



ASDA, CATALUNYA (BARCELONA)
LOCAL 1160 M DISTRIBUIBLE
VENJA A 800W M/D
LLENGUA A 2.25W M/D
APERTURA A NEGOCI INTERESSANT
BONO AGUÍ O M TELEF:
GAT 247 333
DISPONIBL PER DIA I LOCAL
SUPERVENTURA.

La tradició al plat

LA GASTRONOMIA DE CATALUNYA



ÍNDEX

0.	Introducció	Pàg.8-9
1.	Història de la cuina	Pàg.10
1.1.	L'antiguitat i el món clàssic	Pàg.10
1.1.1	Grècia	Pàg.10
1.1.2	Roma	Pàg.11
1.1.2.1	Aliments de l'antiga Roma	Pàg.11-12
2.	La cuina i el cuinar catalans dels segles XIV i XV	Pàg.13
2.1	Dependències i oficis	Pàg.13-14
2.2	Els estris	Pàg.15-16-17-18
2.3	Ingredients disponibles	Pàg.18-19-20-21
2.4	Algunes tècniques culinàries	Pàg.21-22
2.5	Els menjars en dies de carn	Pàg.22
2.5.1	Les pietances o pitances	Pàg.22-23
2.5.2	Les cuines	Pàg.24-25
2.6	Els menjars en dies de peix	Pàg.25-26
3.	El començament català del segle X-V i el seu entorn	Pàg.27
3.1	La sala on es menja i el seu mobiliari	Pàg.27
3.2	Com es desenrotllaven els àpats. Objectes que hi associen	Pàg.28-29
3.3	Els menús	Pàg.30
3.4	El servei dels àpats a les cases nobles	Pàg.30-31
4.	El Sent Soví	Pàg.32
5.	Valoració de la cuina catalana segons Francesc Eiximenis	Pàg.33-34
6.	La cuina moderna: del segle XVI al XVIII	Pàg.35-36
6.1	Època contemporània (segles XIX-XXI)	Pàg.37-38

7. Plats tradicionals de Catalunya	Pàg.39
7.1 Salses, amanides i entrants	Pàg.39
7.1.1 Allioli	Pàg.39-40
7.1.2 Romesco	Pàg.41-42
7.1.3 Amanida catalana	Pàg.43-44
7.1.4 Xató	Pàg.44-45
7.1.5 Escalivada	Pàg.46-47
7.1.6 Calçotada	Pàg.47-48-49
7.1.7 Pa amb tomàquet	Pàg.49-50
7.1.8 Elaboració pràctica segons el restaurant CRICH d'Agramunt	Pàg.51
7.1.8.1 Salses	Pàg.51
7.1.8.2 Acompanyaments	Pàg.51
7.2 Olles, escudelles i sopes	Pàg.52
7.2.1 Escudella i carn d'olla	Pàg.52-53-54
7.2.2 Escudella barrejada	Pàg.54-55
7.2.3 Sopa de farigola	Pàg.56
7.2.4 Sopa de peix	Pàg.57-58
7.2.5 Caldereta de llagosta	Pàg.58-59
7.2.6 Elaboració pràctica segons el restaurant CRICH d'Agramunt	Pàg.60
7.2.6.1 Olles	Pàg.60
7.2.6.2 Sopes	Pàg.60
7.3 Llegums i verdures	Pàg.61
7.3.1 Faves ofegades	Pàg.61-62-63
7.3.2 Patata i mongeta tendra	Pàg.63-64
7.3.3 Espinacs amb panses i pinyons	Pàg.65-66
7.4 Arròs i pasta	Pàg.67
7.4.1 Arròs parellada	Pàg.67-68
7.4.2 Paella Valenciana	Pàg.69-70
7.4.3 Fideus a la cassola	Pàg.70-71
7.4.4 Macarrons	Pàg.72-73

7.4.5 Canelons	Pàg.73-74
7.5 Bolets, cargols, ous i menuts	Pàg.75
7.5.1 Rovellons a la brasa	Pàg.76-77
7.5.2 Cargols a la llauna	Pàg.77-78
7.5.3 Truita amb suc	Pàg.79-80
7.5.4 Peus de porc amb naps	Pàg.80-81
7.5.5 Mandonguilles	Pàg.82-83
7.6 Peix, marisc i bacallà	Pàg.84
7.6.1 Suquet de peix i marisc	Pàg.84-85
7.6.2 Sarsuela de peix i marisc	Pàg.85-86
7.6.3 Bacallà amb patates	Pàg.87-88
7.6.4 Bacallà a la llauna	Pàg.88-89
7.6.5 Bacallà amb samfaina	Pàg.90
7.6.6 Elaboració pràctica segons el restaurant CRICH d'Agramunt	Pàg.91
7.6.6.1 Peix	Pàg.91
7.7 Aviram, carn i caça	Pàg.92
7.7.1 Pollastre rostit	Pàg.92-93
7.7.2 Pollastre farcit	Pàg.93-94
7.7.3 Cnec amb peres	Pàg.95-96
7.7.4 Cnec amb naps	Pàg.96-97
7.7.5 Cuixa de xai	Pàg.97-98-99
7.7.6 Fricandó	Pàg.99-100-101
7.7.7 Perdius amb farcellets de col	Pàg.101-102-103
7.7.8 Elaboració pràctica segons el restaurant CRICH d'Agramunt	Pàg.104
7.7.8.1 Carn	Pàg.104
7.8 Dolços, conserves i begudes	Pàg.105
7.8.1 Mel i mató	Pàg.105-106-107
7.8.2 Bunyols	Pàg.107-108-109
7.8.3 Coca	Pàg. de la 109 a la 118

7.8.4	Mona de Pasqua	Pàg. de la 118 a la 122
7.8.5	Codonyat	Pàg.122-123
7.8.6	Orxata	Pàg.123-124-125
7.8.7	Cigaló	Pàg.125-126-127
7.8.8	Explicació sobre com s'elabora el propi producte	Pàg.128
7.8.8.1	PASTISSERIA RAMON	Pàg.128-129-130
7.8.8.2	PASTISSERIA EL PATI	Pàg. de la 131 a la 135
7.8.8.3	Taula comparativa entre la Pastisseria RAMON i la Pastisseria EL PATI Pàg.135-136	
7.8.8.4	Conclusions	Pàg.137
8.	Conclusions	Pàg.138-139-140
9.	Bibliografia	Pàg.141
10.	Webgrafia	Pàg. de la 142 a la 147
11.	Agraïments	Pàg.148
12.	Annexos	Pàg.149
12.1	Entrevistes a diferents restaurants de l'Urgell	Pàg.149
1	Entrevista Restaurant El Blanc i Negre	Pàg. de la 149 a la 152
12.1.2	Entrevista Restaurant El Crich	Pàg. de la 153 a la 160
12.1.3	Entrevista Restaurant L'Hostal del Carme	Pàg. de la 161 a la 164
12.1.4	Entrevista Restaurant La Cava	Pàg. de la 165 a la 169
12.1.5	Entrevista Restaurant LALÀ	Pàg. de la 170 a la 174
1	1.6 Entrevista Restaurant El Celler de l'Artista	Pàg. de la 175 a la 178

ÍNDEX D'IMATGES

- IMATGE 1: Allioli
- IMATGE 2: Romesco
- IMATGE 3: Amanida Catalana
- IMATGE 4: Xató
- IMATGE 5: Escalivada
- IMATGE 6: Calçotada
- IMATGE 7: Pa amb tomàquet
- IMATGE 8: Escudella i carn d'olla
- IMATGE 9: Escudella i carn d'olla tradicional de Nadal
- IMATGE 10: Escudella barrejada
- IMATGE 11: Sopa de farigola
- IMATGE 12: Sopa de peix
- IMATGE 13: Caldereta de llagosta
- IMATGE 14 i 15: Faves ofegades
- IMATGE 16: Patata i mongeta tendra
- IMATGE 17 i 18: Espinacs amb panses i pinyons
- IMATGE 19 i 20: Arròs parellada
- IMATGE 21: Paella Valenciana
- IMATGE 22: Fideus a la cassola
- IMATGE 23: Macarrons
- IMATGE 24: Canelons
- IMATGE 25: Rovellons a la brasa
- IMATGE 26: Cargols a la llauna
- IMATGE 27: Truita amb suc
- IMATGE 28: Peus de porc amb naps
- IMATGE 29: Mandonguilles
- IMATGE 30: Suquet de peix i marisc
- IMATGE 31: Sarsuela de peix i marisc
- IMATGE 32: Bacallà amb patates
- IMATGE 33: Bacallà a la llauna
- IMATGE 34: Bacallà amb samfaina

- IMATGE 35: Pollastre rostit de Nadal
- IMATGE 36: Pollastre farcit amb botifarró
- IMATGE 37: Ànec amb peres
- IMATGE 38: Ànec amb naps negres
- IMATGE 39: Cuixa de xai al forn
- IMATGE 40: Fricandó amb moixernons
- IMATGE 41: Perdius amb farcellets de col
- IMATGE 42: Mel i mató
- IMATGE 43: Bunyols de Quaresma
- IMATGE 44: Coca de Sant Joan (coca de fruita)
- IMATGE 45: Coca de crema sense sucre
- IMATGE 46: Coca d'anís
- IMATGE: 47: Coca de llardons
- IMATGE 48: Coca de Llavaneres
- IMATGE 49: Coca de cabell d'àngel
- IMATGE 50: Coca de recapte
- IMATGE 51: Coca de forner
- IMATGE 52: Coca de crema
- IMATGE 53: Coca de trempó
- IMATGE 54: Coca de vidre
- IMATGE 55: Coca de Montserrat o "Montserratina"
- IMATGE 56: Mona de Pasqua (Tradicional)
- IMATGE 57: Mona de Pasqua (Clàssica)
- IMATGE 58: Mona de Pasqua (Trufa)
- IMATGE 59 i 60: Mona de Pasqua (Sara)
- IMATGE 61: Codonyat
- IMATGE 62: Orxata
- IMATGE 63: Cigaló
- IMATGE 64: Entrevista Pastisseria RAMON
- IMATGE 65: Entrevista Pastisseria EL PATI
- IMATGE 66: Entrevista Restaurant El Blanc i Negre
- IMATGE 67-68: Entrevista Restaurant El Crich
- IMATGE 69: Entrevista Restaurant L'Hostal del Carme

- IMATGE 70: Entrevista Restaurant La Cava
- IMATGE 71: Entrevista Restaurant LALÀ
- IMATGE 72: Entrevista Restaurant El Cellar de l'Artista

0. INTRODUCCIÓ

La gastronomia és, sens dubte, un dels temes més coneguts arreu del món. La seva valoració és fruit d'un llegat històric que fa que sigui més o menys valorada però, que en qualsevol cas no deixa indiferent a ningú. Tothom té opinió sobre si li agrada o no el menjar que se li ofereix i realment és un art el fet de convertir en exquisit i apetitós un simple mitjà de subsistència o aliment. La combinació harmònica i subtil d'olors, gustos i fins i tot colors constitueix la base principal d'aquesta tasca.

Dins d'aquest context i el fet de ser anomenat recentment el Restaurant Català " El Celler de Can Roca " com a millor restaurant del món m'ha motivat per endinsar-me dins d'aquest tema tant conegut i alhora tant màgic.

L'estructura del treball es compon d'una primera part on s'explica tota la història de la cuina, des del món clàssic (Grècia i Roma), passant per la cuina medieval en la que s'explica els estris, tècniques culinàries, ingredients disponibles i tot el que envolta la taula (parament, mobiliari, costums, etc...) També es para esment en l'obra cabdal com El Sent Soví. I per acabar el primer apartat es tanca amb la preuada valoració de Francesc Eiximenis. Fins arribar a la cuina dels nostres dies , la cuina contemporània dels segles XIX -XXI.

La segona part es compon d'un llistat de plats tradicionals de la cuina catalana. En cadascun d'ells es parla del seu origen, la seva elaboració, la seva tradició en el moment de menjar i una imatge del plat elaborat. Incloent també una descripció de l'elaboració pràctica, d'alguns apartats, del restaurant Cric d'Agramunt. I per finalitzar el subapartat dels dolços he realitzat un estudi centrat en la comparació de dues pastisseries de l'Urgell.

I una tercera part o annex on es disposen un seguit d'entrevistes realitzades als principals restaurants de la comarca.

I finalment la gravació d'un CD on s'explica visualment l'elaboració de 43 receptes ja exposades en la segona part del treball.

La informació l'he obtingut gairebé en tot el treball a partir de bibliografia i petites consultes a les pàgines web tant al primer apartat com en el segon. El tercer apartat ha estat més un treball de camp, fent visites als restaurants i entrevistes als principals restauradors i xefs de l'Urgell.

OBJECTIUS

1. Conèixer els antecedents / orígens de la cuina catalana (XIV).
2. Conèixer els principals plats de la gastronomia de Catalunya.
3. Funcionament i organització dins d'un restaurant.
4. Com ha afectat la crisi dins d'aquest sector.
5. Rendibilitat del negoci.

1. HISTÒRIA DE LA CUINA

1.1 L'antiguitat i el món clàssic

En la cuina mesopotàmica i egípcia s'ha trobat documentació que ens permet saber que es consumia vi , cervesa i receptes de brous i guisats a base de carn, carn salada, i verdures. Es sap que ja s'utilitzava per a la conservació d'aliments , la sal i també el greix , a l'estil dels confits actuals.

Els egipcis tenien més de cinquanta classes de pans i coques.

1.1.1 GRÈCIA

La cuina a Grècia esdevé una art gastronòmic.

Els cuiners grecs eren famosos i gaudien d'un alt estatus social, com les grans estrelles culinàries d'avui; eren, per tant, homes lliures, amb una professió liberal, contractats lliurement i associats en gremis.

Els antics grecs tenien predilecció pel peix com els que ara mengem – sardines, orades, tonyina, congre...-, fins i tot descrits segons el tractament culinari adient (fregit, bullit, guisat, al forn...).

Es conserva alguns dels seus noms i les especialitats que els donaren fama. Hi havia, llegendàriament, set cuiners, cadascun famós per una especialitat: Algis de Rodes (peix al forn), Nereu de Quios (suquet de congre), Cariades d'Atenes (ous), Làmpries (sopa negra), Aftonet (embotits), Eutí (llenties), Aristó (orades), tot això segons Ateneu de Nàucratis (Banquet dels erudits).

1.1.2 ROMA

Els romans continuen els principis de la cuina dels grecs, però els cuiners tenien l'estatus d'esclaus. Megen ajaguts en un triclini, una mena de sofà que passa a designar el nom del menjador.

El poble s'alimenta a base de pa, farinetes, llegums i porc, mentre que la cuina dels rics és extremament refinada i tendent a la teatralitat i la truculència.

Són uns veritables gurmets, que van a la recerca dels millors aliments i vins al llarg i ample de l'imperi: el gàrum o l'oli de la Bètica, els pernils de Cerdanya o del Rin, les gambes o l'estruç d'Àfrica, les fruites d'Àsia i les espècies orientals i semítiques.

A part de plats o salses que repugnarien el paladar d'avui, d'altres són plenament actuals: fesolets, espàrrecs, mandonguilles, sèpia amb pèsols, salsitxes, escabetxos de peix, codonys amb mel...

Un ingredient universal per a cuinar és el gàrum, una mena de salsa de peix que substitueix la sal en tota mena de plats, tant a l'hora de cuinar com a l'hora d'amanir-los.

1.1.2.1 Aliments de l'antiga Roma

Ens centrarem en aliments romans, però que es produïen a Hispània i, en concret, a la Tarraconense (equivalent, aproximadament, a la Catalunya actual).

Oli d'oliva. Es diu que era millor que el de Toscana i Istria.

Gàrum. Altrament dit muria, pels indígenes que no parlen llatí.

Conill.

Pernil i embotits.

Ostres. De Barcelona i Tarragona.

Vins. Es comparen el vins amb els balears i els bètics.

2. LA CUINA I EL CUINAR CATALANS DELS SEGLES XIV I XV

2.1 DEPENDÈNCIES I OFICIS

La cuina catalana dels segles XIV i XV és una cuina de llar.

La llar consisteix en foc de llenya normalment a nivell del terra, inicialment situat al mig de l'estança, i adossat més tard a la paret, amb una campana a sobre que recull els fums.

Entre els avantatges, cal remarcar que produeix un foc d'irradiació suau i regular que, si es vigila, pot durar moltes hores. Per tant, és un foc excel·lent per a rostir a l'ast i per a guisats amb olles d'ebullició lenta i prolongada, damunt del foc i subjectada a la paret, hi havia una barra de ferro d'on penjaven unes cadenes amb un ganxo a cada punta per subjectar-hi les olles que s'havien de coure al foc.

Com a inconvenients de la llar cal dir que: requereix temps per a preparar-la i abundor de llenya per a mantenir-la; això fa que algunes regions i certes classes socials no la puguin utilitzar. A més, produeix fums que poden impregnar els menjars d'un mal sabor. Finalment, resulta difícil de treballar-hi a prop durant un període prolongat, i això fa impossible de preparar-hi menges que requereixin agitació manual contínua, cosa que passa amb guisats espessos, el fons dels quals es pot ressecar i cremar-se; també s'esdevé amb salses que es fan espesses amb rovells d'ou o ametlles picades.

S'evitaven aquestes dificultats culinàries amb l'ús del "bresquet", una mena de braser a l'alçada de la cintura, alimentat amb carbó vegetal i amb un enreixat

sobre el qual podien descansar les olles i cassoles. S'hi preparaven menges delicades, com és ara cremes i salses.

Una cuina medieval important, a més de la llar i del bresquet, tenia morters grans posats sobre pedestals per a facilitar-ne l'ús, taules de treball, gerres amb l'aigua necessària per a cuinar i netejar, i els instruments.

Les provisions per a la cuina es compraven a l'engròs al mercat, però les cases importants tenien el seu propi rebost, que proveïen de bones quantitats “de sucre, de gingebre i d'altres espècies picades, de mel, d'oli, de cansalada, de formatges, de peix salats, de vinagre, de sagins i d'altres coses semblants”.

També disposaven d'un celler on emmagatzemaven el vi. A les cases de grans senyors aquestes funcions o oficis eren acomplertes per diferents persones: el comprador, el reboster i el boteller.

A més de tot el que el coc elaborava a la cuina, un element integrant i essencial del menjar medieval era el **pa**. Un menjar sense una gran abundància de pa era inimaginable.

El forn medieval ve a ser una continuació del forn romà, com ho és també, el pa que s'hi elaborava. En general, les cases particulars de la ciutat o del poble no disposaven de forn, per bé que, naturalment, una casa de camp isolada en necessitava un.

El forn medieval no es limitava a coure-hi pa. També s'hi portaven cassoles on es coïen i dauraven determinats menjars. A més del pa, el forner o “panicer” feia “panades” (pastissos) farcides de carn o de peix.

Per acabar, mencionarem una especialitat culinària que tingué un gran auge a la Catalunya medieval i que agradava a tothom. Em refereixo a les fruites confitades, torrons i massapans que preparava el confiter. Justament s'ha conservat amb el manuscrit B del tractat anomenat *Llibre de totes maneres de confits*.

2.2 ELS ESTRIS

Molts dels estris emprats a la cuina han variat poc a través dels segles, i n'és una prova que els noms de la majoria són d'origen llatí. Les novetats que presenten els de la cuina catalana en relació amb la romana es deuen a l'aparició de la llar: l'olla, la cassola, la caldera i la paella, amb els corresponents suports: els clemàstecs i els trespeus. Els feien de ferro, coure, fang vernissat; les formes ja ens són prou conegudes. I encara hi havia les graelles, els asts i les broques per a coure a la graella o rostir carns i peixos.

Per a triturar hi havia el morter amb el seu boix, el ratllador i el molí, i per a garbellar, el sedàs.

Com a recipients per a rentar s'ha d'esmentar la conca i el "llibrell", i per a recollir el greix que cau de l'ast s'emprava la "greixonera".

Completen el quadre el coltell, la ganiveta, la cullera, l'escumadora, la llossa, la "llossa traucada" i diversos draps, com "càpcols" "eixugamans", tovalloles, estopes, draps de lli, utilitzats no solament per a eixugar, sinó també per a filtrar líquids, lligar espècies, cobrir panades, etc.

El **morter**, va ser i ha estat fins avui un símbol per a la cuina catalana.

A les cuines catalanes dels establiments de gran qualitat també hi havia aquests grans morters, que es feien servir per a mil i un usos, però el morter que ha sobreviscut al llarg de la història de la cuina catalana ha estat el d'ús diari, a les cases particulars o als establiments dedicats a la restauració.

Actualment no hi ha guisat de la cuina catalana que no tingui la seva picada de morter.

Antigament el morter tenia diferents utilitzacions, i, si bé no existia la picada com a tal, sí que si feia diverses emulsions, com per exemple l'*almadroch*, una

barreja d'all, rovell d'ou, llard, espècies i formatge, que gairebé podríem dir que és un antecedent del nostre actual allioli.

Existien emulsions corrents fetes al morter, com per exemple la que es feia picant molla de pa amarada de vinagre i fetges de la peça que es cuinava, i que tot ben barrejat s'afegia després a la cocció que s'estigués fent.

També eren corrents les barreges amb panses o amb ametlles picades al morter, és a dir, que si bé el nom de *picada* no existia com a tal, sí que existien les seves formes i les seves conseqüències al final de la cocció.

El **ratllador** i el **molinet**, indispensables per poder ratllar o triturar les espècies, que tanta projecció van tenir en aquella època.

Quan ja estaven triturades es passaven pel sedàs o tamís i, amb unes quantitats molt precises, se n'elaboraven les diferents barreges. Es guardaven en pots tancats hermèticament, que en conservaven l'aroma, encara que amb el temps l'anessin perdent i empal·lidissin, però tampoc no s'hi tenien gaire, a tot estirar dos mesos.

La **llosa traucada**, una mena de cullera gran amb forats, d'una forma semblant al que avui coneixem com a escumadora.

El **trespeus**, que es feia servir per col·locar les olles o les cassoles mitjanes sobre el foc, i que era un trípode (d'aquí li ve el nom) de ferro que aguantava un cercol sobre el qual es posava l'olla i que encara avui es pot trobar a les cases de camp actuals que conserven el foc a terra.

Les **graelles** de ferro. Aquesta cocció és una tècnica que encara avui es conserva i és potser una de les més agraïdes al paladar.

Les graelles de l'antiguitat eren un utensili de ferro en forma de reixa, amb un mànec ben llarg i quatre potes mitjanament altes que es col·locava sobre el foc quan ja n'havien desaparegut les flames i en quedaven les brases, que procedien de troncs de llenya o de carbó vegetal.

El gust que queda d'aquesta cocció no té comparació amb el que s'aconsegueix amb les graelles modernes, alimentades amb carbons que podríem qualificar de sintètics, encesos per la força d'unes flames de gas o del que sigui.

El **coltell** i la **ganiveta** que eren diferents tipus de ganivets.

La **greixonera** que era una curiosa cassola de fang rectangular amb una mena de canaleta a la punta que servia per abocar els líquids o els sucus que hi havia al recipient. Es feia servir, col·locada sota les agulles de l'ast, per recollir-ne els sucus i els greixos que es produïssin durant la cocció.

El **llibrell** era un gibrell per rentar diferents productes que avui en dia encara es fa servir a les nostres cuines. Aquests atuellts fets amb terra envernissada han quedat moltes vegades substituïts per recipients de plàstic, en part a causa del seu baix cost.

El **bastonet** o agulla d'entatxonar es feia servir per introduir dins de les aus o peces d'altres carns tires de cansalada viada per donar-hi gust, i en altres casos s'hi introduïen alls o verdures. Aquesta tècnica encara es fa servir avui en dia a les nostres cuines.

El **drap de lli**, conegut actualment com a *estamenya*, era un tros de drap de fil que es feia servir per colar-hi líquids, barreges o salses.

Anteriorment hem esmentat les olles i les cassoles, però també es feien servir *paelles* i *calderes*, totes dues ben corrents actualment.

Les **escudelles** eren plats rodons i fondos fets de fang que feia servir la noblesa a la taula, per menjar-hi caldos, sopes o guisats amb suc.

Els **talladors**, de fusta, en forma de plat pla i circular, en els quals es col·locaven els rostits sempre que no portessin cap mena de salsa o de suc.

Com a coberts es feien servir unes culleres semblant a les actuals i les *broques* que feien el servei de la forquilla. Solien ser una cosa semblant a dues agulles amb un mànec a l'extrem que feien servir els servidors que havien de portar a taula les peces de carn i trinxar-les.

Pel que fa al ganivet que se solia fer servir correntment, acostumava a tenir una fulla de ferro estreta i un mànec prim i alguns comensals es portaven els seus.

Hem de remarcar que els catalans van ser els únics que des de temps molt antics menjaven asseguts en una cadira o en un banc davant d'una taula preparada per menjar i a més a més els nobles es rentaven les mans i tot seguit s'eixugaven amb la tovallola. Aquest servei es coneixia amb el nom de *donar ayguamans*. Catalunya, era una nació modèlica pel que fa a costums gastronòmics. Per norma, els catalans menjaven en plats propis o bé els compartien amb una altra persona.

