

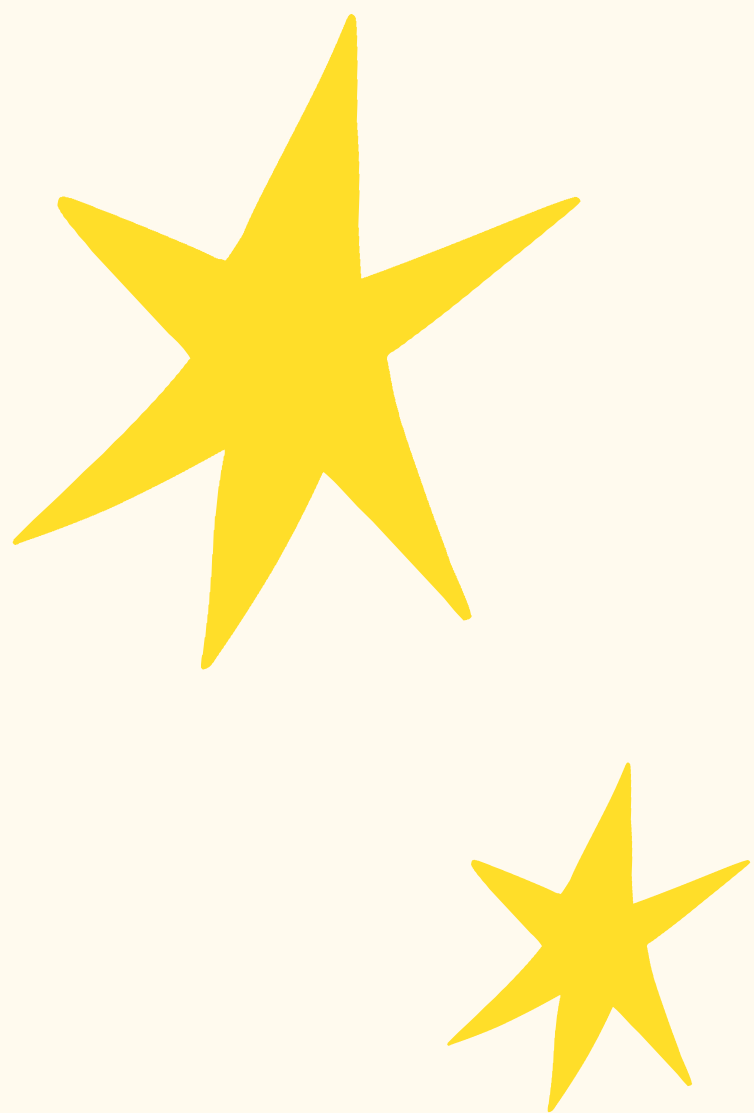
EL NADAL



A EUROPA

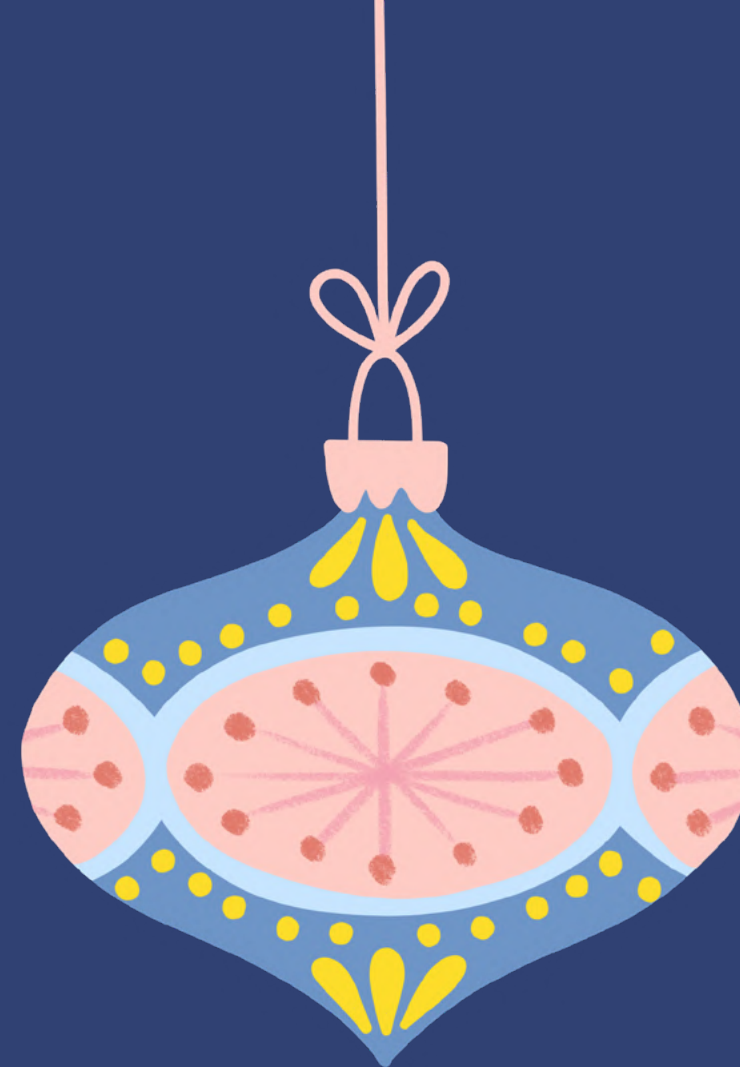






Aquest llibret neix gràcies a la participació voluntària de persones d'origen europeu que ara resideixen a Sitges. Totes elles han compartit les seves vivències i mirades personals, posant el seu granet de sorra amb la màxima generositat i fent possible el recull d'experiències, receptes i informació que ara podeu veure. Compartim un sol esperit i mil maneres de celebrar.

ÍNDEX



INTRODUCCIÓ	6 - 7
PAÏSOS	8 - 21
RECEPTES	22 - 57
DECORACIÓ	58 - 67
TRADICIONS	69 - 73

El Nadal és un llenguatge comú

Més enllà de les fronteres, cada comunitat celebra el Nadal amb els seus propis gestos, sabors i cançons. Cada país hi posa la seva llum, la seva música i la seva taula. Uns encenen espelmes, altres preparen dolços, alguns esperen la neu i tots esperem retrobar-nos.



A Sitges, on conviuen tantes cultures i accents, el Nadal és també un reflex d'aquesta diversitat. Cada tradició és una finestra oberta al món, un record que ens uneix en el més essencial: la il·lusió, la convivència i la calidesa de compartir.

Celebrem un Nadal viu i plural

ALEMANYA



- Idioma: Alemany
- Extensió: 357.022 km²
- Nombre d'habitants: 83.240.000 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Berlín
- Per Nadal es menja: Weihnachtsgans
- Nadala: O Tannenbaum



Frohe Weihnachten

Frohes Neues Jahr

(Bon Nadal)

(Bon any nou)

BÈLGICA



- Idioma: Neerlandès, Francès i Alemany
- Extensió: 30.528 km²
- Nombre d'habitants: 11.800.000 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Brussel·les
- Per Nadal es menja: Weihnachtsgans
- Nadala: Il est né le divin enfant



Vrolijk Kerstfeest

Gelukkig Nieuwjaar

(Bon Nadal)

(Bon any nou)

ÀUSTRIA



- Idioma: Alemany
- Extensió: 83.882 km²
- Nombre d'habitants: 9.158.750 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Viena
- Per Nadal es menja: Wiener Schnitzel
- Nadala: Stille Nacht



Frohe Weihnachten

Frohes Neues Jahr

(Bon Nadal)

(Bon any nou)

BULGÀRIA



- Idioma: Búlgar
- Extensió: 110.996 km²
- Nombre d'habitants: 6.450.000 hab.
- Moneda oficial: Lev (BGN)
- Capital: Sofia
- Per Nadal es menja: Pitka
- Nadala: Тиха нощ



Весела Коледа

Честита Нова Година

(Bon Nadal)

