

Itinéraire emblématique

À ne pas manquer:

- Barcelone
- Montserrat
- Penedès
- Tarragona
- Parc Naturel del Delta de l'Ebre
- Priorat
- Monestir de Poblet
- Lleida
- Parc National d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici
- Ensemble roman de la Vall de Boí
- Val d'Aran
- Parc Naturel del Cadí-Moixeró
- Teatre-Museu Dalí
- Parc Naturel del Cap de Creus
- Girona

Itinéraire emblématique: 1496 km - 13 étapes

- Barcelone
- De Barcelone à Sitges 130km
- De Sitges à Cambrils 95km
- De Cambrils à Deltebre 63km
- De Deltebre à Montblanc 160km
- Desde Montblanc à La Pobla de Segur 163km
- De La Pobla de Segur à Boí 70km
- De Boí à Vielha 112km
- De Vielha à Ripoll 210km
- De Ripoll à Roses 129km
- De Roses à Girona 130km
- De Girona à Manresa 150km o à Mataró 164km
- De Manresa o Mataró à Barcelona 70km



Grand Tour de Catalogne

Dans la préparation d'un grand voyage, rien n'est moins fascinant que d'unir des points sur une carte pour créer son itinéraire. Le **Grand Tour de Catalogne**, nous amène sur les plus belles routes de Catalogne pour passer de l'art à l'histoire, de la gastronomie aux paysages sans oublier les gens et les traditions d'un territoire unique situé entre la Méditerranée et les Pyrénées. Pendant notre voyage, nous rencontrerons Gaudí et Dalí, le *pa amb tomàquet*, les étoiles Michelin, des petits villages ruraux et aussi Barcelone, une des villes les plus vibrantes du monde. Il y aura des moments forts avec un saut en parachute et d'autres plus calmes avec des promenades dans des petites criques. Nous trinquerons au coucher du soleil avec des vins élaborés par ce peuple capable d'ériger les plus extraordinaires tours humaines. Un territoire qui a su intégrer les pratiques du développement durable.

ÉTAPE 1

LE MODERNISME DE BARCELONE

Notre voyage commence avec les grandes œuvres de Gaudí et Domènech i Montaner, des monuments symboles de l'architecture moderniste en Europe et se termine par une baignade impromptue en mer Méditerranée.

Les génies du modernisme

Barcelone est une ville ouverte sur la Méditerranée, avec une fascinante richesse culturelle, une gastronomie reconnue, des petites boutiques typiques et une côte incroyable pour profiter de la mer et de ses activités nautiques. Depuis la terrasse de notre hôtel, à l'heure où le soleil commence à peine à se lever sur la mer, nous pouvons voir s'illuminer la **Sagrada Família**, un des **plus beaux bâtiments modernistes d'Europe**, inscrit au Patrimoine de l'Humanité par l'Unesco. Barcelone regorge de monuments classés dans cette liste très exclusive. Nous décidons de faire une visite guidée pour découvrir les œuvres les plus emblématiques de la Route du Modernisme initiée par **Gaudí** et **Domènech i Montaner**. On nous explique l'histoire et aussi les anecdotes de l'**Ensemble Moderniste de**

Sant Pau, la **Casa Batlló**, la **Casa Milà** ou le **Palau de la Música Catalana**...

Atelier de cuisine

Dans un des monuments modernistes du Passeig de Gràcia, nous participons à un **atelier de cuisine** typiquement catalan. On apprend à préparer des plats traditionnels de la gastronomie catalane : la **esqueixada**, une salade avec principalement de la morue et de la tomate et aussi la crème catalane, un délicieux dessert. Nous profitons du coucher du soleil à bord d'un catamaran pour piquer une tête dans les eaux tranquilles et chaudes de la Méditerranée avec une vue impressionnante sur toute la façade maritime de Barcelone. En toile de fond surgit la **montagne de Collserola**.

ÉTAPE 2

DE MONTSERRAT AU PENEDÈS

Nous partons à Montserrat pour rendre visite à la patronne de la Catalogne et nous promener dans le parc naturel. Le voyage continue dans les paisibles vignobles du Penedès avec une coupe de cava à la main.

Montserrat et la Moreneta

Montserrat est, sans aucun doute, la montagne la plus emblématique de Catalogne. Nous laissons la voiture sur un parking et montons à Montserrat par l'**Aeri**, un téléphérique qui passe sur la **vallée du Llobregat** et nous rapproche de ce vertigineux paysage créé naturellement il y a des millions d'années. Ses rochers uniques au monde cachent un ensemble monacal exceptionnel. Dans le **Parc Naturel de Montserrat**, nous pouvons faire de nombreuses excursions par des sentiers de différents niveaux. Après avoir salué **la Moreneta**, **la Vierge de Montserrat** et **patronne de la Catalogne**, nous commençons une petite randonnée sur un des sentiers du parc avec une vue imprenable sur **Cavall Bernat**, un rocher très connu.

