://martinezbarcelona.com)

## El Racó de l'Aguir

El restaurant de capçalera dels fanàtics dels arrossos de Sant Antoni. A la carta, entre delícies com les croquetes de rap amb salsa tàrtara, sempre tenen les especialitats més celebrades de la seva terra, Alacant, com ara el meravellós arròs del tres (verdures, bolets i secret ibèric) i el contundent arròs al forn de Quatretondeta, amb xoricet, costella, cigrons i botifarra negra. Tasteu també el despcionets, cloïsses, alls tendres i carxofes. → Tamarit, 117. M: Poble-sec. 30-40 €.  
[elracodelaguir.com](http://elracodelaguir.com)



Platja Ca La Nuri



Cruix

FOTOS: MARÍA DÍAS

## Cruix

Sempre és útil tenir uns bons referents a la butxaca que us ajudin a separar, mai més ben dit, el gra de la palla. El Cruix és un d'aquests llocs que cal apuntar a la llista si teniu fal-lera d'endrapar-ne un bon plat. Als fogons un castellonenc, garantia de coneixement del regne de la paella. L'impensable és que te la puguis menjar a la paella mateix i amb cullera de boix, com a bon valencià, a un preu molt decent.

→ Entença, 57. M: Rocafort. De 20 a 30 €.  
cruixrestaurant.com

**Te'l pots  
menjar  
directe de  
la paella  
amb  
cullera  
de boix**

## La Mar Salada

Si aneu desesperats buscant arrossos autèntics per la Barceloneta, atureu-vos-hi! Us direm un secret: n'hi fan probablement un dels millors de la ciutat. Però és que, a més, haureu topat amb una de les excel·lents cuines marineres del barri. Cada dia van a buscar a la llotja el peix que serveixen. I les postres són d'upa: crocant, crema de iogurt amb sorbet de poma verda, i sobretot, l'escuma de crema catalana.

→ Pg. Joan de Borbó, 58-59. M: Barceloneta. 30-40 €. iamarsalada.cat

Més odes al gra a  
[timeout.cat/millors-arrossos](http://timeout.cat/millors-arrossos)

## L'Arrosseria Xàtiva

Tota la costa de la península té una cultura de l'arròs arribada fa més de mil anys gràcies als àrabs. Cada zona té la seva manera de cuinar-lo i el seu receptari. Una bona manera de conèixer altres formes d'entendre aquesta gramínia és tastar les receptes alacantines de la Xàtiva. Tenen tres locals a Barcelona (Sant Antoni, Gràcia i les Corts), on es poden tastar 28 varietats d'arrossos. I te'ls pots menjar directament de la cassola amb una cullera de fusta.

→ Bordeus, 36. M: Entença. 25-35 €.  
grupxativa.com

## Arrossos



Els Pescadors

MARÍA DIAS

Can Ros

### Can Solé

Inaugurada el 1903, aquesta institució de la Barceloneta ha fet felices les pances de diverses generacions. Són mítics els seus arrossos caldosos, com el de potes de cranc vermell reial noruec i el de vieres i garotes. Els calamars són un altre clàssic, que, depenent de l'estació, serveixen amb uns bolets o uns altres, perquè siguin de temporada.

→ Sant Carles, 4. M: Barceloneta. 35-45 €.  
restaurantcansole.com

### El Nòi d'Alcoi

Situat a la zona alta, El Nòi d'Alcoi té el xef Oscar Juan al capdavant del negoci. El secret del local rau en les paelles, els melosos, els caldosos i les fideuàs. A banda de les opcions més clàssiques, també n'ofereixen de més originals, com la paella de vieres i pop, o l'arròs socarrat, amb bacallà i llagostins. Per postres, mel i mató o uns carquinyolis amb moscatell: un epíleg clàssic per a una carta clàssica que reivindica una cuina ultratradicional.

→ Castellnou, 37. FGC: Les Tres Torres.  
35-45 €. elnoidalcoi.com

### Can Ramonet

Nascut el 1957 i pare del Nou Ramonet, La Fresca i La Vinoteca, Can Ramonet continua sent la taverna insígnia del grup. És la casa dels bons arrossos de tota la vida, però amb un aire modernitzat. La carta es manté a l'altura, on trobareu èxits de sempre com l'arròs negre i la fideuà. Una de les noves propostes és un gustós i melós arròs de cua de bou amb l'agosarada intervenció de musclos, una aposta arriscada de resultats òptims.

→ Maquinista, 17. M: Barceloneta. 30-40 €.  
canramonet.es

### L'Estupendu

A la platja de Badalona, és la reconversió en restaurant/xiringuito arrosser dels Baños Pleamar, unes casetes de bany de finals dels anys 60. A la terrassa, s'hi està ample i pots degustar de cara al mar una carta en què manen sis arrossos fenomenals, com el de verdures i bacallà i l'arròs negre de cranc i navalles.