(Bon any nou)

CROÀCIA



- Idioma: Croat
- Extensió: 56.594 km²
- Nombre d'habitants: 3.850.000 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Zagreb
- Per Nadal es menja: Bakalar
- Nadala: U to vrijeme godišta



Sretan Božić

(Bon Nadal)

Sretna Nova Godina

(Bon any nou)

ESLOVÀQUIA



- Idioma: Eslovac
- Extensió: 49.035 km²
- Nombre d'habitants: 5.428.800 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Bratislava
- Per Nadal es menja: Kapustnica
- Nadala: Tichá noc



Veselé Vianoce

(Bon Nadal)

Šťastný Nový Rok

(Bon any nou)

DINAMARCA



- Idioma: Danès
- Extensió: 42.925 km²
- Nombre d'habitants: 5.961.249 hab.
- Moneda oficial: Corona danesa (DKK)
- Capital: Copenhaguen
- Per Nadal es menja: Flæskesteg
- Nadala: Et barn er født i Bethlehem



Glædelig Jul

(Bon Nadal)

Godt Nytår

(Bon any nou)

ESLOVÈNIA



- Idioma: Eslovè
- Extensió: 20.273 km²
- Nombre d'habitants: 2.116.800 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Ljubljana
- Per Nadal es menja: Potica
- Nadala: Sveta noč



Vesel božič

(Bon Nadal)

Srečno novo leto

(Bon any nou)

ESPANYA



- Idioma: Català, Gallec, Euskera i Espanyol
- Extensió: 505.983 km²
- Nombre d'habitants: 48.059.800 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Madrid
- Per Nadal es menja: Escudella i carn d'olla
- Nadala: El tamborilero



Bon Nadal / Bo Nadal
Eguberri on / Feliz Navidad

Bon any nou / Feliz aninovo
Urte berri on / Feliz Año nuevo

(Bon Nadal)

(Bon any nou)

FINLÀNDIA



- Idioma: Finès i Suec
- Extensió: 338.411 km²
- Nombre d'habitants: 5.564.000 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Hèlsinki
- Per Nadal es menja: Joulukinkku
- Nadala: Sylvian Joululaulu



Hyvää Joulua / God Jul

Onnellista Uutta Vuotta / Gott Nytt År

(Bon Nadal)

(Bon any nou)

ESTÒNIA



- Idioma: Estonià
- Extensió: 45.336 km²
- Nombre d'habitants: 1.365.900 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Tallin
- Per Nadal es menja: Verivorst
- Nadala: Tiliseb, tiliseb aisakell



Häid joule

(Bon Nadal)

Head uut aasta

(Bon any nou)

FRANÇA



- Idioma: Francès
- Extensió: 638.475 km²
- Nombre d'habitants: 68.070.700 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: París
- Per Nadal es menja: Bûche de Noël
- Nadala: Mon Beau Sapin



Joyeux Noël

(Bon Nadal)

Bonne et Heureuse Année

(Bon any nou)

GRÈCIA

- Idioma: Grec
- Extensió: 131.694 km²
- Nombre d'habitants: 10.394.100 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Atenes
- Per Nadal es menja: Παστίτσιο
- Nadala: Κάλαντα Χριστουγέννων

Καλά Χριστούγεννα

(Bon Nadal)

Καλή Χρονιά

(Bon any nou)



IRLANDA

- Idioma: Anglès i Irlandès (gaèlic)
- Extensió: 69.947 km²
- Nombre d'habitants: 5.194.300 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Dublín
- Per Nadal es menja: Sherry Trifle
- Nadala: The Wexford Carol

Merry Christmas / Nollaig Shona Duit

(Bon Nadal)

Happy New Year / Athbhliain faoi mhaise duit

(Bon any nou)



HONGRIA

- Idioma: Hongarès
- Extensió: 93.030 km²
- Nombre d'habitants: 9.539.500 hab.
- Moneda oficial: Forint (HUF)
- Capital: Budapest
- Per Nadal es menja: Bejgli
- Nadala: Mennyből az angyal

Boldog Karácsonyt

(Bon Nadal)

Boldog Új Évet

(Bon any nou)



ITÀLIA

- Idioma: Italià
- Extensió: 302.079 km²
- Nombre d'habitants: 58.850.700 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Roma
- Per Nadal es menja: Pesce al forno
- Nadala: Tu scendi dalle stelle

Buon Natale

(Bon Nadal)

Felice Anno Nuovo

(Bon any nou)



LETÒNIA



- Idioma: Letó
- Extensió: 64.586 km²
- Nombre d'habitants: 1.883.000 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Riga
- Per Nadal es menja: Skābētā cūka
- Nadala: Ziemassvētku vakars



Priecīgus Ziemassvētkus

(Bon Nadal)

Laimīgu Jauno gadu

(Bon any nou)

LUXEMBURG



- Idioma: Luxemburguès, Francès i Alemany
- Extensió: 2.586 km²
- Nombre d'habitants: 660.800 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Luxemburg
- Per Nadal es menja: Bouneschlupp
- Nadala: Léiwe Kleeschen



Schéi Chrëschtdeeg / Joyeux Noël
Frohe Weihnachten

(Bon Nadal)

Schéint Neit Joer / Bonne Année
Frohes Neues Jahr

(Bon any nou)

LITUÀNIA



- Idioma: Lituà
- Extensió: 65.284 km²
- Nombre d'habitants: 2.857.300 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Vilnius
- Per Nadal es menja: Cepelinai
- Nadala: Tyli naktis



Linksmų Kalėdų

(Bon Nadal)

Laimingų Naujųjų Metų

(Bon any nou)

MALTA



- Idioma: Maltès i Anglès
- Extensió: 316 km²
- Nombre d'habitants: 542.100 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: La Valetta
- Per Nadal es menja: Qagħaq tal-Għasel
- Nadala: Illejla ta' Lejlet il-Milied



Il-Milied it-Tajeb / Merry Christmas

(Bon Nadal)

Is-Sena t-Tajba / Happy New Year

(Bon any nou)

PAÏSOS BAIXOS



- Idioma: Neerlandès
- Extensió: 37.378 km²
- Nombre d'habitants: 17.811.300 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Amsterdam
- Per Nadal es menja: Kerststol
- Nadala: Stille Nacht



Vrolijk Kerstfeest

(Bon Nadal)

Gelukkig Nieuwjaar

(Bon any nou)

PORTUGAL



- Idioma: Portuguès
- Extensió: 92.227 km²
- Nombre d'habitants: 10.467.400 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Lisboa
- Per Nadal es menja: Bacalhau de Natal
- Nadala: A todos um Bom Natal



Feliz Natal

(Bon Nadal)

Feliz Ano Novo

(Bon any nou)

POLÒNIA



- Idioma: Polonès
- Extensió: 311.928 km²
- Nombre d'habitants: 36.753.700 hab.
- Moneda oficial: Zloty (PLN)
- Capital: Varsòvia
- Per Nadal es menja: Barszcz z uszkami
- Nadala: Bóg się rodzi



Wesołych Świąt

(Bon Nadal)

Szczęśliwego Nowego Roku

(Bon any nou)

REGNE UNIT



- Idioma: Anglès
- Extensió: 243.610 km²
- Nombre d'habitants: 68.500.000 hab.
- Moneda oficial: lliura esterlina (£)
- Capital: Londres
- Per Nadal es menja: Roast turkey
- Nadala: We Wish You a Merry Christmas



Merry Christmas

(Bon Nadal)

Happy New Year

(Bon any nou)

ROMANIA



- Idioma: Romanès
- Extensió: 238.398km²
- Nombre d'habitants: 19.051.600 hab.
- Moneda oficial: Leu (RON)
- Capital: Bucarest
- Per Nadal es menja: Sarmale
- Nadala: O, ce veste minunată



Crăciun Fericit

(Bon Nadal)

La Mulți Ani

(Bon any nou)