Vins et cavas du Penedès

Après être redescendus de la montagne, nous partons en direction des domaines de la **D.O. (AO) Penedès**, une terre de tradition viticole située entre Montserrat et la mer Méditerranée. C'est un plaisir de conduire sur les routes en traversant les vignobles qui font ces excellents vins et cavas. Le

paysage ressemble parfois à une succession de jardins. L'œnotourisme est très implanté dans le Penedès et les expériences dans les caves autour du vin sont nombreuses. Pour profiter des meilleurs points de vue panoramiques, nous prenons la **route de Miravinya** avec ses cinq miradors qui plongent directement sur les vignobles et leurs drôles de petites constructions en pierre sèche. À **Sant Sadurní d'Anoia**, nous visitons le **Centre d'Interprétation du Cava** situé dans une ancienne fabrique d'eau de vie. Dans ce centre moderne très bien documenté sur les fêtes locales et les différents terroirs, nous profitons d'une visite guidée pour découvrir l'histoire de cette terre viticole. **Vilafranca del Penedès** est aussi une des grandes **places castelleras** de Catalogne. Pour connaître la culture des **castells** nous nous inscrivons à une double visite incluant une visite de cave et une répétition des entraînements avec la possibilité de participer à la construction de ces grandes tours humaines. Une fois sur la côte, nous décidons de nous arrêter à Sitges, une des villes les plus élégantes du littoral catalan.

ÉTAPE 3

UN VERMOUTH SUR LA COSTA DAURADA

Le modernisme de Domènech i Montaner et la tradition du vermouth nous amène jusqu'à Reus. Le patrimoine romain de Tarragone et ses plages complètent à merveille cet itinéraire sur la Costa Daurada.

Tarragone romaine

Après avoir acheté une *coca* de cerises typique, nous partons pour **Tarragone** afin de faire un saut dans le passé Romain et visiter le **patrimoine archéologique de Tarraco**: l'amphithéâtre face à la Méditerranée, le cirque et les murailles. Nous avons l'impression d'être retournés à l'époque où l'empereur se promenait dans les rues de la ville. La ville, Patrimoine de l'Humanité, célèbre chaque année le **festival Tarraco Viva**, une reconstitution historique exceptionnelle du monde classique.

La tradition du vermouth

Notre rencontre avec le modernisme continue dans la ville de **Reus**, une des Villes et Bourgs de Caractère et lieu de naissance de Gaudí. Même si c'est à Lluís Domènech i Montaner que nous devons les plus beaux monuments de la ville comme la **Casa Rull**, la **Casa Gasull**, la **Casa Navàs** et l'**Institut Pere Mata** avec son spectaculaire Pavillon 6 dit "dels Distingits" (les distingués), la visite rend aussi hommage à Gaudí. Au Centre d'interprétation nous

apprenons comment Gaudí organisait les espaces en fonction des éléments tels que l'eau, la lumière et l'air. Beaucoup de ces monuments ont été construits grâce à la richesse commerciale accumulée avec l'exportation du vermouth. Reus a conservé cette **tradition et le vermouth** se déguste à l'heure de l'apéritif. Nous entrons dans une ancienne fabrique de vermouth pour en connaître ses secrets.

Costa Daurada

Nous passons les dernières heures de l'après-midi sur les belles **plages de la Costa Daurada** non loin du chemin de ronde qui relie Tarragone au **château de Tamarit**. Le sentier traverse les plages, les petites criques et le **bois de la Marquesa**, unique espace naturel vierge de cette partie du littoral catalan. **Cambrils**, une importante **destination gastronomique de la Costa Daurada**, est une bonne halte pour goûter la cuisine marinière traditionnelle. À proximité, **PortAventura World** propose de fantastiques attractions pour toute la famille.

ÉTAPE 4

DANS LE DELTA DE L'ÈBRE

Notre périple se poursuit dans les Terres de l'Èbre avec les jolies criques de L'Ametlla de Mar. Dans le Delta, entre rizières et marais, nous observons la faune d'un des paysages naturels les plus riches de la péninsule.

Gastronomie des Terres de l'Èbre

Nous quittons Tarragone de bon matin pour aller en direction des **Terres de l'Èbre**. Nous commençons la journée à **L'Ametlla de Mar**, une ville qui possède certaines des plus jolies criques du littoral Catalan et qui fait partie des Quartiers et Villes Marines. Dans le port qui conserve le charme des anciens villages de pêcheurs, nous montons à bord d'une embarcation. Il est temps d'enfiler une combinaison de plongée pour **nager au milieu des thons** rouges de la Méditerranée... des spécimens énormes qui pèsent plus de deux cents kilos. L'activité se termine par une dégustation de thon. Normal, la gastronomie est particulièrement présente dans les Terres de l'Èbre ! Si on n'est pas très tenté de nager avec les thons on peut aussi aller à **L'Ampolla** pour naviguer dans la **baie du Fangar**. Cette activité inclut la visite d'une ferme marine où on élève de

délicieuses huîtres et des moules. Rien que des produits frais que l'on peut déguster sur place avec une coupe de cava.

Delta de l'Èbre

L'itinéraire continue jusqu'au **Delta de l'Èbre**, un des écosystèmes les plus riches de la péninsule surtout pour la nidification de nombreuses espèces d'oiseaux. Nous entrons dans l'**Écomusée du Delta de l'Èbre**, à Deltebre, pour comprendre les particularités et la relation de l'homme avec ce paysage singulier classé **Réserve de la Biosphère**. Depuis l'un des miradors nous avons une magnifique vue sur les marais et les champs de riz qui fournissent les meilleurs restaurants du Delta. Soudain, au coucher du soleil, on voit passer un groupe de flamants roses qui traverse le ciel en direction de leurs nichoirs...

