

Societat



**Manifestació
contra la 'lleï
mordassa'**

3.500 persones
protesten a
Barcelona i clamen
contra els atacs als
drets civils

Gastronomia Propostes de plats de Nadal

Menús amb estrella per emportar

XEFS S'imposa que grans cuiners guardonats per la guia Michelin elaborin menús per emportar per Nadal i Cap d'Any **RECEPTES** Us oferim cinc plats per fer a casa del més tradicional al més original amb la firma de prestigiosos xefs

V. Pérez /M.J. Jordan
BARCELONA

Tot i la crisi, sembla que a les noves generacions els fa mandra passar-se hores i hores a la cuina per elaborar els tradicionals àpats de Nadal. En els últims anys s'està imposant cada vegada més la tendència a dinar fora i també a encarregar el menú amb antelació per només haver d'escalfar-lo i fer-hi els últims retocs abans de servir-lo a taula. Des de fa uns anys, molts cuiners guardonats per la guia Michelin, conscients de la necessitat de diversificar, també preparen el seu particular menú per emportar. Generalment, tenen una clientela ja fixa que, a banda de la comoditat que implica tenir el dinar preparat i no haver de passar-te hores a la cuina, volen afegir un punt de *glamour* i qualitat en aquests dies assenyats.

La Fina Puigdevall, del restaurant Les Cols d'Olot amb dues estrelles Michelin, ja fa més de 15 anys que en prepara. Escudella de galets farcits, canelons de pasta fresca, pollastre de pagès rostit i tronc de Nadal per 40 euros.

Les xifres

46

milions de galets està previst que mengin els catalans per les festes. Només a Barcelona es menjaran 34 milions.

16

milions de canelons es menjaran a tot Catalunya durant aquest Nadal, 12 dels quals a la demarcació de Barcelona.

Aquest any serviran unes cent comandes només per Nadal. "Els servim en unes capses molt maques que porten uns paperets amb les explicacions. Al principi no ho feia i els clients em trucaven el mateix dia per preguntar-me que què faig ara?". La Fina entén que tant els menús per emportar com altres estratègies responen a la "necessitat de diversificar l'oferta".

El restaurant Els Tinars de Llagostera, amb una estrella Michelin, ofereix menús de Nadal des de fa vuit anys. El seu cap de cuina, Marc Gascons, diu que la demanda creix cada any. Només pel dia 25 prepararan entre 120 i 150 menús per emportar. Mantenen els preus des de fa quatre anys. 35 euros pel menú més tradicional, a base d'escudella i capó i un de més innovador, amb

mil fulls de foie, poma verda i salmó fumat i filet de vedella de Girona a la brasa amb patates trufades, pernil de Jabugo i salsa de formatge Idiazabal per 45 euros. "El que t'explica la gent és que cada cop són més a taula i elaborar tants plats dona molta feina. La forma de combinar-ho és tenir resolta la part d'elaboració més complicada i poder centrar-se més en la preparació de l'aperitiu", comenta Gascons.

La Vila Viniteca, que comanden Quim i Eva Vila, també fa anys que fitxen cuiners guardonats per la guia Michelin per elaborar el menú per emportar. Els plats es venen envasats i en racions individuals i s'han d'anar a recollir a l'establiment del carrer Agullers de Barcelona fins al dia 6 de gener.

Aquest any, el primer plat l'ha fet Víctor Quintillà, del Lluerna de Santa Coloma de Gramenet, un restaurant petit i cuidat on fa una cuina de proximitat posada al dia que li va suposar l'estrella el 2012. El seu plat és una terrina de campanya, foie gras i tòfona negra, amb mel de pera sense sucre, que s'ha de servir a temperatura ambient i treure de l'envàs dues hores abans. El preu es d'onze euros. El cuiner, que té una clientela majoritària barcelonina, fa sis mesos que ha obert un local de cuina bona i assequible a l'Eixample, el gastrobar Bitxarracu.

