CUINA D'ARRELS

Hofmann

Aquest llibre és un petit recull de la cuina de la nostra comarca, un territori entre el mar i la muntanya envoltat de vinyes.

Les seves gents, acostumades a la duresa de la feina al camp, han sabut mantenir l'essència dels seus plats, conservant els productes autòctons generació rere generació.

Així és com han situat l'Alt Penedès en un referent del nostre país, no només com a comarca vitivinícola, sinó també en l'àmbit gastronòmic.

Serveixi doncs d'homenatge a tots els qui ens han precedit i ho han fet possible.

RECEPTARI

PRIMERS

Xató
Samfaina
Canelons de peix de Cal Brichs
Macarrons amb bacallà i allioli

SEGONS

Gall del Penedès al vi negre
Ànec mut amb prunes i pinyons
Fricandó de vedella amb bolets
Canelons d'ànec amb beixamel de Portobellos
Costelles de porc amb xampinyons

POSTRES

Catànies
Carquinyolis
Garlanda
Préssec de l'Ordal en almívar

XATÓ

INGREDIENTS

Escarola

Bacallà dessalat i esqueixat

1 llauna de tonyina

4 anxoves

Olives negres

ROMESCO:

40 g d'ametlles torrades i pelades

40 g d'avellanes torrades i pelades

5 tomàquets

½ cap d'alls

½ nyora

Oli d'oliva

Vinagre de vi blanc

Pebre vermell dolç

Sal i pebre

ELABORACIÓ

SALSA:

Escaliveu a la brasa o al forn els tomàquets i el cap d'alls -sense pelar-. Quan estiguin cuits, els reserveu.

Poseu la nyora en remull per tal que s'hidrati.

Dins del got de la batedora elèctrica, incorporeu els fruits secs, els alls i els tomàquets pelats, la carn de la nyora - que s'obté de rascar la part interna de la nyora amb un ganivet- i el pebre vermell dolç, el vinagre, la sal i l'oli al gust. Tritureu-ho tot fins que quedi homogeni i rectifiqueu d'algun ingredient si s'escau.

Reserveu el romesco.

MUNTATGE:

En un plat, poseu l'escarola ja neta. A sobre, hi afegiu el bacallà, les anxoves, la tonyina i les olives.

Poseu una cullerada de la salsa i ja ho tindreu llest per a servir.

SAMFAINA

INGREDIENTS

2 pebrots vermells

1 albergínia

1 carabassó

400 g de tomàquet

Oli d'oliva

Sal

ELABORACIÓ

Renteu i assequeu les verdures.

Talleu els pebrots, l'albergínia i el carabassó en daus de la mateixa mida. Ratlleu els tomàquets i els reserveu.

En una cassola amb un bon raig d'oli, fregiu els pebrots durant dos minuts i incorporeu el carabassó i l'albergínia. Sofregiu durant uns deu minuts i quan les verdures estiguin gairebé cuites, afegiu el tomàquet ratllat.

Rectifiqueu de sal i afegiu una mica de sucre si els tomàquets són molt àcids.

Deixeu que redueixi el tomàquet durant uns quinze o vint minuts fins que tots els ingredients estiguin cuits. Passat aquest temps, ja està llesta per servir

CANELONS DE PEIX DE CAL BRICHS

INGREDIENTS

200 g de lluç

200 g de rap

12 plaques de canelons

Brou de peix

3 ous

2 cebes

30 g de farina

12 g de mantega

200 ml de llet

1 culleradeta de cafè de nou moscada

½ culleradeta de cafè de gingebre

Pa ratllat

1 ou per a l'arrebossat

Oli d'oliva

Sal i pebre

ELABORACIÓ

En una olla amb brou de peix, bulliu el lluç i el rap - desespinat, net i salat - entre vuit i deu minuts. Retireu-lo i el deixeu refredar.

Paral·lelament, en una altra olla amb aigua bullent, coeu els tres ous durant deu minuts per tal d'obtenir ous durs. Els traieu del foc i els reserveu.

En el moment que els peixos i els ous siguin freds, amb l'ajut d'una picadora elèctrica, piqueu el peix prèviament esmicolat i retirant la pell, i els ous sense la closca. Rectifiqueu de sal i reserveu la massa obtinguda.

En una paella o cassó, sofregiu les dues cebes ratllades. Quan aquestes estiguin daurades, afegiu la mantega i la farina, sense deixar de remenar - amb un utensili de fusta- per evitar que es cremi i quan la farina sigui cuita, incorporeu-hi la llet a poc a poc.

