



★ AVORRIT ★★ DESPRÉS D'UNES QUANTES COPES, T'HI TROBARÀS BÉ ★★★ BONA MÚSICA I BON AMBIENT ★★★★★ REPETIRÀS ★★★★★ GARANTIA PER A UNA NIT PERFECTA

BAR SIFÓ

MOTOR CONSTANT DE SUPERACIÓ

Avui en dia és molt difícil trobar un bar al centre de Barcelona que s'hagi consolidat com a local nocturn de moda i que s'hagi mantingut amb el llistó ben alt al llarg del temps: el Sifó ho ha fet. Avui bufa vuit espelmes, i per celebrar-ho, reuneix demà dissabte els millors DJs d'ara disposats a desplegar un excel·lent repertori musical de soul & funk. Una festa que cal no perdre's!

EL COR DEL RAVAL

Si ens endinsem en el cor del Raval, una de les seves ramificacions ens porta a un carrer banyat per la llum d'un fanal. El seu halo tènue es projecta sobre una vitrina acolorida formada per un mosaic de sifons. Una

porta de ferro, una cortina de vellut i, darrere d'aquest teló improvisat, comença un espectacle que es reinventa cada nit. Una explosió cromàtica de llum, màgia i sensacions desborden els sentits del visitants. Riures, gent i bullici embriagador. Malabaristes creant còctels darrere una barra en constant moviment. Actors predicant els seus monòlegs. Comèdia, poesia i teatre. Moviment cultural punyent en contínua creació com a motor constant de superació. Benvinguts, ja hem entrat al Sifó.

LA COMBINACIÓ PERFECTA

Broquetes i còctels. Aquesta és la conclusió a què van arribar el

xef Jorge Runnacles i el seu soci, Pablo Antico, després de provar diferents estratègies culinàries fins a assolir la combinació perfecta. I la van encertar! Les broquetes són l'acompanyament ideal per assaborir els vostres combinats preferits. Són fàcils de menjar, drets o asseguts, i n'hi ha per a tots els gustos: de pernil amb meló cantalup; de llagostins amb pera; de rap envoltat per una massa fina i crocant; d'entranya amb verdures..., un ampli ventall gastronòmic que esdevé tot un plaer per a les papil·les gustatives. Si hi afegim que a partir de l'obertura de la nova –i veïna– Filmoteca de Catalunya ampliaran el seu horari al migdia, el plaer és doble. ARGÍ GRAU

SIFÓ ★★★★★

Espalters, 4. BCN (Raval). ☎ 93 329 68 32. 📍 Liceu (L3). ☉ Obert tots els dies. De dl. a dj., de 21 a 2.30 h; dv. i ds., de 21 a 3 h; cuina oberta de 21 a 24 h. € Broquetes: de 3,50 a 4,90 euros. Combinats: a partir de 6 euros.

LA NIT EN BLANC

Per Vador Uadó
Presentador de 'Fricandó matiner', a RAC 105

Avui ens emportem roba per resguardar-nos i conquerir les altures. Agafeu-vos, que venen a Puigcerdà. Puigcerdà, capital de la Cerdanya, a 1.200 metres sobre el nivell del mar, una vila presidida pel campanar de la plaça de Sant Joan, es manté dempeus després de suportar la ruïna l'any 1936. A pocs metres, a la plaça, aixeca un edifici, construït el 1893 per Calixte, vist de tots colors. Va quedar reduït a cendres per un incendi i dos anys més tard va ser reedificat al **Casino de Puigcerdà** encara s'hi respira l'espai emblemàtic de la capital cerdana. Aquesta és una bona opció per al programa de descoberta de la Cerdanya. Només entrar-hi et trobaràs la sala de local, un futbolí i un billar on segurament jugaran com si els hi anés la vida. A dins, al costat de la barra central d'unes dimensions considerables, hi ha per les quatre bandes. Els fidels es divideixen en dos grups: els que ocupen els sofàs, una gran sala que permeten trobar un punt més tranquil·la que es concentra al Casino de Puigcerdà durant les hores. La nit és hora punta. Bon ambient, bon servei i mojitos en aquest clàssic de la Cerdanya.