La beguda corrent durant els menjars era el vi barrejat amb aigua. Un dels que va tenir més fama a la Catalunya medieval, va ser el vi grec, un vi blanc una mica dolç que procedia dels voltants de Nàpols. Per beure'l se solien fer servir tasses o copes.

2.3 INGREDIENTS DISPONIBLES

La cuina catalana, s'enriqueix amb productes aportats o divulgats pels àrabs i el seu comerç, principalment l'arròs, l'albergínia, els espinacs, la taronja amarga, la magrana, el sucre, la canyella, el clau, la nou moscada, el gingebre, el safrà. Però, naturalment, desconeix els productes vinguts d'Amèrica, com el gall d'indi, la patata, el blat de moro, el tomàquet, la mongeta, el pebrot i el seu derivat –el pebre vermell-, el cacau i la vainilla.

Les **aus** domèstiques que es consumien eren pollastres, gallines, capons, ànecs, oques, coloms i paons que es reservaven per a les grans solemnitats. Hi havia una gran varietat de caça: grues, perdius, faisans, guatles, tudons, xixelles, tords, etc.

Els **quadrúpedes** més corrents eren els porcs i porcells, els moltons, els cabrits i els conills casolans. Els vedells no es consumien tant, i el bou i la vaca probablement escassejaven. Del porc, n'aprofitaven el llard i la cansalada, i amb la carn feien botifarres.

El **formatge** era un menjar corrent, tant el fresc com el sec, tant el magre com el greixós. Probablement una bona part del formatge era de llet d'ovella o de cabra. La caça de què es fa menció és la llebre, el conill de bosc, el porc senglar, el cérvol, el cabirol i l'ós.

Els **peixos** són molt nombrosos i gairebé tots es consumeixen actualment: Llampresa, rajada, saboga, sardina, salmó, anguila, morena, congre, lluç, mujol, llop, anfós, déntol, orada, pagell, moll, reig, corball, rata, bonítol, tonyina, juliola,.. Tots ells són mediterranis i de mar. Els pròpiament fluvials, com la truita, no hi són per bé que hi consten peixos, com l'anguila, l'alosa, la llampresa, etc., que també freqüenten als rius.

També hi havia alguns peixos que avui gairebé no es consumeixen, com els taurons, les rajades, l'esturió, el dofí, etc.

Els mariscos que es menjaven eren els crustacis (llagostí, llagosta, cranc, cabra) i cefalòpodes (sípia, calamar, pop).

Els **vegetals**, les cebes s'utilitzen més que tots els altres i entren en la composició de molts guisats, salses, brous, etc. També es gasta molt l'all. També les albergínies, els espàrrecs, els porros, les carbasses, les cols i les pastanagues. Els preferits són els dos primers. Els llegums secs d'ús més corrent són els cigrons, les faves i les llenties.

Amb els grans o llurs derivats es preparaven bullits a l'estil dels "pultes" romans. Es tracta de forment, farina, sèmola, midó, ordi i civada. També cal esmentar **l'arròs**, el cultiu del qual fou generalitzat pels àrabs. Llavors l'arròs no es polia com es fa ara; per tant, tenia qualitats prou diferents del que mengem en l'actualitat.

A l'amanida podien entrar enciams, endívies, escaroles, morritort o créixens, lletsons i verdolagues.

Hi havia una gran varietat d'herbes aromàtiques, però el julivert era el preferit.

Les espècies que s'utilitzaven eren pebre, gingebre, "garangal", canyella, clavell de girofle, nou moscada, macís, cardamom, nou d'eixarc i safrà. Totes eren d'importació, excepte el safrà.

Entre els **fruits** que s'empraven a la cuina, cal destacar, entre els secs, l'ametlla, que es gastava en grans quantitats, però també s'acudia a les panses i els pinyons, les nous i les avellanes, els dàtils i les figues. De la fruita seca, per a cuinar només se n'aprofitaven els suc. Hi ha suc de taronja amarga, de llimona, de magrana i de raïm verd, que se'n diu agràs.

Les **flors** més utilitzades a la cuina eren l'aigua de roses, i l'aiguanaf ("naffa") o aigua de la flor del taronger.

L'oli d'oliva i el llard i la cansalada eren les substàncies de què se servien per a fer els sofregits.

De la **mel**, se'n valien normalment per a ensucrar, perquè el sucre era molt més car i era un producte de gran utilitat en la confecció de dolços a la cuina catalana.

El **sucre** es considerava un producte exòtic i era un dels ingredients que es barrejaven amb alguna de les combinacions d'espècies que es feien servir a la cuina de l'època.

Es diu que el sucre va passar als tallers dels apotecaris i dels especiers, i cal creure que els primers el devien incorporar a les seves fórmules magistrals medicinals, i els segons el deurien fer servir per realçar el gust d'algunes espècies i esmorteir el gust fort de les altres.

Les **espècies i l'aromatització** amb aigua de roses, safrà... hi tenen un paper molt important. És a dir, ens presenta una cuina en molts casos elaborada i es podria dir que amb un cert refinament.

Les **ametlles** van ser un producte molt utilitzat a l'època medieval, i el Sent Soví mostra receptes on s'hi nota molt la influència, sobretot quan es tracta de mullar diferents guisats amb la llet d'ametlles, un producte que els beneficia molt.

Els **elements per lligar** estan representats per l'arròs o per la farina d'arròs, la sèmola, el midó i també pels rovells d'ou diluïts en vinagre.

L'acompanyament fet amb fruits secs ens revela que aquests productes, gràcies al fet que aguanten durant molt temps, van tenir en aquella època, una gran importància.

A l'Edat Mitjana hi hagué un comerç molt ampli de **vins**, alguns d'una qualitat que els donà molta fama.

2.4 ALGUNES TÈCNIQUES CULINÀRIES

Que avui dia encara es fan anar, són :

1. Perbullir o escaldar. Perbullir és submergir quelcom, en un temps breu, en aigua bullent, o bé ruixar-ho amb aigua bullent. Es pot aplicar tant a vegetals com a carns. Aplicat a vegetals en disminueix els sabors forts que puguin

tenir. I aplicat als pollastres abans de rostir-los fa que les carns siguin més blanques.

2.Sofregir o "sosengar". Sofregir vol dir fregir alguna cosa amb una mica d'oli o de llard a foc lent i durant un cert temps. Aquest procediment s'aplica a nombrosos ingredients, però la ceba és el més característic. El sofregit és la base la cuina catalana actual amb la incorporació del tomàquet o pebrot.

3.Espesseir líquids amb rovells d'ou. Aquesta operació consisteix a abocar en un líquid un nombre apropiat de rovells d'ou que, a vegades, es dissolen prèviament en una mica de vinagre, i a escalfar lentament la barreja sense que arribi a bullir, tot remenant-la contínuament fins que s'espesseixi.

4.La picada. Fer una picada és triturar en un morter elements que puguin espessir, com el pa sec o torrat, ametlles, rovells d'ou dur, etc., i elements que puguin donar sabor, com julivert, alls, fetges d'aus, espècies, etc., i afegir tota aquesta barreja a la salsa o al guisat que es prepara.

2.5 ELS MENJARS EN DIES DE CARN

Els menjars que es preparaven als Països Catalans a l'Edat Mitjana es poden dividir, en línies generals, en dos grans grups que són, emprant la terminologia medieval, les "pietances" i les "cuines".

2.5.1 Les pietances o pitances

Les pietances són plats de carn o de peix de consistència sòlida servits en talladors o plats plans, les cuines o plats cuinats de consistència més untosa o bé líquida i que se serveixen en general en escudelles o bols semiesfèrics.

Les pietances de carn comprenen els rostits, la carn d'olla i les panades, que corresponen als dos procediments bàsics de cocció de la llar –per calor radiant i amb olla-, i la cocció del forn, respectivament.

Els *rostits*. Era corrent rostir a l'ast aus senceres o peces grosses de carn, que es presentaven a la sala per tallar-les allí. Aquests rostits a vegades portaven farciments.

En festes solemnes es rostien paons o faisans amb una part del seu plomatge.

La carn d'olla. La segona modalitat bàsica de la preparació de la carn és bullir-la, és a dir, “en olla”. S’hi preparen carns menys tendres no apropiades per a ser rostides. És clar que l’olla es preparava diàriament, o molt sovint. Se li podia afegir cansalada i algun vegetal, que generalment eren cebes. Es cobria l’olla amb aigua freda, se li afegia sal, i es feia bullir. L’ús de llegums secs o d’arrels (com naps i pastanagues).

Un cop cuits els ingredients, se preparaven els sòlids i els líquids. La carn d’olla es podia servir per separat en un tallador, i amb el brou es feien escudelles de “sopes” o salses. D’altres vegades la carn d’olla s’acabava de cuinar dins d’una salsa, és a dir, es feien “cuines”. És ben clar que “l’escudella”, “l’olla podrida”, etc., vénen d’aquesta preparació.

Les panades o carns de pa. Les panades eren grans pastissos fets de farina, amb carn trosdejada a la qual afegien cansalada, espècies, etc., i generalment es coïen al forn. La preparació anava a càrrec del “panicer”.

2.5.2 Les cuines

Les cuines, és a dir, els cuinats són de dues classes, segons Eiximenis: les que es mengen amb pa i les que es mengen amb cullera.

Escudelles que es mengen amb pa. Aquesta cocció comprèn els plats més gustosos de la cuina medieval catalana. Moltes vegades es preparaven amb la picada i el sofregit. En formen un grup les carns trossejades cuinades amb salsa, preferentment amb cassoles. Aquests guisats se servien en escudella, o bé es podien separar els trossos de carn de la salsa i se servien en tallador i escudella.

El costum de separar el sòlid del líquid (contrari al que es fa avui dia, de recobrir la carn amb una salsa), té relació amb l'ús de menjar amb els dits.

També pertanyen a aquesta secció un grup de salses cuinades que feien d'acompanyament a les carns d'ast i a les d'olla. La "salsa de pagó", una suculenta salsa agredolça feta amb carn picada, fetges i espècies fines: la "salsa blanca", una delicada salsa feta d'ametlles, gingebre i blanc de gallina; la "salsa a carn d'olla", preparada amb una picada de pa, julivert, carn magra, etc.

Menjars de cullera. Aquest grup comprèn: la "sopa", en el seu sentit medieval, és a dir, una escudella amb llesques de pa submergides en brou; llenties o cigrons o faves bullides; puré de carbassa; etc. eren més aviat espesses i consistents, que alguns cops s'endolcien.

Cal exceptuar un grup de salses fredes, que es preparaven generalment sense coure, i que tenen un sabor fort i concentrat. Destaquem entre elles: la "mostassa", ja que utilitzaven els romans; "l'oruga"; el "julivert", etc.

Una altra excepció són les carns adobades en vinagre o “en sols”. I, una altra, la formen un grup de masses fregides que se serveixen al final de l'àpat, empolvorades amb sucre.

Citem les “resoles de formatge”, fetes fregint una massa que porta formatge i ou; les “llesques de formatge gras”, formatge embolicat en una massa fregida; els “bunyols” i les “crespes”, de massa lleugera i forma aplanada.

2.6 ELS MENJARS EN DIES DE PEIX

La divisió de l'any litúrgic en dies de carn i dies de peix ha donat motiu en la cuina a una alternança, no sols de carn i peix, sinó també d'altres ingredients. I veurem com una recepta de dia de carn es transforma en una de dia de peix substituint el llard per l'oli d'oliva, la cansalada per panses i pinyons, el brou de moltó pel brou de cigrons, etc. Però les tècniques i els conceptes fonamentals descrits a les seccions anteriors continuen essent els mateixos.

Els procediments no cuinats, és a dir, com a pietances, mencionats són: “a la graella”, “a l'ast”, que se serveix amb aigua-sal o bé acompanyat d'una salsa; “cuit en aigua”, que se serveix acompanyat amb alguna verdura, i “en empanada”.

Entre els peixos cuinats amb salsa mencionem els següents: cassola de calamars, cassola de llagosta, morena en cassola al forn, “peix gros farcit al forn”, “peix escabetxat”, etc.

Les salses emprades per als bullits eren “l'allada blanca”, la “pebrada”, etc.; i per als de graella, “puriola”, “aigua-sal”, etc. Per a la confecció de les salses es feia servir sempre la picada.

Tot i que els plats d'ou són estrictament dels dies de carn, potser està bé que s'esmentin així. Són coneguts els procediments bàsics “d'ous en caliu”, “ous cuits en aigua”, “ous esclafats en aigua”, “ous fregits”, i, a més, “ous

menadissos” i “ous en truita”. Algunes d’aquestes preparacions poden anar acompanyades amb salses o cansalada.

3. EL COMENSAMENT CATALÀ DEL SEGLE XIV I EL SEU ENTORN

3.1 LA SALA ON ES MENJA I EL SEU MOBILIARI

La civilització romana tingué una habitació de la casa destinada exclusivament a fer-hi els àpats, el “triclinium”, amb un mobiliari adequat. L'Europa cristiana medieval, en canvi, tret dels refectoris monàstics, no conegué el menjador, que no ha reaparegut fins en èpoques més recents.

A l'Edat Mitjana el poble menjava habitualment a l'habitació on hi havia la llar; és a dir, una mateixa estança servia de cuina, de menjador i de sala d'estar.

Els banquets populars se celebraven probablement a l'aire lliure. La noblesa catalana celebrava els convits al tinell, que era una gran sala rectangular utilitzada també, per a recepcions i d'altres funcions públiques. A Barcelona encara conservem el gran saló del Tinell.

A Catalunya es menjava com encara es menja ara: asseguts en cadires o banquetes i enfront de la taula, i amb els menjars damunt d'aquesta. Les classes elegants gregues i romanes menjaven ajaguts en triclinis, i els musulmans prenen els àpats asseguts a terra damunt de coixins.

Per a banquets s'estilaven unes taules mòbils, que consistien en posts rectangulars allargades, que descansaven sobre bastidors. En general, en les sales no hi havia gaires mobles; només hem d'esmentar el “dreçador”, que era una taula on es posava el menjar que portaven de la cuina i les begudes; i el “tinell”, que era un moble amb escons on s'exhibien les millors peces de la vaixel·la.

3.2 COM ES DESENROTLLAVEN ELS ÀPATS. OBJECTES QUE S'HI ASSOCIEN

Els dies que no eren de dejuni es feia dos àpats: el dinar i el sopar. El més substancial era el dinar, que es prenia al matí, i el sopar al vespre.

El desdejuni com a tal no existí, per bé que quan un es llevava podia prendre pa sucat amb vi.

Els àpats variaven molt segons la posició social:

Classe alta: Abans de l'arribada dels comensals es preparava la taula posant-hi la "tovalla" blanca i rectangular, i a sobre, entre d'altres coses, probablement el pa, el saler, culleres i ganivets.

La "tovallola" s'utilitzava per a eixugar-se les mans un cop rentades i per a tapar-hi el pa i d'altres menjars.

Quan els comensals havien arribat i s'havien assegut, uns servidors els rentaven les mans, costum molt antic, que encara perdura a l'Islam; feien servir un pitxer, un bací i una tovallola. L'aigua a vegades era perfumada, preferentment amb aigua de roses. Aquesta operació es repetia en acabar l'àpat.

Els menjars es duïen a la taula amb els talladors i les escudelles, que eren les dues peces principals de la vaixel·la. El "tallador" era, en general, de forma aplanada i circular i s'hi servien les carns rostides, d'olla o empanades, i també els peixos. L'escudella era de forma semiesfèrica, sense rebava o bé amb les dues tetines (orelletes). Era de mida reduïda i uniforme i s'hi servien les salses, els cuinats, les sopes i altres menges líquides o semilíquides.

Els materials de què eren fets aquests objectes eren variats. Entre el poble, els més corrents eren els de fusta.

Els cònjuges podien menjar en un mateix tallador, però no pares i fills; no cal dir que tampoc no ho feien persones de diferent condició social.

Un cop portat el menjar a taula, el comensal o el seu servidor tallava algunes llesques de pa (en termes medievals se'n deia "fer sopes"). Si es disposava a menjar d'una escudella que contenia una salsa o guisat, ho feia amb un bocí de pa, que tant servia per a absorbir la salsa, com de suport per a fer arribar a la boca un tros de carn. Per col·locar aquest tros de carn sobre el bocí de pa, l'empenyia amb pa que aguantava amb l'altra mà. No era ben vist ficar els dits en el guisat. El pa era una part essencial de l'àpat, no sols com a aliment sinó també com a instrument per a menjar.

Si es disposaven a menjar d'una escudella que contenia sopes, llegums cuits, purés, cremes, etc., ho feien amb una cullera. Si se servien d'un tallador i els elements que contenia eren sòlids, probablement ho feien amb els dits; o si els trossos eren massa grossos, els partien amb un ganivet. La forquilla era desconeguda a l'Europa cristiana medieval. Amb tot, sembla que a la segona meitat del segle XIV a Catalunya, i en cap més lloc, ja feien servir unes forquilles de pues rectes anomenades "broques".

La broca era un instrument amb dues o tres pues l'escuder trinxant usava per a subjectar o afermar la carn en tallar-la. Però va començar a servir-se per portar-se el menjar a la boca i evitar així d'embrutar-se els dits.

Era costum i mostra d'afecte oferir a algú una mossada del propi plat, i també era regla de bon cristià deixar quelcom al plat per als pobres.

El vi, sol o mesclat amb aigua, era la beguda corrent, durant l'àpat, en els regnes catalans. Per a servir-lo, s'emprava, ampolles de vidre. Se solia veure amb tasses o copes.

3.3 ELS MENÚS

Allò que, de fet, constituïa un àpat depenia molt de la posició social. A les classes més humils podia consistir, simplement, en “pa d’ordi e cebes e aylls, e a vegades un poch de carnsalada”, acompanyat “de la aygua o del vinagre bé amerat”.

La classe mitjana probablement per dinar menjava un plat.

Els àpats formals, sobretot els convits a les classes privilegiades, consistien, els dies de carn, en dos serveis principals: primer l’ast i després l’olla acompanyats de salses.

A més d’aquests dos serveis, es podia servir fruita per començar, costum que més tard adoptà el Renaixement italià. I com a últim plat se servien fruites i formatges, flaons, mel i mató, crespes, bunyols, “resoles de formatge”, “formatge frit”, torrons, massapans, cremes, fruites confitades, etc.

Si es tractava de banquets era obligat acabar amb “neules ab piment”. Era un costum estès per tot Europa des de l’antigor. El “piment” o “hipocràs” era un vi preparat amb espècies i endolcit.

3.4 EL SERVEI DELS ÀPATS A LES CASES NOBLES

El personal que tenia a càrrec seu servir els àpats a les cases nobles era nombrós i variat, sobretot si es tractava de banquets. L’entrada i la sortida dels comensals a la sala del festí anaven acompanyades amb música.

Una processó de portadors duia a la sala el servei per a l’àpat i, un altre grup de servidors, generalment pertanyents a la noblesa, procedia a distribuir-los. En destacaven dos: el coper i l’escuder trinxant. El coper servia el vi i l’aigua per barrejar-la-hi, si així ho desitjaven. L’escuder trinxant tenia a càrrec seu

tallar els rostits, a més d'altres preparacions culinàries. Solia fer-ho gallejant de virtuositat, cosa que afegia colorit al festí. Aquest ofici assolí una gran esplendor a les corts europees del Renaixement.

Probablement, durant el banquet o en acabar, i per tal d'entretenir els comensals, es recitaven versos, es feia música o pantomimes i, fins i tot, es representaven algunes peces teatrals.

4. EL SENT SOVÍ

El *Sent Soví* és un manuscrit del segle XIV, d'autor desconegut i del qual es desconeix fins i tot l'origen del títol, es tracta d'un receptari de cuina escrit a mà amb escriptura del segle XV.

Les primeres receptes ens mostren alguns advertiments sobre com s'han de preparar les carns o les aus per cuinar, és a dir advertiments pràctics sobre com s'ha de netejar, de tallar, de farcir de diferents maneres.

Després continua amb una certa varietat de plats en què intervenen sovint agredolços (sucre-mel i vinagre), taronges amargues, llimones, magranes agres, etc, i que en alguns casos i amb diferents matisos han sobreviscut fins a la cuina contemporània.

A banda del *Sent Soví*, com a receptari de cuina hi ha un altre tractat d'una certa importància, és el *Llibre de totes maneres de confits*, que és un receptari que ens mostra les diferents elaboracions de dolços de l'època.

5. VALORACIÓ DE LA CUINA CATALANA SEGONS *Francesc Eiximenis*

Francesc Eiximenis va néixer a Girona al voltant del 1340 a l'entorn d'una família acomodada i dedicada al comerç i quan encara era un nen, tal com era llavors costum, va entrar a l'ordre franciscà.

El 22 de desembre de 1352 va ser ordenat diaca de l'església de Santa Maria de Sants de Barcelona.

Es desconeixen les seves activitats durant una colla d'anys, però el 1365 assisteix a la lectura de les Revelacions del frare Pere d'Aragó a la cort pontifícia d'Avinyó.

Va estudiar i viatjar per diferents centres universitaris d'Europa : París, Colònia, Oxford i Roma, segons es desprèn de la seva obra literària, van ser etapes d'aquest viatge.

Va escriure *El Terç del Crestià*, on tracta diversos problemes morals relacionats amb el menjar, el beure i parar la taula, així com altres sobre les bones maneres que s'ha de guardar durant els menjars. Aquest conjunt de normes és conegut precisament amb el nom de *Com usar de beure e menjar*.

Eiximenis ens mostra el gran interès de la societat catalana medieval per la gastronomia en general. En un dels seus capítols ofereix tretze probatoris en què afirma que els catalans són persones que respecten uns hàbits gastronòmics sens dubte més avançats que la majoria i amb un sentit altament moral no comparable amb altres nacions cristianes conegudes, i hi aporta diferents opinions i raons que ho demostren. Mostren una gran tendència a valorar els plats amb una entitat pròpia, ja siguin guisats de carns o peixos, i en realcen els productes base.

Lloava dels catalans la destresa que tenien a manejar els coberts per tallar les viandes o no embrutar-se els dits. Ja hem comentat l'existència de les *broques*, una mena de forquilla que sostenia la carn en el moment que es tallava amb el ganivet, i alhora servia per ajudar a acompanyar-la fins a la boca. Mentre que en

altres països agafaven amb una mà la carn i amb l'altra, amb l'ajuda d'un ganivet, l'anaven tallant a trossos.

També feia referència a l'adequada indumentària que els servidors i els comensals catalans portaven en el servei de taula, sense ensenyar massa "cuixa".

També exposa Eiximenis que en moltes nacions la gent s'asseu a taula amb molt de soroll i cridòria, cosa que és contraproductiu per tenir una bona nutrició. Als catalans quan mengen no els agrada el soroll, simplement volen menjar en pau .

Precisament per aquestes i altres raons podem afirmar la personalitat dels catalans entorn de la gastronomia, i així Eiximenis acaba els seus probatoris dient que *"la nació catalana era eximpli de totes les altres gents cristianes en menjar honest e en temprat beure; e sens tot dubte aquesta és la veritat, que catalans són los pus temprats hòmens en viure qui sien al món"*.

6. LA CUINA MODERNA: del segle XVI al XVIII

Al segle XVI es manté la continuïtat de la cuina medieval, si bé cal destacar la incorporació de dos nous productes: d'una banda el bacallà –menja barata i mal considerada pel poble-, difós pels bascos i els portuguesos, i de l'altra el gall d'indi d'Amèrica, que ja comença a ser present en algun banquet aristocràtic.

També es posen de moda les begudes refrescades amb gel, que ja eren conegudes, però que ara són recomanades pels metges i dietistes de l'època. Igualment es difonen les amanides o ensalades, de l'italià, *insalate*.

Durant l'època del Barroc es produeix una gran revolució alimentària. Es tracta de la incorporació, primer tímida i ja més decidida des del segle XVIII, dels nous productes americans, com són les trumfes o patates, els tomàquets, els pebrots i les mongetes o fesols.

En aquests segles és notòria la influència castellana. La cort és a Madrid, on es publiquen llibres de cuina, com el del cuiner del rei, Francisco Martínez Motiño *Arte de cocina* (1611) que és, al llarg del segle XVII, el receptari més consultat i influent de la cuina catalana.

A Catalunya s'introdueixen plats procedents d'Espanya, a través, fonamentalment, de dues vies: els llibres de cuina i la influència monàstica. És a dir, no pas a través de l'emigració.

L'ús del tomàquet no comença a ser prou evident –però al mateix temps limitat– fins a partir de la segona meitat del XVIII, tot i que a Castella ja se'n menjava en amanida, d'acord amb uns versos de *Tirso de Molina*; el pebrot és acceptat abans, puix en parla *Cervantes*; segurament les patates i el blat de moro (farro) trigaran més. Altres productes, com el gall dindi, es troben potser més introduïts, si bé tots ells, als Països Catalans, apareixen per primer cop en receptaris balears.

