

PARLEM DE CUINA

Chutneys, confitures, gelatines, confitats, melmelades i compotes

Tots aquest noms serveixen per a definir les tradicionals elaboracions que es fan a partir de la reducció de polpa de fruita o verdura amb sucre, que ens permetran donar vistositat i varietat a les nostres taules i, com no, preservar els productes per més llarg espai de temps.

Des de temps antic, sempre s'ha cercat la manera de preservar els productes per poder-ne tenir fora de temporada. Moltes han estat les cultures que han inclòs aquestes elaboracions a la seva taula, de fet és probable que la paraula "melmelada" tingui l'origen en el vocable "melimelum", nom llatí que significa poma dolça. El romans, per exemple, conservaven les fruites senceres submergides dins mel.

La principal diferència entre aquests tipus d'elaboracions és el contingut de sucre, el temps de cocció que requereix cadascuna i la densitat que adquireix cada elaboració. Com a norma general partirem de que el contingut de fruites o verdures sempre ha de ser superior al 40%, a partir d'aquí existeixen múltiples variants i combinacions.

Les reaccions físiques i químiques que es produeixen durant la cocció d'aquestes elaboracions venen donades per la presència de la pectina, una substància present a totes les fruites, però majoritàriament als fruits vermells, als cítrics, el codony i la poma, essent aquesta darrera la fruita referència per a establir els continguts de pectina de les fruites.

La funció de la pectina és la d'espessir la melmelada, donar-li cos, per a obtenir una bona consistència. Si usam un termòmetre podem comprovar que hem assolit el millor punt de cocció quant el preparat arribi a 106°- 110° C. Si la confitura, compota, melmelada o *chutney* es fa amb aliments



rics amb pectina s'arriba abans a n'aquest punt òptim de consistència; per contra si usam productes pobres amb pectina el punt ideal l'assolirem a través de la concentració de sucre. Per això és habitual incloure element rics en pectina en elaboracions de productes pobres en la mateixa. Observant les fruites d'aquest final d'estiu, es poden fer confitures de raïm, caqui i fins hi tot magrana, entre d'altres.

Confitura de caqui

Ingredients: 1 quilogram de caquis ben madurs, 900 grams de sucre, 1 tassó de suc de caqui (o aigua), i branca de vainilla el suc i la pell d'una llimona. Elaboració: pelarem els caquis i els traurem el pinyol, els posarem dins un bol i amb l'ajut d'un cullerot els esclafarem.

Amb l'aigua (o suc de caqui) i el sucre preparem un almívar fins que arribi a punt de bolla (116°). Seguidament hi afegirem la fruita, la vainilla i ho deixarem coure,

remenant de tant en tant, uns 35- 40 minuts a foc fluix. Podem conservar-la omplint, en calent, pots de vidre fins al ras i tapant-los ben fort.

Melmelada de raïm

Ingredients: 1 quilogram de raïm, 500 grams de sucre, 2 dl d'aigua i ½ cullerada de pectina (en el seu defecte podem usar 2 pells de llimona).

Elaboració: Pelarem el raïm i li traurem les llavors. Posarem els grans de raïm dins una cassola amb l'aigua (prèviament haurem dissolt la pectina dins ella) i el sucre. Ho farem coure a foc fluix esclafant els grans amb la espátula. Courem fins que ens agafi la textura desitjada.

Chutney de gerds, magranes i cebes (agre dolç)

Ingredients: 1 tassa de confitura de gerds, ½ ceba picada, les llavors de dues magranes sense pinyols, un poc de gingebre fresc picat, 1 pebre coent petitó, un poc de coriandre picat, el suc d'un llimona, sal i pebre bo.

Elaboració: dins una cassola posarem a coure la confitura de gerds i li afegirem la resta d'ingredients. Ho farem coure a foc fluix uns 20 minuts. Deixarem reposar 30 minuts abans de servir.

El *chutney* és un tipus de confitura originària de la Índia molt emprada com a condiment per a carns o arrossos. En aquest cas hem substituït l'aigua i el sucre típic en aquest tipus d'elaboració per la confitura de gerds.

Bona setmana i ens trobam d'aquí a 7 dies.

Juan A. Fernández
parlemdecuina@hotmail.com
www.cuinant.cat



ESPAI PER A LA REFLEXIÓ

José Antonio Labordeta, una persona íntegra, honesta i coherent

Començ l'article en dilluns i ho vull fer deixant un testimoni de record de José Antonio Labordeta que va morir el passat dia 19 de setembre als 75 anys.

