

## GASTRONOMIA

per JAUME FÀBREGA



EL VI

► Pilar Garcia.  
Sommelier del restaurant  
Las Vegas

# La Garrotxa, terra d'embotits

La comarca del Prepirineu sempre s'ha considerat de muntanya, on l'art dels embotits té una remarcable presència. És, a més, una de les grans fàbriques xarcuteres de Catalunya, concretament la segona, després d'Osona

**S**ón bons, els embotits d'Olot? El que és cert és que a la Garrotxa hi ha una potent indústria dels derivats del porc, que fabriquen fuets, llonganisses, cansalada i bacó, pernills cuits, baiones, pernills salats... També unes quantes carnisseries de la Vall de Bianya o Tortellà, entre altres, solen concórrer a les fires d'artesania.

La Garrotxa i el Ripollès -amb un sistema d'embotits similar-són comarques prepirinenques, però que sempre s'han considerat de muntanya, on l'art dels embotits té una remarcable presència. La cuina d'aquestes comarques sap emprar el porc de diverses formes: escudelles de muntanya i de pagès, amb pilotilles, les patates farcides, peus de porc, el porc senglar estofat, faves amb piñoc, farro amb llardons, ossos d'espina a la brasa, col i patata amb ventresca, cap de porc amb allioli negat, fesols de Santa Pau amb llonganisseta o botifarra de perol, sang amb ceba, *llomillo* fregit, llonganisseta a la cendra, coca de llardons...

La Garrotxa, a més, és una de les grans fàbriques xarcuteres de Catalunya, la segona després d'Osona. Sorprenen la diferència pel que fa a la composició d'alguns embotits i els noms entre dues comarques veïnes, la Garrotxa i el Pla de l'Estany, aquesta darrera més inclinada al modus operandi i a la nomenclatura de l'Empordà; on, per posar un exemple, fan peltruc i no pas bulls.

## La botifarra, la reina

Els embotits del Ripollès i la Garrotxa més corrents són les botifarres, especialment les d'ou, de fetge, negres, vermelles o cruës (llonganissetes), de perol o de parracs, bulls (de fetge, de llengua...). Les llonganisses (*llanganisses*) i fuets de la Garrotxa, sobretot els industrials, són similars als de Vic, ja que solen presentar una floridura típica dels climes humits, mentre que els del Pla de l'Estany, el Berguedà, el Pallars o l'Empordà no presenten aquesta floridura. També s'hi fan pernills, incloent els in-



Planta a les Planes d'Hostoles d'Embutidos Monter, que aquest 2012 ha augmentat la facturació el 20%

dustrials, pernills cuits, lloms i baiones (típica denominació de la Garrotxa).

Altres elaboracions típiques són les *mandonguilles del davantal de les pageses* -les boles de sagí amb farina (que encara s'elaboren en algunes carnisseries d'Olot)-, el sagí en espiral, la carn de perol, el

piñoc o sac d'ossos (bufa o peltruc amb ossos o costelló, que encara no fa gaire es feia -o es fa- a Santa Pau i a Tortellà), els antics i deliciosos confitats, ventresques i cansalades del coll, llardons, llardons de la mocada (que no es troben en altres comarques; noteu la denominació, diferent de la de

greixons, pròpia d'altres comarques gironines, per exemple), pans de fetge (que també es troben a la Cerdanya i al Pallars).

El pa de fetge de la Garrotxa, a parer meu, és una de les grans creacions xarcuteres d'aquest país, i és molt millor que la major part de patés francesos.

## LA RECEPTE: GALTA DE PORC AMB CANSALADA I FESOLS DE SANTA PAU

La galta de porc no és tan popular com els peus, però també és apreciada, feta a la brasa i amb allioli, al forn, a la llauana i, fins i tot, guisada o rostida. Combinada amb fesols de Santa Pau és deliciosa.

### INGREDIENTS

- 400 grams de fesols de Santa Pau.
- 4 galtes de porc sense ossos.
- 100 grams de cansalada via-da.
- 3 tomàquets petits (0 3 cu-

llerades de doble concentrat).

- Una ceba mitjana.
- Julivert.
- 3 grans d'all.
- Oli o llard.
- Sal.
- Aigua.

### ELABORACIÓ

- En una cassola amb l'oli o el llard rossegeu-hi una mica de cansalada, tallada a tires fines, així com les galtes senceres; un cop tot ros ho aparteu del foc i en el greix que res-

ta hi feu un sofregit amb la ceba ratllada; hi afegiu els alls picats i al cap d'uns 10 minuts els tomàquets, tallats molt fins, millor sense peles ni granes, i ho feu confitar almenys un quart. Hi tireu una mica de julivert picat.

- Un cop el sofregit ben confitat, afegiu a la cassola les mongetes cuites, ben escorregudes, així com les galtes i la cansalada (si no l'heu deixat en el sofregit).
- Cobriu-ho amb aigua i dei-

xeu-ho coure a poc a poc una mitja hora, a foc baix, o quan veieu que les galtes siguin cuites. Tasteu-ho de sal.

