



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

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

Ja és final de curs

Mentre el trajecte dels estudiants encara el seu final, destacam l'esforç dels alumnes per créixer dia rere dia. Un procés educatiu que només s'assoleix amb una gran passió per l'art culinari

Aquest curs arriba a la seva fi, després de quasi 9 mesos d'activitat les cuines de l'institut tancaran els fogons. Ara sols queden exàmens finals, neteja i inventari.

En nom de tot l'equip docent del departament d'hoteleria volem agrair a tots els que ens heu visitat al llarg del curs en alguns dels serveis que hem anat fent. Sense la vostra col·laboració el procés educatiu no estaria complet.

També aquests dies acabaran les pràctiques en empresa els alumnes de segon curs, que duen des del mes de març ben engrescats dins el món laboral.

Aquest mòdul formatiu (FCT) és fonamental dins el programa formatiu del cicle. Per això també volem fer extensiu el nostre agraïment a totes les empreses col·laboradores:

Sóller: restaurant Romaguera, Hotel Splendido, Hotel Es Port, Restaurant Nunu, i Hotel Jumeirah.

Palma: Restaurant Fera, Hotel Son Vida, Hotel Arabella, Hotel Portixol, Restaurant el Txoko de Martín Berasategui, Restaurant El Bandarra, Hotel el Llorenç, Restaurat Adrian Quetglas.

Campos: Hotel Sa Creu Nova.

Aquí voldria fer un petit comiat als nostres alumnes.

El final del curs marca l'inici de moltes noves jornades d'èxit on podreu oferir una experiència culinària de qualitat. Al llarg del curs, tots, alumnes i professors, hem treballat intensament perquè l'inici del vostre camí professional us sigui més còmode.

Volem destacar el compromís i l'esforç dels nostres estudiants, els quals han demostrat una passió excepcional per l'art culinari. La seva dedicació i entusiasme han estat fonamentals per al funcionament impecable del menjador.

Com a institut de cuina, el nostre objectiu principal és formar professionals capaços de sorprendre els comensals amb les seves habilitats culinàries. El final de curs és un pas més en aquest camí i ens omple d'orgull veure com els nostres estudiants van progressant i posant en pràctica el que han après.

Un cop més, gràcies a tots, bon estiu i ens trobam el setembre que ve.

I no podíem tancar aquest curs sense apropar-vos algunes de les darreres receptes que hem fet.

Com que la setmana passada us vaig passar sa recepta del xot del concurs del Balear Skills, avui us propòs el plat de garrova que duguérem com a postres.

La garrova fou l'ingredient principal que marcaven per a les postres al con-

curs.

El garrover és un dels arbres més comuns a tota la Mediterrània i algunes regions d'Amèrica Llatina. Aquest fruit s'ha utilitzat tradicionalment a la cuina i rebosteria de moltes regions, sobretot per les seves característiques nutricionals i el sabor dolç i suau. No obstant això, no s'ha arribat a establir com a producte habitual perquè el seu ús està molt vinculat als períodes de carestia d'altres aliments. Sobretot a la nostra terra es relaciona la garrova amb la guerra i la fam.

Darrerament, això va canviant a poc a poc. En rebosteria, la farina de garrova es fa servir com un substitut del cacau o com a enriquidor de farines. La farina de garrova és naturalment dolça i rica en fibra, i té un sabor similar a la xocolata, encara que més suau i acaramel·lat. A més, la farina de garrova no conté al·lèrgens comuns, com la lactosa o el gluten, cosa que la converteix en una alternativa interessant per a aquells amb dietes especials o intoleràncies alimentàries.

La farina de garrova es pot utilitzar en la preparació d'una gran varietat de postres i dolços, com pa de pessic, galetes, brownies, gelats i cremes. També es pot combinar amb altres ingredients, com fruits secs, espècies o vainilla, per realçar-ne el sabor i la textura. És important tenir en compte que la farina de garrova té un menor contingut de greix que el cacau en pols, cosa que pot afectar la textura i la humitat de la massa en certes receptes. Per tant, pot ser necessari ajustar-ne les quantitats i equilibrar amb altres ingredients.



CUINA DE TEMPORADA:

Greixonera de garrova i vainilla

INGREDIENTS (5 persones)

- Greixonera de garrova: 3 ous sencers, 350 ml de nata líquida, 100 ml de llet, pell de taronja, 40 grams de sucre, 50 grams de farina de garrova.
- Salsa de taronja: 6 taronges, 300 grams de sucre i midó de blat de moro.
- Teules: 2 blancs d'ou (els de la greixonera, que s'han de pesar i han de ser aproximadament 100 grams), 100 grams de mantega líquida, 80 grams de farina, 20 grams de farina de garrova i 100 grams de sucre. Aroma de vainilla.

ELABORACIÓ:

- Per a la greixonera: infusionam la nata i la llet amb la pell de taronja uns 15 minuts. Emulsionam els ous amb el sucre i la farina, i anam afegint la llet tèbia. Ho posam dins flameres i ho cuinam al bany maria (o vaporadora) 45 minuts, tapat amb film. Deixam refredar i desemmotllam.
- Per a la salsa: pelam les taronges i la pell la talem a juliana ben fina. Posam a coure dues taronges amb dues cullerades de sucre, a foc fluix, si fa falta hi podem posar un poc d'aigua. Les pells de taronja les posam a bullir amb aigua i, després de 30 minuts a foc fluix, les afegim a la confitura i ho deixam reduir fins a la densitat desitjada. Guanim amb uns grells de taronja (1 taronja).
- Per a les teules: emulsionar tots els ingredients i coure (ben finet) segons la forma desitjada a 210°C uns 4 minuts.
- Podem servir aquestes postres amb un poc de crema anglesa de base, un poc de salsa de garrova, unes ametlles picades o sucre empolsat per damunt.



ESCOLA DE CUINA:

Altres usos culinàries de la garrova:

- La garrova també s'utilitza en forma de xarop o melassa de garrova, que s'obté a partir de la cocció i la reducció del fruit. Aquest xarop es fa servir com a endolçidor natural en diverses preparacions, per exemple en salses, en alguns postres i fins i tot en begudes.
- La salsa de garrova també es pot utilitzar per a potenciar plats salats, sobretot salses de carn.
- Un altre derivat de la garrova és la goma de garrofi, elaborada a partir de les llavors i que s'utilitza també a la indústria alimentària com a additiu autoritzat sota el codi E410. Es fa servir com a espessidor i gel·licant, molt habitual en salses, en cremes i en l'elaboració de gelats i postres similars, ja que evita l'aparició de vidres i proporciona una textura homogènia més estable i cremosa.