



De tapes per Barcelona

Si la setmana passada férem un variat mallorquí, què us pareix si avui feim un variat català? I és que avui us faré la cuina des del Port Fòrum de Barcelona

PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

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

I és que ambdues cuines, per raons més que òbvies, comparteixen moltes coses, però tenen així i tot les suficients característiques especials per a ésser ben diferenciadores una de l'altra.

Jo crec que aquest variat o tapa catalana no podria ser-hi si no el començam amb:

Un pinxo d'anxoves de l'escala, olives i tomàquet

Als països mediterranis s'utilitza l'anxova tradicionalment com un aperitiu excepcional, acompanyat de pa cruixent, untat amb tomàquet madur i esquitxat amb oli d'oliva a gust. Les anxoves també són un ingredient habitual en amanides, receptes de pasta, pizzes o plats més complexos. Hi ha innombrables combinacions. Jo, i com sempre tirant cap a casa, us recomano fer un paté d'anxoves de l'Escala i olives de Sóller.

Puré de calçots i romesco

Aquest variat continuaria amb un puré de calçots i romesco amb cuixot salat. Us han sobrat calçots després d'una calçotada familiar? Doncs es pot fer un puré de calçots per aprofitar aquestes restes d'un producte tan apreciat. Aquest puré es pot menjar fred o calent, sol o com a guarnició o ingredient d'altres plats.

Ingredients:

- 15 calçots cuits (fets a la brasa o al forn); 2 patates blanques bollides; 3 cullerades de salsa romesco; nou moscada; mantega 60 grams; farina 60 grams; dos tassons de llet i sal.

En farem un puré amb base de beixamel segons la textura desitjada. L'aromatitzarem amb salsa romesco i guarnit amb cuixot salat cruixent (90°C, al forn

30 minuts). També en podeu fer croquetes amb una proporció de 120 de farina i 120 de mantega.

Botifarra amb salsa de mostassa

Ja tenim peix, ja tenim verdura, ara ens falta la carn. Un poc de botifarra amb salsa de mostassa. Pels amants de sucuar pa. En realitat, es tracta d'una cassoleta feta amb trossos de botifarra a la planxa submergits en una salsa de mostassa. Per sucuar-hi pa. Podeu substituir les botifarres per altres tipus d'embotit, fins i tot trossos de carn magra, gall d'indi o pollastre. O fer un variat. Estic segur que aquest plat agradarà a la majoria dels vostres convidats.

Ingredients:

- 3 botifarres crues; 1 tassó de vi; 250 ml llet evaporada o nata líquida; 1 ceba picada; 3 o 4 cullerades de mostassa; 50 grams de mantega; una mica d'orenga; una mica de pebre negre i sal. Es pot afegir una cullerada de curri.

Jo faig aquesta recepta substituint la botifarra per verdures blanquejades. Un gust.

Croquetes de carn d'olla

Però encara hi podríem posar més coses a n'aquest variat català. Una recepta del que anomenam la cuina d'aprofitament que està bé no oblidar que existeix i que bàsicament és l'origen de la cuina actual. Les croquetes de carn d'olla també són conegudes com a croquetes Morellanes. En realitat, aquesta

recepta és mesclant la farina amb la llet i la carn i verdura sobrant de l'Escudella i Carn d'Olla, fins a obtenir una massa espessa. Fàcil, efectiu i ben saborós.

Coca de recapte

Aquesta particular coca es consumeix i s'elabora a totes les províncies de Catalunya, encara que, segons diuen, a cada poble tenen la seva pròpia personalitat i elaboració, essent Lleida el lloc on ha aconseguit la seva màxima plenitud i reconeixement. De fet, és una massa de pa, amb una mica d'oli, igual que la que podem fer per a una base de pizza, on a sobre col·locarem una base de pebres i/o albergínia escalivats i a sobre o mesclats tonyina, cuixot salt, ou dur, ceba, botifarra, llonganissa crua, sardines, olives, tomàquet, arengades, anxoves, etc... Sempre ben regada amb oli d'oliva verge, un dels productes més emblemàtics de la gastronomia catalana.

És una recepta tant arrelada a la gastronomia catalana que, de fet, hi ha diferents iniciatives que promouen que la Coca de Recapte sigui un producte I.G.P. (Indicació Geogràfica Protegida).

El seu origen és confús, encara que alguns parlen de l'època de la dominació romana, per la gran similitud amb la pizza italiana. Però també se'n parla d'un origen àrab. En qualsevol cas, és una recepta efectiva i que s'ha de provar sí o sí.

Una abraçada i salutació des de Barcelona.



CUINA DE TEMPORADA:

'Mandonguilles' amb lleties

INGREDIENTS

Per a quinze persones

- 3 kg. de carn picada
- 500 gr. de lleties
- 1 kg. de costella de bou o porc
- 1 kg. de peus de porc
- 30 xalotes
- 2 cebes
- 4 pebres vermell
- 1 kg. pastanagas
- 1 kg. xampinyons
- 1 pot de tomàtiga natural triturada (200 gr.)
- Sal, pebre bo dolç, oli d'oliva verge de Sóller, farina, 15 patates petites, uns brotets de romaní, 2 ous, 1 copa de cognac, 1/2 litre de vi.

ELABORACIÓ:

- Amb la carn picada, el romaní, picat, l'ou, el cognac, sal i pebre bo, feis una farsa. Realitzau amb ella unes pilotes, pasau-les per farina i dorau dins oli ben calent. Reservau-les per a mes tard.
- Picau les verdures, exceptuant les xalotes que pelareu i deixareu senceres.
- Tallau la carn a daus.
- Feis un sofrit de forma habitual, amb el següent ordre, pebres, ceba, carn, cebes tendres, porros, herbes, tomàtiga i vi.
- Després de coure uns minuts el sofregit, afegiu les pilotes, tapau d'aigua i coure fins a final de cocció.
- Uns 10 minuts abans de finalitzar la cocció podeu afegir-li les llegums i les patates. Serviu ben calent.



ESCOLA DE CUINA:

Curiositats de la cuina catalana:

● Recapte és una paraula catalana que significa 'provisió'. Es preparava per festes, ja que és fàcil de compartir i de menjar a qualsevol hora, dret i amb les mans. En una festa, permetia matar la gana quan es feia de nit... Mentre es ballava o en una conversa amb un certa mobilitat.

● Una altra teoria és que la coca de recapte l'acostumàvem a fer els padrins amb els productes de l'hort, productes bàsics de la famosa dieta mediterrània. Com no totes les cases de poble disposàvem de forn, la massa es feia en el forn del poble. I abans, el forner, passava per totes les cases a recollir el 'recapte', o tot allò que cada família podia aportar.

● Llibre recomant: La Cuina Catalana Medieval. Isidra Marangues.