



9a Fira del Bolet i el Boletaire del Solsonès

# Sortida i exposició micològica al Solsonès

Jornada de camp

SOLSONA, 20, 22 i 23 d'octubre de 2016

## Presentació

A Catalunya els pins predominen als boscos catalans i per extensió, és on més bolets es troben. Els pins suposen un 60% de la massa forestal de Catalunya, i s'hi produeixen 600 espècies diferents de fongs, el 30% comestibles.

Rovellons, ceps, llenegues, rossinyols, fredolics, agulletes, ..., són alguns dels més preuats, els que una legió de boletaires buscarà aquesta tardor.

Els fongs comestibles són nutritius i tenen nivells molt baixos de calories i greixos. Són rics en proteïnes que juguen un paper important en funcions que tenen a veure amb el subministrament de nitrogen i aminoàcids essencials per a l'organisme humà. El seu valor nutricional és tan alt que tan sols el superen les carns de porc, de vedella i de pollastre, i és comparable amb el dels llegums. Són una font de vitamines i minerals com el potassi i el magnesi.

Ara bé, tot i les seves propietats, el cert és que per treure tots aquests beneficis dels bolets caldria menjar-ne molts (o bé fer-ne concentrats), perquè entre el 90% i el 95% del fong és aigua, i a més, són difícils de pair.

## Organització



## Col·laboració



@ruralcat

## Programa

### Dijous 20 d'octubre

#### 18.00 h Taller de cuina amb bolets i maridatge

Sr. Joan Font, xef i cap de cuina, i Sr. David Picazo, sommelier i cap de sala del restaurant Can Puig (Clariana de Cardener).

#### 20.00 h Fi del Taller

### Dissabte 22 d'octubre

#### 8.30 a 14.00 h Sortida micològica a la finca MONEGAL (ruta micològica)

Llocs de trobada: Plaça del Camp (8.30 h) i Punt d'informació turístic de Sant Llorenç de Morunys (9.15 h).

#### 17.00 a 20.30 h Exposició de bolets

A càrrec del Grup de Natura del Solsonès, Projecte StarTree i el CTFC.

### Diumenge 23 d'octubre

#### 11.00 a 14.00h i de 17.00 a 20.30 h Exposició de bolets

A càrrec del Grup de Natura del Solsonès, Projecte StarTree i el CTFC.

## Lloc de realització

### Dijous 20:

CTFC Edifici del Seminari.  
Pujada del Seminari, s/n (SOLSONA)

### Dissabte 22 i Diumenge 23:

Ajuntament de Solsona.  
C/ Castell, 20 (SOLSONA)

## Inscripcions

La jornada és gratuïta i oberta a tothom, però **cal confirmar l'assistència al Taller i a la sortida** trucant al telèfon: 973 481 644 (de 8 a 15h). o per correu a [serveis@ctfc.es](mailto:serveis@ctfc.es). **Places limitades.** Preu del taller: 10 € per persona.



Generalitat de Catalunya  
Departament d'Agricultura,  
Ramaderia, Pesca i Alimentació

PLA ANUAL 2016  
DE TRANSFERÈNCIA TECNOLÒGICA

160730 / 4,00