



## *Cuina afrodisíaca*

**Programa 14 de febrer. Sant valentí i parlant de cuina afrodisíaca**

<http://ib3tv.com/carta?id=56048138-c6a1-4ef8-9a65-1115fe65e2e1>

Balears fa Ciència 11h  
Capítol: 20150214110401  
[ 539 ] 14 02 2015



Des dels inicis de l'existència de l'ésser humà, aquest sempre ha intentat satisfer al màxim les seves necessitats , essent unes de les més imprescindibles l'alimentació i la sexualitat. Quasi totes les cultures han relacionat amb dues facetes humanes d'alguna manera, ja sigui donant nom d'aliments a parts del cos usades en l'acte sexual o dotant de noms sexuals a plats o altres aspectes relacionat amb l'alimentació.

*Juan L. Fernández*  
CUINER



Màgia, ficció, realitat o fantasia, sempre s'han relacionat el poder d'alguns aliments en fer més satisfactòria la pràctica amatòria. De tots és conegut el suposat poder afrodisíac del marisc, els espàrrecs, la nou moscada o el cava.

Des dels temps més immemorables en han arribat autèntiques faules que aporten propietats sexuals als aliments, fins hi tot l'Antic Testament ens parla d'aquests aliments i les seves "propietats", però la veritat és que aquestes possibles propietats "alimentícies" que ens afecten després de l'ingesta estan més unides a les creences personals que a les científiques.

Personatges influents del passat han jugat a n'aquest joc alimento-sexual, com Cleopatra que es banyava dins llet de cabra i somera per a tenir millor aspecte i delectava als seus amants amb fina confitura de mel i ametlles, tot repartit per parts "estratègiques" del seu cos d'adolescent.

També l'altre costat del món ens ha mostrat les propietats que adquirien els Orientals menjant sopa d'aleta de tauró, pols de banya de rinoceront o consumint els genitals del tigre.





Durant l'edat mitjana, la cuina encaminada a aixecar l'ànim carnal, estava íntimament relacionada amb la condimentació dels plats. Aliments com l'api o la ceba entre d'altres feien que el cos augmentés la seva temperatura corporal provocant suor i palpitations. Una reacció perfectament normal en el nostre organisme al consumir productes picants o molts àcids; però que cap al segle XVI, és varen revelar com un atac a la moral i pecat de luxúria.

L'etimologia de la paraula ens atraca al mite d' *Afrodita*, la deessa de l'amor pel poble Hel·lènic. Més tard els Romans augmentaren la relació aliments - sexe en les famoses orgies en honor el *Deu Bacco* (Bacanals); però avui dia sabem que una bona i copiosa panxada no és compatible amb els actes amatoris posteriors; molt en contra del que proposava el *Marques de Sade* que deia que "*menjar abundantment pot provocar sensacions voluptuoses*". Resumint; la libido i l'estómac ple no son bons companys d'alcova.

### **Existeixen de debò els aliments afrodisíacs?**

La forma dels aliments sempre desperta la imaginació per a veure més enllà de les propietats organolèptiques, nutrient i calories, formes que recorden als òrgans reproductius tant masculins com femenins. El llistat de productes suggerents és immens, plàtans, pastanagues, naps, carabassó, albergínia; per un costat. Ostres, musclos, o carxofes per l'altre, això sense passar a parlar dels les múltiples accepcions dels noms certs productes alimentaris com el conill, la perdiu o la colflori, per posar-ne alguns exemples. Fugint de la cultura popular el que sí és cert, es que certs productes ajuden a la producció d'aminoàcids o sintetitzadors que participen en l'activitat del sistema nerviós, com són l'alcohol (amb moderació), el sucre, la xocolata, i les fruites però no és pot recórrer a ells com a salvació per a reactivar la libido. Al cap i a la fi, la imaginació és l'afrodisíac més potent.

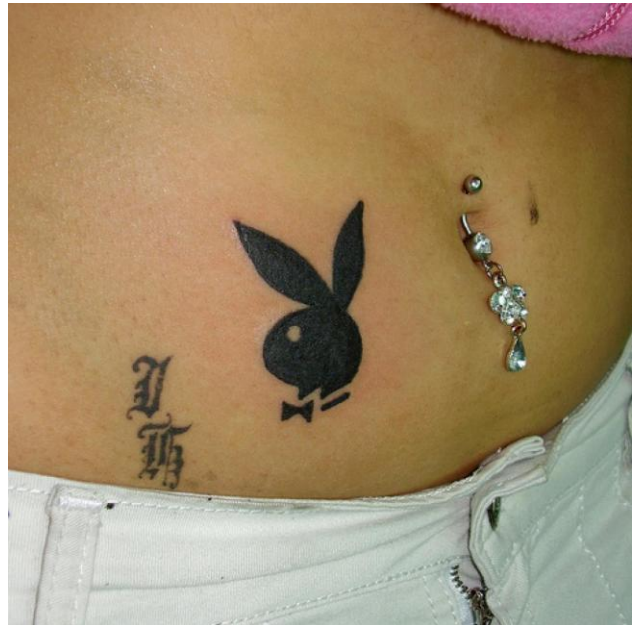




## Conill amb ceba, gambes i xocolata

Ingredients per a 4 persones.

