

L'AIGUA A LA CUINA II

L'aigua serveix per coure els aliments en fer de vehicle transmissor de calor. Per les seves característiques produeix una cocció peculiar, totalment diferent a la de coure a la brasa, al forn o a l'ast on el vehicle és l'aire. L'aigua cou a una temperatura màxima de 100°C i no fa mai el torrat o l'enrossiment que fa crosta i dóna aquells gustos peculiars dels rostits o els escalivats on el producte cou en el seu propi suc, sota la crosta, concentrant-se, sense gustos de fora. Bullir no fa crosta, al contrari, estova i fa possible la comestibilitat de productes no comestibles (ossos- brous) o la millora (cereals-farinetes). Cou en profunditat, cosa que assegura l'esterilització de l'aliment. Des de la difusió del bullit del neolític fins ara, l'esterilització ha estat un gran benefici per a la higiene alimentària de la humanitat. El te i el cafè són exemples de com s'ha convertit en un plaer beure aigua bullida per assegurar-ne la potabilitat.

En bullir, les aromes volàtils de les hortalisses, carns o peixos es conserven molt bé perquè la temperatura de 100° o per sota els respecta molt més que els 200° o per sobre, habituals de rostir. Els gustos i les aromes dels aliments es dissolen en l'aigua, es barregen i de la fusió en neixen de nous (brous en les sopes, i salses en els estofats). És amb la difusió de l'ús de l'aigua a la cuina com a vehicle de calor, paral·lela a la difusió de l'ús de la ceràmica, que apareix la cuina en el sentit actual, cuina de fusió i harmonia de sabors, de les barreges de diversos elements per fer-ne un de millor. La cuina de l'aigua complementa la cuina de la flama més o menys directa que la precedeix des que l'home va aprendre a fer servir el foc per coure, i va deixar l'hàbit de menjar-ho tot cru.

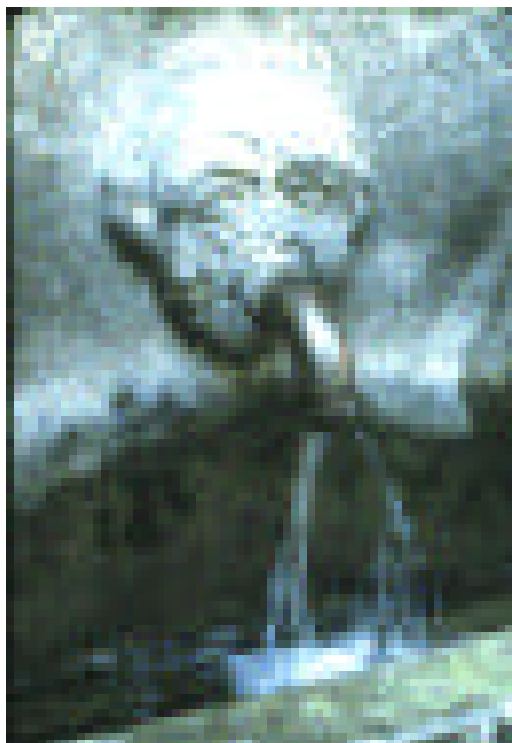
En altres cultures, com la xinesa, la japonesa i la magrebina es cou també al vapor. L'aigua, en evaporar-se, puja calenta del recipient d'on bull, travessant reixetes separadores, a un o diversos recipients on es col·loca el que s'ha de coure. En el cuscús, el baf del brou cou lentament la sèmola. En els cistellets de bambú encaixats l'un amb l'altre fent una columna couen diversos

aliments, separadament col·locats en cada un dels pisos. La cuina al vapor manté el gust original dels productes encara més que en el bullit, en coure a temperatura inferior a 100°C i no dissoldre's dins de cap líquid cap dels seus elements.

L'aigua com a hidratador

Però l'aigua a la cuina ha servit per a moltíssimes més coses, des de temps molt antics fins ara. Per exemple, serveix per dessalar. Conservar en sal és una de les tècniques més antigues de conservació d'aliments a la Mediterrània i la seva característica diferencial de les conserves del centre i nord d'Europa. La sal també procedeix dels efectes de l'escalfor sobre l'aigua, però aquesta és una altra història.

A la Mediterrània es sala el peix, la carn, les hortalisses, els bolets, les olives... i per tant, per poder-los consumir, s'ha de dessalar. En alguns casos, com en el bacallà, també es fa servir l'aigua per rehidatar alguns productes perquè, a més de salats, han estat assecats. El bacallà primer es remulla perquè revingui i recuperi la seva textura gelatinosa, després es dessala canviant l'aigua diverses vegades.



