



#### Concurs

#### Festes de Maig:

Participa al concurs de les Festes de Maig del Tot. 51

#### Actualitat:

Tres detinguts a Badalona en una clínica dental clandestina. 6

#### Política:

Polèmica el Dia de Sant Jordi per la prohibició de col·locar les parades a la Plaça de la Vila. 14

#### EspaiC:

Una comissió de festes, el leit motive de la Festa Major Alternativa. 24

## Canyet podria tenir una escola de l'Opus amb 1.400 alumnes



Tres treballadors de l'empresa Luís Serret fent una obra a la zona d'Artigues, any 1953.

#### Amb veu pròpia:

Oriol Lladó  
i Lorenzo Merchán  
.12



#### Persones:

Josep Palau, presentador de "Tags": "Els joves de 10 a 15 anys no tenien un programa que parlés del seu oci". 16

## Com bullir la pasta i que no s'enganxi



Bloc d'educació  
i benestar  
alimentari  
[www.menjasa.es](http://www.menjasa.es)  
[menjasa.wordpress.com](http://menjasa.wordpress.com)

De ben segur que moltes de les vegades que heu de bullir pasta, us pregunteu si la fórmula de posar oli a l'aigua de cocció funciona o és la més adequada.

Amb aquest truc us donarem tres motius de pes per no seguir afegint oli a l'aigua, i alhora aconseguir l'efecte desitjat: que la pasta no s'enganxi.

Poseu a bullir aigua amb sal, o sense sal segons preferències, i coeu-hi la pasta com feu habitualment, però sense afegir oli a l'aigua. Per què? Primer de tot perquè, com ja sabeu l'oli i l'aigua no es barregen per



la diferència de densitat, de manera que aquest oli afegit, pel mateix motiu, queda sempre a la superfície de l'aigua de cocció sense arribar mai a la pasta. I segon, perquè quan col·leu la pasta, se'n van per la pica l'aigua i l'oli; i 100 mil·lilitres d'oli llençat per la pica contaminen 100 litres d'aigua de riu.

Així doncs, la manera més sostenible i eficaç de bullir pasta i que no s'enganxi posteriorment és, un cop col·lada la pasta, afegir-hi un raig d'oli i remenar

perquè aquest oli arribi a tot arreu (es tracta de posar-hi la quantitat mínima d'oli perquè la pasta quedi impregnada i no trobem oli sobrant al fons del plat, de la carmanyola o del recipient on la disposem). Així arribeu al tercer motiu, i és que fen-t'ho d'aquesta manera el cost de l'oli us surt molt més rendible, i no se'n va per la pica de l'aigua.

Us animem a provar-ho, ja que no només obtindreu una pasta solta, sinó que la podreu preparar amb antelació per àpats posteriors conservant-se perfectament. Un parell de consells per assegurar-vos uns òptims resultats: procureu bullir la pasta al punt, i si la voleu guardar per un altre àpat, no la barregeu amb la seva salsa fins just el moment de menjar-la. Us prometem una pasta acabada de fer!



**Cambalache**  
**RESTAURANTE**  
PIZZERÍA • PARRILLA ARGENTINA

*Los especialistas  
en carne a la brasa,  
al estilo argentino*

**¿Estás en el paro?**  
**¿Te gustaría ir a comer fuera y no puedes?**  
*Ven a nuestro restaurante, prueba que estás  
en el paro, trae a cuatro amigos y*  
**¡¡TU COMES GRATIS!!**

\* Válido todos los días. Caduca el 10/05/09

**C/ Conquista, 139 • BADALONA • Tel. 93 383 19 07/93 383 30 97**

**fes  
publicitat!  
ara + que  
mai, si no  
et veuen,  
no existeixes**

**RESTAURANTE CHINO Y JAPONÉS**

**WOK Maresme**

**DIA 3 DE MAYO  
DIA DE LA MADRE  
OBSEQUIAMOS CON UN  
PRESENTE A LAS MADRES  
QUE VENGAN A COMER EL  
DOMINGO**




<b>WOK MEDIODÍA</b> (1 bebida incluida)	<b>9€</b>
<b>WOK FIN DE SEMANA</b>	<b>11,95€</b>
<b>OFERTA ESPECIAL "WOK CRISIS"</b> (1 bebida incluida)	<b>7€</b>
<small>MIÉRCOLES MEDIODÍA. Sólo Marzo y Abril</small>	
<b>OFERTA NOCHE WOK</b> DE LUNES A JUEVES	<b>8,95€</b>

Avda. Maresme, 783 S. Adrià B. (esq. C/indústria - BDN frente Grand Land Bdn Sud)  
Tel. 93 462 79 25 • **Horario: de 13.00h a 16.30h y de 20.30h a 23.30h**  
**ABIERTO TODOS LOS DÍAS. FÁCIL APARCAMIENTO**