

Divulgació

## Sant Antoni i el dimoni...

Com bé sabem tots, el 17 de gener de cada any és sant Antoni. Són unes festes populars molt arrelades a les Balears, en les quals es fan foguerons populars i beneïdes d'animals. Pareix que és una tradició agrícola antiga en la qual, aprofitant que Sant Antoni és el patró dels animals domèstics, la gent demanava protecció pels seus animals, igual que fem actualment amb les beneïdes.

*“Dia desset de gener trobam la vostra diada, amb la capella emmorterada i corregudes pes carrer”*

Com en tots els àmbits, es pot veure la importància que tenen aquestes festes degut a la gran producció de la cultura popular envers Sant Antoni, sense menysprear el fet que es cantin gloses als foguerons. Exemple de la protecció que la gent demanava a Sant Antoni pel que fa als seus animals pot ser:



*“Sant Antoni és un bon sant i qui té un dobler lo hi dona, per que mos guard s'animal, tant si és de pel com de ploma”*

Per altra banda, encara que sobretot es demani protecció pels animals, no podem deixar de pensar que no era només pel seu benestar, sinó que també l'economia domèstica depenia de les bísties i del bestiar:

*“Sant Antoni gloriós guardau-mos sa porcella, i com la tendrem grosseta la mos menjarem tos dos”*

*“Sant Antoni gloriós guardau-mos sa somereta, i si mos fa una ruqueta, una pesseta per vos”*

Encara que algunes vegades ens preocupem més de nosaltres mateixos que de les bísties:

*“En el cel hi ha sa lluna i estelets de tots colors. Sant Antoni, guardau-mos que no caiguem de sa mula”*

*“Devem sempre alabar-vos de gust i bona gana, Sant Antoni de Viana de tot perill guardau-mos”*

A més de la protecció als animals, és una

festa que també entén la dualitat bé/mal, entesa com a la lluita entra Sant Antoni i el Dimoni, figura també molt present dins la cultura Balear. Aquesta lluita la podem veure a nombroses gloses com poden ser:

*“Sant Antoni feia sopes a vorera de la mar, el dimoni hi va anar i els hi va prendre totes”*

*“A desset és Sant Antoni i a vint Sant Sebastià, qui bones obres farà no tindrà por del dimoni”*

*“Digué; “Visca Sant Antoni”, amb so mocador en es coll, amb so sò d'es picarol feren fugir al dimoni”*

I com és costum, finalment sempre guanya Sant Antoni i ens lliura del dimoni:

*“Sant Antoni i el dimoni jugaven a trenta-u; el dimoni va fer trenta Sant Antoni trenta-u”*

Com bé hem dit, també s'aprofiten aquestes festes per fer foguerons on es conviden als amics i familiars, on sa gent pot torrar, tocar “sa ximbomba” i cantar gloses:

*“Sant Antoni repicava repicava a poc a poc, com més s'encenia es foc més llonganisses torrava”*

*“Sant Antoni torrà pa a damunt unes graelles; se mirava ses femelles i se va cremar sa mà”*

Però sempre hi ha hagut gent que ho duen a l'extrem, com a aquestes gloses:

*“Sant Antoni és vengut i diu que s'en vol tornar, perquè no li donen pa i vol anar mantingut”*

*“Sant Antoni gloriós guardau-mos aquesta bota, si vos no en voleu cap gota ja beurem noltros per vos”*

Però com tot a la vida, quan hem de menester algun favor, sigui d'un sant o de qualsevol altre, és senzill fer grans oferiments, que després poden complir-se o no. Això ja passava antigament com diu la següent glosa:

*“Sant Antoni una missa! Sant Antoni, dues! Tres!”, quan tengué s'ase defora, “Sant Antoni, no hi ha res”*

I per acabar:

*“Sant Antoni n'és vengut amb una mudada honesta, que molts d'anys puguem fer festa amb alegria i salut”*

Andreu Oliver



Parlem de cuina

## Coure al buit (I)

Ja fa bastants d'anys que a nivell professional s'usa la cocció al buit, però a nivell casolà encara no és una tècnica molt estesa. Intentaré en els propers articles aprofundir un poc en aquesta tècnica culinària per tal de que us animeu i compreuveu les avantatges d'aquest tipus de cuina.

Per definició, coure al buit és col·locar un aliment dins d'un envàs (bossa o palangana) que sigui estanc i termoresistent, extreure l'aire del seu interior, soldar hermèticament i sotmetre'l a l'acció d'una font de calor, a la qual prèviament s'haurà regulat la temperatura constant i el temps necessari per arribar a coure l'aliment. Feta la “presentació” d'aquesta tècnica, podem afirmar que l'interès per la cocció al buit ve donat per un “augment” gustatiu i una millor conservació de les matèries primeres.

