

Guia docent

La cuina de la memòria

Cultura i identitat a través de la gastronomia catalana.
Un viatge pels sabors, les paraules i les històries que fan
de la cuina catalana un patrimoni viu.



La cuina de la memòria és un taller interdisciplinari pensat per apropar l'alumnat d'**ESO i de Batxillerat** al **patrimoni cultural català** a través de la **gastronomia**. A partir dels fons documentals de la **Biblioteca de Catalunya** —receptaris antics, llibres de cuina, menús...—, el taller proposa una aproximació a la cuina com a expressió de la **història**, la **llengua** i la **identitat col·lectiva**.

L'objectiu és que l'alumnat entengui **la cuina com una forma de memòria viva**, capaç d'explicar com vivien les persones, quins valors compartien i com aquests s'han transmès de generació en generació. Les activitats combinen la **lectura i anàlisi de fonts històriques** amb la **creació lingüística i artística**, convidant els estudiants a relacionar sabors i paraules amb la seva pròpia experiència i context cultural.

El taller està concebut per ser **flexible i adaptable a diferents nivells educatius**. Es pot treballar des d'una perspectiva més guiada a 1r cicle d'ESO, centrada en l'observació i la descripció, fins a una mirada més analítica i crítica a Batxillerat, on es promou la recerca i la creació autònoma. A través de **la lectura, la comparació, la reinterpretació i la creació**, l'alumnat desenvolupa competències lingüístiques, culturals i digitals, tot posant en valor el **patrimoni gastronòmic com a part essencial de la cultura catalana**.



Francesc Matheu, *Cuina de "Son Vida"*, 1920

Què trobaràs en aquesta guia

Aquesta guia docent t'ajudarà a conduir el taller “**La cuina de la memòria**”, pensat per treballar la cuina catalana com a part del patrimoni cultural i lingüístic.

Aquí trobaràs tot el que necessites per preparar-lo, dinamitzar-lo i avaluar-lo amb èxit:



Activitats i dinàmiques

Hi trobaràs el desenvolupament de cada activitat amb **objectius, durada i format de treball**. Les propostes s'adapten a diferents nivells educatius i poden realitzar-se de manera independent o com a taller complet.



Recursos i eines digitals

El taller utilitza materials originals de la **Biblioteca de Catalunya**: receptaris antics, imatges històriques, menús... Es poden consultar en línia a través dels enllaços indicats a cada activitat.



Connexió curricular i materials

Les activitats s'alineen amb les **competències clau de la LOMLOE** i poden treballar-se des de Llengua Catalana i Literatura, Geografia i Història o Cultura, Educació Visual i Plàstica / Arts Plàstiques i Valors Ètics. El taller promou el **treball interdisciplinari** i la **mirada crítica** sobre la cultura gastronòmica.



Avaluació i seguiment

Cada activitat inclou suggeriments per a una **avaluació formativa i competencial**, basada en la participació, la comprensió i la capacitat de reflexió.

S'hi proposen **criteris orientatius, preguntes d'autoavaluació** i **eines** per observar el procés d'aprenentatge de l'alumnat.

Abans de començar

Aquesta guia docent acompanya la **guia de l'alumnat** i t'ajudarà a preparar cada activitat del taller.

Com fer-la servir

- Pots seguir la seqüència completa del taller o adaptar-ne només algunes parts.
- Cada activitat inclou **orientacions docents, suggeriments digitals i materials**.
- La **guia de l'alumnat** et servirà com a fil conductor. Conté textos, activitats i recursos visuals per treballar la **cuina catalana com a patrimoni cultural, lingüístic i històric**.



Abans d'iniciar-lo

Et recomanem llegir cada secció abans de començar la sessió, preparar els enllaços i materials necessaris i adaptar el ritme i la profunditat segons el teu grup.

Desenvolupament del taller

El taller s'estructura en **sis activitats** que poden desenvolupar-se en tres o quatre sessions d'una hora aproximadament.

Cada activitat combina **lectura, observació, reflexió i creació**, amb propostes adaptables als diferents nivells educatius.

Fase del taller	Activitat	Durada estimada
1. Introducció i context	La cuina com a patrimoni viu. Observació d'imatges, lectura de fragments i debat inicial.	20 -30 minuts
2. Quan la història es cuina	Comparació de receptaris i menús antics amb exemples actuals. Canvis en la llengua i els valors gastronòmics.	20 - 30 minuts
3. Cuines d'altres temps	Lectura de receptes antigues. Anàlisi del llenguatge i de l'estil culinari del passat.	45 - 60 minuts
4. La meva recepta amb història	Creació d'una recepta pròpia inspirada en models antics. Expressió escrita i creativitat.	45 - 60 minuts
5. Menús amb memòria	Creació col·lectiva d'un menú amb identitat. Disseny, redacció i reflexió cooperativa.	45 - 60 minuts
6. La memòria al plat	Reflexió final sobre cuina, llengua i identitat.	15 - 20 minuts

Recomanació docent

El taller pot treballar-se de manera modular. Les activitats **1 a 4** poden realitzar-se de forma independent o com a seqüència curta. Només la proposta **Menús amb memòria** (activitat **5**) requereix haver elaborat prèviament les receptes de l'activitat **4**, ja que n'integra els resultats en un producte final col·lectiu.

1. Introducció al taller: La cuina com a patrimoni viu

Aquesta primera activitat serveix per introduir el taller i despertar la curiositat de l'alumnat (diapositiva 2 de la guia de l'alumnat).

Et recomanem iniciar-la amb una breu conversa sobre **la cuina com a part de la cultura i de la memòria familiar o col·lectiva**. A partir d'aquesta reflexió inicial, es pot presentar la cuina catalana com un **patrimoni viu que connecta passat i present**.

L'activitat combina l'observació d'imatges històriques i la lectura de textos per ajudar l'alumnat a entendre que **cuinar també és conservar la història i la llengua**. A través dels recursos de la **Biblioteca de Catalunya**, es descobreix com la gastronomia reflecteix **la manera de viure d'altres temps i els valors que perduren**.



Objectiu específic

Situar l'alumnat en el context cultural i històric de la cuina catalana i comprendre-la com una expressió viva del patrimoni i de la identitat col·lectiva.



Durada orientativa

20- 30 minuts



Format

Col·lectiu i grupal (debats guiats i activitats d'observació).



