



Guia de restaurants de
BARCELONA

aptes per a **CELÍACS**



Català
Español
English
Français

SEGONA EDICIÓ



Guia de restaurants de **BARCELONA**

aptes per a **CELÍACS**

Guía de restaurantes de **BARCELONA**
aptos para **CELIACOS**

BARCELONA restaurants guide
for **COELIACS**

BARCELONE restaurants guide
pour **COELIAQUES**



Ajuntament de Barcelona



Edita:
Ajuntament de Barcelona
Coordinació i revisió de continguts:
Gremi de Restauració de Barcelona.
Associació de Celiacs de Catalunya
Realització i direcció creativa:
Shapopt Project Consulting
www.shapopt.com
Fotografia:
Marc Soler
Any de publicació: 2011
Primera edició: 2010
Segona edició: 2011
B-26896/10



Jordi Hereu, Alcalde de Barcelona

Un dels principals objectius de l'Ajuntament de Barcelona és millorar la qualitat de vida dels ciutadans i les ciutadanes. Treballem amb esforç i il·lusió perquè la nostra ciutat sigui un lloc amable i receptiu envers les necessitats específiques de diversos col·lectius, una Barcelona atractiva per viure-hi i treballar-hi, per acollir activitats i esdeveniments de caràcter cultural, social, lúdic o esportiu. Per desenvolupar el creixement econòmic a la ciutat i assolir un posicionament internacional que contribueixi a fer de Barcelona i les seves empreses una marca de reconeguda qualitat arreu del món.

És per això que hem volgut donar tot el nostre suport per fer realitat aquesta nova publicació, la **Guia de restaurants de Barcelona aptes per a celíacs**. Estem convençuts que aquesta iniciativa, realitzada conjuntament amb el Gremi de Restauració de Barcelona i l'Associació de Celíacs de Catalunya, demostra, un cop més, la voluntat de construir tots plegats una ciutat inclusiva i solidària.

Uno de los principales objetivos del Ayuntamiento de Barcelona es mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y las ciudadanas. Trabajamos con esfuerzo e ilusión para que nuestra ciudad sea un lugar amable y receptivo a las necesidades específicas de diversos colectivos, una Barcelona atractiva para vivir y trabajar, para acoger actividades y acontecimientos de carácter cultural, social, lúdico o deportivo. Para desarrollar el crecimiento económico de la ciudad y lograr un posicionamiento internacional que contribuya a hacer de Barcelona y sus empresas una marca de reconocida calidad en cualquier parte del mundo. Por eso es por lo que hemos querido dar todo nuestro apoyo para hacer realidad esta nueva publicación, la Guía de restaurantes de Barcelona aptas para celíacos. Estamos convencidos de que esta iniciativa, realizada conjuntamente con el Gremio de Restauración de Barcelona y la Asociación de Celíacos de Catalunya, demuestra, una vez más, la voluntad de construir todos juntos una ciudad inclusiva y solidaria.

One mission at Barcelona Council is to improve our city's quality of life, striving with enthusiasm and diligence to make Barcelona an attractive place to live and work in and raising public awareness about the needs of the many different social groups who form part of our community. We believe in fostering that community's sense of social and cultural wellbeing and in giving it opportunities to interact in a variety of contexts, cultivating its leisure time in sport, activities and events of different kinds. And finally, we also believe in promoting our city's economic presence so that its businesses can become benchmarks for the international community. With those beliefs, we pledge our full support to the publication of this second edition of the Barcelona Guide to Gluten-Free Dining, an initiative of the Barcelona Restaurateur Society ("Gremi de Restauració de Barcelona") and the Catalan Coeliac Society ("Associació de Celíacs de Catalunya"). With it, we hope, our city's characteristic sense of civic engagement will prove itself once again.

L'un des principaux objectifs du Conseil Municipal de Barcelone est d'améliorer la qualité de vie de ses habitants. Nous travaillons avec effort et illusion pour que Barcelone soit un lieu aimable et ouvert aux nécessités spécifiques de divers collectifs, une ville attirante pour vivre et travailler, pour offrir des activités et des événements de caractère culturel, social, ludique ou sportif. Pour développer la croissance économique de la ville et obtenir une position internationale qui contribue à faire de Barcelone et de ses entreprises une référence de qualité dans le monde entier. C'est pour ça que nous avons voulu donner tout notre appui à la publication de la deuxième édition du Guide des Restaurants de Barcelone adaptés aux celiâques. Nous sommes convaincus que cette initiative, réalisée en accord avec la Corporation des Restaurants de Barcelone et l'Association Catalane des Céliâques, démontre, une fois de plus, la volonté de construire tous ensemble une ville intégratrice et solidaire.



Gaietà Farràs, President del Gremi de Restauració de Barcelona

El Gremi de Restauració de Barcelona sempre ha procurat ser el portaveu d'un sector, el restaurador barceloní, que ha demostrat tenir una personalitat molt forta i marcada. Han estat molts anys de canvis profunds al sector que han dut a Barcelona als cims de la restauració mundial, i això no s'ha aconseguit de casualitat, sinó combinant molts factors que han fet, plegats, un brou de qualitat excel·lent. En tot aquest procés sempre s'ha imposat la màxima de sumar contínuament i fer participis a tots els ciutadans i ciutadanes de Barcelona per així poder aconseguir una relació de complicitat molt saludable i profitosa. Però en aquesta relació és complicat fer cabre a col·lectius com el celiac que, tot i així, amb els anys han trobat també el seu lloc a la restauració barcelonina. I, per aquest motiu, resulta de justícia l'edició d'aquesta guia, de restaurants aptes per a celiacs, que evidència l'absoluta normalitat en la diversitat culinària barcelonina. Ara ja sí, ja ho podem dir: ja hi som tots.

El Gremio de Restauración de Barcelona siempre ha procurado ser el portavoz de un sector, el restaurador barcelonés, que ha demostrado tener una personalidad muy fuerte y marcada. Han sido muchos años de cambios profundos en el sector que han llevado a Barcelona a las cumbres de la restauración mundial, y esto no se ha conseguido de casualidad, sino combinando muchos factores que han hecho, conjuntamente, un caldo de calidad excelente. En todo este proceso siempre se ha impuesto la máxima de sumar continuamente y hacer participes a todos los ciudadanos barceloneses para así poder conseguir una relación de complicidad muy saludable y provechosa. Pero en esta relación es complicado hacer caber a colectivos como el celiaco que, aún así, con los años han encontrado también su lugar a la restauración barcelonesa. Y, por esto, resulta de justicia la edición de esta guía, de restaurantes aptos para celiacos, que evidencia la absoluta normalidad en la diversidad culinaria barcelonesa. Ahora ya sí, ya lo podemos decir: ya estamos todos.

The Barcelona Catering Association has always aspired to be the spokesperson of a sector, the Barcelona restaurateur, which has shown to have a strong and pronounced character. Many years of profound changes in the sector have brought Barcelona to the summit of world catering, and this has not been reached by chance, but through combining many factors which have together created a mixture of excellent quality. During this process, the maxim of encouraging all Barcelona's citizens to participate has always prevailed, and this has been done in order to achieve a very healthy and profitable relationship of complicity. However, in this relationship it is difficult to find a space for communities such as celiacs who, despite the difficulties, have with time also found their space within the Barcelona restaurant world. And for these reasons, the publication of this guide of restaurants apt for celiac sufferers, does justice and shows the absolute normality in the culinary diversity of Barcelona. Now we can say for sure: finally we are all here.