El llibre de cuina espanyol més important del segle XVIII s'imprimeix a Catalunya en diverses edicions, el 1745 i el 1770 (Juan Altamiras, *El nuevo arte de cocina*). Aquest llibre, escrit per un frare franciscà aragonès, influeix, probablement, en

els receptaris catalans fins al segle XIX, ja no s'imprimeix cap més llibre de cuina en català. Això sí: hi ha diversos manuscrits en català, escrits al segle XVIII per frares de Barcelona.

Amb tot, cal relativitzar aquest influx: l'accés a la literatura gastronòmica era força restringit a sectors minoritaris de la classe dominant. És més: si tenim en compte que el primer receptari publicat en castellà és una traducció de l'original català de mestre Robert, i que Enric de Villena també estava amarat de cultura culinària catalana, són els espanyols els més influïts, prèviament, per Catalunya. Igualment, el primer receptari en castellà, de finals del segle XVI, *l'Arte de cocina* de Diego Granado, es basa també en originals catalans i italians.

Tant al segle XVII com al XVIII, malgrat el remuntament de l'agricultura i els inicis de la industrialització, la diferenciació social pot ser extrema: grans àpats i refinaments entre la gent rica i poc menjar, i fins fam, entre la gent pobra i, particularment, els pagesos que acaba esdevenint la revolta dels Segadors, ja que comença per motius de fam.

La cuina del Barroc, arreu, malgrat la tímida incorporació d'alguns productes americans, és encara fonamentalment fidel als gustos medievals: s'hi utilitzen molt les espècies i salses agredolces, hi ha una gran presència de farcits i rostits i els dolços adquireixen una gran importància per l'abaratiment del sucre.

Igualment, la xocolata desfeta, a Espanya, obté una difusió extraordinària, que sorprèn els europeus que hi viatgen o els europeus que coneixen els aristòcrates espanyols que es desplacen a França o altres països.

6.1 ÈPOCA CONTEMPORÀNIA (segles XIX-XXI)

L'època moderna –hi incloem els segles XIX, XX i XXI-, com cap més altra, és, d'una banda, l'època de la industrialització- i, per tant, la de l'aparició dels aliments industrials-, així com la de la interculturalitat i els intercanvis culinaris. Aquest fenomen, que es produeix arreu de Catalunya, té un camí d'anada i tornada: primer com a centre d'emissió cap a Amèrica, i després com a centre de recepció de gent vinguda, primer d'Espanya i després del Marroc, l'Àfrica subsahariana, la Xina, l'Amèrica Llatina, etc.

També és l'època de la consolidació del concepte de cuina catalana i de l'eclosió d'una cuina urbana, rural i marinera d'una gran qualitat, amb gran influència de la cuina francesa, que esdevé la cuina de referència, separant-se definitivament de la cuina espanyola. Donen fe d'aquesta eclosió els següents llibres: l'anònim *La cuinera catalana*, i a Mallorca el llibre *Cuina mallorquina*, de Feliu de la Peña, publicat a finals de segle.

En aquests llibres s'hi reflecteix, naturalment, una sòlida cuina burgesa, si bé amb els elements més característics del que avui entenem per cuina catalana –o mallorquina. És a dir, hi apareixen alguns dels plats més coneguts, encara vigents avui, incloent-hi una certa presència de la cuina més popular i rural.

Un altre element important, ja al segle XX, és l'Institut de Cultura per a la Dona, inaugurat en temps de la Mancomunitat de Catalunya (1910), que impartia cursos de cuina per ensenyar els grans plats de la cuina burgesa i popular, de França, del món i dels Països Catalans, dins un context de cultura, formació, treball i alliberament femení –per l'època- que va obrir camins.

L'any 1924 apareix un llibre de gran influència, esdevingut aviat nou llibre de capçalera de les llars catalanes: *La teca*, del cuiner Ignasi Domènech. Però el primer llibre en què, de forma decidida i explícita, es planteja la cuina catalana com a cuina tradicional dels Països Catalans, és el *Llibre de la cuina catalana*, publicat a la dècada dels anys trenta per Ferran Agulló, periodista, polític i escriptor.

La cuina catalana viu una segona edat d'or: de nou, com als segles XIV i XV, té una consideració i projecció internacionals, a través de les grans figures de cuiners i cuineres que, estelats a la guia vermella Michelin o a través d'altres vies, li donen relleu, difusió i prestigi. A través d'ells –de **Santi Santamaria**, de **Ferran Adrià**, de **Carme Ruscalleda**, de **Joan Roca** i tota la resta, i, cal assenyalar-ho, a tots els Països Catalans- és saludada, arreu, com una de les cuines més creadores i admirables, malgrat les dificultats òbvies que un país no present als mapes, combatut o ocultat per dos estats, té per projectar-se internacionalment.

És l'anomenada **cuina d'autor**, dita també alta cuina, cuina creativa o cuina d'avantguarda que, ha donat d'uns ençà una projecció internacional a la cuina catalana.

7. PLATS TRADICIONALS DE CATALUNYA

7.1 SALSES, AMANIDES I ENTRANTS

Els entrants són la carta de presentació de qualsevol dinar o sopar. És la primera impressió que es rep dels plats que es provaran després. Poden ser molt imaginatius.

Les amanides són principalment plats freds amb ingredients generalment crus, predominant les hortalisses barrejades, tallades en trossos i habitualment condimentades, fonamentalment amb sal, oli d'oliva i vinagre, que pot prendre's com plat únic, abans o després del plat principal i fins i tot com a complement (per a picar).

Les salses, podem dir que de les salses depèn l'èxit d'un bon plat, ja que són les que agermanen els gustos dels aliments.

7.1.1 ALLIOLI

Una de les més clàssiques i antigues salses de Catalunya, les Illes i el País Valencià, és l'allioli, que serveix per guarnir diversos plats, per cuinar i també per menjar directament, especialment untat damunt d'una torrada o de pa.

Acompanya les verdures i hortalisses bullides o saltades, les carns a la brasa (xai, pollastre) o guisades, els cargols i el peix.

En alguns casos, designa el mateix plat, a base de verdures: és així a Provença i en algun lloc d'Alacant.

L'allioli no es lliga, és a dir, que és una barreja d'all trinxat amb oli; l'allioli lligat és el de codony.

L'allioli negat (dit també bord), és a dir, deixatat amb un líquid, apareix en moltíssims plats tant de la cuina pagesa com marinera, i així fa la funció de donar sabor i lligar la salsa en tota mena de suquets, platillos, plats de bacallà i, en general, tota mena de plats amb salsa.

El fet de negar al salsa i de coure-la lleugerament, fa que perdi una mica del seu braó i que, per tant, sigui més suportable per als paladars massa delicats.



IMATGE 1: Allioli

7.1.2 ROMESCO

Com l'allioli, el romesco és una salsa que permet molts jocs culinaris. Els podeu assajar a partir d'aquesta recepta bàsica, per cuinar el peix i fer una bona romescada, o per servir en fred.

Aquesta mítica salsa de Tarragona és objecte de concursos i manifestacions diverses, així com de diversos trucs, en realitat coses perfectament raonables.

De fet, és l'únic plat català (si n'exceptuem la paella, presentada com a espanyola), que sol aparèixer als diccionaris culinaris internacionals.

Aquesta superba salsa de la Catalunya Nova, la que comença al sud del Llobregat i s'exalta, aràbigament, amb el roig de les nyores, els pebrots de romesco, el pebre vermell, fins a arribar a la Catalunya Novíssima, o sigui les regions catalanes d'Alacant i del Carxe, a Múrcia.

Així, en aquesta cuina del roig, hi trobem altres parents: el xató, d'una banda, i la salbitxada i salsa de calçots, de l'altra. I ja, més avall, de Tortosa a València, l'allipebre.

Pel que fa al seu nom, és Joan Coromines qui en va establir l'origen, basat en un mot mossàrab, remescolar, que equival a barrejar i remenar coses diverses i, específicament, amb peix.

El seu origen geogràfic fóra el barri mariner de Tarragona, el Serrallo (un altre nom de ressonàncies fantasiosament àrabs), tot i que hi ha una il·lustre literatura sobre el romesco que el fa venir de Roma.

Hi ha, doncs, romesco-salsa freda i romesco-guisat; aquest romesco és ideal per guisar-hi peix (lluerna, rap, rémol, llenguado, popets, llagostins), bacallà, conill, llebre, etc., sols o bé amb patates, mongetes...

D'altres romescos porten bitxo, pebre vermell, tomàquet, ceba, nyores, farina, avellanes, julivert, vinagre, vi negre, conyac, xerès i fins un fumet de peix.

Els alls es poden escalivar, o fregir, i el pa remullar.

El romesco fred es fa amb tots els ingredients crus, excepte el tomàquet i la meitat dels alls, que s'escaliven, pebre vermell, pa xopat oli i vinagre.

És excel·lent per acompanyar plats de peix i, arreu de Catalunya, les clàssiques graellades o mariscades. També és excel·lent amb escarola – escarola amb romesco-, una deliciosa amanida tarragonina parenta del xató del Garraf o el Penedès, que es pot guarnir amb fesols.



<http://www.lacuinadesempre.cat>

IMATGE 2: Romesco

7.1.3 AMANIDA CATALANA

Aquesta amanida apareix, arreu de Catalunya, a la carta de molts restaurants.

Es tracta, però, d'un plat d'origen popular que, no obstant això, no tenia ni un nom fixat ni, sovint, tots els ingredients totalment tipificats.

Actualment, però, per amanida catalana s'entén una amanida verda, amb il·lustracions mixtes que, sobretot, són embotits.

Aquest, probablement, més que cap altre afegit, és l'element que la caracteritza.

El seu origen, certament, és l'esplendorós berenar que es feia a les cases de pagès a l'estiu, sobretot coincidint amb les feixugues feines del segar i el batre.

També, una de les més populars de Catalunya és l'**esqueixada**, una deliciosa amanida de bacallà, que té nom propi: esqueixada o bacallà esqueixat a Catalunya. A pagès sempre s'havia menjat, sol o acompanyat de tomàquets o algun altre ingredient.



IMATGE 3: Amanida Catalana

7.1.4 XATÓ

Aquest nom caracteritza una salsa freda que amaneix l'escarola, però pot aplicar-se a la xicoira, enciam, dolceta, etc., i també a d'altres plats.

El xató i la xatonada són unes típiques festes gastronòmiques d'hivern, que comencen amb el Carnaval.

Un dels misteris de la salsa –i del plat– és el seu nom. Sobre l'origen del mot, hi ha qui apunta la tesi de la relació del xató amb el vi. En aquest sentit xató fóra una contracció d'*aixetó*, aixeta petita.

Antigament, a Vilanova, els pagesos i vinyataires, els traginers que baixaven les bótes, encetaven la bóta del vi novell coincidint amb el Dijous Gras i el Carnaval: és a dir, l'*aixatonaven* i, per celebrar-ho, ho acompanyaven amb un bon xató.

Vilanova i la Geltrú, el Vendrell, però també Sitges i Cunit celebren les seves xatonades. Comencen el Dijous Gras i continuen tot l'hivern, o fins que s'acaben les escaroles (el 30 d'abril, aproximadament).

La base és la salsa (dita també salbitxada), feta amb oli, avellanes, ametlles, alls, nyores, pebre vermell, pa i vinagre.

Sigui quina sigui la paternitat del xató, el cert és que és una típica salsa de la Catalunya Nova –parenta del romesco, de la salbitxada i fins de l'allipebre- amb influx àrab, com es veu amb els colors i sabors pujat i l'ús d'ingredients com els seitons, la tonyina salada i les olives.

Una variant més senzilla d'aquesta amanida és l'escarola amb romesco, pròpia de Tarragona.

Es pot guarnir amb unes mongetes seques.



IMATGE 4: Xató

7.1.5 ESCALIVADA

La paraula enciam, a bona part de Catalunya Vella –però també a Mallorca, Eivissa i el País Valencià – és sinònima d’amanida.

Aquest enciam (nom antic i alternatiu de l’escalivada), doncs, no és pas d’enciam pròpiament dit o lletuga, sinó d’hortalisses escalivades.

Arreu de Catalunya i comarques del nord del País Valencià, la recepta arriba al seu sùmmum amb l’escalivada, una veritable fórmula magistral.

Correntment se sol compondre de pebrots, cebes i albergínies. A més, s’hi poden afegir patates, tomàquets i, a vegades, cabeces d’all.

Aquesta combinació, de fet, es troba arreu dels Països Catalans i a la Mediterrània, especialment al Lenguadoc i al Magrib.

A vegades hi ha versions enriquides –amb bacallà, tonyina salada, arengues, ous durs, etc.- especialment algunes de valencianes, realment succulentes.

Moltes d’aquestes amanides –que també poden ser guarnicions, o plats únics-, es preparaven coincidint amb certes feines del camp o festes religioses (recollida de la pansa, verema, collita de les olives).

Podríem distingir entre una escalivada d’hivern, l’enciam brut de cebes i patates, i la d’estiu, amb pebrots i albergínies.



<http://www.lacuinadesempre.cat>

IMATGE 5: Escalivada

7.1.6 CALÇOTADA

La calçotada ha esdevingut una festa familiar i d'amics molt popular arreu de Catalunya –i fins a fora, per exemple a Menorca a l'Empordà i a la Catalunya Nord.

Però la festa de la calçotada per antonomàsia és la de l'Alt Camp, amb capital a Valls, on ja fa més de cent anys un pagès, el Xat Benaiges, va tenir la idea de produir aquestes cebes especials (per aconseguir-ho les "calçava" amb terra) i de torrar-les.

L'inici de les calçotades públiques es deu al restaurador Josep Gatell Busquets, conegut com *el Bou*, que la va iniciar a la Fonda Universo Bou a principis del segle XX; com que la base són els ceballots, li volia dir ceballotada, però al final es va inclinar per calçotada, i el mot va anar fent fortuna, també a la masia familiar (Can Bou) i més tard en altres masies i restaurants de la comarca.

Durant la temporada –de desembre a Setmana Santa-, es calcula que hi passen més de 300.000 persones per degustar aquest plat.

La calçotada, per tant, és la festa gastronòmica més multitudinària dels Països Catalans.

La seva difusió va començar a sortir de l'àmbit familiar dels pagesos, massivament, vers la dècada dels anys setanta i vuitanta.

L'any 1996 es va celebrar els 100 anys d'ençà que al Xat de Benaiges se li va ocórrer torrar els calçots; se li atribueix, també, la invenció de la salsa.

S'anomena salsa per calçots o salbitxada, i és una salsa acolorida pròpia de la Catalunya meridional, parenta de la salsa del xató, el romesco i de l'allipebre, així com l'acompanyament final, una truita de carxofes.

A la salsa hi ha qui hi posa julivert així com una nyora (escaldada i raspada) o bé pebre vermell o bitxo.

La millor ametlla és la marcona, que és més dolça. Hi ha qui hi afegeix també avellanes.

Els calçots són una mena de grills de ceba que només els pagesos de l'Alt Camp saben produir com cal i que, fins i tot, per mantenir-ne la qualitat, gaudeixen d'una denominació geogràfica.

El procés d'elaboració és laboriós: cap al gener es fa el planter, o sigui, es planta el cebollí.

A finals d'agost següent, es planten els grills i es fan "calçant", fins a aconseguir, a partir del desembre i fins al març, una mena de ceba tendra, dolça i de cama blanca i llarga, el calçot de Valls, que a més, ha de ser sencer i sense "trompar".



IMATGE 6: Calçotada

7.1.7 PA AMB TOMÀQUET

La nostra cultura culinària està fonamentada en pa, no pas entès com un simple acompanyament, sinó, antigament, com a aliment bàsic, com a fonament del “companatge” o com a matèria per elaborar tota mena de plats.

El pa amb tomàquet, tan característic de Catalunya és, segurament un invent relativament recent, ja que el tomàquet és un producte d'Amèrica que va tardar força més d'un segle a ser incorporat a l'alimentació.

L'origen del pa amb tomàquet, és doble. D'una banda, la seva inspiració remota es relaciona amb la cultura de l'oli dels països mediterranis.

Donat que aquest darrer producte va venir d'Amèrica, i encara va trigar un temps a adoptar-se, és clar que el pa amb oli tradicional era simplement això, si bé combinat amb altres coses: vinagre, pebre, sucre, un bitxo.

Una variant de pa amb oli és el que es fa amb pa torrat (on, com a Catalunya, s'hi pot fregar un all).

El pa amb oli tradicional, quan es torrava el solia ser fregat amb all: és la torrada amb all catalana.

D'acord amb això, l'origen de totes aquestes combinacions és simplement un "pa amb oli" que trobem arreu dels Països Catalans i a totes les zones d'olivars de la Mediterrània.



IMATGE 7: Pa amb tomàquet

7.1.8 ELABORACIÓ PRÀCTICA SEGONS EL RESTAURANT CRICH D'AGRAMUNT

7.1.8.1 SALSES

“Bàsicament les salses per acompanyar a les brases, tenim la salsa rocafort, salsa amb formatges que seria una variada, no hi ha rocafort sinó gouda i emmental, salsa al pebre, una altra que és amb pebre fresc, amb una llauna confitat, que et pots menjar les boletes del pebre.”

7.1.8.2 ACOMPANYAMENTS

“Bàsicament treballem amb escalivada, patata al caliu i verdures a la brasa. Patata fregida, mai. Bàsicament les guarnicions són amb verdures, l'arròs amb diferents espècies, condiments picants, de vegades. Els suquets els fem molt amb cassoles de fang.”

7.2 OLLES, ESCUDELLES I SOPESES

Les olles i sopes són una especialitat culinària molt antiga, donat que el seu origen està en la necessitat d'estovar amb aigua bullint els aliments més durs que no es podien menjar en cru. Donat que l'aigua de la cocció prenia el sabor dels productes, es va pensar en la possibilitat de consumir-la com brou. Son fàcils de preparar i poden portar molts ingredients.

L'escudella és un brou típic de Catalunya i, essencialment, es tracta del mateix plat que el putxero i pilotes o caldo i pilotes del País Valencià.

Prové de l'ebullició de la carn d'olla amb llegums com cigrons, patata i col. També s'hi sol afegir ceba o porro, api, pastanagues i un o dos grans d'all.

Com que és un plat calent se sol consumir a l'hivern.

Es el plat de sopa documentat més antic d'Europa. Es consumia ja al segle XIV, amb les restes de la collita i altres aliments que arreplegaven del rebost.

7.2.1 ESCUDELLA I CARN D'OLLA

La paraula escudella es refereix al bol amb què, a l'edat mitjana, se servien les sopes i plats amb salsa, que es menjaven amb pa; més tard, el continent va passar a designar el contingut.

És un plat emblemàtic –de diari– durant generacions, i forma part de la família de plats similars dels Països Catalans, on s'inclouen noms locals del mateix plat: olla, ollada (Catalunya Nord).

La seva formulació, no obstant això, és relativament recent, ja que almenys dos dels seus ingredients importants són d'origen americà: les patates i les mongetes, que és el llegum que s'hi posa sovint, ja que a moltes comarques les prefereixen als cigrons.

Antigament s'hi posaven faves bullides i repelades, un ingredient que ja es consumia a la prehistòria.

En ésser un plat que es menjava pràcticament cada dia, tant al camp com a la ciutat, hi ha versions de diari (amb més hortalisses i més ossos que no pas carn) i de festa, arribant a la gran escudella i carn d'olla de Nadal (dita també olla), que ha de tenir porc, xai, vedella i gallina.

L'escudella i carn d'olla, tal com la reconeixem avui ens ha arribat a través dels llibres culinaris de la Renaixença.

Segons altres documents, era un plat interclassista, nacional, que es feia tant entre els obrers i pagesos, com a les cases bones i fins en algun dels grans restaurants mítics, autèntics temples del luxe, de la Barcelona del segle XIX i primeries del XX.



IMATGE 8: Escudella i carn d'olla



IMATGE 9: Escudella i carn d'olla tradicional de Nadal

7.2.2 ESCUDELLA BARREJADA

L'escudella barrejada o escudella de pagès, dita també olla (Catalunya Nord), és una sopa de diari, molt típica d'Andorra, de Catalunya, de les Balears i del País Valencià.

A diferència de l'escudella i carn d'olla, de l'olla de les tres *abocàs* (abocades), de la sopa i bullit, etc., que se serveix en dues o fins tres tandes, es presenta amb els trossos de carn, embotits, verdures, fets a bocins dins el mateix plat.

Pot anar de la més elemental, com l'escudella d'arròs i fideus, que només té una bola de sagí, i a tot estirar un os de porc, un tros de cansalada, a les més riques, que poden tenir tota mena de carn, pilota a trossos i gairebé sempre botifarra, negra, blanca, etc.

Poden ser a base de gallina o pollastre –com la succulenta sopa coberta valenciana- i fins de vedella –com el brou de xenc menorquí.

També s’hi posa xai, però hi sol dominar el porc.

Es fan amb mongetes seques o altres llegums, i verdures al gust, segons la temporada.

Les versions més simples, es feien amb la carn de què es disposava, que normalment era porc salat.

Fins i tot hi ha versions pràcticament vegetals, amb col, ceba i patata, carbassa, de faves, de lleties, verdures (escudella verda o fresca), algunes dites de dejuni o Quaresma (vegetals o amb congre sec).



IMATGE 10: Escudella barrejada

7.2.3 SOPA DE FARIGOLA

Les sopes de farigola són populars arreu de Catalunya.

La base d'aquesta sopa és un bon pa i un bon oli d'oliva.

La recepta nord-catalana que lliga la sopa amb els rovells d'ou, una pràctica, altrament, que es troba en força plats antics de la nostra cuina.

Hi ha algunes variants de la sopa de farigola, com per exemple fer bullir l'aigua amb la farigola i escaldar el pa amb l'oli cru untat. Alguns no hi afegeixen ou, etc.

El més característic d'aquest plat és que tingui un bon gust de farigola, sense passar-se.



IMATGE 11: Sopa de farigola

7.2.4 SOPA DE PEIX

Aquesta recepta casolana es feia a diverses comarques marineres, però també a l'interior. “La sopa de peix és una sopa més aviat sòlida, compacta, en la qual, sobre un fons de pa engrunat, es troba el gust i el perfum intens del peix” Josep Pla.

La sopa de peix té també una variant il·lustrada, que és la bollabessa. És un plat d'origen provençal, però introduït des d'antic a Catalunya, ja la feien els restaurants a l'època de la Renaixença, i en ple Modernisme.

Ferran Agulló, als anys trenta, el considera un plat propi. Apareix a les cartes dels grans restaurants de finals del XIX i principis del XX.

Als Països Catalans té un noble competidor, la caldereta de llagosta menorquina, procedent de les calderes de peix balears, sopes que van d'allò més senzill a allò més sumptuós, però sempre delicioses.

També tradicionals són la sopa de rap o el caldo de peix blau dels pescadors de les costes del sud, així com alguna senzilla però delicada sopa escaldada de peix.

Els peixos apreciats arreu de les costes dels Països Catalans són els de roca, el rap, el cap del nero i el que, genèricament se'n diu “peix de sopa”.



IMATGE 12: Sopa de peix

7.2.5 CALDERETA DE LLAGOSTA

La caldereta de llagosta és un famosíssim plat menorquí. És ja força corrent en la restauració catalana.

El nom del plat al·ludeix al recipient, que era una cassola de terrissa, anomenada tià de Menorca.

Els pescadors de Menorca i Mallorca anomenen caldera als plats de peix fets a bord. A Mallorca es fa des d'una caldera de peix variat a la de llagosta.

Equival al que els de les costes catalanes i valencianes s'anomena olla de peix, i més tard, suquet.

La caldereta, però, resta fidels als orígens, i continua essent una sopa substanciosa, servida amb pa, com trobem en altres llocs de la Mediterrània.



IMATGE 13: Caldereta de llagosta

7.2.6 ELABORACIÓ PRÀCTICA SEGONS EL RESTAURANT CRICH D'AGRAMUNT

7.2.6.1 OLLES

“Al vapor. Ossos de tossino, ossos de vedella, garró de pernil, pollastre, col, pastanaga, patata, ceba, api i sal. La pasta del caldo, inclou els galets, hi ha els de Festa Major que són foradats pels dos costats que són molt grossos i els de Nadal només tenen un forat per poder-los farcir, i les pilotes de carn amb pebre.”

7.2.6.2 SOPES

“Fem cremes i fem sopes. Hi ha la típica sopa de ceba o sopes de pa, i li'n diem la sopa de frari, terrissa de fang i fiquem el caldo, al davall una llesca de pa amb formatge un ou i es gratina al forn amb una pasta de full, és la sopa de pa o de ceba. Les cremes són de carbassó i porros, fred o calent, “ajo blanco”. A Quaresma també fem l'olla amb congre, és una sopa de peix, que és una olla barrejada que porta cigrons, patata, fideus, fulles d'espínacs esquinçades, el caldo es treu d'un peix que es diu congre, que dóna un sabor semblant a un bacallà, però més suau.”

7.3 LLEGUMS I VERDURES

Les verdures o hortalisses són plantes herbàcies, o llegums verds, que es conreen amb fins alimentaris per als humans o animals, i que es poden consumir en estat fresc o cuinats.

