

## CALENDARI LUNAR

### DESEMBRE

- LLUNA NOVA 1 DESEMBRE
- QUART CREIXENT 8 DESEMBRE
- LLUNA PLENA 15 DESEMBRE
- QUART MINVANT 22 DESEMBRE
- LLUNA NOVA 30 DESEMBRE

### GENER

- QUART CREIXENT 7 GENER
- LLUNA PLENA 13 GENER
- QUART MINVANT 21 GENER
- LLUNA NOVA 29 GENER

### FEBRER

- QUART CREIXENT 5 FEBRER
- LLUNA PLENA 12 FEBRER
- QUART MINVANT 20 FEBRER
- LLUNA NOVA 28 FEBRER

### MARÇ

- QUART CREIXENT 6 MARÇ
- LLUNA PLENA 14 MARÇ
- QUART MINVANT 22 MARÇ
- LLUNA NOVA 29 MARÇ

# HIVERN 2024/25

## AGENDA MAS DE LA SALA

US PROPOSEM AQUESTES ACTIVITATS. PERIÒDICAMENT REBREU LA NOSTRA NEWSLETTER AMB MOLTES MÉS NOTÍCIES.

### ESDEVENIMENTS AL MAS DE LA SALA

[AL DESEMBRE, ÀPATS D'EMPRESA.](#)  
[DINAR DE NADAL I DE SANT ESTEVE.](#)

VISITES ENOTURÍSTIQUES, DEMANEU INFORMACIÓ.  
TALLERS DE GINEBRA PERSONALITZADA.  
CATA DE VINS I D'OLIS DE LA COMARCA.

### ESDEVENIMENTS AL BAGES

A FONOLLOSA, 21, 22, 26, 28 I 29 DE DESEMBRE I 1, 4 I 6 DE GENER. PESSEBRE VIVENT DEL BAGES. A LES TORRES DE FALS.  
A MURA, EL 22, 23 I 24 DE DESEMBRE. FESTA DEL TIÓ.  
A CABRIANES, 22 DE DESEMBRE. PESSEBRE VIVENT.  
A SANT FRUITÓS DE BAGES, 26, 28 I 29 DE DESEMBRE I 1 DE GENER. PESSEBRE VIVENT DE MÓN SANT BENET.  
A FONOLLOSA, 26, 28 I 29 DE DESEMBRE. NIT VIVA.

A SANTPEDOR, 19 DE FEBRER. ELS TRES TOMBS.

A BALSARENY, DEL 20 AL 23 DE FEBRER. FESTA DELS TRAGINERS.

A MANRESA, 21 DE FEBRER. FESTA DE LA LLUM.

A MANRESA, 22 I 23 DE FEBRER. FIRA DE L'AIXADA.

A MONTSERRAT, 27 DE FEBRER. NIT DEL TURISME AL BAGES.

A SALLENT, 27 DE FEBRER AL 5 DE MARÇ. CARNAVAL.

A CASTELLADRALL, 9 DE MARÇ. FESTA DE L'ARROSSADA I MOSTRA DE VINS.

A MANRESA, 16 DE MARÇ. TRANSÈQUIA.



## BENVINGUDA...

El passat dos de desembre, el Mas de la Sala va celebrar el seu 30è aniversari. L'u de desembre de 1994, sense l'euro ni quasi bé internet, vàrem iniciar el nostre projecte de vida compartint els tres germans Sala amb un equip de col·laboradors que en el temps ha anat canviant però amb uns pilars que avui en dia encara sustenten l'oferta diària del Mas de la Sala. L'Eugènia, el Christian, la Sandra, la Mònica, el Moula, la Fàtima, la Joana, l'Anna, i més tard, el Carles i el Moha, amb la resta de l'equip, comparteixen l'ADN Mas de la Sala. A més, el relleu generacional ja repunta el nas amb la Maria, el Danil i el Jan fent les seves primeres intervencions al servei dels amics i clients. **Passet a passet per molts anys anem acumulant anys!**

**C canviant de tema, aquest final de tardor ja s'ha obert el servei de càrrega ultra ràpida per a vehicles elèctrics en l'aparcament. Un nou servei destinat a cobrir les necessitats dels usuaris d'aquest tipus de vehicles alhora que contribuïm a la sostenibilitat del medi ambient.**

Per últim, i en motiu de la coneguda celebració aquest any del mil·lenari de Montserrat, en l'edició d'enguany de la Nit de Turisme del Bages l'amfitrió serà precisament l'Abadia de Montserrat. **Tot el sector turístic de la comarca, el 27 de febrer podrà gaudir de l'experiència que ofereix el monestir en aquesta efemèride única i tan especial.**

Que tinguem un molt bon hivern!

