

Parlem de cuina

Degustant un poc de pa diferent

El pa és sens dubte el pilar de l'alimentació de mig món, i hi ha tantes castes de pa que no ens bastaria tot l'espai d'aquest setmanari per a analitzar-les totes, ni tots els dies de l'any per a provar-ne un de diferent cada dia.

Farina i aigua, és la combinació bàsica per a aquesta elaboració, i després: llevat, greixos, aromes, farciments, formes, tipus de cocció, són la resta d'ingredients que entren en joc en aquesta "recepta" que ens acompanya d'ençà que l'home és home.

Altres vegades ja us he donat algunes receptes i idees per a fer pa casolà, però avui elaborarem algunes variants un tant diferents que ens ajudaran a enriquir la nostra taula. Espero que us agradin. Les dues primeres elaboracions d'avui comparteixen certes semblances i es caracteritzen per aconseguir un pa molt cruixent, sense molla i buit per dintre. Ideal per a fer uns saborosos aperitius o sorprendre als nostres convidats amb panets cruixents per fora i farcits per dintre, que literalment exploten dins la boca.

L'altre és la recepta del pa de Xapata o Ciabatta, un pa originari d'Itàlia, relativament jove, ja que fou creat en la dècada dels 90. Aquest pa s'ha popularitzat molt a Amèrica del Nord i a Mèxic. Ideal per a fer entrepans, tant si en feim individual, en barra, o mida *snack*.

Air Baguette

Ingredients: 200 grams de farina de força, 100 ml de llevat, 6-10 grams de llevat de pa (no canari ni tipus royal), 1 pessic de sal.
Elaboració: Dins un bol posarem sa farina, i

formarem un volcà amb ella. Afegirem sa llet tèbia (36°C) i dins la llet dissoldrem el llevat que ja podem posar esmicat. Ho empastarem tot junt durant uns cinc minuts. Afegirem sa sal i treballarem 5 minuts més. Amb la massa farem una bola i la posarem dins un bol net lleugerament empolsat de farina, el taparem bé i el tindrem dins sa gelera 24 hores.

Passat aquest temps posarem el forn en marxa a uns 250°C (o com diuen ses meves filles "a tope mil"). Dins el forn posarem una palangana o una olla amb aigua per a donar un poc de vapor durant la cocció. Estirarem sa massa molt fina (0'5 cm o menys). Amb l'ajut d'un ganivet tallarem unes formes ovalades i allargades (més o manco de uns 8 cm de llarg). Tot d'una les enforarem (amb el forn ja calent) uns 10 minuts (la massa s'infla com un globus i agafa un poc de color daurat). Girar les baguettes damunt d'avall i acabar de daurar per l'altre cara. Deixar refredar i conservar dins pots hermètics.

Sa presentació tradicional és embolicar unes tallades de cuixot salat al voltant de sa baguette.

Air pan

Ingredients: 320 gram de farina de força, 10 grams de llevat de pa, 190 grams de llet i 4 grams de sal.

Elaboració: Encalentim un poc sa llet (36°C) i dins ella dissoldrem el llevat esmicolat. Afegirem la farina i empastarem un 10 minuts. Afegim sa sal i treballam 3 o 4 minuts més. Deixarem reposar, com en la recepta anterior, tota la nit.

Passat el temps de repòs i amb l'ajut d'un aprimador estiram la pasta molt fina. La deixam reposar per a que perdi la lliga i tornar a estirar-la un poc més. Un cop que tinguem sa massa ben fina la doblegam damunt si mateixa i la estiram de nou.

Tallam la pasta en discos del diàmetre desitjat i les enforam a 250°C fins que s'inflin i agafin color (uns 5 minuts per cada cara). Deixar refredar i ja es poden degustar.

Amb la punta d'un ganivet es pot fer un petit forat i omplir amb alguna crema o escuma.

Xapata o Ciabatta

Ingredients: 500 grams de farina de fluixa, 500 grams de farina integral, +/- 7 dl d'aigua tèbia, 40 grams de llevat de pa, 10 grams de sal, 20 grams d'oli d'oliva

Elaboració: Realitzar una massa mare amb tot el llevat, 100 grams de farina i 50 grams d'aigua. Deixar tovar dins la resta d'aigua (tèbia) fins que suri i tot seguit afegir-hi la resta d'ingredients. Amassar fins a aconseguir una massa homogènia (ha de resultar una massa lleugerament fluixa i pastosa). La deixarem tovar fins que dobli el seu volum.

