

La Euyña
Mallorquina

LA CUYNA MALLORQUINA

COLECCIÓ DE RECEPTES DE COK,
DE CUYNERA, DE PASTISSÉ, DE REBOSTÉ,
DE LICORISTA, DE CAFETÉ, DE CURANDERO Y
DE DOCTÓ DE SOLEY;

*que per la conveniència d'aquelles persones que
vulguen cuynar bé y barato y viure per menjar,
publica un aficionat a menjar per viure.*

**Aquesta obra está dividida en varies plagues,
en les quals se tracta en separació cadascun
dels rams indicats y molts altres.**

SEXTA EDICIÓ

*Aumentada ab moltes receptes de cuyna, pastis-
seria y rebosteria, y amb el llibre complet
del licorista y del cafeté.*

FELANITX

IMPRENTA D'EN BARTOMEU REUS

ANY 1925.



PART PRIMERA.

LLIBRE DEL COK Y DE LA CUYNERA

Advertencia preliminar. Convé que els fogons que emprerá tengan part destinada a fer foch de llenya y de cok ab planxa de ferro; y altres fogons per poder cremar carbó, porque si es cosa poca lo qu'ha de cuyná li bastarán quatre brases del derrer y si ha de fer el dinar de molts, o tenir el fogó molt de temps encès, li convendrá emprar el primer.

Ha d'estar ben alerta en tenir ben netes les òlles, graxoneres, casseroles y demás ormetjos de cuyná, sien de terra, o de ferro, o de llauna, o d'aram y llautó, encara que aquests dos derrers metals, convé que no'ls empri may, porque crien verdet y aquest es un verí molt dolent que mata depressa, y un descuit es bò de fer y mal de remediar.

Convé que tenga sempre aigo calenta a má, y un rebostet aposta per s'us de la cuy-

na ahont pugua tenir tot lo necessari ab espicies, sal, sahim, porch, ays, oli y altres ingredients que sempre s'empren. Aquest rebost ha de poder tancar-se ab clau y aquesta clau no ha de sortir de les mans de la cuynera principal.

Sopes.

Arros en el forn

Tenguent un bon brou apareyat, se sofregeix dins oli un poch de sofrit y tomàtiga, s'hi mescla s'arros y ses espicies y después s'hi posará es brou a dues escudelles per una d'arros; se deixa bullir ab molta furia, remenantlo perquè no s'aferrí y quant despareix es brou, se treu tot es foch des fogó y se posa amb una tapadora demunt sa graxonera y se deixa bescuitá fins qu'estiga ben aixut y fassa una croseta demunt.
Convé mesclarhi unes monjeres, col flori, carxofa o lo que doni es temps.

Arros ab llet

Després d'estar ben net l'arros, el rentarás ab aygua calenta y després el posarás a coure en el foch fins que sia axut, y se esponjará algun tant; posarás després quatre tassons petits d'algua calenta per cada llit d'arros dins la casseroia del arros. Posada al foch li donarás dos bulls; llevarás la casseroia del foch y la deixarás prop d'ell ben tapada fins que s'haja beguda l'aygua. Llavorsse tornarás posar la casseroia al foch ab quatre tassons de llet per cada llit

ra d'arros, y mitja lliura de sucre també per cada lliura d'arros y nou unses de sucre per cada lliura si el vols més precios. Hey posarás axi mateix la sal corresponent. Tot axó ha d'esser fet ab poch foch, sols que bulla y t'has de cuydá de remenarlo dues vegades a poch a poch p'els baixos perquè no se alteri o cremi.

Nota. D'aquest arros fet pasta en pots fer bunyols, posanthi els ous corresponents.

Fideus, sémola, macarrons y altres pastes.

Sempre s'ha d'esperá quant es brou bull per tirar sa sopa dins s'olla o graxonera. Es fideus, son cuits en haver pegat tres o quatre bulls, lo mateix que ses estrelletes, perxets y altres pastes menudes; pero ses pastes grosses, com es macarrons, burbaves, etc., necessiten més temps y s'han de remenar desiare perquè no s'aferrin; y quant se retiren des foch, han de quedar un rato ran des fogó perquè acabin de coure. Tant es macarrons com ses burbaves se poden servir tirantlos per demunt una capa de forraje rayat.

