

Parlem de cuina

Consells gastronòmics (i IV)

Amb l'article d'aquesta setmana posam punt i final a n'aquest recull gastronòmic de consells per la cuina, que esper us siguin d'utilitat. Us recordo que a la web i al blog podeu veure aquest i els altres articles publicats amb anterioritat.

Com conservar els aliments:

Conservar els aliments no sols és guardar-los a la nevera, hi ha moltes més formes per conservar de manera correcta un aliment, i avui us donaré 10 truquets que us ajudaran a conservar de forma diferent alguns aliments. Aprendre a fer aquest tipus de tècniques, ajudarà a ampliar el ventall d'opcions a l'hora de guardar els teus aliments. Alguns d'ells també poden considerar-se com a sistemes de cocció o preparació d'aliments.

1.- En oli: Permet conservar una gran part de les vitamines i propietats que tenen els aliments durant una llarga temporada. L'oli protegeix al menjar dels microorganismes i garanteix la salubritat. Pots conservar en oli carns, verdures, peixos, formatges, etc. La majoria de les conserves que consumim es fan amb aquest tipus de tècnica. Sols hem de netejar l'ingredient a conservar, eixugar-lo al màxim (o dessecar-lo) i submergir-lo dins oli, que pot estar aromatitzat amb herbes o espècies. El temps de conservació variarà segons la quantitat d'aigua que tenguí l'ingredient conservat.

2.- En vinagre: És una conservació perfecta per a aliments amb una acidesa baixa com cebes, pastanagues, olives, cogombres o alls. Per elaborar una conserva en vinagre es

necessita una gran quantitat de sal perquè la tècnica sigui perfecta. A més si desitges aromatitzar el vinagre, pots fer-ho incloent plantes aromàtiques que dotaran a l'aliment d'un sabor més especial. Es pot fer en calent o fred. El procés d'elaboració és similar al de les conserves en oli.

3.- Al buit: El seu únic inconvenient és que has de tenir la màquina d'envasar al buit per utilitzar aquest tipus de tècnica. Amb l'envasat al buit s'aplica una succió de pressió que fa que cada aliment que es conserva en el seu interior, ho faci gairebé sense oxigen i gràcies a això, el menjar no s'oxida i dura fins a 4 vegades més. Pots conservar tot tipus d'aliments i salses.

4.- Fumats: És una de les tècniques més antigues per potenciar el sabor dels aliments. Es conserven molt bé carns, embotits i formatges, i també peixos. Podem provar de fer un fumat amb una palangana plena de serradís encès i net. El temps de fumat d'una peça de carn o un peix de ració sols esser d'uns 20 minuts. Hem de vigilar que el serradís no faci flama i si no tenim un forn especial (o d'exterior), hem d'assumir que un poc de fum si que farem.

5.- Deshidratat: És una forma magnífica de conservar un aliment sense alterar cap de les seves propietats i nutrients. Només s'extreu l'aigua de l'aliment mitjançant una calor suau que no altera la seva composició (el nostre forn de casa serveix a uns 90°C). Pots conservar aquest tipus de menjar durant mesos i fins i tot anys. En deshidratar, l'aliment redueix la seva mida i ocupa menys espai a guardar-lo.

6.- En escabetx: Es tracta d'una adob que en el qual es bull en oli, vinagre, verdures i espècies un determinat aliment. Es deixa refredar, i quan s'ha cuinat, es cobreix l'aliment amb aquesta salsa. Els aliments duren uns 4-6 mesos en una conservació perfecta en peixos, carns, mariscs i mol·luses.

7.- Confitada: Submergirem l'aliment en un tipus de greix realitzada a partir de mantega clarificada (sense sèrum), oli d'oliva i mantega de porc. Es cuina tot a baixa temperatura fins que es fa. S'utilitza en carns i en peixos. És fonamental que perquè quedi perfecte, es controli la temperatura en tot moment sense que es produeixi l'ebullició.

8.- En sucre: És un dels conservants naturals que més s'utilitzen. És perfecte per conservar fruita i de vegades fins a algunes carns o peixos (com el salmó marinat 50% sucre i 50% sal)

9.- En sal: També es diu curació, i s'utilitza principalment en la conservació de carns. El sabor dels aliments curats és molt més fort està més potentat que al principi. En conservar la carn en sal, aquesta es posa més tova i permet gaudir d'un producte de més qualitat.

10.- La uperització: La temperatura de l'aliment augmenta fins a arribar als 150 graus per injecció de vapor durant un parell de segons. Destruïx tot tipus de bacteris, i després el producte passa per un refredament a 4 graus de temperatura. Aquest tipus de tècnica s'utilitza en la llet i altres làctics sobretot. És un procés exclusiu



industrial.

Bona setmana i ens trobam aquí d'aquí a set dies... amb el més de setembre recién estrenat. Acompanya aquest article dues targetes col·leccionables que venien amb les tablettes de xocolata Poulain i xocolata Lombart cap a mitjans dels amb 50 .

www.cuinant.com
parlemdecuina
@hotmail.com

Juan A. Fernández



Recordatori

Margalida Paulona, In Memoriam

Viure el moment present amb intensitat, sense enyorances obsessives del passat ni preocupats excessivament pel futur és una bona actitud per viure esperançats el dia a dia. Jesús ens ho recorda: "No passeu ànsia per la vostra vida, pensant què menjareu o què beureu, ni pel vostre cos, pensant com vos vestireu. ¿No val més la vida que el menjar, i el cos més que el vestit?...El vostre Pare celestial sap molt bé la necessitat que teniu...Cercau per damunt de tot el Regne de Déu i ser justs tal com ell vol, i tot això us ho donarà de més a més. No tingueu ànsia pensant en demà. El demà ja tindrà les seves preocupacions. Cada dia en té prou amb els seus maldecaps." (Mt 6 25.32-34)