TXÈQUIA



- Idioma: Txec
- Extensió: 78.871 km²
- Nombre d'habitants: 10.827.500 hab.
- Moneda oficial: Corona txeca (CZK)
- Capital: Praga
- Per Nadal es menja: Smažený kap
- Nadala: Nesem vám noviny



Veselé Vánoce

(Bon Nadal)

Šťastný Nový Rok

(Bon any nou)

SUÈCIA



- Idioma: Suec
- Extensió: 447.424 km²
- Nombre d'habitants: 10.521.600 hab.
- Moneda oficial: Corona sueca (SEK)
- Capital: Estocolm
- Per Nadal es menja: Lussekatter
- Nadala: Nu tändas tusen juleljus



God Jul

(Bon Nadal)

Gott Nytt År

(Bon any nou)

XIPRE



- Idioma: Grec i Turc
- Extensió: 9.251 km²
- Nombre d'habitants: 920.700 hab.
- Moneda oficial: Euro (€)
- Capital: Nicòsia
- Per Nadal es menja: Kleftiko
- Nadala: Κάλαντα Χριστουγέννων



Καλά Χριστούγεννα /
Mutlu Noeller

(Bon Nadal)

Καλή Χρονιά / Mutlu Yıllar

(Bon any nou)

El Nadal es viu amb tots els sabors

Cada país aporta els seus plats que omplen de sabor i calidesa aquestes festes. Des dels dolços més coneguts fins als plats tradicionals, cada recepta explica una història i una manera de celebrar Nadal.



Les receptes són una manera de connectar amb tradicions i històries que ens apropen i ens uneixen. Compartir aquests sabors és també una forma de conèixer els gestos i costums que fan especial cada celebració.

Descobrir cultures a través de la taula

RECEPTES DE NADAL



SOPES I ENTRANTS	26 - 29
PASTES	30 - 31
CARNS	32 - 41
PEIXOS	42 - 46
DOLÇOS	47 - 54
PA I MASSES	55 - 57

KAPUSTNICA

SOPA DE COL FERMENTADA

- **500g de col fermentada (chucrut)**
- **1 ceba**
- **2 dents d'all**
- **100g de bolets secs**
- **1 salsitxa fumada**
- **Pebre vermell dolç**
- **1 fulla de llorer**
- **Sal, pebre, oli**



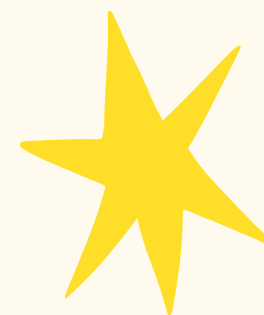
COM CUINAR-HO?

- Sofregeix la ceba i els alls picats en una olla amb una mica d'oli fins que estiguin daurats.
- Afegeix la col fermentada, els bolets rehidratats i la fulla de llorer.
- Cobreix amb aigua i deixa coure a foc lent uns 25-30 min. remenant de tant en tant.
- Incorpora la salsitxa fumada tallada i deixa que s'infusi 10 min. més.
- Retira la fulla de llorer i rectifica de sal, pebre i pebre vermell al gust. Serveix ben calent.

BOUNESCHLUPP

SOPA DE MONGETES VERDES

- **400g de mongetes verdes**
- **2 patates**
- **150g de bacon**
- **1 ceba**
- **1 litre de brou de carn**
- **1-2 dents d'all**
- **Sal i pebre**



COM CUINAR-HO?

- Escalfa oli o mantega en una olla i daura la ceba i l'all fins que agafin color.
- Afegeix les patates i les mongetes verdes i remena per barrejar-ho tot.
- Aboca el brou i porta-ho a ebullició.
- Redueix el foc i cou la sopa uns 20-25 min. fins que les verdures estiguin tendres.
- Incorpora el bacon tallat a daus i deixa coure uns 5-10 min. més perquè desprengui sabor.
- Rectifica de sal i pebre segons el gust.



BARSZCZ Z USZKAMI

SOPA DE REMOLATXA AMB MINI RAVIOLIS

- **500ml de caldo de carn**
- **3-4 remolatxes**
- **200g de uszka**
- **1 ceba**
- **1 dent d'all**
- **1 cullerada de vinagre**
- **Sal i pebre**



COM CUINAR-HO?

- Col·loca les remolatxes i l'all en una olla amb aigua. Porta-ho a ebullició, després deixa refredar lentament.
- Repeteix el procés amb la mateixa remolatxa per intensificar el sabor.
- Combina-ho amb sal, pebre, vinagre i una mica de mantega. Escalfa a foc suau.
- Mentrestant, bull els uszka segons les instruccions del paquet i eboca-ls al caldo. Pots ajustar l'acidesa amb la sal i el pebre.
- Serveix calenta, ideal per Nadal, amb un toc de crema agra si vols.

ESCUDELLA I CARN D'OLLA

COM CUINAR-HO?

- Col·loca la vedella i el pollastre en una olla amb aigua i porta-ho a ebullició; retira l'escuma.
- Pela i talla patates i nap a daus, pastanagues a rodanxes i ceba picada; afegeix-les a l'olla.
- Barreja la carn picada amb l'ou, pa ratllat, all, julivert, sal i pebre i forma pilotes petites.
- Afegeix les pilotes al caldo i cou 15-20 min. fins que estiguin fermes.
- Afegeix la pasta de galets i cou el temps que indiqui.
- Serveix la sopa calenta amb verdures, pilotes i pasta.

- **500g de vedella**
- **300g de pollastre**
- **300g de galets**
- **3 patates**
- **2 pastanagues**
- **1 nap petit**
- **1 ceba**
- **200g de carn picada**
- **1 ou**
- **Pa ratllat**
- **1 all i julivert**
- **Sal i pebre**



PASTÍTSIO

LASANYA DE MACARRONS AMB CARN I BEIXAMEL

- **400g macarrons**
- **500g carn picada**
- **1 ceba**
- **2 alls**
- **400g tomàquet triturat**
- **Formatge ratllat**
- **80g mantega**
- **80g farina**
- **1L llet**
- **3 ous**
- **Oli d'oliva**
- **Canyella i nou moscada**
- **Sal i pebre**



COM CUINAR-HO?

- Bull la pasta, escorre-la i barreja-la amb 2 ous i el formatge.
- Sofregeix la ceba i l'all; afegeix la carn i daura-la.
- Incorpora el tomàquet, canyella, sal i pebre; cou 25 min. fins que espesseixi.
- Fes la beixamel: fon la mantega, afegeix la farina 1 min. i incorpora la llet fins espessir; afegeix 1 ou i nou moscada.
- Muntatge: posa la pasta a la base, afegeix el ragú i cobreix amb la beixamel.
- Enforna a 180 °C durant 40–45 min. i deixa reposar 15 min. abans de servir.

CANELONS

COM CUINAR-HO?

- Bull les plaques de canelons (segons el paquet).
- Sofregeix la ceba, la pastanaga i els alls.
- Afegeix la carn picada i daura-la.
- Incorpora el tomàquet fregit, sal i pebre; cou 15–20 min.
- Reparteix el farcit sobre les plaques i enrotlla els canelons.
- Fes la beixamel: fon la mantega, afegeix la farina 1 min., incorpora la llet fins espessir; sal, pebre i nou moscada.
- Posa els canelons en una safata, cobreix amb beixamel i formatge ratllat; gratina al forn a 200 °C 10–15 min.

- **Plaques de canelons**
- **400g de carn picada**
- **Formatge ratllat**
- **1 ceba**
- **1 pastanaga**
- **2 grans d'all**
- **Tomàquet fregit**
- **1L llet**
- **60g mantega**
- **60g farina**
- **Sal, pebre i nou moscada**



WEIHNACHTSGANS

OCA ROSTIDA

- **1 oca d'uns 4 kg**
- **2 pomes**
- **2 cebes**
- **3 branques de farigola**
- **Sal, pebre i oli**
- **1 got de brou**

COM CUINAR-HO?