Oriol Rovira s'encarrega dels canalons, que són absolutament tradicionals, del rostit amb bolets i beixamel d'ametlla de tòfona. El xef d'Els Casals (a Sagàs, amb una estrella) i del Pork de Barcelona, els elabora amb aviram: mig pollastre i mig capó, rostit de pastanaga i ceba i bolet saltejat. El plat costa 18 euros. Fermí Puig repeteix en aquesta carta estelada. Ara s'encarrega del pollastre, que és de pagès (15 euros). L'acompanyen salsitxes, bolets i orellanes. El cuiner treballa



molt aquestes festes en el seu nou restaurant fet a la seva mida, que no busca estrella Michelin: Bon producte, elaboracions pròpies i preus ajustats. En aquestes planes us oferim la recepta de Puig al costat d'altres que podeu provar de fer a casa: un canaló original de Gascons, el tronc de Les Cols i dues propostes trencadores de Carne Ruscalleda i d'Àngel León que podeu menjar a l'hotel Mandarin.

En el menú de Vila Viniteca, Artur Martínez fa les originals postres. Presenta un iogurt amb xirivia i vainilla (5 euros). Li van donar l'estrella Michelin per la seva cuina basada en la senzillesa i la preponderància dels sabors fa cinc anys i li va canviar la vida. Ar es troba en plena expansió amb un bar al Col·legi d'Arquitectes i el projecte d'obrir un restaurant a Barcelona el 2015 que prendrà les seves inicials com a nom, A.M. ■



L'APUNT

Temps per cuinar a foc lent

Virtudes Pérez

Si durant tot l'any ja ens costa trobar el temps necessari per fer plats elaborats i tendim a recórrer a carmanyoles i aliments congelats, no ens pot sorprendre que per Nadal cada cop més famílies optin per un menú d'encàrrec. Som la societat de la funcionalitat i de la pressa. I sembla que no passi res. Anem perdent coses pel camí i caminem tan accelerats que ja ni ens

n'adonem. Davant d'aquest panorama, potser cal anar contra corrent i aprofitar el parèntesi que representen aquestes festes per recuperar alguns plaers adormits. No cal fer plats suculents i originals, tampoc comprar els productes més cars. Potser, només, dedicar temps a cuinar a foc lent. Els nostres convidats segur que ho valoren. I nosaltres també.



Els autors dels menús per emportar de Vila Viniteca Víctor Quintillà, Eva Vila, Oriol Rovira, Fermí Puig, Artur Martínez i Quim Vila ■ EPA

Surimi de peix mantega

Ángel León (Hotel Mandarin Oriental)

Ingredients:

0,250 kg de peix mantega (en brut seran 1,60 kg)
1 porció de remolatxa líquuada
1 porció de nap japonès
1 porció de formatge Payoyo

Elaboració:

Netegeu el llom del peix mantega i traieu-ne amb l'ajut d'un ganivet cilindres de 15 cm de longitud. Envaseu-los al buit amb la remolatxa marinada. Reserveu-los. Traieu els cilindres de la bossa al buit i assequeu-los una mica. Talleu-los en ro-



danxes d'uns 2 cm de gruix, a fi que s'assemblin a una vieira. Col·loqueu el nap al costat del peix i ratlleu per damunt el formatge Papoyo congelat.



Galets, llamàntol i miso

Carmen Rusalleda

Ingredients:

Pel dashi dati:

1 litre d'aigua mineral.
15 cm de kombu (amb serrells tallats als costats).
5 g de katsuboshi.

Per al miso:

1 litre de dashi base.
150 g de xampinyons en juliana fina.
20 g de miso blanc, sal i pebre blanc.
1 llamàntol.
24 peces de galets.
200 g de carbassa de cabell d'àngel.
8 xampinyons.
8 tirabecs de la pell fina d'¼ de llimona.
1 umeboshi.
8 fulles de bleada.

Elaboració

El dashi base:

1. Infusioneu l'aigua amb l'alga kombu a la nevera durant 8 hores.
2. En una olla, escalfeu l'aigua amb el kombu i abans no arranqui el bull (no ha de bullir) retireu l'alga. Afegiu-hi el katsuboshi i quan arranqui el bull, retireu-ho del foc. Atenció: el katsuboshi "flota". Quan s'enfonsi al fons de l'olla, coleu-ho i reserveu-ho.