Els seus usos culinaris són molt diversos segons els diferents estils existents al món: es poden preparar crues en diverses amanides, amanides amb vinagre i oli i acompanyades amb els ingredients més diversos. Es poden trobar cuites de diverses formes: des de les tècniques al vapor, aconsellables per poder mantenir millor les seves propietats nutritives, passant per l'olla de pressió o simplement escalfar-les.

Es poden preparar sopes calentes, com la sopa de verdures o la sopa de pèsols, o sopes fredes com el gaspatxo o la *vichyssoise*.

Es poden menjar rostides a la graella acompanyades de diferents carns, o rostides a la paella, o també posades al forn sense pelar, és a dir, escalivades o gratinades. Es poden prendre líquats, en forma de suc de verdures; un exemple pot ser el suc de pastanaga.

7.3.1 FAVES OFEGADES

Un dels clàssics de la cuina d'aquest país són les faves ofegades o estofades, dites habitualment "a la catalana".

Es tracta d'un plat de temporada, estrictament primaveral; de gust amorós, sensual i perfumat, només surt bé si es fa ofegat i amb els millors ingredients, sobretot amb faves acabades de collir i embotits casolans. Faves acabades de collir, que, per tant, no cal pelar.

A molts llocs hi solen posar sempre costelló (costella de porc); sobretot del confitat, que dóna un perfum inigualable al plat.

Seguint un procediment similar també es fan pèsols ofegats, sols o deliciosament combinats amb carxofes morades.

En aquest cas no cal emmascarar el delicat gust del llegum acabat de collir, tendríssim i dolç, amb gaire res: potser una mica de ceba tendra, una mica de cansalada.

En aquests ofegats superbs també s'hi poden posar unes patates novelles petites i senceres.



<http://www.lacuinadesempre.cat>

IMATGE 14: Faves ofegades



<http://www.lacuinadesempre.cat>

IMATGE 15: Faves ofegades

7.3.2 PATATA I MONGETA TENDRA

Es tracta sens dubte, d'un dels plats de verdura més populars a Catalunya. Al camp sempre es feia amb mongetes fines (no perones).

L'important és que patates i mongetes siguin de primera qualitat, i les mongetes com més fresques millor.

Viatjant podem descobrir que hi ha la "Catalunya Gran". Així, al País Valencià solen menjar, per sopar, "Bullit", que és una versió un pèl més sofisticada de les nostres patates i mongetes tendres, ja que hi inclouen una ceba.

Després ve una escalivada i un ou dur amb all i julivert.

A Eivissa, per no ser menys, fan una ensalada amb patates, mongetes tendres, pèsols, carxofes, faves, pastanaga, carbassó...

El nexa comú d'aquests plats és que se solen presentar sortint de l'olla i s'amaneixen amb oli, i a vegades també vinagre i suc de llimona.

També es bullen, normalment combinat dos o més elements –i se serveixen així, amanits amb oli-, patates i pèsols, mongetes, fesolets o cigrons i coliflor, espinacs i bledes.

A pagès la patata i mongeta tendra, simplement bullida i amanida amb oli, era un sopar, però servida amb cansalada, era un dinar. Si en sobrava, per esmorzar se'n feia una truita.

Si existeixen els Països Catalans gastronòmics, el que no existeix és això que en diuen Espanya, si més no gastronòmicament. Si de cas existeix Ibèria.

A Espanya no es menja pas la verdura així, però sí a Portugal.



IMATGE 16: Patata i mongeta tendra

7.3.3 ESPINACS AMB PANSES I PINYONS

Dits també espinacs a la catalana –en podríem dir també a la mallorquina-, ha estat dit que és la millor recepta d’espinacs. És una combinació afortunada, d’indubtable origen medieval. En aquestes cuines, les panses s’utilitzen molt i, particularment, també la seva combinació amb pinyons.

Es fan sols, fregits amb all, o bé combinats amb cigrons, formant part de farcits (com els panadons de Lleida i els pastissets d’espinacs), de coques, de truites...

Són in comptables els plats d’arreu dels Països Catalans que s’honoren amb la combinació de panses i pinyons: espinacs, bledes, pastanagues morades mallorquines, coliflor, bacallà, peix dit “a la mallorquina” –i, antigament, escabetxos, panadons i pastissets, i encara més.



IMATGE 17: Espinacs amb panses i pinyons



IMATGE 18: Espinacs amb panses i pinyons

7.4 ARRÒS I PASTA

L'arròs i la pasta són aliments essencials en moltes cultures. Tenen l'avantatge de ser nutritius i econòmics.

Tant de l'un com de l'altre existeixen moltes varietats per a tots els gustos, enriquint el món de sabors amb tota la seva versatilitat. I precisament, gràcies a ella, la seva presència és constant en moltes receptes acompanyant verdures, peix o carns, ja sigui com a guarnició o com a plat únic.

7.4.1 ARRÒS PARELLADA

Es tracta d'un arròs d'origen barceloní, que porta el nom d'un gurmet – Juli Parellada- que no volia trobar entrebanca a l'arròs i, per tant, en feia treure ossos, closques i espines.

A finals del segle XIX a Catalunya ja es coneixia l'arròs a la valenciana o paella, en el seu origen l'arròs Parellada era, un arròs a la cassola (arròs brut a Mallorca), que ha evolucionat fins a fer-se sec, a l'estil de la paella valenciana, com els altres arrossos han evolucionat així tant a Catalunya com a Mallorca.

En altres indrets dels Països Catalans hi ha arrossos similars, com és l'arròs de cego de Mallorca o el de senyoret del País Valencià.

La recepta de l'arròs o la paella Parellada, doncs, no és més que la de l'arròs a la cassola, si es fa sucós, o de la paella, si es fa sec.

Amb el benentès, però, que tant a Catalunya com a Mallorca, la paella valenciana es fa d'una forma diferent que l'original de l'Horta de València.

Les diferències més importants són la base aromàtica –a València un sofregit només amb tomàquet i un brou amb els ingredients (bàsicament conill o pollastre)-; els ingredients –al País Valencià no hi

manca mai la verdura, formada per tres classes de fesols, entre ells els exclusius garrofons, i a fora d'aquest país la paella no és concep si no és mixta, de carn i marisc (tot i que n'hi ha de marineres, només de peix)-, i el color, fosc a Catalunya (pel sofregit) i groc al País Valencià (pel safrà o el colorant).



IMATGE 19: Arròs parellada



IMATGE 20: Arròs parellada

7.4.2 PAELLA VALENCIANA

Sobre l'arròs a la valenciana, arròs a la paella o, simplement, paella –el recipient ha donat nom al plat-, es podria escriure tot un tractat.

El plat més emblemàtic dels valencians, ara adoptat arreu d'Espanya i amb una enorme difusió internacional, desperta passions polítiques i gastronòmiques i és motiu de polèmica sobre la seva identitat i genuïtat.

D'una banda, perquè és un plat extraordinari i enlluernador en la seva simplicitat, i de l'altra, perquè, malgrat que només els valencians en posseeixen el secret de la seva elaboració, del punt just i exacte de cocció i d'aroma dels grans d'arròs, ha obtingut una popularitat immensa i versions, sovint, ben diferents de l'original.

Enfront dels grans plats d'arròs del món, només la paella té el secret d'uns grans d'arròs solts, secs però inigualablement aromàtics.

Un secret basat en el recipient, la qualitat i quantitat de l'aigua, el foc i el temps de cocció.

Els valencians se la mengen a l'aire lliure, si pot ser al camp o a l'horta, amb l'únic acompanyament d'una amanida, amb vi negre, i, si es vol, pa.

Es menja directament de la paella, amb una cullera, fent cadascú el seu racó, deixant al mig, i per al final, els talls de pollastre i el socarrat, la part més exquisida.

I, com a màxim, unes postres de fruita valenciana (taronja, meló de tot l'any, meló d'Alger o síndria...).



IMATGE 21: Paella Valenciana

7.4.3 FIDEUS A LA CASSOLA

La paraula *fideu*, ben catalana, ens ve, al seu torn, de l'àrab ibèric.

Una recepta que no mancava mai a les cases catalanes, així com a les balears. A tots els Països Catalans, i fins a Andalusia, hi ha delicioses receptes a base de fideus. Amb porc, amb conill, amb peix...

Actualment, però, els tradicionals i gustosos fideus a la cassola estan donant pas, a Catalunya, a una "fideuà" mal escrita i mal feta. Mal escrita, perquè caldria escriure fideuada.

La fideuada és com una paella de marisc –amb tall, per tant-, mentre que el que ara ens serveixen els restauradors catalans no és més que un rossejat de fideus.

L'autèntica fideuada és un plat mariner, que també es pot fer amb arròs i fins amb pistons, que se sol servir amb allioli.

Una altra diferència és que la fideuada es fa sempre amb fideus gruixuts (sovint dels dits " del foradet", de cocció més ràpida), mentre que el rossejat o fideus rossos (Cambrils) es fan generalment amb fideus de cabell d'àngel.

Així doncs, una cosa són els fideus a la cassola (també poden ser secs), l'altra els fideus a banda, rossos o rossejat (fideus sols amb allioli, amb brou i rossejats amb oli, és a dir, en sec) i l'altra la fideuada de Gandia (la Safor).



IMATGE 22: Fideus a la cassola

7.4.4 MACARRONS

Els macarrons a la Rossini foren un dels més famosos plats de l'alta gastronomia barcelonina del Modernisme.

Al compositor Gioacchino Rossini se l'associa a plats sumptuosos que inclouen el foie gras i la tòfona.

Actualment, en la restauració pública, se sol evocar el nom de Rossini en va, ja que els canelons o macarrons que porten el seu nom no solen incloure ni tòfona ni foie gras.

De tota manera, els veritables macarrons a la Rossini són uns macarrons farcits, un a un, amb foie gras.

Altrament, s'atribueix al mateix Lluís XIV la preferència per uns macarrons gratinats amb foie gras i tòfona.

Els macarrons, d'origen italià i també àrab, són coneguts a Catalunya des d'antic; si més no, apareixen en una traducció medieval del bocaccià i hi han pres carta de naturalesa amb receptes naturalitzades i molt populars, que poden tenir la particularitat de poder-se guisar a la cassola.

El baró de Malda en parla extensament, tant servits en escudella com amb formatge rallat.

A finals del segle XVIII, doncs, ja agradaven molt, com agraden ara, a tots els Països Catalans, d'on són un dels plats més característics.

Uns altres macarrons són amb suc d'estofat (bou, vedella o llengües), una recepta que ha arribat fins avui amb el nom de macarrons amb suc de rostit.

Una altra recepta similar que trobem també a les Balears són els macarrons de cardenal: un timbal de macarrons amb capes de

formatge rallat i rovells d'ou debatuts, formant tres sostres, cobrint-ho amb suc d'estofat i s'acaben de coure al forn o posant foc sobre i a sota de la cassola, i quan estaran rossos, se serviran.



IMATGE 23: Macarrons

7.4.5 CANELONS

Ara se'n fa cada dia, però abans constituïen un plat de festa, i com a tal, eren tractats. A les cases, fins i tot a pagès, no mancaven mai per Nadal i, és clar, les mares els feien com mai els hem pogut menjar a les cases.

D'aquests canelons, si no fos redundant, en diríem a la catalana: de fet, són una mica diferents dels que es fan a Itàlia, dels anomenats a la bolonyesa i dels que, amb gran atreviment, alguns restauradors bategen com a Rossini.

I també dels supercongelats, naturalment.

Amb tot, es tracta d'una recepta d'origen italià, però que va prendre carta de naturalesa a la Barcelona del segle XIX fins al punt d'esdevenir un plat molt popular i amb una formulació pròpia.

Es una menja característica de Nadal i altres festes. De fet, és un plat que gairebé sempre és millor fet a casa que no pas al restaurant, malgrat que alguns cocs s'entestin a afegir-hi noms ampul·losos –com canelons a la Rossini, que tampoc solen correspondre a la recepta d'aquest compositor italià, originàriament uns canelons farcits amb foie gras.

Els canelons italians originaris se solen farcir amb salsa bolonyesa i es cobreixen amb beixamel, o, encara més, amb salsa de tomàquet.

N'hi ha d'espínacs, també adaptats al gust català. Els canelons a la catalana o casolans, tenen dos secrets importants: d'una banda, no es fa servir ni bolonyesa ni carn picada o de botifarra, sinó carn rostida.

De l'altra, es busca un contrast de textura entre un cert enrossit de la base i la beixamel, ben cuita i no pas aquesta mena d'inundació aquosa de molts dels actuals canelons de la restauració pública o de la cuina preparada o de "barqueta" industrial i supercongelada.



IMATGE 24: Canelons

7.5 BOLETS, CARGOLS, OUS I MENUTS

La cuina catalana tradicional fa servir tant els bolets frescos, com els assecats, salats o confitats d'altres maneres. S'utilitzen, sobretot, per acompanyar guisats de carn, patates, llegums, arròs, fideus o peix; se'n salteja mescles amb all i julivert o cansalada o bé s'incorpora a platillos, es couen a la brasa, a la planxa o al forn.

Es poden servir crus, marinats o amb suc o salsa, s'afegeixen a sopes, truites o coques.

Els cargols és, potser, un dels aliments més antics de la humanitat.

Poden preparar-se de moltes maneres però és a la planxa, guisats amb salsa o bullits i sucats amb salsa a la vinagreta quan millor s'aprecia la seva carn, de consistència elàstica.

Sabem que a la cuina grega i romana ja hi feien acte de presència certs preparats a base d'ou batut que actualment anomenem truites, de figura rodona o allargada, a l'interior de la qual hi disposaven qualsevol tipus de menjar.

Hi va haver un temps en què hi havia una "jerarquia social" : els rics i els monjos menjaven filet mentre que els pobres menjaven menuts. Aquesta tendència ha anat canviant gràcies a la fornada de cuiners joves que han prestat molta atenció al món dels menuts, ja que, "és un món de sabors i textures molt especials".

7.5.1 ROVELLONS A LA BRASA

Els rovellons són un dels bolets més estimats dels Països Catalans, sigui sota el nom de rovellons o d'esclata-sangs.

Els millors són els rovellons, que se solen confondre amb els pinetells o pinenques (noms de la regió de Girona) de color més ataronjat.

També és important la seva procedència (millor el pla que la muntanya) i la seva frescor.

Els que els critiquen és que no els han menjat mai acabats de collir, amb tot el seu inconfusible perfum.

Si reuneixen aquestes condicions, la millor manera de fer-los és ben al natural, a la brasa. A muntanya també es fan a la llosa, i són igualment deliciosos.

Aquests rovellons poden ser un excel·lent entrant o una no menys bona guarnició. Acompanyen, tradicionalment, una botifarra, llom de porc, carn a la brasa, etc.

També es pot elaborar aquests rovellons a la llauna, dipositant-los en una plata d'anar al forn, salant-los i ruixant-los amb oli i coent-los uns quinze minuts, afegint-hi all i julivert abans. Saltats són també excel·lents.



IMATGE 25: Rovellons a la brasa

7.5.2 CARGOLS A LA LLAUNA

Una recepta popularíssima a Catalunya, amb força variants pel que fa a algun dels ingredients i a la seva elaboració.

Hi ha confusió, també, sobre els noms locals de les receptes de cargols: els cargols a la llauna són anomenats, per alguns, a la petarrellada.

No obstant això, el nom de cargols a la petarrellada s'hauria de reservar a una recepta indubtablement prehistòrica, la que es fan fent-los rostir amb palla, herbes seques o llistó.

Segons les comarques, també s'anomenen a la brutesca i altres noms similars.

A part de la Catalunya Nord, és Lleida la terra que rendeix un veritable culte als cargols: el seu Aplec del Cargol, celebrat cada primavera, és ja festa nacional.

També el poble de Fontcoberta, al Pla de l'Estany, celebra una mostra del cargol, el mes de maig, i també se'n fa una mostra al poble del Byrr Tuïr, a la Catalunya Nord.

Aquí la recepta més popular – si més no a l'Horta- són els cargols amb ceba.

Aquests cargols es poden menjar directament, xuclant el pebre i la sal de les closques. S'hi serveix, opcionalment, allioli o una vinagreta.

Es poden utilitzar cargols sense bullir (que tenen millor gust) o ja bullits. D'altres versions els enriqueixen amb cansalada picada (Girona) que es fica dins la closca, o bé llard fos (com fan a la Catalunya Nord), així com pebre o sal picada amb pebrina (bitxo), dita sal de Cardona o sal roja.



IMATGE 26: Cargols a la llauna

7.5.3 TRUITA AMB SUC

Un plat antic, i que es feia pràcticament a totes les comarques de Catalunya, i que ara es troba sobretot a les occidentals.

En algunes contrades se'n deia agafa-sants, o, quan la truita duia farina, truita amb trampa (comarques del Ponent i del sud).

La truita de farina és una crep a la catalana –o a l'occitana.

Arreu dels Països Catalans es fan tota mena d'ous ferrats, remenats i, especialment en truita, amb tota mena d'ingredients: ceba, patates novelles, carbassó, albergínia, alls tendres, espàrrecs boscars, mongetes seques, mongetes tendres i patates, tomàquets, samfaina, peix petit, marisc, arengades, pernil, bledes, espinacs, pastanagues, faves, pèsols, bolets, així com tota mena de barreges i, pràcticament, tot allò imaginable.

La truita se sol fer a la catalana, rodona; s'hi pot posar només farina i aigua o només ous.

Aquest plat també pot tenir all, julivert, pèsols, una picada, es pot prescindir de les patates o es pot guisar amb llard.

El sofregit es pot elaborar només amb tomàquet, afegint-hi una mica de pebre, o només amb ceba i alls.



IMATGE 27: Truita amb suc

7.5.4 PEUS DE PORC AMB NAPS

Els peus de porc són molt del gust dels catalans, es fan a la llauna i a la brasa, amb suc, amb cols o farcellets de cols, amb bolets, i, especialment, amb naps, una deliciosa combinació.

Igualment es fan amb cargols i, fins i tot, apareixen en agosarades combinacions de mar i muntanya.

També es posen, arreu dels Països Catalans (sovint salats), a escudelles i sopes, guisats i estofats de llegums, arrossos caldosos o plats a base de blat escairat o picat, i fins i tot se'n fan delectables monografies com la cassola o greixonera de peus.

Els naps negres, típics del Pla de l'Estany, de l'Empordà i d'altres comarques, són més estimats que els blancs.

També destaquen els de Talltendre i Cerdanya, els de Peguera, al Berguedà, i els de Montalbà, a la Catalunya Nord, sense oblidar els d'Occitània, com els de Pardailham.

Hi ha qui, a banda del sofregit, també hi afegeix un allioli negat. A la picada s'hi pot afegir safrà, vi ranci, galeta maria, borrego, etc.

Si es vol, es pot aromatitzar amb canyella o alguna herba al gust, com farigola o llorer.

Els naps també es combinen amb peus de xai, amb costelló o costella de porc, amb oca, amb ànec, amb conill i amb pollastre.



IMATGE 28: Peus de porc amb naps

7.5.5 MANDONGUILLES

Les mandonguilles són un dels plats més típics de la Catalunya Nord, dels pocs que, encara, fa un temps, es podien trobar als restaurants dels barris populars de Perpinyà.

Tant les àvies de les cases com dels hostals és un plat que tenien sempre a punt, com a aliment de diari però també de festa.

A Catalunya Nord, eren molt freqüents, soles i amb salsa o bé acompanyant olles i escudelles, arrossos, guisats amb pollastre, vedella, conill, aviram, verdures i fins peix o marisc (com la sèpia).

O també guisades soles, com un plat monogràfic: mandonguilles amb pèsols (molt populars a Catalunya), amb suc o salsa, amb salsa de tomàquet (Balears, Catalunya).

Són normalment de carn, però també n'hi ha de peix o pop.

Les delicioses mandonguilles d'abadejo (bacallà) valencianes també tenen aquesta forma, així com la clàssica pilota de l'olla catalana i d'un clàssic plat del sàbat dels jueus catalans.

Cal dir que n'hi ha versions dolces (amb pa i sucre) per a escudelles i olles; abans se'n feien a tot Catalunya, i ara al Montsià i al País Valencià.



IMATGE 29: Mandonguilles

7.6 PEIX, MARISC I BACALLÀ

Amb el nom de peix coneixem l'animal que viu a l'aigua, salada o dolça, i que quan el necessitem consumir trobem a la nostra disposició als mercats o peixateries.

Segons l'espècie l'anomenem amb el nom genèric de peix, però si es tracta de mol·luscs (tinguin closca o no en tinguin) o de crustacis, aleshores en diem marisc.

Els peixos són, en general, tant nutritius com les carns, però si el seu consum no ha estat mai tan alt com els dels animals de terra és, mes que res, perquè presenten majors dificultats per a la seva conservació.

7.6.1 SUQUET DE PEIX I MARISC

Un prestigiós guisat de peix en què tots els ingredients es posen en cru o en fred, tal com el feien els mariners a la barca; és parent de l'olla de peix de la Costa, de la cassola de l'Alguer, de la caldera menorquina, de la bullinada nord-catalana i dels suquets crus valencians.

Aquest fóra el plat elemental, de barca, un plat típic propi dels mariners que, antigament, es menjava damunt grans llesques de pa, si no es disposava de plats.

Naturalment, les dones dels pescadors, els propis pescadors i els restauradors, han anat sofisticant el plat: afegint-hi un sofregit, finalitzant-lo amb una bona picada, cuinant-ho amb brou o fumet de peix, i guarnint-ho amb tota mena de marisc o alguna altra verdura (pèsols, pebrot, etc.).

El suquet, podríem dir que és un plat –sota el mateix nom o amb d'altres, com suc, peix amb suc, etc.- que trobem arreu dels Països Catalans i, sobretot, a les costes del nord (de la Costa Brava al Maresme) i a les del País Valencià, aquí tant sota el nom de suquet com de suc.



IMATGE 30: Suquet de peix i marisc

7.6.2 SARSUELA DE PEIX I MARISC

La sarsuela, quan es fa amb ingredients frescos i de primera qualitat, és un dels grans plats de la restauració catalana, sembla que creat a la Barcelona modernista i noucentista.

És un plat luxuriant, únic a tota la Mediterrània per la barreja de peix i marisc: aquesta barreja gaudiniana, tan pròpia de la cuina catalana, arriba al seu clímax amb els plats de mar i muntanya (pollastre amb llagosta, peus de porc amb gambes, Niu).

Es va estendre arreu dels Països Catalans i va morir d'èxit.

Va ser substituïda pel suquet en les preferències del públic, però una sarsuela ben feta continua essent un plat excepcional.

La sarsuela ha de quedar amb una salsa més escassa i més concentrada i espessa que no pas el suquet.

Es pot elaborar amb una cassola de terrissa, amb una de ferro plana o amb un paelló valencià de nanses, utilitzant el foc baix de la planxa.

Si es fa un sofregit molt ben fet i el peix és fresc, no hi calen més amaniments; si de cas, al gust, un pols de pebre negre.



IMATGE 31: Sarsuela de peix i marisc

7.6.3 BACALLÀ AMB PATATES

Una recepta que, pràcticament, es fa arreu de Catalunya, amb petites variants, però que a la Costa també era corrent, curiosament entre els pescadors, malgrat tractar-se d'un peix de secà.

A pagès era un plat que apareixia a taula sovint, sobretot a l'hora de sopar i, naturalment, en temps de magre (divendres) o de Quaresma. En algunes comarques, el bacallà amb patates és guisat a la cassola.

Pel que fa als nostres mariners, sovint hi posen una bona morterada d'allioli i ho sacsegen tot; per això, els pescadors de Castelló de la Plana, d'aquest plat en diuen el gràfic nom de sacsacollons.

El truc del plat consisteix a no coure excessivament el bacallà, ja que queda dur.

També es important escollir-lo de la millor qualitat, tot i que hi ha qui el prefereix de les parts meloses.

Pel que fa a la brandada pròpiament dita, es troba a Catalunya des del segle XVIII, sovint amb el nom de bacallà a la marselesa o a la provençal.

La veritable brandada provençal es fa amb bacallà perbullit, oli i llet. En alguna contrada del Llenguadoc, s'hi afegeix patata aixafada i, quan es fa "de dol" (per Setmana Santa), uns trossets de tòfona: un dol que esdevé autènticament feliç.

Una variant del bacallà bullit és la borrida de Mallorca; en aquest cas s'hi afegeix una morterada d'allioli. És també un plat típic de Provença, on també inclou allioli.



IMATGE 32: Bacallà amb patates

7.6.4 BACALLÀ A LA LLAUNA

Una de les receptes alhora més senzilles i exquisides de Catalunya.

El bacallà, en la cuina catalana, comença a ser utilitzat a partir del segle XVI.

El bacallà, en alguns llocs dels Països Catalans és conegut amb el nom d'abadejo (o abadeix, abaetxo, etc.)

El recipient que s'hi utilitza, i que dóna nom al plat, sí que apareix en els vells receptaris, tant de Catalunya, com de les Balears i el País Valencià (llanda o llauna), i dóna nom a diversos plats.

En aquest sentit, podem parlar de cargols, de peus de porc, de diversos plats de peix, de coques i d'altres receptes.