Aquesta és una de les paraules de Jesús que em venen al cap al reflexionar i intentar entendre la partida tan inesperada de na Margalida. Només el Bon Jesús i ella saben el perquè d'aquesta partida que vivim encara com un somni. Com també només el Bon Jesús i ella saben la quantitat de coses, fets, detalls, preocupacions, gestions, converses... que na Margalida feia perquè la parròquia del Port estigues ben atesa i embellida. Avui matí una feligresa em comentava que la parròquia era la seva segona casa, i jo amb amor li he contestat, no sé si la primera. És impossible comptabilitzar les hores i hores dedicades a la parròquia: regant el cossiols i canviant-los de lloc, mirant i arreglant randes i puntilles per fer estovalles pels altars, vigilant que no manquessin flors i ciris al Nazareno, i ara darrerament fent tornos per obrir i tancar l'església per tal que estigués sempre oberta

durant el dia, aprofitant aquesta oportunitat per poder pregar moltes estones davant el Sagrari. D'on treia temps, ens demanam tots. Ai Margalida, ¡quina dona! Ràpida com un llamp, amb una disponibilitat incombustible, franca, directa i sense miraments, preocupada i passant pena per tothom... No és tòpic dir que l'enyorarem i que les moltes tasques i responsabilitats que duia entre mans s'hauran de compartir agafant el seu testimoni.

Gràcies Margalida de tot cor, en nom de tants i tants feligresos de Sant Ramón de Penyaforat i sobre tot de nosaltres, els preveres que aquests darrers cinc anys hem tingut la responsabilitat de tenir cura de les parròquies de La Vall i Fornalutx. Ens dóna força saber que el Bon Jesús no sols t'ha acompanyat sempre en el teu dia a dia, sinó que vol que visquis eternament i sense límits el seu amor. Ara des d'una perspectiva més ample i més plena podràs entendre coses que et causaven dolor, altres que no podies entendre o bé et sonaven discordants. ¡Des de Déu tot és tant diferent! El Bon Jesús que tant has estimat t'ha acompanyat davant el Pare i el Bon Pare no vol altre cosa que omplir-te a vessar del seu Amor. No et tanquis a tanta Bellesa i a tant d'Amor. I així gaudint eternament de l'abraçada divina no t'oblidis d'aquells que estimes i t'estimen, aquells que ens hem quedat a n' aquesta Vall. Margalida gaudeix del premi etern i vetla sempre pels teus. Amén.

Equip de preveres: Mn. Marià Gasterver, Mn. Jaume Mercant, P. Ricard Janer

Carta oberta

Manca sentit comú a la gestió política del nostra poble

La democràcia és un procés en què participen tots els representants elegits democràticament, els ciutadans, els actors polítics.

Però el que és més important en el funcionament diari, és la rendició de comptes de la gestió de la classe política, entre les quals està la transparència econòmica dels comptes públics i uns resultats visibles de la feina feta.

El nostre poble té dret a conèixer la gestió econòmica de Sóller 2010, per ser una empresa pública, l'equip de govern està obligat moralment a donar tot tipus d'informació dels resultats econòmics de Sóller 2010 i de la seva gestió.

Com a empresa pública hauria de servir als interessos generals de la ciutadania, deixant obert l'aparcament de Sa Calatrava durant les festes de Sant Bartomeu per facilitar l'accés a la zona de bauxa atès que les atraccions redueixen un gran número d'aparcaments, dels quals n'és gestora.

Volem denunciar la deixadesa a la neteja viària, gestió que pertany a Sóller 2010, als carrers de Prosperitat, Cetre, i

altres dels voltants hi ha encara al mig del carrer branques de de la poda, seria convenient que fossin retirades, el més aviat possible, per evitar un accident i per la imatge que es dóna, a la brutícia aferrada als carrers no basta passar una màquina agradora.

El pavelló des Puig, aquesta setmana fou inaugurada la reforma del pavelló (paviment, marcador, etc.) sense entrar sobre els aspectes de la licitació i contractació de les obres, ja era hora una maneta de "pintura", la nostra sincera enhorabona.

Però inaugurar una reforma d'un espai públic tancat, que no gaudeix de servei contra incendis i que les portes d'emergència estan tancades en panys, incompleix les condicions bàsiques de seguretat que marca la normativa vigent, per a més detalls, no hi ha la mànegua del grup contra incendi situat a la paret interior de l'entrada i les portes d'emergència estan tancades en cadena i panys de maleta, fins i tot el passat dissabte on hi havia esdeveniments esportius. Això és una temeritat manifesta.

Demanam al Regidor d'Esports que prengui nota i adopti les mesures correctores adients, per evitar una desgràcia. Li recordem la desgràcia de Madrid on hi ha tècnics i polítics imputats pel cas del Madrid Arena.

De les festes de Sant Bartomeu, la manca de previsió d'instal·lar llocs comuns (vàters) als carrers, va convertir als carrers, en urinaris públics, pixarades pertot arreu, pudors, renous, als carrers dels voltants de plaça, demostra una vegada més una deixadesa dels responsables polítics de gestionar les festes, és de sentit comú que berbena, calor, beure, cafès tancats o en barra exterior, la gent hagi de fer les seves necessitats fisiològiques.

Per cert de les 10 propostes per arreglar El Port que els presentàrem a la darrera carta, ni una ha estat executada.

Propostes de sentit comú i de baix cost econòmic. Els contenidors encara fan pudor, les herbes són on eren, la brutor encara està aferrada damunt al paviment, això és gestió!

"Proposta per les Illes, per una gestió en positiu"

El Pi