- Neteja bé l'oca i assaona-la amb sal i pebre, tant per dins com per fora.
- Farceix-la amb les pomes, les cebes tallades i la farigola.
- Col·loca-la en una safata de forn amb una mica d'oli i el brou.
- Cou-la al forn a 180 °C durant unes 2 hores i mitja, regant-la de tant en tant amb el seu propi suc.
- Quan la pell estigui daurada i cruixent, deixa-la reposar uns minuts abans de servir.
- Es pot acompanyar amb col lombarda, patates o pomes rostides.



WIENER SCHNITZEL

ESCALOPA DE VEDELLA ARREBOSSADA I FREGIDA

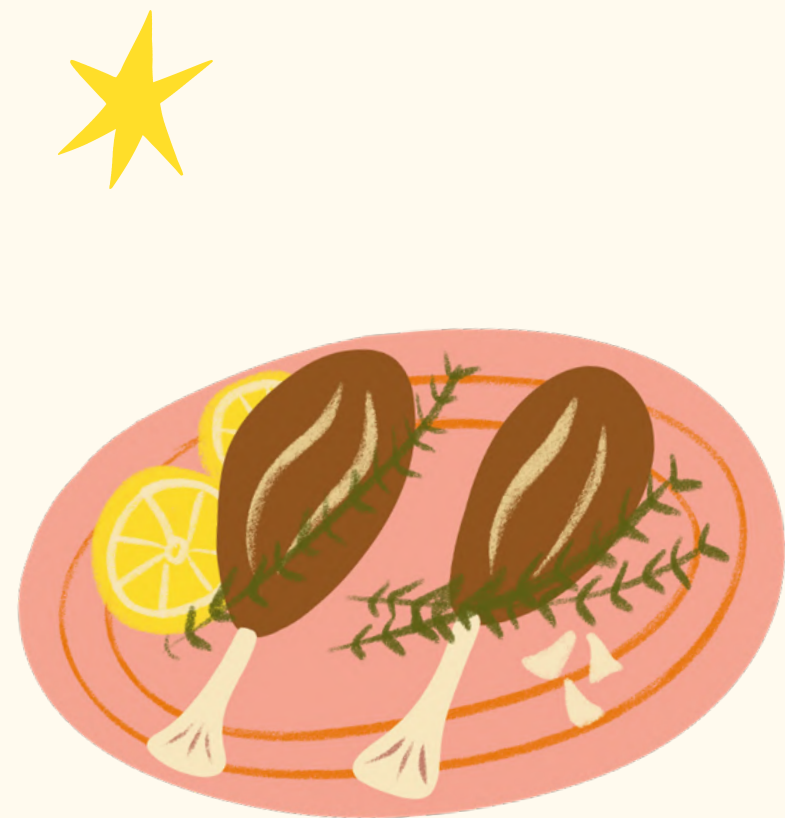
- **4 filets de vedella**
- **Farina**
- **2 ous**
- **Pa ratllat**
- **Sal, pebre**
- **Oli girasol**

COM CUINAR-HO?

- Aplana els filets de vedella per deixar-los ben fins.
- Salpebra'ls lleugerament.
- Prepara tres plats: farina, ou batut i pa ratllat.
- Arrebossa primer amb farina, després amb ou i finalment amb pa ratllat (sense apretar massa).
- Fregiu cada filet fins que quedi daurat i cruixent, girant-lo només un cop.
- Deixa'ls sobre paper i serveix amb llimona i julivert.



- **1,5kg de cuixa de xai a trossos**
- **3 patates**
- **1 ceba**
- **3 alls**
- **1 llimona**
- **Oli d'oliva**
- **Orenga i romaní**
- **Sal i pebre**



KLEFTIKO

XAI AL FORN AMB LLIMONA I HERBES

COM CUINAR-HO?

- Marina el xai amb el suc de la llimona, els alls picats, oli, orenga, romaní, sal i pebre (30 min.).
- Talla les patates i la ceba a trossos grans.
- Posa el xai i les verdures al mig d'un paper de forn i tanca'l ben hermètic com un paquet.
- Enforna 3 hores a 160 °C fins que la carn es desfaci.
- Obre el paper els últims 10 min. per daurar.
- Serveix-ho amb el seu propi suc i les patates ben tendres.

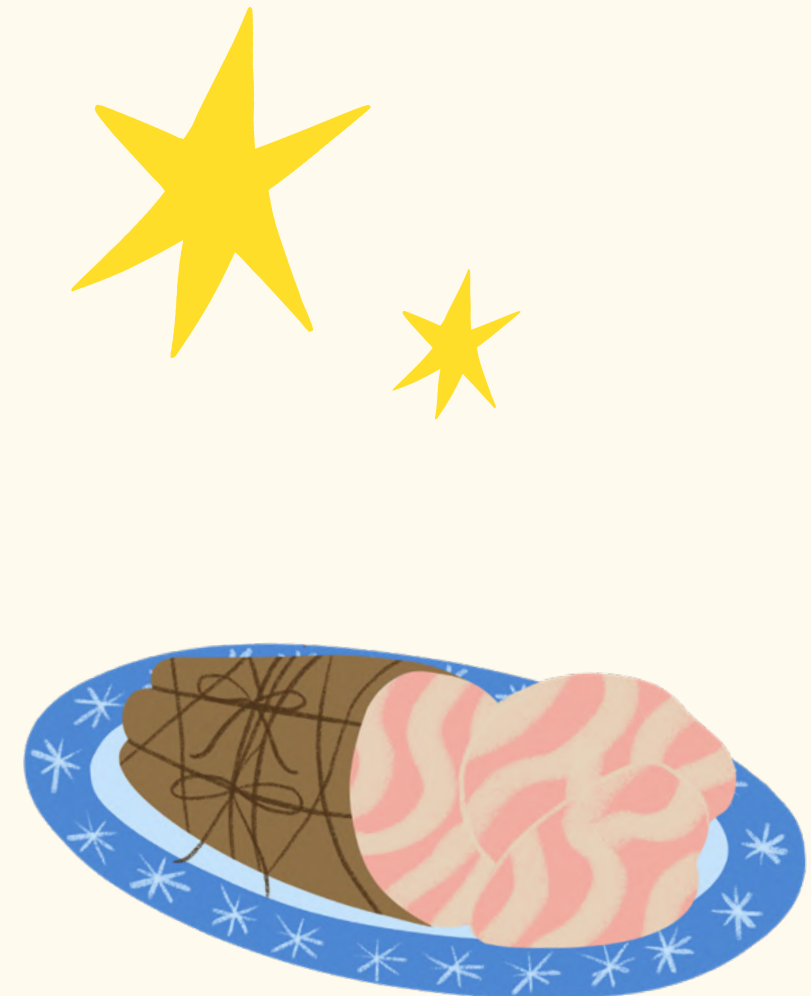


FLÆSKESTEG

LLOM DE PORC ROSTIT

COM CUINAR-HO?

- Preescalfa el forn a 200 °C.
- Fes uns talls en diagonal a la pell del porc.
- Salpebra bé la carn per dins i per fora; clava els claus.
- Col·loca la carn en una safata amb una mica d'oli.
- Enforna 15 min. a 200 °C per ajudar a que la pell comenci a pujar.
- Baixa el forn a 160 °C i cou 1-1,5 hores.
- Puja la temperatura a 220 °C els últims 15 min. per fer la pell cruixent.
- Deixa reposar 10 min. abans de tallar i servir.



- **1,5kg de llom de porc**
- **Sal gruixuda**
- **Pebre negre**
- **50g de claus**
- **Oli d'oliva**

VERIVORST

BOTIFARRA DE SANG AMB COL FERMENTADA

- **500g de sang de porc**
- **250g de carn de porc picada**
- **150g de greix de porc**
- **1 ceba**
- **100g de civada**
- **Sal i pebre**
- **Budells nets per embotir**
- **Mantega per fregir**
- **400g de surkål**



COM CUINAR-HO?

