



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM
✉ parlemdecuina@hotmail.com

Cuina salada

Aplicam tècniques de pastisseria a la cuina salada

Encara que tard ja és aquí la temporada de bolets. Així i tot no sembla que la d'enguany sigui molt esplèndida. Malgrat tot sí que hem de dedicar un parell de sessions a tastar aquests productes del bosc.

He anat a cercar-ne i he trobat negres (Tricholoma Terreum), pixacans (Boletus Aereus i Boletus Edulis), picornells (Cantharellus Cibarius) i alguna Lepista Nuda. Amb totes elles us vull proposar de fer algunes receptes salades però aplicant tècniques de pastisseria. Us hi apuntau?

Per avui farem coulants, soufflé, un gelat i una mousse (escuma) de bolets

Coulant de bolets

Primer farem una douxelle de bolets (un sofregit) amb 150 grams de bolets, 75 grams de ceba ben picada i 5 grams de mantega.

Aquest sofregit el posarem bé de sal i pebre. Després ho triturarem i ho passarem per un colador finet. Ha de quedar una crema un poc espessa, però fina i delicada. Ho reservam.

Ara dins un bol batem 2 ous fins que dupliquin el seu volum. Com si fos un bescuit afegirem 30 grams de farina en forma de pluja. Mesclarem amb suavitat.

Ara afegirem suaument la crema de bolets i omplirem amb ella unes flame-res, prèviament untades amb mantega. Cuinarem a 180°C 9 minuts.

Servir ben calent. Ha de quedar el centre cremós.

Per a aquesta elaboració he usat orelles de llebre blanca (Helvella Crispa) i orelles de llebre negres (Helvella Lacunosa) trobades a Son Massip.

Aquests bolets són fàcilment identificables ja que tenen una forma que s'assembla a una sella de muntar. (Veure les imatges)

Soufflé de bolets sobre salsa de tomàtiga

Ingredients: 60 grams de mantega, 30 grams de farina, 250 ml de llet, 4 dl de nata, sal pebre bo blanc, nou moscada, 5 ous, 500 grams de bolets, 2 xalotes i salsa de tomàtiga per a acompanyar.

Elaboració: Netejau els bolets i un cop picats els sofregiu juntament amb les xalotes picades, assaonau i reservau.

Preparau una beixamel amb la mantega, la llet, la nata i la farina. Assaonau-la bé.

Separau els blancs dels rovells dels ous i afegiu aquests darrers a la beixamel sense deixar de remenar. Afegiu la salsa beixamel als bolets mesclau bé i tot seguit afegiu, amb molta suavitat, els blancs d'ou pujats a punt de neu.

Ara sols queda abocar la mescla dins les cocoteres (untades amb mantega fol-

rades amb paper antiadherent) i coure l'elaboració al bany maria uns 20 minuts amb el forn a 180°C. Serviu la preparació guarnida amb salsa de tomàtiga.

A n'aquesta elaboració he usat camesgrogues (cantharellus lutescens). Uns petits bolets de color groc viu amb el capell amb color marró ataronjat. Semblants als picornells. A la foto en duc dos a la mà. (Normalment no són tant grossos)

Mousse de bolets

3/4 kg de bolets variats, 1/2 litre de llet, 4 ous, 100 grams de panxeta, all i julivert, sal, pebre i oli.

Elaboració: Es netegen els bolets i es tallen a trossos petits (se'n deixen uns quants per decorar).

Es posa oli en una paella gran i quan està calent, es fregeix la panxeta tallada a daus petits sense la cotna. Quan està daurada, s'hi posen els bolets de mica en mica, ja que són molt voluminosos, però després redueixen el volum degut al calor. Es deixen coure uns 15 minuts tenint en compte que han d'evaporar l'aigua que deixen anar.

Quan ja estigui fet, es posa sal, l'all i el julivert picats, es remenen bé i es treuen del foc. A part, es baten els ous amb sal i pebre, s'afegeix la llet calenta (així es cou més aviat), es remena bé i s'hi tiren els bolets.

S'unta amb margarina un motlle de cake i s'hi aboca el preparat anterior. Es posa al forn al bany maria durant uns 45 minuts a 180°C. Abans de desmotllar-lo es deixa refredar una mica. Es decora amb el bolets que hem reservat. Es pot fer el dia abans i encalentir-lo al moment de servir.

Amb tot això segur que podeu preparar un bon sopar per a demà i sorprendre als vostres comensals.

Per part meva sols desitjar-vos un bon cap d'any i que el 2023 vengui carregat de salut i, perquè no, de bona cuina.

Feliç Any Nou.



CUINA DE TEMPORADA:

Gelat de bolets, xocolata blanca i maracuià

INGREDIENTS

- Una grapada de bolets (Bolets anisats. Clitocybe odora)
- Sucre 200 grams, Rovells d'ou 7 unitats.
- Crema de maracuià. (fruita de la passió)
- Crema de xocolata blanca, Nata 5 dl., Llet 5 dl., Polpa de maracuià (fruita de la passió).

ELABORACIÓ:

- Infusionam els bolets, els posam amb la llet i la nata al foc uns 10 min fins que arrenqui el bull i tot seguit els passam pel túrmix.
- Ara feim una crema anglesa amb la infusió de bolets, els rovells d'ou i el sucre. La crema resultant la deixam reposar 24 h a la nevera i 24 h al congelador. Durant el procés de congelació l'hem d'anar remenant varies vegades.
- Crema de xocolata blanca: És una crema pastissera a la qual afegim xocolata blanca.
- Crema de maracuià: Es fa amb suc de maracuià cuit amb ous i sucre, i muntat amb mantega.
- Polpa de maracuià: La polpa l'hem posada amb sucre a parts iguals i coure uns 10 min.
- Ara ja podem muntar el plat segons ens agradi mes. Per arrodonir podem posar-hi qualche galleta esmicolada com si fos terra.
- El bolet anisat té un capell de color verdós -blavós, Present les làmines molt juntes del mateix color que el capell, Les làmines són decurrents, es a dir, que baixen pel peu. Té un olor anisat molt pronunciat. Té un gust dolç. Enguany encara no n'he trobat.



ESCOLA DE CUINA:

Per a poder gaudir d'una jornada de recollida de bolets i evitar que es noti el nostre pas per la natura cal seguir unes petites normes:

- No agafar cap bolet del que no estiguem segurs de la comestibilitat. No valen les normes tradicionals, per exemple: si un bolet el provam en cru i té bon sabor és bo; o si un bolet està menjat per cucs és comestible. Aquestes tècniques no són 100 % fiables.
- No arrabassar el bolet. S'ha de tallar el peu 1 cm, per sobre la terra, per a no destrossar el fong.
- No trepitjar ni fer malbé cap bolet, malgrat creguem que és tòxic. Altres persones, animals o insectes, es poden aprofitar d'ell.
- Transportar els bolets recol·lectats dins paners. Així evitam destrossar-los, i a més, ajudam a la disseminació de les espores.
- Sols consumir bolets joves i sans.
- En cas d'haver consumit bolets tòxics, els símptomes poden aparèixer, a partir de les 4-6 hores. En cas de creure que es pateix una infecció tòxica anar al metge al primer símptoma: vòmits, febre, tremolors, etc.