



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

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

Botelles d'aigua i serrans imperials

Repassem les vies per cuidar la higiene de les botelles, i ens servim un plat de serrans imperials

Ara que l'estiu és aquí de ple, el nostre consum d'aigua augmenta considerablement i l'ús de botelles d'aigua és cada cop més habitual. Per a poder gaudir d'una aigua segura i unes botelles netes, hem de tenir en compte diverses coses.

En primer lloc, no convé reutilitzar les botelles d'aigua de plàstic comercial. Aquestes no estan desenvolupades per a aquest ús i es degraden fàcilment. Així, si hem d'escollir entre botelles de plàstic o de vidre, escollirem aquestes darreres. En cas d'emprar botelles de plàstic, n'usarem de les que es comercialitzen per a aquest ús, que empren plàstics més resistents. No obstant això, la seva vida útil és més curta, de manera que quan el plàstic de la botella canvia de textura, color o olor, l'hem de rebutjar.

Per altra banda, les botelles es poden emmagatzemar a temperatura ambient, però sempre allunyades de la llum del sol, enfora de productes que puguin des-

pendre olors i mai dins el mateix rebost on hi hagi productes de neteja. En aquest punt cal fer un incís: en cap cas reomplirem una botella d'aigua amb algun altre element que no sigui H₂O; és una acció molt perillosa. Tot i que pareix obvi, s'ha de mencionar un darrer factor. És millor beure l'aigua des d'un tassó que no directament a morro.

Ara que ja tenim la botella triada i ja hem començat a utilitzar-la, arriba el moment de netejar-la. Si la mida de la boca de la botella ho permet, jo hi poso aigua calenta, unes gotes de sabó de rentavajelles i la deix reposar una estona llarga. Després hi fic un fregall a dintre i amb l'ajuda d'una espàtula o un altre estri llarg la faig neta per dedins. En acabat, retir el fregall de l'interior i aclaresc bé la botella. Aquesta tècnica també serveix per als pots de vidre.

Si no teniu cap estri llarg i prim, avui dia podem trobar raspalls per botelles a diverses botigues, que serveixen específicament per a aquesta funció. Un bon truc és fer servir un netejador de biberons: és un estri de la mida ideal per escurar una botella, així que amb això la neteja serà molt efectiva i simple.

Altres trucs i més tècniques

Podeu rentar les botelles per dins amb vinagre blanc, un desinfectant natural molt eficaç per netejar botelles d'aigua i deixar-les lliures de gèrmens. En primer lloc, rentam la botella amb aigua i sabó, i seguidament l'omplim amb aigua calenta i un parell de cullerades de vinagre. Després, la deixam en remull tota la nit per eliminar la majoria dels bacteris i, l'endemà al matí, ja podem aclarir-la bé (fins que desaparegui l'aroma del vinagre). Hem de tenir en compte



que aquesta tècnica sols serveix per a botelles de vidre. Les de plàstic i can-timpleres tipus termo es poden arribar a fer malbé d'aquesta manera.

Una altra opció és el bicarbonat de sodi. Igual que el vinagre, aquest és un dels aliats favorits per a la neteja de la llar. Només hem de posar dues o tres cullerades de bicarbonat de sodi dins la botella i omplir-la amb aigua calenta. Tornar-la a tapar, agitar-la bé i deixar-la reposar durant unes hores. Després, s'aclareix amb aigua calenta. Igualment, no convé mesclar les dues tècniques, vinagre i bicarbonat, ja que provocarien una reacció que pot ser perillosa. Tanmateix, els dos elements acaben neutralitzant-se entre ells.

El lleixiu també pot resultar una alternativa a valorar. Això sí, si arribam al punt d'haver de menester lleixiu és que hem descuidat massa la neteja habitual del recipient. Si la botella és de plàstic, jo optaria per descartar-la, ja que segur que du molt de temps amb nosaltres. En canvi, si és de vidre la podem reviuir amb unes gotes de lleixiu diluïdes dins aigua freda. Després l'hem d'aclarir bé fins que quedi sense olors ni sabors desagradables. La proporció seria de tres gotes de lleixiu per cada litre d'aigua.