→ Eduard Maristany, 75. M: Pompeu Fabra. 30-40 €. grupovarela.es/l-estupendu

### Els Pescadors

Situat en una de les places amb més encant de Barcelona, el local manté els finestrals, la fusta i el marbre originals, que donen ànima a un espai molt agradable. És una antiga casa de menjars reconvertida en restaurant però amb tota l'essència marinera dels inicis. Aquí, l'arròs és del Molí de Rafelet del Delta de l'Ebre, i es prepara a la cassola. Els pescadors –amb peix i musclo de roca, calamars i pebrot arousa– s'emporta el primer premi.

→ Plaça de Prim, 1. M: Llacuna. 30-40 €.  
elspescadors.com

### Can Ros

El germà gran de La Mar Salada és una taverna marinera renovada, però sense perdre l'esperit de la cuina popular. Amb quasi cent anys a l'esquena, hi trobareu alta cuina d'esperit popular, que excelaix en els arrossos. Com per exemple un de brutal de capipota amb llagostins, sofregit d'hores i nyores, col-lagen i caramel purs enganxats a un gra grenyal impecable, o una fideuà de marisc amb trompetes de la mort inoblidable.

→ Almirall Aixada, 7. M: Barceloneta.  
25-35 €. canros.cat

**L'arròs de capipota i llagostins és brutal: col-lagen i caramel enganxats a un gra grenyal**

IVÁN MORENO



1

IRENE FERNANDEZ



2

MARIA DIAS

## TOP 5

# La barreja perfecta

Cinc cocteleries per trobar la copa que us escau més. Confieu en els bàrmans, deixeu-vos portar i veureu quantes sensacions hi poden cabre, en un got



4

VAN GIMÉNEZ



5

SCOTT CHASSEROT

### 1 Negroni

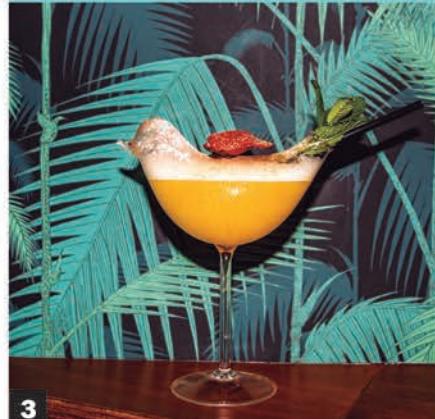
L'espai petit, fosc i minimalistà però acollidor del Negroni desprèn una certa modernitat, tot i tenir un esperit clàssic. No tenen carta de còctels, perquè el millor és deixar-se portar, preguntar als seus dos amables bartenders, deixar que et pregunten els gustos, que analitzin el teu perfil i que apliquin la seva millor fórmula per al teu cas. No solen fallar. Preparen un Negroni que et posseeix com si fossis la nena de *L'exorcista* i també tenen la mà trencada amb el Moscow Mule i el Whisky Collins.

→ Joaquín Costa, 46. M: Universitat. negronicoctailbar.com

### 2 Ideal

Racó càlid, envoltat de fusta mil·lenària i clients amb corbata i frondosos bigotis... El grandiós Josep Maria Gotarda és un autèntic graduat en l'art del còctel i fa el que sigui perquè la copa ens arribi perfecta. Aquí Gotarda i els seus deixebles cuinen uns gintònics d'alta volada i fan miracles amb les receptes de sempre. De fet, el seu Cosmopolitan obligaria James Bond a canviar de religió, a abandonar la litúrgia del Martini sec i a sortir de festa amb les dones de *Sexo a Nova York*.

→ Aribau, 89. FGC: Provença. idealcocktailbar.com



3

MARIA DIAS

### 3 Paradiso

És un speakeasy de porta tova però no una cocteleria qualsevol: on abans hi havia el Coppelia ara hi ha el Paradiso, una elegant cova delineada per làmines de fusta on manen Giacomo Gianotti, millor cocteler d'Espanya el 2014, i Borja Goikoetxea, el millor també, però del 2019. "Una cocteleria d'autor a preus assequibles", diuen. Fan barbaritats, com un whisky redestil·lat: separen la part anyena del whisky, amb gust de fusta, i en fan un sorbet amb te. A mesura que es fon amb la part alcohòlica augmenta l'anyada del whisky!