El miso

Barregeu tots els ingredients en fred i escalfeu-los en una olla; quan arranqui el bull, que es cuini 3 minuts. Coleu-ho, afineu el punt de sal i pebre i que es refredi fins que el greix formi una capa a la superfície i els sediments es de-

cantin. Coleu-ho tot molt fi, anant amb compte que no passin els sediments.

El llamàntol

Separeu la cua i les pinces. Cuineu-ho-escaldeu-ho en aigua salada al 4% per poder pelar i reservar. Les cues un minut, la pinça petita, 2; la pinça gran, 4 minuts. Deixeu-ho refredar amb aigua amb gel, traieu les closques i reserveu la carn, per dividir-la a talls de 2 cm. Per repartir en les 4 racions de sopa.

Els galets

Precuineu la pasta segons les instruccions del fabricant, procurant deixar-la una mica crua, i reserveu-la per poder escalfar-la amb la sopa.

El cabell d'àngel

En una olla poseu una carbassa sense la closca amb la

suficient aigua que la cobreixi i sal. L'escalfeu i quan arrenqui el bull i la cuineu 10 minuts. Ho coleu, que es refredi, i l'escorreu molt bé, traient-ne les llavors i desfiant-la amb les mans perquè quedin tires fines.

Els tirabecs

Talleu-los en horitzontal en tires, escaldeu-los 30 segons en aigua mineral i refresqueu-los en aigua amb gel.

Els xampinyons

Pelats i molt nets, untats amb una mica de llimona (xampinyons i el full del ganivet) per evitar que s'oxidin, tallats a barretes (només la part blanca).

L'umeboshi

Traieu l'os del centre i passeu la polpa pel tamís per disposar d'un puré. Reserveu-ho.

La pell de llimona

Només la part groga tallada a juliana fina.

En el moment del servei disposeu del dashi calent a punt per servir. Amb plats fondos calents:

1. Marqueu bé els trossos de llamàntol en una paella amb una mica d'oli i sal i repartiu-los al fons dels plats de servei.
2. Ompliu amb el cabell d'àngel cuit galets prebullits i repartiu-ho.
3. Sobre els talls de llamàntol col·loqueu les barretes de xampinyó més les tiretes de tirabec, juliana de llimona, més els tocs d'umeboshi i les fulles de mini-bleada vermella.
4. Presenteu els plats a la taula afegiu-hi el miso calent cobrint tots els productes.

Gastronomia Propostes de plats de Nadal

Caneló de perdiu vermella, beixamel suau de bolets, castanya i suc de rostit

Marc Gascons (Els Tinars)



Ingredients:

Per al farcit del caneló:

1 kg de perdiu vermella desossada
0,5 kg de cuixa de pollastre desossada
0,5 kg de ceba de Figueres
1,5 litres de nata
Sal
Pebre

Per a la pasta:

30 unitats de pasta de caneló
Sal

Per al suc de perdiu:

1 kg d'ossos de perdiu
1 kg de carcasses de pollastre
1 unitat de bresa de verdures (ceba, pastanaga, api, porro, farigola, pebre en gra)
0,5 kg de tomàquets
0,150 kg de vi ranci
Aigua

Per a la beixamel suau de bolets:

0,25 kg de bolets del temps
0,5 litres de nata
0,75 litres de llet
0,1 kg de mantega
Nou moscada
0,002 kg de xantana
Sal
Pebre blanc

Elaboració:

Farcit del caneló:

Sofregiu la carn de perdiu i de pollastre, tallada a daus, fins que agafi color. Afegiu-hi la ceba i rostiu-ho durant 10 mi-

nuts. Incorporeu-hi la nata i deixeu-ho reduir $\frac{3}{4}$ parts. Poseu-ho a punt de sal i que refredi. Passeu la carn per la picadora i poseu-ho dintre d'una mànega de pastisseria.

