

Parlem de cuina

Programes de TV (i tercera part)

Començarem l'any tal i com l'acabarem, parlant de programes gastronòmics a la TV. Amb aquest, han estat tres articles en els que hem vist i recordat alguns dels més emblemàtics programes de cuina, que d'una forma o altra ens han marcat un poc el nostre camí a la cuina.

Sintonies, cuiners, idees, a cada un d'ells crec que els hi devem un poc del que feim ara a la cuina.

No podríem parlar de cuiners mediàtics sense anomenar a José Andrés, Koldo Royo i Karlos Arguiñano. Tots tres han tingut els seus programes de cuina i han esdevingut tot un referent a les nostres pantalles.

L'asturià José Andrés, el més internacional de tots tres, cuina en una cuina amb format de cuina de pis fent receptes amb aires espanyols però orientades a un públic americà. Val a dir, però, que tenia les dues versions de programa, l'espanyola i la americana.

Pel que fa a la seva trajectòria professional, malgrat no ser un cuiner "Michelin"; va fer la seva formació a "El Bulli", amb un jove Ferran Adrià. Amb 21 anys va decidir fer "les Amèriques", on va introduir la cuina de les tapes espanyoles a través del restaurant "Jaleo" a Washington. El 2010 li fou concedida l'Ordre de les arts i les lletres

d'Espanya y l'any següent fou guardonat amb la "Outstanding Chef Award" per la Fundació James Beard.

L'any 2012 la prestigiosa revista Time el va incloure dins la llista de les 100 persones més influents del món.

Tot això ho ha anat alternant amb diversos espais de cuina a varis canals de TV. De Fet el seu programa "Made in Spain" ha resultat un èxit en totes les seves versions.

Koldo Royo... Què podem dir d'aquest gran cuiner? Ho té tot, reconeixements, premis, idees novadores... Uff! Una mirada al seu currículum posa la pell de gallina, a més de coordinar espais gastronòmics a premsa, internet, radio i TV. I ja que parlem de TV recordar que Koldo ha treballat amb M^o Teresa Campos al programa "Día a Día", a "Saber Vivir" amb Manuel Torreiglesias també a TVE1. També ha aparegut amb el seu programa "A fuego lento" a Canal Cocina, Via Digital, Canal 4, Telenova, Canal 37, això a les cadenes Balears, però és que també a altres CCAA han gaudit amb les seves emissores de TV de les ensenyances gastronòmiques d'aquest gran cuiner Basc.

I acabam el trio amb Karlos Arguiñano, conegut per les seves aparicions televisives. Va començar l'any 1990 a la televisió autonòmica basca Euskal Telebista, fent un

programa diari de cuina al qual explicava i feia receptes senzilles i casolanes. El 1991 va canviar a TVE fent un programa similar, "El menú de cada día", que va tenir un enorme èxit i va rebre els premis Ondas i el TP d'or. TVE va emetre el programa ininterrompudament fins el 2004, any en què es va passar a Telecinco per a fer un programa de caràcter similar, "Karlos



Arguiñano en tu cocina", al qual convidava, a més, a Juan María Arzak cada divendres. En aquesta nova etapa els plats bascos i de diferents regions espanyoles han passat a substituir-se per d'altres més internacionals. Com veis la simbiosi entre TV i cuina ha estat ben fructífera, no obstant encara queden molts d'altres programes per a estudiar, però ho deixarem per a futures xerrades sobre aquest tema.

Així i tot al bloc us deixo més informació i vídeos sobre els programes analitzats avui i d'altres perquè vosaltres mateixos els aneu descobrint, com "Todos contra el Chef", "El cocinero fiel", "Vuelta y Vuelta", "Un país para comérselo", "Pesadilla en la cocina", "Atracón", "Cocina con Bruno", "Jamie at Home" de Jamie Oliver o l'estrafolari i sempre curiós "El cocinero de Rota" (Jose Luis Santamaria)... Atenció al seu "cataplán chi chi".

Esper que hagueu passat un bon començament d'any i que els Reis Mags arribin ben carregats de nous projectes, il·lusions i benestar per a tots. Una aferrada i fins d'aquí a 7 dies... Per cert, ahir aquesta secció va fer 11 anys i demà el meu fill en fa dotze... Molts d'anys Jordi.
<http://cuinant-blog.blogspot.com/es/parlemdecuina@hotmail.com>

Juan A. Fernández



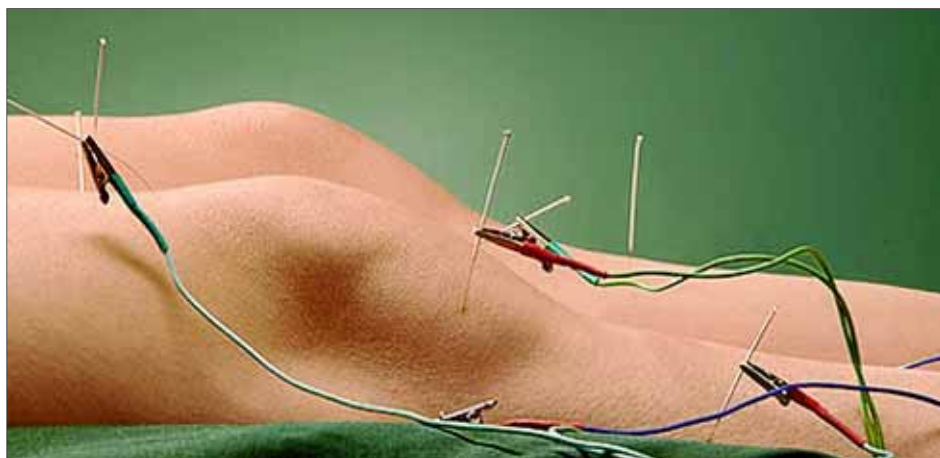
Salut i bons aliments

Reumatisme: Més enllà del "mal a mi mateix" (II)