La Corporation de Restauration de Barcelone s'est toujours efforcée d'être le porte-parole d'un secteur, le restaurateur barcelonais, qui a démontré avoir une personnalité très forte et marquée. Il y a eu beaucoup d'années de changements profonds dans le secteur qui ont amené Barcelone aux sommets de la restauration mondiale, et cela n'a pas été obtenu par hasard, mais combinant beaucoup de facteurs qui ont faits, ensemble, un bouillon d'excellente qualité. Tout au long de ce processus s'est imposée la maxime d'additionner continuellement et faire participer tous les citoyens barcelonais pour pouvoir obtenir une relation de complicité très saine et profitable. Mais dans cette relation il est difficile de faire rentrer des collectifs comme les Cœliaques qui, malgré tout, au fil des années ont trouvé aussi leur place dans la restauration barcelonaise. Et, pour cela, il semble de justice l'édition de ce guide, de restaurants aptes pour les Cœliaques, qui met en évidence la normalité absolue de la diversité culinaire barcelonaise. Maintenant oui, nous pouvons le dire: nous y sommes tous.



Matilde Torralba, Presidenta de l'Associació Celíacs de Catalunya

Un dels reptes de l'Associació Celíacs de Catalunya és aconseguir que una cosa tan quotidiana com anar a un restaurant no suposi un impediment per a una persona celíaca. Per aconseguir-ho és necessari que els professionals de la restauració puguin oferir als seus clients menús sense gluten amb la màxima seguretat i en aquest sentit, no podia faltar a Barcelona un element com aquesta guia, en la qual s'hi recullen els restaurants que incorporen menús sense gluten.

S'han visitat els restaurants que apareixen en aquesta guia i en alguns casos, el seu personal ha estat format amb les eines que ofereix l'Associació per donar a conèixer què és la malaltia celíaca, com elaborar plats sense gluten amb les màximes garanties i quines són les pautes bàsiques per manipular els aliments que van destinats a una persona celíaca.

Esperem veure augmentar, en properes edicions, el número d'establiments que ofereixen els seus serveis, també, a les persones celíaques, amb la qualitat i bon fer que caracteritza l'excel·lent cuina del nostre país.

Uno de los retos de la Asociación Celiacos de Cataluña es conseguir que una cosa tan cotidiana como ir a un restaurante no suponga un impedimento para una persona celíaca. Para conseguirlo es necesario que los profesionales de la restauración puedan ofrecer a sus clientes menús sin gluten con la máxima seguridad y en este sentido, no podía faltar en Barcelona un elemento como esta guía, en la cual se recogen los restaurantes que incorporan menús sin gluten. Se han visitado los restaurantes que aparecen en esta guía y en algunos casos, su personal ha sido formado con las herramientas que ofrece la Asociación para dar a conocer qué es la enfermedad celíaca, cómo elaborar platos sin gluten con las máximas garantías y cuáles son las pautas básicas para manipular los alimentos que van destinados a una persona celíaca. Esperamos ver aumentar, en próximas ediciones, el número de establecimientos que ofrecen sus servicios, también, a las personas celíacas, con la calidad y buen hacer que caracteriza la excelente cocina de nuestro país.

One of the challenges of the Catalan Coeliac Society (Associació Catalana de Celíacs) is to make sure that the usual act of going to a restaurant does not involve a risk for a coeliac person. To achieve this purpose, the restaurateurs must be able to offer their clients gluten-free menus which are suitable for them. For this reason, our city needs this Barcelona Guide to Gluten-Free Dining where we can find the restaurants which offer suitable menus for coeliacs. We have visited the restaurants mentioned in this guide, and some of them have trained their staff with the resources offered by our Society to let people know about the disease, the preparation of gluten-free dishes with the maximum guarantees of safety, and the basic guidelines to handle the food for coeliacs. We hope that, in future editions, there will be more restaurants offering their services to coeliacs, with the quality which characterizes the cuisine of our country.

L'un des défis de l'Association des Céliaques de Catalogne est de réussir à faire qu'un fait aussi quotidien qu'aller au restaurant ne pose plus de problèmes à une personne cœliaque. C'est pourquoi il est nécessaire que les professionnels de la restauration puissent offrir à leurs clients des menus sans gluten en toute sécurité. Par conséquent, à Barcelone, un guide répertoriant les restaurants qui offrent des menus sans gluten ne peut pas manquer. On a rendu visite aux restaurants qui apparaissent dans ce guide et dans certains cas, le personnel a été formé grâce aux recours qu'offre l'association pour faire connaître la maladie cœliaque, l'élaboration de plats sans gluten avec le maximum de garanties et les règles de base pour manipuler les aliments destinés à une personne cœliaque. Dans les prochaines éditions nous espérons voir augmenter le nombre d'établissements qui offrent aussi leurs services aux personnes cœliaques avec la qualité et le savoir faire qui caractérisent l'excellente cuisine de notre pays.



Guia de restaurants de BARCELONA aptes par a CELÍACS

La present guia, elaborada sota la supervisió del Gremi de Restauració de Barcelona i l'Associació de Celíacs de Catalunya, és una iniciativa impulsada pel Sector de Promoció Econòmica de l'Ajuntament de Barcelona, que té com intenció principal arribar a convertir-se en un compendi dinàmic i útil de restaurants barcelonins que, sensibles a la realitat celíaca, ofereixen cuina i productes culinaris adaptats.

Des de menús especialitzats incorporats a la mateixa carta fins a plats o variants d'ells. Els restaurants aquí presents han manifestat disposar d'una oferta gastronòmica apta, i de qualitat, perquè la problemàtica celíaca s'acomodi i s'identifiqui com a normalitzada en els fogons barcelonins.

Aquesta guia suposa la resposta d'una ciutat, Barcelona, que aspira sempre a l'excel·lència entesa sota premisses de pluralitat i sensibilitat, ja que una capital mundial de la gastronomia demostra ser-ho gràcies a la innovació i la creativitat, però sense oblidar que aquesta ha de ser gaudida per tots, i això implica no oblidar que els impediments d'alguns han de suposar la superació de les fronteres de la creativitat a les nostres cuines. Per això, la celiaquia a Barcelona, té les portes obertes i els horitzons amplis dels seus restaurants.

Guía de restaurantes de BARCELONA aptos para CELIACOS

La presente guía, elaborada bajo la supervisión del Gremio de Restauración de Barcelona y la Asociación de Celiacos de Catalunya, es una iniciativa impulsada por el Sector de Promoción Económica del Ayuntamiento de Barcelona, que tiene como intención principal llegar a convertirse en un compendio dinámico y útil de restaurantes barceloneses que, sensibles a la realidad celíaca, ofrecen cocina y productos culinarios adaptados.

Desde menús especializados incorporados en la misma carta hasta platos o variantes de ellos. Los restaurantes aquí presentes han manifestado disponer de una oferta

gastronómica apta, y de calidad, para que la problemática celíaca se acomode y se sienta normalizada en los fogones barceloneses.