ÉTAPE 5

LES VINS DU PRIORAT

Nous laissons derrière nous les Terres de l'Èbre pour entrer dans le Priorat, territoire de vins excellents. Nous passons l'après-midi entourés de la sérénité du monastère de Poblet.

L'essence du Priorat

Les Terres de l'Èbre n'ont pas livré tous leurs secrets et la liste des choses à découvrir est longue : naviguer sur l'Èbre jusqu'à son estuaire, visiter les monuments de **Tortosa**, apprécier les paysages du **Parc Naturel de Els Ports**, suivre les traces de **Picasso à Horta de Sant Joan**, pédaler sur les voies vertes, dénicher les caves modernistes ou **Cathédrales du Vin de Gadesa et Pinell de Brai** dans la Terra Alta, visiter le **château de Miravet**. Aujourd'hui nous continuons notre voyage dans l'intérieur de la Costa Daurada. Nous entrons dans le **Priorat**, terre des célèbres vins de la **D. O. (AO) Montsant** et la **D. O. Q. Priorat**. Les vignobles en terrasses qui produisent le Montsant font partie de ce paysage des routes panoramiques. Une belle occasion pour sillonner la région en toute tranquillité. Nous entrons dans une cave pour découvrir l'essence du Priorat, ses vignes, ses vins et son huile d'olive de grande qualité.

Sur la Route du Cister

Le prochain arrêt est **Siurana**, joli village accroché à un rocher où nous écouterons une histoire de sarrasins, de guerriers et de princesses.

Le village est entouré de montagnes de roches calcaires rougeâtres très prisées par les meilleurs grimpeurs du monde. Nous sillonnons les petites routes qui traversent les paysages des **Montagnes de Prades** pour arriver à **Poblet**, l'un des trois monastères de la **Route du Cister** actuellement habités par des moines. Le monastère est déclaré Patrimoine de l'Humanité par l'Unesco. Il est situé dans une des abbayes cisterciennes les plus belles du monde. À peu de distance de Poblet, il y a **Montblanc** avec son enceinte fortifiée qui vaut la peine d'être visitée spécialement pendant la fête de Sant Jordi.

Le dernier arrêt de la journée se fera à **Valls**, ville des **castells**, ces impressionnantes tours humaines qui peuvent atteindre une hauteur de dix niveaux ! La ville est aussi connue pour ses **calçots**, une variété d'oignons blancs qui réunit petits et grands autour de la table familiale à l'occasion des **calçotades** célébrées entre les mois de novembre et les mois d'avril.

ÉTAPE 6

MERVEILLEUX CIEL DE CATALOGNE

En quittant la Plana de Lleida, nous nous dirigeons au Congost de Mont-rebei, sous un ciel étoilé. Un spectacle magnifique dès que la nuit tombe. À La Pobla de Segur nous goûtons à la traditionnelle *ratafia*.

Une promenade dans Lleida

Depuis Valls, la route parcourt la région de Lleida et nous ne tardons pas à atteindre la ville éponyme. Nous commençons la journée sur les hauteurs de la **Seu Vella** où se trouve la superbe cathédrale médiévale de **Lleida**. Elle s'érige sur un promontoire rocheux qui domine la Plana avec une vue magnifique sur les cultures maraîchères. Cette cathédrale qui a été tout d'abord romane et ensuite gothique est le symbole de la province de Lleida tout comme les escargots qui sont ici cuisinés à la *llauna*.

Congost de Mont-rebei

Après une promenade dans le centre de la ville, nous prenons le volant pour parcourir la **route**

panoramique entre Balaguer et la Baronía de Sant Oïisme. Un itinéraire avec des paysages sublimes plongeant sur la rivière Segre et la **retenue d'eau de Camarasa** accolée à la montagne du Montsec. Le ciel est ici déclaré "**Réserve Starlight**" et l'observation astronomique y est particulièrement propice. Dans le spectaculaire **Congost de Mont-rebei**, la gorge la plus emblématique de Catalogne, nous parcourons en kayak la rivière Noguera Ribagorçana le long de ces impressionnantes parois de pierre. La gorge peut aussi être parcourue à pied grâce à des ponts suspendus. Nous terminons la journée à **La Pobla de Segur** où, avant de dîner, nous assistons à un atelier de **fabrication de ratafia** la fameuse liqueur catalane faite à base d'herbes.

ÉTAPE 7

UN PARC NATIONAL ET L'ART ROMAN DE BOÍ

Aujourd'hui nous allons associer le tourisme sportif avec le tourisme culturel. La matinée sera dédiée à une randonnée dans le Parc National de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici et l'après-midi à l'art roman de la Vall de Boí, Patrimoine de l'Humanité.

Randonnée à Aigüestortes

Nous nous levons tôt pour profiter de la **Vall de Boí**, la porte d'entrée du **Parc National de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici**. Dans cet unique parc naturel de Catalogne on trouve des lacs d'origine glaciaire, des pics qui montent à presque 3000 m d'altitude, une flore exceptionnelle émaillée de gentianes et de rhododendrons, des prairies et une faune spectaculaire avec la présence du gypaète, de la perdrix des neiges, du coq de bruyère et des chamois. C'est un paradis pour les amateurs de randonnée car les sentiers sont adaptés à tous les niveaux. Nous choisissons de monter en 4X4 au départ de la ville de Boí à Planell d'Aigüestortes pour faire une excursion jusqu'aux **étangs photogéniques de Llebre i Llong**. Après notre marche, nous nous photographions face à la spectaculaire **cascade du Sant Esperit** et nous rentrons en taxi dans la vallée. Pour récupérer un

peu de force nous prenons un solide repas à base de viandes, de champignons et de fromages locaux.

