

## PARLEM DE CUINA

## Un poc de dolç

**A**vui us proposo un parell de receptes dolces per als més llépolos, amb l'ou, com a ingredient principal.

**Tocinillos** (fotografia dels que hem fet, fa pocs dies, amb els alumnes de l'optativa de cuina).

**Ingredients:** 400 grams de rovells d'ou, 400 grams de sucre i 200 grams d'aigua.

**Elaboració:** Batre (sense emulsionar) els rovells d'ou. Dins un altre recipient dur a ebullició el sucre i l'aigua, aturar de seguida que arranqui a bullir. Mesclar el xarop als rovells a poc a poc (amb el líquid encara calent). Passar la mescla resultant per un colador xino. Folrar els motllos amb xarop i omplir amb el preparat anterior.

Coure al vapor 10/15 minuts (si no és possible fer-ho es pot fer dins el forn al bany maria, però l'aigua no ha de bullir). Un cop freds d'esmol·lar, submergint els motlles dins aigua calenta.

**Torrijas** (en vaig menjar unes fa pocs dies a Madrid que estaven per a xupar-se el dits).

**Ingredients:** 1 barra de pa (millor si és del dia abans), Llet, Ous, Sucre, Canyella en pols i Oli.

**Elaboració:** Encalenti la llet fins que sigui lleugerament tèbia. Tallar el pa a llesques gruixades (aprox. dos dits). Remullar el pa dins la llet, que quedi ben humit. Batre els ous i passar-hi el pa. Fregir el pa dins l'oli ben calent. Dins un bol mesclar el sucre i la canyella. Escórrer el pa, i un cop eliminat d'oli sobrant el passarem per la mescla de sucre i canyella.

**Púding.**

**Ingredients:** 1 litre de llet, 8 ous, 250 grams de sucre,

bescuit o magdalenes, sucre cremada.

**Elaboració:** Encanlenti la llet amb el sucre i algun



aromatitzant (llimona o canyella, són els més habituals).

Apart mesclau els ous amb la farina i una tasetta de llet

tèbia; mesclau bé aquesta crema i l'afegiu a la resta de llet calenta.

Folrareu un motlle amb sucre cremada i l'ompliu amb bescuit o magdalenes esmicolades i amb la crema de llet i ous. Podeu coure el púding al bany Maria dins el forn a uns 170 -180°C per espai de 45 - 60 minuts (sempre en funció de la mida de l'elaboració i del tipus de forn). Deixau refredar el púding dins el forn i després el passau a la nevera almenys 2 hores abans de servir.

**Galletes arrissades.** (Les galletes arrissades constitueixen part de la rebosteria típica de la comarca de llevant. És un dolç casolà i humil que antigament es solia elaborar per celebrar aniversaris i onomàstiques).

**Ingredients:** Ous, farina, sucre i saïm. Per cada ou sencer posarem 100 gr. de saïm 100 gr. de sucre i la farina necessària per formar una massa compacta (es sol dir, la farina que se'n beu).

**Elaboració:** Es remena el saïm amb la mà o un pujador. S'afegeixen els ous i el sucre. Quan està tot ben mesclat; s'afegeix la, farina necessària. S'omple la màniga de pasta i a mesura que surt la pasta es talla la galleta com agradi de llarga.

Bona i dolça setmana.

Més cuina a [www.cuinant.com](http://www.cuinant.com) i al blog <http://cuinant-blog.blogspot.com/>.



Juan A. Fernández

## ESPAI PER A LA REFLEXIÓ

## Japó: Tragèdia de tota la humanitat

**Q**uan començ a escriure aquest article, encara a hores d'ara tinc del cos adolorit, el cor encongint i l'ànima esgarrinxada, en front de la tragèdia dantesca que ha sotragat sense miraments a una part del poble japonès.

Inaudit, esgarrifant, espordidor, se'm podrien ocórrer més qualificatius, però davant de les imatges que he vist pels diversos canals televisius, sé d'un bon tros que em quedaria curt. No en tinc més per copsar aquesta tragèdia, no en tinc per a descriure el dolor i el patiment de les persones que cerquen a les llistes els noms dels seus familiars: o morts, perquè han trobat els seus cossos malmenats o desapareguts, i encara porten una certa esperança de retrobar-los en vida. Tampoc en tinc per les persones que havien cercat refugi a les zones altes dels pobles, i veien com el seu poble era esborrat del mapa: les seves cases amb tots els seus records i vivències d'una vida, surant enmig d'un desgavell de fustes, ferros, enderrocs, cotxes; una gran trencadissa macabra on les aigües del mar anaven movent i engolint-ho tot, en un ball caòtic sense ordre ni concert. Ofegant els sentiments i l'esperança.

El poble japonès ja es va veure sacsejat per la segona guerra mundial, pels diversos bombardeigs de les seves ciutats, i per acabar pel genocidi, i ho escric amb claredat sense que em tremoli la mà, que feu el govern d'Estats Units d'Amèrica quan ordenà tirar les dues bombes atòmiques sobre Hiroshima i Nagasaki assassinant cent de mils de persones.

Un poble que en menys de setanta anys havia assolit esser la tercera potència econòmica del món. I ara, a molts llocs, i moltes persones, famílies, hauran de tornar començar de zero. I algunes hauran de començar a passar el dol pels seus morts.

Aquesta sacsejada mental i emocional, també té el caire econòmic. Un país que tenia un alt deute extern i que la seva caiguda econòmica de segur que ressentirà altres economies. El món econòmic es troba completament globalitzats, no ho oblidem.

Com fa estona, vaig escriure un article, respecte a què existeix un projecte militar d'EUA, de nom Haarp, per alterar o modificar el clima, incluiu pot generar terratrèmols; i ja vaig explicar que es troba situat a Alaska, i



empren l'enviament d'ones a través d'unes antenes, les quals són rebotades des de la ionosfera fins al punt de la falla sísmica per crear l'efecte de ressonància. Teoria que comença Nicolas Tesla, i que els experts d'USA han perfeccionat, simplement deixaré el recordatori. Hom, malgrat el puguin acusar de tenir la síndrome de la conspiració, el que escriu no s'ho inventa. Existeix una corrent de persones que creu que gran part dels darrers terratrèmols han estat provocats i existeixen informes amb proves, com entre ells el d'Haití.

Just avui, no vull asseverar rotundament que amb el terratrèmol del Japó hagi estat així, ja que intent no fer cap tipus de demagògia (ja n'existeixen de polítics i periodistes experts en la matèria amb el grau d'excel·lència); intent tenir el màxim de proves concloents abans de donar-ho per cert, recercant fonts i persones prou fiables. Tot i que, em venen algunes preguntes al cap, de les que encara no tinc

resposta.

A què o a qui beneficiarà que la tercera potència econòmica mundial, tingui unes pèrdues multimilionàries, entrés dins un estat de crac i tardés una pila d'anys en ressorgir? Per afegit, hi ha la situació de les centrals nuclears. Japó en disposa de prop de cinquanta. Varies d'elles han estat seriosament danyades, existeix el risc d'explosió, el sobre encalantiment dels reactors. Això vol dir, una gran possibilitat de contaminació radioactiva i al mateix temps una paralització de tota l'activitat industrial del Japó que depèn directament d'aquesta energia. Ara es comença a plantejar-se a nivell mundial el tema de la seguretat de les centrals nuclears a altres països.



Josep Bonnin