

Parlem de cuina

## Consells gastronòmics (III)

**A**mb l'article d'aquesta setmana continuam aquest recull gastronòmic de consells per a la cuina, que esper us siguin d'utilitat.

O

### OUS

Per separar el rovell del blanc sense que es mesclin, convé que l'ou estigui fred. Els ous comencen a deteriorar-se si romanen descoberts i a temperatura ambient.

Per conservar-los, s'han de guardar en un recipient tapat i a una temperatura menor de 10 °C.

Per utilitzar ous en una recepta, s'han de treure amb anterioritat de la gelera fins que prenguin temperatura ambient. Si van a bullir, aquesta precaució evitarà que les closques es rompin al pelar-los.

Per a que els ous remenats resultin sucosos, cal fer-los en una paella de fons gruixut i a foc suau. També poden fer en un recipient al bany maria.

Per saber si els ous estan frescos pot posar els ous en aigua. Com més frescos són, més pes tenen i, per tant, romanen al fons del recipient. Un ou passat sura en la superfície de l'aigua i no ha de ser utilitzat.

Per evitar la infecció amb el bacteri de la salmonel·la s'han de prendre mesures de precaució: utilitzar ous de closca neta i sense trencaments, rentar-se bé les mans abans i després de manipular-los i no consumir ous crus ni aliments que els continguin, ja que la calor destrueix al bacteri.

### L'OLI

Per a evitar que l'oli s'oxidi o es torni agre l'hem de guardar dins un lloc fresc i obscur. A l'hora de fregir no mescleu mai diversos tipus d'oli ja que perden les seves propietats naturals i es cremen abans.

Per fregir no hem de superar mai els 180°C

i millor si ho feim amb oli d'oliva ja que aguanta millor el calor.

Després de fregir, sempre l'hem de colar i no l'hauríem d'emprar més de 3 o 4 vegades, ja que cada ús el degrada.

Si emprau l'oli per a amanir s'ha de tenir en compte que l'oli d'oliva extra verge combina molt bé amb el vinagre balsàmic i els olis de fruits secs combinen molt bé amb el vinagre de fruites.

### L'OLIVA

Per a mantenir les olives en conserva fresques, sempre han d'estar cobertes amb l'aigua-sal que els mantindrà en perfecte estat.

Per a evitar la formació de fongs dins els pots d'olives, sempre les extraurem amb una cullera neta i preferentment d'acer inoxidable, ja que si ho feim amb una de fusta es redueix considerablement el període de conservació, ja que la fusta ens contamina el producte.

P

### POMES

Per cuinar pomes per fer purés, farcits o compotes no cal afegir aigua, només una mica de suc de llimona o de taronja i cuinar tapat a foc molt baix.

Si s'utilitzen pomes dolces, no cal incorporar sucre.

### PAELLA

Per assegurar que l'arròs de la paella quedi al punt; aproximadament hi ha d'haver el doble d'aigua que d'arròs a l'hora d'incorporar-lo a la paella.

- A més foc, més evaporació del brou, si veis que va a quedar dur l'arròs, baixau el foc i si veu que va sobra brou, augmentar-lo.

- Més val passar-se amb l'aigua que quedar-se curt, sempre es pot retirar una mica de brou si veiem que sobrarà.

Així hi tot l'arròs ha quedat una mica dur, de vegades es pot arreglar tapant la paella amb paper d'estrassa o un drap net i deixant que reposi uns minuts.

PA

Per donar un acabat mat i suau al pa, pinzellar amb oli d'oliva abans i durant l'enfornat.

Per obtenir un acabat daurat i una crosta suau, pinzellar amb llet la superfície del pa abans d'enfornar.

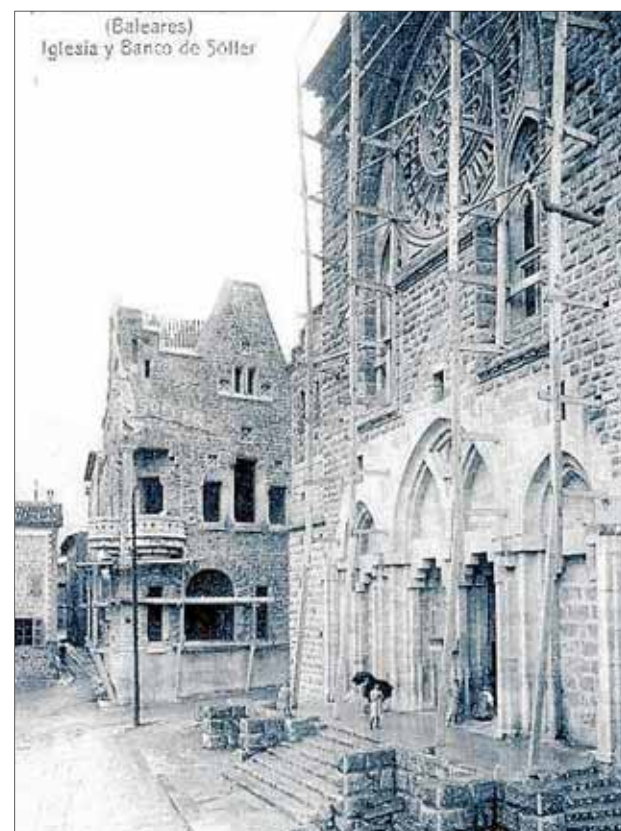
Per obtenir un acabat daurat i brillant en l'enfornat del pa, pinzellar amb rovell d'ou i aigua abans d'enfornar. Repetir 10 minuts abans d'acabar de coure.