Boí romane

L'après-midi est consacré à l'**art roman de la Vall de Boí**, inscrit dans la liste du Patrimoine de l'Humanité de l'Unesco. Ces petits bâtiments, huit églises et une charmante chapelle, nous plongent au Moyen-Âge quand l'art roman était au service de la foi. Nous choisissons l'église de **Sant Climent de Taüll** pour contempler le célèbre Christ en Majesté grâce à la technique de la vidéo mapping. C'est émouvant de voir comment devait être son intérieur à l'origine. C'est tellement réaliste ! Sant Climent nous donne envie d'en savoir plus sur l'art roman. Nous allons jusqu'à l'église de **Santa Eulàlia** avec sa tour lombarde élancée et la chapelle de **Sant Quirc de Durro** où, le soir venu, nous admirons une gamme infinie de tons rosés sur les sommets des Pyrénées.

ÉTAPE 8

LA SINGULARITÉ DU VAL D'ARAN

Nous parcourons les petits villages, les églises romanes et les paysages de haute montagne du Val d'Aran, un endroit qui a sa propre langue et ses spécialités gastronomiques.

Val d'Aran

Nous changeons de vallée pour continuer à parcourir le cœur des Pyrénées jusqu'au **Val d'Aran**. Un tiers du territoire se situe au-dessus des 2000 m d'altitude. L'orientation atlantique influence la typologie des forêts et de la faune pyrénéenne. Ses villages, des maisons en pierre construites autour d'une église, sont le point de départ pour des excursions dans des gorges, des rivières et des prairies. L'orographie escarpée de la vallée a toujours maintenu un peu à l'écart ses habitants accentuant leurs particularités sociales et culturelles qui perdurent encore. Cette terre singulière avec sa culture, sa gastronomie, sa langue propre -l'**aranès**- et son architecture romane est l'une des plus surprenantes de Catalogne. Il n'est pas facile de choisir entre la trentaine d'églises dans le coin, nous soulignons la petite et intime Era Mair de Diu dera Purificacion, à Bossòst et la coquette Santa Eulària d'Unha, toutes deux construites au XII^e siècle.

Refuge de Montgarri

Le Val d'Aran connu pour sa culture ancestrale l'est aussi pour sa montagne et son air pur. Pour le contempler dans toute sa splendeur, nous commençons par une excursion à pied de **Montgarri**. Ce pittoresque hameau des Pyrénées, habité jusque dans les années 70, est situé sur le haut de la **rivière Noguera Pallaresa**. C'est aujourd'hui un endroit magnifique et relativement isolé. Le sentier passe par un paysage magnifique de haute montagne entre les forêts de pins noirs et d'épicéas. Pendant les mois d'hiver, c'est une zone connue pour ses promenades en raquettes ou en chiens de traîneaux. Dans le refuge de Montgarri, nous dégustons une des célèbres recettes de la région : la *olla aranesa*. L'après-midi, nous revenons à **Vielha**, la capitale du Val d'Aran où nous achetons de la charcuterie typique. Nous en profitons pour nous relaxer au spa de l'hôtel. Un repos bien mérité !

ÉTAPE 9

AVENTURE SUR LA RIVIÈRE NOGUERA PALLARESA

Après avoir fait du rafting dans les eaux de la rivière Noguera Pallaresa, nous en profitons pour visiter La Seu d'Urgell. L'occasion de déguster un excellent fromage et de visiter de charmants villages en pierre de Cerdagne.

Rafting à Llavorsí

Nous arrivons à **Llavorsí**. La journée promet d'être riche en émotions ! Avec Sort, Rialp, Esterrí d'Àneu et la Ribera de Cardós nous sommes ici au **coeur de la région du rafting catalan**. Nous avons devant nous une des **plus célèbres rivières d'eaux vives d'Europe**, la rivière Noguera Pallaresa. Pour profiter de cette opportunité nous décidons de faire la descente accompagnés d'un expert rafter après avoir enfilé une combinaison de Néoprène. Nous arrivons à Sort. Quelle aventure trépidante ! Pour ceux qui cherchent un peu plus de tranquillité, les **Valls d'Àneu** et la **Vall d'Assua** permettent de visiter d'intéressants écomusées et de découvrir la fameuse maison de l'ours brun des Pyrénées.

