



## PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández  
Cuiner

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

# Menjar amb les mans

Aquesta pràctica es devia en gran part a la falta d'opcions per menjar, generalment a una font comuna

Fins a l'arribada dels utensilis de cuina moderns, menjar amb les mans era la norma en moltes cultures de tot el món. Aquesta pràctica es devia en gran part a la falta d'opcions per a menjar, ja que els aliments es servien generalment en una font comuna i els comensals havien d'agafar-ho amb les mans, d'aquesta forma menjar amb les mans també es va convertir en un costum socialment acceptat, i a moltes cultures se'ls ensenyava als nens a menjar amb les mans ja des de ben joves.

A mesura que les societats van anar evolucionant, també ho van fer les normes de conducta al voltant de menjar amb les mans. En moltes cultures asiàtiques, per exemple, és considerat més educat menjar amb els pals en lloc de les mans nues. A Europa, menjar amb les mans va ser pràctica comuna fins a la baixa edat mitjana, quan les normes de comportament van començar a canviar i la gent va co-

mençar a utilitzar forquetes i ganivets. Actualment, menjar amb les mans és una pràctica més que habitual. Sols en certs esdeveniments socials es considera una pràctica poc refinada. Si ho pensam bé, crec que menjam més amb les mans que amb coberts: panets, Snacks, pollastre rostit, nuggets, croquetes, panades, coques, hamburgueses, fruita, tacos, pizza, pastissos; i així amb una bona llista d'elaboracions. Tant és que molts restaurants s'han apuntat a la tendència de menjar amb les mans, especialment en el cas de menjar ètnic com el menjar asiàtic, mexicà i de la zona del sud dels Estats Units. En aquest cas ja n'hi posen coberts a taula. En resum, menjar amb les mans ha estat una pràctica comú en moltes cultures a través de la història, i la seva importància ha anat canviant al llarg del temps. Avui en dia és un costum ben acceptat, i quasi podríem dir que és la norma i no la excepció. Tenint en compte però, que encara hi ha algunes ocasions i contextos en què és millor usar coberts.

Però hi ha una pregunta que cal respondre. Un plat pot saber-nos de diferent manera si el menjam amb les mans o amb ganivet i forqueta?

Amb la meua experiència i opinió m'atreveixo a dir que sí, totalment. Encara que sigui de forma molt subtil; si que ses coses tenen gust diferent. El motiu?, doncs perquè quan agafes un aliment amb les mans, al sentint del gust i l'olfacte se l'hi afegeix el sentit del tacte. Es crea una expectativa del que anam a menjar; sabem si serà tou, dur, si cruixirà a la boca, notarem el fred, la calor. Tot



això conforma tot una experiència a cada mossegada.

Això genera tot un seguit d'emocions que modificarà com finalment es percep el plat. El gust, o el sabor (que és la combinació de l'olfacte, el gust i el tacte), són fenòmens de la ment, i que influeixen en com veiem o ho percebem tot, fins i tot el menjar.

### Resumint

- Sols som els europeus que de forma tradicional posam els coberts a taula. Si analitzam be altres cultures l'ús de la mà (o no usar coberts) és més habitual del que ens esperam.

- Hi ha aliments on fer servir els coberts es veu com a ridícul, com els tacos mexicans o les empanadas argentines.

- Sobre les hamburgueses i les pizzes no hi ha un consens comú: molts restaurants serveixen aquests plats amb coberts per ajudar a tallar i facilitar el seu consum

- Ara, si viatjam a Itàlia, hem de tenir en compte que allà solen enrotllar-la i menjar-la amb la mà, com si fos un taco o un durum (una altre elaboració per a menjar amb la mà).

- A Àsia: ús dels HasHi (broquetes de bambú) o be amb els dits.. sushi, chop suey, guiozas.

- A Sud Amèrica: tacos, enchiladas, empanadillas, quesadillas, nachos

- A la cuina àrab: Kebab, durum, falafels, cous cous.

- A la cuina africana: Per exemple a Etiòpia no sols es habitual menjar amb les mans, sinó que també ho es fer-ho tots del mateix plat.

- A la cuina Hindú: Sobretot al sud, l'arròs (i molts dels seus acompanyaments) es mengen amb la mà com a expressió del seu amor pel menjar. Un país de fortes i arrelades tradicions, també al menjar, però on cal tenir cura d'utilitzar la mà esquerra, considerada la mà bruta. Ni tan sols cal tocar el plat amb l'esquerra.

- A Nord Amèrica: plats "estrella": hot dogs, burger, pizzes. I ja no es que es tracti de que és la Meca del Fast Food sinó que cada vegada més restaurants d'alta cuina estan encoratjant els seus comensals a menjar amb les mans i pringar-se els dits com a expressió d'informalitat i de més connexió sensual amb els plats.

### CUINA DE TEMPORADA:

## Taco de porc esfilagarsat amb trempó

### INGREDIENTS (per a 5 persones)

- 1 Peça de 1200 grams d'agulla de porc
- 1 botella de vi negre, 1 litre d'aigua
- Sal i pebre
- Oli d'oliva
- 1 ceba, 1 pebre verd, 1 pebre vermell i un pebre groc
- 1 dl salsa d'ostres
- Germinats

### ELABORACIÓ:

- Marcarem sa peça de carn amb oli d'oliva dins una pella. La carn ha d'agafar color per tots els costats (efecte Maillard). Un cop daurada sa carn hi podem afegir tot el vi i desglacarem la pella o palangana (desferrarem tot el que s'ha adherit al fons). Afegirem l'aigua i ho enforbarem tot a 160 °C unes 2 hores i mitja o tres. Durant tots el procés de cocció ho anirem girant de tant en tant.

- Durant tota la cocció la carn sempre ha de tenir aigua suficient. La idea és coure la carn fins que aquesta s'esfiladaguessi. Això passa quant degut a la cocció prolongada el teixit connectiu de la carn es romp i la peça de carn es desfà en tires.

- Just abans d'acabar la cocció afegim la salsa d'ostres i amb l'ajuda d'una forqueta (i en calent) anirem desfent la carn.

- Ara preparem un bon trempó (sense tomàtiga), omplirem els tacos amb la carn i un poc de salsa. A sobre el trempó i ho acabarem amb uns brins tendres.

- Podem acabar el taco sucant-hi a sobre mitjà llima i acabarà de donar-hi el gustet fresc que contrasta amb la intensitat de la carn.



### ESCOLA DE CUINA:

#### Com menjar amb les mans:

- El més obvi, han d'estar ben netes.
- Agafarem porcions petites, d'una sola mossegada.
- No tornarem mai al plat i boci mig mastegat. El que va cap a la boca, no torna al plat.
- Com a cuiners/cuineres facilitarem al comensal que agafi el menjar amb les mans i no se taqui limitant o controlant l'ús de salses o guarnicions.
- Entre aliment i aliments ens farem les mans netes.
- Aquest tipus de menjars reben el nom de fingers foods.