

PARLEM DE CUINA



Juan A.Fernández
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM
parlemdecuina@hotmail.com

Feines de finals d'estiu

Conserva de tomàtiga, compota de poma, confitura de poma i fonoll

Ara que la calor ja no és tant feixuga cal arremangar-se i preparar les conserves per a l'hivern aprofitant els productes que tenim a l'hort. Avui farem conserva de tomàtiga, compota de poma, fonoll empotat, confitura de poma amb safrà i confitura de figa.

Tal vegada sigui el producte estrella de les conserves d'estiu, i és que la tomàtiga empotada és boníssima en els berenars de l'hivern amb olives i fonoll i una bona llesca de pa moreno torrat. Doncs per a gaudir d'això toca ara preparar el rebost. El primer de tot és escollir unes bones tomàtigues, ben vermelles i madures, netejar-les i pelar-les. Si són moltes les podem escaldar per a pelar-les bé. Jo, com que ho faig en vàries tongades les pel a ganivet.

Un cop pelades les tallam en 4 (o 6 si són grosses) i les anam deixant dins un ribell o bol (per a recollir el suc que fessin). Ara preparam els pots de vidre que han d'estar ben nets (extremadament nets) i amb les tapes sense rovell ni desperfectes. Omplim al màxim tots els pots i lo poc que quedi fins al límit ho omplim amb el suc de tomàtiga, de forma que al tapar-ho la tapa quedi «a pell». Estrenyem bé amb la mà (comprovam que les tapes no passen de rosca). Passam els pots dins una olla amb aigua freda i la posam a bullir. Un cop que arrenqui el bull deixam coure 20 minuts i passats aquest temps ho deixam refredar dins la mateixa olla. (mirau que els pots estiguin tapats d'aigua durant tota la cocció).

Les pomeres han donat fruit tot l'estiu i ara que queden ses darreres en farem compota i melmelada.

Per la compota de poma usarem 1 quilo de poma trossejada a daus mitjancers (a mi m'agrada que la poma se noti), 400 grams de sucre blanc, el suc de mitja llimona i 2 grams de brins de safrà.

Posarem tots els ingredients dins una olla i ho mesclarem bé. Això ho deixarem reposar unes dues hores de forma que el sucre comenci a fondre's amb el líquid que s'extreu de la poma. Ara ho posam a coure a foc fluix i ho cuinam 30 minuts remenant de tant en tant.

Quan la poma la veiem cuita (que comença a transparentar) ja podem aturar la cocció i, en calent, omplim els pots fins a vessar i tapam ben fort. Si ho hem fet be i els pots estan ben tapats l'elaboració ja estirà feta, però a mi, per a assegurar, m'agrada fer-los bullir 20 minuts a bany maria. Amb l'altra meitat de poma farem la confitura que poma que usarem per cada 1 quilo de poma, 600 grams de sucre blanc, el suc de mitja llimona i també 2 grams de brins de safrà.

Posarem tots els ingredients dins una olla i ho mesclarem bé. Això ho deixarem reposar unes dues hores de forma que el sucre comenci a fondre's amb el líquid que s'extreu de la poma. Ara ho posam a coure a foc fluix i ho cuinam 30 minuts, remenant de tant en tant.

Quan la poma la veiem cuita (que comença a transparentar), la passam pel turmix i ja podem aturar la cocció i, en calent, omplim els pots fins a vessar i tapam fort. Si ho hem fet bé i els pots estan ben tapats l'elaboració ja estira feta, però a mi per a assegurar, m'agrada fer-los bullir 20 minuts a bany maria.