Eines i materials

Projector o pantalla digital, accés a Internet, fulls o quaderns per a notes.



Recursos de la BC

- [Cuina de "Son Vida" i Cuina amb foc a terra](#)
- [Tríptic de l'exposició "La flor de totes les cuines"](#)
- [Llibre "El patrimoni gastronòmic català i la seva cuina"](#)
- [Blog de la BC: La col·lecció de menús d'hotels i restaurants de la Biblioteca de Catalunya](#)
- [Blog de la BC: La flor de totes les cuines: en els 500 anys del "Llibre del coc" de mestre Robert](#)

Desenvolupament de l'activitat

1. Inicia una conversa a l'aula

Comença amb **preguntes obertes** per activar coneixements previs i generar interès. Pots escriure algunes idees a la pissarra.

- Què ens diu la manera de cuinar sobre una societat?
- Quins plats ens recorden moments o persones especials?
- Qui cuina a casa i com s'han transmès les receptes familiars?

Aquest primer pas serveix per vincular el tema amb la pròpia experiència i preparar el treball posterior amb els documents. Et recomanem crear un **ambient proper i participatiu**. Valora totes les aportacions i connecta-les amb la idea que la cuina també és cultura i llengua.

2. Observació d'imatges històriques

Projecta o reparteix les fotografies ***Cuina de Son Vida*** i ***Cuina amb foc a terra***.

Proposa una **lectura visual atenta**: com eren els espais, els estris, els focs, la llum o la manera de treballar.

- Què ens expliquen aquestes cuines sobre la vida d'abans?
- Quins elements encara trobem a les cuines actuals?

Et recomanem guiar la conversa centrant-te en detalls concrets: el foc, els estris, les persones, l'espai...

3. Lectura i reflexió

Proposa la lectura del tríptic ***La flor de totes les cuines*** i, si és possible, del capítol 3 del llibre ***El patrimoni gastronòmic català i la seva cuina*** (en línia).

- Què fa que un llibre de cuina sigui patrimoni cultural?
- Quins valors culturals o lingüístics hi trobem?
- Quines paraules o expressions antigues encara reconeixem avui?

Si treballes amb nivells més baixos, tria només un fragment curt i comenta'l col·lectivament. Si és Batxillerat, pots repartir textos diferents per grups.

4. Reflexionem junts

Posada en comú de les idees: com la cuina reflecteix la societat, la llengua i la memòria.

- Què hem après sobre la relació entre cuina, llengua i identitat?

Recorda tancar amb la idea central del taller: la cuina és patrimoni viu.

Adaptacions per nivells

1r cicle ESO

Activitat molt visual i oral. Dona protagonisme a les imatges i a la conversa sobre objectes i costums de les cuines d'abans.

2n cicle ESO

Afegeix la lectura del tríptic i la comparació amb receptes o textos actuals. Treballa el vocabulari culinari i la comprensió de paraules antigues.

Batxillerat

Enfoca l'activitat des d'una mirada més analítica. Pots aprofundir en el concepte de patrimoni i el paper de la llengua i les biblioteques en la memòria cultural.

Suggeriments opcionals

- **Crea un espai visual.** Recull a la pissarra o en un mural digital les idees que sorgeixin sobre la cuina com a patrimoni. Pots afegir imatges o paraules clau.
- **Comença amb experiències personals.** Les anècdotes o records familiars són una bona manera d'introduir el tema i generar empatia.
- **Relaciona el tema amb l'actualitat.** Pots preguntar què ha canviat amb les modes alimentàries, els programes de cuina o les xarxes socials.
- **Relaciona el passat amb el present.** Demana a l'alumnat que busqui una fotografia antiga i una actual d'una cuina o d'un estri i compari els seus usos i significats.

2. Quan la història es cuina

En aquesta activitat (**diaposiva 3 de la guia de l'alumnat**) proposem observar com **la història es pot llegir a través dels plats, els ingredients i les paraules**. Treballarem amb documents de la **Biblioteca de Catalunya** que ens mostren com escrivien i com menjaven en altres èpoques, i els compararem amb exemples actuals per descobrir com canvia —i com perdura— la cultura gastronòmica.

Et recomanem començar amb una lectura guiada o la projecció d'un fragment d'un receptari antic i, després, fer-ne una conversa col·lectiva per identificar els trets d'aquell moment històric.



Objectiu específic

Comprendre com la cuina reflecteix cada època a través de documents històrics i llenguatge culinari antic.



Durada orientativa

20 - 30 minuts



Format

Grupal (lectura compartida, debat i anàlisi comparativa).



Eines i materials

Projector o pantalla digital, accés a Internet, còpies o fragments dels textos seleccionats, quaderns o fulls per anotar.



Recursos de la BC

- [Llibre molt apte per al govern de la cartuixa de Montalegre](#)
- [Instrucció breu per los cuyners princians](#)
- [Art de la cuyna](#)
- [Llibre d'aparellar de menjar](#)
- [Nuevo manual de guisar con toda perfeccion](#)
- [Cuynera catalana](#)
- [Menús de guerra](#)
- [Foodie culture Barcelona](#)

Desenvolupament de l'activitat

1. Observa i compara

Mostra una selecció de textos i imatges de diferents èpoques: **receptaris antics** i **revistes modernes**.

Demana a l'alumnat que, en grups, identifiqui canvis i permanències en **ingredients, llenguatge o valors**.

- Què revela cada època sobre la manera de cuinar i de menjar?
- Quins elements canvien amb el temps i quins es mantenen?

Et recomanem oferir un exemple inicial de lectura per guiar la interpretació. Els grups poden anotar idees o crear un petit **quadre comparatiu** entre “abans” i “avui”.

També pots finalitzar amb una breu síntesi escrita: ***Què diu la història sobre la nostra manera de cuinar?***

2. Pensa i comenta

Cada grup presenta el seu document i les seves conclusions.

- Què ens diuen aquests documents sobre la societat catalana en cada moment?
- Quina relació hi ha entre la cuina, la història i la identitat?
- I avui, què explica la nostra manera de cuinar?

Anima l'alumnat a expressar-se oralment i a establir **connexions entre passat i present**. Pots tancar amb una idea comuna: la cuina com a testimoni del canvi i com a part del patrimoni viu.

Adaptacions per nivells

1r cicle ESO

Tria fragments més visuals (il·lustracions, menús antics) i centra't en la descripció i la comparació oral.

