



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

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

Cuina, art i verdures

Podem veure i aprendre de quadres de bodegons, cuines, caça, i altres aspectes gastronòmics que sols precisen, a l'observar un quadre, modificar la perspectiva

Per a la sessió de cuina d'avui volia mostrar-vos una cosa un poc diferent. Així que avui deixarem penjat el davantal i ens disposarem a gaudir un poc de l'art. Art, podríem dir, gastronòmic.

Fotografia

Carl Warner és un fotògraf britànic que usa el seu objectiu i uns models «un tant especials» per a aconseguir imatges impactants i diferents a l'hora amb un toc de surrealisme. D'entre tota la seva extensa obra podem destriar la seva sèrie *footscapes*, fotografies submarines, de platges, ciutats, paisatges, camps o coves usant com a models únicament productes alimentaris.

Fruites, llegums, llaunes, formatges o pans es transformen completament per a res no semblar el que pareix.

Carl Warner dedica moltes hores en compondre el paisatge sobre una taula de 1,2 x 2,4 metres i a més ha de jugar

amb varis equips de fred i difusors d'aigua per a aconseguir que els aliments no es mustiin abans de trobar la fotografia perfecta.

També s'ha de dir que malgrat la seva procedència anglesa, Warner s'inspira en la cuina i els paisatges mediterranis. De fet, ha tingut tant d'èxit el seu treball que diverses companyies d'alimentació les han usades per a les seves campanyes publicitàries.

Pintura

Però la feina de Carl no és la primera amb aquesta tècnica. Si viatgem uns segles enrere, fins al segle XIV, trobam al pintor italià Guiseppe Arcimboldo, conegut sobretot per les seves representacions de la cara humana fetes a partir de flors, fruites i altres productes d'alimentació. A destacar la seva sèrie *Les Quatre Estacions...*. D'aquí ve el nom de la famosa pizza (bé de fet pot ser, no... o sí... però queda més bucòlic el pensar-ho).

I si seguim pensant amb pintura i gastronomia no podem no parlar dels múltiples artistes que ens han deixat bodegons i escenes gastronòmiques molt importants: Goya, Velázquez, Sotomayor, Juan Sánchez o Picasso, per exemple, que dissenyà el menú de El Quatre gats, el famós restaurant de Barcelona l'any 1987; en són alguns exemples.

I es que delectar-nos amb l'observació de quadres no sols serveix per a enriquir la nostra part cultural, si no que també podem esbrinar els aspectes gastronòmics de la nostra societat a través dels segles i dels pinzells dels artistes.

Per exemple, al veure el qua-

dre de Velázquez *El aguador*, ens transporta ben de ple al segle XV quan la tasca d'aconseguir aigua tant per beure com per a cuinar no era gens fàcil i aquests personatges es desplaçaven de les fons a les ciutats carregats amb les alfàbies càntirs bens plens.

Però també podem veure i aprendre de quadres de bodegons, berenars, cuines, caça, banquetes i altres aspectes gastronòmics que sols precisen, a l'observar un quadre, modificar la perspectiva a l'observar-lo. Per exemple, Juan Sanchez Cotan va ser un dels principals exponents de la pintura barroca i sobretot destacà per la seva gran multitud de bodegons que creà.

En aquesta època (i al llarg de tot l'any) hi ha un bon grapat de vegetals que podem usar per a cuinar. Però hi ha una sèrie de vegetals poc habituals o que «no estan tant de moda», que passen un poc desapercibuts. Per això crec que val la pena fer un repàs del nostre rebost habitual i incloure alguns productes diferents per tal d'enriquir les nostres creacions culinàries (veure Escola de Cuina). Trobareu aquest article i més imatges a www.cuinant.com.



CUINA DE TEMPORADA:

Canelons de verdures

Per a la elaboració d'avui i després de veure moltes de les obres de Juan Sánchez, les cares impactants d'Arcimboldo i les fotografies de Carl Warner he pensat de fer un canelons de verdures de temporada usant algunes plantes poc habituals.

Ingredients per a la salsa beixamel:

● 80 grams de farina; 80 grams de mantega; 1 litre de llet; sal; nou moscada i pebre bo blanc.

Ingredients per al farciment:

● Unes fulles d'espínacs tallades a juliana.
● Una ceba; unes cames rotges (*Cichorium intybus* L.); unes fulles tendres de caputxines (*Tropaeolum majus*); unes fulles de cervina (*Plantago Coronopus*); 2 carabassons; sal i oli d'oliva. Per a fer els canelons usarem unes fulles grosses de lletuga o espínacs blanquejades.

ELABORACIÓ:

Primer farem la beixamel de forma tradicional posant a fondre la mantega. Un cop fosa afegirem tota la farina de cop i després d'uns minuts de coure afegirem la llet tira a tira. Deixarem coure perquè es lligui i ho posarem bé de gust.

El farciment el farem salteuant tots el vegetals amb oli d'oliva i a foc viu. Si ho tallam tot a juliana fineta bastarà fer un salteuat uns minuts a foc viu. Ho posarem bé de sal. Ara formarem els canelons amb les fulles escaldades farcides amb les verdures saltejades i ho taparem amb la salsa beixamel. Ara sols queda gratinar-ho i posar taula.

Video Recepta: <https://www.youtube.com/watch?v=fpmbPR1hwqk>



ESCOLA DE CUINA:

● Cervina, herba banya de cérvol (*Plantago Coronopus*). Una herba que sol créixer a camps que foren conreats però que s'han abandonat. La forma de la fulla és semblant a una banya de cérvol. Crua en amanides o saltejada.

● Caputxina. Planta herbàcia habitual als nostres horts, fa unes flors que van del groc al vermell. Se pot usar per decorar i les fulles tendres per amanides.

● Lavanda. Aquesta planta aromàtica té unes flors que poden infusonar per cremes, gelats o altres dolços. Té un sabor forn i cal fer alguna prova per trobar la quantitat que ens agradi.

● Cames rotges o xicòria. En castellà es coneguda com a '*diente de león*'. Les podem menjar crues o saltejades, a més l'arrel conté inulina un polisacàrid molt utilitzat, ja que és tolerat pels diabètics. Es fa servir per endolcir el cafè. En amanides, consumir-la al natural és ideal per a mantenir el fetge i el sistema nerviós equilibrat. En infusió es pot prendre abans de les menjades per obrir la gana i com a remei digestiu. No haurien de consumir aquesta planta aquelles persones que presentin tendència a produir pedres al ronyó. Antigament s'hi feien sopes mallorquines.