### NOTES

- També hi podeu afegir pebrots, una picada, un allioli negat, etc...
- En comptes d'aigua, podeu fer servir aigua de bullir les mongetes, si les heu bullit vosaltes.
- Hi podeu afegir pebre o una herba al gust, com farigola.



**DO: Rias  
Baixas o Rosal  
Preu: de 12 a  
15 euros**

► Adegas Valmiñor està situada dins la denominació d'origen Rias Baixas. Amb una extensió de 3.700 hectàrees, ha sabut apostar per les varietats autòctones, ja des del principi. La varietat principal és l'*albariño* (90%), però també es cultiva la *loureira*, *treixadura*, *cainho blanco*, *torrontés*, *godello*.

Si un vi és monovarietal d'*albariño*, en la seva etiqueta ens marca Rias Baixas Albariño. Aquest vi és un Rias Baixas o Rosal perquè els raïms que el componen, a part de l'*albariño*, són la *treixadura* i la *loureiro*. Està cultivat en unes de les millors zones perquè té una climatologia molt suau, sense oscil·lacions tèrmiques, una gran riquesa mineral als seus sòls i unes condicions òptimes de maduració.

Molt ben diferenciat d'altres *albariños* clàssics, perquè en el seu procés s'ha llimat l'acidesa i l'amargor que els caracteritza. Aquest procés és una criança sobre solatges, que sol donar resultats similars a la criança amb fusta, sense donar cap olor de fumet. Només han criat sobre solatges dues de les seves varietats, i han deixat jove i sense criança la *loureiro*.

Amb aquesta tècnica s'aconsegueix més suavitat, cos, cremositat, i es manté la part explosiva d'aromes de fruita fresca. Davila té un color daurat intens que denota la seva criança. Aromes de fruita tropical, cítrics, préssec i florals.

En boca és untuós, glicèric, molt suau, fi i molt agradable de beure. Tant, que fins i tot el fa perillós, ja que convida a anar bevent. Cal anar amb compte.



## SOLUCIONS A LA CUINA

► Dolors Gómez.  
Escola de Cuina Lleure

## Diferents maneres de coure els ous

► **OUS DURS:** submergeu els ous en aigua bullent. Quan han passat 10 minuts, els traieu i els poseu en un recipient en aigua freda. Quan estiguin freds ja es poden pelar. El fet de posar-los a coure en aigua bullent és perquè el rovell quedi més centrat. Per fer ous durs no cal que siguin molt frescos, ja que si no costen més de pelar.

► **OUS 'POCHÉS' O ESCUMATS:** s'han de fer servir ous molt frescos. Es posen 2 litres d'aigua en una cassola; quan comenci a bullir aboquem 1dl de vinagre; quan torna a bullir abaixem el foc, perquè bulli més lentament, i aleshores anem tirant els ous d'un en un (es poden trencar abans dins una tasetta) i esperem 3 minuts exactament, procurant que l'aigua bulli molt a poc a poc. Quan ha passat aquest temps, els anem traient amb l'escumadora

i els anem posant en un recipient en aigua freda. Aquests ous queden rodons i el rovell queda embolcallat per la clara.

► **OUS FERRATS:** es posa al foc una paella petita i nova amb força oli. Quan estigui molt calent, trenquem l'ou, posem sal i amb l'escumadora anem posant la clara sobre el rovell. També es pot fer sense embolicar la clara amb el rovell, només triant una mica d'oli bullent per sobre, i quan la clara s'hagi daurat es retira.

► **OUS PASSATS PER AIGUA:** han de ser molt frescos. Posem aigua en un cassó i, quan bulli, posem els ous a dins. S'hi deixen coure 3 minuts exactament. Se serveixen amb closca. Es trenca per una punta, es posa sal i s'hi va mullant pa.

► **OUS REMENATS:** poseu en un cassó mantega i

oli. Quan estigui desfeta, tireu-hi els ous lleugerament batuts amb sal i una cullerada de llet. Si es vol, pebre i nou moscada, i ho remeneu fins que hagi quallat.

► **TRUITES:** trenqueu en un plat fondo un o dos ous per persona; hi poseu sal i bateu poc. Poseu poc oli en una paella (seria convenient que només la fessin servir per fer truites). El deixem escalfar i hi aboquem l'ou. Amb una forquilla, quan notem que agafa cos, comencem a embolicar. Ha de ser ràpid, perquè sembli cruà, sense ser-ho, però tova per dins. ► **OUS AL PLAT:** posem a escalfar el recipient resistent al forn, on farem els ous, i l'untem amb mantega. Hi aboquem l'ou i ho posem el forn 2 minuts a 180°. Al moment de servir s'hi posa sal i pebre. Així la clara quedarà cuita i el rovell cru.