Villages de La Cerdagne

Nous partons pour **La Seu d'Urgell** où, après être passés par la **cathédrale de Santa María** (unique cathédrale entièrement romane de Catalogne) nous prenons le temps de déguster quelques spécialités

locales comme les **fromages de la D. O. P. (AO) de l'Alt Urgell i La Cerdanya** (l'unique dénomination d'origine protégée de fromage en Catalogne). Après avoir pris connaissance de leur fabrication, nous prenons le temps de les déguster. L'après-midi, nous allons voir des petits villages en pierre de **la Cerdagne. Talló, Prullans, Pi, Bor, Riu, Alp et Urtx** sont des lieux charmants placés à proximité des sommets du **Parc Naturel Cadí-Moixeró**. Sur le côté sud du parc, pointant sur une couronne de pins et de hêtres, s'érige le majestueux **Pedraforca**, un des sommets les plus emblématiques de Catalogne. Entre **Puigcerdà**, une ville avec un joli lac, et Figueres, les routes sillonnent la montagne offrant çà et là de petites pauses bien méritées comme celles aux **sources du Llobregat**, dans les **colonies industrielles à Castellar de n'Hug**, vers la porte romane monumentale de **Santa Maria de Ripoll** et à **Castellfolit de la Roca**, un village accroché sur un rocher.

ÉTAPE 10

L'INSPIRATION DE DALÍ

Nous passons la journée à parcourir les paysages de l'Empordà qui ont inspiré Salvador Dalí, de Figueres au Parc Naturel du Cap de Creus, en passant par Portlligat et Cadaqués.

Cap de Creus

Notre route arrive à **Figueres**, la ville natale du génie. Peu d'artistes ont eu une telle fascination pour leur terre d'origine comme l'a eue **Salvador Dalí** pour l'**Empordà**. Nous visitons le **Teatre-Museu Dalí**, un espace qui, dans les propres mots de l'artiste "est un objet surréaliste absolu". Après avoir admiré quelques-unes de ses meilleures œuvres dont un curieux trompe-l'œil, nous partons pour le **Parc Naturel du Cap de Creus**. Le paysage modelé par les caprices de la tramontane est d'une grande beauté. Pour observer la nature et la faune on peut faire de grandes randonnées à moins de préférer le kayak pour découvrir le parc depuis l'eau. Le soir venu on fera des dégustations de vin. Nous choisissons de le parcourir à pieds par les chemins de halages qui font partie des spectaculaires "Chemins de Ronde de la Costa Brava".

Portlligat et Cadaqués

L'un des points de passage de ce sentier douanier qui va de Portbou à Blanes est le joli village de **Portlligat** que nous atteignons par une route panoramique depuis le Cap de Creus. Dans ce modeste hameau de pêcheurs, le couple formé par Dalí et Gala a établi sa résidence pendant plus de trente ans. Lors de la visite de la Casa-Museu, composée d'une succession de pièces tarabiscotées et colorées, nous nous rendons compte que l'artiste n'a pas seulement évoqué le surréalisme dans ses œuvres mais aussi dans sa propre vie. Nous passons l'après-midi en nous promenant dans la pittoresque petite ville de **Cadaqués**. Le soir venu, nous découvrons une petite taverne où nous dégusterons de délicieux plats issus de la cuisine marinière et des vins de la D. O. (AO) Empordà.

ÉTAPE 11

ROUTE DES VILLAGES MÉDIÉVAUX

Un beau lever du soleil dans la baie de Roses annonce notre arrivée aux ruines historiques d'Empúries. Les villages médiévaux et Calella de Palafrugell sont une étape dans notre visite dans l'Empordà.

Ruines d'Empúries

Le jour se lève à peine quand nous passons la **baie de Roses**, une des plus belles du monde. Nous arrivons à **Aiguamolls de l'Empordà** bercés par le vent et l'eau. Dès les premières heures de la matinée les oiseaux qui habitent le marais sont en pleine effervescence, leurs chants harmonieux apportent beaucoup de sérénité au lieu. En passant par ce biotope humide, marais, rizières et *masia*, nous arrivons aux **ruines d'Empúries**, un endroit où les grecs et les romains sont entrés dans la péninsule. On nous raconte qu'à l'entrée du site se trouvaient les tabernae, l'endroit où on servait une boisson qui ressemblait à du vin. Celui de bonne qualité était réservé pour le convivium, sorte de rencontres où on dégustait les produits et les vins de la province Tarraconense, à laquelle appartenait Empúries. La plage à proximité des ruines permet de se baigner là où, vingt-cinq siècles auparavant avaient accosté les bateaux grecs.

Villages médiévaux

Les charmants **villages médiévaux de l'Empordanet** peuvent être parcourus de différentes manières : à

à pied lors de visites guidées patrimoniales ou de visites artisanales liées à la céramique, en voiture et même en montgolfière ! Nous décidons de garer la voiture pour les visiter en vélo électrique surnommé "la *burricleta*". À **Peratallada**, les rues nous transportent à l'époque où les chevaliers, les nobles et les maîtres tailleurs se promenaient dans le village. Depuis **Pals**, un village dont la silhouette est marquée par ses murailles, nous avons une vue sur la plaine de l'Empordà, le **Montgrí** et les **îles Medes**. De retour sur la côte, nous entrons à **Calella de Palagrugell**, qui fait partie des Villages de Charme avec les deux villages précédents. Notre guide explique que c'est dans cette ville maritime ponctuée de maisons blanches en arcade et des *havaneres* traditionnelles, que l'écrivain **Josep Pla** a passé les étés de son enfance. En continuant, on peut découvrir le chemin de Ronde dans sa partie la plus sauvage entre Llafranc et Palamós. Il passe par des sites spectaculaires comme le petit hameau de pêcheurs de **S'Alguer** et les criques aux eaux turquoise de Canyers ou dels Corbs.