2n cicle ESO

Afegeix l'anàlisi de vocabulari i expressions. Proposa la redacció breu d'un text comparatiu entre una recepta antiga i una actual.

Batxillerat

Treballa amb més profunditat la dimensió històrica i lingüística. Pots introduir la idea de la cuina com a font documental per entendre la societat.

Suggeriments opcionals

- **Treball cooperatiu.** Divideix la classe per **èpoques** o tipus de document i crea una petita exposició a l'aula amb els resultats.
- **Enfocament competencial.** Dona importància a la reflexió més que al resultat: l'objectiu és comprendre com els textos expliquen la cultura, no traduir-los literalment.
- **Connecta amb altres matèries.** Relaciona el treball amb història (vida quotidiana, comerç, classes socials) o amb llengua catalana (canvi lingüístic, lèxic especialitzat).
- **Inclou una activitat digital.** Pots crear una **línia del temps interactiva** amb fragments i imatges dels documents consultats, mostrant com evoluciona la cuina catalana.

Suggeriments per a l'avaluació

Finalitat

L'avaluació d'aquesta activitat té un **caràcter formatiu i qualitatiu**. Es tracta d'observar com l'alumnat aprèn a llegir documents històrics, identificar elements culturals i expressar idees pròpies sobre la relació entre cuina, història i identitat.

Pots observar aquests criteris mentre els grups treballen o a través de les seves anotacions.

Àmbit	Criteri d'avaluació	Evidència observable
Comprensió i anàlisi	Interpreta els textos i documents històrics, identificant elements culturals, lingüístics o socials.	Participa activament en la lectura i debat; assenjala exemples del text o de les imatges.
Expressió i reflexió	Expressa idees pròpies sobre el valor patrimonial de la cuina i la seva evolució.	Argumenta opinions en el debat o per escrit, connectant passat i present.
Treball cooperatiu	Col·labora en el grup, escolta i respecta les aportacions dels altres.	Contribueix al resum o a les conclusions del grup.
Competència digital (si s'aplica)	Utilitza fonts i recursos digitals amb criteri i respecte per l'autoria.	Consulta i cita materials de la Biblioteca de Catalunya o fonts complementàries.

Guia d'avaluació orientativa

Nivell	Descripció del rendiment
● Excel·lent (4)	Interpreta amb profunditat els textos i participa activament amb idees pròpies i ben argumentades.
● Adequat (3)	Comprèn el sentit general i col·labora amb interès en les activitats de grup.
● En procés (2)	Mostra interès però necessita suport per comprendre i expressar idees amb claredat.
● Inicial (1)	Participa poc i té dificultats per entendre o comunicar els continguts principals.

Autoavaluació suggerida

Pots tancar l'activitat amb tres preguntes de reflexió:

- 1 Què he après sobre la relació entre cuina i història?
- 2 Què m'ha resultat més interessant o difícil?
- 3 Com he contribuït al treball del meu grup?

3. Cuines d'altres temps

En aquesta activitat (**diapositiva 4 de la guia de l'alumnat**), els estudiants s'endinsen en el **llenguatge i l'estil dels receptaris antics** per descobrir com s'escrivia i es pensava la cuina en altres temps.

L'objectiu és reconèixer el **lèxic i les expressions** pròpies d'aquella època i reflexionar sobre com han evolucionat fins avui. A partir d'aquest exercici d'observació i anàlisi, l'alumnat es prepara per reinterpretar la tradició de manera creativa en les activitats següents.



Objectiu específic

Explorar el lèxic i l'estil dels receptaris antics i interpretar-ne el significat per fer-ne una lectura contextualitzada.



Durada orientativa

45 - 60 minuts



Format

Individual i grupal (lectura, observació i interpretació conjunta).



Eines i materials

Fragments de receptaris antics, projector, quaderns o fulls per a notes.



Recursos de la BC

- [Llibre molt apte per al govern de la cartuxa de Montalegre](#)
- [Instrucció breu per los cuyners princians](#)
- [Art de la cuyna](#)
- [Llibre d'aparellar de menjar](#)
- [Nuevo manual de guisar con toda perfeccion](#)
- [Cuynera catalana](#)
- [Menús de guerra](#)

Desenvolupament de l'activitat

Pas 1 - Llegeix un fragment antic

Tria un **text breu** d'un receptari històric (per exemple, la **Cuynera catalana**) i projecta'l a la pantalla mentre el llegeixes en veu alta. Això permet que tothom pugui veure l'ortografia original i seguir el text amb atenció.

Demana a l'alumnat que identifiqui i marqui:

- Paraules o expressions que sonin antigues o estranyes.
- Verbs o formes curioses d'explicar els passos.
- Ingredients, mesures o estris que avui ja no es fan servir.

Pots mostrar la finestra emergent amb la recepta "**Vadella y bou rustit**", que conté un comentari lingüístic com a model d'anàlisi. Et servirà per introduir la idea de com canvia la llengua amb el temps.

Per facilitar la comprensió, pots llegir el fragment dues vegades: primer de forma natural, després explicant breument algunes paraules o girs.

Pas 2 - Observa el llenguatge

Guia una anàlisi ràpida: **to** (instructiu, devocional, tècnic), **forma** (se + verb, ordre de la frase), **lèxic** (variants gràfiques).

- Què ens diu aquesta manera d'escriure sobre l'època?
- Quin tipus de llenguatge s'hi utilitza (formal, religiós, tècnic...)?
- Com s'hi parla del menjar: amb emoció, amb instruccions, amb devoció?
- Quines paraules encara fem servir avui i quines hem oblidat?

Si el grup és primerenc, prepara un mini glossari (ab, y, quant sia...); si és avançat, compara amb un text actual del mateix plat. Si vols aprofundir, divideix el text per frases i demana que l'alumnat intenti "traduir-lo" al català actual. Pots fer-ho conjuntament a la pissarra o amb una eina digital.

Pas 3 - Interpreta i comparteix

Organitza petits grups perquè resumeixin el que han descobert. Cada grup pot triar **tres paraules o expressions** representatives i una conclusió cultural sobre la relació entre llengua i cuina.

Per tancar l'activitat, realitza una posada en comú breu:

- Què mantenim de la cuina antiga?
- Què hem canviat?

Opció ràpida de producte final: una nota digital o mural amb "paraula antiga → forma actual → comentari".