Escudella d'àngel

Dispon 8 lliures d'arros, 20 de llet, 6 dotzenes d'ous, 6 lliures de sucre y 2 unses de canyella. D'aquesta canyella una unsa y mitja la posarás ab infusió ab aygua dins una olleta tapada ab papé ben doble; la restant mitja unsa la tendrás picada y mesclada ab mitja lliura de sucre. L'arros després de ben netejat el rentarás ab aygo teba y si

Paella valenciana

Se sofregeix dins oli es sofrit corresponent y una salsa de tomàtiga, y quant està ben sofregit s'hi posa s'arros y una cueradeta de pebre bort y espicles; després de ben remenat s'hi anyadeix es brou o rigo calenta, tenguent en conta que per terme mitx ha d'haverhi dues escudelles d'aygo per una d'arros, poch més o menos, segons sa clase d'arros, y procurant que bulli per igual y amb molta fúria, se li dona alguna remenada perque no s'aferr. Quant se ven que desapareix es brou y se vol aferrá, se lleva tot es foch de baix y s'escampa per ses voreres de-xarilo si bulli no bulli fins qu'está ben axut.

Si se fa amb pollastre, carn tendre, peix o lo que sia, se sofregeix dins s'oli antes de posarhi es sofrit, y si sa carn es veyá se fa bulli antes amb so brou.

Es vertadé mérit de s'arros está en sabrerli dá es punt, encara que cuantes mes coses s'hi mesclen més sustancios resulta.

Quant se tren es foch de baix, s'hi posen unes quantes tayades de peix frit si no s'hi han posat antes perque no es desfassi, y s'hi coliquen en forma de estrella unes tires de pebre vermey torrat.

S'hi poreu mesclá monjetes bollides, col flori sofrejada, carxofa si es en son temps, o cualsevol altra cosa pareescuda.

Sopa comuna

Escullirás del millió pa que tengas, ferás llesques llargues y primes, les torrará a les

grelles, y perque no se cremen les girarás de tant en quant. Tendrás feya cuit de moltó, el rayarás y també formatje, y després posarás les sopes dins l'olla o graxonera de sostre en sostre posanhi formatje rayat y un poquet d'espicles, clavells, canyella y juavert picat fins qu'estiga plena s'olla.

Tendrás una salsa d'avellanes picades, les aclarirás ab brou de l'olla; posala a couer, y cuyta, posarás la mitat de la salsa demunt les sopes, les mullarás y posarás a bullir, y després que hajen bullit, llevas del foch, tiralos per demunt l'altre mitat de la salsa, los posarás foch per demunt ab una tapadera de llautna o ferro fins que prengan color; y a la taula.

Sopa de carn

Se posará bon brou dins l'olla mesclanhi col blanca, botifarra, un poch de taronjí y un poch d'ápit, y després el pa o pastes que se vulgan. Se li dona color ab una mica de safrá ben torrat, picat y dexatut dins el mateix brou, o ab una mica de sobressada.

Sopa de peix

Brou de bon peix y cuaica tayada, taronjí, ápit, ayoli aclarit, bassons de metla torrats picats y espicles.

Sopes de col a la mallorquina

Per fer bones sopes s'ha de tenir un pa apropiat que sia d'un dia o dos, que no sia blanch, sinos de blat mallorquí un poch moreno perque sia més gustós y saborós; y

Pasta dolça, gatons y pa moixó.

Tendrás una lliura de pasta real y una lliura de sucre, vuit ò nou vermeys d'ou, posant els blanchs aparte. Pastarás la pasta real, el sucre y els vermeys d'ou y en estar tot axò ben mesclat rebrarás els blanchs dels ous ben rebent y depressa fins que fassa molta sabonera y en fer molta sabonera la mesclarás ab la pasta posanthi també mitja llimona rayada y canyella. Tendrás una cacerola apareyada per posarhi aquesta pasta, l'untarás bé amb sahím blanch y untada tendrás coca ò pa rayat y ley tirarás per demunt el sahím de modo que s'hi qued ben aferrat per tot lo redó de la casserola. Fet tot axò tiras la pasta dins la casserola y vaja al forn. Quant serà cuyt heu trahucará dins un plat, lo de demunt devall, y en esser fret el treurás a la taula.

Altre casta de gató.

Ferás de la mateixa manera qu'hem indicat, ab la diferencia que la pasta de dins se compondrá de lo seguent. D'otse unses de bassó de metla pelat y mòlt, setse unses de sucre y onse ous, també mesclats els vermeys y després la sabonera dels blanchs.

Gató de patata.

Se torren mitja lliura de patates, se palan, se pican amb un pois de canyella, sucre y cloveya de llimona rayada; s'hi afegexen tres vermeys d'ou y es blanchs ben batuts.

Y després de remenarho tot, se té preparat un peròl ben untat de sahím, s'hi tira dedins y se du an es forn.