ÉTAPE 12

SAVEURS DE GÉRONE

Voilà une journée placée sous le signe de la gastronomie. Nous commençons par une promenade olfactive dans les rues de Gérone. Nous goûtons à la cuisine du Collsacabra et nous dégustons la charcuterie de Vic.

Direction la Garrotxa

La matinée commence à **Girona** pour visiter ce qu'il y a de plus important dans son patrimoine : son quartier juif considéré comme le mieux conservé de Catalogne, les bains arabes, les **maisons colorées sur la rivière Onyar** et la **Cathédrale Santa Maria**. Nous continuerons par un itinéraire guidé pour aller à la rencontre des saveurs de la ville : le *xuixo* à la crème, les fromages de la région et les glaces élaborées par un des frères Roca. Pour arriver à **Rupit**, nous traversons en voiture la partie sud du **Parc Naturel de la Zone Volcanique de La Garrotxa**, un lieu exceptionnel du fait de ses volcans ponctués de coulées de lave, de ses forêts denses et de ses petits villages qui proposent des hébergements ruraux. Une fois arrivés à Rupit, après avoir dégusté un repas typique de la gastronomie de montagne du **Collsacabra** à base de viandes en sauce et de **charcuterie de Osona**, nous nous décidons pour une visite guidée. Nous découvrons l'histoire de cette ville, de son château et de son énorme rocher. Le village, entouré de forêts et de cascades est un lieu formidable pour se relaxer en pleine nature !

Charcuterie de Vic

Nous continuons jusqu'à **Vic** et nous nous dirigeons à la Plaça Major, la place centrale où, chaque mardi et chaque samedi, se tient un marché très animé.

Nous entrons dans un séchoir centenaire pour participer à un atelier de fabrication de deux spécialités charcutières locales : la *llonganissa* et le *fuet*. Le prochain arrêt sur notre chemin sera à **Sant Fruitós de Bages** où nous ferons une activité que l'on fait seulement une fois dans sa vie : un saut en parachute à 4000 m d'altitude avec une vue spectaculaire sur les Pyrénées et sur Montserrat. Pour des activités plus terre à terre, on peut aller voir les **tines (des cuves) de la Vall de Montcau** de grandes constructions en pierre sèche où on élaborait le vin au milieu des vignobles à moins de préférer à **Sant Benet de Bages**, un ensemble monastique médiéval en très bon état de conservation. On peut découvrir le passé viticole du monastère ainsi que goûter les vins de la **D.O. (AO) Pla de Bages**. En suivant la direction du sud, nous pouvons visiter **Mura**, un des Villages de Charme et le **Parc Naturel de Sant Llorenç del Munt i l'Obac**, un paysage avec des formations de rochers conglomérés qui rappellent ceux de Montserrat. Une autre alternative intéressante pour arriver à Barcelone depuis Vic consiste à longer la **côte du Maresme** en passant par le **Parc Naturel du Montseny**, un espace naturel Réserve de la Biosphère et qui est dans la liste du Patrimoine Culturel Immatériel de l'Unesco. Dans le Maresme, nous trouvons des plages tranquilles de sable fin et des villes avec un riche patrimoine moderniste.

ÉTAPE 13

COUCHER DE SOLEIL À BARCELONE

Nous visitons la crypte de la Colònia Güell, une des œuvres les moins connues de Gaudí et le centre d'art contemporain de la Fondation Miró avant de mettre un point final à notre voyage lors d'un coucher de soleil à Montjuïc.

Crypte de Gaudí

Le premier arrêt de la journée à proximité de **Barcelone** sera à Santa Coloma de Cervelló où nous visiterons la **crypte de la Colònia Güell**, une des œuvres dites "naturaliste" de Gaudí. L'architecte l'a considérée comme une "maquette monumentale de la Sagrada Família". Il a fondé ici toutes les innovations architecturales qu'il utilisera ensuite dans ses autres constructions. La crypte fait aussi partie des monuments modernistes qui sont déclarés Patrimoine de l'Humanité par l'Unesco. Dans le bâtiment de l'ancienne coopérative de la Colònia, on peut voir une exposition sur les colonies industrielles et sur les ouvriers ainsi que sur l'œuvre de Gaudí.

Musées à Barcelone

Nous passons les heures suivantes à visiter l'un des meilleurs espaces d'exposition de Barcelone : la

Fondation Miró créée par le fonds qui provenait de la collection privée du peintre, elle a été enrichie d'œuvres d'artistes contemporains. Le **Musée National d'Art de Catalogne (MNAC)** mérite aussi un détour ! Il présente mille ans d'art catalan avec en point d'orgue une très belle collection d'art Roman. Nous décidons de saluer Barcelone de la même manière que nous avons commencé notre voyage, sur les hauteurs. La vue depuis la cabine du **téléphérique de Montjuïc** est magnifique sur la ville. Nous descendons à l'arrêt Mirador pour nous promener dans les jardins à la végétation luxuriante et nous profitons du coucher du soleil sur la Méditerranée au loin. Accoudés sur un parapet, nous attendons avec impatience que les principaux monuments s'illuminent. Comme par magie Barcelone étincelante s'ouvre sur la Méditerranée.

EN SAVOIR PLUS

SI VOUS AVEZ LE TEMPS, VOUS POUVEZ AUSSI VISITER...