La pasta:

Poseu una olla amb aigua a bullir, saleu i coeu la pasta de caneló durant 6 minuts, depenent del gruix de la pasta. Refredeu-ho amb aigua i gel. Assequeu la pasta i estireu-la unitat per unitat per formar el caneló. Estireu el farcit sobre la pasta i enrosqueu-la fins a formar el caneló. Escalfeu el caneló tapat amb film al forn de vapor o al microones.

El suc de la perdiu:

Torreus els ossos de perdiu i pollastre al forn fins que estiguin daurats sense cremar. Sofregiu la bresa de verdures, afegiu-hi els ossos daurats, desglaceu amb tomàquet, evaporeu el vi ranci i cobriu-ho amb aigua deixant-ho bullir durant 2 hores. Coleu-ho i reduïu el caldo a $\frac{3}{4}$ parts del seu volum. Manteniu en calent.

La beixamel suau de bolets:

Netegeu els bolets i talleu-los a daus. Sofregiu-ho suaument sense que agafi color i afegiu-hi la llet i la nata. Coeu-ho durant cinc minuts, tritureu-ho, poseu-ho a punt de sal, nou moscada i pebre i coleu-ho. Lligueu-ho amb xantana. Reserveu-ho en calent.

Muntatge:

Munteu en un plat pla 3 peces de canelons calents, salseu-los amb el suc de perdiu per sobre, emulsioneu la beixamel suaument i afegiu-ne al voltant. Amaniu-ho amb oli de tòfona i unes làmines de castanya crua.

Rostit de pollastre de pagès amb salsitxes, bolets i orellanes

Fermí Puig (per Vila Viniteca)

Ingredients (4/6 p.):

1 pollastre de pagès (3 kg) tallat a octaus
4 salsitxes
4 cebes
4 tomàquets madurs
1 cap d'alls
2 litres d'oli d'oliva
 $\frac{1}{2}$ kg de bolets
2 pastanagues
10 fulles de llorer
 $\frac{1}{2}$ litre de fons fosc de pollastre (si no en teniu no passa res)
Sal i pebre

Elaboració:

Salpebreu el pollastre. Poseu-lo en una safata fonda o cassola, amb les cebes tallades a quarts, les pastanagues senceres, els tomàquets i els



alls tallats per la meitat. Afegiu-hi el llorer i aboqueu-hi l'oli quasi fins que cobreixi el pollastre. Enforneu-ho a 140 graus unes dues hores. Traieu-ho i tireu-hi les salsitxes i els bolets. 15 minuts més al forn. Traieu-ho tot i poseu-ho en una altra cassola sense l'oli, i afegiu-hi (si en teniu), una mica del suc del pollastre.

*D'aquesta tècnica de coure se'n diu rostit confitat

Tronc de Nadal

Fina Puigdevall (Les Cols)

Ingredients:

Per al pa de pessic:

6 ous
200 g de sucre
150 g de farina de blat
50 g de farina de fajol

Per a la trufa:

500 ml de nata líquida
300 g de cobertura de xocolata negra
75 g de sucre
100 g de tòfona ratllada

Per a la galeta de fajol:

125 g de farina de blat
100 g de sucre de llustre
75 g de mantega
50 g de farina de fajol

la rajar sobre planxes amb paper de forn.

La trufa

Foneu la cobertura al bany maria. A part, munteu la nata. Quan estigui muntada, afegiu-hi el sucre, la tòfona ratllada i la xocolata fosa, remenant amb les varetes.



Elaboració

El pa de pessic:

En el bol de la Kenwood, munteu els ous fins a doblar el volum. Afegiu-hi el sucre i, finalment, les farines tamisades amb l'ajuda d'una espàtula. Ompliu una mànega pastissera i feu-

El tronc

Talleu un rectangle de 35x25 cm de pa de pessic. Mulleu-lo amb un almívar de ratafia. Esteneu la trufa i, amb l'ajuda d'un paper, emboliqueu-ho per donar-hi forma de tronc. Cobriu el tronc amb xocolata, feu un glacejat al vostre gust i decoreu-lo amb galetes de fajol.