- Barreja sang, carn, greix, ceba, civada, sal i pebre fins tenir una massa homogènia.
- Omple els budells nets amb la mescla, formant botifarres de 15–20 cm i lliga els extrems.
- Bull les botifarres a 80 °C durant 15–20 min. sense que bullin fort.
- Refreda-les lleugerament i fregiu-les amb llard o mantega fins que quedin daurades.
- Escalfa la col fermentada i serveix-la al costat de les botifarres.
- Serveix tot calent, amb la botifarra cruixent i la col àcida al costat.



JOULUKINKKU

PERNIL DE PORC AL FORN

COM CUINAR-HO?

- Preescalfa el forn a 175 °C.
- Col·loca el pernil en una safata per al forn.
- Barreja la mostassa i la mel; pinta tota la superfície del pernil.
- Clava els claus a la pell i salpebra al gust.
- Enforna 1–1,5 hores, fins que estigui calent i daurat.
- Si vols, gratina amb una mica de sucre morè els últims 10–15 min.
- Deixa reposar 10 min abans de tallar i servir.



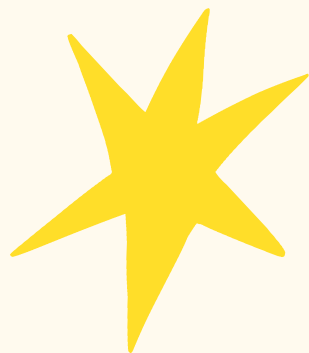
- **1 pernil de porc cuit i esmollat**
- **2 cullerades de mostassa**
- **2 cullerades de mel**
- **Sal i pebre**
- **50g de claus**



SKĀBĒTĀ CŪKA

PORC ROSTIT AMB COL FERMENTADA

- **1,5kg de porc rostit**
- **Col fermentada**
- **Oli d'oliva**
- **1 ceba**
- **2 grans d'all**
- **Sal i pebre**
- **Sucre**



COM CUINAR-HO?

- Preescalfa el forn a 180 °C.
- Talla el porc a trossos grans i salpebra'l.
- Sofregeix la ceba i l'all picats amb oli, afegeix la col fermentada i una mica de sucre; deixa coure 5 min.
- Col·loca el porc i la col en una safata per al forn.
- Enforna 1–1,5 hores, regant amb el seu suc, fins que el porc estigui tendre i daurat.
- Serveix calent, amb la col al costat del porc.



CEPELINAI

BOLES DE PATATA FARCIDES DE CARN

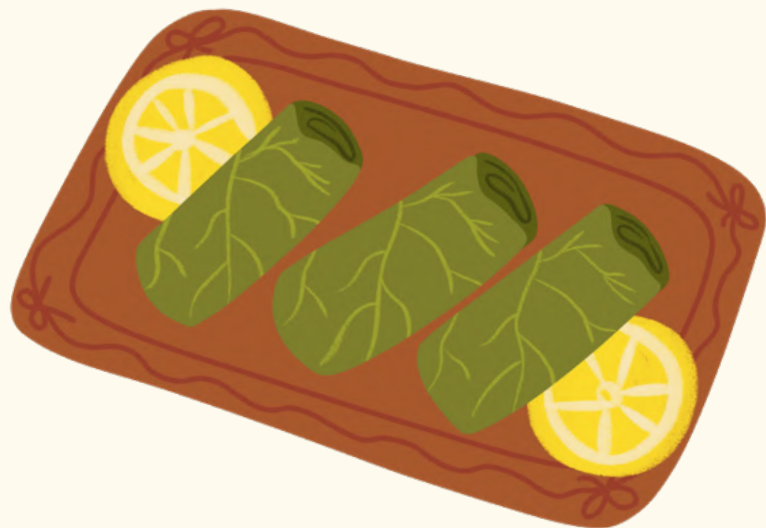
- **1kg de patates**
- **250g de patates**
- **400g de carn picada**
- **150g de bacó**
- **1 ceba**
- **Sal i pebre**
- **1 ou**
- **Farina**



COM CUINAR-HO?

- Pela i cou les patates, deixa-les refredar i fes-ne puré; barreja amb les patates crues ratllades i una mica de farina fins obtenir una massa manejable.
- Barreja la carn picada amb la ceba, sal i pebre.
- Forma pilotes allargades amb la massa de patata i omple-les amb la carn. Segella bé.
- Bull els Cepelinai en aigua amb sal 30–40 min. fins que surin i estiguin cuits.
- Frega el bacon a daus fins que quedi cruixent i serveix-lo al costat.

- **500g de carn picada**
- **100g d'arròs**
- **1 ceba**
- **Fulles de col fermentada**
- **Pasta de tomàquet**
- **Sal i pebre**
- **Boia dolça**
- **Fonoll i llorer**



SARMALE

ROTLLETS DE COL FARCITS

COM CUINAR-HO?

- Barreja la carn picada amb l'arròs, la ceba picada, sal, pebre, boia i fonoll.
- Col·loca una porció de la barreja a cada fulla de col i forma rotllets ben tancats.
- Col·loca els rotllets en una olla, afegeix pasta de tomàquet, fulles de llorer i una mica d'aigua fins cobrir-los.
- Cou a foc lent 1–1,5 hores, vigilant que no s'enganxin i afegint aigua si cal.
- Serveix calents, regant-los amb el suc de cocció.



ROAST TURKEY

GALL DINDI ROSTIT

COM CUINAR-HO?

- Preescalfa el forn a 180 °C.
- Salpebra el gall dindi per dins i per fora. Barreja mantega, all i herbes i unta-la sobre la carn.
- Col·loca el gall dindi en una safata amb la ceba i la pastanaga al voltant.
- Enforna 2–3 hores, regant amb el suc de tant en tant.
- Comprova que la carn estigui cuïta (la temperatura interna ha de ser 75 °C).
- Deixa reposar 15 min. abans de tallar i servir.



- **1 gall dindi sencer**
- **50g de mantega**
- **2 grans d'all**
- **Farigola i romaní**
- **Sal i pebre**
- **1 ceba**
- **1 pastanaga**
- **Oli d'oliva**



- **800g de bacallà dessalat**
- **4 patates**
- **1 ceba**
- **2 grans d'all**
- **Oli d'oliva**
- **Sal i pebre**
- **Julivert fresc**



BAKALAR

BACALLÀ AMB CEBÀ I PATATES

COM CUINAR-HO?

- Pela les patates i talla-les a daus; bull-les fins que estiguin tendres.
- Talla el bacallà a trossos i assegura't que estigui dessalat.
- Sofregeix la ceba i l'all picats amb oli fins que estiguin daurats.
- Afegeix el bacallà i les patates, salpebra al gust i deixa coure uns minuts perquè s'integrin els sabors.
- Serveix calent, amb julivert fresc picat per sobre.



CALAMARS FARCITS

- **6 calamars grans nets**
- **200g de carn picada**
- **100g de gambes pelades**
- **1 ceba**
- **2 grans d'all**
- **50g de pa ratllat**
- **Oli d'oliva**
- **Sal i pebre**
- **Julivert fresc**



COM CUINAR-HO?

- Pica la ceba i l'all, sofregeix-los amb oli fins que estiguin daurats.
- Barreja la carn picada amb les gambes, la ceba sofregida, el pa ratllat, sal, pebre i julivert.
- Omple els calamars amb la barreja i tanca'ls amb escuradents.
- En una paella gran, fregeix els calamars farcits amb una mica d'oli fins que estiguin daurats, després afegeix una mica d'aigua i cou a foc lent 15-20 min.
- Serveix calents, tallats a rodanxes o sencers, regats amb el suc de coccio.

PESCE AL FORNO

PEIX AL FORN

- **1 llobarro**
- **2 patates**
- **1 llimona**
- **2 grans d'all**
- **Oli d'oliva**
- **Romaní**
- **Orenga**
- **Sal i pebre**

COM CUINAR-HO?