Esta guía supone la respuesta de una ciudad, Barcelona, que aspira siempre a la excelencia entendida bajo premisas de pluralidad y sensibilidad, ya que una capital mundial de la gastronomía demuestra serlo gracias a la innovación y la creatividad, pero sin olvidar que ésta tiene que ser disfrutada por todos, y eso implica no olvidar que los impedimentos de algunos tienen que suponer la superación de las fronteras de la creatividad en nuestras cocinas. Por ello, la celiaquía en Barcelona, tiene las puertas abiertas y los horizontes amplios de sus restaurantes.



BARCELONA restaurants guide for COELIACS

The present guide, developed under the supervision of the Barcelona Restaurant Association and Celiac Association of Catalonia, is an initiative sponsored by the Economic Development Sector of the Barcelona City Council, aims principally to become a dynamic and useful compendium of Barcelona based restaurants which, being sensitive to the reality of celiac sufferers, offer cuisine and adapted culinary products.

From specialized set menus already included on the menu to dishes or variants thereof, the restaurants listed here have all expressed that they dispose of quality and apt gourmet food, so that the celiac sufferer can be made comfortable, and that they feel normal in Barcelona's kitchens.

This guide is the response of a city, Barcelona, which always aspires to excellence within the context of plurality and sensitivity, since a world gastronomic capital can only prove this through innovation and creativity, while not forgetting that it must be enjoyed by all, and this implies not forgetting that those impediments which some people have must suppose the overcoming of the barriers of creativity in our kitchens. For this reason, in Barcelona the celiac sufferer is met with open doors and broad horizons in its restaurants.

BARCELONE restaurants guide pour COELIAQUES

Le guide présent, élaboré sous la supervision de la Corporation de la Restauration de Barcelone et l'Association Catalane de Coeliaque, est une initiative lancée par le Secteur du Développement Économique de Mairie de Barcelone, qui a comme intention principale arriver à devenir un compendium dynamique et utile des restaurants barcelonais qui, sensibles à la réalité coeliaque, offrent une cuisine et des produits culinaires adaptés.

De menus spécialisés incorporés dans la carte même jusqu'à des plats ou des variantes de ceux-ci. Les

restaurants ici présents ont déclaré disposer d'une offre gastronomique apte, et de qualité, pour que la problématique coeliaque s'accommode et se sente normalisée dans les fourneaux barcelonais.

Ce guide représente la réponse d'une ville, Barcelone, qui aspire toujours à l'excellence comprise sous les prémisses de la pluralité et la sensibilité, puisqu'une capitale mondiale de la gastronomie montre l'être grâce à l'innovation et la créativité, mais sans oublier que tous doivent en profiter, et cela implique ne pas oublier que les obstacles de certains doivent supposer le dépassement des frontières de la créativité dans nos cuisines. Pour cela, la coeliaque à Barcelone, a les portes ouvertes et les larges horizons de ses restaurants.





QUÈ SUPOSA SER CELÍAC?

Els celíacs són persones que, per una predisposició genètica, reaccionen a la ingestió del gluten, proteïna present en el blat, civada, ordi, sègol i les seves varietats.

Ingerir gluten els provoca una lesió a les vellositats de l'intestí prim que afecta la capacitat d'absorbir els nutrients dels aliments.

Una vegada diagnosticada la intolerància celíaca, l'únic tractament existent consisteix a mantenir una dieta estricta sense gluten i per a tota la vida, per a evitar les conseqüències de la malaltia.

LA DIETA SENSE GLUTEN

Actualment, la dieta sense gluten és l'únic tractament eficaç per aconseguir la normalització del celíac i evitar les possibles complicacions de la malaltia.

La dieta ha de seguir-se durant tota la vida. Està demostrat que el consum continu de petites quantitats de gluten, pot danyar severament les vellositats intestinals o provocar altres alteracions importants no-res desitjables, fins i tot en absència de símptomes.

Es basa, fonamentalment, en aliments naturals i frescos que no contenen gluten: llet, carns, peixos, ous, fruites, verdures, llegums i els cereals que no tenen gluten: blat de moro, arròs, mill i sorgo, entre d'altres, combinant-los entre si de forma variada i equilibrada.

S'eliminarà de la dieta qualsevol producte que dugui com ingredient blat, ordi, sègol, civada, espelta, Kamut i triticale (híbrids del blat i sègol).

Per a la correcta adquisició de productes sense gluten, les associacions de celíacs editen guies amb productes que han estat controlats encara que els avanços aconseguits en el món alimentari farà que els productes puguin anar etiquetats i es pugui prescindir de les llistes.

S'ha d'evitar el consum de productes manufacturats que no estigui dintre d'aquestes llistes o no estigui etiquetat com "sense gluten".

Com norma general, han d'eliminar-se de la dieta els productes a l'engròs, elaborats artesanalment o els quals no estiguin etiquetats, on no es pugui comprovar el llistat d'ingredients.

Els celíacs tenen restringida l'elecció d'aliments en la seva dieta habitual a causa de l'ús freqüent de la farina de blat, midons i del propi gluten, en l'elaboració de productes de consum general.

El Reglament 41/2009, sobre la composició i etiquetatge dels productes alimentaris apropiats per a persones amb intolerància al gluten, defineix que els productes destinats a persones celíaques es podran etiquetar amb la llegenda "sense gluten" quan els productes alimentaris, tant ordinaris com específics, tinguin un contingut inferior de 20 mg/kg de gluten en el producte final. Per tant, qualsevol producte identificat amb la llegenda "sense gluten" podrà ser consumit per les persones amb intolerància al gluten.

ALIMENTS QUE AMB SEGURETAT CONTENEN GLUTEN

Han de ser prohibits.

- Pa i farines de blat, sègol, ordi i civada.
- Pastissos, pastes italianes, pastes de sopa, galetes, bescuits, magdalenes i pastisseria en general.
- Sèmola de blat.
- Productes manufacturats en la composició dels quals entrin qualsevol d'aquestes farines citades i, en general, qualsevol aliment preparat o manufacturat si el comerciant no especifica que no conté gluten.
- Aliments maltejats.
- Begudes preparades amb cereals: malta, cervesa, aigua d'ordi.

ALIMENTS QUE PODEN CONTENIR GLUTEN

Només permesos previ informe exprés del fabricant que no contenen gluten o estiguin etiquetats com a sense gluten.

- Xarcuteria en general (mortadel·la, botifarres, pastissos de pernil o carn).
- Formatge fos, formatge en làmines, altres formatges sense marques de garantia.
- Patés i conserves.
- Dolços i caramels.

- Torró, massapà.
- Cafè i té instantanis.
- Xocolates.
- Infusions trossejades i amb aromes.
- Margarina.

ALIMENTS SENSE GLUTEN

Poden consumir-se lliurement.

- Llet i derivats làctics (formatge, mantega, mató, nata).
- Carn, peix i mariscs frescos.
- Ous.
- Fruites.
- Verdures, hortalisses i llegums (mongetes, fesols, llentilles, soia).
- Arròs, blat de moro i tapioca (farina i midó).
- Sucre.
- Mel.
- Oli.
- Sal, vinagre i llevats sense gluten.
- Espècies i colorants naturals o en gra, sense moldre.
- Cafè i té natural (no instantanis), herbes aromàtiques (camamilla, poliol, marialluïsa).
- Begudes carbòniques.



¿QUÉ SUPONE SER UN CELÍACO?

Los celíacos son personas que, por una predisposición genética, reaccionan a la ingestión del gluten, proteína presente en el trigo, avena, cebada, centeno y sus variedades.