També s'hi feien els canelons: el poc gruix del material fa que els aliments hi adquireixin una textura cruixent, especialment abellidora.

Tot i que ara es fan llaunes d'acer inoxidable, no és convenient substituir el recipient per un altre de vidre o ceràmica.

Hi ha versions que es fan sense vi. En d'altres s'hi afegeix una mica de tomàquet damunt de cada tall de bacallà, i fins i tot tires de pebrot escalivat.

En una altra recepta, més semblant a les actuals, es fregeix el bacallà i s'hi posa alls, julivert i tomàquet.

A les Balears hi trobem receptes similars o, si més no, de bacallà fet al forn.

Al País Valencià, i especialment al litoral de Castelló de la Plana, el bacallà a la llauna és també molt popular, tant fet amb ceba com amb pebre vermell i vi.

Als Països Catalans, altres grans plats de bacallà són –a part de l'esqueixada- el bacallà amb panses, el bacallà amb samfaina (o amb pebrot i tomata), el bacallà amb carxofes i altres delicioses combinacions.



IMATGE 33: Bacallà a la llauna

7.6.5 BACALLÀ AMB SAMFAINA

Una de les receptes més populars de Catalunya, feta amb aquesta salsa-base de la nostra cuina, la samfaina.

Amb variants, es troba arreu dels Països Catalans: bacallà amb tomaca, amb pebreres, amb ceba, etc.

És bo afegir-hi, al final, all i julivert picat.



IMATGE 34: Bacallà amb samfaina

7.6.6 ELABORACIÓ PRÀCTICA SEGONS EL RESTAURANT CRICH D'AGRAMUNT

7.6.6.1 PEIX

“El peix sempre és a la planxa. El bacallà, fem truites de riu, una amb torró, l'altra farcida amb pernil, i una altra cuita amb cervesa. Bàsicament treballem molt amb el lluç, el rap i el salmó fresc, el llenguado també però no tant, el primer bàsicament lluç i la sèpia m'atreviria a dir, que és el segon plat que més, llavors “tonelades” de musclos, perquè són la patata fregida del peix, els peixos els acompanyem amb musclos a la planxa, navalles, gambes, escamarlans petits o llangostinets, o sigui el peix va amb el peix. El salmó el presentem a la planxa o també al cava, i hi fem granets de raïm, el lluç sempre planxa, també arrebossat, però no a l'andalusa, sinó sense ou. Calamars arrebossats, la sèpia amb all i julivert, les gambes, navalles, amb all i julivert, els musclos amb sal i pebre.”

7.7 AVIRAM, CARN I CAÇA

Cal dir que quan parlem de carn ens referim al bou, la vedella, el moltó, el bé, anyell o xai (bé petit) i el porc. En termes gastronòmics es deixa fora l'aviram i també el conill i la llebre, que es consideren caça, ni que siguin de corral.

A les carns de bou, vaca, cavall i moltó se les anomena carns roges, mentre que les de vedella, anyell, aus i conills són anomenades carns blanques.

7.7.1 POLLASTRE ROSTIT

El rostit és un plat típic de Festa Major, així com d'altres àpats especials, com el segar i el batre fet en cassola (rostit humit) i amb la particularitat que, a vegades, pot incloure diverses menes de carns o botifarres crues.

Aquest aromàtic rostit se serveix, normalment, amb una amanida verda –escarola, enciam, api, etc.- i, sovint, s'hi bevia xampany (ara cava).

L'antiga cocció en grans cassoles de terrissa i caliu feia que la carn, quedés alhora rossa per fora i molt cuita per dins; la cocció podia durar uns tres quarts d'hora.

S'hi feia servir només llard (greix) o una barreja de greix i oli.

Els tomàquets s'han de mantenir sencers, només per donar gust. En comptes de brandi, s'hi pot afegir vi ranci, aiguardent, etc.

També admet alguna herba: llorer, sajolida, farigola. De totes maneres, no hi ha de mancar mai l'aromàtica i deliciosa combinació de pebre i canyella.

Les possibilitats combinatòries són diverses: pollastre i botifarra, conill, ànec, oca, fins i tot xai.

Naturalment, aquest rostit és incommensurable fet amb un autèntic pollastre de pagès.

Una excel·lent alternativa és el pollastre del Prat o del Penedès.



IMATGE 35: Pollastre rostit de Nadal

7.7.2 POLLASTRE FARCIT

Una recepta de festa –i, sobretot, de Nadal–, que retrobem pràcticament arreu de Catalunya i la resta dels Països Catalans, amb algunes variants pel que fa al farciment.

Aquesta menja pot ser amb gall, capó i, actualment, pollastre; però també cal afegir-hi el gall dindi, vingut d'Amèrica però incorporat a

l'alimentació ja al segle XVI i del qual ja n'apareixen receptes en els receptaris barrocs catalans.

Es pot barrejar la composició de la carn-vedella i porc, o bé substituir les botifarres per salsitxes. També s'hi poden posar olives sense pinyols, així com trossos d'ous durs. Hi ha qui lliga el farciment amb ou.



IMATGE 36: Pollastre farcit amb botifarró

7.7.3 ÀNEC AMB PERES

Una recepta típica de Festa Major, sobretot a les comarques de Girona, però difosa arreu de Catalunya.

La mateixa recepta, tradicionalment, també es fa amb oca.

L'ànec també es guisa amb altres fruites, com préssecs, pomes, figues o cireres, a la Catalunya Nord.

L'ànec amb taronja és un clàssic, suposadament procedent de la cuina francesa.

No obstant això, en la cuina medieval i renaixentista catalana ja es cuina l'aviram amb taronja, i és considerat, a Itàlia, un típic rostit a la catalana.

Al Penedès gaudeix de fama la recepta de l'ànec mut amb prunes i pinyons.

Igualment s'afegeix amb naps, salsafins, bolets i mongetes.

L'ànec es pot fer prèviament al forn, i aquí queda ben desgreixat.

Les peres es poden saltar en comptes de bullir. S'hi pot afegir farina, fent un ros amb el sofregit. Es pot prescindir del tomàquet o del sofregit.

En comptes de vi ranci també hi és bo el conyac o brandi, en menys quantitat, i fins i tot garnatxa o moscatell.



<http://www.lacuinadesempre.cat>

IMATGE 37: Ànec amb peres

7.7.4 ÀNEC AMB NAPS

L'ànec amb naps és un plat de festa popular a les comarques gironines i a Osona, que retrobem arreu de Catalunya.

És un plat bàsicament de tardor i hivernal.

Hi són apreciats els finíssims naps negres de Capmany (Alt Empordà), Banyoles o Talltendre o de la Cerdanya.

Es poden substituir per naps blancs, però no per naps vermells (rodons), que a Catalunya es donen a les vaques (si bé a Portugal es fan servir en cuina, per a sopes) ni napicols (els del famós arròs amb fesols i naps), típics de Tossa de Mar i del País Valencià.

Els naps es fregeixen, es guisen, es posen a l'escudella, es combinen amb conill, peres (bullit de la Cerdanya), amb peus de porc, amb pollastre, amb oca i, especialment, amb ànec.

Normalment els naps se solen bullir abans i s'hi posen sencers o migpartits, però també s'hi poden posar tallats ben menuts, sense bullir.



IMATGE 38: Ànec amb naps negres

7.7.5 CUIXA DE XAI

La cuixa o espatlla de xai rostida és molt popular als Països Catalans, com a plat de festa. Normalment se sol fer al forn, però també es feia a la cassola, amb la clàssica tècnica catalana del rostit humit, de tan bons resultats.

Pot ser entatxonada o emmetxada i després rostida a la cassola o al forn; és una versió més succulenta, que compartim amb els occitans, que han fet famosos el *gigot*, tot un clàssic.

No cal dir que amb una primera matèria tan bona, i una recepta tan ben trobada, en la seva simplicitat, el resultat és esplèndid: una festa per al paladar.

No prescindiu de l'all, que s'adiu molt amb el xai, com ens ho demostren els occitans amb el seu famós *gigot* amb molts alls (solen ser 12, però hi ha qui parla de 100 grans) –tot i que els anglesos i prefereixen menta.

També s'hi afegeixen unes patates, i fins i tot moniatos, tal com es fa a Mallorca.

Altrament, l'emmetxat o entatxonat és una tècnica antiga, que ja es troba en els receptaris medievals, i s'aplica a les carns quan són eixutes, vedella i xai, particularment o per donar-hi més gust i melositat.

Se sol fer servir un estri especial o agulla d'emmetxar; pot servir un simple punxó.

Hi ha qui prefereix l'espatlla i hi ha qui s'estima més la cuixa.

A la cassola s'hi pot afegir alguna herba, especialment romaní, com farigola, llorer, així com canyella.

En comptes de vi ranci, hi podeu posar brandi o vi blanc, o una barreja.

Si ho coeu al forn, unteu la caixa amb llard; hi estareu, aproximadament, el mateix temps; o bé alternar una cocció ràpida amb una de molt lenta, a fi de daurar primer la peça de carn, unes tres o quatre hores; cal ruixar, de tant en tant, la cuixa amb líquid del propi suc, tot girant-la.

Val a dir que a Mallorca la cuixa o espatlla de xai encara s'anomena rostit.



IMATGE 39: Cuixa de xai al forn

7.7.6 FRICANDÓ

Aquest plat de vedella es troba documentat a Catalunya, on és ben popular, igual que a Mallorca, des del segle XVIII. És doncs, un dels plats clàssics, propi d'una ciutat urbana tal com ha existit a Perpinyà, Barcelona, Palma o València.

S'ha de dir, tanmateix que la cuina catalana –i en això és típicament mediterrània- no té pas ni la vedella ni el bou com a carn fonamental.

Cal dir que el fricandó en aquests països és un plat ben diferent. A Occitània és una preparació de xarcuteria a base de pilotes de carn de porc amb mantellina.

La salsa del fricandó no és un sofregit corrent i, per tant, o bé cal posar-hi molt poc tomàquet (millor concentrat o en puré, per donar-hi gust) o se'n pot prescindir, cosa preferible, tot i que alguns cuiners en fan servir.

Es pot aromatitzar amb pebre, canyella, clavell i alguna herba al gust (llorer, farigola, marduix, orenga, agrella...).

Es pot marinar la carn unes dues hores amb oli i vinagre o llimona i, si es vol, sal i canyella en pols.

També hi va bé una mica de vi ranci, vi dolç i fins i tot una picada.

Els cuiners hi solen afegir pastanaga i solen passar la salsa pel xinès o colar-la.

El fricandó, en algunes cases, se serveix amb pèsols i, més correntment, amb bolets: moixernons (en poca quantitat), cama-secs, rossinyols de pi o negres, rovellons, rossinyols, escarlets, etc.

És tradicional fer aquest plat amb llard, o llard i oli.

Hi ha variants consistents a rostir en una cassola primerament la peça de vedella sencera, millor lligada.

Es pot enfarinar una mica, se sofregeix i es guisa i després es talla a rodelles i se serveix amb la salsa, feta amb els ingredients afegits a la cassola (una ceba o cebetes, dos o tres tomàquets petits, clavell, canyella).

Es pot acompanyar amb pèsols o amb bolets i patates tornejades o patató mallorquí (patates petites) i fregides, si es vol juntament amb els bolets, amb l'afegit de dues cullerades de la salsa de la vedella.

Al País Valencià aquesta variant s'anomena carn emmetxada (amb tiretes de cansalada), que se sol fer al forn i forma part de la cuina urbana.



IMATGE 40: Fricandó amb moixernons

7.7.7 PERDIUS AMB FARCELLETS DE COL

Les perdius amb cols –dites també a la col o amb farcellets de col-, és un clàssic plat de l'espai gastronòmic català.

L'aportació catalana és original, tant pel que fa a la salsa com per la presentació de la col en forma d'uns atractius farcellets.

En la cuina oriental –de Romania a Turquia- els farcellets de col blanca farcida amb arròs són una menja apreciada.

El més normal consisteix a fer totes les operacions en una cassola de terrissa o una olla del mateix material (Andorra).

Alguns cuiners rosteixen les perdius al forn i fan les diverses operacions a part.

Perquè la carn de l'ocell no sigui tan eixuta, s'hi sol afegir llard, cansalada i, fins i tot, botifarra crua.

Es pot aromatitzar amb alls, llorer, farigola, clavells, pebre en gra, nou moscada, pela de taronja (Andorra), etc.

Es pot mullar amb vi blanc o negre, vi ranci, brandi, aiguardent i fins vinagre i sucre.

Es poden usar les fulles de col sense formar farcellets, per exemple embolicant la perdiu (Menorca). O, encara millor, a l'estil andorrà, desossat la perdiu i embolicant cada tros de carn amb el farcellet.

És convenient utilitzar cols verdes, d'hivern o d'olla, molt més saboroses que les blanques.

També se solen farcir els farcellets amb carn picada amb sofregit, lligada amb un ou, o bé es pot farcir, amb aquests ingredients, la col sencera. En ambdós casos, cal lligar-ho.

Aquest plat es pot fer d'una forma idèntica amb colomins o tords i, fins i tot, amb productes ben diferents com el llom de porc (Menorca), el conill o la sèpia.



IMATGE 41: Perdius amb farcelslets de col

7.7.8 ELABORACIÓ PRÀCTICA SEGONS EL RESTAURANT CRICH D'AGRAMUNT

7.7.8.1 CARN

“A la brasa, costelles de xai, bistec de vedella. Del tossino: llom, peus i botifarres la blanca i la negra. La vedella en faig bistec i entrecots. I de la “pantorrilla”, que és diu conill, que ho faig servir pels estofats. Les galtes, tant del tossino com de la vedella. Amb suquet fem el tall rodó, fem la brisa, que es compon amb el caldo de rostir la vedella amb pastanaga, porros, i diferents verdures, que amb això es fa la salsa espanyola, tall rodó. També fricandó amb xocolata d’Agramunt.”

7.8 DOLÇOS, CONSERVES I BEGUDES

A la zona mediterrània és costum presentar a taula a l'hora d'esmorzar i berenar, peces de rebosteria dolces tenint, a cada indret, nombroses i delicioses especialitats.

A Catalunya la presència d'elaboracions de postres, pastissos i dolços coincideix també en els aniversaris, els casaments i, encara que s'han perdut una mica en els darrers decennis, en diades tradicionalment festives dins del calendari estacional: torrons de Nadal, panellets de Tots Sants.

Conservar no és altra cosa que practicar l'ecologia casolana sobre uns aliments que, d'una altra manera, corren el risc de podrir-se, assecar-se, florir-se o fer-se malbé amb molta facilitat si no són consumits dins d'un període de temps raonable.

Suposa, també, la tranquil·litat de disposar durant l'any de certs aliments que no sempre es troben disponibles per naturalesa i que permet fer front a qualsevol eventualitat.

7.8.1 MEL I MATÓ

El mel i mató, o el mató amb mel, que és el mateix, són una de les potres més populars de Catalunya.

Elaboracions similars les trobem a la resta dels Països Catalans, amb el nom de brossat, cassoleta, recuita, recuit, etc.

El mató propi de la Catalunya central, se solia fer amb llet de cabra, però actualment es fa també amb llet de vaca.

És famós el de Montserrat així com el de Pedralbes.

El recuit, també una llet quallada –però més cremosa que el mató– igualment són unes postres molt apreciades a les comarques de Girona i a Osona.

S'acostumava a fer amb llet d'ovella; també es preparava amb llet de cabra, però aquesta li donava un gust més fort; actualment se sol fer servir llet de vaca.

Si es feia amb llet d'ovella, s'escalfava la llet fins que gairebé bullís dues vegades, o sigui, que quedava *recuïta*, i es deixava refredar fins a una temperatura de 25 a 30°C.

Se li afegia herba-col la qual, al cap de mitja hora, feia que la llet quedés presa.

Es disposava sobre d'un drap, que feia les funcions de colador, deixant-ne escórrer l'aigua. Calia evitar que s'escorregués massa, ja que la llet hagués quedat massa seca i faria grumolls: la diferència del recuit amb el mató és que aquest és més suau i cremós, i es degusta amb cullera.

Si es deixa escórrer del tot, tenim el recuit de drap o mató.

Un cop fet el recuit es guarda en recipients –no més de dos dies– o es menja en un platet amb sucre, amb mel, amb ametlles torrades...

Actualment, per quallar-la ja no s'utilitza presó (herba-col), sinó que es fa servir quan l'animal, fet amb l'estómac dels xais que encara no han menjat mai, que es penjen, es deixen assecar i es trituren fins a reduir-los a pols.



IMATGE 42: Mel i mató

7.8.2 BUNYOLS

Arreu de Catalunya tothom coneix aquests bunyols com a bunyols de l'Empordà o de Quaresma.

A l'Empordà i comarques veïnes (Gironès, Pla de l'Estany), són anomenats bunyols, i a vegades no es fan rodons, sinó plans, a manera de crespell.

A Cadaqués, de fet, a aquests bunyols se'ls diu crespells, i a la Catalunya Nord, encara més plans i estirats, són les bunyetes (similars a les orelles dels Països Catalans).

A les cases, per Setmana Santa, es reunia tota la família per elaborar-los: mares i àvies preparaven la barreja, els nens ratllaven la llimona, els homes pastaven la massa en un gran tangí (conca, gibrell, ribell) metàl·lic o aràmic i tots plegats ajudaven a fregir-los i, és clar, a menjar-los.

Calents eren boníssims, però els autèntics bunyols tenen la virtut que es conserven una colla de dies.

És lògic, per tant, que se'n fes una gran quantitat, ja que se'n feia present a veïns i parents.

Tant a les Balears com al País Valencià i en altres comarques catalanes es fan també exquisits bunyols: ràpids, de vent, de patata, de carbassa, de moniato i fins i tot de figues i altres fruites.

Alguns cops es recobreixen amb mel.

Es poden menjar calents o freds, amb moscatell o vi ranci.

Es poden empolverar amb sucre granellut o glaç. El sucre glaç es feia picant sucre granellut en un morter.

Per conservar-los, es ruixaven amb anís rebaixat amb una mica d'aigua i es guardaven en un cistell recobert amb un drap de fil blanc o bé dins d'olles de porcellana metàl·lica, tapades.

Normalment s'hi posava greix (llard).

Es pot prescindir de la celiàndria, que a l'Empordà encara s'hi sol posar, però mai de la matafaluga, que s'hi pot posar en gra.

Si es vol que els bunyols no s'assequin tant, és millor fer la massa amb aigua que no pas amb llet.

A vegades, també es feien, en ocasió d'alguna festa, uns bunyols ràpids o a la correguda, barrejant tres tasses de farina, dos ous, dues

cullerades d'oli, una llimona ratllada, dues tasses d'aigua, una cullerada de matafaluga mòlta i dues cullerades de Royal.



IMATGE 43: Bunyols de Quaresma

7.8.3 COCA

“Coca: massa de pasta plana dolça o salada, guarnida amb diversos ingredients. Coca de pa a Girona. Coca d'aire, panous, a València. A l'Alguer, Girona i Catalunya Nord: dolces i de pa. Altres comarques: dolces, salades, tapades o farcides.”

La coca, en efecte, és el dolç o refrigeri nacional segurament més característic.

És, per definició, una menja que ha anat associada sempre a les festes, i que s'elabora tant a les cases com als forns i pastisseries.

Sempre, en el record, hi tenim la coca de la mare o l'àvia, com la de pa de pessic o la de bescuit.

Les coques planes o llises (País Valencià, Mallorca) o bé tapades o farcides, coques de pa, o dites també d'oli, molt típiques de la regió de Girona i fins i tot de Catalunya Nord.

Aquestes, de forma, solen ser ovalades, llises o amb uns característics forats; poden ser grosses o individuals (com una xapata), típiques de Banyoles.

Les coques dolces, o ensucrades, o d'oli, que poden ser de pasta de pa – dites d'oli i sucre, laminerera, etc- o d'una pasta especial –amb mantega o llard-, de bescuit, de pasta fullada, amb llardons o greixons, roes i ragí.

Es poden guarnir amb fruita fresca, confitada o seca (albercocs, cabell d'àngel, pinyons, nous, panses, ametlles...). En destaca la barroca coca de Sant Joan.

Les coques salades, sobretot típiques de la Catalunya Occidental i meridional, incloent el País Valencià i les Balears.

Poden ser només vegetals –amb pebrot i albergínia, amb samfaina, de cutixipanda, amb trempó, amb pebrot –o mixtes- amb tonyina, melva, bacallà, arengada, botifarra-, fins arribar a la magnífica coca de recapte o enramada, que pot incloure tota mena d'ingredients –arengada, botifarra, bolets, cansalada, sobrassada, peix petit.

Mallorca ho corona amb la deliciosa i sorprenent coca dolç-salada, amb albercocs i sobrassada.

Hi ha també les ja esmentades coques tapades o farcides, pròpies del Pallars, d'Alacant, etc. I també les coques a la paella, d'Andorra o del País Valencià.

Les coques poden ser de format ovalat, quadrat i també rodó, com alguna de valenciana, de l'Alt Anoia, etc.

Poden ser molt primes –com la deliciosa coca de vidre barcelonina, o la de trempó mallorquina-, mitjanes o molt gruixudes –com les coques casolanes de Banyoles o de Fraga amb ous, greixons (llardons), pinyons o cireres (com la de Reus).

Normalment es fan en una llauna, i per això al País Valencià es parla de coques de llanda.

Les coques a la calfor o de dacsa són fetes de farina de blat de moro, i es mengen amb coses salades, rememorant una menja típicament morisca.

Les coques, als Països Catalans, són tant una menja de diari com associada a festes importants, de Nadal a tot el santoral.

Tipologies tradicionals de coques: coca amb fulls (de pasta de fulla, de pasta fullada; dita de mantega a Banyoles), coca amb roes o coca de greixons (llardons), coca amb xulles o coca amb xuia (que es feien a l'Empordà i a les Balears), coca bamba, coca beata, coca borda, coca bova, coca d'aire, coca de ca, coca de congret (de pa de pessic, de bescuit al País Valencià), coca de mosson (o coca mossona), coca de Nadal, coca de pa, coca de pastor o de serrano, coca de patata (encara es fa a les Balears), coca dels darrers dies (del dijous llarder), coca enramada (de recapte, de cutxipanda), coca farinosa, (sense llevat), coca ferma, coca fina, coca pagesa, coca pintada, coca rosada, coca rossa, coca tapada, (o farcida).

N'hi podríem afegir moltes més, incloent les que caracteritzen algun poble: coques i cócs de Montblanc, de Perafita, de Manresa, de Fraga, de Tàrraga, de Reus...

Hi podem afegir les coques cristianes, de les monges Magdalenes de Palma, saginosa de Cerdanya, de llet o de tel de llet, de pinyons d'ametlles, de cacaus, de cireres, d'espínacs, de verdura, de ceba i tomaca, de samfaina, sense oblidar l'exquisida coca flaonera d'Eivissa (flaó), amb brossat o quallada.

La paraula coca, per extensió, s'aplica a altres menges: així hi ha les coques a la paella o les coques a la cassola (orelletes, peces de pasta fregides), les coques de torró (que encara es fan per Nadal, tant a les Illes Balears com al País Valencià), les coquetes de carn (tastets, coques de tast o raoles, que es feien el dia de matar el porc), així com les coquetes de fetge o figatells del País Valencià.



IMATGE 44: Coca de Sant Joan (coca de fruita)



IMATGE 45: Coca de crema sense sucre



IMATGE 46: Coca d'anís



IMATGE 47: Coca de llardons



IMATGE 48: Coca de Llavaneres



IMATGE 49: Coca de cabell d'àngel



IMATGE 50: Coca de recapte



IMATGE 51: Coca de forner



IMATGE 52: Coca de crema



IMATGE 53: Coca de trempó



IMATGE 54 Coca de vidre



IMATGE 55: Coca de Montserrat o “Montserratina”

7.8.4 MONA DE PASQUA

La mona és un típic dolç de Pasqua de Catalunya i el País Valencià, incloent la Franja de Ponent.

És en aquestes darreres zones –i també a les comarques meridionals del Principat- on es conserva la mona més tradicional, generalment en forma de tortell.

El costum prescriu que la regala al seu fillol o fillola per Pasqua. Cal dir que aquest regal, en algunes comarques –Osona, el Pla de l’Estany, Gironès, part de l’Empordà...- és un tortell, i es fa el dia del Ram, i en d’altres (Alt Empordà), aquest tortell o rabassa es regala per Nadal.

Hi ha variants més senzilles d'aquesta mona, només amb els ous, aguantats per unes tires de pasta –per tant, en aquest cas es cou tot

junt al forn- i, si convé, pintats (Montsià, Baix Ebre, comarques de Castelló, Franja de Ponent, etc.).

A les comarques centrals valencianes (Alberic, etc.), és una mena de pa rodó i estufat –panoli, pa cremat, etc.- , que se sol fer amb $\frac{3}{4}$ de kg de sucre, dos quilos de farina (aproximadament) una dotzena d'ous, mig litre d'oli i mig litre d'aigua, a part d'uns 125 g de llevat en pols; les boles es deixen llevar i, abans de posar-les al forn, se solen decorar amb uns pilotets fets amb clara a punt de neu i sucre glaç.