Sempre que la botella d'aigua sigui apta per al rentaplats, aquesta és probablement la manera més senzilla de deixar-la lluent. Igualment, una altra possibilitat és bullir la botella. Si aquesta està feta de metall o de plàstics resistents a la calor (com els dels biberons, per exemple), es pot esterilitzar amb aigua bullent.

A més, també es pot fer servir sal. Usar la sal per netejar és habitual, ja que compta amb innombrables atributs per ser utilitzada a les llars (efecte blanquejador, desinfectant, absorbeix males olors...). Per això, omplirem amb un embut la botella amb un parell de centímetres de sal i hi afegirem aigua tèbia fins que es formi una mena de pasta. A continuació, tancarem la botella i la remenarem bé. Després, buidarem el contingut, hi passarem aigua tèbia i ja la tindrèm llesta.

I, per acabar, les botelles també es poden netejar amb pastilles efervescentes. Sobretot en casos d'excursionisme o rutes molt llargues, es poden comprar aquestes pastilles per a la neteja i potabilització de l'aigua. En trobareu a farmàcies i tendes d'excursionisme.

CUINA DE TEMPORADA:

Serrans imperials torrats

Avui calarem foc la barbacoa i hi cuinarem. Ja ho sé, fa calor per a cuinar al foc. Però, valorant els resultats, valdrà la pena.

INGREDIENTS:

- 1 serrà imperial per persona, millor si és acabat de pescar (gràcies, Xisco Guerrero).
- 2 llimones, oli d'oliva, sal i picada d'all i julivert.

ELABORACIÓ:

- Sempre ho dic, no per ser receptes senzilles estan exemptes de tècnica. Totes elles mereixen una dedicació específica si volem un bon resultat.
- Prepararem el foc, primer amb branques fines i després amb troncs més gruixats per fer caliu.
 - Entretant, escatarem i esbutzarem els peixos. Un cop passats per aigua freda, els tallarem per la meitat, obrint-los com un llibre, i deixarem l'espina central, ja que farà de protecció durant la cocció.
 - Un cop oberts, prepararem una mescla d'oli d'oliva, sal, llimona i picada d'all i julivert i els pegarem una primera pintada en cru. Als peixos no hi poso mai pebre bo.
 - Ara tornam al foc i arreglam un poc el caliu. No hi ha d'haver flama i el caliu hauria d'estar a un pam i mig de la graella (que ja du una bona estona sobre el foc i està ben calenta).
 - Col·locam el peix amb la pell per avall i el deixam uns 3 minuts (per a peixos de ració de 250 - 350 grams). Els pintam amb la marinada feta abans.
 - Passat aquest temps, els donam la volta, els tornam a pintar i els deixam 3 minuts més.
 - Amb 6 -10 minuts de cocció ja ha de bastar. Comprovau que estiguin fets mirant com està la carn que està a prop de l'espina. El peix s'assaborirà millor si peca per cru que si està massa cuinat.
 - Serviu-los amb algunes tallades de llimona i una bona regada d'oli verge extra.



ESCOLA DE CUINA:

Sobre els serrans imperials (*Helicolenus dactylopterus*):

- És un peix perfecte tant per torrar com per a fer sopa.
- És un peix blanc (té entre un 3 i un 5% de greix intramuscular).
- El seu cap és gros i espinós i l'interior de la boca és blau fosc. Té les escates rugoses al tacte, de color vermell groguenc.
- És un peix que pot arribar a mesurar fins a 50 centímetres, tot i que normalment la seva talla volta els 25 centímetres.
- És una espècie molt longeva. De fet, pot arribar a viure més de 40 anys.
- S'alimenta de crustacis, peixos, eriçons, calamars o fins i tot sèpies mitjanes. A la cuina, és un producte molt similar a l'escorçora, tant visualment com a l'hora de cuinar-lo. Així, la seva carn és ferma i de bona qualitat. També s'assembla, de lluny, al cap-roig.