"A la artritis reumàtica, el sistema immunitari està tan malalt que comença a autodestruir-se atacant-se al teixit conjuntiu de les articulacions de tal manera que es pot témer el risc d'una lisiadura generalitzada amb dolor i inflor articular. És directament una xacra del meu propi jo, perquè les fortes emocions de rancor i dolor no aconsegueixen expressar-se". Dr. Jacques Martel.

He provat moltes teràpies per pal·liar els meus dolors i per anar a l'arrel de la qüestió però ara sóc conscient que no és suficient, que cal anar més enllà del dolor i del purament físic i emocional. L'acupuntura, l'electroacupuntura, l'electroteràpia, l'aigua de mar, l'oligoteràpia, l'homeopatia, la

fitoteràpia com l'harpagofit, la cúrcuma, la glucosamina d'origen marí o la ashwagandha i l'amapòlia de Califòrnia... bones alternatives que en el meu cas particular no han funcionat. D'altra banda, considero molt agressiu prendre el que recepta la medicina llopàtica ja que destrossa el fetge (anàlisi de sang periòdics per controlar-ho confirmen aquesta agressió) i pot causar, a mitjà-llarg termini, efectes secundaris molt greus i, a més, el més important, no guareix la malaltia. La meua doctora es creu que sóc masoca, tal vegada vist des del seu punt de vista (i el de molta gent) si que ho sigui, segur que sí. La dona no vol que "sofreixi" i, al no voler prendre la medicació oficial, m'intenta convèncer



perquè m'injecti corticoides i així poder passar uns mesos "tranquil·la" sense dolor. Sempre sóc a temps a triar aquesta darrera opció que m'ofereix però sento, intueixo i percebo que no puc estabornir el meu cos justament ara després de tot el viscut i experimentat ja que estic convençuda que aquí hi ha molta molla, que hi ha un treball emocional i de l'ànima molt important i interessant que haig de dur a terme per reconciliar-me amb tots els meus ancestres, amb tot el meu passat i amb el meu present. Si, podria passar-me uns mesos de "vacances" (corticoides), eludint el que m'està succeint però sento que no haig de malgastar aquest gran moment tan important que m'està brindant el meu cos en tenir aquesta malaltia: Un gran aprenentatge i un gran viatge a l'interior de mi mateixa, més enllà de l'autoagressió i del dolor, de la ira i del rancor. Un retrobament amb la meua ànima perduda.

Aquestes van ser les paraules de la meua amiga i terapeuta Montse Royo quan tot acabava de començar: "Tu no et castigues conscientment, ni t'autolesiones perquè sí, així que deixa de culpar-te, que això el que fa només és augmentar més el dolor. La malaltia que t'ocasiona dolor pertany al misteri del per què la tens i la malaltia emocional ve de segles enrere. Tant una cosa com l'altra, només pots mirar i veure què t'ocasiona, a què et fa enfrontar i què estàs disposada a deixar anar o canviar. I de vegades es necessita molta força, coratge i un bon acompanyament i temps... Des de la duresa i inflexibilitat res canvia. Com un dia et vaig dir, en qualsevol moment després de tant aguantar i tanta enrabada, t'il·lumines, jaja".

"La malaltia és el mitjà pel qual descobrim

el poder de la nostra psique i el nostre esperit. És el mitjà pel qual descobrim els nostres dots més valuosos i la nostra capacitat per ajudar als altres. És un punt d'inflexió que exigeix que exercim la nostra capacitat de triar. És una experiència de transformació ja que requereix que parem esment al procés de curació, el qual conté la possibilitat d'un canvi. Sanar requereix molt més que la contribució dels nostres recursos intel·lectuals i emocionals. La curació és prendre un procés de desintegració de la vida i transformar-ho en un procés de tornada a la vida. La ment no pot realitzar aquesta tasca. Només l'ànima té el poder de retornar al cos a la vida." Caroline Myss.

De tota manera, encara que en el meu cas no hagin funcionat les teràpies abans esmentades, si que he tingut clients que han millorat molt la seva salut amb una bona alimentació macrobívica (eliminant solanàcies, làctics i derivats, gluten i soia en totes les seves formes) i oligoteràpia com cobri-magnesi-manganès o cobalt i potassi (problemes inflamatoris i dolor) o manganès-cobri (brots inflamatoris i processos crònics) o manganès-cobalt (artrosi) o coure-or-plata i sofre (artritis), així com l'oli de lli de primera pressió en fred per a tot tipus d'inflamacions. Però quan una malaltia autoimmunitària ja està ben instaurada és bastant més complicat i no només la bona alimentació i les teràpies alternatives són suficients (Continuarà)

Yolanda Isasi

