



**Did you know?**

The Romans brought us chestnuts

**Vocabulary**

the Romans: els antics romans  
chestnuts: castanyes  
raw: cru  
toasted: torrat  
boiled: bullit

**How can you eat them?**

You can eat chestnuts raw, toasted or boiled

# Les castanyes

Anys enrere la tardor era una estació molt més freda que ara. Les famílies encenien el foc a terra i menjaven aliments que els donessin energia i escalfor, com les castanyes torrades. Ara la tardor és més suau, però a Catalunya continuem amb el costum de menjar-ne, sobretot la nit del 31 d'octubre, quan celebrem la Castanyada

**Quin és el temps de les castanyes?**

El tret de sortida de la temporada de castanyes és la festa de Tots Sants, l'1 de novembre. Però de castanyes n'hi ha fins ben entrat el mes de gener.

**Què ens aporten?**

Les castanyes són com petites píndoles que ens donen energia. A més, són molt saludables perquè no tenen tantes calories com altra fruita seca. I, ben torrades, ens fan passar el fred de l'hivern.

**La pell és bona?**

Sota la closca, i protegint la carn, hi ha una capa de pell de color marró, que sovint costa molt de treure. Si en menges una mica no passa res, però notaràs que no té gaire bon gust. A més, és una mica indigesta.

**Catalunya és terra de castanyes?**

Sí, i tant. Els boscos de castanyers es concentren a les comarques de la Conca de Barberà, la Garrotxa, el Pla de l'Estany, la Selva i Osona.



**Les aplis**

**La Castanyada, joc de memòria**

El tradicional joc del Memory, però pensat per als més petits i il·lustrat amb elements de la tardor, com les castanyes, els moniatos, les fulles seques i els bolets. Presenta quatre nivells de dificultat. Preu: gratuït. Disponible en català. Plataforma: Android.



**Malalts de bolets**

L'apli oficial del popular programa de televisió *Caçadors de bolets*. Una bona guia de camp amb un catàleg dels bolets presents als boscos catalans, ordenats alfabèticament, que en mostra fotografies, així com una descripció i si és comestible. Preu: gratuït. Disponible en català. Plataforma: Android.



**Per què mengem castanyes per Tots Sants?**

La nit del 31 d'octubre els catalans celebrem la Castanyada. Aquesta tradició és bastant antiga, i té una història molt bonica. Expliquen que, anys enrere, els campaners de les esglésies feien repicar les campanes la nit del 31 d'octubre per recordar als vilatans que era l'hora de pregar pels difunts. Per fer passar les hores i el fred els campaners van agafar el costum de menjar castanyes torrades. Aquest costum es va anar escampant i ara, a Catalunya, és una tradició.