



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

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

L'Institut, 10 milions de gràcies

El centre a poc a poc ha reprès la seva activitat, quasi com abans de la pandèmia

Doncs, pareixia que no, però després de 7 mesos d'aturada forçada, per fi hem pogut tornar a una certa normalitat a les cuines de l'Institut. Això sí, la tant anomenada pandèmia ens ha obligat a fer alguns canvis i ajustaments. Malgrat tot, les ganes de fer feina, d'ensenyar, de gaudir de la cuina no «s'han confinat».

Supòs que ja ho heu llegit a la premsa, però enguany els alumnes de formació professional han augmentat significativament respecte de l'any passat. I a l'IES de Sóller també hem notat aquest augment, de forma que tenim ara quasi una setantena d'alumnes entre grau mitjà i formació professional bàsica. Amb un equip docent de 6 professors hem començat a llevar-nos la pols d'aquests darrers mesos i, poc a poc, ja van sortint cosetes. Una de les restriccions que més greu ens sap és que no podem (per ara) obrir el Restaurant Ben Cuinat al públic en general, com hem fet sempre. No obstant això, podeu seguir les evolucions gastronòmiques dels alumnes del centre a través d'internet de les xarxes socials: www.iesoller.com; www.cuinant.com; <https://www.facebook.com/restaurant.ies.soller>; <https://www.facebook.com/iesguillemcolom>; i segur que si ens cerqueu per twitter i instagram també ens veurem.

Només duim un poc més d'un mes de formació i les cuines ja estan a tota

marxa, així que si us ve de gust, a la recepta d'avui us deixo alguna coseta de les que hem fet a classe. No ens podem veure tots junts però segur que si ho cuinau a casa un poc de l'esperit de la formació sí que ens unirà... i no dic res més que quan m'emocio no tenc aturall.

I d'una emoció a una altra emoció: 10 milions de gràcies. 10 milions perquè aquestes són les visites a la web www.cuinant.com que heu fet d'ençà de la seva obertura.

Sé que comparat amb altres portals d'internet no són moltes. Però m'heu de creure que per a mi cada una d'elles és tot un regal. Un goig saber que allò que hi publico us pot ajudar i servir per a alguna cosa, malgrat sigui sols un poquet, ja me don per satisfet.

Aquest dies veureu que la web va canviant cada dia ja que estic sotmès en un procés de reforma i actualització, però el contingut sempre està pensat per compartir i aprendre tot junts un poc de cuina... Però sobre tot disfrutar estant a taula o darrera el fogons.

Va ser l'any 2003 quan vaig posar en marxa la web amb dos objectius: usar-la com a arxiu dels articles d'aquesta secció (<http://www.cuinant.com/setmanari.htm>) i també com a eina educativa (<http://www.cuinant.com/iesgcc2021.htm>) i poc a poc s'han afegit més seccions gastronòmiques com els vídeos o la història gastronòmica i d'altres més didàctiques (http://www.cuinant.com/unitats_didactiques.htm). A destacar també la secció de col·laboracions, on no puc més que agrair a gent com: Ferran Adirà, Berasategui, Arzak, Ramon Freixa, Carme Ruscalleda o Benet Vicenç, entre molts d'altres, les seves aportacions a la web (<http://www.cuinant.com/colaboracions.htm>).

Així que us animo a visitar-la, però sobre tot a 'cuinar-la' entre tots. Moltes gràcies de nou.

Doncs després d'aquest moments



emotius, ens llevarem la pardalera i anirem a cuinar, com ja havia avançat farem un bacallà amb tomàtiga que és una recepta que varem fer divendres passat a l'IES.

Però abans de cuinar, permeteu-me algunes indicacions sobre aquest peix.