A la Catalunya meridional se sol fer amb mig quilo de farina, uns 75 g de sucre, tres o quatre ous, 50 g de mantega (tradicionalment llard) raspadures de llimona, llet (o bé aigua) i uns 50 g de llevat; s'hi dona forma de tortell, s'hi claven els ous durs amb tires de pasta que els envoltin i es fa coure al forn, a 175 °C, uns 40 o 45 minuts.

Els populars tortells, en forma de rosca, de fet, són parents de la mona. A Catalunya continuen essent molt populars.

A part dels ja esmentats del Ram (Osona i Girona) o els de Reis (un costum català i de tot Europa, antigament), hi ha els tortells locals –de Vilafranca del Conflent, els miquelets de València, entorxats d'Olot i els farcits, sigui de massapà o nata.



IMATGE 56: Mona de Pasqua (Tradicional)



IMATGE 57: Mona de Pasqua (Clàssica)



IMATGE 58: Mona de Pasqua (Trufa)



IMATGE 59: Mona de Pasqua (Sara)



IMATGE 60: Mona de Pasqua (Sara)

7.8.5 CODONYAT

El codonyat és una de les confitures més populars i casolanes dels Països Catalans.

Amb els codonys, a més, es fan gelees, licors i ratafies, salses –com l'exquisit allioli de codony- i excel·lents guarnicions de plats de carn, tal com trobem al Magrib i al Pròxim Orient.

Aquest codonyat casolà és molt més perfumat, d'un gust més intens, un color més fosc i una textura més forta que els que es troben normalment al comerç, de tipus industrial.

De variants d'elaboració n'hi ha força: podeu bullir abans els codonys, fins que siguin ben tous, i els reduïu a puré abans de fer-ho coure.

Els podeu ratllar o triturar en cru, i seguir el mateix procediment. S'hi pot posar menys sucre (per exemple, 900gr per un quilo de codonys) i deixar-lo coure menys, de mitja hora a tres quarts.



IMATGE 61: Codonyat

7.8.6 ORXATA

Una clàssica beguda valenciana a base de xufles, coneguda arreu dels Països Catalans i també a fora.

L'orxata pot ser de xufles, però també d'ametlles (llet d'ametlles) o d'arròs.

Al País Valencià l'orxata, normalment, és granissada; del contrari cal demanar orxata líquida.

Solen aromatitzar-la amb una pela de llimona i un canó de canyella, que es trituren juntament amb les xufles. Hi donen un gust deliciós.

A l'aigua de macerar-les s'hi solien posar unes gotes de lleixiu. Després cal esbandir-les molt bé.

També es pot fer sense sucre, o be posant-hi sucre glacé. Tradicionalment aquesta orxata es feia en uns grossos morters.

Seguint un procediment similar per poder fer una orxata d'ametlles o llet d'ametlles.

A Mallorca, en algun poble (Santa Maria del Camí) la llet d'ametlla és típic prendre-la la nit de Nadal, a la sortida de missa de matines o missa del Gall.

Aquesta llet se serveix amb les coques dites de Nadal (feta amb farina, patata, llet, ous i sucre).

També és típica la llet d'ametlles, en aquest cas a l'estiu, a Valldemossa.

Les orxates s'elaboraven amb aquests cereals (ordi, civada o avena) i llet d'ametlles.

És al País Valencià on ha arribat fins avui el repertori més extens d'aquesta mena de refrescos: avena, orxata d'ametlles tendres, orxata d'arròs i xufles, orxata de cànem, ordiat, aigua civà, orxata de tres fruits (xufles, ametlles, arròs i orxata de blat).

Un altre refresc valencià afamat i popular, però en aquest cas amb llet animal, és la llet merengada (tal com es coneix a Catalunya, però que a València és llet gelada (gelà)).

Són dues coses diferents, no obstant això: la llet merengada, com diu el nom té clares d'ou; mentre que la llet gelada és llet aromatitzada amb canyella i llimona, servida molt freda.



IMATGE 62: Orxata

7.8.7 CIGALÓ

Aquesta popularíssima beguda –sobretot als bars-, sembla que té un origen català, potser barceloní i relacionat amb els treballadors del moll, alguns dels quals d’origen espanyol.

El més normal és prendre-la després d’un àpat, hi ha gent que la beu a mig matí, sobretot a l’hivern.

També se’n diu cigaló, paraula, viva però que, originàriament, es referia a “una copa o gotet de licor”.

Al País Valencià es va arribar a fabricar un carajillo embotellat; tenia cafè, rom i sucre, amb 30º, i era paral·lel al cremat, que es coneix

també en aquesta zona, així com a la de la Costa Brava (si bé originàriament, el cremat català els mariners el feien amb aiguardent

de canya. De fet el cremat dels pescadors balears, catalans i valencians, és paral·lel al carajillo, ja que sempre inclou cafè, així com rom o aiguardent, i a vegades brandi.

Hi ha elaboracions tradicionals valencianes (i alguna de balear) de tipus industrial, a part de l'esmentat carajillo, com són el calmant, la crema de cafè i el licor de cafè o cafè licor.

La gent d'abans sempre en bevia de rom, però molta gent ja s'havia passat a l'anís i, cada cop més, al brandi o conyac. Sovint també es cremava o flamejava el rom a la mateixa copa. Aquells cafès i roms se solien servir en una característica copa de vidre molt gruixut.

l cafè, naturalment, es feia amb un ansat o tupí i s'utilitzava una barretina, és a dir, que era un cafè suau, d'infusió.

Val a dir que la primera matèria no era d'una excessiva qualitat: no eren bons els cafès (solien ser torrefactes), i, a més, s'hi barrejava xicòria.

Ara els bars, sortosament, cada cop fan millors cafès spresso, a l'estil italiano-català.

Actualment són populars altres carajillos d'altres aiguardents o licors, del Wisky als licors de crema.



IMATGE 63: Cigaló

7.8.8 EXPLICACIÓ SOBRE COM S'ELABORA EL PROPI PRODUCTE

7.8.8.1 PASTISSERIA RAMON

Nom: Ramon Robira

COCA DE RECAPTE: “primer es fa la base de coca, llavors es posa tomata triturada i sofregida, albergínia tallada i el pebrot, cuit amb arengada o llonganissa, les quantitats mes aviat sempre són per encàrrec, o bé tallades esmicolades, la llonganissa esmicolada i la arengada també.

Temps enrere, havia fet una varietat de coca de recapte amb crema de torró d'Agramunt.”

COCA DE SANT JOAN: “la típica és la de brioix amb fruita confitada, taronja, meló vermell i verd, cirera, ametlla i pinyons. Després hi ha la coca de Sant Joan de llardons, la coca de Sant Joan de llardons farcida de cabell d'àngel, la coca de Sant Joan típica farcida amb cabell, la coca de Sant Joan de pasta de full farcida amb cabell d'àngel i fruita confitada.”

MONA DE PASQUA: “mona de fruita, porta dos farciments, té melmelada acabat amb gema i juntament després hi fem la fruita per sobre, i l'altra classe que ara ha anat guanyant terreny és una capa de melmelada, una capa de mantega i xocolata i una capa de mantega normal, i aquesta ha anat guanyant terreny en la fruita, abans la fruita marxava molt, ara marxa més aquesta, potser perquè és molt lleugera perquè no hi poso molta quantitat ni de melmelada ni de mantega, i la mantega és mantega i no és margarina, treballada amb sucre.”

BUNYOLS: “els de l’Empordà, és una pasta de brioix, és més rica en ou i una mica més de mantega, que es banya després amb moscatell o ratafia, sempre s’ha de fer en calent, quan el bunyol està calent, perquè d’aquesta manera queda més xopat però no goteja, si es fa amb fred goteja i el sucre queda empapatx, i l’altre bunyol és el de vent que es pot farcir de nata o de crema o vendre sense res, la pasta ja porta una mica de crema, és com una pasta de lionesa però de vent.”

TORTELL DE REIS: “el faig amb pasta de brioix però d’una qualitat molt més bona que el brioix normal de tot l’any perquè porta nata líquida en comptes d’aigua, i queda el brioix molt més esponjós, aguanta molt més la humitat durant el dia, no s’asseca. Després va acabat amb fruita, i a la gent que no li agrada la fruita, hi va sucre *volado*, que és com el carbó que es dona a la canalla quan són petits, d’això se’n diu *volado*, es fa a base de sucre i clares d’ous, la temperatura fa pujar el sucre, s’hi posen unes clares que es treballen amb sucre llustre, això se’n diu un glacé. El glacé es barreja amb el sucre amb primera quantitat de sucre gra bullint, i llavors es treballa i queda molt esponjós i es tritura i això es fica a sobre del tortell. Això s’ha anat perdent i només ho saben fer tres o quatre àvies, d’aquesta manera el sucre *volado* aguanta tot el dia i no es desfà, en canvi, el sucre gra es posa directament a sobre d’una coca i es fon.

És aquí on variem, la diferència dels pastissers artesans que el tortell tal com es feia sempre, abans el tortell de reis, es feia pasta de brioix normal, en comptes de ficar-hi fruita, hi ficaven quatre o cinc ous durs i després els ficaven a la pasta, el brioix estava entre 8-10 minuts a coure, l’ou quedava perfecte, estava ja bullit, això es feia temps enrere, ara es fa amb fruita confitada.”

PANELLETS: “ni han moltes varietats, una diferencia que tenim els pastissers artesans, entre d’altres és que la pasta s’ha de fer amb ametlla rallada, sucre gra, ou, ratlladura de llimona, no porta ni fècula de patata, ni moniatos, ni plàtans, ni puré de poma bullida, senzillament, la forma de treballar el massapà, després a partir d’aquí se li dóna els gustos, maduixa, cafè es fa una barreja de sucre cremat que li dóna aquest gust de sucre torrat, de pinyons, senzillament ratlladura de llimona molt fina, que té aquest massapà diferent dels altres? És què aquest massapà fet d’aquesta manera aguanta poc, la gent dels supermercats, els panellets aguanten mesos perquè porten una humitat de fècules i diferents ametlles, potser la farina d’ametlla hi ha gent que hi posa farina de cacauet, és més econòmica, farina d’ametlles velles, de vegades hi ha ametlla ratllada comprada feta, és molt més econòmica, que no pas l’ametlla sencera, molt més econòmica. Els panellets són típics de Catalunya.”



IMATGE 64: Entrevista Pastisseria RAMON

7.8.8.2 PASTISSERIA EL PATI

Nom: Jordi Tarragó

COCA DE RECAPTE: “fem una base de pasta, què és com una pasta de pa, enriquida, porta sal, oli d’oliva, llard de tossino i llevat, perquè la mantega, en aquest cas li donaria un sabor de vainilla, farina i aigua, això és la pasta base per fer la coca de recapte. Quan la tenim pastada l’estirem i a sobre hi posem des d’albergínia i pebrot escalivat, a carbassó i ceba, verdures variades, llavors a sobre hi pots posar, depèn del dia que tinguis inspirat, les clàssiques, albergínia i pebrot, i la de carbassó i ceba. De vegades hem provat de fer-les amb bolets o amb bacallà, etc.”

COCA DE SANT JOAN: “és bàsicament un brioix, un brioix també enriquit amb pols, porta sal, encara que no ho sembli, la major part de productes en porten, sucre, ous, amb més quantitat que un brioix normal, mantega, la farina i llevat, a la coca n’hi va una mica més perquè el brioix al portar sucres, es necessiten que tinguin una mica més de força pots fer-ho amb llet, però nosaltres ho fem amb aigua, sinó queda massa greixós, llavors tens una pasta de brioix que el que fem, un cop està pastada, hi posem des de la clàssica, què és el massapà, ametlla, sucre i gemes d’ou, rebaixat amb gemes d’ou per sobre i fruita confitada, o bé cabell d’àngel també amb fruita, o el que s’està posant de moda, la crema, ho fem sempre per sobre, mai omplir-les després o posar-ho per dins, primer si poses la crema a dins, queden crues, la coca no acaba de coure’s bé, i llavors normalment sempre ho fem per sobre, sanitàriament és molt de guanyat, perquè no hi ha perill que quedin humitats que puguin afectar, i el que fem un cop està estirada la pasta, és posar-la al fermentador, el fermentador no és res mes que una estufa amb aire calent i humitat que fa que pujo el blat, així com la coca de

recapte no cal, el mateix ambient ja puja, la coca de Sant Joan, requereix que pujo, normalment acostuma a ser dos vegades el gruix que hi has posat, quan ja la tens fermentada, les que porten massapà i cabell d'àngel ja hi posem la fruita i els pinyons, a coure, i les que van amb crema, col·loquem la crema llavors a sobre, fem el reixat de crema, posem els pinyons i a coure.”

MONA DE PASQUA: “les tradicionals, sempre havien sigut de dues maneres, la de mantega i la de crema, després ha vingut de la zona de Barcelona, mones de nata, etc. sóc partidari de fer les tradicionals, es fa un pa de pessic, ous, farina, sucre, muntat, ho pots fer amb les clares separades o amb les clares juntes, jo ho faig tot conjunt, primera perquè tens menys perill de que et quedi malament i segona perquè trobo que queda un pa de pessic suficientment esponjós, i a part, fem la gema, que és igual quantitat d'ous que de sucre, cuits amb una casseta elèctrica, que és simplement com si fos una olla, però porta unes resistències, i has d'anar vigilant que no se t'enganxi, perquè ho notes perquè vull, llavors es deixa refredar, això es la gema, per una altra part la mantega, és mantega de vaca, muntada, em refereixo amb el batidor i la màquina, amb almívar, l'almívar és sucre i aigua, amb una proporció determinada, que fa com un suc, llavors barregem, muntem aquesta mantega, amb l'almívar, fins que canvia de color, la mantega es va tornant blanca, i ja està, la pots aromatitzar amb Cointreau, normalment, no l'aromatitzem amb gran cosa, una mica de Cointreau sempre s'hi posa, perquè hi dona més bon sabor, i si la volem fer de xocolata, l'únic que fem es afegir-hi cobertura fosa que és de xocolata pura fosa, amb un casso, llavors per fer-les partim el pa de pessic, hi ha gent que les banya, jo considero que no cal banyar-les, perquè si un pa de pessic és el suficientment tou i el producte que hi poses és suficientment bo, si la banyes, tornem amb el tema sanitari, al banyar-la hi estàs posant licor, és a dir, hi estàs posant humitat, llavors en canvi si no la banyes és una cosa

que és seca, i la gema no et pot fer gran cosa, perquè es una cosa que esta cuita al forn, porta molt sucre, per lo tant, es fa, per dir-ho així, naturalitzada, llavors fem a totes una capa de gema a dins, les de fruita les recobrim de gema, col·loquem la fruita confitada, i hi fiquem la gelatina, fiquem l'ametlla al voltant i la figura. I les de mantega és el mateix amb mantega, i la decoració enlloc de fer-la amb fruita, la fem amb mantega de colors, fem anar la de xocolata i la blanca, perquè considero que començo a tirar color, fer una mantega rosa, estàs enganyant al client, si és prou bo la xocolata i la blanca, ja n'hi ha prou."

BUNYOLS: "n'hi ha de molts tipus, moltíssims, els que per nosaltres tenen més èxit són amb pasta de lionesa que es fa bullir aigua, amb mantega, i quan ja bull s'hi tira la farina a mà, es treballa, fins que es veu que comença com si es vulgues torrar, llavors amb la màquina hi anem afegint ous, fins a tindre una textura si vols fer lionesa, tindrà una textura determinada, en el cas dels bunyols una textura més o menys consistent, i hi afegim la mateixa quantitat de pasta de lionesa i crema pastissera que fem, i raja'ls, mentre els anem rajant, els anem tallant. Aquest és el bunyol de vent, i que aquest potser per mi, és el que més èxit té, hi ha molta gent que ho fa amb brioix, fa un forat a la pasta i això, no en sóc partidari, la que ens va més bé a nosaltres és aquesta."

TORTELL DE REIS: "no és res mes que una pasta de brioix que hem fet per les coques de Sant Joan, quan tenim la pasta feta, així com les coques de Sant Joan simplement les estirem, el tortell de reis, l'obrim una mica, i el tradicional, una tira de massapà, amb el rei i la fava, s'enrotlla aquest massapà o cabell d'àngel se li dona la forma de tortell, es xafa una mica i s'hi posa la fruita a sobre, el mateix es deixa fermentar, quan està fermentat a coure i ja està. Últimament s'ha posat de moda que els volen amb nata, llavors els

fem buits, és la pasta simplement sense res a dins, només amb la fruita per fora, i quan estan cuits i freds, els partim i els omplim del que la gent demana.”

PANELLETS: “els panellets, és ametlla, sucre i gemes d’ou, i ja està, a partir d’aquí, n’hi ha que si patata..., no si tu tens, fas la proporció, perquè el massapà del panellet, has de vigilar, perquè l’ametlla, quan la passes, nosaltres tenim unes màquines, uns corròns on refines la pasta, l’ametlla fa oli, si et passes fa oli, si fa oli vol dir que els panellets se t’escamparan, llavors, has de buscar aquella proporció, que es 50% d’ametlla i 50% de sucre, però la gema ajuda a que la pasta quan ja la passes pels corròns sigui més o menys tova, la passes la refines, fas unes tires redones, i depenent dels gustos, els de pinyons, fas la tira redona, es talla i n’hi ha que ho barregen en un perol i ho tiren dins, nosaltres ho agafem de dos en dos, amb les mans, que se t’empeguin pel massapà i els donem la forma redona, i que la pasta s’enganxi, llavors ho tires sobre un munt de pinyons, passes, i els pinyons queden agafats, l’únic que has de fer amb els panellets, o que es diferencia dels altres, és la manera de coure’ls, perquè el panellet vol, que era com es coïa antigament, que era en forns de volta, que hi havia foc a dalt i a baix no hi havia res, no hi havia calor, molt poca calor, llavors als forns elèctrics que són els que fem anar a pastisseria no hi son, llavors que fem, doncs hi posem dos llaunes o tres a sota, la llauna dels panellets, i les temperatures les graduem que el sostre estigui molt fort i en canvi la base i el mig que estigui a zero o a u, mes que res perquè doni una mica d’eixos, i ja està aquest és un cop de forn, una de les coses que es cou més ràpid, és entrar i al cap de dos minuts fora.”



IMATGE 65: Entrevista Pastisseria EL PATI

7.8.8.3 Taula comparativa entre La Pastisseria RAMON i La Pastisseria EL PATI

A partir de la informació que vaig extreure anant a fer les entrevistes en aquestes dues pastisseries he realitzat la següent taula què, consisteix en les petites diferències que hi ha entre les dues pastisseries alhora de fer la seva tasca.

	PASTISSERIA RAMON	PASTISSERIA EL PATI
<p>COCA DE RECAPTE</p> 	<p>La base de la coca és general, i s'hi posa tomata. Les quantitats són per encàrrec, va a gust de la persona qui encarrega els cocs.</p>	<p>La base de la coca es fa específica pel coc de recapte. De vegades hi posen a part dels ingredients típics, l'albergínia i el pebrot, bolets o bacallà.</p>
<p>COCA DE SANT JOAN</p> 	<p>La base és la pasta de brioix. Es cou al forn. La coca també es fa de pasta de full farcida amb cabell d'àngel.</p>	<p>La base també és de pasta de brioix, però es fa anar el fermentador per fer-la pujar. També s'utilitza el massapà.</p>
<p>MONA</p> 	<p>Fan un tipus de mona innovada, barrejar la mermelada amb la mantega i xocolata, queda molt lleugera i per això té molt èxit.</p>	<p>Una mica de licor "Cointreau" es posa per aromatitzar i donar més bon sabor. Hi posen sempre una capa de gema a dins les mones.</p>
<p>BUNYOLS</p> 	<p>N'hi ha de dos tipus, de brioix, que són els de l'Empordà (licor) i els de vent, que els fa amb pasta de lionesa.</p>	<p>En fa amb pasta de lionesa i la màquina fa una massa que a mesura que va rajant es va tallant.</p>
<p>TORTELL DE REIS</p> 	<p>La base és la pasta de brioix però enriquida amb nata líquida en lloc d'aigua i així queda molt més esponjós. A sobre hi fiquen sucre "volado", aguanta sense fondre's.</p>	<p>La base és la pasta de brioix, com la base de les coques de Sant Joan. En fan una varietat amb nata o xocolata, depèn del que demana la gent.</p>
<p>PANELLETS</p> 	<p>Només porten ametlla ratllada, sucre gra i ou, no s'hi posa ni patata ni moniato.</p>	<p>Només porta ametlla ratllada, sucre gra i gema d'ou. Tampoc hi posen patata ni moniato. S'ajuden d'uns corrons per refinar la pasta.</p>

7.8.8.4 CONCLUSIONS

Els ingredients emprats a les dues pastisseries, bàsicament s'utilitzen els mateixos. En la pastisseria *EL PATI*, en els processos de producció dels diferents pastissos hi entra més maquinària / utilitatges, potser és degut a que està ubicada en una població més gran i es treballa més a l'engròs.

Es manifesta també en una gran varietat de pastes, tant salades com dolces.

En canvi, en la pastisseria *RAMON*, la manera de treballar és més artesana i manual. L'assortit de les pastes és més limitat.

En la pastisseria *EL PATI*, es fa palès una preocupació constant pel tema sanitari i això influeix en la seva manera de treballar, en sentit que es busca una seguretat evitant incorporar productes que puguin portar problemes d'humitat.

El resultat final que he conclòs és que en els dos establiments es posa molt d'èmfasi en la matèria primera i per tant el producte acabat té molta qualitat. La manera com s'hi arriba és diferent, és a dir, el procés de producció pot variar, però el producte final és el mateix.

8. CONCLUSIONS

Després d'hores i dedicació utilitzades a la recerca d'informació per l'elaboració del treball *La Gastronomia de Catalunya* puc dir que m'ha servit per conèixer molt més la cuina que m'envolta. Molts dels plats tradicionals que estem acostumats a menjar, per exemple, els canelons he descobert que tenen molts anys d'història i/o tradició perquè molts d'ells es cuinaven a l'època medieval.

Les tècniques culinàries continuen essent les mateixes d'antigament, com és ara: el bullit, el bany maria, l'ast, el guisat, etc. Però han canviat els estris, per exemple, la terrissa s'ha substituït per l'acer inoxidable, els fogons per la vitroceràmica...

Les hores emprades en la confecció d'un plat es noten en el seu resultat i per això la cuina catalana està obtenint el reconeixement mundial com n'és prova el recentment guardó "El Celler de Can Roca" i tots els reconeixements als grans cuiners, no solament Ferran Adrià (el Bulli) és considerat el primer cuiner del món, sinó que Carme Ruscalleda (Sant Pol) ha estat proclamada 'primera dama de la cuina europea' i, al costat de Ferran Adrià, hi ha Santi Santamaria (Can Fabes) - que va assolir les tres estrelles, que sempre ha mantingut, força abans que Adrià -, Joan Roca (El Celler de Can Roca), Sergi Arola - deixeble d'Adrià - i tants altres, inclosa, com a novetat, una notable presència femenina.

Davant d'aquest èxit tant rotund, queda confirmat que la cuina catalana és un referent mundial i el passat històric, l'entorn geogràfic i la cultura de la gent que han viscut al territori català hi han tingut molt a veure.

Nosaltres que hi vivim, estem acostumats a la nostra cuina, i donat que sempre l'hem tingut tant a prop potser no en som prou conscients, però aquests premis ens en fan prendre consciència.

Els orígens de la cuina catalana els trobem en la civilització grega, donat que en aquesta ja es considerava a la cuina com un art i els cuiners gaudien d'un alt estatus social.

El llibre del Sent Soví és sens dubte el primer llibre important de cuina que tenim i per les receptes que s'expliquen podem veure que les tècniques culinàries (rostir, sofregir, bullir . etc...) continuen encara vigents als nostres temps, a l'igual que alguns estris, encara que no tots.

Els aliments a cuinar també són pràcticament els mateixos d'avui dia. El que potser ha variat més són els costums alhora de menjar, donat que els dies de carn i peix, pràcticament no es fan i els menús diaris són més lleugers i menys consistents que abans i es fan més àpats al llarg del dia.. Tampoc es consumeix tant de pa com abans.

Dins de la gastronomia s'amaguen molts coneixements que encara ens queden per descobrir.

En l'apartat dels plats tradicionals de Catalunya, n'hi ha milers, i de ben segur que molts d'aquests no els coneixem, per exemple, plats que encara no havia sentit anomenar i que en realitat són tradicionals en el nostre món que ens envolta. Són entre altres, els següents: sopa de farigola, truita amb suc, ànec amb peres, ànec amb naps negres, coca de trempó i d'altres.

Però una curiositat que vaig tenir el moment que estava escrivint la part de la Mona de Pasqua, en veure el nom de la Mona de Pasqua (Sara), la veritat és que em va sorprendre, perquè sempre havia vist aquell tipus de mona, però fins en aquell moment no sabia com es deia. A partir d'ara ja ho sabré!

