



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM

✉ parlemdecuina@hotmail.com

Va de coques (II)

La paraula bescuit prové del llatí Bis (dos) i Coctus (cuit) feia referència al pa sense llevat que s'enfornava dos cops

Si la setmana passada xerràvem de coques salades, avui farem el mateix amb les coques dolces. Abans de començar, i tal com fem la setmana passada xerrant de la farina, convé fer un petit repàs dels ingredients essencials d'aquestes elaboracions:

Fècules: aquests hidrats de carboni, són realment midons composts de carboni, oxigen i hidrogen. Són molt abundants en les plantes, sobretot en els seus fruits i arrels. És una pols blanca que s'extreu de diversos vegetals, com les patates, els arrossos, el blat de moro, o el blat. A diferència de les farines, aquest no són panificables, però aporten textura fina i sua a les masses i cremes.

Sucre: hi ha diferents tipus de sucres, els més usats són els de sacarosa, coneguda amb el nom comú de sucre i que s'extreu de la canya de sucre, de la remolatxa sucrera i d'altres plantes sacaroses. També podem usar per a les coques fructosa, sacarines o estevia.

Mel: és el producte alimentari produït per les abelles mel·líferes a partir del nèctar de les flors o de les secrecions de certes plantes. Les abelles transformen

i la combinen amb substàncies específiques pròpies i emmagatzemen i deixen madurar en els panells del rusc.

Greixos: productes d'origen animal, vegetal o mesclades. Es divideixen pel seu origen i procedència en: animals o vegetals.

Olis: Malgrat els podem incloure en el punt anterior, els olis mereixen una explicació pròpia. Malgrat són moltes les varietats d'oli que podem trobar al mercat, jo sols recomanar usar olis verges (de diferents sabors, acideses o textures). L'oli d'olivera verge procedeix del fruit de l'olivera obtinguda per procediments mecànics o físics (especialment tèrmics) consistents en rentat, molturació, pressió a 30°C o centrifugació a 65°C i clarificació. El grau d'acidesa serà igual o inferior a 3°. L'usarem per a donar sabor a les coques.

I ja parlant de coques, ens centrarem avui amb les coques esponjades i batudes. Són aquelles que augmenten de volum durant la cocció gràcies a les diverses reaccions químiques produïdes pels llevats químics (royal, canari, etc) i per l'emulsió prèvia dels ous. Aquesta reacció es produeix per efecte de la calor i crea anhídrid carbònic. Aquest gas s'allotja en les petites bimbolles que es produeixen durant el batut (o esponjat). Bimbolles que s'expandeixen dins el forn i empenyen la pasta per amunt. Així aconseguim la textura típica de coca. Com que durant la cocció l'ou coagula, aquesta textura que hem aconseguit es manté un cop traquem la coca del forn.

Magdalenes, plum cake i melindros, són algunes de les més representatives



d'aquest grup. Però sens dubte el màxim exponent són els bescuits o pa de pessic que podem fer amb ells, gató, cardenals, carlotes, bases per a tartes i moltes coses més.

La paraula bescuit prové del llatí: Bis (dos) i Coctus (cuit). Feia referència a un pa sense llevat que s'enfornava dues vegades perquè durés molt de temps i que proveïa les embarcacions en les seves travessies durant els segles XV i XVI. De mica en mica es va adoptar aquesta paraula per una massa composta per la flor de la farina, ous i sucre que és pràcticament la que avui coneixem.

Com a darrers exemples d'aquest grup de masses podem anomenar també la pasta choux. Aquesta massa escaldada inicia la seva cocció en el moment en què el líquid està bullint, així afegit a l'emulsió d'ous s'aconsegueix l'esponjat de la massa. El resultat és una massa que al coure queda buida a causa de les cavitats interiors la humitat convertida en vapor d'aigua per efecte de la calor de la cocció.

Moltes vegades me demanen una recepta ràpida per a fer coques, així que apuntau: 250 grams de farina; 250 grams d'ous; 250 grams d'oli; 250 grams de sucre i 25 grams de llevat químic. Segur que aquesta fórmula no l'oblidareu mai.

Muntau els ous (molt) amb el sucre, afegiu la farina i el llevat químic mesclat i tamitzat, en darrer lloc afegir l'oli, poc a poc com si fèssiu una mahonesa. Motlle i forn. A les fotos que acompanyen aquest article podeu veure brownie, quartos i plumcake. Trobareu ses receptes a www.cuinant.com

CUINA DE TEMPORADA:

Plum cake

INGREDIENTS

- 200 grams de mantega.
- 200 grams de sucre.
- 280 grams d'ou.
- 315 grams de farina.
- 5 grams de llevat químic.
- Un poc de licor d'anís.
- 200 grams de fruites acarbassades.

ELABORACIÓ:

- Empomar la mantega i el sucre, passar-la per la batedora i fer-ho esponjar. Un cop esponjat, incorporar la meitat dels ous. I quan aconseguim una massa homogènia afegir-hi la resta d'ous. Seguir batent.
- Preparam el motlles amb mantega fusa i pintats. Un cop sòlida, espolvorejar de farina.
- Passam la farina juntament amb el llevat pel sedàs.
- Afegir-hi a la massa d'ous i mantega, remenant amb suavitat.
- Afegir-hi les fruites passades per farina i tornar a mesclar bé.
- Omplir els motlles i coure a 160°C fins a la meitat de cocció, que realitzarem el típic tall amb un ganivet banyat en aigua i acabarem de coure.
- Si es desitja es pot glacejar: 80 grams de sucre en pols i 20 grams d'aigua, mesclar per fer una papilla densa i pintar el plum-cake. Enfornar a forn molt fluix perquè cristal·litzi.



ESCOLA DE CUINA:

- Per aquest tipus d'elaboracions és millor usar farines fluïxes. Són farines més humides i absorbeixen menys líquid.
- Heu de batre molt bé els ous. Millor a màquina ja que ho heu de fer per espai de 10 minuts mínim.
- No obstant la batuda ha de ser suau, però constant. Si la feim molt enèrgica i ràpida les bimbolles seran molt petites i la massa ens 'caurà'.
- Per a folrar els motlles els pintau amb mantega fusa, la deixau refredar i després els empolsau de farina.
- Sempre que feu coques heu d'usar tots els ingredients a temperatura ambient, uns 18°C.
- Si voleu posar aromatitzants, millor que siguin naturals i els afegirem juntament amb la farina.
- L'impulsor o llevat químic s'ha de mesclar bé amb la farina abans d'afegir-lo a l'elaboració.
- La farina i el llevat abans de posar-lo a l'elaboració l'heu de passar per un sedàs.
- Veureu que moltes receptes dolces duen un poc de sal. Aquesta ajuda a fer b-aixar el pH dels ous, cosa que contribueix al bon resultat del batut.