

PARLEM DE CUINA



Juan A.Fernández
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM
parlemdecuina@hotmail.com

Unes patatetes?

Patates braves, fregides, farcides o en amanides fredes en teníem un bon munt per a escollir

En aquest dies ens reunim, quasi cada setmana (per no dir dia sí i dia també), a les taules més diverses, sopars o dinar d'empresa, trobades de família; per anar a fer el vermut o simplement perquè tenim alguna cosa que a celebrar o festejar. I d'entre totes les múltiples viandes en tenim una més que omnipresent, les patates.

Aquesta setmana passada vaig anar a Vic a veure els meus fills; i allà hi havia instal·lada la fira medieval. I d'entre totes les parades, amb el permís de les d'embotits i d'objectes de decoració; eren sens dubte les patates les reines de la festa.

Patates braves, patates fregides, patates farcides o en amanides fredes en teníem un bon munt per a escollir.

I del que parlava al començar ... per Nadal... porcella amb patató... roba vella amb patates... coques de patata amb xocolata...

I és que les patates són un dels aliments més consumits al món i una de les bases de la cuina en moltes cultures. Originàries d'Amèrica del Sud, les patates han viatjat per tot el planeta per convertir-se en un ingredient essencial a gairebé qualsevol cuina.

Però no totes serveixen per a qualsevol recepta i si volem gaudir bé d'aquest producte cal tenir en compte algunes cosetes bàsiques.

Les patates es classifiquen segons diverses característiques com la textura, el color de la pell o la polpa i el contingut d'humitat i midó. Aquestes diferències determinen els seus usos culinaris i com es comporten durant la cocció.

En primer lloc trobam les patates que anomenam «ceroses». És a dir patates amb la textura ferma i un contingut baix en midó. Gràcies a aquesta característica, mantenen la seva textura després de la cocció, cosa que les fa ideals per a bullir, utilitzar en amanides o preparar cuinats. Alguns exemples són: la Mona Lisa, la Maris Peer (la patata de Sa Pobla) o la Red Pontiac (amb la pell vermellosa).

Les altres patates que trobam són les «farinoses», no que rebem per la seva textura un cop cuites. Aquest tipus de patates tenen un alt contingut en midó i una textura que es desfan fàcilment després de cuinar-les. Són perfectes per a fer puré, croquetes o fregir-les fins a obtenir un resultat cruixent. Entre altres les més comunes són la Kennbec o la Russet.

També podem classificar les patates segons la seva data de recol·lecció:

- Patates noves, que es recol·lecten abans d'hora (un poc verdes), per la qual cosa tenen una pell fina i molta humitat. Són dolces i perfectes per a bullir, fregir o rostir senceres amb la pell.

- Patates velles. Es recullen a la tardor i la seva pell és més gruixada i fosca i en ocasions està bastant arruada . Aquestes les reconeixereu perquè sovint venen brutes de terra. Tenen més proporció de midó i van molt bé per a lligar salses, fer pures o cremes.

Per tot això que us he dit és fonamental seleccionar la patata adequada per a cada tipus de cocció i per aconseguir els millors resultats.

Si les heu de bullir, començau la cocció en aigua freda amb sal i feis que arribin a bullir de forma gradual. Això assegura una cocció uniforme. El foc no ha d'estar massa fort perquè l'aigua no bulli amb violència.

Si triau patates per a fregir, un bon consell es que primer les rentau bé i les deixau en remull un parell d'hores per a que perdin el midó. I si són gruixades primer les cuinau amb l'oli tebi a (140ºC) i després els hi donau una segona cocció amb l'oli més calent (180ºC) per a donar-lis color i textura.

Però a part de bullir i fregir teniu moltes més opcions per a triar:

- Rostides al forn, amb oli d'oliva, all i romaní, són una opció deliciosa com a acompanyament.

- Puré de patates, mesclat amb altres vegetals com pastanagues, xixols o carabassa. Un bon puré es fa amb patates farinoses, mantega i llet o nata. Això si no els hi doneu turmix, agafa lliga. Si no teniu passa-purés les esclafau amb una forqueta.

- Les patates gratinades amb formatge i nata, com el «gratin dauphinois» francès, són delicioses.

- Tallades a rodanxes (panadera) i amb oli, llimona i all al forn; i pels més valents amb saïm.

- A Vic hi havia moltes paradetes de patates farcides, fetes al forn, xapades per la meitat i buidades amb una cullera. Després la pola la mesclaves amb infinitat de coses.

- Fregides de mil formes, com els espiralls cruixents de la imatge que acompanya aquesta tertúlia.

Bon profit i que passeu unes molt bones festes de Nadal.



CUINA DE TEMPORADA:

Unes braves

INGREDIENTS:

- En primer lloc triarem una patata bona per a fregir (jove, de carn dura i ferma).
- Sal, llimona, alls i pebre bo.
- Per a la salsa: Un parell de pebres verds i vermells rostits, alguns de picants tipus xile, caiena o banyeta, una ceba, oli i un esquitx d'aigua.
- Per a fregir: Farina mescla amb un poc de pebre bord coent.
- Oli d'oliva

ELABORACIÓ:

- Rentarem bé les patates, les tallarem amb la pell i les posarem en remull una hora mínim.
- Seguidament les posarem a bullir amb llimona, alls i unes bolles de pebre bo. Vigilarem el punt de cocció i en uns 7 o 10 minuts les treurem de l'aigua calenta i les refredarem ràpidament dins un bol amb aigua freda.
- Es estar escorregudes, les passarem per la mescla de farina i pebre bord.
- Per a fer la salsa pelarem els pebres torrats i els passarem per la picadora, amb l'oli d'haver-los rostit i la ceba. Hem d'aconseguir un puré que deixarem a la textura desitjada afegint-hi un poc d'oli o aigua.
- Ara ja podem fregir les patates i servir-les amb la salsa per damunt.



ESCOLA DE CUINA:

- Si és important triar una bona patata per a un plat, igual d'important és la conservació.
- Un cop pelades les tindrem en aigua per a que no s'oxidin fins que les haguem d'emprar.
- Un cop cuinades no les congelarem en cap cas.
- Crues i sense pelar, les guardarem en un lloc sec i sense llum solar. Preferiblement entre 7 i 10 graus. Un rebost o un porxo és perfecte. La llum del sol pot fer que les patates es tornin verdes i produeixin solanina, una substància tòxica.
- No a la nevera. Les temperatures massa baixes poden convertir els midons en sucres, cosa que afecta el gust i la textura.
- Ventilades i separades d'altres vegetals com cebes, alls o fruites.