El funcionament i organització dins un restaurant varia molt en funció del propietari i del tamany. Podem dir que tots coincideixen en que intenten tenir preparats o mig preparats parts dels plats que després serviran, amb la finalitat de poder portar més bé les hores "puntes". N'hi ha que tenen persones assignades a preparar els entrants, o els primers i en altres, en canvi, es va fent tot alhora. Depèn molt de cada establiment.

La crisi, en aquest sector s'hi ha notat i molt. Abans, es sortia més a menjar als restaurants i quan es feia no es vigilava tant el preu. Avui dia, és diferent, els menjadors estan més buits i la gent que hi ve, consumeix, moltes vegades un plat únic. Les eleccions dels plats segueixen més el criteri econòmic que cap altre.

La rendibilitat del negoci s'ajusta a l'economia actual, és a dir, els marges s'han reduït molt per poder captar més clientela. S'intenta servir amb la mateixa qualitat en les matèries primeres, però sense incrementar preus i això, a vegades, és molt difícil. Per això podem dir, que s'està passant una època difícil tot i estar vivint uns "temps d'èxit i reconeixements" en la cuina catalana deguts, sobretot, al sorgiment de la cuina d'autor.

9. BIBLIOGRAFIA

Anònim. *Llibre de Sent Soví, Llibre de totes maneres de potatges de menjar, Llibre de totes maneres de confits*. Barcelona. Barcino. 2004. Setembre de 2003.

FÀBREGA, Jaume. *Manual de gastronomia, Indicacions bàsiques per al gurmet*. Valls. Cossetània. 2008. Juny de 2008.

LLADONOSA I GIRÓ, Josep. *La cuina catalana més antiga*. Barcelona. Empúries. 1998. Desembre de 1998

FÀBREGA, Jaume. *El gust d'un poble, Els plats més famosos de la cuina catalana*. Valls. Cossetània. 2002. Agost de 2002.

SEN / VIÑOLY, Miquel / Joan. *La cuina catalana, comarca a comarca*. Barcelona. Empúries. 1996. Setembre de 1996.

Anònim. *Corpus del Patrimoni Culinari Català, Institut Català de la Cuina, El receptari imprescindible*. La Magrana. 2011. Febrer de 2011.

10.WEBGRAFIA

http://www.gastroteca.cat/ca/fitxa-receptes/romesco_de_peix/

<http://www.lacuinadesempre.cat>

<http://ca.wikipedia.org/wiki/Viquipèdia>

Imatge 1: allioli (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/09/allioli-autentic.html>

Imatge 2: Romesco (18-10-2013)

http://www.lacuinadesempre.cat/2013/03/salsa-de-romesco_3.html

Imatge 3: Amanida Catalana (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/09/amanida-catalana.html>

Imatge 4: Xató (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/03/xato.html>

Imatge 5: Escalivada (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/05/escalivada.html>

Imatge : Calçotada (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/03/calcotada.html>

Imatge 7: Pa amb tomàquet (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/09/pa-amb-tomaquet.html>

Imatge 8: Escudella i carn d'olla (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/10/escudella-i-carn-dolla.html>

Imatge 9: Escudella i carn d'olla tradicional de Nadal (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/12/escudella-i-carn-dolla-de-nadal.html>

Imatge 10: Escudella barrejada (18-10-2013)

<http://quedarasbe.blogspot.com/2009/11/escudella-barrejada.html#uds-search-results>

Imatge 11: Sopa de farigola (18-10-2013)

<http://cuinetes-carme.blogspot.com.es/2012/11/sopa-de-farigola-blogs-contra-la-fam.html>

Imatge 12: Sopa de peix (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/10/sopa-de-pescadors.html>

Imatge 13: Caldereta de llagosta (18-10-2013)

<http://www.sibaritia.com/blog/wp-content/uploads/caldereta-menorca.jpg>

Imatge 14 i 15: Favas ofegades (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/05/pesols-i-faves-ofegats.html>

Imatge 16: Patata i mongeta tendra (18-10-2013)

<http://www.ricardoimontse.com/img/verdures-mercat-terrassa.jpg>

Imatge 17 i 18: Espinacs amb panses i pinyons (18-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/09/espinacs-la-catalana.html>

Imatge 19 i 20: Arròs Parellada (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/06/arros-parellada.html>

Imatge 21: Paella Valenciana (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2010/12/arros-caldos-paella-de-marisc.html>

Imatge 22: Fideus a la cassola (20-10-2013)

http://www.lacuinadesempre.cat/2013/06/fideus-la-cassola_4.html

Imatge 23: Macarrons (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/05/macarrons-la-bolognesa.html>

Imatge 24: Canelons (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2010/12/canelons-de-nadal.html>

Imatge 25: Rovellons a la brasa (20-10-2013)

<http://1.bp.blogspot.com/-L-tF5v5XIVQ/UD2sWxQapI/AAAAAAAAKhs/DToKnQt0j04/s1600/cuinacatalana+3.jpg>

Imatge 26: Cargols a la llauna (20-10-2013)

<http://www.masiasalat.com/wp-content/uploads/2012/04/cargols-a-la-llauna.jpg>

Imatge 27: Truita amb suc (20-10-2013)

<http://www.flickr.com/photos/karapelipso/4069077938/>

Imatge 28: Peus de porc amb naps (20-10-2013)

<http://centrehistoriadegava.blogspot.com.es/2013/01/per-sant-antoni-gava-peus-de-porc-amb.html>

Imatge 29: Mandonguilles (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/05/mandonguilles-amb-salsa-de-tomaquet.html>

Imatge 30: Suquet de peix i marisc (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/12/caldereta-de-peix-i-marisc.html>

Imatge 31: Sarsuela de peix i marisc (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/12/sarsuela-de-peix-i-marisc.html>

Imatge 32: Bacallà amb patates (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/10/bacalla-la-grandi-colloni.html>

Imatge 33: Bacallà a la llauna (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/01/bacalla-amb-all-i-julivert.html>

Imatge 34: Bacallà amb samfaina (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/04/bacalla-amb-samfaina.html>

Imatge 35: Pollastre rostit de Nadal(20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/12/pollastre-rostit-amb-prunes-i-pinyons.html>

Imatge 36: Pollastre farcit amb botifarró (20-10-2013)

<http://www.llepadits.com/2010/12/rodo-de-pollastre-farcit-amb-botifarro-cuit-a-baixa-temperatura/>

Imatge 37: Ànec amb peres (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/11/anec-amb-peres.html>

Imatge 38: Ànec amb naps negres (20-10-2013)

http://www.gastroteca.cat/ca/fitxa-receptes/anec_amb_naps_negres/

Imatge 39: Cuixa de xai al forn (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/01/xai-al-forn-amb-mostarda.html>

Imatge 40: Fricandó amb moixernons (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/06/fricando-amb-moixernons.html>

Imatge 41: Perdius amb farcellets de col (20-10-2013)

<http://www.catalunya.com/que-vols-fer/pirineus/perdiu-amb-farcellets-de-col-26-1-85>

Imatge 42: Mel i mató (20-10-2013)

http://www.gastroteca.cat/ca/fitxa-receptes/mel_i_mato/

Imatge 43: Bunyols de Quaresma (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/01/bunyols-de-quaresma.html>

COCA: <http://www.lacuinadesempre.cat/search?q=coca> (20-10-2013)

Imatge 44: Coca de Sant Joan (coca de fruita) (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/05/coca-de-fruita.html>

Imatge 45: Coca de crema sense sucre (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/06/coca-de-crema-sense-sucre.html>

Imatge 46: Coca d'anís (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/04/coca-danis.html>

Imatge 47: Coca de llardons (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/05/coca-de-llardons.html>

Imatge 48: Coca de Llavaneres (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/05/coca-de-llavaneres.html>

Imatge 49: Coca de cabell d'àngel (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/07/coca-de-cabell-dangel.html>

Imatge 50: Coca de recapte (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/07/coca-de-recapte.html>

Imatge 51: Coca de forner (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/01/coca-de-fornier.html>

Imatge 52: Coca de crema (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/01/coca-de-crema-de-sant-joan.html>

Imatge 53: Coca de trempó (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/08/coca-de-trempo.html>

Imatge 54: Coca de vidre (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/09/coca-de-vidre.html>

Imatge 55: Coca de Montserrat o "Montserratina" (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/07/coca-de-montserrat-o-montserratina.html>

Imatge 56: Mona de Pasqua (Tradicional)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/04/mona-de-pasqua-tradicional.html>

Imatge 57: Mona de Pasqua (Clàssica)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2011/04/mona-de-pasqua.html>

Imatge 58: Mona de Pasqua (Trufa) (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2013/03/mona-de-pasqua-trufa.html>

Imatge 59 i 60: Mona de Pasqua (Sara) (20-10-2013)

<http://www.lacuinadesempre.cat/2012/04/mona-de-pasqua-sara.html>

Imatge 61: Codonyat (20-10-2013)

<http://www.gastroteca.cat/ca/fitxa-productes/codonyat/>

Imatge 62: Orxata (20-10-2013)

<http://porvalencia.com/noticias/degustacion-de-horchata-de-chufa-en-la-feria-de-julio/>

Imatge 63: Cigaló (20-10-2013)

<http://blog.educastur.es/nuestrasrecetas/2009/05/29/carajillo/>

11. AGRAÏMENTS

En un primer lloc vull agrair al meu tutor del treball de recerca, cada minut que ha dedicat en aquest projecte, per la seva orientació i ajuda, que han estat essencials per dur a terme aquest treball.

També un agraïment molt sincer a les tretze persones que m'han atès amb una professionalitat exemplar: Ramon Robira, Jordi Tarragó, Francesc Canes Coma, Jordi Inglés Solé, Marta Pinós i Calvet, Pere Pinós i Calvet, Josep M Pinós i Calvet, Tatiana Bondia, Albert Marimon, Josep M Nicolau Placer, Rosa Colilles Brescó, Àngel i Albert. Amb la seva ajuda he pogut aprendre sobre com s'organitza un propi negoci, també el tema de la crisi si ha influït en aquest sector, i si és un negoci rendible.

Un especial agraïment a la meva família que m'ha recolzat i m'ha motivat en tot moment; i també ho agraeixo intensament a la meva tieta, Anna, per ser tan atenta amb mi, per totes les hores que ha dedicat per ajudar-me i per suportar-me quan els nervis em menjaven per dins.

A la Neus Borràs, per dedicar les hores de l'esbarjo a fer possible el CD, ja que sense ella no me n'hagués sortit.

A les meves amistats que han estat el meu suport emocional dia rere dia i m'han envalentit quan tot ho veia fosc.

Per últim, vull agrair molt especialment a l'Albert, per no deixar-me rendir en tots aquells moments en que res no ho veia clar.

12. ANNEXOS

En principi la intenció era fer una entrevista amb més profunditat als restaurants per poder comparar la elaboració del mateix plat en cadascun d'ells, però la predisposició dels mateixos a revelar tècniques o secrets culinàries que poguessin tenir va fer que contestessin amb moltes evasives i no va ser possible fer l'estudi comparatiu. Excepte en un cas puntual que en el llarg del treball ja surt com a exemple en molts apartats.

12.1 Entrevistes a diferents restaurants de l'Urgell

12.1.1 Entrevista Restaurant BLANC I NEGRE

NOM: Francesc Canes Coma

1. Com va néixer el restaurant?

“Els sogres tenien un bar a baix el poble que es deia El Blanc i Negre, jo estava de cambrer allà, i el meu sogre i el meu cunyat, vam decidir que podríem fer una fàbrica de torrons, un hotel, vam començar a comprar terrenys i vam fer l'hotel allà dalt, i així va néixer el restaurant”.

2. D'on prové el nom del restaurant?

“El Blanc i Negre va ser el germà de la sogra, M Carme, quan era jove se'n va anar Andorra que van fundar varis llocs de restauració van tindre l'hotel, i llavors al agafar un bar, van decidir de ficar-li Blanc i Negre, això anys A. Després a l'agafar el baix d'aquí baix, els sogres, primer tenien el casal, després van agafar el bar d'aquí baix d'Agramunt i van posar-li Blanc i Negre, no sabien quin posar-li, i el germà de la sogra al pas de la casa va obrir un restaurant que es deia Blanc i Negre. Fa setanta anys, d'aquí ve el nom”.

3. Quina capacitat té el restaurant?

“600 persones”.

4. Qui porta la cuina?

“Gabriel Ortiz Quer”.

5. És alguna persona que té algun coneixement o algun títol o és una persona que té molta experiència ja d’anys?

“Tenim títols tant el Quer com jo, després experiència del dia a dia, carrera universitària d’Hosteleria cap”.

6. Ho cuina tot la mateixa persona o es parteixen els diferents plats?

“Combinem diferent, es comparteixen diferents plats”.

7. Quants treballadors hi ha al restaurant i/o dins de la cuina?

“10 persones, una cosa és gastronomia, l’altra és hotel, l’altra és restaurant, l’altra bar, jardí... Molts factors diferents”.

8. Quin tipus de plats feu?

“Cuina encantadora de Catalunya, creació pròpia i Internacional”.

9. Quin tipus de clients vénen al restaurant? (Referint-se amb que si la gent que vénen, només vénen a menjar un bon plat i únic o tot un menú complet).

“Tipus de clients de tot, n’hi ha que vénen per primer i segon plat, hi ha molts factors, dia o nit, amb un sol plat passes, com el jovent i després els treballadors a migdia primer i segon plat. Al cap de setmana també és primer i segon plat”.

10. Quan val el menú diari? Hi ha carta cada dia o només al cap de setmana?

“11,00€, carta cada dia”.

11. Quins dies està obert? Quin horari feu cada dia?

“De dilluns a dilluns, de 7:00h a 01:00h de la nit”.

12. Hi ha més gent al migdia o al vespre? Es consumeix diferents plats al migdia i al vespre?

“Al migdia, sí diferents”.

13. En època de vacances hi ha més gent o igual que durant l'any?

“Una miqueta més de gent per vacances, més gent de pas”.

14. Heu notat el tema de la crisi?

“Un 40%”.

15. Creus que és una feina agraïda referent a les hores que hi dediques i els beneficis/sous que n'obtens o penses que no és una feina prou rentable pel temps i els nervis que hi heu de passar?

“Una cosa és negoci familiar i estar-hi al davant i acceptar el que et ve, el bo i el dolent i tal com estem al Blanc i Negre es una feina tant els treballadors i tots, que la gent que treballa, treballa a gust i amb ganes, vull dir es gaudeix tenint el que sigui, no és com una cadena, engegaries a molts clients a donar el tomb però que t'has d'aguantar, la clientela que tenim és molt bona, ara faltaria el doble més de gent, amb plant de beneficis d'empresaris, i amb les hores que l'hotel està obert però els costos importen el mateix tant si n'hi ha deu com s'hi n'hi ha tres”.

16. Com us organitzeu a la feina perquè pugueu donar el servei a les hores punta?

“Experiència”.

17. Quins són els plats més escollits per la gent en general?

“Plats estrella, bacallà a la mel, llenguado al torró, amanida de pardal”.

18. On compreu tota la matèria primera? (per ex. L’oli, l’enciam, el vi, la carn...)

“Majoristes que coneixem de l’arrel de trenta anys, l’oli al *Macià* d’Artesa de Segre, la carn a Tàrrrega, el vi *Costers del Segre, Riojes, Somontanos, Duero, Gallegos*, el número 1 estrella *Costers del Segre*”.

19. Que n’opinen la gent sobre el restaurant?

“N’hi ha de tot, que ho voldrien més econòmic, n’hi ha que no vénen perquè ho voldrien trobar més car, però com que hi ha d’altra gent que ho troba més econòmic”.



IMATGE 66: Entrevista Restaurant El Blanc i Negre

12.1.2 Entrevista Restaurant CRICH

NOM: Jordi Inglés Solé

1. Com va néixer el restaurant?

“Bueno experta la història, casa meva en principi tenim una comptabilitat casera d’un avantpassat meu que es diu Inglés que portava un casa que es diu “Cal Crich” en una posada 1703, i llavors sempre, sempre, al llarg de la història i havia hagut a “Cal Crich” un Inglés i sempre Hosteleria, i llavors es perd el temps perquè hi havia hagut moments que per burocràcia o pel que sigui, per exemple m’ha passat a mi fa divuit anys quan vaig voler fer el local nou, que abans era fonda, al convertiu en restaurant només, l’ajuntament em va dir CC total de l’activitat per tant desapareixes del mapa i quan tornes a engegar el negoci doncs necessites el permís dels veïns, tot el que faci falta. O sigui que tinc lapsus de talls d’història, però sempre hem estat aquí i la mateixa gent”.

2. D’on prové el nom del restaurant?

“Ni se sabe’, ni se sap, no, no, he buscat quan es va ficar de moda la pàgina web per primera vegada, fa dotze anys, vaig voler registrar el ‘crich.com’ acabat en “h”, tal com ho escric jo, perquè es tal com ho escrivia aquell home abans, doncs em vaig trobar que en una ciutat que està a prop de Londres, que al museu del tren via, hi ha una badia que es diu abadia de Crich, llavors jo vaig pensar aquesta gent m’han robat el meu domini i vaig trobar una adreça de correu electrònic, i li vaig dir que si li sabia greu que em vengués el ‘Crich’. Com a veure quan em podia costar i vaig pensar que això valia un duro, època dels duros, de les pessetes, i l’home em va dir que no, que no s’ho venia perquè ells tota la vida des de l’any 1000 que allò era el contat de Crich, l’abadia de Crich, i em va dir que el més probable es que hi hagués un avantpassat meu, que hagués marxat d’allà o sigui que l’hagués empès el rei o que hagués marxat d’Anglaterra i el seu cognom concret i complex li deien “el Crich “ o “el Inglés”, i així podia ser que s’haguessin quedat aquests dos noms i lligats, o sigui d’origen zero, suspès”.

3. Quina capacitat té el restaurant?

“Seixanta-set places”.

4. Qui porta la cuina?

“La meva dona, Angelina Camats i Puig”.

5. És alguna persona que té algun coneixement o algun títol o és una persona que té molta experiència ja d’anys?

“Està titulada i té experiència, les dos coses van venir alhora, ella va acabar com a mestra però es va quedar aquí amb jo i llavors va fer els cursos en una escola d’Hosteleria per poder estar aquí, però ja hi era, perfeccionar per dir un ‘algo’”.

6. Ho cuina tot la mateixa persona o es parteixen els diferents plats?

“Sempre ella tot”.

7. Quants treballadors hi ha al restaurant i/o dins de la cuina?

“Estem nosaltres dos, i dues noies, i a la cuina una renta plats i l’altra serveix amb jo”.

8. Quin tipus de plats feu?

“Cuina tradicional i de tan en quan rescatem plats vells”.

9. Quin tipus de clients vénen al restaurant? (Referint-se amb que si la gent que vénen, només vénen a menjar un bon plat i únic o tot un menú complet).

“Es que ara estem en un moment que la acupuntura ha portat coses rares, nosaltres fins ara o encara ara fem una carta els caps de setmana i un menú de cap de setmana i el 99’9% de la gent m’agafa el menú de cap de setmana i durant la setmana només faig

menú de via cada dia, llavors a cada menú hi tinc vuit plats de primer i vuit plats de segon i gairebé ja és una carta, però lògicament la persona que em ve passavolant, o sigui no els fixos, els passavolants, volen saber el mal de morir, és a dir, jo menjaré i em costarà tan, beure tan, i em costarà tan, i llavors el menú com que t'ho engloba tot, saps com t'anirà la pel·lícula, en canvi si demanes a la carta una amanida i has d'agafar un paper i un bolígraf i has d'anar sumant, i dir: 'uf! Vint-i-cinc euros, oh! No passo, no arribo, no ho sé', canvia no? Però tothom m'agafa el menú des de que hi ha crisi, és a dir, dos anys o dos anys i mig, el menú domina i plats únics, faig plats combinats però quasi bé diria de situació, el plat combinat el serveixo al carrer o els divendres quan hi havia la discoteca oberta, el jovent, però era puntual”.

10. Quan val el menú diari? Hi ha carta cada dia o només al cap de setmana?

“12,00€ inclou la beguda, el postres un primer i un segon, tinc la carta tots els dies, però ja ni me la demanen, cap dia, cap dia eh, la porto”.

11. Quins dies està obert? Quin horari feu cada dia?

“De dimarts a diumenge, des de les 07:00h fins a les 23:00h”.

12. Hi ha més gent al migdia o al vespre? Es consumeix diferents plats al migdia i al vespre?

“Al migdia, sí el vespre tendeix més plat suau, sopa, verdures, coses d'aquestes, i al migdia és una mica més agosarat, per exemple si a l'hivern tens llegums marxen més al migdia que al vespre”.

13. En època de vacances hi ha més gent o igual que durant l'any?

“Nosaltres tenim més feina a l'hivern, perquè tenim el torró, Agramunt és torró i xocolata i això comporta turisme i estem a camí de pistes d'esquí, m'imagino coses de muntanya, més l'hivern”.

14. Heu notat el tema de la crisi?

“Sí, però no és a la taula la crisi, la crisi és a origen, al comprar el producte, la llum, tot el que m’ha encarit que jo no puc apujar”.

15. Creus que és una feina agraïda referent a les hores que hi dediques i els beneficis/sous que n’obtens o penses que no és una feina prou rentable pel temps i els nervis que hi heu de passar?

“Les dues coses, no és rentable pels horaris, però és molt agraïda per la clientela, no pels beneficis sinó el contacte humà, encara que no ho vulguis cada establiment, sense que tu ho vulguis escull la seva clientela, llavors hi ha una harmonia, per exemple, a mi gent que beuen molt alcohol, no en tinc, en principi perquè la meva cària ja els hi diu ‘no tornis’, només mirant, no ho dic però ho notes, llavors, doncs clar, si vas seleccionant per sort o per desgràcia, per exemple, no sóc racista, però no tinc immigrants tot això no m’entren, i no és una casa de “lujo” no, però no vénen, hi ha d’altres llocs que ho cobreixen això, llavors quan era l’època de la bombolla, per dit un algo, no em venien els paletes, em venia l’aparellador, l’arquitecte, l’home que els hi venia el material de la construcció, el camioner que repartia, com a molt, és a dir, no se m’embrutava el local de terra o de ciment, i no ho he triat jo perquè a veure a 12,00€ marca la pauta el preu i el tarannà del qui ho porta”.

16. Com us organitzeu a la feina perquè pugueu donar el servei a les hores punta?

“N’hi ha un que mana, que és la meva dona, i els demès sirguen, el que dóna la benvinguda, dóna el menú, dóna la carta, sóc jo, però en aquest cas el menú és recitat, jo l’explico, llavors jo sóc el pallissa de la pel·lícula, per dir un algo, llavors la meva dona és la que mana, des de dins de la cuina sense veure-ho, et diu ‘els de la 3 estan’, s’han de canviar els plats i saps que més o menys han d’estar acabats”.

17. Quins són els plats més escollits per la gent en general?

“Depèn de temporada, depèn de festa, és a dir, per exemple, per la fira del torró, com que ja fa 25 anys que fem la fira, jo sempre apunto els plats que despatxo cada dia, és a dir, sé quants plats de sopa han sortit, quants de macarrons, quants de verdura, quants de carn, del que sigui no, llavors en especial, Festa Major, fira del torró, la castanyada, el carnestoltes, aquestes festes, llavors això ho faig perquè si vols confeccionar un menú poses plats èxit, plat èxit què vol dir, plat què és ràpid per mi “a lo millor el puc tenir quasi bé apunt fet” i l’altre és què jo sé que hi ha garantia segura que si te’n poso cinc al davant d’aquests cinc, tres són els que jo tinc plat èxit i que m’agafarà, llavors hi han els altres dos per l’estrany que no me’ls agafa”.

18. On compreu tota la matèria primera? (per ex. L’oli, l’enciam, el vi, la carn...)

“Tot és de proximitat, l’oli és del lloc més lluny que compro, Guimerà, de *Cal Jan*, viuen a Tàrrega havia treballat als olis Borges però jo els conec de molts anys aquesta gent, el pare, el pare vull dir un home gran com el meu, 92 dos anys, és de Preixens hi tinc una relació. El vi és més complex, he canviat la tàctica, ara compro a un noi que és enòleg que és de Guissona que es diu Jordi Martínez i té una empresa que es diu *Selecte*, llavors hi havia dos opcions una és confeccionar una carta parlant com te dit abans: èxit, és a dir, un *Raimat* que tothom el coneix, un *Codorniu* que tothom el coneix, *Freixenet*, marques que tothom coneix, o podia dedicar-me a uns altres vins que són desconeguts però que són de categoria, llavors el que si que vaig tenir clar és vins de *Rioja* no, *Somontanos* no, és a dir, faig *Costers del Segre* bàsicament i després ara he obert amb aquest noi dins del *Montsià*, són vins que tenen una personalitat pròpia molt bona i el qui s’entén en vi, a casa meva no el descobreix, ja el coneix aquell vi, però el bo és que no està a la ruta dels supermercats, és a dir, tu no saps quan em costa a mi aquest vi ni per quan hi carrego, si el multiplico, si el sumo si el triplico el cost, no és que em doni marges brutals, perquè els preus són barats però tinc una qualitat molt bona de vi relativament desconeguda, és un invent a veure que passarà. La carn, el corder es d’Agramunt, el porc es d’Agramunt, llavors els avirams també d’Agramunt i agafo també una marca que es diu *Pollastres de l’Era* que ho fan uns grangers, hi ha dos grangers d’Agramunt, però n’hi ha que són

d'Artesa de Segre, i de dalt de Ponts, però jo compro els d'Agramunt i ves a saber potser mels baixen de Ponts però sacrificats i arreglats i el peix del peixater d'Agramunt”.