Ingerir gluten les provoca una lesión en las vellosidades del intestino delgado que afecta la capacidad de absorber los nutrientes de los alimentos.

Una vez diagnosticada la intolerancia celíaca, el único tratamiento existente consiste en mantener una dieta estricta sin gluten y de por vida, para evitar las consecuencias de la enfermedad.

LA DIETA SIN GLUTEN

Por el momento, la dieta sin gluten es el único tratamiento eficaz para conseguir la normalización del celíaco y evitar las posibles complicaciones de la enfermedad.

La dieta debe seguirse durante toda la vida. Está demostrado que el consumo continuo de pequeñas cantidades de gluten, puede dañar severamente las vellosidades intestinales o provocar otras alteraciones importantes nada deseables, incluso en ausencia de síntomas.

Se basa, fundamentalmente, en alimentos naturales y frescos que no contienen gluten: leche, carnes, pescados, huevos, frutas, verduras, legumbres y los cereales que no tienen gluten: maíz, arroz, mijo y sorgo, combinándolos entre sí de forma variada y equilibrada.

Se eliminará de la dieta cualquier producto que lleve como ingrediente trigo, cebada, centeno, avena, espelta, Kamut y triticale (híbridos del trigo y centeno).

Para la correcta adquisición de productos sin gluten: las asociaciones de celíacos editan guías con productos que han sido controlados aunque los avances conseguidos en el mundo alimentario hará que los productos puedan ir etiquetados y se pueda prescindir de las listas.

Se debe evitar el consumo de productos manufacturados que no esté dentro de estas listas o no este etiquetado como "sin gluten"

Como norma general, deben eliminarse de la dieta los productos a granel, elaborados artesanalmente o los que no estén etiquetados, donde no se pueda comprobar el listado de ingredientes.



Los celíacos tienen muy restringida la elección de alimentos en su dieta habitual debido al uso frecuente de la harina de trigo, almidones y del propio gluten, en la elaboración de productos de consumo general. Los celíacos se ven obligados a evitar, aproximadamente, el 70% de los alimentos comercializados existentes en la Unión Europea.

El Reglamento 41/2009, sobre la composición y etiquetado de los productos alimenticios apropiados para personas con intolerancia al gluten, define que los productos destinados a personas celiacas se podrán etiquetar con la leyenda “sin gluten” cuando los productos alimenticios, tanto ordinarios como específicos, tengan un contenido inferior de 20 mg/kg de gluten en el producto final. Por lo tanto, cualquier producto identificado con la leyenda “sin gluten” podrá ser consumido por las personas con intolerancia al gluten.

ALIMENTOS QUE CON SEGURIDAD CONTIENEN GLUTEN

Deben ser prohibidos.

- Pan y harinas de trigo, centeno, cebada y avena.
- Bollos, pastas italianas, pastas de sopa, galletas, bizcochos, magdalenas y pastelería en general.
- Sémola de trigo.
- Productos manufacturados en cuya composición entre cualquiera de estas harinas citadas y, en general, cualquier alimento preparado o manufacturado si el comerciante no especifica que no contiene gluten.
- Alimentos malteados.
- bebidas preparadas con cereales: malta, cerveza, agua de cebada.

ALIMENTOS QUE PUEDEN CONTENER GLUTEN

Solamente permitidos previo informe expreso del fabricante de que no contienen gluten o estén etiquetados como sin gluten.

- Charcutería en general (mortadela, salchichas, pasteles de jamón o carne).
- Queso fundido, queso en láminas, otros quesos sin marcas de garantía.

- Patés y conservas.
- Dulces y caramelos.
- Turrón, mazapán.
- Café y té instantáneos.
- Chocolates.
- Infusiones troceadas y con aromas.
- Margarina.

ALIMENTOS SIN GLUTEN

Pueden consumirse libremente.

- Leche y derivados lácteos (queso, mantequilla, requesón, nata).
- Carne, pescado y mariscos frescos.
- Huevos.
- Frutas.
- Verduras, hortalizas y legumbres (frijoles, arvejas, lentejas, soja).
- Arroz, maíz y tapioca (harina y almidón).
- Azúcar.
- Miel.
- Aceite.
- Sal, vinagre, levaduras sin gluten.
- Especias y colorantes naturales o en grano, sin moler.
- Café y té natural (no instantáneos), hierbas aromáticas (manzanilla, poleo, hierba luisa).
- Bebidas carbónicas.



WHAT DOES BEING A CELIAC SUFFERER MEAN?

Celiac sufferers are people who, by way of a genetic predisposition, react to the intake of gluten, a protein present in flour, oats, barley and rye and their varieties.

Consuming gluten damages the villi of the small intestine which in turn affects the capacity to absorb nutrients from food.

Once celiac intolerance is diagnosed, the only existent treatment consists of following a strict lifelong gluten-free diet. Therefore the celiac sufferer must follow this lifelong gluten-free diet in order to avoid the consequences of the illness.

THE GLUTEN-FREE DIET

Presently, the gluten-free diet is the only efficient treatment available which can normalize the situation of the celiac sufferer and thus avoid The diet should be followed permanently. It has been demonstrated that the continuous consumption of small quantities of gluten can severely damage the intestinal villi or provoke important undesirable changes, even with the absence of symptoms.

It is based, fundamentally, on natural and fresh foodstuffs that do not contain gluten: milk, meats, fish, eggs, fruit, vegetables, pulses and those cereals which do not contain gluten: maize, rice, millet and sorghum, combining them in a varied and balanced way.

Any product containing wheat, barley, rye, Kamut and triticale (hybrids of wheat and rye) or oats must be eliminated from the diet.

In order to facilitate the correct acquisition of gluten-free products, various celiac associations publish guides of products which have been tested, although the advances achieved within the foodstuff industry mean that these products will now be labelled and thus one can do without the lists. Consumption of any manufactured foodstuffs not on the lists or which are not labelled 'gluten-free' should be avoided.

As a general rule, wholesale, non-industrial or those foodstuffs without labels (where one cannot check the ingredients) should be eliminated from the diet.

Celiac sufferers have a very limited choice of foodstuffs in their normal diet because of the frequent use of wheat flour, starches and of gluten in the making of general consumer

products. Hence, celiac sufferers must avoid approximately 70% of existing commercial foodstuffs in the European Union.

Regulation 41/2009, about the composition and labelling of those foodstuff products which are suitable for those with a gluten intolerance, defines that those products destined for celiac sufferers will be permitted to be labelled with the inscription 'gluten-free' when those foodstuff products, be they ordinary or specific, have a gluten content of less than 20mg/kg in the final product. Therefore any product containing the inscription 'gluten-free' can be consumed by those people with a gluten intolerance.

FOODSTUFFS WHICH CERTAINLY CONTAIN GLUTEN

Should be prohibited.

- Bread, wheat, rye, barley or oats flours.
- Buns, Italian pasta, noodles, biscuits, sponge cakes, fairy cakes and cakes in general.
- Wheat semolina.
- Manufactured products in whose composition enter any of those already mentioned flours and, in general, any prepared or manufactured foodstuff, if the dealer does not specify that the product is gluten-free.
- Malted or powder foods.
- Drinks prepared with cereals: malt, beer, barley water.

FOODSTUFFS WHICH MAY CONTAIN GLUTEN

Only permitted if express information from the manufacturer exists stating that they do not contain gluten or if they are labelled as 'gluten-free'.