Per la confitura de figa usarem per cada quilo de fruita, 400 grams de sucre de canya, el suc de mitja llimona i uns copets de canyella en pols. Posarem tots els ingredients dins una olla (les figues sense pelar i xapades en dos) i ho mesclarem bé. Això ho deixarem reposar unes dues hores de forma que el sucre comenci a fondre's amb el líquid que s'extreu de la fruita. Ara ho posam a coure a foc fluix i ho cuinam 30 minuts remenant de tant en tant. Quan les figues estiguin ben desfetes agafam una cullerada i la posam dins un plat per a veure la textura. Si aquesta ens agrada ja podem aturar la cocció i, en calent, omplim els pots fins a vessar i tapam ben fort. Si ho hem fet bé i els pots estan ben tapats l'elaboració ja estirà feta, però a mi per a assegurar, m'agrada fer-los bullir 20 minuts a bany maria.

Em aquest tipus d'elaboracions és ben important que els pots estiguin plens a vessar per tal de deixar el mínim espai d'aire entre la tapa i el producte.

En aquestes elaboracions podeu «tunejar-les com a chutney». Per exemple a la de poma podeu afegir-hi durant la cocció una ceba picada i un poc de curri. A la de figa, un cop llesta li anau afegint gotes de vinagre fins a aconseguir el grau de vinagreta que us agradi.

Totes les fruites contenen pectina (que ajuda a agafar textura), encara que en algunes la quantitat és molt baixa, com les figues. Per això a l'hora de fer melmelada, cal afegir-hi unes pells de poma per facilitar-ne la coagulació. Després, les pells es poden retirar un cop la cocció finalitzi. També van bé unes gotes de llimona.

Fer el fonoll és més senzill, un cop triat i net ompliu bé els pots i quant siguin ben plens de fonoll els acabau d'omplir de vinagre. Tapar ben fort i guardar (jo també els faig coure a bany maria) així queden ben esterilitzats.



CUINA DE TEMPORADA:

Coca de figues

INGREDIENTS

- Me varen quedar un parell de figues i en vaig fer una coca.
- 400 grams de farina de força.
- 4 ous sencers.
- 150 grams de sucre blanc
- 150 grams de sucre de canya
- 200 grams de llet.
- 500 grams d'oli de girasol.
- 25 grams de llevat de pa .
- Un bon grapat de bones figues.

ELABORACIÓ:

- Dins un bol preparau tots els líquids (oli, llet, ous) i dins ells hi dissolveu el llevat.
- Seguidament afegiu els sucres i la farina poc a poc mentre anau pastant. La textura ha de resultar homogènia però tova. No ha de quedar com pa; de fet per a quedar bé s'ha d'aferrar un poc a les mans .
- La pasta la deixarem tovar en bloc fins que dupliqui el seu volum, Passat aquest temps, engreixarem un motlle amb mantega i farina i l'omplirem amb la pasta.
- Ara ja podem anam col·locant les figues ben repartides i amb un poc de sucre damunt de cada una. Deixam reposar una hora més i ja podem enfornar uns 45 minuts a 170°C.
- Nota: per a que la fruita no s'enfonsi dins la pasta podeu enfarinar un poc la part de la fruita que està en contacte amb la pasta.



ESCOLA DE CUINA:

- Pensau a etiquetar tots els pots
- Quan feim conserva l'ingredient ha d'estar en bon estat, no perquè l'elaboració vagi enpotada o triturada usarem productes «de segona». Com en tot, si usam productes bons tindrem un bon resultat.
- La melmelada és una elaboració que ja existeix des de fa segles. Consisteix a coure fruita fins que aquesta es desfà. A la melmelada s'hi afegeix sucre fins a obtenir una textura espessa. Almenys un 30% del contingut ha de ser fruita, i la proporció de sucres ha oscil·lar entre el 40% i el 60%.
- La compota és semblant a la melmelada ja que es prepara a partir de la cocció de fruita. La principal diferència entre les dues elaboracions és que en el cas de la compota el contingut en sucres és inferior, del 20% al 40% i la fruita sense triturar.
- Mentrestant, la confitura té una textura més homogènia i amb menys grums. Sols estar triturada i filtrada. Pel que fa a la textura, la melmelada és menys espessa que la confitura. El producte acabat ha de contenir com a mínim un 35% de fruita i un 60% de sucres.