Adaptacions per nivells

1r cicle ESO

Treballa amb fragments molt breus i projectats a la pantalla. Pots llegir-los en veu alta i explicar-ne les paraules més curioses. Utilitza un glossari visual amb imatges d'estris o ingredients antics.

2n cicle ESO

Demana que comparin el text antic amb una recepta actual o familiar. Posa l'èmfasi en la diferència de llenguatge i estructura. Pots fer que en reescriguin una part al català actual.

Batxillerat

Aprofundeix en l'anàlisi lingüística i sociocultural. Proposa identificar trets gramaticals antics o fer una breu comparació entre cuina i societat (rols, valors, influències).

Suggeriments opcionals per enriquir l'activitat

- **Producte final opcional:** Crea un “diccionari de paraules de cuina antiga” en format digital o mural físic.
- **Enllaç amb la següent activitat:** Fes que cada grup esculli una **expressió o un ingredient antic** que servirà d'inspiració per crear la seva pròpia recepta a *La meva recepta amb història*.
- **Paraula misteriosa:** Escribe algunes paraules antigues del text (com fochs, aiguardent, cassola, lliura) en targetes o en una presentació. Els alumnes han d'endevinar el significat o proposar-ne una definició inventada.

Recorda que el més important és **gaudir del descobriment del llenguatge antic**: entendre'l, jugar-hi i connectar-lo amb la cuina i la llengua d'avui.

Suggeriments per a l'avaluació

Finalitat

Aquesta activitat permet valorar com l'alumnat interpreta **textos històrics**, identifica **canvis en el llenguatge culinari** i reflexiona sobre la **relació entre llengua i cultura**. L'avaluació s'ha de centrar tant en la comprensió i l'anàlisi lingüística com en la capacitat d'expressar i compartir idees.

Et recomanem combinar l'observació directa de la lectura i la participació amb la revisió de les aportacions en grup o de petits exercicis de traducció i comparació.

Àmbit	Criteri d'avaluació	Evidència observable
Comprensió lectora	Entén el sentit del text antic i reconeix elements lingüístics propis de l'època.	Identifica paraules o expressions antigues i n'intueix el significat actual. Mostra interès per comprendre el context.
Anàlisi lingüística i cultural	Relaciona el llenguatge amb els valors, costums i formes de vida del passat.	Fa connexions entre el text i la cultura culinària catalana. Participa en la discussió amb aportacions rellevants.
Expressió oral i reflexió	Expressa idees amb claredat i escolta les dels companys per construir significat col·lectiu.	Intervé al debat utilitzant un vocabulari adequat i respectuós. Formula conclusions pròpies.
Ús del vocabulari històric i culinari	Utilitza correctament termes i expressions apreses durant l'activitat.	Empra paraules com cassola, aiguardent, greix, mitg rostit, etc., en contextos adequats.
Interacció i cooperació	Analitza què ha funcionat i què es podria millorar.	Col·labora amb el grup en la lectura, anàlisi i posada en comú del text.

Guia d'avaluació orientativa

Nivell	Descripció del rendiment
● Excel·lent (4)	Interpreta el text amb interès, identifica amb precisió paraules i expressions antigues i aporta idees pròpies al debat.
● Adequat (3)	Entén el sentit general i participa amb aportacions correctes i vocabulari adequat.
● En procés (2)	Mostra interès però necessita ajuda per comprendre o expressar les seves idees.
● Inicial (1)	Té dificultats per entendre el text o mantenir l'atenció durant l'activitat.

Autoavaluació suggerida

Al final de l'activitat, pots demanar que responguin, oralment o per escrit, aquestes preguntes:

- 1 Què he descobert sobre com s'escrivia la cuina d'abans?
- 2 Quina paraula o expressió m'ha semblat més interessant o curiosa?
- 3 He participat i compartit idees amb el grup?

4. La meva recepta amb història

En aquesta activitat (**diapositiva 5 de la guia de l'alumnat**) els alumnes posen en pràctica tot el que han après sobre el **llenguatge antic i la cuina tradicional** per **crear la seva pròpia recepta amb significat personal, històric o familiar**.

Et recomanem començar revisant alguns exemples de l'activitat anterior (***Cuines d'altres temps***) i recordar els trets del llenguatge culinari (verbs d'acció, connectors, expressions típiques).

Pots animar-los també a **recuperar una recepta familiar** —potser aquella que els avis o besavis feien “de tota la vida”— i a incorporar-hi records, anècdotes o moments especials vinculats a la cuina de casa. D'aquesta manera reforcem el vincle entre **llengua, memòria i identitat**, i convertim la recepta en un petit relat amb significat.



Objectiu específic

Fomentar la creativitat i l'expressió escrita a partir del llenguatge culinari, reinterpretant la tradició gastronòmica des d'una mirada personal i actual.



Durada orientativa

45 - 60 minuts



Format

Treball individual o en petit grup, amb posada en comú final.



Eines i materials

Ordinadors o tauletes per redactar, diccionaris o eines digitals per consultar lèxic, i materials de presentació en paper o format digital segons el producte final que vulgueu elaborar.



Recursos de la BC

Receptaris històrics i materials consultats a les activitats anteriors (fragments de cuina antiga, menús, blogs i col·leccions digitals de la BC).

Desenvolupament de l'activitat

Pas 1 - Inspira't

Demana a l'alumnat que recuperi algun dels **fragments de receptaris antics** treballats a *Cuines d'altres temps*. Explica que també poden inspirar-se en una **recepta familiar** i en els records o moments que hi estan associats, pensant en qui la feia, en quin moment de l'any o de la vida es cuinava...

En aquest moment, mostra la finestra emergent **Trucs i reptes per a cuines creatives** perquè tinguin idees de tons, veus i jocs possibles amb la llengua. L'objectiu és que triïn una expressió, un gir o un ingredient que els inspire per començar la seva recepta.

Pas 2 - Escriu

Demana que cada alumne (o grup) posi **nom al plat** i comenci a redactar la recepta. Recorda'ls que poden crear un **plat inventat**, **reinterpretar-ne un d'antic** o recuperar una **recepta familiar** que hagi passat de generació en generació. En aquest cas, anima'ls a incloure-hi alguna anècdota o record associat (qui la feia, en quines ocasions, quina olor feia la cuina, etc.), perquè el text tingui una dimensió més personal.