- Delicatessen foods in general (mortadella, sausages, ham or meat pies).
- Melted cheese, sliced cheese and other cheeses without specific guarantees.
- Pâtés and conserves (jam, etc.)
- Sweet things and candies.
- Nougat, marzipan.
- Instant coffees and teas.



- Chocolates.
- Choopped and flavored infusions.
- Margarine.

FOODSTUFFS WITHOUT GLUTEN

Can be freely consumed.

- Milk and lactic derivatives (cheese, butter, cottage cheese, cream).
- Meat, fish and fresh seafood.
- Eggs.
- Fruit.
- Vegetables and pulses (kidney/black beans, peas, lentils, soya).
- Rice, maize (corn) and tapioca (flour and starch).
- Sugar.
- Honey.
- Oils.
- Salt, vinegar, gluten-free yeast.
- Spices and natural or grain colourings, unmilled.
- Coffee and natural tea (not instant), aromatic herbs (camomile, pennyroyal, lemongrass).
- Carbonated drinks.

QU'EST-CE QU'UN COELIAQUE?

Les cœliaques sont des personnes qui, par prédisposition génétique, réagissent à l'ingestion du gluten, protéine présente dans le blé, l'avoine, l'orge, le seigle et leurs dérivés. L'absorption de gluten provoque une lésion des villosités de l'intestin grêle qui empêche d'assimiler le nutriment des aliments.

Une fois l'intolérance cœliaque diagnostiquée, le seul traitement existant consiste à suivre à vie un régime strict sans gluten afin d'éviter les conséquences de la maladie.

RÉGIME SANS GLUTEN

Actuellement, un régime alimentaire sans gluten constitue le seul traitement efficace pour obtenir la normalisation du coeliaque et éviter de possibles complications liées à la maladie.

Le régime doit être suivi à vie. Il est démontré que la consommation continue de petites quantités de gluten peut endommager gravement les villosités intestinales ou provoquer d'autres altérations redoutables malgré l'absence de symptômes.

Le régime repose essentiellement sur les aliments frais et naturels qui ne contiennent pas de gluten: lait, viandes, poissons, œufs, fruits, légumes et les céréales sans gluten: maïs, riz, millet, sorgho, en les combinant de façon variée et équilibrée.

Tout produit contenant comme ingrédient du blé, de l'orge, seigle, avoine ou épeautre, Kamut et triticale (hybride de blé et de seigle), sera éliminé du régime.

Pour une correcte acquisition de produits sans gluten, les associations de coeliaques ont édité un guide de produits contrôlés bien qu'à l'avenir, les progrès faits dans le domaine alimentaire permettront l'étiquetage des produits nous dispensant ainsi de l'usage de listes.

Il faut donc éviter la consommation de produits manufacturés non répertoriés dans le guide ou non étiquetés "sans gluten".

Comme norme générale, il faut éliminer du régime les produits en vrac, élaborés artisanalement ou ceux qui ne sont pas étiquetés et dont on ne peut pas vérifier la composition.



Les coeliaques ont un choix d'aliments très restreint dans leur régime habituel dû à l'utilisation fréquente de la farine de blé, d'amidons et du gluten dans l'élaboration de produits de consommation générale. Les coeliaques sont obligés d'éviter approximativement 70% des aliments commercialisés dans l'Union Européenne.

Le Règlement 41/2009 sur la composition et l'étiquetage des produits alimentaires appropriés pour des personnes intolérantes au gluten signale que les produits recommandés aux coeliaques pourront porter la mention "sans gluten" lorsque ces produits, ordinaires ou spécifiques, contiendront une quantité inférieure à 20mg/kg de gluten dans le produit fini. De sorte que n'importe quel produit identifié par la mention "sans gluten" pourra être consommé par des personnes souffrant d'intolérance au gluten.

ALIMENTS CONTENANT DU GLUTEN

Doivent être interdits.

- Pain et farines de blé, seigle, orge et avoine.
- Pains au lait, pâtes italiennes, pâtes pour soupe, biscuits, madeleines et pâtisserie en général.
- Semoule de blé.
- Les produits manufacturés dont la composition comprend n'importe laquelle des farines citées et, en général, n'importe quel aliment préparé ou manufacturé si le commerçant n'a pas spécifié "sans gluten"
- Les aliments à base de malt.
- Infusions et boissons préparées avec des céréales: malt, bière, eau d'orge.

ALIMENTS QUI PEUVENT CONTENIR DU GLUTEN

Seul sont autorisés les produits pour lesquels l'absence de gluten a été certifié par le fabricant et dont l'étiquette porte la mention "sans gluten".

- Charcuterie en général (mortadelle, saucisses, tourtes aux jambon ou viande).
- Fromage fondu, fromage en tranches, autres fromages sans marque de garantie.


- Pâtés et conserves.
- Sucrieries et bonbons.
- Nougat, massepain.
- Café et thé instantanés.
- Chocolat.
- Infusions aromatisés et hachées.
- Margarine.

ALIMENTS SANS GLUTEN

Ils peuvent être consommés librement

- Lait et produits laitiers (fromage, beurre, fromage blanc, crème).
- Viande, poisson et fruits de mer frais.
- Ceufs.
- Fruits.
- Légumes, légumes secs (haricots, pois, lentilles, soja).
- Riz, maïs et tapioca (farine et amidon).
- Sucre.
- Miel.
- Huile.
- Sel, vinaigre, poivre, levures sans gluten.
- Épices et colorants naturels ou en grain, non moulu
- Café et thé naturels (pas instantanés), herbes aromatiques (camomille, pouliot, verveine).
- Boissons gazeuses.



-  Adreça • Dirección • Address • Adresse
-  Telèfon • Teléfono • Phone • Téléphone
-  Web • Mail
-  Tipus de cuina • Tipo de cocina • Cuisine • Type de cuisine

F Restaurants amb formació específica per a cuina sense gluten.
Restaurants con formación específica para cocina sin gluten.
Restaurants with specific training for gluten-free cooking.
Restaurants avec une formation spécifique pour la cuisson sans gluten.

M Menú · Menu · Daily menu · Menu du jour

R Reservar · Reservar · Book · Livre

C Carta · Carta · Menu · Menu

 Pa sense gluten · Pan sin gluten
Gluten-free bread · Pain sans gluten

 Cervesa sense gluten · Cerveza sin gluten
Gluten-free beer · Bière sans gluten

 Pizza sense gluten · Pizza sin gluten
Gluten-free pizza · Pizza sans gluten

 Postres sense gluten · Postres sin gluten
Gluten-free dessert · Dessert sans gluten

 Pasta sense gluten · Pasta sin gluten
Gluten-free pasta · Pâtes sans gluten

 Només plats adaptats sense gluten · Sólo platos adaptados sin gluten
Only gluten-free dishes adapted · Seuls les plats sans gluten adaptés

1. 4 CAPELLANS



Metro Urquinaona (L1, L4) Jaume I (L4) **Bus** 17, 19, 40, 45

 dels Capellans, 4 | 08002
 933 042 255
 hotel@barcelonacatedral.com
www.barcelonacatedral.com
 Mediterrània

2. ANFITEATRO







Metro Ciutadella - Vila Olímpica (L4) **Bus** 36

 Avinguda Litoral, 37 (Parc del Port Olímpic) | 08005
 659 695 345
 reservas@anfiteatro-restaurant.com
www.anfiteatro-restaurant.com
 Mediterrània. D'autor

