

PARLEM DE CUINA

Va de gelats

La Fira i Es Firó semblen esser les portes de l'estiu i la calor i que res millor per a l'estació "d'anar a la platja" que estar ben preparats amb un quants de gelats. Per això per a la jornada gastronòmica d'avui us proposo un seguit de gelats i sorbets per endolcir i refrescar els dies calorosos que ja arriben:

Gelat d'avellanes:

1 litre de llet, 400 grams d'avellanes, 12 rovells d'ou, 250 grams de sucre, un poc de canyella i sa pells d'una llimona.
Com fer-ho: Mesclau les avellanes, el sucre, la llet, la canyella i la pell de llimona dins una olla i ho feis bullir uns 5 minuts a foc fluix.

Retirau la canyella i la llimona i ho triturau tot amb el túrmix.

A part, dins un bol, bateu els rovells d'ou i mesclau ambdós preparats, anant en compte. Posau la crema al bany maria i ho feis coure sense deixar de remenar ni que arrenqui a bullir. S'ha d'aconseguir un textura untuosa. Refredau la crema i ja la podeu passar a la màquina de gelats o dins una bomba fins que agafi cos.

Sorbent de Codony:

2 peces grosses de codony, 200 grams de sucre, 600 grams d'aigua i la pell d'una llimona

Com fer-ho: Pelau i tallau els codonys a daus i els posau a bullir amb l'aigua, el sucre i la pell de llimona. Un cop que la fruita estigui tendre ho triturau tot, ho colau i ho deixau refredar; un cop fred ja la podeu passar-ho a la màquina de gelats o dins una bomba fins que agafi cos.

Sorbent de taronja:

El suc de deu taronges grosses, el suc de sis llimones, 200 grams d'aigua i 200 grams de sucre

Com fer-ho: Posau a bullir l'aigua amb el sucre i un cop que

el xarop agafi un poc de cos el mesclau, en calent, amb els suc de cítrics. Deixau-ho refredar i ja la podeu passar-ho a la màquina de gelats o dins una bomba fins que agafi cos (**la fotografia que acompanya a n'aquest article pertany al sorbet de taronges que servirem a l'institut en el decurs del sopar d'investidura de les Valentes Dones d'enguany**).

Gelat de xocolata:

1 litre de llet, 400 grams de xocolata negra rallada, 4 blancs d'ou, 10 rovells d'ou, 200 grams de sucre i aroma (canyella, llimona, taronja)

Com fer-lo: Mesclau tots els ingredients, els posau dins un bol al bany maria i ho feis coure sense deixar de remenar, fins que agafi textura de crema. Seguiu el mateix procés de les anteriors elaboracions i un cop fred ja podeu passar a gelar de forma habitual.

Sorbent de xocolata:

200 grams de xocolata en pols, 400 grams d'aigua, 200 grams de sucre, 200 grams d'aigua.

Com fer-lo: Fondre la xocolata dins els 400 grams d'aigua. Apart realitzarem un xarop amb el sucre i la resta d'aigua (200 grams). Colau la preparació i un cop freda ja es pot passar a gelar.



L'apunt: Òbviament avui dia no representa gran complicació realitzar un gelat o un sorbet; però no sempre ha estat així: antigament era imprescindible disposar de neu per a l'elaboració i conservació dels gelats. Això feia que el plaer de degustar un gelat sols estava reservat a les classes més altes de l'època. Ja en el segle XVI, a les corts espanyoles i franceses, era molt habitual consumir gelats. Que passeu una bona setmana i ens trobam aquí mateix d'aquí a 7 dies. Podeu enviar les vostres consultes a parlemdecuina@hotmail.com

Juan A. Fernández



ESPAI PER A LA REFLEXIÓ

Meditacions sobre la vida i la mort

He meditat molt sovint sobre la vida i la mort. He viscut molts d'acomiadaments, que no pèrdues. Dic, no pèrdues, perquè per a mi les persones estimades que han fet el traspàs, són vives dins del record. Dins totes les vivències que en el seu dia vaig poder compartir amb elles. Les bones, menys bones i incluiu les dolentes.

He acomiadat a mon pare, a ma mare, a un germanet petit de tres anys, fa molta estona, quan jo encara era un infant i no vaig esser plenament conscient. D'adult l'he notat a faltar. Ma mare no va esser capaç d'acceptar el fet i morí als 64 anys d'un càncer de pulmó, en canvi mon pare feu el procés d'acceptació per a continuar vivint i morí als 85.

