

Parlem de cuina

Mini cuina (I)

Amb aquesta caloretta fa un poc de mandra posar-se darrera els fogons, i també a l'estiu augmenten les trobades gastronòmiques, sopars a la fresca i sortides vàries. Per això aquí us deixo algunes elaboracions que podeu fer i dur quant convideu o aneu convidats aquest estiu.

Olives farcides arrebossades

Aquesta ja és una elaboració que ha esdevingut típica en el meu receptari i que faig habitualment per sorprendre a la gent, i aquells que la coneixen me la demana sovint. Res més fàcil que collir unes olives farcides d'anxova, passar-les per farina, ou i galleta picada. Fregir-les dins oli d'oliva ben calent. Deixar-les escórrer sobre un paper absorbent i servir calentetes. Us auguro que més d'un es quedarà bocabadat.

Mossegades de Bordell

En una broqueta de fusta, anau alternant trossets de fruites (sobretot fraules, kiwis i pomes) amb gambes crues pelades, un poc assaonades amb sal i llimona. Ho passau per farina, ou i galleta (sempre en aquest ordre) i fregir. Podeu primer fer les olives d'abans i després fer aquestes broquetes. Ara sols ho heu de fregir dins oli calent (el de les olives). Si amb la recepta anterior els heu deixat bocabadats, amb aquesta iniciaran la fase d'èxtasi.

Croques monsieur

Per fer aquesta clàssica elaboració posau un poc de beixamel sobre llesques de pa de motlle i seguidament cuixot dolç, formatge de fondre, una altre llesca de pa, més beixamel i formatge per a gratinar. Un cop de forn amb gratinador i llestos.

Mini croquetes de formatge i cuixot

Per a la pasta de croquetes: 1l de llet, 150 grams de farina, 150 grams de mantega, sal, pebre bo negre, nou moscada, un pebre vermell, 200 grams de cuixot dolç i 200 grams de formatge de barra.

Encalentim la llet. A part, fondre la mantega, i sofregir-hi el pebre picat i el cuixot a daus petits. Un cop tot ben rosset, afegir-hi tota la farina i remenar fins a aconseguir una pasta espessa, coure 5 minuts. Abocar la llet calenta a poc a poc i anar homogeneïtzant la mescla, sense deixar de remenar i coure. Assaonar i afegir-hi els daus de formatge. Deixar refredar i realitzar les mini-croquetes de forma habitual.

Fregir i servir.

Ideals per a tothom, especialment per als més petits.

Mini-fulls

Tallar rectangles de 2 x 4 cm, de pasta de fulls, pintar-los amb ou batut i espolvorejar d'orenga. Embolicar amb ells bocinets de salsitxes tipus Frankfurt. Pintar amb ou per sobre, posar-hi unes llavors de rosella i enforar a 200 °C uns 5 minuts.



Torrades de paté de tonyina

Mesurar la mateixa quantitat de tonyina (de llauna) i mantega, deixar tot junt dins un bol a temperatura ambient perquè la mantega es reblaneixi. Afegir-hi una ceba picada ben fina, un pebre vermell torrat picat, unes tàperes picades i unes fulles d'herbes fresques aromàtiques. Assaonar bé. Mesclar i untar les torrades abans de servir. Podem decorar-les amb una tira de pebre vermell.

Torrada de vegetal

Untar una torrada amb mantega trempada amb unes gotes de llimona i a sobre una juliana molt fina de ceba tendra,

pebre verd, pebre vermell i cogombre. Per a decorar uns daus de tomàtiga petits i una oliva negra.

També es pot substituir la mantega per un bon raquet d'oli d'oliva verge.

Mini Sandwich

Torrar lleugerament les tallades de pa de motlle i tallar-les per la meitat. Posar-hi per sobre una juliana molt fina de lletuga, damunt una tallada de cuixot dolç (amb la mateixa forma del pa), i tapar amb pa.

A sobre d'aquest darrer pa col·locar una cullerada de maonesa, una gamba bullida, una anxova i un poc de rovell d'ou picat. Travessar-ho tot amb un escuradent i servir.

Xampis del bari «Húmedo» de Lleó

Sofregir un poquet de ceba picada i uns xampinyons sencers amb un poc de mantega. Quan tot sigui rosset, afegir-hi un poc de pebre picat i uns alls a làmines. Assaonar i deixar coure. Un cop tot cuit agafar variis bolets amb un escuradent i servir ben calent.

Mini cruixents de pa amb oli

Unes torrades untades amb oli d'oliva, un poc de tomàtiga natural i a sobre una tallada de cuixot dolç i una de formatge. Gratinar i servir calent. Decorar amb fonoll marí.