3. ARROSSERIA L'ARRÒS







Metro Barceloneta (L4) **Bus** 17, 36, 39, 45, 57, 59, 157

 Passeig Joan de Borbó, 12 | 08003
 932 212 646
 reservas@larros.es | www.larros.es
 Mediterrània. Arrosseria

4. BARKENO



Metro Catalunya (L1, L3) Urquinaona (L1, L4) Passeig de Gràcia (L2, L4) Tetuán (L2) **Bus** 16, 17, 22, 24, 28, 39, 45, 47, 62, 66, B20, B21, B24, B25

 Casp, 17 | 08010
 934 813 490
 info@barkeno.es | www.barkeno.es
 Mediterrània



5. BASMATI



Metro Hospital Clínic (L5) **Bus** 14, 54, 58, 59, 64, 66, 67, 68, 63

- 🏠 París, 163 | 08036
- ☎ 933 630 651
- 📧 info@restaurantbasmati.com
www.restaurantbasmati.com
- 🍷 Mediterrània. Arroseria

7. CAFÉ DE LA PRINCESA



Metro Jaume I (L4) **Bus** 14, 39, 51, 120

- 🏠 Sabateret, 1-3 | 08003
- ☎ 932 681 518
- 📧 cafeprincesa@cafeprincesa.com
www.cafeprincesa.com
- 🍷 Mediterrània. De mercat

6. BRASERIAS PIRAS



Metro Fontana (L3) **FGC** Gràcia **Bus** 22, 24, 28, 39, 87, 92, 114

- 🏠 Montseny, 10 | 08012
- ☎ 932 182 605
- 📧 enotecapiras@hotmail.com | www.pirasgracia.com
- 🍷 Mediterrània

8. CAN MAJÓ



Bus 17, 36, 39, 45, 57, 59, 64, 157

- 🏠 Almirall Aixada, 23 | 08003
- ☎ 932 215 455
- 📧 info@canmajo.es | www.canmajo.es
- 🍷 Mediterrània



9. CASA CALVET



R



Metro Catalunya (L1, L3) Urquinaona (L1, L4) Passeig de Gràcia (L2, L4) Tetuán (L2) **Bus** 16, 17, 22, 24, 28, 39, 45, 47, 62, 66

🏠 Casp, 48 | 08010

☎ 934 124 012

📧 cocina@casacalvet.es | www.casacalvet.es

🍷 Mediterrània

11. CHIARS



C



Metro Fontana (L3) **FGC** Gràcia **Bus** 16, 17, 22, 24, 27, 28, 31, 32, 87, 92, 114

🏠 Oreneta, 2 | 08012

☎ 932 172 856

🍷 De mercat

10. CASA FERNÁNDEZ



C



FGC Muntaner **Bus** 6, 7, 14, 15, 27, 32, 33, 34, 58, 63, 64, 67, 68

🏠 Santaló, 46 | 08021

☎ 932 019 308

📧 casafernandez@casafernandez.com
www.casafernandez.com

🍷 De mercat

12. COMIOLS



R



FGC Plaça Molina, Gràcia **Bus** 14, 16, 17, 27, 31, 32, 58, 64, 67, 68

🏠 Madrazo, 68 | 08006

☎ 932 090 791

📧 info@comiols.es | www.comiols.es

🍷 Mediterrània. Catalana. D'autor



13 - 13b. CONESA. ARTESANS DE L'ENTREPÀ



Metro Jaume I (L4) **Bus** 117, 19, 40, 45, 120 b. **Metro** Hostafrancs (L1) (L4) **Bus** 30, 56, 57, 91, 115, 157

🏠 Llibreteria, 1-3 | 08002 - Creu Coberta, 80 | 08014

☎ 933 101 394 - 934 315 541

📧 clients@conesaentrepans.com

🌐 www.conesaentrepans.com

🍷 Entrepans

14. DA PAOLO



Metro Badal (L5) **Bus** 15, 43, 54, 56, 57, 70, 75, 157, 158, L50, L56, L62

🏠 Avinguda Madrid, 73 | 08028

☎ 934 904 891

📧 paolociccardi@hotmail.com | www.dapaolo.es

🍷 Italiana

15. DOS TERRES



Metro Hospital Clínic (L5) **Bus** 14, 54, 58, 59, 64, 66, 67, 68, 63

🏠 París, 158 | 08036

☎ 933 220 049

📧 restaurante@dosterres.es | www.dosterres.es

🍷 Mediterrània. Argentina

16. DON ZÀNGANO



FGC Muntaner **Bus** 6, 7, 14, 15, 27, 32, 33, 34, 58, 63, 64, 67, 68

🏠 Amigó, 74 | 08021

☎ 932 094 129

📧 donzangano@gmail.com

🍷 De mercat



17. DROLMA



R



Metro Passeig de Gràcia (L3) **Bus** 7, 16, 17, 20, 22, 23, 28, 39, 43, 44, 45, 67, 68

🏠 Passeig de Gràcia, 70 | 08007

☎ 934 967 710

📧 info@drolmarestaurant.cat | www.drolmarestaurant.cat

🍷 D'autor

19 - 19b. ELS POLLOS DE LLULL



R



Metro Bogatell, Ciutadella - Vila Olímpica (L4) **Bus** 10, 14, 40, 41, 42, 71, 141 **b. Metro** Sagrada Família (L2, L5), Verdaguer (L4) **Bus** 10, 15, 19, 20, 33, 34, 39, 43, 44, 45, 47, 50, 51, 55

🏠 Ramón Turró, 13 | 08005 - Nàpols, 272 | 08025

☎ 931 622 250

📧 info@elspollos.com | www.elspollos.com

🍷 Rostisseria

18. EL EDÉN DE LAFORJA



F

R



Metro Fontana (L3) **FGC** Gràcia **Bus** 16, 17, 22, 24, 27, 28, 31, 32, 87, 92, 114

🏠 Laforja, 3 | 08006

☎ 932 174 556

📧 eledendelaforja@eledendelaforja.com
www.eledendelaforja.com

🍷 D'autor

20. EL RACÓ ECOLÒGIC



R



Metro Plaça Tetuan (L2) Passeig de Gràcia (L3) Girona (L4) **Bus** 6, 7, 9, 39, 43, 44, 45, 47, 50, 51, 54, 55, 56, 62, 100, 101

🏠 Bruc, 86 | 08009

☎ 934 678 686

🍷 Vegetariana



21. EN VILLE



Metro Catalunya (L1, L3) FGC Catalunya Bus 14, 59, 91, 120

- 🏠 Doctor Dou, 14 | 08001
- ☎ 933 028 467
- 📧 info@envillebarcelona.es | www.envillebarcelona.es
- 🍷 Tradicional. Mediterrània. Francesa

23. GRANJA M. VIADER



Metro Catalunya (L1, L3) FGC Catalunya Bus 14, 59, 91, 120

- 🏠 Xuclà, 4-6 | 08001
- ☎ 933 183 486
- 📧 granjaviader@yahoo.es | www.granjaviader.cat
- 🍷 Granja, xocolateria artesana