→ Rera Palau, 4. M: Barceloneta. paradiso.cat

### 4 La Javanesa

És la cocteleria de la parella formada pel cantant de Mishima, David Carabén, i la presentadora de televisió Flora Saura. El nom ved'una cançó de Serge Gainsbourg, que la va escriure com si fesservi l'argot javanès que utilitzaven putes i macarrés. Tot va començar quan en David va ensopregar amb en Pablo, perquè i cocteler de raça. Serveix receptes pròpies i d'altres de caçades al temple del còctel, el Suffolk Arms de Nova York, però el millor és que us deixeu aconsellar pel mestre de cerimònies.

→ Joan Gamper, 12. M: Les Corts. @lajavanesabar

### 5 Boadas

Què en podem dir, de Boadas? Que si no hi has begut no has begut a Barcelona. El cubà Miguel Boadas –amb pares de Lloret de Mar– la va fundar el 1933, i la seva filla Maria Dolors va continuar el magisteri de cocteleria moderna a Espanya. No és una relíquia, sinó un local magnètic on el pes de la història batega sota unes copes immillorables. Qualsevol clàssic que se us passi pel cap el fan de manera excel·lent, ja sigui un Moscow Mule addictiu o un Dry Martini impecable. I si esteu indecisos, el bartender us farà un vestit a mida.

→ Tallers, 1. M: Catalunya. boadascocktails.com

# Ens posen d'acord!

Potser és millor sense pinya, però si hi ha algú a qui no li agradi la pizza es mereix una bona pinya. El plat de consens total

**LA PIZZA ÉS** el plat internacional per excel·lència. Una idea senzilla –que no simple– amb mil variacions i adaptacions, però mai superada. Cal reconèixer que els italians han sabut exportar com ningú la seva gastronomia; tant, que ja ens l'hem fet nostra.

## Mucho

És la pizzeria d'autor de Jordi Vilà, per a qui la pizza és una pàtria comuna. El 2008 va obrir el restaurant italià i bicèfal Dopo/Saltimbocca, precedent del petit moviment de xefs d'alta cuina que fan pizza selecta. Aquí hi trobareu ortodoxia i preus populars però també reinterpretacions amb segell propi.

→ Marià Cubí, 201. FGC: Gràcia. 20-20 €.  
[muchopizzeria.com](http://muchopizzeria.com)

## Da Michele

Da Michele no és una pizzeria més. És el summum de la pizzeria. La família Condarro va iniciar la llarga tradició a Nàpols, on els descendents del senyor Salvatore van mantenir l'art de la pizza seguint els secrets en l'elaboració de la massa i la cocció.

→ Consell de Cent, 336. M: Girona. 20-30 €.  
[damichelebcn.com](http://damichelebcn.com)

## Can Pizza Sagrada Família

Can Pizza és la quarta sucursal de pizza italiana d'alta qualitat que han obert els germans Colombo i el seu soci, l'Isaac Aliaga. Encara

que la relacionem amb la pizzeria gourmet Frankie Gallo, la massa és diferent. Com diu el *pizzaiolo* romà Lolo Zozza: "La de Can Pizza és més fàcil d'entendre".

→ Passatge de Simó, 21. M: Sagrada Família. 20-30 €. [canpizza.eu](http://canpizza.eu)

## NAP

El nom és un acrònim que respon a les sigles de Neapolitan Authentic Pizza, amb la intenció de "traslladar aquí la pizza napolitana amb els preus d'allà". Han seguit obsessivament els requisits de la DO -forn de llenya, temps de coccció, farina i tomàquet italià- i el resultat és una pizza superlativa i barata.

→ Baluard, 69. M: Barceloneta. De 10 a 20 €.  
[@nap\\_\\_official](http://@nap__official)

## Sartoria Panatieri

El nom és una referència a la sastreria artesana. Es fan tots els embotits i el mascarpone del tiramisú; la mozzarella està en proves. Tots els altres productes són de proximitat, de petits productors locals. Per això la carta és curta: controlen cada detall.

→ Encarnació, 51. M: Joanic. 20-30 €.  
[sartoriapanatieri.com](http://sartoriapanatieri.com)

## Madre Lievito

Us sorprendrà la rapidesa amb què aquests napolitans us la serveixen. El secret és la massa mare casolana i les farines ecològiques. El forn de llenya actua quasi a 500ºC durant a penes un minut. El resultat és



Parking Pizza

una pizza napolitana de vora gruixuda però fina, com a Itàlia: tirada de preu i molt bona.

→ Llacuna, 1. M: Llacuna. 10-20 €.  
[madrelievito.com](http://madrelievito.com)

## Piazza Grande

Impecables pizzas de massa fina i amb ingredients de primera. Local molt apte per anar-hi amb nens: gaudiran de la pizza de *prosciutto cotto*. Els pares podeu decantar-vos per una pizza clàssica i, per postres, tiramisú.