Guia'ls perquè estructurin la recepta amb **ingredients clars**, verbs d'acció i connectors temporals, i per decidir quin to volen donar al text (tradicional, emotiu, humorístic...).

Pas 3 - Reinventa

Quan tinguin un primer esborrany, convida'ls a **“jugar” amb la manera d'explicar la recepta**, sense canviar-ne necessàriament el contingut. Poden fer-la sonar com un cuiner antic, donar-li un to poètic, humorístic o futurista, o incorporar alguna expressió antiga treballada prèviament. Si és una recepta familiar, que mantinguin el plat però experimentin amb l'estil. Recorda'ls que poden inspirar-se en **els reptes de la finestra emergent** (recepta en vers, cuiner medieval, robot del futur, recepta impossible...).

Pas 4 - Dona-li forma

Quan la recepta estigui escrita, demana que decideixin com la volen presentar: **text, infografia, còmic, vídeo breu o àudio/pòdcast**. Orienta'ls perquè el format ajudi a fer-la clara i expressiva, i perquè la presentació reforci el to, la identitat o la història del plat, tant si treballen en digital com en paper.

Pas 5 - Comparteix

Reserva uns minuts finals perquè alguns alumnes o grups presentin la seva recepta, ja sigui llegint-la o explicant-ne l'origen i el format que han triat. Podeu començar a recopilar-les en un **“Receptari del patrimoni viu”** del grup o del centre, en paper o digital. Anima'ls a escoltar-se amb atenció i a comentar què els ha agradat de les receptes dels altres: el to, la idea, el record familiar, el vocabulari o la creativitat.

Adaptacions per nivells

1r cicle ESO

Plantilles senzilles amb ingredients i 3–4 passos. Poden inventar un plat o descriure una recepta familiar bàsica amb un record simple.

2n cicle ESO

Receptes més completes amb algun element del llenguatge antic. Poden contextualitzar breument l'origen del plat (familiar, històric o inventat).

Batxillerat

Poden experimentar amb el to i afegir una breu nota cultural o identitària. Si és una recepta familiar, poden relacionar-la amb un costum o tradició.

Suggeriments opcionals

- Si alguns alumnes han recuperat receptes de casa, podeu ampliar-ho creant un petit “**racó d’objectes i històries**”: una fotografia antiga de cuinar, un estri tradicional, una frase típica d’un avi o àvia... Són detalls que enriqueixen la recepta i el seu context.
- Cada alumne pot afegir un petit “**secret**” del plat (inventat o real): un truc, una olor, una textura, un ritual familiar... Són 1–2 frases que humanitzen i personalitzen la recepta.
- Demana’ls que triïn **una paraula o expressió antiga** que els hagi cridat l’atenció i que facin una petita targeta o definició pròpia. No és repetir l’anàlisi lingüística → és crear un **petit glossari afectiu**.

Recorda que l’objectiu final és ajudar l’alumnat a connectar llengua, cuina i memòria; no busquem receptes perfectes, sinó **històries significatives i personals** explicades amb creativitat.

Suggeriments per a l'avaluació

Finalitat

Aquesta activitat permet observar com l'alumnat transforma el **llenguatge culinari** en una **producció personal i creativa**, i com és capaç de vincular-hi records, identitat o tradició.

L'avaluació ha de centrar-se tant en el **procés de creació** (com planifiquen, escriuen i donen forma a la recepta) com en la **capacitat d'expressar significat** més enllà de la simple llista d'ingredients.

La finalitat és valorar com cada alumne utilitza la llengua per **explicar una història i connectar-se amb el patrimoni gastronòmic**, respectant els diferents nivells de maduresa i expressió.

Àmbit

Criteri d'avaluació

Evidència observable

Expressió escrita

Redacta una recepta clara i ordenada.

Ingredients i passos ben estructurats, ús adequat de connectors i verbs d'acció.

Creativitat i estil

Dona un to personal o original al text.

Ús d'un estil propi, humor, to antic, poètic o narratiu.

Memòria i identitat

Relaciona la recepta amb un record, una tradició o una història.

Inclou una anècdota, un origen familiar o una explicació del significat del plat.

Presentació

Presenta la recepta en un format coherent i expressiu.

Format (paper o digital) clar, net i adaptat a la idea del plat.

Guia d'avaluació orientativa

Nivell	Descripció del rendiment
● Excel·lent (4)	Text molt clar i creatiu, amb un to personal ben aconseguit i una connexió rellevant amb el record o la tradició del plat.
● Adequat (3)	Recepta ben estructurada i comprensible, amb algun element creatiu i una explicació simple del seu significat.
● En procés (2)	Recepta comprensible però amb manca d'ordre, detall o expressivitat. Dificultats per incorporar el component personal o creatiu.
● Inicial (1)	Dificultats en l'estructura bàsica o en la comprensió de la tasca. La recepta és molt breu o no hi ha connexió amb cap història.

Autoavaluació suggerida

Per ajudar-los a prendre consciència del seu procés i del sentit de la seva recepta, pots proposar aquestes preguntes d'autoavaluació:

- 1 He explicat bé què significa aquest plat per a mi o per a la meva família?
- 2 El text està ordenat i s'entén com es prepara la recepta?
- 3 Quin element creatiu he incorporat (to, estil, record, vocabulari antic...)?

5. Menús amb memòria

En aquesta activitat (**diapositives 6, 7 i 8 de la guia de l'alumnat**), l'alumnat transforma les receptes individuals en un **menú amb identitat col·lectiva**, inspirant-se en menús antics de la **Biblioteca de Catalunya** i en les **històries familiars o culturals** treballades fins ara.

Es recomana començar agrupant les receptes elaborades a l'activitat anterior i ajudant els grups a **identificar un fil temàtic que doni coherència al menú** (festa major, hivern, record familiar, futur sostenible, etc.).

A partir d'aquí, l'alumnat combinarà **cuina, llengua i creativitat** per dissenyar un producte final que expliqui una història compartida.



Objectiu específic

Crear un menú col·lectiu amb identitat pròpia que integri receptes personals, familiars o imaginades, i que permeti reflexionar sobre la relació entre cuina, memòria i cultura.



Durada orientativa

45 - 60 minuts



Format

Treball en grup, amb posada en comú i presentació final.