En el moment que obtingueu una textura homogènia, salpebreu i afegiu-hi el gingebre, la nou moscada i la barreja de peix i ou. Remeneu bé fins que quedi tot ben integrat, retireu-ho del foc i ho deixeu refredar.

Bulliu en abundant aigua i sal les plaques de canelons seguint les indicacions del fabricant. És important que no poseu totes les làmines a la vegada, sinó en petites quantitats, per evitar que s'enganxin entre elles i es trenquin.

Passat el temps de cocció indicat, poseu-les uns segons en un bol amb aigua natural i després estireu-les sobre un drap de tela separades les unes de les altres.

MUNTATGE:

Munteu els canelons. Passeu-los per ou batut i pa ratllat - en aquest ordre - i fregiu-los en abundant oli d'oliva. Quan estiguin daurats, retireu-los del foc i els poseu sobre paper absorbent per extreure'n l'excés d'oli.

Aquesta recepta es pot menjar tant calenta com freda i els podeu acompanyar amb maonesa o salsa romesco.

MACARRONS AMB BACALLÀ I ALLIOLI

INGREDIENTS

400 g de macarrons

300 g de bacallà esqueixat i dessalat

400 g de tomàquets

1 ceba

1 fulla de llorer

Sal i pebre

Oli d'oliva

ALLIOLI SUAU:

1 ou

1 dent d'all

200 ml d'oli de gira-sol

El suc d'un quart de llimona

ELABORACIÓ

En una olla, bulliu els macarrons en abundant aigua i sal, seguint les indicacions de fabricant. Un cop cuits, els escorreu i reserveu-los.

En una paella o cassola, sofregiu la ceba ratllada. En el moment que comenci a agafar un color daurat, incorporeu els tomàquets ratllats i la fulla de llorer. Rectifiqueu de sal i si els tomàquets són molt àcids, afegiu-li una mica de sucre.

Un cop el tomàquet hagi reduït, retireu la fulla de llorer, afegiu-li el bacallà i deixeu-lo coure cinc minuts. A continuació incorporeu els macarrons i els cuineu durant uns cinc minuts més. Passat aquest temps ja estaran llestos per ser servits.

Aquesta recepta tradicionalment s'acompanya d'un allioli suau, tot i que també es poden gratinar al forn amb una mica de formatge parmigiano.

ALLIOLI:

Peleu les dues dents d'all i traieu-li el cor.

En el got de la batedora elèctrica, poseu l'all, la sal, l'oli i finalment l'ou.

Amb una potència fluixa, emulsioneu la barreja. Un cop hagi pujat l'allioli, afegiu-li el suc de la llimona i torneu a batre.

GALL DEL PENEDÈS AL VI NEGRE

INGREDIENTS

1 gall del Penedès

4 pastanagues

1 ceba

2 branques d'api

2 porros

12 cebetes franceses

½ got de brandi

Brou de pollastre

200 g de xampinyons

1 L de vi negre del Penedès

1 bouquet garni d'herbes aromàtiques (llorer, romaní i farigola)

Sal i pebre

Oli d'oliva

ELABORACIÓ

Netegeu el gall i trossegeu-lo a quarts.

Talleu les pastanagues, l'api i els porros a rondelle, és a dir, a rodanxes i la ceba a mirepoix, que són daus grans i irregulars.

Poseu en un recipient gran, el gall, les verdures prèviament tallades, el bouquet i cobriu-lo amb el vi negre. Ho tapeu amb paper film i a la nevera deixeu-ho macerar durant unes 24 hores.

Passat aquest temps, traieu les verdures del recipient, enretireu també el gall i ho reserveu per separat. Per altra banda, el vi de la maceració el coleu i el conserveu. El bouquet també el guardeu.

En la cassola on feu el rostit, poseu un raig d'oli i marqueu el gall, prèviament salpebrat, per ambdues cares. El retireu del foc i el poseu sobre paper absorbent per extreure'n l'excés d'oli.

Poseu les verdures a la cassola i les sofregiu. Quan comencin a enrossir-se, reincorporeu el gall i seguidament afegiu el brandi i el flamegeu.

Un cop evaporat l'alcohol, afegiu el vi de macerar i el brou fins a gairebé cobrir el gall - la meitat de vi i meitat de brou aproximadament- i reincorporeu el bouquet. Tapeu la cassola i deixeu que rosteixi a foc lent entre noranta i cent vint minuts en funció de la mida del gall. Aneu remenant perquè no s'agafi a la cassola i controlant que no es quedi sense líquid.

A mitja cocció, incorporeu els xampinyons tallats a quarts.

Quan la carn estigui ben tendra, ja estarà llest per ser servit.