Sense treballar-la massa l'escamparem



sobre la taula i amb un ganivet o una espàtula anirem tallant les formes (la massa és fluixeta). Deixar tovar per darrera vegada abans d'enforar a uns 180°C per espai de 30 minuts.

Bon profit i bona setmana.
parlemdecuina@hotmail.com
www.cuinant.com

Juan A. Fernández



Divulgació

Fira ramadera

Tenim una societat que canvia constantment, a vegades probablement canvia més aviat del que ens podem adaptar d'una forma sana. Actualment hi ha una nova campanya publicitària que m'ha fet pensar. Recomanen practicar l'escriptura manual com a forma de relaxació, com si escriure fos alguna cosa innecessària, donant per fet que sempre hem de tenir un aparell electrònic a mà. Això i les festes hem van fer pensar amb un altre element que s'està perdent, el contacte amb la realitat del camp.

Ja fa anys van venir a ca nostra uns francesos que el seu fill no era capaç d'assimilar que el pollastre que comprava al supermercat i la gallina que teníem a dins l'hort fossin el mateix, cosa que va avergonyir sobradament als pares, que venien del camp.

Per intentar evitar aquest tema, crec que fan falta dues coses. Una és que com sempre he defensat no és el mateix ser un pagès, que ser un inculte, ignorant de la realitat. Mai he entès perquè un ofici tan noble com el de pagès és menys important que un altre, sabent que tot el que mengem prové de l'agricultura. Requereix uns coneixements i una tècnica. O és que qualsevol sap fer un empelt o exsecallar com Déu mana? L'altre punt que es necessita és que la

població no perdi el contacte amb la realitat del camp. A Sóller, des de fa molts anys, aquest contacte anual s'ha vist representat per la fira ramadera. És un espai on mostren oficis tradicionals que encara són ben vius. Podem veure l'art de ferrar un cavall, amb totes les seves implicacions anatòmiques que no s'aprenen en dos dies, així com la forma artesanal d'aconseguir adaptar el ferro a allò que necessita el cavall, amb el forjat que de per si ja és un ofici en ell mateix.

Igualment, vàrem poder veure els tonedors, que hàbilment són capaços de llevar tota la llana a una ovella en pocs minuts. Pareix que ha de ser una cosa residual que pel baix preu de la llana ha d'estar a punt de perdre's. Però la realitat és que totes les ovelles s'han de tondre un pic a l'any, i que



a l'hora de la veritat és imprescindible ser àgil, ja que a algunes finques de la Serra tenen moltíssimes ovelles que s'han de tondre aviat.

També podem veure diferents animals que abans eren freqüents a les cases, fent que els infants sàpiguen com són, i donant peu als pares perquè els puguin explicar tot el que sigui necessari, per tal de que sàpiguen que els ous vénen de les gallines, i que els pollastres del supermercat surten d'un galliner. Més o menys industrialitzat, però al cap i a la fi, d'un galliner. A més, serveix de punt de trobada on la gent que té bísties a Sóller les pot ensenyar als seus veïnats, encara que hagi perdut el punt de vista de mercat que tenien tradicionalment les fires. Hem de recordar que l'objectiu de les fires era el dret a poder fer mercat un dia determinat de l'any, on la gent que vivia als pobles pogués vendre, comprar, o intercanviar els productes que l'hi havien sobrat, o que amb molt d'esforç havien

manufacturat. Aquesta tradició va canviar amb l'arribada de la industrialització, que va permetre tenir tot tipus de productes durant tot l'any, però els dies de mercat es varen transformar amb festes populars, com encara avui perduren el Dijous Bo, o moltes altres fires que coincideixen amb el final dels cicles agrícoles de cada zona.

Per aquests motius, vull animar als organitzadors a continuar amb aquesta tradició que pot parèixer supèrflua, però que des del meu punt de vista és necessària perquè sobretot els més petits no perdin el contacte amb el camp. Hi pot haver mil coses que la societat d'avui consideri més interessant que el món del camp, però encara no existeix cap programa informàtic que pugui crear els aliments que hem de menester per viure, i és el pagès el que els cultiva per nosaltres o el ramader el que els cria.

També els vull animar a què en diades futures puguem tornar a veure altres oficis com el de tondre a les ovelles, o qui sap, a lo millor en diades futures puguem veure un ase llaurant amb tots els guarniments.

Per acabar, enhorabona als organitzadors i que no es perdi. Organitzar un acte d'aquestes característiques no és senzill i no sol ser reconegut, però és necessari per al poble.

Andreu Oliver