- Preescalfa el forn a 190 °C.
- Talla les patates a rodanxes i posa-les en una safata amb oli, sal i pebre.
- Col·loca el llobarro net a sobre i assaona amb sal, pebre, all picat, romaní i orenga.
- Afegeix rodanxes de llimona i un bon raig d'oli.
- Enforna 25–30 min. fins que el peix estigui tendre i les patates cuites.
- Serveix el llobarro amb les patates i el seu suc, i afegeix una mica més de llimona fresca al gust.



BACALHAU DE NATAL

BACALLÀ BULLIT

- **800g de bacallà dessalat**
- **4 patates**
- **2 pastanagues**
- **2 ous**
- **1 ceba**
- **2 grans d'all**
- **Oli d'oliva**
- **Sal i pebre**
- **Julivert fresc**

COM CUINAR-HO?

- Bull les patates i les pastanagues tallades a rodanxes.
- Bull els ous durant 10 min. pela'ls i reserva'ls.
- Cou el bacallà en aigua: quan arrenqui el bull, deixa'l 5 min. retira'l i esmicola'l.
- Sofregeix la ceba i els alls picats amb oli.
- Afegeix-hi el bacallà esmicolat, salpebra i salta-ho tot junt un parell de minuts.
- Munta el plat amb patates, pastanagues i el bacallà amb ceba, afegeix els ous tallats, rega amb oli i afegeix julivert.



SMAŽENÝ KAPR

CARPA ARREBOSSADA AMB AMANIDA DE PATATA

- **1 carpa sencera**
- **100g de farina**
- **2 ous**
- **100g de pa ratllat**
- **Oli de girasol**
- **Sal i pebre**
- **Llimona**
- **500g de patates**
- **1 ceba**
- **Oli i vinagre**

COM CUINAR-HO?

- Neteja bé la carpa i talla-la a trossos; salpebra cada tros.
- Arrebossa-la amb farina, ou batut i pa ratllat.
- Fregiu els trossos de carpa fins que quedin daurats i cruixents. Escorre'ls sobre paper absorbent.
- Mentrestant, bull les patates amb pell fins que estiguin tendres; pela-les i talla-les a daus o rodanxes.
- Pica la ceba i barreja-la amb les patates, afegeix una mica d'oli i vinagre al gust.
- Serveix la carpa arrebossada acompanyada de l'amanida de patata i unes rodanxes de llimona per afegir frescor.



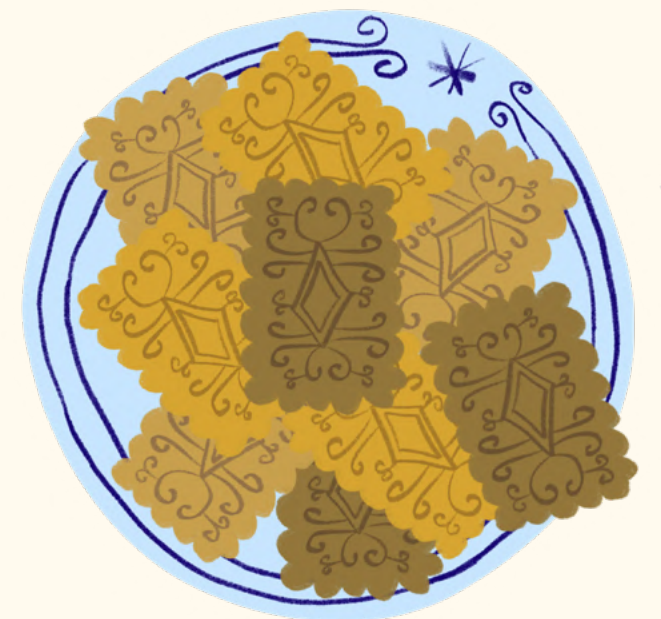
SPECULOOS

GALETES DE CANYELLA I ESPÈCIES

COM CUINAR-HO?

- Barreja la mantega amb el sucre fins que quedi cremós.
- Afegeix l'ou i remena bé.
- Incorpora la farina, 1 culleradeta de canyella, $\frac{1}{2}$ culleradeta de gingebre, $\frac{1}{4}$ culleradeta de nou moscada, $\frac{1}{4}$ culleradeta de clau mòlt, 1 culleradeta de llevat en pols i una mica de sal; pasta fins a que sigui homogeni.
- Estira la massa i talla les galetes amb motlles.
- Col·loca-les en una safata amb paper de forn i enfora a 180 °C durant 12 min. fins que estiguin daurades.
- Deixa refredar i serveix.

- **250g de farina**
- **125g de mantega**
- **125g de sucre morè**
- **1 ou**
- **Canyella**
- **Gingebre en pols**
- **Nou moscada**
- **Clau mòlt**
- **Levat en pols**
- **Sal**



POTICA

ROTLLE DOLÇ DE NOUS

- **400g de farina**
- **200ml de llet**
- **50g de mantega**
- **1 ou**
- **150g de nous**
- **50g de sucre**
- **½ culleradeta de canyella**
- **Sal**
- **Ratlladura de llimona**



COM CUINAR-HO?

- Dissol el llevat en la llet tèbia amb una mica de sucre. Barreja amb la farina, l'ou, la mantega i la sal; pasta fins a obtenir una massa elàstica i deixa-la reposar 1 hora.
- Barreja les nous mòltes amb el sucre i la canyella per al farcit.
- Estira la massa, unta el farcit i enrotlla-la formant un cilindre.
- Col·loca el rotlle en un motlle de corona i enfora a 180 °C durant 35–40 min. fins que estigui daurat.
- Deixa refredar abans de servir.

BÛCHE DE NOËL

TRONC DE NADAL

- **4 ous**
- **100g de sucre**
- **100g de farina**
- **50g de cacau en pols**
- **200ml de nata per muntar**
- **50g de sucre glacé**
- **Xocolata negra**

COM CUINAR-HO?

- Preescalfa el forn a 180 °C. Bat els 4 ous amb el sucre fins que la mescla quedi espumosa.
- Incorpora la farina i el cacau tamisats.
- Estira la massa sobre una safata amb paper de forn i enfora 10–12 min. Deixa refredar sobre un drap net i humit, i enrotlla-la amb cura.
- Munta la nata amb el sucre glacé i unta-la sobre el rotlle. Torna a enrotllar i deixa refredar.
- Decora amb xocolata fosa, cacau en pols o sucre glacé, simulant l'escorça d'un tronc, i serveix.



- **400g de farina**
- **150g de mante-
ga**
- **100ml de llet**
- **50g de sucre**
- **1 ou**
- **10g de llevat
fresc**
- **Sal**
- **200g de nous**
- **50g de sucre**
- **Ratlladura de
llimona**



BEJGLI

BRAÇ FARCIT DE ROSELLA O NOUS

COM CUINAR-HO?

- Dissol el llevat en la llet tè-bia amb una mica de sucre. Barreja amb farina, mantega, ou i sal; pasta fins a obtenir una massa elàstica i deixa-la reposar fins que dobli volum.
- Prepara el farcit barrejant les nous amb sucre i ratlladura de llimona.
- Estira la massa, unta el farcit i enrotlla-la formant un cilindre.
- Col·loca el rotlle en una safata, pinta'l amb ou batut i enfora fins que estigui daurat.
- Deixa refredar abans de tallar i servir.



SHERRY TRIFLE

TRONC DE NADAL

COM CUINAR-HO?

- Talla el pa de pessic a trossos i mulla'ls amb sherry.
- Col·loca una capa de pa de pessic al fons del bol.
- Afegeix una capa generosa de crema pastissera i reparteix les maduixes tallades per sobre.
- Repeteix les capes de pa, crema i fruita fins a omplir el recipient.
- Cobreix amb la crema muntada i decora amb fruits secs al gust.
- Refrigera almenys unes hores perquè els sabors s'integrin i el trifle quedi ben fresc abans de servir.