Una persona íntegra, coherent, lluitadora en contra del feixisme i la intolerància, fos allà on fos, fins i tot al Congrés dels Diputats quan va enviar a la merda unes certes "Señorías" amb un: "mierda, joder!" quan a ell li tocava el torn de paraula, i ni l'escoltaven, ni els importava un rave el que deia, i li estaven faltant al respecte mentre xafardejaven en els seus escons de diputades i diputats.

També deixar la tornada de la seva cançó "Canto a la libertad":

"Habrà un dia en que todos/al levantar la vista/veremos una tierra/que ponga libertad" Una cançó moltes vegades corejada en els seus recitals durant la lluita en contra de la perversa, estúpida i fosca dictadura franquista".

A vegades la política ens dona persones exemplars que, el que tenen més clar, és el seu servei al poble i són persones sensibles, sense figurera, que no empen la política com a plataforma o trampolí pel seu rèdit personal, ja sigui de projecció professional o de profit econòmic. Per desgràcia les persones com Labordeta, que haurien d'esser les més abundants dins l'àmbit polític, no se solen trobar en excés.

La imatge que per a mi representa millor a Labordeta és la d'un trobador que corria món i camins amb la seva guitarra compartint les cançons que anava component, amb una clara estima al seu poble Aragó. Hauria pogut formar part d'algun partit majoritari i no hi va estar per poder dur a terme les seves conviccions i creences, degut a què hauria estat fermat a unes

disciplines fèrries de partit com altres persones que s'han dedicat a la política i que fins i tot avui en dia es pot veure.

Sense fer cap comparança en absolut, i ho he escrit, jo tampoc he estat mai un home de partit, perquè no puc anar a contracor del que sent i acomplir amb una disciplina de partit i donar suport a coses en les que no crec i que imposa per tàctica la formació política. Mai he volgut estar condicionat, i Labordeta tampoc. Com a membre de la Chunta Aragonesa fou triat diputat per Saragossa i representant del Partido Aragonésista l'any 2000. Ell va dir en una ocasió que era el diputat amb menys vots de tota Espanya. De tota la seva tasca com a cantautor, docent, escriptor tant de poesia, en la que va treballar més, com de prosa, es podria escriure i de fet se n'escriuran, no un article, sinó un bon grapat de llibres.

La meua intenció, més que exposar un apunt biogràfic, ja que tota aquesta informació està a l'abast del qui n'estigui interessat, és mostrar i fer extensiu a tots vosaltres la vida d'aquesta persona com un exponent de claredat i no de mitges tintes com per desgràcia veig massa sovint i no tants dins l'àmbit polític. Una vida dedicada a desenvolupar el que sentia a tots els nivells i sense contradiccions. Amb una consciència clara del seu treball i torn a repetir, que en la cançó "Canto a la Libertad", en una estrofa fa referència a què segurament ell no veurà el dia en que una terra posi llibertat. Afegeix textualment l'estrofa: "También será posible/que esa hermosa mañana/ni tú, ni yo, ni el otro/la lleguemos a ver/pero habrá que empujarla/para que pueda ser". Que succeeixi això, tant per a ell com per a mi no és important, si no el treball que es va fent

a cada instant per a aconseguir-ho i deixar feina feta, i estic plenament d'acord amb ell.

Malgrat haver rebut la medalla al treball i la Gran Creu d'Alfons X el savi; així com era va rebre els guardons des de la màxima humilitat.

En una ocasió, en una entrevista a "La gaceta de los negocios" va dir i tradueix el text: "les meves netes bessones m'ensenyen el bell que és estar viu". Una persona que és capaç de tenir aquesta sensibilitat, no podrà mai el nord, per molts de guardons que se li entreguin. Per una altra part, és maco que una societat sigui capaç de valorar la tasca d'una persona com fou en la concessió dels dos guardons.

Jo tampoc veure el món amb l'harmonia que desitjaria i m'agradaria; però no per això deixaré de fer tot el possible perquè es vagi construint i cementant i aportant el meu gra d'arena. I aquesta actitud no em fa millor que els altres, simplement no podria viure d'una altra manera, actuant a contracor, ja que m'aportaria a un desequilibri que faria perdre el sentit de la meua vida, tal com vaig escriure en un poema.

Tanc l'article amb un testimoni d'agraïment per una persona honrada, honesta i íntegra.

José Antonio Labordeta: Gràcies! i descansa en pau. Que els altres continuem amb la lluita que tu feres en vida i continuarem fent camí per aconseguir aquesta terra en la que un dia, la llibertat, el respecte cap a tota persona, la tolerància i l'harmonia siguin els exponents màxims i més valorats.

Josep Bonnin