També he acomiadat molts oncles i moltes tietes, i també no fa gaire estona al pare de la meva dona. Porto moltes persones estimades, que han mort mentre jo feia el camí de vida. He viscut amb alguns d'ells seus darrers moments i els he ajudat com podia i com sentia el trànsit, el trasllat a la casa del pare, que és el lloc on crec que van els seus esperits per a continuar un procés d'evolució que no acaba mai. Ja que també crec que l'esperit és immortal i simplement deixam el cosset agraint-li tot el que ens ha permès experimentar en vida, fins al moment de la partida. Aquest cosset que en la forma que sigui tornarà a la terra i un dia formarà part d'un arbre, una flor, una falzia, qui ho sap. Escric aquestes línies, perquè ara mateix estem, la meva dona, el meu fill i la seva companya i jo i totes les persones que l'estimem en un altre instant d'acomiadament. La mare de la meva dona Na Margalida, que ha viscut amb nosaltres des que el seu home feu el traspàs, té un mal mal. Li varen detectar un càncer molt estès, el qual està afectant tot l'aparell digestiu: Fetge, pàncrees, budells. No té tractament possible. Ella té 85 anys i els ha viscut amb una salut de ferro. Ara mateix el que resta és que estigui en pau, sense angoixa, acompanyada pels qui l'estimem, per

fer la passa final aquí a la terra. El moment, com sabeu tots el que n'heu viscut algun de semblant, és dolorós.

I el patiment sol venir d'una no acceptació. Hi ha una lluita interna i deixa d'existir quan aquesta es resol. Llavors torna la pau i adquirim un grau de visió més alt. Deixam de patir per nosaltres i transcendim aquest estat, per intentar el màxim d'equilibrats i centrats, poder ajudar a aquesta persona que ens deixarà. Volem no enganxar-la amb les nostres pròpies pors, ja que ella les percep; i retornem a l'amor incondicional acceptant que ella ha de fer el seu propi camí, sense interferències i menys de les persones que l'estimam. I afegir que són ells o elles, les que trien la persona amb qui es moriran. Incluiu si trien morir-se quan estan totes soles. I ho dic, perquè ho vaig poder comprovar amb la mort de mon pare. Havia estat tot el dia amb ell, quan l'horabaixa va venir el meu germà a substituir-me i jo me'n vaig anar cap a casa. En aquells moments vivia a s'Arracó. Arribant a casa i havien passat tres quarts d'hora, el meu germà em telefonà comunicant-me que acabava de morir. Havia triat morir-se quan hi fos ell. Em va quedar molt clar. Quan arribem a aquesta percepció, ella també percep la nostra pau. Quan arribi el moment i ella se n'adoni que s'està morint; -aquesta percepció arriba a tots i si estem atents ho notarem- nosaltres hem de ser prou forts per a donar-li tota la força i l'esperança que precisi per a vèncer les pors que generarà el moment, a fi de què no hi hagi lluita i si n'hi ha que sigui el més breu possible perquè fa molt mal. Vos asseguro que he acompanyat a familiars en agonies brutals amb una lluita titànica. En canvi d'altres on la pau ha regnat i s'han convertit en unes i uns vertaders mestres. Són ells, si no anem amb clucales i prejudicis, els que vertaderament ens ensenyen. Tant el que hem de fer, com el que no hem de fer, quan ens arribi el moment. **Viure els acomiadaments dels que he parlat, són els**

que m'han donat l'oportunitat d'esser qui som, a més de totes les altres experiències de vida. Al mateix temps m'han donat la possibilitat d'escriure aquestes paraules que neixen d'una experiència directa. Cada acomiadament m'ha fet més fort, m'ha enriquit com a ésser humà i he aprofitat aquesta riquesa que se m'ha regalat per a com a persona (i també en la meva tasca de terapeuta) poder-la compatir per seguir ajudant a altres persones a fer el camí, metàfora, de viure realment la vida, des de la seva profunditat i senzillesa. Tornar a fer un viatge dedins nosaltres mateixos per obtenir les respostes a les nostres preguntes, ja que únicament allà s'hi troben. Podem viure totes les percepcions, experiències, sentiments; però allà on les fem nostres, és interioritzant-les. I a descobrir el que realment hem vingut a fer per aquí i no el que ens volen vendre i pretenen que fem la nostra vida, plens d'incoherències i a la recerca de cobrir necessitats estúpides i perdre un temps més que valuós. **Des d'aquestes planes vull agrair, en nom de la meva dona, i el meu, a tots els amics i amigues de Sóller, com d'altres pobles de Mallorca i també de Catalunya, País Valencià i molts altres llocs, les seves paraules i mostres de suport. Han estat un bàlsam tant per la meva dona com per mi. I vull agrair des d'aquí a la gran família relataire de la pagina electrònica on habitualment escric, relats en català, les mostres d'afecte que han deixat constància tant en el fòrum, com per correu electrònic com al Facebook.**

Quan escric aquestes paraules, ja ha estat traslladada a l'hospital Joan March, a cures pal·liatives, on esperarem el desenllaç, i viurem el seu acomiadament.

Josep Bonnín