Germans Sala



MAS DE LA SALA  
PLA DE BAGES

## LLOC D'INTERÈS PER VISITAR...

### EXCURSIÓ PELS VOLTANTS DE MURA QUE LI TÉ EL COR ROBAT AL JORDI PERICH

Segons ens explica el Jordi és una gran sortida per a gaudir d'un paisatge de muntanya tot trepitjant el Parc natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obaga amb unes vistes espectaculars entre els límits bagencs i vallesans. Sortint amb cotxe des del Mas de la Sala cal anar direcció Navarres per enfilar la carretera per anar a Mura. Sense desviar-nos de la carretera en cap moment arribarem a l'aparcament del centre d'informació del Parc situat al Coll d'Estenalles. Aquí és on comença la gran ruta a peu! Tot està senyalitzat i transcorre per corriols i senders que, amb adequat calçat i atents als riscos inherents a l'alta muntanya, no són massa exigents. De primeres, amunt cap al cim del Montcau des d'on, a vista d'ocell veurem tot el Bages, els Pirineus i, fins i tot Mallorca, si el cel és prou clar. D'aquí baixarem cap el Coll d'Eres, límit entre Mura (Bages) i Sant Llorenç Savall (Vallès Occidental) i ens dirigirem cap a la Cova Simanya que juntament amb 4 coves més conformen el Complex de les Simanyes. Es tracta, geològicament parlant, d'un talveg hipogeu d'origen càrstic format per conglomerat. Aquest indret ja pertany al terme de St Llorenç Savall i està declarat Bé Cultural d'Interès Local per la Generalitat de Catalunya. D'aquí retornem al Coll d'Eres per enfilar el camí cap a la Roca Cavalcada. Lloc curiós on les capritxoses formes geològiques ens fan sentir que estem en un lloc únic i meravellós. De fet, tot el recorregut gaudirem de paisatges i trets geològics singulars. Continuant direcció a la Mola per la carena del Pagès, ens aturarem al Roure del Palau. Al costat del camí ens trobarem un roure imponent de 30 metres d'alçada i metre i mig de perímetre que hom creu que el seu nom és deu al cap de carboners que en temps passats treballaven al bosc per tallar arbres per les carboneries i que per les seves dimensions i exuberància el va protegir. Aquest personatge és deia Palau. La llegenda no és demostrable però si més no, bonica ho és! Fins aquí el camí de descoberta rere descoberta, ens falta desfer camí cap al Coll d'Eres i, sense tornar a fer el cim del Montcau, arribar al centre d'informació on tenim el cotxe aparcat.

A gaudir del paisatge!

Ctra. C-16, sortida 59, Plans de La Sala  
08650 Sallent (Barcelona)  
GPS: Latitud: 41,79° Longitud: 1,898°  
t 938 370 877 / f 938 370 266

info@masdelasala.com  
masdelasala.com



MAS DE LA SALA  
PLA DE BAGES

## ALMANAC DEL MAS DE LA SALA



L'AGENDA DEL MAS DE LA SALA  
LES COLLITES DE TEMPORADA  
EL PLAT DESTACAT  
UN LLOC PER VISITAR



MAS DE LA SALA  
PLA DE BAGES

# COLLITA KMO. TEMPS DE...

## LLEGUMS

Hi ha moltíssimes varietats de cada tipus de llegum, amb mides, textures i gustos diferents i sovint estan lligades a territoris concrets: de llentia; pardina, caviar, vermella, castellana, groga, verdina, de mongeta seca blanca; rodona, ronyó, arrossina, pinta, caparrona, de cigró; kabuli, castellà, lletós.

**La composició nutricional dels llegums explica, en gran part, els beneficis múltiples per a la salut que s'associen al consum. L'elevat contingut en fibra que tenen proporciona sensació de sacietat i facilita el trànsit intestinal. Els estudis arriben a la conclusió que la ingesta habitual de llegums disminueix el colesterol, els triglicèrids, alguns tipus de càncer i promou la salut cardiovascular.**

Els llegums són aliments molt rics en proteïnes, fibra, vitamines i minerals, i contenen també una proporció important d'hidrats de carboni. En canvi, el contingut en greixos és molt baix. El contingut de proteïnes dels llegums és molt semblant al dels aliments d'origen animal. En el nostre entorn, habitualment es consumeix un excés de proteïna, sobretot a partir de la carn. Per tant, substituir algunes de les racions de carn per llegums és una molt bona opció. En un entorn amb una àmplia disponibilitat alimentària com el nostre, en què és possible consumir tot tipus de llegums, així com arròs, pasta, pa i altres cereals i derivats, fruita seca (nous, avellanes, ametlles, etc.) i fruita fresca i hortalisses, és recomanable incorporar amb més freqüència els llegums, i disminuir així, l'excés d'aliments d'origen animal. No en va, el moviment Slow Food determina que el cultiu en la diversitat de llegums és fonamental per l'alimentació pel ser humà a nivell mundial.