→ Pl. de Julio González, 10. M: Poblenou. 15-30 €. [piazzagrande.es](http://piazzagrande.es)

**Una idea senzilla, amb mil variacions i adaptacions, però mai superada**



MARIA DIAS

En trobareu més a  
[timeout.cat/millor-pizza](http://timeout.cat/millor-pizza)



Mucho

IRENE FERNANDEZ



Frankie Gallo Cha Cha Cha

MARIA DIAS

### Frankie Gallo Cha Cha Cha

Una altra aventura gastro dels germans Colombo. Pizzes de farina ecològica i massa mare, que poden ser clàssiques (base de tomàquet i mozzarella), vermelles (base de tomàquet) o blanques (base de mozzarella). També fan uns entrants quesó un preàmbul a l'entrada de Pavarotti.

→ Marquès de Barberà, 15. M: Liceu.  
20-30 €. [frankiegallochachacha.com](http://frankiegallochachacha.com)

### Parking Pizza

Sembla una cafeteria d'especialitat, però és una pizzeria equipada amb forn de

llenya i cuina a la vista. Els gustos són frescos, plens d'herbes mediterrànies, i les receptes poden ser senzilles o fregar el luxe.

→ Londres, 98. FGC: Provença. 20-30 €. [parkingpizza.com](http://parkingpizza.com)

### La Balmesina

Hi trobareu tres masses: la clàssica, fina i crujent; una d'espelta integral, i la Pala, rectangular. L'alveolat crujent i la delicadesa de les receptes les fan quasi èties (però molt gustoses!)

→ Balmes, 193. FGC: Gràcia. 20-25 €. [labalmesina.com](http://labalmesina.com)

# Negre i bo com el pecat

Si en fas un bon ús, el cafè et desperta i et fa pensar millor, va bé per a la salut i a sobre és boníssim. Beu-te'l a poc a a poc i amb bona llet

## Slow Mov

No és una cafeteria, i encara menys un bar. És un taller amb les portes obertes, una invitació a viure d'una altra manera. La Carmen i en François el 2015 van engegar aquest projecte, on es poden degustar i comprar els millors cafès de temporada del món; directament de productors de cafè d'especialitat (una única finca, traçabilitat total), i torren i molen.

→ Luis Antúnez, 18. FGC: Gràcia. [slowmov.com](http://slowmov.com)

## Café El Magnífico

Disposen d'una zona de degustació amb baristes dels bons. Salvador Sans, tot un guru carismàtic del cafè, va obrir aquesta botiga i torradora l'any 1989, vint anys després que els seus pares iniciessin la marca Cafés El Magnífico a la Ribera. Torrefacció i venda majorista i minorista de cafès d'origen i mesclades excepcionals.

→ Argenteria, 64. M: Jaume I. [cafeselmagnifico.com](http://cafeselmagnifico.com)

## Satan's Coffee Corner

Després de transitar per una botiga de regals i un taller de bicis, la gran cafeteria d'especialitat de Barcelona es va aposentar en una cantonada senyorial del Gòtic. Marcos Bartolomé, de nissaga de torradors de cafè –i perfeccionista obsessiu– serveix el cafè sublim dels seus socis Right Side Coffee i esmorzars amb accent japonès.

→ Arc de Sant Ramon del Call, 11. M: Liceu. [satanscoffee.com](http://satanscoffee.com)

## Nømad Roaster's Home

La cafeteria d'especialitat de referència del Poblenou ja no torra el cafè –ara ho fan al carrer Marroc–, però encara és un lloc ideal per aprendre, tastar i preguntar. Serveixen cafè en tots els formats, amb l'excel·lència com a denominador comú, però sense invents amb carbassa ni estètica cuqui: aquí hi mana el minimalisme i l'essència.

→ Pujades, 95. M: Llacuna. [nomadcoffee.es](http://nomadcoffee.es)

## Tostaderos Bon Mercat

Aquesta és la cafeteria del senyor Marcilla. Res a veure amb la marca: a principis del segle XX, Julián Marcilla avi torrava cafè a Sant Andreu. L'any 1981 una multinacional va adquirir la marca, però els hereus van continuar amb la torrefacció i venda de cafè. Hi trobareu un excel·lent cafè aràbiga, boníssim, bé de preu, i sense ritualisme hipster.

→ Baixada de la Llibreria, 1-3. M: Jaume I. 93 315 29 08.



# Bo per al productor. Bo per al medi ambient.

Sa. Sostenible. De qualitat. I a un preu just.

Bo per a tu. Bo per a tothom.

Si pots triar, tria producte de proximitat.



Escolta la cançó  
“Bo per a tothom”



Catalunya  
On el menjar és cultura

alimentacio.cat



Generalitat  
de Catalunya

7,5 Milions  
de futurs

# Una història de plaers