Eines i materials

Paper o cartolina per dissenyar, o qualsevol suport digital disponible; imatges o il·lustracions pròpies; bolígrafs, retoladors o recursos gràfics senzills per donar forma al menú.



Recursos de la BC

- [**Blog de la BC: La col·lecció de menús d'hotels i restaurants de la Biblioteca de Catalunya**](#)

També podeu tornar a consultar els materials utilitzats en activitats anteriors (receptaris, col·leccions digitals...) com a inspiració per al disseny i el llenguatge del menú.

Desenvolupament de l'activitat

Pas 1: Ideem el nostre menú

En aquest primer pas, els grups **transformen les receptes individuals en un projecte compartit**. Es tracta de reunir les idees, trobar un **fil conductor** i decidir **quin tipus de menú** volen construir abans de començar a dissenyar-lo.

1. Reuniu les receptes del grup

Demana que cada grup reuneixi les **receptes creades** a l'activitat anterior (***La meva recepta amb història***). Podeu afegir-hi també receptes familiars o d'altres membres del grup.

L'objectiu és veure quin "banc de plats" tenen: entrants, principals, postres, begudes...

2. Trieu el tema i el títol del menú

Guia'ls perquè decideixin **quin tipus de menú** volen construir: menú del record familiar, menú de festa major, menú d'hivern del segle XIX, menú del futur sostenible, etc.

Aquí és molt útil recuperar la **col·lecció de menús antics de la BC** com a inspiració (format, estructura, títols, llenguatge).

Ajuda'ls a trobar un títol que expressi bé la identitat del menú.

3. Esbós del menú

Demana que facin un **esquema ràpid**: quins plats hi haurà (entrants, principals, postres, begudes) i quines receptes del grup hi encaixen millor.

Si cal, poden inventar algun plat nou per completar el conjunt. En aquest punt no es dissenya encara el menú, només es decideix **què explicarà i quin sentit tindrà**.

Resumint, en acabar aquest pas, el grup hauria d'haver acordat les **receptes** que inclourà i el **tema** que donarà identitat al menú.

Desenvolupament de l'activitat

Pas 2: Creem el nostre menú

Ara és el moment de donar **forma real al menú**. Organitzaran els plats, treballaran el disseny i escriuran una breu explicació que expressi el **sentit cultural o emocional** del menú.

4. Organitzeu els plats

Ajuda'ls a ordenar el menú de manera coherent: quins plats obren, quins són centrals, quins tanquen. Pots fer-los pensar en el **ritme** (lleugers/consistentes), en **l'estació de l'any** o en la **història** que volen explicar.

Recorda'ls que han d'incloure, sempre que sigui possible, **almenys una de les receptes creades** a l'activitat anterior.

5. Dissenyeu el menú

Ara sí, demana que passin de l'esquema a una versió formal: en paper (cartolina, fulls) o en format digital, segons els recursos del centre. Orienta'ls perquè cada plat vagi acompanyat, com a mínim, de:

- el nom del plat
- una breu descripció (origen, ingredient clau, context cultural o familiar).

Pots animar-los a inspirar-se en els **menús antics de la Biblioteca de Catalunya** (estructura, tipus de títols, tipografies, decoració) i combinar-ho amb elements més actuals.

Aquí és útil mostrar la finestra emergent "**Trucs visuals per al vostre menú**" perquè tinguin idees de composició, colors, identitat visual i elements gràfics.

6. Expliqueu el significat del menú

Abans de la presentació final, demana que redactin un **text breu** que respongui a preguntes com:

- Què representa aquest menú?
- Quins valors o records transmet?
- Com connecta amb la cuina catalana, la família o el territori?

Aquest text pot servir com a **introducció escrita del menú** o com a guió per a la presentació oral del següent pas.

Resumint, en acabar aquest pas, el grup hauria de tenir el **menú dissenyat i preparat per ser presentat**.

Desenvolupament de l'activitat

Pas 3: Compartim el nostre menú

En l'últim pas, **cada grup presenta el seu menú i escolta el dels altres**. Aquesta fase reforça el sentit comunitari del taller i permet identificar valors compartits, diferències i connexions entre cuina, llengua i identitat.

7. Presentem i escoltem

Reserva un temps perquè cada grup presenti el seu **Menú amb memòria** (en paper o en digital). Demana que expliquin:

- el títol i la temàtica
- un parell de plats significatius
- una idea clau sobre el que volen transmetre.

Anima la resta de la classe a escoltar i a fixar-se en similituds i diferències entre menús (plats, valors, tradicions, imaginaris...).

8. Reflexionem junts

Tanca l'activitat amb una **breu conversa** guiada:

- Què ens han ensenyat aquests menús sobre la cuina catalana i sobre les nostres famílies o records?
- Quins valors (memòria, comunitat, festa, sostenibilitat...) han aparegut més sovint?

Pots recollir algunes **idees clau** a la pissarra o en un mural per reutilitzar-les a l'activitat final del taller.

Resumint, en acabar aquest pas, l'alumnat haurà **compartit el seu menú**, escoltat els dels altres i identificat què ens revela la cuina sobre la nostra història i identitat col·lectiva.

Adaptacions per nivells

1r cicle ESO

Facilita plantilles senzilles per al menú (amb espais per a entrants, principal i postres) i ofereix exemples visuals. Prioritza que identifiquin un tema comú i expliquin una idea bàsica del menú. La presentació pot ser molt guiada: títol, tres plats i una frase sobre què representa.

Suggeriments opcionals

- Pots projectar algun menú antic i un menú actual perquè comparin formats, llenguatge i estils visuals.
- Recorda'ls que un menú no és només una llista de plats: pot explicar records, olors, tradicions i històries que val la pena compartir.
- Anima'ls a revisar verbs, connectors i fórmules de descripció (especialment si incorporen receptes familiars) perquè el menú sigui clar i expressiu.

2n cicle ESO

Dona més autonomia: poden seleccionar les receptes, justificar el tema del menú i afegir petites descripcions culturals o familiars. Poden comparar algun plat amb els menús antics de la BC i incorporar-hi breus fragments o referències.

Batxillerat

Fomenta un menú més elaborat, amb context històric o identitari explícit. Poden argumentar les seves decisions, relacionar-les amb els documents consultats i cuidar especialment el disseny i la coherència del relat gastronòmic.

El més important és que cada grup doni vida a un **menú amb identitat pròpia**, ajustant la dificultat però mantenint sempre la creativitat.