ÀNEC MUT AMB PRUNES I PINYONS

INGREDIENTS

1 ànec trossejat a quarts

2 cebes

3 pastanagues

3 tomàquets

El suc de dues taronges

1 got de brandi

1 branca de canyella

60 g de pinyons

60 g de prunes seques

oli d'oliva

sal i pebre

ELABORACIÓ

Poseu les prunes en un bol amb aigua i reserveu-les. També les podeu hidratar amb licor de taronja o brandi.

Poseu un raig d'oli a la cassola on elaborareu el rostit i l'escalfeu. Un cop l'oli sigui molt calent, incorporeu-hi els quarts d'ànec prèviament salpebrats. El marqueu per tots els costats per segellar i daurar-lo. El retireu del foc i el poseu sobre un paper absorbent.

Talleu la ceba i la pastanaga a brunoise, és a dir, a quadrats petits de dos o tres centímetres, i sofregiu-les a la cassola a foc mitjà.

Un cop comencin a enrossir incorporeu el tomàquet i deixeu-lo coure uns minuts. Incorporeu l'ànec, el brandi i el flamegeu. Immediatament, afegiu el suc de taronja i la canyella. Rectifiqueu de sal.

Deixeu-ho coure a foc suau durant noranta minuts aproximadament, revisant que no es quedi sense líquid. Si calgués, afegiu-li una mica d'aigua o brou suau elaborat amb les parts de l'ànec que no rostiu (els carpons, el coll...).

En una paella torreu els pinyons i incorporeu-los al rostit quan li quedi poc més d'un quart d'hora i afegiu-li també les prunes.

Passat aquest temps, ja està llest per a ser servit.

FRICANDÓ DE VEDELLA AMB BOLETS

INGREDIENTS

1 kg de carn de vedella (llata o tapaplana tallada fina)

50 g de bolets deshidratats

1 ceba

3 tomàquets

1 got de vi blanc

1 got de brandi

Farina

Brou suau de carn

Oli d'oliva

Sal i pebre

ELABORACIÓ

En un bol, hidrateu els bolets durant una hora.

Paral·lelament, en una cassola, preferiblement de fang, fregiu amb oli d'oliva la carn prèviament salpebrada i passada per farina. La retireu del foc i la reserveu sobre paper absorbent per treure'n l'excés d'oli.

A la mateixa cassola, retireu una part de l'oli de fregir perquè el guisat no us quedi massa greixós, deixant només la quantitat necessària per al sofregit que fareu a continuació.

Incorporeu a la cassola la ceba ratllada i la sofregiu. Quan estigui daurada, afegiu els tomàquets ratllats.

Un cop estigui el tomàquet concentrat, poseu el vi blanc i el deixeu reduir fins que quedi una pasta espessa.

A continuació, reincorporeu la carn a la cassola. Afegiu el got de brandi i immediatament flamegeu-lo. Seguidament, poseu caldo fins a cobrir la carn, tapeu la cassola i a foc baix, coeu-lo durant uns trenta minuts. Rectifiqueu de sal.

PICADA

2 dents d'all

15 o 20 ametlles torrades i pelades

Julivert

Escorreu els bolets i incorporeu-los al guisat. L'aigua d'hidratar-los, la coleu i la reserveu.

En un morter prepareu la picada amb els alls, les ametlles i el julivert. Un cop tingueu els ingredients picats, afegiu al morter aigua dels bolets i diluïu la picada. Reserveu-la.

Durant els últims quinze minuts de cocció, incorporeu la picada al guisat.

Passat aquest temps, ja estarà llest per a ser servit.

CANELONS D'ÀNEC AMB BEIXAMEL DE PORTOBELLOS

INGREDIENTS

½ ànec

½ de pollastre

2 cebes

2 tomàquets

2 pastanagues

1 got de Brandi

2 gots de brou

Oli d'oliva

Sal i pebre

24 làmines de canelons

1 L de llet sencera

60 g de farina

60 g de mantega

200 g de xampinyons o portobelltto

1 culleradeta de cafè de nou moscada

Mantega

Formatge Parmigiano ratllat

ELABORACIÓ

En una cassola, afegiu un raig d'oli i escalfeu-lo. Un cop l'oli sigui molt calent, marqueu les carns, prèviament salpebrades, per tal de segellar-les. Retireu-les del foc i les poseu sobre paper absorbent.

Talleu les verdures a brunoise, és a dir, en daus de dos o tres centímetres, i a la mateixa cassola on heu marcat l'ànec i el pollastre, sofregiu-les a foc mitjà. Quan comencin a agafar un color daurat, reincorporeu les carns i afegiu-li el brandi, el flamegeu i a continuació poseu el brou. Rectifiqueu de sal.