22. GENOVA MILANO



Metro Hospital Clínic (L5) Bus 14, 20, 37, 43, 44, 59, 63

- 🏠 Mallorca, 107 | 08029
- ☎ 934 511 550
- 📧 www.genovamilano.com
- 🍷 Italiana

24. HEART BURGUER



Metro Universitat (L1, L2) FGC Catalunya Bus 7, 9, 14, 24, 41, 42, 50, 54, 55, 56, 58, 59, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 141

- 🏠 Gran Via de les Corts Catalanes, 602 | 08007
- ☎ 933 021 030
- 📧 behappy@barcelonaheartburguer.com
www.barcelonaheartburguer.com
- 🍷 Hamburgueseria ecològica



25. IBOO



Metro Maria Cristina (L3) **Bus** 6, 7, 30, 33, 34, 63, 66, 67, 78

🏠 Avinguda Diagonal, 545-577 (L'illa Diagonal) | 08029
 ☎ 935 025 542
 📧 iboobcn@hotmail.com | www.iboobarcelona.com
 🍴 Mediterrània. D'autor

27. LA BÁSCULA



Metro Jaume I (L4) **Bus** 14, 39, 51, 120

🏠 Flassaders, 30bis | 08003
 ☎ 933 199 866
 🍴 Vegetariana

26 - 26b. IL PICCOLO FOCONE



Metro Encants (L2), Sant Pau - Dos de maig (L5) **Bus** 15, 19, 20, 33, 34, 35, 43, 44, 45, 47, 50, 51, 92, 117 **b. Metro** Joanic (L4) **Bus** 39, 55, 92, 114, 116

🏠 Dos de Maig, 268 | 08006 - Legalitat, 74 | 08024
 ☎ 934 502 452 - 932 849 879
 📧 dosdemaig@piccolofocone.es
 legalitat@piccolofocone.es | www.ilpiccolofocone.es
 🍴 Italiana

28. LA GAVINA



Metro Barceloneta (L4) **Bus** 14, 17, 36, 40, 45, 39, 40, 45, 51, 57, 59, 64

🏠 Plaça Pau Vila, 1 (Palau de Mar) | 08039
 ☎ 932 210 595
 📧 reservas@lagavina.es | www.lagavina.es
 🍴 Mediterrània



29. LA GRANJA



FGC Plaça Molina, Muntaner **Bus** 14, 16, 17, 27, 31, 32, 58, 64

- 🏠 Sant Eusebi, 64 | 08006
- ☎ 932 015 750
- 📧 info@lagranjavegetariana.com
- 🌐 www.lagranjavegetariana.com
- 🍴 Vegetariana. Buffet lliure

31. LA QUEIXALADA D'EN XAVI



Metro Sant Antoni (L2), Poble Sec (L3) **Bus** 13, 24, 37, 41, 55, 57, 61, 91, 121, 141, 157

- 🏠 Calàbria, 31 | 08015
- ☎ 933 254 448
- 📧 contacto@laqueixaladadenxavi.com
- 🌐 www.laqueixaladadenxavi.com
- 🍴 Mediterrània. De mercat

30. LA LLUNA



Metro Catalunya (L1, L3), Urquinaona (L4) **FGC** Catalunya **Bus** 14, 17, 19, 40, 45, 58, 59, 91

- 🏠 Carrer Sant Bonaventura, 7 | 08002
- ☎ 933 424 479
- 📧 info@lallunarestaurant.com | www.lallunarestaurant.com
- 🍴 Mediterrània. Internacional. D'autor

32. LA RIERA



Metro Collblanc (L5) **Bus** 15, 54, 56, 57, 75, 157, 158

- 🏠 Regent Mendieta, 15 | 08028
- ☎ 629 574 268
- 📧 lariera.regentemendieta15@gmail.com
- 🌐 www.vegetarialariera.com
- 🍴 Vegetariana



33. LA TAULA



FGC Putxet **Bus** 14, 16, 17, 58, 64, 70, 74, 72, 131

🏠 Sant Màrius, 8 | 08022

☎ 934 172 848

📧 reservar@lataula.com | www.lataula.com

📍 Europea. De mercat

35. NECTARI



Metro Hostafrancs, Espanya (L1), Tarragona (L3) **Bus** 27, 30, 32, 43, 44, 56, 57, 78, 109, 115, 157

🏠 València, 28 | 08015

☎ 932 268 718

📧 nectari@nectari.es | www.nectari.es

📍 Mediterrània

34. MOO



Metro Diagonal (L3,L5) **FGC** Provença **Bus** 6, 7, 15, 16, 17, 22, 24, 33, 34, 28, 39

🏠 Rosselló, 265 | 08008

☎ 934 454 000

📧 c.mila@hotelomm.es | www.hotelomm.es

📍 Catalana. D'autor

36. OUT OF CHINA



Metro Hospital Clinic (L5) **FGC** Provença **Bus** 7, 14, 16, 17, 20, 31, 37, 43, 44, 54, 58, 59, 64, 66, 67, 68

🏠 Muntaner, 100 | 08036

☎ 934 515 555

📧 chenquiwang@hotmail.com
www.outofchinabarcelona.com

📍 Oriental. D'autor



37. PATAGONIA BEEF & WINE



R



Metro Urquinaona (L1, L4), Passeig de Gràcia (L2), Girona (L4) Bus 7, 16, 17, 22, 24, 28, 39, 45, 47, 50, 54, 56, 62, 66

🏠 Gran Via de les Corts Catalanes, 660 | 08010

☎ 933 043 735

📧 info.bcn@patagoniabw.com | www.patagoniabw.com

📍 Argentina. Mediterrània

39. Q BO MENJAR PER EMPORTAR



F

M

C



Metro Rocafort (L1) Bus 9, 13, 41, 50, 55, 56, 91, 141

🏠 Viladomat, 105 (botiga 1) | 08015

☎ 932 925 689

📧 qbobcn@qbobcn.com | www.qbo.com

📍 Mediterrània. De mercat

38. PECATA MINUTA



M



Metro Pujades (L4) Bus 6, 40, 42, 71, 141, B25

🏠 Pere IV, 61bis | 08018

☎ 933 006 748

📍 Mediterrània

40. SHIBUI



M

C



Metro Hospital Clínic (L5) Bus 14,15, 27, 32, 41, 54, 66, 67, 68, 59

🏠 Compte d'Urgell, 272 | 08036

☎ 933 219 004

📧 info@shibuïrestaurantes.com
www.shibuïrestaurantes.com

📍 Oriental



41. SEMPRONIANA



Metro Hospital Clínic (L5) **FGC** Provença **Bus** 14, 20, 31, 37, 43, 44, 54, 58, 59, 63, 64, 66, 67, 68

- 🏠 Rosselló, 148 | 08036
- ☎ 934 531 820
- 📧 semproniana@semproniana.net
- 🌐 www.semproniana.net
- 🍷 Mediterrània

42. TAPAS CLUB



Metro Barceloneta (L4) **Bus** 14, 17, 36, 40, 45, 39, 40, 45, 51, 57, 59, 64, 157, 120

- 🏠 Plaça Pau Vila, 1 | 08039
- ☎ 932 217 237
- 📧 reservas@tapasclubbcn.es | www.tapasclubbcn.es
- 🍷 Mediterrània. Tapes

43. TELEPIZZA



- 🏠 Consultar llistat de restaurants al web
- ☎ 902 122 122
- 📧 curt.cat/telepizza_celiacs
- 🍷 Pizzeria

