

PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM
✉ parlemdecuina@hotmail.com

Cuina molecular

Les esferificacions són una forma diferent de menjar líquids que ens va donar Ferran Adrià dins una de les seves curolles

Una de les moltes coses que ens va donar Ferran Adrià, dins les seves curolles, foren les esferificacions. Una forma diferent de 'menjar' líquids.

Des de temps immemorials l'alimentació ha estat una acció bàsica i imprescindible per a l'ésser humà. Però també, i ja des dels primers cuiners i cuineres ha tingut una mica d'art i a vegades fins hi tot màgia.

Avui us proposo de sorprendre d'una forma molt visual i efectiva els vostres comensals amb les esferificacions.

De manera molt senzilla, se tracta de dotar als líquids d'un certa textura per tal de crear esferes que, un cop dins la boca, exploten alliberant el seu contingut. Per això necessitem alginat de sodi, un polisacàrid procedent d'algues.

Aquí faré un petit incís: Per tal de fer esferificacions us caldrà comprar un kit d'esferificació que podeu trobar a moltes tendes d'alimentació i per internet. No són molts cars (30-50 €) i la seva espectacularitat en els resultats bé val aquesta petita inversió.

Un kit normal d'esferificació conté:

- Una basculà de precisió (se solen vendre per separat).
- Unes culleretes mesuradores.
- Una cullera / colador.
- Clorur de calci.



- Lactat de calci o gluconolactat.
- Alginat de sodi.
- I a vegades agar-agar i goma xantana.

Si ja voleu acabar d'arrodonir el pack podeu comprar el llibre *Cuina molecular y de Fusión*, de Carmen Fernández Domínguez (10-12 €)

Abans de continuar hem d'aclarir dos punts importants.

Hi ha dues tècniques d'esferificació, la bàsica i la inversa. La primera s'aconsegueix mesclant d'una banda alginat sòdic amb el suc que es vol emprar i d'altra creant una sol·lució d'aigua freda amb clorur càlcic (bany).

Ambdues mescles s'han d'emulsionar/integrar molt bé fent servir la túrmix i s'han de deixar reposar diverses hores preferiblement. Aquesta emulsió



no és trivial ja que sobre tot l'alginat necessita molt d'aire.

Un cop reposades, amb l'ajuda d'una cullera, xeringa o biberó agafarem la mescla de suc i alginat i formarem unes gotes que deixarem caure dins el bany d'aigua i clorur. Immediatament es formarà una fina cap que ens envoltarà la gota deixant-la esfèrica. Quant més temps la tinguem en remull amb l'aigua amb clorur, més gruixada quedarà 'la pell'. Ara sols queda treure les gotes esferificades amb un petit colador i passar-les per un bol amb aigua freda per aclarir-les.

Lesferificació inversa l'usarem per quan el líquid que volguem esferificar sigui un alcohol, làctic o un greix. En aquest cas és l'alginat el que es mescla amb l'aigua per a fer el bany. Per altra banda, ajuntar tots els ingredients del líquid amb gust que volguem gelificar amb presència de gluconolactat o bé el propi calci de l'aliment si es troba en proporció adequada (iogurt, llet, formatge).

Així resumint:

- Esferificació bàsica o directa: Suc o líquid + alginat i el bany d'aigua i clorur
- Esferificació indirecta: Greix o làctic + gluconolactat i el bany d'alginat i aigua.

Avui és un poc tècnica la sessió, però us garanteixo que la sorpresa per els vostre comensals serà gran. Ara que ja ho teniu tot podem seguir.

CUINA DE TEMPORADA:

Esferificacions

ESFERES DE PATATA (Esferificació inversa)

Ingredients:

- Ingredients per al bany: 2 grams d'alginat i 400 ml d'aigua freda.
- Ingredients per a la crema: 100 grams de patata pelada i bullida; 50 ml de nata líquida; sal; pebre negre i 4 grams de lactat de calci.

Elaboració:

- Farem el bany dissolent l'alginat dins l'aigua i l'hi donarem túrmix 2 o 3 minuts. Després ho deixarem reposar en fred 12 hores.
- Preparam la crema, la passam pel túrmix i també la deixam 12 hores en repòs.
- A l'hora de fer les esferes, amb l'ajuda d'una cullera les anirem abocant dins el bany i després d'uns minuts les passarem a un segon bany, sols d'aigua freda, per a bebejar-les.

ESFERES DE SUC DE FRUITA NO ÀCIDA (Esferificació directa)

Elaboració:

- Preparam el bany per l'esferificació directa mesclant l'aigua amb el clorur càlcic amb una simple cullera o vareta fins completa dissolució. Millor si ho feim dins un recipient rectangular tipus font de forn 'pyrex'. La proporció estàndard per al bany de clorur són 5 g de clorur per 1 litre d'aigua.
- D'altra banda, mesclarem el líquid que vulguem gelificar en un pot per túrmix amb l'alginat.
- Mesclarem amb batidora túrmix durant 2-3 minuts com a mínim. Els líquids a esferificar en general hauran de ser molt nets i amb absència de fibres o petits restes sòlids. La proporció estàndard és de 5 grams d'alginat per 1 litre de líquid.
- Deixarem reposar aquesta mescla durant un mínim de 12 hores, per treure tot l'aire i també permetre actuar a l'alginat, fet que proporcionarà la densitat necessària a la mescla per a la seva posterior immersió en el bany de clorur.
- Un cop reposada, introduïrem la mescla de líquid amb sabor i alginat en una xeringa.
- Deixarem caure les gotes de la xeringa en el bany de clorur. Remenarem lleugerament amb la cullera perforada per a esferificació.
- Retirarem les esferes gelificades amb la cullera perforada per a l'esferificació o amb un colador de malla fina i les disposarem en un bany d'aigua en un bol a temperatura ambient per eliminar restes de sabor de clorur.



ESCOLA DE CUINA:

- Les esferes líquides es poden guardar a la nevera en algun líquid afí de baixa densitat, així evitam que s'enganxin entre elles.
- Les esferes no són congelables.
- Les esferes de l'esferificació inversa són termoreversibles, suporten la cocció. Això ens obre un important ventall per de propostes per incorporar-les en truites, sopes calentes...
- Pensau sempre a passar les esferes per un segon bany amb aigua neta.
- Deixarem esferificar uns segons fins a formar la capa gelificada exterior. Com més gran sigui l'esfera, més

- temps necessita al bany perquè la capa de gelatina sigui prou resistent.
- Els líquids o cremes a esferificar han d'estar sempre ben colats. Jo uso un colador de tela.
- Per a l'esferificació inversa la proporció és de 20 grams de gluconolactat per cada litre. I per 5 grams d'alginat per litre d'aigua pel bany.
- Per a l'esferificació directa les proporcions són: 5 grams d'alginat per litre de líquid i 5 grams de clorur per litre d'aigua del bany.
- Líquids no aptes per a l'esferificació directa: L'alcohol, oli, làctics o líquids totalment àcids.