

jat a la barana de l'eixida del primer pis; fa el badoc, interessat pels nostres camins a l'entorn de la pairalia solitària. Llavors li pregunto—a crits perquè m'entengui des d'on es repenja—, per a la identificació del Toix, muntanya evocadora de gestes carlines. M'assenyala, enllà del Montpetit, una mena d'esquena d'ase que serveix d'horitzó a llevant.

—No hi ha masovers a la casa—acaba dient, amable, gratant-se el clatell.—Només hi tanquem el bestiar! Jo visc amb la mare i un germà en una altra masoveria!

Ens fa recomanacions, prevenint el darrer tram de camí que ens espera, abans d'assolir el coll. Engego el motor. El pedregam es solleva i la marxa, costa a munt, és una aventura arriscada que ja no podem evitar.

El despoblament de les nostres muntanyes, cal atribuir-lo a les condicions de vida primària que obliga, però també a la impracticabilitat de les vies de penetració que podrien millorar-la. És curiós, per no dir inexplicable, com la vall de Castellar de la Muntanya, a pocs quilòmetres de la carretera d'Olot - Figueres - Girona i veïna de centres industrials considerables, segueixi encara essent inaccessible.

ALOT

Para ellas...

COCINA

Confitura de melocotones

Después de pelados los melocotones se cortan y se ponen en un barreño de barro o porcelana, se cubren con una cantidad de azúcar igual al peso de los melocotones y se deja descansar hasta que el azúcar se haya derretido.

Luego se pone todo en una cacerola y a cocer a fuego regular sin dejar de removerlo para evitar que se pegue.

Cuando los melocotones se han hecho pasta, se retira del fuego y una vez frío se pone en botes de cristal.

Antes de tapar los botes se cubre la confitura con un poco de ron o coñac. Los botes deben guardarse en sitio fresco y seco.

BELLEZA

Ejercicio para reforzar los músculos de las piernas

El cuerpo bien apoyado en la pared, mantenga la respiración procurando esconder el vientre y de tocar lo mejor posible la pared con la parte posterior de las piernas. Haga el ejercicio 20 veces.

Ejercicio para reforzar los músculos de los brazos

La espalda contra la pared, todo el cuerpo bien extendido hacia arriba, como si buscara tocar un punto imaginario colocado sobre los brazos. Haga el ejercicio por espacio de 3 minutos.

M.ª del Tura

OAXTRPA R|GOP RGA XA|TRPOPO TA|XOP por HAIRY PO|RG GARROTXA |POP|

Esta semana voy a presentar en este espacio cuatro excelentes LP.s, publicados recientemente.

«FLEETWOOD MAC».— *Este es el último LP. grabado por el grupo antes de la separación de su auténtico líder Peter Green. Siguiendo el viejo estilo, con tres guitarras, bajo y batería, han conseguido un álbum magistral que constituye una auténtica lección de técnica, sensibilidad y originalidad. La voz es como un instrumento más que suena en la lejanía. Como es norma habitual en este grupo, los once temas se encuentran a un nivel muy parecido en el que no cabe hacer distinciones de calidad. Hay que encuadrarlos en el llamado «blues» blanco.*

«JOHN B. SEBASTIAN».— *Miembro de diversos grupos musicales, este músico es toda una personalidad dentro del mundo del disco americano. Los once temas del álbum han sido arreglados por Paul Harris y escritos por el propio Sebastián, colaborando en su grabación como músicos de acompañamiento, además del propio autor a la guitarra rítmica, acústica y eléctrica, sus amigos, un total de más de dieciséis nombres importantes, logrando un disco antológico, tocado por auténticos ases en sus respectivos instrumentos. Dada la categoría de todos los temas no es posible destacar ninguno en especial, constituyendo en conjunto una obra rica en ideas, ejemplo de originalidad, técnica y juventud.*

«MORRISON HOTEL».— *The Doors, siguiendo su línea habitual, se muestran sencillos en ideas e instrumentación. Su «rock» traspasa fronteras, es directo. Jim Morrison, alma, inteligencia, vía y camino del grupo, es un ídolo equiparable a Mick Jagger o a John Lennon. En este álbum destaca la labor del batería, marcando el camino a seguir a través de todos los temas. El guitarra hace gala de una técnica depuradísima, prefiriendo la melodía a una excesiva improvisación. El órgano es posiblemente el más irregular, porque vive pendiente de Morrison en cada uno de los números. El grupo ha ganado en madurez y posee una tranquilidad que no tenía en otros discos.*

«CROSBY, STILLS, NASH, YOUNG & TAYLOR».— *Segundo LP. de este supergrupo que se ve incrementado por varios miembros. Su música, sin malabarismos acústicos, es de fácil comprensión, directa, lisa y llana, tocada por excelentes músicos que son además grandes cantantes. En este álbum se echa de menos la pacífica calma del primero, aunque el grupo ha mejorado y cuidado más sus voces. Destaca la labor del bajista y percusión. Es un buen disco, asequible a cualquier nivel de recepción.*

Desitjaria tenir correspondència amb nois i noies de fins a 30 anys.

Dirigir-se a: ANTONI ROS NAVARRO
c. Ramon i Cajal, 57, 1.º, 2.ª - Barcelona (12)