L'HUILE

Les premiers oliviers furent apportés dans la péninsule ibérique par la mer, à bord de navires phéniciens qui ne faisaient que passer pour faire du commerce. Plus tard, les Romains arrivèrent et étendirent la culture de ces arbres qui font partie de la triade méditerranéenne : vignes, céréales et oliviers. Les oliviers font partie du paysage catalan et dans certains cas, sont les témoins vivants de son histoire au sens littéral du terme. Dans le massif de Godall, par exemple, à proximité de la Via Augusta romaine, nous pouvons voir un olivier millénaire qui, selon des études, aurait commencé à germer à l'an 314 de notre ère. Là, il a pu contempler les progrès de l'humanité jusqu'à nos jours. Ce n'est pas le seul, la Catalogne a répertorié de nombreux oliviers millénaires, répartis du Cap de Creus au Delta de l'Ebre. Et s'il y a des oliviers dans le paysage, il y a de l'huile sur la table. Il existe cinq appellations d'origine protégées (D.O.P.) d'huile d'olive en Catalogne : Les Garrigues, Siurana, Oli Terra Alta, Oli del Baix Ebre-Montsià et Oli de l'Empordà. Dans d'autres régions telles que Bages, La Noguera et le Baix Llobregat, des variétés autochtones sont en cours de récupération. Dans toutes ces zones de production, il est possible de visiter quelques trulls (moulins à huile), où des dégustations sont proposées. Outre la production d'excellentes huiles d'olive extra vierges, dans ces cinq D.O. P. de nombreuses foires thématiques sont organisées, des centres d'interprétation spécialisés sont ouverts à la visite et des activités originales d'oléotourisme sont proposées. Dans les Terres de l'Ebre, nous pouvons faire la Route des oliviers millénaires : le territoire de Sénia compte plus de 4500 oliviers millénaires, et plus de 1300 sont référencés sur la seule commune d'Ulldecona. À Horta de Sant Joan se trouve Lo Parot, un arbre monumental devenu un symbole de la région. Les coopératives Pinell de Brai, Gandesa ou Falset méritent aussi un arrêt pour leurs imposants bâtiments d'architecture moderniste. Enfin, des entreprises familiales produisent des produits de beauté à base d'huile d'olive.

LE VIN ET LE CAVA

Les Romains profitaient déjà de l'excellence du terroir catalan pour la culture de la vigne. Au fil des années, les vignobles ont connu les guerres, les pillages et le terrible phylloxéra, qui a porté un coup dur à l'économie agricole catalane. Mais la ténacité de quelques paysans, le savoir-faire et la tradition, ont permis au vignoble de rester un élément inhérent au paysage catalan. La Catalogne compte douze appellations d'origine (D.O.) de vin et de cava.

Le vin pétillant, labellisé D.O. Cava, est élaboré selon l'ancienne méthode champenoise. L'épicentre de sa production est Sant Sadurní d'Anoia, où près de quatre-vingts maisons de production produisent plus de 90% du Cava de Catalogne. On peut y visiter le Centre d'Interprétation du Cava et assister à un festival dédié à l'histoire du phylloxéra. Une partie du D.O. Cava partage le territoire avec le D.O. Penedès, qui est le plus grand en nombre d'hectares de production. Dans sa capitale, Vilafranca del Penedès, on peut visiter le musée du vin Vinseum, situé juste en face de la basilique Santa Maria.

Il existe deux autres appellations d'origine dans la province de Barcelone : au pied de la montagne de Montserrat se trouve la D.O. Pla de Bages, où l'on élabore des vins de la variété autochtone picapoll, et la D.O. Alella, à deux pas de la ville de Barcelone, où, en plus du cava, sont élaborés d'excellents vins blancs de la variété pansa blanca. À Teià, vous pouvez visiter la cave romaine de Vallmora.

Dans la province de Gérone, la tramontane donne du caractère aux vins de D.O. Empordà, dont les vignobles bordent les douces collines de la Costa Brava. Les Grecs ont introduit la viticulture sur cette côte à Empúries, une tradition suivie au Moyen Âge par les moines du monastère de Sant Pere de Rodès.

Dans les régions de Lleida, le vin porte le nom de la rivière qui baigne leurs terres, D. O. Costers del Segre. L'altitude de son vignoble, situé entre 200 et 400 mètres, donne de la personnalité à certains blancs élaborés avec les cépages Macabeu et Parellada. Dans cette zone, vous pouvez suivre la route des vins de Lleida.

Tarragone est la province avec le plus de dénominations d'origine. La D.O. Tarragona est héritée de la Tarraco romaine qui est aujourd'hui un site du patrimoine mondial. Dans la D.O. Conca de Barberà, avec ses vignobles sur une plaine protégée par la Sierra de Prades, la variété indigène trepat prédomine.

Le D.O. Montsant et le D.O.Q. Priorat se partagent le territoire accidenté et montagneux de l'intérieur de la province. Beaucoup de ses producteurs sont de petites familles qui se consacrent à cette viticulture héroïque depuis plusieurs générations, mais il y a aussi de jeunes vigneronnes avec des propositions nouvelles et réussies. Dans la coopérative de Falset, ils organisent des visites théâtralisées qui racontent l'histoire de la vinification et des coopératives dans ces terres.

Sur le territoire de D.O. Terra Alta, entre l'Èbre et l'Aragon, nous pouvons visiter deux des cathédrales du vin les plus impressionnantes, celles de Pinell de Brai et de Gandesa. Le D.O.