Tapeu la cassola i ho deixeu coure durant noranta minuts aproximadament a foc lent, vigilant que no s'agafi i no es quedi sense líquid.

Paral·lelament, en una olla amb abundant aigua i sal, bulliu les làmines de canelons, seguint les indicacions del fabricant. És important que no poseu totes les làmines a la vegada, sinó en petites quantitats, per evitar que s'enganxin entre elles i es trenquin.

Passat el temps de cocció indicat, poseu-les uns segons en un bol amb aigua natural i després sobre un drap de tela separades les unes de les altres.

Quan les carns estiguin rostides, piqueu-les amb una picadora elèctrica. Incorporeu i barregeu-li les verdures del rostit, que prèviament les haureu colades per retirar l'excés d'oli.

BEIXAMEL DE BOLETS:

Talleu a brunoise els bolets.

En una paella, sense oli i a foc mitjà, poseu-hi els bolets amb una mica de sal per tal que deixin anar la seva aigua. Quan aquesta aigua s'hagi evaporat, afegiu pebre i un raig d'oli per saltar-los. Reserveu-los.

En un cassó, feu una roux, és a dir, desfeu a foc lent la mantega i incorporeu-hi la farina, fins a enrossir-la. Un cop la roux estigui cuita aneu abocant la llet, que ha d'estar tèbia, a poc a poc i remenant amb un estri de fusta, per evitar que es facin grumolls.

Un cop estigui tota la llet mesclada, salpebreu, afegiu-li la nou moscada i porteu-ho a ebullició, sense deixar de remenar. Quan comenci a espessir, barregeu-li els bolets. Retireu-ho del foc.

En una safata de forn, poseu una capa base amb beixamel i a sobre els canelons muntats. Cobriu-los amb la resta de la beixamel, poseu el parmigiano, uns daus de mantega i ho gratineu al forn fins que tinguin un color daurat.

COSTELLES DE PORC AL FORN AMB XAMPINYONS

INGREDIENTS

500 g de costella de porc

200 g de xampinyons

5 dents d'all grans

Julivert

½ got d'aigua

Un raig d'oli d'oliva

Un raig de vi ranci o vi blanc

ELABORACIÓ

Escalfeu el forn a 150° a dalt i a baix.

Netegeu els xampinyons i els reserveu.

En un bol poseu l'all i el julivert picat, l'aigua, el vi ranci o vi blanc, l'oli i barregeu-ho tot. Reserveu-ho.

En una safata de forn poseu les costelles salpebrades, els xampinyons i banyeu-ho amb la mescla d'all i julivert.

Coeu-les al forn durant seixanta minuts. Passat aquest temps, li doneu la volta a les costelles i les deixeu uns seixanta minuts més. Aneu remullant-les amb el suc que tenim a la safata.

Quan estiguin cuites, apugeu el forn a 200° i les daureu uns 15 minuts fins que quedin torrades.

CATÀNIES

INGREDIENTS

65 g d'ametlla marcona crua

65 g de sucre

50 g de xocolata blanca

10 g de mantega

Cacau pur en pols

ELABORACIÓ

En una paella daureu les ametlles.

Agafeu 15 grams d'ametlles daurades i les piqueu amb l'ajuda d'un morter o una picadora elèctrica fins que quedin en pols. Els altres 50 g restants d'ametlles els reserveu.

En una paella, poseu el sucre a foc mitjà i, sense remoure, deixeu que es faci caramel. Quan aquest agafi un color daurat, incorporeu els 50 grams d'ametlles per a banyar-les. Amb compte de no cremar-vos, les retireu del caramel i les poseu en un paper vegetal separades les unes de les altres i les deixeu refredar.

Desfeu la xocolata al bany maria amb la mantega i un cop tingui una consistència líquida, incorporeu els 15 grams d'ametlla picada. Deixeu que la xocolata perdi temperatura per tal de poder treballar-la millor.

Banyeu les ametlles en la xocolata i les poseu novament sobre paper vegetal. Les deixeu uns minuts a la nevera i amb les mans, les hi doneu forma rodona.

Arrebosseu les catànies amb el cacau en pols i finalment les deixeu refredar unes hores a la nevera fins a servir-les.

