



Ajuntament de  
Torroella de Montgrí

12/05/2025

## Torroella de Montgrí i l'Estartit celebren les Jornades Gastronòmiques del Sonso

Els 17 i 18 de maig se celebrarà el Cap de Setmana del Sonso, amb un ampli ventall d'activitats culturals, lúdiques i gastronòmiques.



Del 15 de maig al 15 de juny, una dotzena de restaurants de Torroella de Montgrí i l'Estartit participen en una nova edició de les Jornades Gastronòmiques del Sonso, una cita anual amb la cuina marinera que posa en valor un dels productes més singulars i apreciats del litoral baixempordanès: el sonso.

Aquest petit peix, de forma allargada i textura delicada, es pesca de manera artesanal i sostenible des de la Confraria de Pescadors de l'Estartit, mitjançant arts tradicionals que garanteixen tant la qualitat del producte com la preservació de l'ecosistema marí. El sonso és molt preuat en la cuina mediterrània per la seva frescor i sabor, i forma part de la identitat culinària del nostre territori.

### Menús amb el sonso com a protagonista

Durant tot un mes, els establiments participants oferiran menús especials on el sonso esdevindrà el gran protagonista. Els xefs locals han preparat una àmplia varietat de plats que combinen les receptes més tradicionals amb propostes creatives i innovadores. És una oportunitat única per redescobrir aquest producte de proximitat en combinacions originals i maridatges amb vins de la terra, especialment seleccionats per potenciar-ne els sabors.

Les jornades volen ser també una celebració de la cultura gastronòmica local, del treball dels pescadors i de l'experiència de gaudir del territori a través del paladar.

### **Cap de Setmana del Sonso**

En el marc de les jornades, els dies 17 i 18 de maig se celebrarà el [Cap de Setmana del Sonso](#) al Port de l'Estartit, amb un ampli ventall d'activitats culturals, lúdiques i gastronòmiques pensades per a tots els públics.

El dissabte 17 de maig al matí es durà a terme un esmorzar de pescador amb una sonsada popular. Posteriorment, es realitzaran tallers familiars i un concert vermut amb cants de taverna. A les 18 h es podrà realitzar una visita comentada amb encant per conèixer la història de l'Estartit.

El diumenge 18 al matí es realitzarà el taller familiar. "Vull ser pescador", a càrrec de la Confraria de Pescadors de l'Estartit. Un recorregut carregat d'experiències vivencials per conèixer d'una manera pràctica el dia a dia de la gent del mar. Al migdia es representarà un espectacle familiar i finalment una visita comentada a l'Espai Medes.

### **Visita a l'Espai Medes**

La proposta gastronòmica de les jornades es pot complementar amb una visita l'[Espai Medes](#), un equipament inaugurat recentment al port de l'Estartit, creat per apropar la cultura del mar a tothom. Hi trobareu tallers familiars, exposicions i visites comentades que posen en valor el nostre patrimoni marítim, la pesca tradicional i la biodiversitat de les Illes Medes. Una experiència vivencial i educativa, ideal per completar la vostra escapada gastronòmica.

La primera exposició temporal del nou equipament porta per títol «L'Estartit i la pesca, un lligam històric». Proposa una mirada sobre l'art de la pesca a l'Estartit. La pesca va propiciar el naixement i el desenvolupament de la població a partir del segle XVI, i va ser l'activitat més important fins a la dècada dels anys 1960. Aquest llegat continua avui ben viu de la mà de la Confraria de Pescadors de l'Estartit, que manté una activitat pesquera artesanal respectuosa amb el medi.

[Programa de les Jornades Gastronòmiques del Sonso 2025](#)