



## Viatge a Australia

### IB3 Balears fa ciència dia 2 de juliol de 2016

Col·laboració de Joan Bisbal Palou ( Sòller)

Per al coneixement de la cuina del continent Australià , avui comptam amb la col·laboració den Joan Bisbal Palou ( Sòller), que malgrat no poder esser aquí avui, molt amablement ens ha contat la vessant gastronòmica del viatge a Australia que va fer aquest hivern, així com també ens ha cedit les fotografies que trobareu al Facebook

Pel que fa al menjar al país austral, es pot dit que rep influències , molt directament de la cuina nord americana, de fet és habitual trobar a totes les ciutats hamburgueses, “perritos” , i altres elaboracions de la cuina de fast food. També es poden trobar totes les franquícies de cuina ràpida més famoses. També hi esta molt present la cuina oriental, hindú o tailandesa.

Es pot dir que capitals com Melbourne, Sidney o Adelaide son un fusió de cuina del Món.

Si ens centram en els productes i elaboracions típiques, no es pot concebre una cuina Australiana sense el Meat Pie ( o meatloaf) ( un pastís de carn ) i el Vegemite, una pasta feta a base d'extracte de llevat ( molt amarga) però que als australians els hi agrada molt. La solen menjar sobre torrades ( en Joan en contà que la va provar i que la impressió va esser molt forta d'amarga i agressiva que era)

L'altre plat tradicional és Meat Pie (pastís de carn): Ningú no pot venir a Austràlia i no provar el típic Meat Pie . Col·loquialment els australians en diuen "dog 's eye" (ull de gos). Els venen en qualsevol forn , supermercat o restaurant. Entre els australians és molt habitual menjar-lo a la matinada després d'una nit de festa. El Meat Pie australià ha evolucionat tant en els últims anys que es troben varietats gourmet en molts restaurants del país, però el tradicional conté carn, puré de patata i una salsa espessa feta del brou de la mateixa carn.



Cangur: si és cert, MINGEN CANGUR! Per més sorprenent que soni, molts australians tenen el costum de menjar carn de cangur. Bé sigui rostit, a la graella o al forn. Es cuina poc fet i es pot condimentar amb all, pebre i romaní. Està molt ric!. La americanització de la cuina ha fet que fins hi tot podem trobar cangur a un Burger King en forma de Wraps o tires com kebab

Evidentment la cuina australiana té molt present el peix, però sense dubte l'elaboració "marinera" més estesa és el Fish & Chips

Peix rostit o arrebossat amb patates fregides, herència dels primers anglesos que van arribar a les antípodes. Durant tot l'any, però majoritàriament a l'estiu els Aussies no perdonen la seva ració (casi) diària de fish and chips amb una cervesa gelada. Aquest plat és un dels preferits, servit amb llimona i sal, fàcil i exquisit.

L'altre elaboració també molt habitual és l'hamburguesa amb remolatxa: En gairebé tots els llocs del món pots trobar una hamburguesa en els menús com a opció fàcil, còmoda i segura per als que no volen experimentar. Austràlia, per descomptat, no és l'excepció. No obstant això, els aussies tenen el costum d'afegir un ingredient clau i absolutament únic als seus hamburgueses: *1 slice of beetroot*. Per a ells, l'hamburguesa no està completa únicament amb pa, carn i formatge. El tros de beetroot (remolatxa) fa que l'hamburguesa quedi amb un toc aussie i un sabor únic d'Austràlia. És tan popular al continent que fa uns anys McDonald's va treure la McOz (hamburguesa amb formatge i remolatxa).

Però també rep la cuina australiana una forta influència de les tribus aborígens que hi han viscut allà des de fa milers d'anys. Així no és estrany que les cartes dels restaurants tradicionals mostrin influències de la cultura aborígen amb ingredients com cangur, emú, cocodril, insectes, formigues, macadamia, ostres, erugues, figues, plàtans, frog cake, . Aquesta corrent s'anomena *bushfood*.

Bush food són aliments tradicionals dels aborígens australians que han estat el suport dels habitants d'aquesta terra des de fa més de 50.000 anys i que avui és reinventat pels millors xefs del país mantenint viva la seva transcendència i espiritualitat. Els aborígens australians tenen un ancestral respecte per la terra i la mare naturalesa que es transmet



en la seva alimentació. Els principals productes que componen el bush food són aquells que la terra ofereix, sense sotmetre-la a agressions o explotació.

Abans que l'home blanc s'establís a Austràlia, els aborígens tradicionals vivien de la terra com a caçadors i recol·lectors nòmades. De generació en generació s'han anat transmetent els coneixements necessaris per utilitzar els recursos naturals tant per a la dieta, com en la utilització de la medicina.

Curiosament l'aigua a les zones seques del desert era essencial per a la supervivència i a l'hora escassa. Per això l'aigua s'havia de cercar els soakages, arrels d'arbres i els buits de les soques que acumulaven la condensació ( poca) ambiental i els molt escassos pous d'aigua permanents.

## **Recepta Meat Pie.**

ingredients:

- 2 cullerades d'oli d'oliva verge extra
- 1 ceba picada molt finita
- 500 gr de carn de vedella picada
- 2 cullerades de farina
- 1¼ tasses de brou de carn
- ½ tassa de salsa de tomàtiga casolana
- 1 cullerada de salsa Worcestershire
- 2 cullerades de julivert picat
- Sal i pebre negre mòlt
- Una làmina de pasta brisa i una làmina de pasta de fulls
- 1 ou, batut
- Formatge Gouda ratllat

preparació:

Encalentim l'oli en una cassola i hi sofregim la ceba picada molt petita. Afegim la carn picada i la cuinam mentre anam desfent, amb una cullera de fusta, les pilotetes que es van formant.

Quan la carn ja hagi agafat un color lleugerament daurat afegim la farina, remenam bé i cuinam durant 1 minut. Afegim la salsa de tomàtiga, el brou i la salsa Worcestershire. Cuinam durant uns 10 minuts mentre anam remenant perquè no s'enganxi a l'olla o pella . Quan la salsa hagi espessit una mica tirem el julivert picat, la sal i el pebre i remenam. Deixem refredar.

Preescalfam el forn a 200°C.



Untam amb greix els motlles que anam a utilitzar per coure els meat pie. Tallam els discos de pasta brisa per folrar la base dels motlles. Posam una cullerada de carn picada (la quantitat dependrà de la mida dels motlles) i poc de formatge ratllat.

Pintam els costats de la massa amb una mica d'ou batut i posem una tapa de pasta de full. Pressionam els costats perquè base i tapa quedin ben segellats i fem dues incisions a la tapa de pasta de full amb un ganivet perquè l'enfornar no exploti. Pintam la tapa amb ou batut.

Repetim el mateix procés amb tots els motlles que anem a utilitzar.

Posam al forn els meat pie a 200 ° C durant 10 minuts. Passat aquest temps baixam la temperatura a 180°C i posem al forn uns altres 20 minuts més

Quan estiguin ben cuits al forn els retirem del forn i els deixam refredar. Si s'empren motlles individuals es poden servir sense treure del motllo.