- 1 conill.
- 8 gambes de Sóller
- 4 cebes
- 10 xalotes
- 200 grams de tomàtiga natural triturada
- 1/2 litre de vi.
- Un manat de fines herbes.
- 100 grs d'ametlles
- Julivert
- Una cabessa d'alls
- Sal, pebre bo negre, pebre bo dolç.
- Oli d'oliva, millor si es de Sóller.
- Un poc de xocolata ( 50 grams)



Elaboració:

Sofregir ses gambes i reservar. Tallar i assaonar el conill per marcar-lo posteriorment dins una casseroles (la de les gambes) amb oli calent. Dins el mateix recipient ofegar la ceba tallada a mitja juliana, els alls i les xalotes senceres. Quan comencin a agafar color afegir-hi el conill, una cullerada de pebre bo dolç i la tomàtiga. Deixar coure 5 minuts.

Tot seguit hi posarem el vi i el manat de fines herbes. Deixar coure 5 minuts a fi d'evaporar l'alcohol.

Amb els fetges del conill, que també hem marcat dins oli calent, les ametlles i un poc de julivert; farem una picada.

Tapar la carn amb aigua i quan arranqui a bullir rectificarem de sal i afegirem la picada. Deixar coure fins a la total cocció i un poc abans d'acabar afegir ses gambes. Donarem un poc de color, sabor i textura afegint a la darrer de tot la xocolata.



## Alguns trucs per a fer la cuina més afrodisíaca.

- 1.- Planifica: Conquerir o reconquistar una persona no és qüestió d'improvisacions. Pren-te el teu temps i assegura't de tenir tot preparat, però sobretot de tenir temps. El seduir una persona a través del paladar, és qüestió de temps.
- 2.- Coneix l'objectiu: Coneix a la persona que vols seduir. Els seus gustos poden ser difícils d'identificar, però és important que coneguis a detall el seu règim alimentari. Per exemple, si és vegetarià, si és celíac, si pot ingerir begudes alcohòliques). Un mai sap, millor és no portar-se una sorpresa.
- 3.- Localització: Pot ser difícil saber quina és la decisió correcta entre triar un sopar en un bon restaurant o una menja fet a casa. Totes dues ho són, tot depèn dels gustos de tots dos i el que considerin generarà més intimitat i comoditat. Anar a un restaurant per un sopar romàntic ja és un ritual. No obstant això cal tenir molta cura amb l'elecció del local, per la qual cosa es recomana conèixer la seva carta i haver visitat prèviament. També hi ha l'opció de cuinar a casa, i té el seu gran avantatge, sempre que es faci amb temps i planificació, ja que cada cosa que es faci estarà personalitzada i serà una sorpresa que se li ofereix a la parella.
- 5.- Lent però segur: Si cuines per aquella persona fes-ho amb calma i amb gust, els estats d'ànim es reflecteixen en el que fas.
- 6.- Molt control pot generar descontrol: No et guiïs pels estereotips, tradicions o costums prefabricades. Intenta alguna cosa diferent que et faci realment especial.
- 7.- Cuida amb els amaniments i espècies: Si bé el picant pot ser molt afrodisíac per la calor que desperta al paladar. Encara que de la mateixa manera has de cuidar l'ús d'això, en ser la teva parella al·lèrgica a alguns d'aquests ingredients.
- 8.- Un truc amagat per a les postres: És un ritual tradicional que la vetllada inclogui les postres, però el que facis amb ell augmentarà els nivells de seducció. Comparteix-ho amb la teva parella i juga temptant al paladar en petites porcions.



 **Balears Fa Ciència**  
14 febrer a les 11:53 · 🌐

Comença la secció de cuina i bons aliments amb en Juan Antonio i na Magdalena Barea que avui xerraran sobre la cuina afrodisíaca per a què agafeu alguna idea pel dia d'avui 😊 Seguiim aquí fins les 14h. 😊



M'agrada · Comenta-ho · Comparteix · ➦ 1

*Juan L. Fernández*  
CUINER