El bacallà és una de les espècies més comercialitzades del món i el seu consum està arrelat des de fa molts segles. És una espècie molt prolifera, arribant a posar una sola femella entre 4 i 7 milions d'ous en una posada. Existeixen diferents varietats dins d'aquesta espècie però generalitzant, la seva part dorsal és d'un verdós o daurat amb nombroses taques, acabant en el ventre amb un blanc mat.

Curiosament el bacallà fresc està considerat com un peix blanc, mentre que en salaó, a l'augmentar la concentració de greix, es cataloga com peix blau. La temporada per al consum de bacallà fresc va des de la tardor fins a la primavera.

A l'hora de comprar-lo fresc cal diferenciar-ho de l'*abadejo*, que encara que més barat és de pitjor qualitat (l'*abadejo* té la mandíbula inferior més sortida que la superior).

A l'adquirir una peça salada sencera o en trossos és important que contingui la pell i també cal observar que la carn sigui blanca, mai groguenca ni amb tons vermellosos.

A la cuina té multitud d'aplicacions: al forn, amb salsa, en amanides i plats freds, per a farcits, etc. Però és a la gastronomia del nord de la Península on està més arrelat el seu ús.

També heu d'anar alerta que el bacallà és un dels peixos més propensos a la infecció per anisakis, així que a l'hora de manipular-lo heu de vetllar bé la zona dels intestins i sobre tot si l'heu de consumir cru (marinat, adobat, en tartar o ceviche, etc) l'heu de congelar primer almanco 72 hores per evitar qualsevol en-surt.

CUINA DE TEMPORADA:

Bacallà amb tomàtiga

ELABORACIÓ/DESCRIPCIÓ:

- Fregirem pa a tires dins una paella amb oli calent.
- Dins una cassola amb un poc d'oli d'oliva sofregirem all, ceba i alguns pebres vermells o nyores.
- Un cop que la verdura estigui rosadeta afegirem una cullerada de pebre bo vermell i abundant tomàtiga madura picada. Deixarem coure 3 minuts a foc viu i afegirem el pa fregit picat al morter i fumet de peix. Ho deixarem coure 5 minuts.
- Enfarinarem les peces de bacallà les fregirem pels dos costats. I el disposarem dins una greixonera amb la pell per avall. El perfumarem amb un poc de vi blanc i el cobrirem amb la salsa triturada i passada per un xino.
- Enforarem el bacallà 5 o 6 minuts i li posarem per damunt unes tires de pebre vermell torrat.
- Empolsarem amb julivert picat.



ESCOLA DE CUINA:

Ja que hem xerrat de l'Institut, avui recordarem algunes cosetes sobre ell:

- El director actual és Oscar Eugenio Dons.
- La primera directora de l'Institut després de la unificació de BUP i FP (1993-1994), va ser la solerica Catalina-Thomàs Cañellas Marqués. A partir d'aquesta data ja s'ha anomena IES Guillem Colom Casanovas, deixant per la història el Joan Miró d'FP.
- Però el nom de Guillem Colom ve de mes enrere, ja que fou al 1975 quan pares i mares de 8è d'EGB d'aleshores demanaren la construcció d'un centre de BUP, si bé el Ministeri va optar, amb l'Ajuntament, crear un Col·legi Municipal, que obrí les portes l'any 1975 al Casal dels Jardins, al carrer Moragues, a un edifici cedit per la Congregació de Germanes de La Caritat.
- Aquell primer curs s'hi matricularen 85 alumnes. Ara som una família de quasi 600 persones... Per altra banda, el MEC havia creat al 1978 l'Institut de Formació Professional Joan Miró, el qual també va sofrir un itinerari semblant al BUP, però amb la diferència que des del començament va ser gratuït. Però a partir de 1983, fruit d'un conveni entre el MEC i l'Ajuntament, el Col·legi Municipal Guillem Colom passa a cohabitar a l'edifici de l'IFP Joan Miró de l'avinguda Juli Ramis.
- Corria l'any 1980, i el Setmanari Sóller es feia ressó de com anaven ses obres del nou IES (veure foto superior).