19. Que n'opinen la gent sobre el restaurant?

“De veritat? Ho sé però em costa dir-ho, els hi fa respecte, es pensen que casa meva és un local car, o per una elitè, i no ho és, abans t'ho he dit que es crien sols la gent, doncs me'n dono conte.

Tinc una cambrera, que és romanesa, però parla català, i parla molts idiomes, més que res la vaig agafar pels idiomes. ‘Doncs jo ja faré vindre als meus amics i vindrem a viure aquí’, i no vénen, i li vaig preguntar, escolta com és que no venen els teus amics, i diu: ‘es que els hi fa respecte’, dec fer cara de mala llet, i sí que la tinc una cara rara però a mi m'agrada molt la gresca, no ho entenc...”

Elaboració de tres plats.

“La paella de peix, de tota la vida, vull dir no faig paella pedalada, o arròs negre, tot això no, faig la tradicional i la faig el dijous. Només hi ha un poble que no la fan el dijous, que es a Montblanc, la fan el dimecres. Llavors la variació que li faig a la paella per últim és que el dijous també fem fideuà, o sigui faig tres paelles que serien una vintena de racions, més o menys, però clar no m'arriben per tothom, llavors la solució és entremig intercalar fideuà que són més ràpides llavors jugo amb les dos coses.

Els peus de porc són de set o vuit maneres, però al menú entra de brasa, és a dir, la gran gràcia dels peus de casa meva és que estan bullits per nosaltres i això fa que sigui més tendre i a la carta en tinc uns que són amb prunes i bolets, en tinc uns altres que van amb cargols i en tinc uns altres que són farcits de marisc, és a dir, els desossem i els omplim, llavors no es ben bé un peu sinó que és un embotit perquè ho embolcallem amb el tel dels budells, que ho venen a la xarcuteria, això és una ‘delicatessen’, és una altra manera de fer-los.

La crema catalana, ara últimament fem un “inventillo”, ens va passar que vam fer crema catalana posa per una vintena de persones, i en qüestió de deu minuts se'm va complicar tot, per parlar de tenir crema per a vint ha demanar-me'n més de trenta, com ho fem? La meva dona va fer coc ràpid, doncs el vam tallar com si fos ‘pa bimbo’, el vam fer amb un

motlle de 'pudding', i el vam tallar 'finet', i enlloc de fica'l en una terrissa de crema ho vam ficar en un plat, de ous al plat, i hi ficàvem aquest coc "borratxet" i damunt la crema cremada, però en principi la fem normal, bé i cremada".

I explicar una creació pròpia del restaurant. (cuina d'autor)

"Ui, n'hem fet tants i després me'ls han copiat, t'explicaré més o menys el que hi havia avui per a veure si trobes 'algo' que és meu, clàssic hi havia, sopa de caldo, verdura patata i mongeta tendra, que això és normal, la paella i la fideuà, perquè avui és dijous, els macarrons que els tinc fets de dos maneres, uns són fets sense carn i hi incorporem carn pel qui hi vol carn que és de la llonganissa i els servim amb formatge fos pel damunt, pel menú infantil, llavors, tenim amanides tibies, en teníem una que era un coixí d'enciam amb fruits secs i pipes al damunt, formatge de cabra que es diu el 'Rulo' una mica fos, però a l'altra era el mateix coixí d'enciam sense els fruits secs i sense formatge de cabra, i llavors al damunt hi ficàvem unes faves que estaven guisades amb uns encenalls de pernil i un puntet d'all, llavors perquè tinguessin més gràcia, perquè la fava és farinosa, encara que sigui la petita, les collim nosaltres, les coem i les congelem per mides, doncs fa una vinagreta que seria una evolució de la xatonada, que es fa amb escarola però més líquid perquè bulli l'amanida, també queda 'xulo'. Aquests podrien ser uns plats.

Segons més que res, els peus aquests farcits, molt peix, també de talls tenia a la brasa, costelletes de xai, bistec de vedella, del porc: llom, llonganissa, botifarra negra o la combinació de les dos botifarres, llavors el *Pollastre de l'Era*, com t'he dit abans, els quarts de darrera, la cuixa i la sobre cuixa, els fem rostits, avui eren al forn amb timó, llimona i pebre negre, com un pollastre a l'ast, llavors el que faig al pit és desossa'l i tallar-lo a filets, el passo a la brasa i llavors la meva dona fa unes herbes provençals, que ho fa amb timó, diferents herbes de per aquí al voltant, al sucre una gota d'oli i al cremar-lo dóna un aroma de bosc, i el servim amb formatge emmental fos pel damunt".



IMATGE 67: Entrevista Restaurant El Crich



IMATGE 68: Entrevista Restaurant El Crich

12.1.3 Entrevista Restaurant L'Hostal del Carme

NOM: Marta Pinós i Calvet, Pere Pinós i Calvet i Josep M Pinós i Calvet.

1. Com va néixer el restaurant?

“Nosaltres som la quarta generació, és a dir, el restaurant fa 50 anys que hi és, i va néixer de la besàvia, la besàvia tenia una casa de despeses, de la casa de despeses van passar a l'Hotel Espanya i de l'Hotel Espanya van passar a l'Hostal del Carme el 1961 fins ara”.

2. D'on prové el nom del restaurant?

“L'àvia, la senyora Maria era molt devota de la Verge del Carme i d'aquí ve el nom”.

3. Quina capacitat té el restaurant?

“Com a restaurant 350 persones”.

4. Qui porta la cuina?

“La meva mare, l'Anna Maria”.

5. És alguna persona que té algun coneixement o algun títol o és una persona que té molta experiència ja d'anys?

“Molta experiència”.

6. Ho cuina tot la mateixa persona o es parteixen els diferents plats?

“Es parteixen els diferents plats”.

7. Quants treballadors hi ha al restaurant i dins de la cuina?

“30 al restaurant i 15 dins la cuina”.

8. Quin tipus de plats feu?

“Tradicional”.

9. Quin tipus de clients vénen al restaurant (Referint-se amb que si la gent que vénen, només vénen a menjar un bon plat i únic o tot un menú complert)?

“Tot un menú complert”.

10. Quan val el menú diari? Hi ha carta cada dia o només al cap de setmana?

“12,60€ , hi ha carta cada dia”.

11. Quins dies està obert? Quin horari feu cada dia?

“Cada dia, l’horari és de 07:00h a les 23:00h”.

12. Hi ha més gent al migdia o al vespre? Es consumeix diferents plats al migdia i al vespre?

“Al migdia, sí”.

13. En època de vacances hi ha més gent o igual que durant l’any?

“Igual que durant l’any”.

14. Heu notat el tema de la crisi?

“Sí”.

15. Creus que és una feina agraïda referent a les hores que hi dediques i els beneficis/sous que n'obtens o penses que no és una feina prou rentable pel temps i els nervis que hi heu de passar?

“No no, és una feina agraïda”.

16. Com us organitzeu a la feina perquè pugueu donar el servei a les hores punta?

“Depèn del tall, és a dir, si fas vedella rostida això ja està fet abans, depèn del que facis, depèn si fas carta o si fas banquet”.

17. Quins són els plats més escollits per la gent en general?

“Paella, ternasco, fideuà”.

18. On compreu tota la matèria primera? (per ex. L'oli, l'enciam, el vi, la carn...)

“A tendes de proximitat, a *Cal Vilodi*, fruites i hortalisses, *Setó Martí*, embotits. L'oli, abans era olis *Falip* i ara és olis *Macià*, el vi al *Carbonell* de Cervera i la carn al *Narcís* de Lleida”.

19. Que n'opinen la gent sobre el restaurant?

“Molt bé”.

Elaboració de tres plats per fer la comparació amb els altres restaurants

“La paella fem un sofregit, tirem el peix, el fumet i l'arròs. Els peus de porc, bullim els peus, fem la salsa. La crema catalana la llet, els ous, la canyella”.

I explicar una creació pròpia del restaurant. (cuina d'autor)

“El tàrtar de carn”.



IMATGE 69: Entrevista Restaurant L'Hostal del Carme

12.1.4 Entrevista Restaurant La Cava

NOM: Tatiana Bondia i Albert Marimon

1. Com va néixer el restaurant?

“Doncs mira jo al principi de tot d’obrir-lo no hi era però va començar tot amb això, amb la iniciativa de donar bon producte, bon menjar bé de preu a tothom, és a dir, que tot tipus de classe, parlant econòmicament, s’ho pogués permetre”.

2. D’on prové el nom del restaurant?

“Ja era el nom que sempre havia sigut aquí, abans això es veu que havien sigut unes caves, havia sigut tot un carrer de cava de vi, després hi haver un Frankfurt que també va tindre molt èxit i després pel fet de no canviar el nom ja vam deixar *La Cava*”.

3. Quina capacitat té el restaurant?

“Realment unes 35 persones cada torn, fem dos torns”.

4. Qui porta la cuina?

“Jo mateixa, tot i que tens l’ajuda de tot l’equip pugui ser l’Albert amb coses de pensar, les mans que són molta ajuda, al cap i a la fi no ho pots portar tu sol”.

5. És alguna persona que té algun coneixement o algun títol o és una persona que té molta experiència ja d’anys?

“A veure tot va igual que l’Albert, suposo que neixes amb aquestes coses, et van agradant i des de petit és “algo” que vas fent, però sí hem anat a estudiar Hosteleria a Manresa”.

6. Ho cuina tot la mateixa persona o es parteixen els diferents plats?

“A veure realment la base dels plats, és a dir, jo puc donar la idea, ensenyo com es fa aquell plat llavors la gent fan un “copiar y pegar”, per dir-ho d’una manera, però sempre estem oberts a: “Mira! Jo això ho he fet i podríem fer-ho d’aquesta manera o de l’altra”, és a dir, aquí qualsevol pot portar una idea que no és rebutjada”.

7. Quants treballadors hi ha al restaurant i/o dins de la cuina?

“Doncs mira per *La Cava* som, tres cuiners a la cuina, un a la pica i tres a la sala”.

8. Quin tipus de plats feu?

“Es podrien dir plats típics tradicionals que s’han deixat bastant a perdre, no anem a fer “Ferrans Adrians” no volem ser un “Bulli” tot el contrari, volem ser un restaurant tradicional amb bon producte que és “La mare dels ous” de tota la vida, tapetes o tastets”.

9. Creus que a la gent els agrada tot aquest món de la cuina d’innovació? (és a dir, els plats delicatessen)

“Més que d’innovació és de tota la vida, el que passa és que com que s’havia perdut tot això ara es pensa que és d’innovació però són coses que les havien fet les iaies i quan vénen aquí les recorden i encantades, però té èxit per això perquè tornem una altra vegada a lo d’abans i està a l’abast de tothom, havíem arribat en un punt que qualsevol podia obrir un restaurant i qualsevol podia fer una espuma de patata per 25 euros, quan saps que un sac de 25kg de patates no et costa ni 25 euros, doncs això hem deixat d’enganyar en el client i posar-li les coses clares, si et vols menjar aquells rossinyols per aquell preu t’ho menjaràs tu, però realment que sàpigues que aquest preu és el que es compra no es pot encarir tant, la mà d’obra no és tant cara”.

10. Quan val el menú diari? Hi ha carta cada dia o només al cap de setmana?

“Tenim menú al migdia, més que menú plat del dia i val 7,90 amb IVA inclòs, dilluns i dimarts la carta està tancada, la carta sempre són totes les nits de dimecres fins diumenge a la nit i dissabte i diumenge al migdia i de dimarts a divendres és el plat del dia”.

11. Quins dies està obert? Quin horari feu cada dia?

“Doncs això, de cara al client ja des de dimarts al migdia i tota la setmana, l’horari del matí és de les 9:00h fins a les 17:00h i després quan comencem que seria *La Cava*, no el plat del dia, és de 18:00h a 01:00h, una cosa així”.

12. Hi ha més gent al migdia o al vespre? Es consumeix diferents plats al migdia i al vespre?

“És difícil perquè al migdia no s’agafen reserves llavors és més a la que va venint i al vespre s’agafen reserves i clar llavors ja saps la gent que tens omplerta.

Sí, és a dir, realment la base és la mateixa, el bon producte i tot això, al migdia també es treu el que passa que són plats diferents, per exemple, unes mandonguilles no te les faré no perquè no siguin bones, sinó perquè jo crec que quan surts a sopar una carta no et faré unes mandonguilles normals, t’hi aniré a donar dos voltes i et faré poder un altre tipus de menjar”.

13. En època de vacances hi ha més gent o igual que durant l’any?

“No no, es nota el bon temps, es nota, això sempre es nota, qui digui el contrari enganya”.

14. Heu notat el tema de la crisi?

“Bé, es que tot ha vingut una mica lligat, quan ha començat el tema crisi nosaltres llavors també ha sigut com un punt de “despegue”, van nombrar l’Albert millor cuiner de

Catalunya, llavors doncs clar, ha anat una miqueta tot lligat, poder el “BOOM” de la crisi com la pogut notar l'altra gent poder no l'hem notat, apart de que és el que dèiem, que no hem mogut preus nosaltres per molta crisi que hi hagi ni hem apujat ni hem abaixat preus llavors doncs clar 20 euros la gent sempre té vint “eurillos” per anar a gastar, llavors clar poder no ho notes tant”.

15. Creus que és una feina agraïda referent a les hores que hi dediques i els beneficis/sous que n'obtens o penses que no és una feina prou rentable pel temps i els nervis que hi heu de passar?

“A veure clar, si realment no t'agrada no ho aguantas, però si ho portes a la sang i t'agrada i tot, tot al contrari, és a dir, no saps estar parat, necessites aquest “rock and roll” que tenim aquí dins, el nervi, el “catxondeo” ho necessites, és additiu quasi bé per dir-ho d'una manera”.

16. Com us organitzeu a la feina perquè pugueu donar el servei a les hores punta?

“Doncs això, parlar-ho tot, no tenir pèls a la llengua amb ningú de dins, ‘no està bé això, cap problema ho fem d'una altra manera’, però més que res això que hi hagi una veu cantant que en aquest cas sóc jo, sempre hi ha un filtre que és el que ha d'anar parant els cops, ha d'anar parant els nervis i en aquest cas em toca a mi però val la pena amb la recompensa”.

17. Quins són els plats més escollits per la gent en general?

“La brava és la que ens ha donat el punt fort i està sobtant bastant amb l'hamburguesa, però La brava és la reina dels plats”.

18. On compreu tota la matèria primera?

“Doncs en productors de per aquí la zona, el vi ens en podem anar des de Vallbona de les Monges fins a l'Ametlla de Segarra, Verdú... anem per aquí, no anem molt lluny, l'oli també de Vallbona de les Monges, Rocallaura... De mini productors”.

19. Que n'opinen la gent sobre el restaurant?

“A la gent els agrada, són també productes que hi han clients que de vegades també els hi comprem, que tenen hort i els hi comprem el seu producte i llavors els hi fa gràcia vindre aquí i menjar-se el seu tomàquet, llavors clar vulguis o no la gent respon bé amb això, perquè són amics, són coneguts, són familiars i com que toquem amb tant petit, al final és això, som família tots”.

I explicar una creació pròpia del restaurant. (cuina d'autor)

“La brava, que és la ‘champion’ de tot, el que fem és agafar la patata i embolicar-la amb paper d'alumini i la posem al foc, com si fos al caliu per dir-ho d'una manera, d'aquesta manera es fa amb el seu vapor i la seva mateixa pròpia aigua i així no es queda tant resseca com si la fessis sense paper, llavors el que fem és una salsa de tomàquet que realment és el bitxo, els querolets, els alls, els posem a sofregir amb la ceba i després hi afegim el tomàquet sencer que vagi fent ‘xup-xup’, després ho alineem amb la sal, el sucre per l'acidesa, i el pebre, una vegada està fet ho triturem tot i aquí ja tindriem la salsa brava, i llavors amb l'allioli juguem amb el que es feia abans, l'allioli de codony o de poma, nosaltres agafem el codony i fem un allioli de codony, agafem l'ou, l'all, el codony, l'oli tot triturat i ja tindries l'allioli, i acabem de donar el toc amb la sal negra, aquesta sí que ens la porten de fora, és el toc que crida l'atenció a vista”.



IMATGE 70: Entrevista Restaurant La Cava

12.1.5 Entrevista Restaurant LALÀ

NOM: Josep M Nicolau Placer i Rosa Colilles Brescó.

1. Com va néixer el restaurant?

“Nosaltres no es dedicàvem a la restauració. El Nico és dissenyador agrònom i jo dissenyadora gràfica. Al Nico sempre li havia agradat cuinar, a la seva mare li agradava molt, i quan ell era més jove, havia cuinat molt amb la seva mare.

Per això nosaltres vam pensar de muntar un restaurant, i només pel local, ens va engrescar”.

2. D'on prové el nom del restaurant?

“Vam fer una pluja d'idees on hi havia 5.000 noms apuntats i vam posar entre ells, LALÀ, i vam agafar aquest perquè era un nom fàcil i musical”.

3. Quina capacitat té el restaurant?

“30 persones al menjador i 30 al jardí”.

4. Qui porta la cuina?

“La cuina la porta el Nico”.

5. És alguna persona que té algun coneixement o algun títol o és una persona que té molta experiència ja d'anys?

“Autodidàctica, ja és professional des de fa anys. Mirant com ho feien els altres i buscant el model del que agrada més. L'aprenentatge és el dia a dia”.

6. Ho cuina tot la mateixa persona o es parteixen els diferents plats?

“Abans hi havia dos persones, una feia entrants i postres, però ara els postres els faig jo i el Nico fa tot l’altre”.

7. Quants treballadors hi ha al restaurant i/o dins de la cuina?

“Normalment dos fixes i als caps de setmana, que hi ha més feina, un a la sala i un altre a la cuina”.

8. Quin tipus de plats feu?

“Tenim el menú dels dies laborables, un entrant, un segon i el postre, inclou l’IVA i el pa i la beguda apart.

Hi ha els platillos que és mitja ració hi ha client que amb sis, fan un àpat i hi ha client que fan dos platillos a compartir i dos plats clàssics”.

9. Creus que a la gent els agrada tot aquest món de la cuina d’innovació? (és a dir, els plats delicatessen)

“Sí, la gent vol coses diferents sempre”.

10. Quan val el menú diari? Hi ha carta cada dia o només al cap de setmana?

“El menú val 13,00€ dies laborables al migdia. Hi ha carta sempre”.

11. Quins dies està obert? Quin horari feu cada dia?

“Els migdies tots, menys el migdia de dimarts, les nits divendres i dissabte i a l’estiu també el dijous, de juny a setembre. L’horari és de les 13:30h a 15:30h i a la tarda de les 21:00h fins a l’hora de tancar”.

12. Hi ha més gent al migdia o al vespre? Es consumeix diferents plats al migdia i al vespre?

“Depèn de la temporada, a l’estiu acostuma a haver-hi més gent a la nit, especialment dissabte i diumenge, dissabte al migdia més flux i diumenge forasters i famílies”.

13. En època de vacances hi ha més gent o igual que durant l’any?

“Hi ha més gent durant l’any”.

14. Heu notat el tema de la crisi?

“Moltíssim, hem arribat a reduir el personal i també ha afectat la competència, s’estan abaixant els preus i és un gran error, perquè també baixa la qualitat del producte, en aquest sector ens hem substituït”.

15. Creus que és una feina agraïda referent a les hores que hi dediques i els beneficis/sous que n’obtens o penses que no és una feina prou rentable pel temps i els nervis que hi heu de passar?

“És una feina rentable però en aquest moment no ho és, és com un projecte vital el LALÀ, algo més que el negoci, continuem defensant el nostre projecte a costa del nostre esforç”.

16. Com us organitzeu a la feina perquè pugueu donar el servei a les hores punta?

“El Nico està a la cuina i jo a la sala, si en algun moment no podem donar més servei, parem i no agafem més gent”.

17. Quins són els plats més escollits per la gent en general?

“El tàrtar de vedella amb foie i vinagreta de tòfona negra, el tàrtar de tonyina amb salsa de màlaga virgen i soja i l’arròs caldós de llagosta. I dels postres el cruixent de pinyons i el ‘coulant’ de xocolata”.

18. On compreu tota la matèria primera? (per ex. L'oli, l'enciam, el vi, la carn...)

“En diferents proveïdors, dos de peix, dos de carn, dos de verdures. Per exemple el vi al Comercial *R. Consul* de Bellpuig i també a *Vilaviniteca* de Barcelona, el pa a la Panaderia *Vilardosa* de Tàrraga, els peixos a la peixateria *Alvar* de Tàrraga i també a “Pescados Videla” i les carns a la carnisseria *Tacies* de Tàrraga i a la carnisseria *Teresita* de Tàrraga”.

19. Que n'opinen la gent sobre el restaurant?

“Les directes que sempre són bones i després, el *Tripadvisor*, una pàgina web de viatgers, que teníem bones crítiques i érem el primer restaurant, ara som el tercer”.

I explicar una creació pròpia del restaurant. (cuina d'autor)

“El cruixent de pinyons, és una versió del San Honoré, amb pasta de filo, crema caramel·litzada i nata.

El tàrtar de tonyina, el combinat de sardines i anxoves, el saltat de xipironets amb ceba confitada i salsa de soja, l'ou ferrat amb carbassó i el cremós de tupí amb compota de tomata”.



IMATGE 71: Entrevista Restaurant LALÀ

12.1.6 Entrevista Restaurant El Celler de l'Artista

NOM: Àngel i Albert.

1. Com va néixer el restaurant?

“Va néixer perquè érem molt amics i va sortir l'oportunitat. Era una il·lusió que teníem”.

2. D'on prové el nom del restaurant?

“Vam voler fer un lligam de gastronomia art i analogia, d'aquí el nom del celler i del vi i per l'artista per l'art”.

3. Quin és l'aforament màxim del restaurant?

“49 Persones”.

4. Qui porta la cuina?

“La meva dona, la dona de l'Àngel i un altre cuiner”.

5. És alguna persona que té algun coneixement o algun títol o és una persona que té molta experiència ja d'anys?

“És cuiner de l'escola”.

6. Ho cuina tot la mateixa persona o es parteixen els diferents plats?

“Es parteixen els diferents plats, un cuiner fa els primers, un fa els segons i un altre fa els postres”.

7. Quants treballadors hi ha al restaurant i/o dins de la cuina?

“A dins de la cuina tres”.

8. Quin tipus de plats feu?

“Cuina tradicional amb un toc d’autor”.

9. Creus que a la gent els agrada tot aquest món de la cuina d’innovació? (és a dir, els plats delicatessen)

“Això depèn, no tothom té els mateixos gustos”.

10. Quan val el menú diari? Hi ha carta cada dia o només al cap de setmana?

“El menú diari val 11,90€, hi ha carta cada dia a la nit, i al migdia hi ha plats de carta amb el suplement del menú”.

11. Quins dies està obert? Quin horari feu cada dia?

“Tots els dies del mes, l’horari és de 9:00h a 17:00h i de 20:00h de la tarda a tancar”.

12. Hi ha més gent al migdia o al vespre? Es consumeix diferents plats al migdia i al vespre?

“Al migdia, sí”.

13. En època de vacances hi ha més gent o igual que durant l’any?

“Si fa o no fa igual”.

14. Heu notat el tema de la crisi?

“Toquem fusta de moment no, encara no ho sabem, perquè quan vam obrir ja estàvem amb crisi”.

15. Creus que és una feina agraïda referent a les hores que hi dediques i els beneficis/sous que n’obtens o penses que no es una feina prou rentable pel temps i els nervis que hi heu de passar?

“Es una feina molt esclava però és una feina amb una recompensa/satisfacció directa”.

16. Com us organitzeu a la feina perquè pugueu donar el servei a les hores punta?

“Tot al moment. Sempre s’ha de tenir una petita mig en plaç”.

17. Quins són els plats més escollits per la gent en general?

“No hi ha cap plat que sigui el més escollit, mes o menys tots igual”.

18. On compreu tota la matèria primera? (per ex. L’oli, l’enciam, el vi, la carn...)

“Tenim molts comercials per diferents empreses que hi comprem, per exemple l’oli a Belianes, el vi a Verdú”.

19. Que n’opinen la gent sobre el restaurant?

“Hi ha hagut un salt comunicatiu on la gent escriu les seves opinions a través d’internet i com que una bona part de les opinions dels clients són positives, doncs vénen al restaurant”.

I explicar una creació pròpia del restaurant. (cuina d'autor)

“Un tipus de servei que aquí a la zona no es troba, tot és creacions noves, no agafem coses i les copiem”.



IMATGE 72: Entrevista Restaurant El Celler de l'Artista