Muscles farcits

Bullir els muscles i separar els bessons de les closques (pensar a reservar-ne una de les dues). Realitzar una beixamel com per a croquetes (1 litre de llet, 150 grams de mantega i 150 grams de farina), i alhora de sofregir la mantega, afegir-hi una ceba picada i els muscles picats. Quan sigui rosset, flamejar amb un poc de cognac i afegir-hi unes fulles de julivert picat. Afegir-hi tota la farina i després la llet. Sense deixar de remenar, coure fins que espessi. En calent, omplir les closques dels muscles amb la pasta. Un cop freds, passar-los per farina, ou i galleta, fregir i servir-los ben calents.



Juan A. Fernández

Divulgació

L'estiu ja és aquí

Com ha estat succeint últimament, hem tornat a passar directament de l'hivern a l'estiu, amb el que pareix que ja és la nova norma. Les primaveres i les tardors han quedat renegades a uns quants dies, si és que al final decideixen fer-se presents. És clar que això per a nosaltres no és un gran problema, ja que ens llevam la roba d'hivern, aturam la calefacció i si fa falta, posam en marxa l'aire condicionat. Però pels animals això no és tan fàcil. Ells duen el pelatge d'estiu i han de menester un temps per canviar el pèl, deixant caure el pèl més llanós de l'hivern, i treure un pèl més fi i fresc per l'estiu.

És molt freqüent rebre avisos durant aquesta època d'ases que presenten molt mal aspecte, que la gent es pensa que estan malalts, però és senzillament que estan mudant el pèl. En aquest cas tan sols fa falta passar un raspall per veure que la pell de baix està completament sana.

En el cas de les ovelles és un poc diferent, ja que l'home ha seleccionat durant molt de temps a aquests animals per augmentar la seva producció de llana, fet que els dificulta molt el fet de poder llevar-se-la elles mateixes, i per tant les hem de tondre. Si ho comparam amb els mufllons, que són l'antecessor salvatge de les ovelles, que encara podem veure en alguns punts de la península, aquests sí que són capaços de llevar-se la seva llana fregant-se pels arbres i roques que puguin trobar, però les ovelles han perdut aquesta capacitat, sent completament dependents de l'home en aquest sentit.

En aquest cas les ovelles que puguin quedar sense tondre no és que tan sols passin més calor, sinó que també seran més susceptibles a sofrir malalties parasitàries o inclús que les mosques els puguin ous i tenir problemes de virones. Però

aquesta selecció cap a la llana, deixant de part els beneficis econòmics que ens ha donat durant segles, quan la llana era una fibra fonamental per fer tot tipus de teixits, i que era el profit econòmic més important pel pastor, ara almenys és una bona excusa per reunir a tota la colla d'amics, anar a cercar-les per la muntanya, i ja que hi som fer un bon berenar, dinar i una mica de bauxa. La pena és que aquest teixit de tan bona qualitat es perdi, quedant a un munt podrint-se, i deixant al pastor amb l'únic ingrés dels mens que pugui vendre per carn.

En el cas dels animals domèstics, el pèl ja no és tan important, ja que la majoria tenen un lloc per dormir calents



a l'hivern, i un lloc fresc a l'estiu, i que els rentam i raspallam llevant tot el pèl que van amollant, passant ràpidament del pèl d'hivern al d'estiu. També hi ha races llanudes que sí que han de menester que els tallem el pèl, sobretot races d'origen nòrdic on en els seus països d'origen mai arriba a fer la calor que pot fer aquí.

En el cas de les mascotes, el més important és no perdre de vista que el perill de què sofreixin un cop de calor augmenta. Hem d'evitar deixar-los tancats a espais reduïts amb vidres, com pot ser un cotxe, que fan un efecte hivernacle que puja ràpidament la temperatura, provocant-los el temut cop de calor. Si això arribàs a succeir el que veuríem seria l'animal pràcticament inconscient, respirant molt fort i seguit, i si el toques veus que està molt calent. Per aturar els afectes el que s'ha de fer és posar-los a damunt una tovallola banyada amb aigua freda, i tirar-los per damunt tanta aigua freda com puguem, de tal forma que en el moment que s'hagi estabilitzat un poc acudir ràpidament al manescal.

I com a recomanació per a tots els animals en general, procurar que tinguin aigua freda i neta amb abundància, per tal que estiguin ben hidratats, i facilitar-los sempre un lloc amb bona ombra perquè es puguin refugiar del sol. Ben igual del que ens recomanen els metges a nosaltres.



Andreu Oliver