



MENÚ MARÇ INFANTIL

Xocolata desfeta

Espessa i lluent,
tothom se la menja,
ai!, a cremadent.
En xicra o en tassa
prou que ho diu la
gent,
mai no n'hi ha massa.
S'hi poden sucra
galetes, melindros,
o bé un tros de pa.
És bona al matí
i quan s'hi berena
té un gustet molt fi.
Espessa i lluent,
tothom se la menja,
ai!, a cremadent.

És una llarga tradició, per aquestes terres valencianes, menjar bunyols en dies de falles. A Ontinyent no hi ha una gran tradició de falles encara que algunes escoles i el barri de Sant Josep si que participen d'aquesta festa més activament, però també el dia de Sant Josep és tradició menjar xocolata amb bunyols. Una dolcíssima tradició que cal no perdre i que ací a l'escola tampoc volem deixar-la passar i hem fet que els bunyols passen a ser un postre especial al menú del mes de març.

Barrejar festa, xocolata amb bunyols i poesia és "gastro-poèticament" molt sabrós. Del llibre de Miquel Martí i Pol, *Bon Profit*, editat per Barcanova, hem copiat aquests poemes de *Bunyols* i *Xocolata desfeta*. Bon profit a tots i totes!

Bunyols

Acompanyats o sols,
Que bons són els bunyols!
Si són ben ensucrats
te'ls menges a grapats.
I si no ho són també,
que sempre vénen bé.
Sucats en llet fan clar
qualsevol esmorzar.



AQUEST MES TOTS ELS
XIQUETS I XIQUETES QUE
PORTEN UNA RECEPTE DE
BUNYOLS TINDRAN UN
REGALET MOLT DOLÇET.
ANIMAT I PORTA LA
RECEPTE MÉS ORIGINAL

DIA	PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES	BERENAR
DILLUNS 1	Arròs a la jardinera	Truita i cogombre	Taronja "ecològica"	Pa amb formatge i oli d'oliva
DIMARTS 2	Fesols amb verdures	Pollastre al forn	Plàtan	Suc de fruites
DIMECRES 3	Gaspatxos	Mosset de peix i tomaca amb oli d'oliva	"Iogurt ecològic"	Fruita
DIJOUS 4	Sopa de peix	Vedella amb salsa	Poma	Llesca de pa amb pernil dolç
DIVENDRES 5	Cassola al forn amb botifarra i costelletes	Pitet de titot i formatge	Macedònia amb maduixes	Pa amb oli d'oliva i xocolata
8 MARÇ DIA DE LA DONA		"És necessària una reorganització del temps i una major implicació dels homes en les tasques de casa per avançar cap a una societat més justa i igualitària"		
DILLUNS 8	Arròs amb bledes	Llom adobat amb creïlles	Taronja "ecològica"	Llesca de pa amb tomaca i oli d'oliva
DIMARTS 9	Espaguettis amb tomaca, carn i orenga	Calamars amb maionesa	Poma	Pa amb pitet de titot i oli d'oliva
DIMECRES 10	Arròs "a la cubana"	Formatge blanc	Gelatina maduixa	Fruita
DIJOUS 11	Puré de verdures	Hamburguesa amb tomaca	Plàtan	Got de llet
DIVENDRES 12	Fideus de pollastre	Panga amb salseta	Maduixes	Pa amb paté

DIA	PRIMER PLAT	SEGON PLAT	POSTRES	BERENAR
DILLUNS 15	Sopa de peix	Truita de creïlles i tomaca amb oli d'oliva	Taronja "Ecològica"	Llesca de pa amb formatge
DIMARTS 16	Arròs "a banda"	Trinxat de titot a la planxa	Poma	Pa amb pernil dolç
DIMECRES 17	Fideus de pollastre i verdures	Pitet de pollastre al forn amb salseta	BUNYOLS	Fruita
18 i 19 FESTIU				
DILLUNS 22	Arròs de peix amb espinacs i gambetes	Mandonguilles de carn amb salseta de verdures	Taronja	Pa amb oli d'oliva
DIMARTS 23	Macarrons amb carn, tomaca i orenga	Pitet de titot	Poma	Got de llet
DIMECRES 24	Llenties amb verdures	Llonganissa amb tomaca	Maduixes	Llesca de pa amb pitet de titot
DIJOUS 25	Fideuà	Pitet de pollastre arrebossat	Natilles	Fruita
DIVENDRES 26	Arròs al forn amb costelletes i botifarra	Calamars	Plàtan	Pa amb formatge i oli d'oliva
DILLUNS 29	Arròs caldós	"Nuggets" de pollastre casolans	Taronja "ecològica"	Llesca de pa amb pernil dolç
DIMARTS 30	Lasanya de carn i verdures	Xopped de titot	Plàtan	Suc de fruita
DIMECRES 31	Paella	Mosset de peix	"Iogurt ecològic"	Fruita

Sabies que? Els bunyols són una tradició culinària a moltes parts del món. Per exemple.

Bunyols al País Valencià. Es poden fer salats, de bacallà i d'altres peixos, encara que hi són més comuns els dolços, que es fan només amb la farina i espolsimats amb sucre una vegada fets. Són un menjar de carrer molt comú i s'acompanyen generalment de xocolata. També són típics els bunyols de carabassa i es fan de manera similar als anteriors, però afegint carabassa a la pasta de farina. Els bunyols de quaresma, també coneguts per bunyols de vent es fan a més de la farina, en rent, llet i ou.

Bunyols a les Illes Balears. Els bunyols també són una tradició a les festes de les Illes. Solen afegir a la pasta ous i creïlla o moniato. Segons l'època del any també poden tindre altres ingredients com formatge o figa seca. També és pot afegir sucre o mel. Els bunyols de quaresma són molt típics els de la Revetlla de les Verges i en aquesta festa era tradició que els homes solters festejaren les dones solteres i els oferiren cançons i música, mentre que aquestes els oferien bunyols i vi dolç.. A la tardor existeixen també els bunyols de Tots Sants que és fan amb rovells d'ou, formatge tendre i farina i a diferència dels altres no tenen forma d'anell, tenen forma de boleta.

Bunyols a Catalunya. També són molt populars i es poden fer d'ingredients diversos (incloent-hi per exemple, la ceba o els cigrons) i cal destacar la tradició a l'Empordà i el Pla de l'Estany de fer-los per al Dijous Sant (coneguts per brunyols). Duen farina, ous, llevat i substàncies aromàtiques. Són molts coneguts a Catalunya els bunyols de Quaresma. Aquestos és troben a les pastisseries tots els dimecres i divendres des de Carnestoltes fins a Pasqua. El seu oríge va sorgir de la necessitat popular d'endolcir els dies perquè el període quaresmal fos més passatger. Es fan amb llet, ous, farina, sucre, oli i solen estar aromatitzats amb una mica d'anís. També es fan de crema, de poma, etc.

A altres llocs del món. A Itàlia també existeixen els bunyols i el nom Itàlia és "fritella". En França també encara que són més pareguts als xurros i s'anomenen "chichis". Als Països Baixos es mengen bunyols la nit de Cap d'Any. També es mengen bunyols a Turquia, Mèxic, Colòmbia o Perú.