La cocció es realitza a temperatura inferior als 100 graus en un medi humit, i anirà forçosament seguida d'una ràpida baixada de temperatura. D'aquesta forma el temps de conservació i frigorífic a +3 graus passa de 5 o 6 dies a 21 dies, en funció del tipus de producte i dels condicions de preparació. Però els efectes a nivell de gust són tant diferents que la cuina al buit s'ha de considerar no tan sols com una facilitat, sinó també com una nova tècnica culinària independent.

### Cocció per concentració

Consisteix en coure l'aliment envasat a baixa temperatura i durant un període de temps superior a l'utilitzat en la cocció tradicional. L'acció de la calor s'exerceix sobre tota la superfície de l'aliment a la vegada, va penetrant cap a l'interior de manera uniforme, mantenint la textura i concentrat els seus aromes.

Aquest procediment presenta els avantatges següents:

- \* Preserva millor les qualitats dietètiques, higièniques i organolèptiques en conservar totes les substàncies volàtils i hidrosolubles dins de l'aliment, sobretot els components aromàtics.

- \* Redueix les pèrdues de pes, en evitar l'evaporació i la dessecació. Perllonga el temps de conservació (de 6 a 21 dies).

- \* Simplifica i agilitza el servei, només cal escalfar la porció, escalfar el plat i servir.

- \* Racionalitza la planificació del treball.
- \* Preparació i cocció fora del període de servei, anticipació de la preparació de banquets, millora la utilització dels moments de tranquil·litat, etc.

### La tècnica de cocció

Es realitza a temperatures que oscil·len entre els +65 i els +100 graus, segons els productes, encara que la major part es solen cuinar entre +65 i +85 graus. Pot emprar-se per a això el bany maria amb termòstat o el forn de vapor anomenat de “baixa pressió o de vapor humit”.

A nivell més tèdic, podem dir que la cocció a baixa temperatura dissol el col·lagen (substància intercel·lular del teixit conjuntiu de les carns animals) i la relació entre la temperatura i el temps empleat durant la cocció del col·lagen intervenen directament en la textura dura o tendra de les carns. En ser escalfat en presència de sal, el col·lagen

es dissol, propiciant un reblaniment de les carns. Cap als +54 graus el col·lagen es contracta pels efectes de la calor, la qual cosa comporta un enduriment de la carn. Cap als +80 / +85 graus, en un ambient humit, el col·lagen s'afluixa de nou i permet la formació de gelatina. Cap als +100 graus, i a temperatures més elevades, la turbulència de l'ebullició provoca l'evaporació del col·lagen i les carns sa tornen seques i farinoses.

Cal tenir molt en compte:



- \* Per fer-ho bé la temperatura no ha de variar massa durant la cocció. Millor coure d'una sola vegada que coure-refredar i tornar a coure.

- \* La baixada ràpida de temperatura s'ha de fer immediatament després de la cocció, per això el millor és utilitzar una cèl·lula de refredament ràpid o bé introduint la bossa dins un bol amb gel. Hem d'aconseguir menys de 10 graus en menys de 2 hores.

- \* La recuperació de la temperatura de servei es farà amb la mateixa bossa i sempre per sobre de +65 graus i en un temps inferior a 1 hora.

Ara sí, un cop reescalfat el producte, si no serveix, la volta a refredar per a una utilització posterior està totalment prohibida.

Casos particulars:

- Productes cuinats abans de la seva posada al buit.

- Algunes preparacions culinàries (estofats, civets, salses, sopes, etc.) requereixen ser cuinades abans del seu envasat. En aquest cas la cocció es realitzarà pel sistema tradicional requerit i s'han d'envasar abans d'arribar a la temperatura crítica dels +65 graus. Immediatament es col·locaran en la cèl·lula de refredament, per proporcionar-los un descens de temperatura ràpid i complet.
- Productes que requereixen un “marcat previ”.

Els productes que, per raons culinàries o de presentació, hagin de ser “saltats o daurats”, és a dir, acolorits per l'acció de caramel·lització en ser passats per un greix calent, s'han d'envasar immediatament després finalitzada aquesta operació i seguidament es couen al buit. El major avantatge que ofereix aquest procediment és sens dubte la reducció de pes. Efectivament, si per exemple preparar un racó de vedella pel mètode tradicional de rostir o brasejat, hem de calcular que tindrà unes minves de pes molt elevades, al voltant del 45%. En canvi, si simplement li donem color i després ho envasem i coem al buit, aquestes minves passen a ser, aproximadament, del 10%. Bona setmana i fins d'aquí a 7 dies.

Juan A. Fernández