Font de la Carota,
Igualeda
Foto: Jordi Gumí

També es fa servir l'aigua per rehidratar abans de coure. Un altre dels vells sistemes de conservació consisteix a assecar els aliments exposats a l'aire i aprofitant la calor de l'estiu. S'assequen des de temps reculats fruites: raïm (panses), albercocs (orellanes), tomàquets, albergínies; bolets (cama-secs) etc. Per recuperar-los es deixen en remull en aigua calenta unes hores abans de coure'ls. Una tècnica de la cuina familiar permet fer sofregits o rostits molt llargs sense que es cremin afegint de tant en tant una mica d'aigua a la cassola perquè els ingredients, deshidratats per la cocció, es rehidratin i puguin continuar rostint-se i transformant el seu sabor. Aquesta és la base del famós "sofregit de l'arròs negre", que no és negre sinó torrat, i dels rostits humits en cassola sobre del foc. Als rostits en cassola sense suc però amb humitat, un tall rodó per exemple, s'hi va afegint petites quantitats d'aigua perquè arribi a coure fins el centre de la carn sense que es cremi per fora. En el cas dels sofregits "negres" empordanesos, s'hi va afegint aigua per portar la ceba al màxim de la seva cocció sense que es cremi.

Dos processos no pròpiament culinaris, però claus en la transformació d'aliments, necessiten de manera imprescindible l'aigua: el pa i la cervesa.

L'un i l'altra procedeixen de cereals fermentats i la humitat és el vehicle necessari perquè els microorganismes que la produeixen puguin fer la seva feina.

L'aigua com a conserva

La primera impressió ens diu que l'aigua podreix i és cert. És per aquesta raó que la majoria de les conserves antigues es basen en l'assecatge (la no aigua), sigui pel sol i l'aire, sigui pel fum de la xemeneia, o en la saladura, que per una part asseca i per l'altra preserva. És també per aquesta raó que tota mena de menjar es guarda en llocs secs. Però hi ha una conserva importantíssima, que necessita l'aigua com a vehicle: l'esterilització, el fonament de la conserva moderna i un pas transcendental en la conservació dels aliments per un temps llarg. L'esterilització consisteix a sotmetre els aliments a altes temperatures i pressió, posats dins de pots hermètics i submergits en l'aigua dins un recipient adequat. La va inventar Appert en temps de Napoleó per assegurar el proveïment dels grans exèrcits. Va ser una de les primeres grans accions sorgides de la ciència i tecnologia aplicades a l'alimentació. Les conserves Appert (per exemple, les llaunes) van començar a assegurar una llarga vida als productes guardant al màxim les característiques del producte fresc (són les conserves "al natural"). Fins a l'ús d'aquest sistema de conservació, els productes tractats pels processos de la saladura, assecatge o fumatge canviaven la seva naturalesa, de manera que es pot dir que eren un altre producte (la distància entre el bacallà fresc i el bacallà salat és galàctica).



*Pou de Benicadell, a la serra del mateix nom (Vall d'Albaida, País Valencià), on es conservava el gel que després es transportava als llocs habitats
Foto: Anna Borbonet*

L'aigua com a plaer

Abans que l'aigua comencés a rajar de l'aixeta, quan es depenia del pou, cisterna o font, totes les civilitzacions tenien una sàvia i ampla cultura de l'aigua per beure, si bé molta gent en bevia de contaminada. Xinesos i grecs, per exemple, preferien les aigües fresques i transparents de fonts i deus per sobre de les de pous i molt per sobre de les de rius. Aquesta cultura s'ha perdut pràcticament quan hem tingut assegurada la potabilitat de manera habitual. Una de les seves branques era fer servir la seva frescor per plaer, per refrescar begudes, fruites o aliments. O en forma de glaç, per fer sorbets barrejant-lo amb suc de fruita (origen dels actuals granissats, sorbets i gelats), un

costum antiquíssim a la Mediterrània on moltes poblacions medievals tenien pous de glaç per conservar el gel que es transportava des de les muntanyes, on a l'hivern es recollia la neu i es compactava dins dels pous de producció. Una indústria rural que va ser important fins que es va fabricar gel artificial. El plaer de la frescor s'ha mantingut i ampliat d'ençà que es van inventar les neveres i frigorífics. El control del fred va dur els gelats i les begudes gelades a l'abast de la majoria quan sempre havien estat exquisideses selectes. També va comportar un altre concepte de fresc, de molts graus per sota de la frescor de la cultura de l'aigua.

Llorenç Torrado

FORN DE PA

Josep Ma. Soler

C. Major, 89
Santa Maria de Corcó- l'Esquirol
Tel. 93 856 80 79



C. Pelix, 66 - Tel. 93 850 00 28 - 08510 RODA DE TER
C. Les Fonts, s/n - Tel. 93 856 50 83 - 08511 TAVERTET



ARTICLES I PRODUCTES DE NETEJA
DROGUERIA
VENDA AL MAJOR

Josep Verdaguer Farrés

Ctra. de Sant Bartomeu, 52 - Tel. 93 886 08 23 - 08503 GURB

Ca l'Ignasi Restaurant

PREGUEM RESERVEU TAULA

C. Major, 38 - Tel. 93 852 51 24
08569 CANTONIGRÒS



TALLER DE REPARACIONS
Joan Ferrer Roca

C. St. Martí, 15
Tel. 93 856 81 04
08511 L'ESQUIROL - SANTA MARIA DE CORCO
joanferrerroca@hotmail.com



REPARACIÓ DE COTXES

Josep Juvanteny

Taller: C. Pedró, s/n Tel. 93 856 83 27
SANTA MARIA DE CORCÓ

FEIXAS AULET

• Estacions de Servei • Distribució de Gas-oils

Tels. 93 850 01 21 - 93 850 00 68

ENERGIA PER A OSONA