Per saber si el pa està cuit es treu del motlle i es subjecta amb un drap doblat. Es colpeja la base i si està cuit sona a buit. Si el so és apagat s'ha de posar altres 5 minuts al forn i repetir la prova.

### PATATES

Perquè les patates fregides quedin bé, s'han d'utilitzar dos temps de cocció: primer, escalfem l'oli sense arribar a temperatura molt alta perquè en submergir les patates aquestes es cuinin (això es diu poxar). Escórrer. El segon pas és encalentir l'oli a temperatura més alta i tornar a submergir les patates per a daurar-les. Tenir cura de no cremar l'oli. Mantenir el foc a mitja flama durant tota la cocció i no les saleu fins al final. El millor oli per fregir patates és el d'oliva que aguanten molta temperatura sense degradar-se.

Per a fer unes bones patates fregides, mai utilitzeu les patates noves perquè tenen



molta aigua; tampoc verdoses o amb brots.

Bona setmana i ens trobam aquí mateix d'aquí a set dies per posar el punt i final a n'aquest recull de consells. Bona setmana, bones fetes i molts d'anys als Bartomeus i Bartomeus. Aprofitant l'avinentesa aquí us deix una foto de la construcció de la façana de la parròquia del nostre patró.  
www.cuinant.com

Juan A. Fernández



Si pens és perquè visc

## Dites dels clàssics llatins possibles titulars dels diaris d'avui (VI)

**"C**ontinua inter se discordia, no mos, no jus; mores criminales et deteriores increbrescunt in dies: ex vultibus hominum vitam malam eius colligo"  
Petroni. (? - 66 d. C.)

Les contínues disputes entre els partits, no sobre el benestar del poble, no sobre la justícia; i les retretes en les discussions i bregues que se renoven cada dia més..., per la seva cara puc entendre que són dolentes les seves intencions.

**"Ingenii celeres quidam motus esse debet in extrema necessitate"**

Petroni

Quan esdevenen necessitats extremes els remeis amb intel·ligència han d'ésser ja, ràpids.

**"Non saepe dominos populi praeterita mutare non possunt, coma tum mutatur ut facinora dissimulant."**

Ciceró.

El qui dominen el món molt poques vegades canvien de conducta, ja que de cap manera poden esborrar la seva vida passada; el que fan és que se tenyeixen els cabells per canviar de cara i així, dissimulen la seva



maldat.

**\*"Tantine injuria cenae gubernatorum magnificae contra objectas gentes".**

Ciceró.

Déu meu! La injúria que fan els governats contra els seus súbdits amb aquests sopars tan opulents és tan gran com els preus que paguen.

**"Piraticam in populis exercent, si modo nomina rebus addere vera placet"**

Ovidi

Si voleu que us digui clar talment com és, us diré que, robant al poble, practiquen la pirateria.

**"Mala, ut serpentes avibus gementur, tigribus agni"**

Horaci.

"Em sortirem molt mal parats, si arriba el dia en que les serps s'aparellin amb els ocells i les ovelles amb els tigris".

Nota personal: Ai! Si ens ha arribat el moment en que no sabem el que és bo o dolent, si la veritat i la mentida fan una mateixa cosa...

**"Plenior si quos delectet copia justos, pleni flagiti."**

Horaci.

"No ho dubteu; els que se fan grossos per les seves riqueses opulents i se recreen davant la cara dels pobres – jo us ho segur-la deshonra i l'escàndol els persegueix".

**"Vides tu ignaros ut intulerunt in judicium alius prodicionis crimen illatos"**

Vel'eri Patercul (s. I, a. C. - d.C)

"T'hi fixares amb quins aires d'arrogància caminaven cap els seu interrogatori, cridats davant malfets per la justícia.

**"Si stas, ingredere si ingredieris, curre cum ingerantur oculis et animis omnium mala in domo tua"**

Terenci, 196 ? - 27 a. C.

"Si estàs dret, ves-t'en d'allà on ets; si ja te'n vas, corre, fes-te'n enfora, quan vegin els teus ulls les evidències i animalades que fan dins casa teva mateix".

Agustí Serra Soler