Catalunya englobe les vignobles de la plupart des communes viticoles.

Toutes ces dénominations d'origine proposent une large gamme d'activités œnotouristiques, avec des dégustations dans les caves, des pique-niques, des balades à vélo dans les vignobles, des hôtels à thème et des spas avec une offre de traitements de vinothérapie spécialisés, entre autres propositions intéressantes.

FROMAGE ET CHARCUTERIES

A la différence des autres produits typiques catalans, comme l'huile d'olive ou le vin dont leurs origines sont étroitement liées à l'arrivée sur la péninsule des Phéniciens, Grecs et Romains, l'histoire de l'élaboration du fromage en Catalogne est plus récente. Si dans les zones rurales, il a toujours été un aliment de base, ce n'est pas avant le XV^{ème} siècle dans le *Llibre de Sent Soví* – le premier livre de cuisine connu et écrit en catalan – qu'apparaissent les premiers textes mentionnant tout spécialement le fromage. Certaines recettes de l'époque, comme le chapon farci ou différentes sauces, le comptait déjà parmi leurs principaux ingrédients.

Aujourd'hui, la Catalogne offre un large éventail de variétés artisanales réalisées à partir de lait de vache, chèvre et brebis. Parmi les fromages frais, notons le *mató de Montserrat* et le *brossat del Pirineu*, élaborés avec du lait de vache ; et les recuits si typiques de Gérone élaborés principalement avec du lait de chèvre ou de brebis. Parmi les spécialités les plus originales, mentionnons les fromages à l'huile d'olive, les cendrats du Montsec, le curieux fromage de montagne *tupí*, de deuxième fermentation, et les fromages de la D. O. P. de l'Alt Urgell et la Cerdagne, la seule dénomination d'origine protégée de fromage en Catalogne. Sur l'ensemble du territoire catalan, il est possible de visiter les foires spécialisées, les petits fromagers artisanaux et aussi d'accompagner un berger dans son quotidien et d'apprendre sur l'élaboration du fromage.

Dans la gastronomie catalane, la charcuterie revêt également toute son importance, crue ou cuite, principalement élaborée à partir de viande de porc. Les exceptions à la règle sont la *girella* dans la région de Lleida, faite avec de la viande d'agneau, ainsi que certaines spécialités de montagne préparées avec du gibier. Parmi les incontournables, mentionnons le *fuet*, les *bulls*, la *catalane* et la *llonganissa*, qui disposent d'une I. G. P. à Osona, dont la capitale est Vic. La Cerdagne est également la région du *bull*, *bisbe* et *pa de fetge*; dans La Garrotxa on préfère le *paltruc* noir, et dans El Pallars, il est fortement conseillé de goûter le *xolís*, produit caractéristique des Pyrénées de Lleida.

VILLES ET VILLAGES

Tourisme de la Catalogne dispose d'une série de "labels" qui certifient les valeurs, identités et qualité d'un certain nombre de destinations en Catalogne.

"Quartiers et villes maritimes" comprend les localités avec un fort lien historique, culturel et gastronomique avec la Méditerranéen dont les paysages et espaces naturels sont particulièrement bien conservés. Font partie de la liste Begur, Llançà, L'Escala, Les Cases d'Alcanar, L'Ametlla de Mar, Sant Carles de la Ràpita, Sant Pol de Mar, Arenys de Mar, Palamós, Tossa de Mar, Sitges, Vilanova i la Geltrú, l'Ampolla, El Serrallo à Tarragone, Cambrils et l'Estartit.

"Villages de charme" tient compte de la beauté de l'ensemble urbain et monumental de petites municipalités, ainsi que de leurs ressources touristiques et valeurs environnementales. Les villages qui réunissent ces conditions sont : Beget, Castellar de N'hug, Pals, Peratallada, Calella de Palafrugell, Santa Pau, Rupit, Mura, Montclar, Montsonís, Siurana, Prades, Taüll et Arties.

Dans "Villes et Cités de caractère", on entend le caractère issu de l'héritage historique et culturel, l'attachement à la gastronomie, l'art et la créativité de villes de taille moyenne. Les villes qui remplissent ces critères sont : Manresa, Terrassa, Tarragona, Girona, Lleida, Tortosa, Montblanc, Solsona, Bisbal d'Empordà, Reus, Vic, Vilafranca del Penedès et Caldes de Malavella.

VACANCES EN FAMILLE

Tourisme de la Catalogne récompense les destinations qui disposent d'une offre certifiée d'hébergements, de restaurants, de loisirs et temps libres dirigés aux familles et aux plus petits :

Plage en famille (Blanes, Calafell, Calella, Calonge i Sant Antoni, Cambrils, Castelldefels, Castell-Platja d'Aro, El Vendrell, Lloret de Mar, Malgrat de Mar, Pineda de Mar, Roses, Salou, Sant Feliu de Guíxols, Sant Pere Pescador, Santa Susanna, Torroella de Montgrí-l'Estartit, Vila-seca - la Pineda Platja et Vilanova i la Geltrú) et **Nature et Montagne en famille** (Berga, Els Ports, La Vall d'en Bas - Les Prees, La Vall de Boí, Les Valls d'Àneu, Muntanyes de Prades, Pirineus Noguera-Pallaresa et Vall de Camprodon).