- **200g de pa de
pessic**
- **150ml de sherry**
- **300ml de crema
pastissera**
- **200g de
maduixes**
- **250ml de crema
muntada**
- **Gelatina de
fruita**
- **Fruits secs per
decorar**



PANETTONE

PA DOLÇ DE NADAL ITALIÀ

- **500g de farina**
- **150g de sucre**
- **150g de mantega**
- **200ml de llet**
- **4 ous**
- **15g de llevat fresc**
- **Sal**
- **Ratlladura de llimona i taronja**
- **150g de panses**



COM CUINAR-HO?

- Dissol el llevat en la llet tèbia amb una mica de sucre i barreja amb farina, ous, mantega, sucre restant, ratlladura i sal; pasta fins a obtenir una massa elàstica.
- Incorpora les panses, repartint-les bé per tota la massa.
- Deixa reposar la massa fins que dobli volum.
- Col·loca-la en un motlle alt i enfora fins que estigui daurada i cuïta per dins.
- Deixa refredar abans de tallar i servir.



QAGHAQ TAL-GHASEL

PASTÍS DE MEL

- **300g de farina**
- **150g de sucre**
- **100g de mantega**
- **2 ous**
- **100ml de mel**
- **50ml de llet**
- **1 culleradeta de canyella**
- **½ culleradeta de nou moscada**
- **Sal**



COM CUINAR-HO?

- Barreja la mantega amb el sucre fins que quedi cremós i afegeix els ous un a un.
- Incorpora la farina, la mel, la llet, la canyella, la nou moscada i una mica de sal; pasta fins a obtenir una massa homogènia i suau.
- Forma la massa en petites rodes, procurant que tinguin un gruix uniforme, i col·loca-les sobre una safata amb paper de forn.
- Enfora a 180 °C fins que estiguin daurades.
- Deixa refredar completament abans de servir perquè la textura i els sabors es consolidin.

TORRONS I NEULES

Sitges

Per al torró

- **200g d'ametlles torrades**
- **150g de sucre**
- **100g de mel**
- **1 clara d'ou**

Per a les neules

- **100g de farina**
- **50g de sucre**
- **50g de mantega**
- **1 ou**
- **50ml de llet**



COM CUINAR-HO?

Torró

- Torra les ametlles i deixa-les refredar.
- Escalfa la mel amb el sucre fins que es dissolgui i afegeix la clara batuda.
- Incorpora les ametlles i barreja bé; aboca-ho en un motlle i deixa refredar.

Neules

- Barreja la farina, el sucre, la mantega, l'ou i la llet fins a obtenir una massa suau.
- Estira la massa fina sobre una planxa calenta i cuina fins a daurar.
- Enrotlla immediatament i deixa refredar.

PITKA

PA DOLÇ BÚLGAR

Bulgària

COM CUINAR-HO?

- Dissol el llevat en la llet tèbia amb una mica de sucre i barreja amb farina, ou, mantega, sucre restant i sal; pasta fins a obtenir una massa elàstica.
- Deixa reposar fins que dobli volum.
- Dona forma de pa rodó o trencat, pinta amb ou i fes uns talls a la superfície.
- Enforna fins que estigui daurat i cuit per dins.
- Deixa refredar abans de tallar i servir.

- **500g de farina**
- **200ml de llet**
- **2 ous**
- **15g de llevat fresc**
- **50g de sucre**
- **50g de mantega**
- **Sal**



KERSTSTOL

PA DOLÇ DE NADAL

- **500g de farina**
- **250ml de llet**
- **50g de sucre**
- **15g de llevat fresc**
- **100g de mantega**
- **150g de panses i fruita confitada**
- **50g d'ametlles**
- **1 ou**
- **Sal**
- **Sucre glacé**



COM CUINAR-HO?

- Dissol el llevat en la llet tèbia amb una mica de sucre i barreja amb farina, ou, mantega i sal; pasta fins a obtenir una massa elàstica.
- Incorpora les panses, la fruita confitada i les ametlles mòltes, repartint bé per tota la massa.
- Deixa reposar fins que dobli volum.
- Forma un pa ovalat, col·loca en una safata i enfora fins que estigui daurat i cuit per dins.
- Deixa refredar, empolvora amb sucre glas i serveix.



LUSSEKATTER

PANETS DE SANTA LLÚCIA

COM CUINAR-HO?

- Dissol el llevat en llet tèbia amb una mica de sucre i afegeix la mantega fosa i el safrà; barreja amb farina, ous, sucre restant i sal per formar una massa elàstica.
- Deixa reposar la massa fins que dobli volum.
- Forma els rotllets amb la massa fent les característiques espirals i col·loca les panses al centre de cada rotllet.
- Pinta amb ou batut i enfora fins que estiguin daurats.
- Deixa refredar abans de servir.



- **500g de farina**
- **250ml de llet**
- **75g de mantega**
- **75g de sucre**
- **15g de llevat fresc**
- **50g de panses**
- **2 ous**
- **Sal**
- **1 sobre de safrà**



Cada tradició té la seva llum

Hi ha qui omple les places amb mercats de Nadal, qui decora la llar i la finestra amb corones d'advent o qui aposta per arbres plens d'història i ornaments naturals. A través d'aquests gestos, petits però carregats de significat, cada país dona sentit a unes festes que es transmeten de generació en generació.



Aquestes tradicions, nascudes de la història i la cultura de cada poble, ens recorden la importància de celebrar, de compartir i de trobar-nos.

Llums que juntes il·luminen el Nadal

DECORACIÓ DE NADAL



**MERCATS DE
NADAL**

62

**ARBRE DE
NADAL**

63

**CORONES I
ESPELMES
DECORACIÓ**

64

**NATURAL
FIGURES I
PESSEBRES**

65

66 - 67

MERCATS DE NADAL



Són icònics i tots ells destaquen per les casetes de fusta decorades amb llums, garlandes i ornaments tradicionals. Els carrers s’omplen de parades amb artesanies i menjars típics, creant un ambient festiu que fomenta la trobada social i el comerç local.

ARBRE DE NADAL



L’arbre de Nadal és omnipresent, tot i que en alguns països es decora en moments concrets. Decorat amb llums, boles i ornaments, sovint ocupa el centre de la casa o de la plaça, simbolitzant la vida i reunint la família al seu voltant.

Alemanya
Àustria
Bèlgica
Croàcia
Eslovàquia
Eslovènia
Estònia
Finlàndia
França
Hongria
Irlanda

Àustria
Bulgària
Croàcia
Eslovàquia
Eslovènia
Espanya
Estònia
França
Grècia
Hongria
Irlanda
Itàlia

CORONES D'ADVENT I ESPELMES



Les espelmes i corones d'advent creen un ambient càlid i espiritual. Les corones amb quatre espelmes s'encenen cada diumenge d'advent, marcant el compte enrere fins al dia de Nadal i fomentant la reflexió espiritual.

Bulgària
Croàcia
Dinamarca
Eslovàquia
Estònia
Hongria
Irlanda

DECORACIÓ NATURAL



L'ús d'elements naturals reflecteix el retrobament entre la tradició i la natura. Elements del bosc s'utilitzen per decorar cadires i taules, connectant amb la natura i mantenint vives les tradicions rurals.

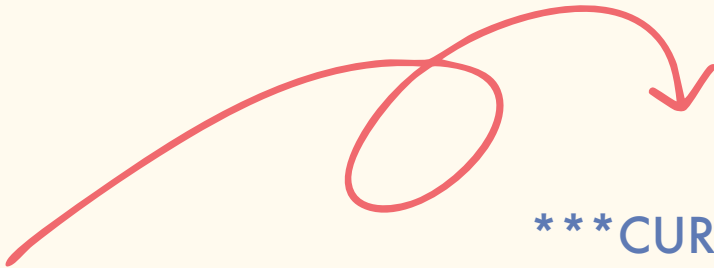
Bulgària
Croàcia
Dinamarca
Estònia
Finlàndia
Eslovènia
Grècia
Hongria

FIGURES RELIGIOSES O PESSEBRES



El pessebre i les figures religioses tenen un paper central en la decoració de Nadal, representant el naixement de Jesús amb figures de fang o fusta, recordant l'origen cristià de la festivitat i transmetent valors familiars.