Suggeriments per a l'avaluació

Finalitat

L'avaluació d'aquesta activitat ha de posar el focus en com **l'alumnat col·labora per crear un menú amb coherència, identitat i sentit cultural.**

No es tracta només del resultat final, sinó de la **capacitat d'organitzar-se, expressar-se amb claredat, integrar llenguatge culinari i explicar un relat compartit.**

També és important observar **com interpreten els documents històrics** i com els transformen en un producte creatiu i significatiu.

Àmbit	Criteri d'avaluació	Evidència observable
Comprensió i anàlisi cultural	Identifica elements històrics, tradicionals o familiars i els integra en el menú.	Inclou referències a receptes antigues, records o elements culturals coherents amb la temàtica.
Expressió escrita	Organitza el menú de manera clara i coherent, amb descripcions significatives.	El menú conté títol, seccions i textos breus que expliquen el sentit de cada plat.
Creativitat i disseny	Dona forma al menú amb un estil propi i coherent amb el tema escollit.	El disseny reforça la identitat del menú (colors, tipografies, composició, elements visuals).
Treball cooperatiu	Participa activament en el grup i aporta idees al procés creatiu.	Es veu coordinació: rols repartits, decisions compartides i responsabilitat col·lectiva.
Comunicació oral	Presenta el menú amb claredat i justifica les seves decisions.	L'exposició explica el tema, els plats i el sentit cultural del menú.

Guia d'avaluació orientativa

Nivell	Descripció del rendiment
● Excel·lent (4)	El menú és coherent i creatiu, integra clarament elements culturals o familiars i mostra un treball cooperatiu fluid. Les descripcions són precises i expressives, i la presentació és clara i justificada amb sentit.
● Adequat (3)	El menú està organitzat i té una temàtica definida. Inclou algunes referències culturals i una presentació cuidada. L'alumnat participa i explica les decisions principals amb certa claredat.
● En procés (2)	El menú és funcional però poc desenvolupat o poc coherent amb la temàtica. Les descripcions són molt breus o poc clares, i el treball en grup presenta alguns desequilibris. Cal més suport per justificar i connectar les idees.
● Inicial (1)	El menú és incomplet o no segueix una línia temàtica. Les explicacions són molt limitades i la participació en el grup és mínima. Mostra dificultats per integrar elements culturals, expressar-se o col·laborar.

Autoavaluació suggerida

Pots proposar aquestes tres preguntes perquè valorin el seu procés:

- 1 Quina és la part del menú que millor representa el que volíem explicar com a grup?
- 2 Com he contribuït personalment al menú i al treball del meu equip?
- 3 Què milloraria o canviaria si el tornéssim a fer?

6. La memòria al plat: el que hem descobert junts

Aquesta activitat correspon a la **diapositiva 9 de la guia de l'alumnat** i serveix per **tancar el taller** i ajudar l'alumnat a **prendre consciència del que ha après**.

No es tracta de tornar a presentar els menús, sinó de mirar enrere i identificar **què els ha aportat aquest recorregut**: què han descobert sobre la cuina catalana, quins valors culturals hi han trobat i com la llengua pot explicar una història.

Et recomanem oferir un espai tranquil per pensar, compartir impressions i afavorir que cadascú formuli una idea final que resumeixi la seva experiència.



Objectiu específic

Sintetitzar aprenentatges i expressar què aporta la cuina com a element d'identitat i memòria cultural.



Durada orientativa

15-20 minuts



Format

Activitat reflexiva individual o en petit grup, seguida d'una posada en comú breu.



Eines i materials

Les preguntes de reflexió de la guia de l'alumnat, el menú creat (per tenir-lo com a referència), paper o dispositiu per recollir idees finals.



Recursos de la BC

Pots convidar l'alumnat a rellegir o tornar a mirar algun dels materials consultats al llarg del taller.

Desenvolupament de l'activitat

Després d'haver explorat receptaris antics, creat receptes pròpies i dissenyat un menú amb identitat, és el moment de **parar, respirar i mirar enrere**. Et proposem un itinerari breu i reflexiu perquè cadascú pugui reconèixer què ha descobert sobre la cuina catalana, què ha après sobre si mateix i quina idea s'endú del taller.

Segueix aquest passos:

Pas 1 – Reflexionem

En aquest primer moment, l'objectiu és ajudar l'alumnat a mirar enrere tot el taller. Demana que pensin individualment o en petit grup a partir de les **preguntes de la guia de l'alumnat** (pantalla 9):

- Quin ha estat el moment més interessant o sorprenent del taller?
- Quina recepta o menú recordareu i per què?
- Què heu après sobre la relació entre llengua i cuina?

Pots demanar que escriguin les idees en **frases molt breus** (en un full, quadern...) perquè després sigui més fàcil compartir-les.

Recorda'ls que no es tracta de “respondre bé”, sinó de ser sincers amb el que els ha fet pensar o sentir el taller.

Pas 2 – Compartim impressions

Un cop hagin pensat o escrit les seves respostes, obre una posada en comú curta. Pots:

- Recollir algunes idees voluntàriament.
- Ajuntar les aportacions en un mural (paraules clau, idees breus).
- Fer una ronda ràpida en què cada alumne triï una idea per compartir.

Guia la conversa cap a allò que es repeteix: valors, records, sorpreses, nous significats de “patrimoni viu”.

Pas 3 – Tanquem amb una idea

Ara és el moment de formular una **imatge o frase final** que tanqui el taller. Demana que, seguint la proposta de la guia de l'alumnat, triïn una de les frases suggerides o en creïn una de pròpia que resumeixi què s'enduen de l'experiència. Per exemple:

- “La cuina és una forma de conservar la memòria.”
- “Cada plat és un relat de qui som.”

Aquest moment ajuda a consolidar els aprenentatges i a verbalitzar la importància del treball interdisciplinari.

Adaptacions per nivells

1r cicle ESO

Proposa reflexions molt guiades amb frases iniciades (“El que més m’ha agradat és...”, “He descobert que...”). Perquè se sentin més segurs, pots deixar que comparteixin en petits grups abans de fer-ho amb el grup classe.

2n cicle ESO

Demana respostes una mica més elaborades i anima’ls a vincular les reflexions amb algun document o activitat del taller. Poden comparar la seva experiència amb algun element del patrimoni gastronòmic vist a classe.

