

PARLEM DE CUINA

Aprendre i divertir-se amb la cuina

Durant aquest anys que fa que escric en aquest setmanari, moltes han estat les perspectives de la cuina de que us he parlat: webs de cuina, revistes de gastronomia, música i cuina, cinema i documentals gastronòmics. També conegut la cuina i la gastronomia de la ma cuiners i cuineres, de gent no professional i fins hi tot ens hem atracat a la cuina vista pels condemnats a mort i d'altres rareses.

El que està clar és que la cuina, la gastronomia i el bon menjar estan de moda, com ho demostra cada dia la premsa o la televisió; moda que també a arribat als videojocs gastronòmics.

I és que, Nintendo, un dels majors fabricants de videojocs i videoconsoles del món, ha descobert tot un filó amb els jocs i/o programes amb temàtica culinària; principalment per a les seves consoles Wii i Ds.

Aquetes dues plataformes, equipades amb la darrera tecnologia de detecció de moviments ens permeten, virtualment, batre ous, fregir, fer els menjar per als nadons o endinsar-nos a la creació de receptes de tots els indrets del Món, convertint-se en vertaders llibres de cuina digitals, acompanyats amb consells, reconeixement de veu i vídeo ajudes. Sens dubte unes màquines adreçades a jugadors de tots tipus de edats.

Però la cosa encara va més enllà, ja que amb aquest jocs podem planificar-nos la nostra dieta personal, controlar les calories del que menjar o fins hi tot confeccionar llistes de compra comptant amb el que tenim al nostre rebost.

Per a la gran de Nintendo, trobam *Hell's Kitchen* (Wii), un joc basat en el conegut programa del mateix nom de la TV Americana, que fins hi tot tingué la seva variant a la Espanyola protagonitzada pel cuiner Sergi Arola.

Cuida lo que comes (Wii), un nou joc aparegut aquesta mateixa setmana es presenta com un "personal trainer" d'alimentació: control de dieta, planificació d'exercicis, calories i receptes sanes i equilibrades, son les seves cartes de

presentació. A més és compatible amb la "Balance Board", una base que connectada ala Wii ens pot calcular el nostre pes, l'IMC o vigilar que executem correctament els exercicis que ens proposa el joc. Es tracta d'un joc desenvolupat per experts en nutrició i alimentació.

Iron Cheff América (Wii), un altre joc basat en un programa de TV, on hem de competir contra altres cuiners a veure qui prepara més ràpidament la recepta proposta.

Però on realment trobam una varietat molt extensa de jocs de cuina és a la DS, la consola que amb la seva càmera, detector de moviment, pantalla tàctil i connexió a Internet, ens ofereix tot un món de possibilitats gastronòmiques.

Fast Food Panic, *Ratatouille Food Frenzy*, *Imagine Happy Cooking*, *Diner Dash*, *Sushi Academy*, *Frantic Fry Cook*, *Cake Mania* o *Mi experto en cocina saludable*, són una petita mostra del ventall de possibilitats que ofereix aquesta consola portàtil. Però no podem parlar de jocs gastronòmics de la DS sense parlar dels més coneguts, com son les sèries de *Cocina Conmigo* i *Cooking Mama*.

Els 3 jocs de *Cocina conmigo*, ens ofereixen receptes de tot el món, classificades per diferents temàtiques: ingredients, països, temps de cocció, etc. Amb consells i vídeos que fan més amenes les elaboracions. També ens ensenyen a preparar el menjar, tallar la carn, netejar el peix o embolicar les algues per



al sushi, per exemple.

Dintre de la mateixa sèrie, *Cocina con... Jaime Oliver*, ens presenta més de 100 receptes conduïdes per aquest famós i televisiu cuiner Anglès. Aquest joc té un mode multi jugador per a competir amb altres cuiners.

Frescor i innovació són els dos aspectes bàsics de la sèrie *Cooking Mama*, de la que ja han vist la llum 3 jocs, es poden denominar "simuladors de cuina", ja que ens proposen desenes de reptes basats amb les arts culinàries per a preparar les més variades receptes i aprendre diferents tècniques. Lluny de lo que pugui parèixer aquest joc no es basa en l'explicació de receptes, malgrat si que s'arriben a veure per damunt els passos necessaris per a completar-les.

Doncs, on resideix el "nucli" del joc? Amb un estil clarament oriental, característics dels dibuixos "manga" i amb dibuixos amb 2D, ens ofereix mini-jocs on hem de batre ous, tallar carn o fregir dins una pella, per posar alguns exemples; senzill però adictiu. Bàsicament te tres tipus de mode de joc: cuinar-ne plat individual, cuinar un plat combinat o superar reptes. També s'ha de dir que de tots els joc que hem vist fins ara "Cooking Mama" pot semblar el més simple e infantil, però en aquesta aparent simplicitat resideix el seu èxit.

Com veis la cuina es pot viure i aprendre des de molt de caires, i tots ells en ajuden a fer d'aquesta afició nostra un poc més universal...i si tot això del jocs gastronòmics ens porta a que els mes petits (i no tant petits) comencin a sentir-se atrets per la cuina i per una bona alimentació, benvinguda sia l'ajuda. Ja ho deia el xef Auguste Gusteau de la pel·lícula *Ratatouille*: "Tot el món pot cuinar".

Bona setmana i ens trobam aquí mateix dintre de 7 dies. Podeu veure més informació i vídeos d'aquests jocs i d'altres temes gastronòmics a www.cuinant.com

Juan A. Fernández



ESPAI PER A LA REFLEXIÓ

Mantenim nosaltres el sistema que ens està enverinant a poc a poc?