- Bulgària
- Croàcia
- Dinamarca
- Estònia
- Finlàndia
- Eslovènia
- Grècia
- Hongria
- Espanya
- Sitges
- França
- Itàlia
- Grècia
- Eslovàquia
- Eslovènia



***CURIOSITAT!



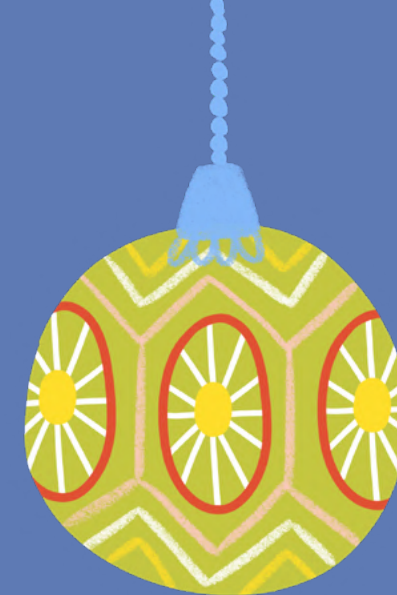
Per què es posa a Catalunya el caganer dins del pessebre?

Posem el caganer al pessebre com a símbol de fertilitat, humilitat i bona sort, tot i que també aporta un toc d'humor i irreverència a la tradició nadalenca catalana.

La figura del caganer és una de les més singulars del pessebre català. Representa una persona, tradicionalment un pagès amb una barretina vermella, en actitud de defecar, amagada en un racó del pessebre.



TRADICIONS DE NADAL



ST. NICOLAU	70
REGALS NIT	
24 DESEMBRE	70
RITUALS	
PURIFICACIÓ	70
ICONOGRAFIA	
NADALENCA	71
SOPARS VIGÍLIA	
DE NADAL	71
NADALES	71-73

SANT
NICOLAU



La festa de Sant Nicolau té els seus orígens en la llegenda de Nicolau de Mira, que va morir el 6 de desembre de l'any 343. Se li atribueixen molts miracles, especialment l'ajuda als necessitats, fet que el va convertir en patró de nens, mariners i comerciants. La tradició celebra la seva generositat, sobretot amb els nens, i inclou costums com deixar les sabates netes la nit abans per rebre regals o llaminadures, celebrant-se de maneres diverses arreu d'Europa. El nom "Santa Claus" prové del neerlandès "Sinterklaas", una adaptació de Sant Nicolau.

- Alemanya
- Àustria
- Bèlgica
- Bulgària
- Eslovènia
- Hongria
- Països Baixos

REGALS NIT
24 DESEMBRE

La tradició de donar regals la nit del 24 de desembre té orígens diversos i combina la tradició cristiana del naixement de Jesús amb costums pagans i locals com el Tió de Nadal a Catalunya. Aquest costum es diu de diferents maneres segons la religió, ja que tradicions com l'arribada del Pare Noel o el mateix Tió reparteixen els regals de la nit a la matinada el dia 24 de desembre.



- Àustria
- Eslovènia
- Hongria
- Dinamarca
- Espanya
- Sitges
- Croàcia

RITUALS DE
PURIFICACIÓ



Els banys freds a les saunes i altres rituals similars en països nòrdics abans de Nadal són tradicions que combinen la neteja física amb un símbol de renovació. A més de depurar el cos, simbolitzen deixar enrere el que ja no serveix i començar l'any amb energia, vitalitat i benestar renovat. Aquest costum es practica a Estònia i Finlàndia amb saunes, i a Irlanda amb banys al Fory Foot.

- Estònia
- Finlàndia
- Irlanda

ICONOGRAFIA
NADALENCA



El Nadal europeu està ple de personatges tradicionals. El Christkind, un infant amb aspecte d'àngel i cabells rossos, porta regals a Àustria, Suïssa i Alemanya. A Dinamarca, és el Julemanden; a Eslovènia, el Dedek Mraz; a Grècia, el Kallikàntzaros; a Hongria, el Mikulás; i a Itàlia, la bruixa Befana sorprenen els nens amb regals la nit abans del Dia de Reis i a Espanya i Sitges els Reis Mags d'orient. Totes aquestes figures ajuden a enriquir la imaginació infantil i a mantenir vives les llegendes locals.



- Àustria
- Suïssa
- Alemanya
- Dinamarca
- Eslovènia
- Grècia
- Hongria
- Itàlia

SOPAR VIGÍLIA
DE NADAL



La vigília de Nadal és especial arreu d'Europa, amb àpats plens de tradició. A Bulgària, el Badni Vecher reuneix la família en un sopar simbòlic; a Croàcia, la celebració comença amb la primera estrella; i a Eslovàquia, el Štedrý Večer manté vius antics costums. A Espanya, la Nochebuena i a Sitges la nit de Nadal que acaba amb la Missa del Gall. A França, el Gros Souper marca la nit amb un banquet solemne.



- Bulgària
- Croàcia
- Eslovàquia
- Sitges
- Espanya
- França

NADALES I
CONCERTS

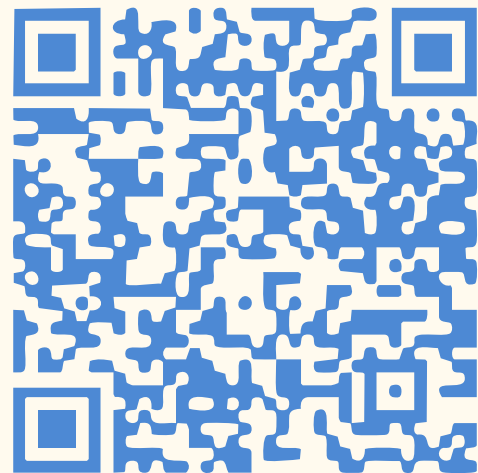


La música té un paper central en les celebracions de Nadal. A Àustria, els cors de Nadal interpreten música culta i popular en esglésies i escoles. A Espanya, i a Sitges, les nades es canten a casa, a les escoles i en concerts familiars. A Estònia, els actes inclouen concerts d'hivern en esglésies i centres culturals, i a Croàcia és habitual que els nens cantin nades a les escoles i a la comunitat local.



- Àustria
- Espanya
- Sitges
- Irlanda
- Estònia
- Croàcia

Us convidem a deixar-
vos portar per aquest
recull de música,
pensat com la banda
sonora perfecta
d'aquest Nadal. Que
us acompanyi en
moments especials i
plens de màgia.



Escaneja aquest QR o clica'l i obre la porta al teu Nadal sonor!





Il·lustrat i dissenyat per

Julia Barceló

BEN VIN GU DES!

Si ets nouvinguda o vols més informació sobre el que t'ofereix l'Ajuntament de Sitges pots contactar a través dels diferents punts d'informació o fent clic en el següent **enllaç**.

Pots demanar cita prèvia

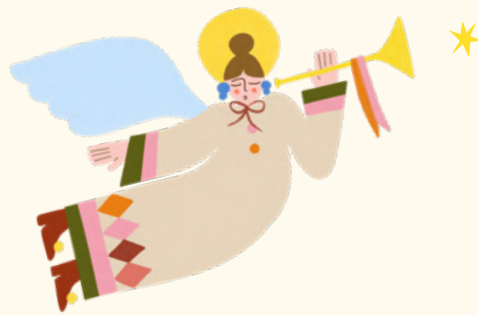
93 811 31 80

migracions@sitges.cat

o bé dirigir-te a la oficina

C. Samuel Barrachina 3





Cada tradició té la seva llum