CARQUINYOLIS

INGREDIENTS

275 g farina

100 g ametlles crues amb pell

150 g sucre

2 ous

1 pell de llimona

1 ou per pintar els carquinyolis abans d'enfornar-los

1 culleradeta de cafè de llevat en pols

1 culleradeta de cafè d'essència d'anís

1 culleradeta de cafè de canyella

ELABORACIÓ

En un bol incorporeu els ingredients secs (la farina, el sucre, la pell de la llimona, la canyella i el llevat) i barregeu-los amb l'ajuda d'unes varetes.

Afegiu els dos ous i l'anís i mescleu-ho amb els elements secs. Treballeu la barreja fins a obtenir una massa bastant dura i que no s'enganxi als dits. Podeu afegir una mica de farina si s'escau. Un cop la massa estigui preparada, incorporeu-li les ametlles.

Feu dues barretes allargades i planes. Bateu l'ou restant, pinteu les dues barres, en una safata de forn amb paper vegetal i enforneu-les durant 30 min a 150° a dalt i a baix.

Un cop passada la mitja hora, les retireu del forn i mentre encara són calentes, talleu-les a llesques al biaix. Quan estiguin tallats els carquinyolis, els poseu novament al forn 5 min per cada cara perquè es torrin i quedin cruixents. A mesura que es vagin refredant, aniran agafant una consistència més dura.

GARLANDA

INGREDIENTS

2 ous

100 g de sucre

500 g de farina

30 g de llevat fresc

7 ametlles torrades i pelades

7 avellanes torrades i pelades

125 ml de licor d'anís dolç

60 ml d'oli d'oliva

65 ml d'oli de gira-sol

1 culleradeta de cafè de matafaluga

1 culleradeta de cafè de canyella en pols

Un polsim de sal

ELABORACIÓ

Amb l'ajut d'una picadora elèctrica o d'un morter, piqueu i reserveu la matafaluga, les ametlles i les avellanes.

Ompliu mitja tassa amb aigua tèbia i desfeu-hi el llevat. Reserveu.

En un bol incorporeu els ous i el sucre, i els blanquegeu amb unes varetes, és a dir, han de triplicar el seu volum i tenir el color més blanc possible. Seguidament, afegiu els olis, l'anís, la sal i la canyella. Incorporeu també la barreja d'aigua i llevat, així com la picada que teníeu reservada. Aneu afegint la farina prèviament tamisada i pasteu.

Un cop estiguin els diversos ingredients ben mesclats, poseu una mica de farina sobre el marbre, avoqueu-hi la massa i continueu treballant-la durant uns deu minuts aproximadament. Passat aquest temps, torneu a posar-la dins del bol i tapeu la massa amb un drap de tela. La deixarem fermentar durant trenta minuts fora de la nevera.

Després de mitja hora, en una safata de forn sobre paper vegetal, doneu forma de dònut a la massa i dins del forn (sense escalfar) la deixeu reposar una hora i mitja més. Durant aquest procés de fermentat la massa augmenta el seu volum, motiu pel qual el forat de mig es pot tornar a ajuntar. Per evitar-ho, poseu al centre un motlle metàl·lic circular, un got o similar.

Un cop transcorreguts els noranta minuts, traieu la garlanda del forn i escalfeu-lo a 180° a dalt i a baix (i amb la funció de ventilador si el vostre forn la té). Enforneu la garlanda durant uns vint-i-cinc minuts aproximadament. El temps pot variar en funció de cada forn.

Una vegada sigui cuita, la retireu i mentre encara sigui calenta, amb l'ajuda d'un pinzell pinteu-la amb licor d'anís i escampeu-li sucre per sobre.

PRÉSSEC EN ALMÍVAR

INGREDIENTS

2 préssecs de vinya de l'Ordal

500 ml d'aigua

500 ml de sucre

1 branca de canyella

ELABORACIÓ

Talleu els dos préssecs per la meitat i traieu-li el pinyol. Amb l'ajut d'un pelador o un ganivet, els peleu i reserveu. Al treure primer el pinyol i després pelar-los evitem que perdin molta aigua.

En un cassó de parets suficientment altes per a cobrir les quatre meitats de la fruita, poseu la branca de canyella, el sucre i l'aigua, i deixeu que bullin uns cinc minuts aproximadament.

Incorporeu els préssecs al cassó, els coeu durant cinc minuts més i retireu el recipient del foc. A continuació, els deixeu submergits durant uns seixanta minuts i passat aquest temps s'han d'escórrer.

Després que es refredin, estaran llestos per a servir. Els podeu acompanyar d'una bola de gelat de vainilla.

AGRAÏMENTS

Àngels Garola

Helena Mestres

Júlia Brichs

Lourdes Escalfet

Marta Rovira

Montserrat LLopart

Montserrat Rius

Pilar Pascual

Rosa Ribot

Rosa Vidal