Qui té el poder? Que passaria si tots els ciutadans europeus aturèssim o desconnectéssim els aparells de televisió durant un dia? Si deixéssim d'emprar qualsevol instrument electrònic (ordinadors i mòbils inclosos), desconnectats de totes les xarxes, Internet inclòs durant una hora? O si féssim el simple gest de prémer el interruptor general del quadre elèctric i deixéssim de consumir electricitat un parell d'hores?.

Llavors qui té realment el poder?

Vos podeu imaginar quines serien les conseqüències d'aquestes accions?. Sabeu que si fossin nosaltres qui exigíssim el cost de les coses, aturariem de cop milers de milions de beneficis que les multinacionals (de qualsevol ordre) treuen de sobre les nostres esquenes i que nosaltres com a ovelles ben ensinistrades, seguim pagant sense dir ni mu i estem consumint el que ells volen i els hi dona la gana.

I si féssim el mateix amb l'alimentació? Si declaréssim el boicot de compra a les empreses que empen conservants, espessants, acidulants, alguns d'ells extremadament cancerígens i prohibits a altres països? O si féssim el mateix amb les empreses poc ètiques i presumptuosament assassines en potència, que a més dels productes "no lesius" que venen en el mercat, es dediquen també al tràfic d'armes? I afegeix a les que promouen guerres entre ètnies a segons quins països, per poder mantenir el preu del cacau, entre ells i de les matèries primeres que els roben descaradament. I si demanéssim que ens signessin qui ens han d'administrar, segons quins tipus de vacunes, ja sigui la de la grip nova, o la del papil·loma humà, que ens garantissin en document escrit, que s'han fet les proves pertinents i necessàries a un medicament per poder trobar-se en el mercat, amén de garantir-nos també que dels efectes secundaris que ens pugui provocar, seran menys lesius del que realment ens protegirà. Qui són el que controlen els mitjans de comunicació? I nosaltres com a babaus ens empassem els que ens en diuen, polítics inclosos, que el que es fa és pel

nostre bé, i no per seguir mantenint un sistema sanitari controlat per les multinacionals farmacèutiques, que són capaços de fer, presumptuosament és clar, qualsevol barbaritat en contra de la salut pública com tal d'augmentar els beneficis. És hora o no d'espolsar-nos aquest conformisme insà i llevar-nos la bena de davant els ulls i esser nosaltres el que realment volem prendre les regnes de la nostra manera de viure?.

He escrit en més d'una ocasió, que el que volen fabricar, amb tots els tipus de contaminació a què ens tenen sotmesos, són malalts crònics. Morts no som rendibles, no podríem consumir segons quins productes dels quals molts d'ells ens emmalaltiran, . Qui no ha sentit mai i que consti que jo l'he sentit moltes vegades aquesta frase: "et donen això per curar-te això i et barrinen una altra cosa".

A aquestes altures del segle XXI, no és coherent ni per nosaltres i pel nostre planeta, viure dins de la ignorància, pensant que s'està més còmode, si no és sap que si s'esbrina i s'investiga.

Vos heu fitxat com la majoria de televisions dona les notícies dels morts per la grip nova. L'altre dia, en varen donar una altra, la persona que morí tenia obesitat mòrbida, que vol dir això. Doncs vos diré quins trastorns associats té: problemes respiratoris, hipertensió, quasi segur que diabetis, trastorns cardiovasculars, incluiu pot arribar a depressió i càncer; però resulta que qui el va matar fou el virus de la grip nova. I així cas darrer cas.

La notícia ve redactada de la següent manera (forma de fer-nos colar el missatge de poral cos): "Un altre mort per la grip nova" i a continuació és diu, en segons quins casos, que tenia patologies o malalties de base; d'altres especifiquen quines malalties tenien de base; i són les mateixes que moltes vegades amb la grip estacional, també s'agreuigen i també provoquen la mort de persones (molt més en el món que les contades per la grip nova). Em sembla que ja no podem consentir que ens prenguin més el pel. Al manco, segons qui, dins l'estament mèdic i dins el polític.

Al menys alguns parlen clar, com han estat les darreres declaracions de la consellera de sanitat del Govern Català Marisa Geli, sobre que la celebre grip nova és una malaltia lleu i ella és metge. Darrerament s'estan movent accions coordinades per Internet. Me n'han arribat en principi dues. Una és la d'una acció massiva d'abast mundial organitzada per Avaaz.org, en contra del encalament global i el canvi climàtic. La duració de l'acció seria de 4 setmanes. Avaaz està fent una enquesta sobre el si o el no, i em sembla que és per a saber quin suport tindria dels ciutadans i ciutadanes. Jo vot que SI i en majúscules.

Després de l'enquesta que promou la comunitat Avaaz, en cas de què s'optés pel si es faria una "gegantesca cridada d'atenció global als dirigents de les Nacions Unides, que es reuniran a Compenhague. Enllaç per signar: http://www.avaaz.org/es/tckctckct/97.php?cl_tta_sign=11890f89b276eb698c1c5b2df81f9775

La segona és a nivell nacional. Es vol organitzar crear dia 6 de setembre i anomenar-lo: "DIA NACIONAL DE SUS SEÑORIAS". Tot ve arrel d'unes manifestacions de la Presidenta de la Comunitat de Madrid -que com la major part de les vegades pixa fora de test- respecte al sou dels funcionaris i que ha emprat la paraula "indecente" i se li contesta dient-li el que es considera indecent, com per exemple que el sou mínim interprofessional estigui a 624 € al més i en canvi el d'un diputat/diputada sigui de 3.996 € al més podent arribar amb les dietes i altres canongies a 6.500.

A més a alguns no els hi basta el que cobren, que fiquen mà a la caixa dels doblers de tots els ciutadans.

I és que un arriba a estar fins els dallonses de què ens vulguin prendre per beneïts del cul, i ha d'amollar la seva.

Josep Bonnin