## LES DITES DE L'AVI... SABÍEU QUE...

**EL HOMBRE QUE FUMA Y NO COMPRA TABACO  
TIENE UN VICIO Y UNA VIRTUD, O SEA, EL VICIO  
DE FUMAR Y LA VIRTUD DE NO COMPRAR**

Quina lectura creieu és la més adequada? La de la contradicció inherent a la persona humana com pot ser, en la seva màxima expressió, la dicotomia entre el bé i el mal, o la que els dos adjectius són aplicables a persones astutes que es busquen la vida per gaudir-la fins i tot per sobre les seves possibilitats econòmiques, o la de simplement per ser "caradures"...

## I PER L'HIVERN... INAUGUREM VITRINA FRIGORÍFICA PER LA VENDA D'EMBOTITS I FORMATGES ARTESANS

Davant de la barra, tot just passada la recepció s'ha instal·lat una vitrina frigorífica per a la venda d'aquests productes de proximitat. Els embotits, berquadans; de Casserres i Sagàs. Els formatges, bagencs; d'Artés, Santpedor, Castellnou de Bages, Navàs i Sant Salvador de Guardiola.

Ja sigui en entrepà o a la carta, podràs degustar-los i si t'han agradat i no pots esperar a tornar, els pots comprar per endur-te'ls a casa i gaudir-los en família. Llonganissa, catalana, bisbe blanc i negre, xoriço, i fins i tot, sobrassada, i els formatges de vaca, cabra i ovella, de tous, de més curats, i fins i tot, un blau sorprenent!

## PROPOSTA PELS ÀPATS D'HIVERN... CIGRONS AMB BACALLÀ GRATINATS AMB ALLIOLI A L'ESTIL DE CAL CARTER ACOMPANYAT DEL VI SUMOLL DE JAIA VITICULTOR

AQUEST PLAT ÉS UN DELS TÍPICS DE CAL CARTER DE MURA, QUAN ANEU A FER L'EXCURSIÓ PROPOSADA EN AQUEST ALMANAC, SERÀ UNA BONA EXCUSA PER QUEDAR-VOS-HI A DINAR.

### INGREDIENTS PER A 4 PERSONES:

500 GR CIGRÓ PETIT CUIT · 200 GR BACALLÀ ESQUEIXAT A PUNT DE SAL · 100 GR ALLIOLI (PER SI EL VOLEU FER: ALL, OLI, ROVELL D'OU I SAL, TOT BEN LLIGAT!)

**Elaboració:** Per si voleu coure els cigrons: el dia abans els posarem en remull a la nevera amb aigua barrejada amb bicarbonat (la proporció depèn de la duresa de l'aigua). Escórrer i posar-los en una olla amb aigua bullint, abaixar el foc i tancar. Deixar bullir fins que s'estovin, afegir la sal, deixar uns 5 minuts més i retirar del foc destapat. Sortint de l'olla, barrejar els cigrons amb el bacallà esqueixat, posar l'allioli per sobre i gratinar.

*Vi Jaia Sumoll, de Jaia Viticultor. Vi negre d'un petit productor de Navàs, sense Celler. Sort d'una vinya espectacular de 90 anys, on encara es llaura amb mola. Feina molt manual. Varietat Sumoll, la més plantada al Bages al segle XIX. Criança en àmfora d'argila durant 6 mesos, que conserva la fruita. Vi molt fresc i elegant. Guanyador del Vinari d'Or al millor Sumoll de Catalunya.*

Bon profit!



## L'ENTREVISTA...

**AMB JORDI PERICH,** xef jubilat i copropietari del restaurant Cal Carter de Mura

**Per què creus que Mura és un dels pobles més visitats de Catalunya?**

Perquè té un encant, a Mura no s'ha construït com a la resta de pobles. No tenim urbanitzacions ni polígons, tenim lo de fa cent anys. Un poble de pedra envoltat d'una vegetació extraordinària.

**Per a tu, quin valor tenen les "Tines de pedra seca a peu de vinya"?**

Les tines són un exemple únic al món d'elaborar el vi a la mateixa vinya. Un patrimoni que ben portat i cuidat pot portar una riquesa enoturística i cultural única.

**Descobreix-nos els secrets de l'èxit de Cal Carter?**

El treball dur, la confiança en el nostre poble i forma de ser i que el públic ens ha acceptat.

**Moltes gràcies pel teu temps i compromís. Salut!**

