



l'accés de nutrients pot fer que aparegui el pugó de la fava o pugó negre.

Per sembrar la fava, s'aconsella posar les llavors en remull fins un màxim de 24 hores abans de sembrar. S'associa bé amb el blat de moro i la col i és incompatible amb la mongeta, el pèsol, les cebes i els alls.

És una planta anual, el seu cicle de vida no dura més d'un any. Pot créixer de 80 a 180 cm d'alçada i, com en totes les lleguminoses, el seu fruit és una tavella i a l'interior hi ha la llavor. Se sol consumir la llavor tendra però també es pot collir seca i, en alguns llocs de litoral mediterrani, es consumeix amb la tavella inclosa.

Estem en època de consum faves, per això us convidem a venir el pròxim 9 d'abril al Pati de Valls per degustar-les de la nostra manera més típica: a la catalana. I si voleu tastar-les de diferents maneres, feu un recorregut pels restaurants de la ciutat que participen a la Mostra de cuina de les faves, del 28 de març al 17 d'abril.

A Valls, faves a l'hort i al plat!

Dissabte 9 d'abril de 2022
de 12 a 14:30 h

4a Favatada de Valls
al Pati

**Mostra de cuina de les faves
als restaurants de la ciutat**

del 28 de març
al 17 d'abril de 2022



la favatada
POPULAR DE VALLS



REGIDORIA DE COMERÇ I TURISME

4a Favatada
**Mostra de cuina
de les faves**

VALLS 2022



Diseño: VINAS+MONTSERRAT DISENYADORS ASSOCIATS, Valls

la favatada
POPULAR DE VALLS



REGIDORIA DE COMERÇ I TURISME

**Les faves:
Bones per a tu,
bones per a la terra**

La fava (*Vicia faba*) és un cultiu estès arreu del món i forma part de l'agricultura mediterrània de fa segles. Pertany, com el pèsol o les mongetes, a les lleguminoses i és un aliment molt ric: aporta proteïnes vegetals, ben necessàries pel funcionament del nostre cos. Ens regalen calci, fibra i vitamines B1 i B2 i el seu consum ajuda a abaixar el nivell de colesterol. A més d'aquestes propietats per a la salut que ens ofereix la fava, el seu cultiu és molt útil per a la nostra terra, ja que enriqueix el substrat aportant nitrogen a través de les seves arrels i facilita el cultiu d'altres hortalisses.

A la favera no li agrada la calor i resisteix bé les baixes temperatures. És per això que es cultiva a la tardor i a l'hivern, tot i que també es poden fer sèmbras durant la primavera, especialment de les varietats "Reina Mora" i "Fabiola", sobretot en llocs de muntanya. Es sembla en forats de 4 o 5 cm de profunditat, a uns 30 o 40 cm de distància i s'hi posen tres llavors per forat. El moment de la collita depèn de la varietat i del clima, però pot allargar-se bona part de la primavera. El seu consum es produeix de març a maig.

Un dels avantatges d'incloure-les en el nostre hort d'hivern és que el cultiu és molt senzill. Són plantes que demanen poc a la terra i no els agrada l'aigua excessiva ni la forta sequera; a més no els cal exigències d'adob. Millor no posar-hi compost ni fems,

PROGRAMA D'ACTES

DISSABTE 9 D'ABRIL

De les 12 h a les 14:30 h.
al Pati

La Favatada

Vine a tastar les faves a la catalana elaborades per l'Associació de Restauradors de Valls.

Preu: 3,5 € Inclou un plat de faves a la catalana i un plat de ceràmica fet a mà.

Venda

Anticipada: del 21 de març al 8 d'abril a l'Oficina Municipal de Turisme (C/ de la Cort, 3). De dilluns a dissabte de les 10 a les 13:30 hores i de les 16:30 a les 19 h; diumenge de 10 a 14 hores.

El mateix 9 d'abril també es vendran degustacions a l'estand del Pati.

Els Gegantons infantils de Picamoixons: la Gegantona i el Gegantó Lladrefaves, amenitzaran la jornada.

DEL 28 DE MARÇ AL 17 D'ABRIL DE 2022

Mostra de cuina de les faves a Valls

Diferents restaurants de la ciutat incorporaran a la seva carta una recepta original amb les faves com a ingredient principal.

MOSTRA DE CUINA DE LES FAVES. DEL 28 DE MARÇ AL 17 D'ABRIL

SALTAT DE FAVES I CALAMARSETS

RESTAURANT CA L'ÀNGEL

Carretera del Pla, 126, 43800 Valls
Tel. 977 600 481

CRUIXENT DE FAVES A LA CATALANA

CLÀSSIC AVENIR

Carrer Avenir, 27, 43800 Valls
Tel. 637 372 201

FAVES OFEGADES AMB BOTIFARRA NEGRA DE VALLS

MASIA CERVELLÓ

Carrer Major, 56, 43813 Fontscaldes
Tel. 977 601 951

FAVES CÍTRIC XIPIRONS SALTATS AMB FAVES, ALLS TENDRES I EMULSIÓ DE PEBRE VERMELL DE LA VERA DOP

RESTAURANT CÍTRIC

Passeig de l'Estació, 18, 22, 43800 Valls
Tel. 977 608 264

FAVETES SALTEJADES A L'ESTIL DEL TAST

RESTAURANT EL TAST

Carrer Eladi Homs. Hotel Class
43800 Valls - Tel. 977 612 297

FAVES ESTOFADES AMB SÍPIA I VEL DE CANSALADA

EL TRISPOLET

Muralla de Sant Antoni, 20, 43800 Valls
Tel. 977 614 869

GUISAT DE FAVETES A LA MARINERA & CALÇOTS

FOR EVENTS RESTAURANT & CATERING

Tel. 977 613 180

FAVETES A LA CATALANA A L'ESTIL JULIÀ MALLOL

RESTAURANT JULIÀ MALLOL

Carrer Sant Francesc, 37, 43800 Valls
Tel. 977 622 046

FAVES DE LA PADRINA

KdVALLS

Plaça de Sant Francesc, 43800 Valls
Tel. 977 612 089

FAVES, COCOTXES, PIL-PIL I ROSTES

RESTAURANT LA LICORERA

Ctra. Tarragona, 6, 43800 Valls
Tel. 977 612 045

FAVETES MAR I MUNTANYA

BAR RESTAURANT LUGA

Plaça de la Vila Romana, 4, 43800 Valls
Tel. 977 622 079

FAVES SALTEJADES AMB ALLS TENDRES I BOTIFARRA NEGRA AMB OLI DE MENTA

LA MASIA DEL PLA

Ctra. de Valls, Km 19, 43810 El Pla de Santa Maria
Tel. 977 630 511

FAVES A LA CATALANA

RESTAURANT NOU MILAN

Carrer Jaume Mercadé, 2, 43800 Valls
Tel. 977 601 041

FAVES BOGES DE LA PILI

ORGANOLÈPTICS

Plaça del Portal - Nou, 7, 43800 Valls
Tel. 695 34 34 09

PIZZA DE FAVES AMB VIRUTES DE PERNIL IBÈRIC I OU

PLANETA KASTELLER

Carrer de la Vallvera, 11, 43800 Valls
Tel. 977 606 248

MANDONGUILLES DE CHULETÓN AMB FAVES ESTOFADES.

PORTAL 22

Plaça Portal Nou, 22, 43800 Valls
Tel. 977 622 199