44 - 44b. TIJUANA



Metro Diagonal (L3, L5) **FGC** Provença **Bus** 6, 7, 14, 15, 16, 17, 31, 33, 34, 54, 58, 59, 63, 64, 66, 67, 68 **b. Metro** Hospital Clínic (L5) **Bus** 14, 15, 27, 32, 41, 54, 66, 67, 68, 59

- 🏠 Còrsega, 232 | 08036 - Compte Borrell, 296 | 08029
- ☎ 932 171 860 | 934 391 109
- 📧 reserves@cantinatijuana.com | www.cantinatijuana.com
- 🍷 Mexicana

45. TRA-BAL



FGC Gràcia **Bus** 16, 17, 22, 24, 27, 28, 31, 32, 58, 64, 87, 114

-  Balmes, 203 | 08006
-  932 373 509
-  tra.bal@hotmail.com
-  Mediterrània

47. VIPS






Metro El Maresme - Fòrum (L4) **Bus** 7, 26, 36, 41, 99, 141

-  Avinguda Diagonal, 3 | 08036
-  935 219 082
-  www.grupovips.com
-  Internacional

46. VIENA







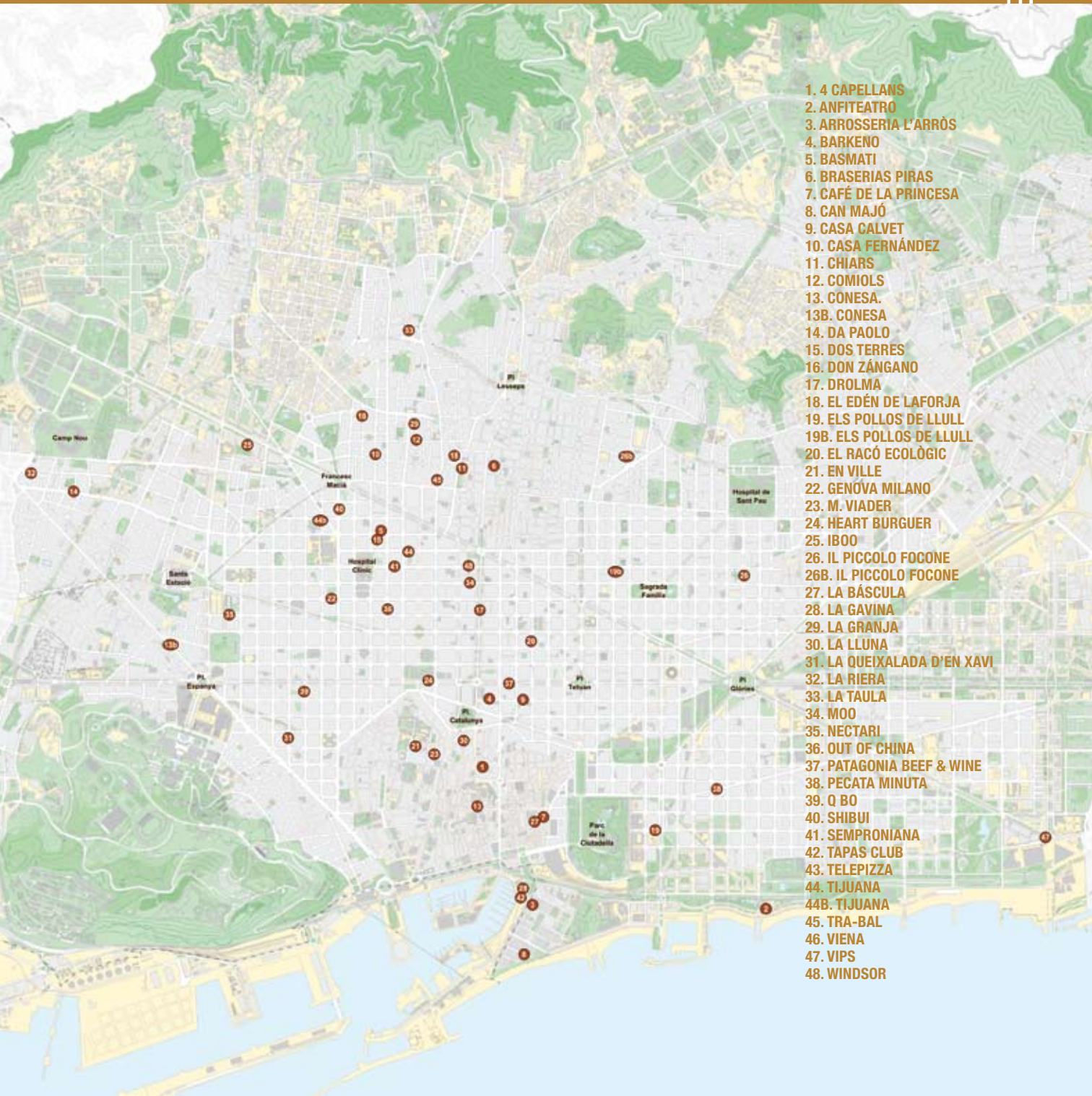
-  Consultar llistat de restaurants al web
-  937 450 773
-  viena@viena.cat | www.viena.cat
-  Entrepans

48. WINDSOR



Metro Diagonal (L3,L5) **FGC** Provença **Bus** 6, 7, 15, 16, 17, 22, 24, 28, 31, 33, 34, 58, 64, 66, 67, 68

-  Còrsega, 286 | 08008
-  932 377 588
-  info@restaurantwindsor.com
- www.restaurantwindsor.com
-  Catalana



1. 4 CAPELLANS
2. ANFITEATRO
3. ARROSSERIA L'ARRÒS
4. BARKENO
5. BASMATI
6. BRASERIAS PIRAS
7. CAFÉ DE LA PRINCESA
8. CAN MAJÓ
9. CASA CALVET
10. CASA FERNÁNDEZ
11. CHIARS
12. COMIOLS
13. CONESA.
- 13B. CONESA
14. DA PAOLO
15. DOS TERRES
16. DON ZÀNGANO
17. DROLMA
18. EL EDÉN DE LAFORJA
19. ELS POLLOS DE LLULL
- 19B. ELS POLLOS DE LLULL
20. EL RACÓ ECOLÒGIC
21. EN VILLE
22. GENOVA MILANO
23. M. VIADER
24. HEART BURGUER
25. IBOO
26. IL PICCOLO FOCONE
- 26B. IL PICCOLO FOCONE
27. LA BÁSCULA
28. LA GAVINA
29. LA GRANJA
30. LA LLUNA
31. LA QUEIXALADA D'EN XAVI
32. LA RIERA
33. LA TAULA
34. MOO
35. NECTARI
36. OUT OF CHINA
37. PATAGONIA BEEF & WINE
38. PECATA MINUTA
39. Q BO
40. SHIBUI
41. SEMPRONIANA
42. TAPAS CLUB
43. TELEPIZZA
44. TIJUANA
- 44B. TIJUANA
45. TRA-BAL
46. VIENA
47. VIPS
48. WINDSOR



A series of horizontal dotted lines for writing on page 56.



A series of horizontal dotted lines for writing on page 57.



A series of horizontal lines for writing, consisting of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line, repeated down the page.





Ajuntament de Barcelona



GUIA DE RESTAURACIÓ
DE BARCELONA

Actualitzat - Última edició: 2014



Associació Catalana
de Turisme