Batxillerat

Fomenta una reflexió més crítica i personal. Poden relacionar la cuina amb conceptes d’identitat, transmissió cultural o canvi històric. Demana que justifiquin la seva idea final amb exemples o observacions del procés.

Suggeriments opcionals

- Organitza una **petita exposició al centre** amb els menús i frases finals de l’alumnat.
- Comparteix els resultats amb **les famílies**, ja sigui en format digital o en una mostra presencial.
- Convida algun familiar gran a l’aula perquè expliqui **com es cuinava abans** i comparteixi records o anècdotes culinàries.

Aquestes propostes poden transformar el tancament del taller en un **moment de celebració col·lectiva** i de connexió amb la **memòria culinària compartida**.



Marc curricular del taller

Àrees curriculars implicades

Matèria	Competències/continguts relacionats
Català (ESO i Batx.)	Comprensió i expressió oral i escrita. Ús del lèxic culinari (antic i actual). Lectura i interpretació de textos històrics. Redacció de receptes i menús. Anàlisi del registre i evolució de la llengua.
Geografia i Història	Anàlisi de fonts històriques (receptaris antics, menús, fotografies). Evolució dels costums alimentaris. Relació entre cuina, societat i context històric. Valoració del patrimoni cultural i documental.
Cultura i Valors Ètics	Identitat i memòria familiar. Tradicions culturals catalanes. Reflexió sobre valors associats a l'alimentació (convivència, sostenibilitat, celebracions, transmissió intergeneracional).
Educació Visual i Plàstica / Arts Plàstiques	Disseny i composició de menús (elements gràfics, tipografia, color). Creació d'infografies o presentacions visuals. Expressió artística vinculada a la gastronomia.
Competència Digital (transversal)	Ús de recursos digitals de la Biblioteca de Catalunya (consulta, cerca, interpretació). Creació de materials digitals (menús, receptes, presentacions). Gestió d'informació i citació de fonts.

Competències clau (LOMLOE) i aplicació al taller

Competència clau	Com es treballa al taller
CCL – Comunicació lingüística	Lectura de receptaris antics, ús de lèxic culinari i redacció de receptes i menús.
CMCT – Competència científica i tecnològica	Comprensió de mesures antigues, evolució d'estris i observació de documents històrics.
CD – Competència digital	Consulta de col·leccions digitalitzades i creació de materials digitals.
CPAA – Personal, social i aprendre a aprendre	Treball cooperatiu, gestió del procés i reflexió final.
CC – Ciutadana	Anàlisi cultural de la cuina catalana i dels seus valors socials.
CEAEC – Emprenedora	Creació d'un menú amb identitat i presa de decisions en grup.
CCEC – Consciència i expressió cultural	Interpretació de patrimoni gastronòmic i expressió creativa vinculada a la tradició.

Resum curricular

Activitat del taller	Objectiu específic	Competències clau (LOMLOE)	Matèries des d'on es pot treballar
1. La cuina com a patrimoni viu (introducció i context)	Situar l'alumnat en el context cultural i històric de la cuina catalana i comprendre-la com una expressió viva del patrimoni i de la identitat col·lectiva.	CCL, CC, CCEC	Llengua Catalana i Literatura Geografia i Història Cultura i Valors Ètics
2. Quan la història es cuina (lectura i anàlisi de documents)	Comprendre com la cuina reflecteix cada època a través de documents històrics i llenguatge culinari antic.	CCL, CMCT, CC, CCEC	Llengua Catalana i Literatura Geografia i Història Cultura i Valors Ètics
3. Cuines d'altres temps (lectura, interpretació i anàlisi del llenguatge antic)	Explorar el lèxic i l'estil dels receptaris antics i interpretar-ne el significat per fer-ne una lectura contextualitzada.	CCL, CPAA, CCEC	Llengua Catalana i Literatura Geografia i Història Cultura i Valors Ètics
4. La meva recepta amb història (creació d'una recepta personal o familiar)	Fomentar la creativitat i l'expressió escrita a partir del llenguatge culinari, reinterpretant la tradició gastronòmica des d'una mirada personal i actual.	CCEC, CEAE, CCL, CPAA	Educació Visual i Plàstica / Arts Plàstiques Llengua Catalana i Literatura Cultura i Valors Ètics
5. Menús amb memòria (creació col·lectiva d'un menú amb identitat)	Crear un menú col·lectiu amb identitat pròpia que integri receptes personals, familiars o imaginades, i que permeti reflexionar sobre la relació entre cuina, memòria i cultura.	CCL, CPAA, CCEC, CEAE	Educació Visual i Plàstica / Arts Plàstiques Llengua Catalana i Literatura Geografia i Història Cultura i Valors Ètics
6. La memòria al plat (reflexió i tancament del taller)	Sintetitzar aprenentatges i expressar què aporta la cuina com a element d'identitat i memòria cultural.	CCL, CPAA, CCEC	Llengua Catalana i Literatura Cultura i Valors Ètics

La cuina continua viva mentre la compartim

Aquest taller és només l'inici d'un viatge pels sabors, les **paraules** i les **històries** que formen la **cuina catalana**.

A la [Biblioteca de Catalunya](#) trobareu receptaris antics, menús, fotografies i altres documents que poden ampliar, aprofundir o inspirar noves activitats a l'aula.

La cuina és un **patrimoni viu**: continua transformant-se cada vegada que la llegim, la cuinem o la compartim.

Com a docent, pots continuar...

- **Impulsant la memòria familiar:** anima l'alumnat a recuperar receptes, relats i costums que han passat de generació en generació.
- **Creant nous projectes:** proposa fer receptaris escolars, exposicions, entrevistes a familiars o menús temàtics vinculats al patrimoni culinari.
- **Fomentant la curiositat:** convidar a seguir llegint, observant i interpretant documents de la **Biblioteca de Catalunya** pot convertir-se en un hàbit d'aprenentatge cultural permanent.

Descobreix més recursos

- [Fons digitals i col·leccions – Biblioteca de Catalunya](#)
- [El Blog de la BC](#)
- [El Pòdcast de la BC](#)

Acompanyar l'alumnat a consultar **fonts primàries** i a desenvolupar **pensament crític** és essencial. La **Biblioteca de Catalunya** ofereix un marc real i rigorós per treballar aquesta **alfabetització informacional** a l'aula.