Roscas de viatje.

Se prenen 12 unses de sucre blanch, 6 de mantega, 25 vermeys d'ou, quatre ous sencers, un poch de llimona y sa farina qu'es necessari per fer una pasta algo dura. Ha de courese a forn ardent.

Mantecados.

12 unses de sucre blanch, 12 de mantega, 12 de farina, 25 vermeys d'ou, quatre ous sencers y llimona rayada. Forn teb.

Altre recepta.

Per mantecados blanchs:

12 unses de sucre blanch per altres 12 de sahím y 18 de farina. També se couen a forn teb.

Canonets de pasta fina.

Si agafa una lliura de farina de sa milló y se pasta amb oli y vin-blanch, per parts iguals, fins qu'estiga bé de forta. D'aquesta pasta se fan trossets un poch més grossos qu'una metla, y s'estiren amb s'aprimador fins que tengan sa llargaria d'uns canonets de canya prims, que ja s'han de tení prepa-rats y ben nets per embolicarlos amb aquell fuy de pasta, com qui fá un endull de calderilla. Se posa an es foch una pella amb bon oli, y quant bull s'hi van posant aquells cartuxos, fentlos rodolá desitara per dins sa pella perque coguen per igual. Així com se

que los puga prende cada cual sense entor-
piment y lo més pronte possible perque no
refredin.

Es colomins y ses perdins se dividexen en
quatre parts iguals, d'es colomins, es milló
es corté que du cuxa, y de ses perdins es
més desitjat es que té ala. Convé sebre axò
per servi sa part més rica a ses persones
més considerades.

Per fé trossos els pexos, els guinavets de
cé no serveixen, perque el solen esforá: lo
milló es sa paleta de plata, especie de guina-
vet ample y prim, sense tay, que té una par-
tida de foradets perque puga degotá sa salsa.
En general, es pexos se trinxen fentlos un
tay de cap a cova y alguns altres de través,
resultant trossos que se separen molt facil-
ment amb sa paleta indicada.

Ses tortades, pastalons, panades y altres
pastes grosses relenes se treuen a se taula
amb sa tapadora; si está aferrada, se passa
es guinavet per tot lo redó y se posa dins un
altre plat; es releno se serveix amb un tros
de pasta, y si fossen pessets se serexen, com
guàteres, ancellons, etc., se trinxen dins
un plat antes de servirse. Si ses pastes son
petites, se serveixen senseres; y si son mit-
janseres, tayades per llarch y ample o desde
es mitx a ses voreres.

En quant a fruites, es melons se tayen per
llarch; ses sindries se xapen primé de tra-
vés y llavó se fan llenques; y ses pomes, pe-
res, taronjes y melocotons s'agafen amb un
guinavet net y se palen de dalt a baix, se
fan trossos y se serveixen amb so guinavet
mateix.

Reglas generals de s'alimentació

Els aliments no han d'esser sempre iguals
ni tampoch molt variats: es més dolens son
els que criden molt sa gana. May s'ha de
menjá sense haver acabat sa digestió ante-
rió, que sol durá tres o quatre hores. Es
canvi d'aliments s'ha de fé gradualment,
preferint aquells que se tengan acostumats.
Ses persones robustes, que menjin plats
forts, amb regimen variat, mudant sovint de
modo de viure y no fent excessos; ses delica-
des, aliments jujés y sustanciosos amb peti-
tes cantidades, evitant tot los flatós y pesats;
y els veys que menjin molts de pichs en po-
ca cantidad. Ses verdures engreixen poch y
son dolentes ses flatoses; pero convé alter-
narles amb sos manjars forts, per no cansar
es ventre. Ses fruites verdes poren fé mal;
per axò convé manjarles madures y amb pa.
Es sopá ha d'esser sempre jujé, principal-
ment pe sa gent estudiant, pes de complexió
sanguinosa y pes convalescents. Es pa calent
es indigest y es més bianch és es més nutri-
tiu. Sa carn torrada o bollida es més sana
que sa frita. Ses llegums farinoses s'han de
coure bé y no carregaries molt de vinagre.
Es convenient no menjá esclata sanchs ni
grugoles perque hey ha moltes classes veri-
noses. S'asseueraré a sa taula sense gana y
es ventre carregat, es sercé un còlich. Sa
carn dels animals carnisers es indigesta;

sa dels demás se consumeix amb més facilitat que ses llegums y verdures, que son bones per s'estiu. Es bo de pahi: sa carn de vaca, sa de porch, es pollastre, sa cassa, ets òus, es peix, sa llet, s'arros, ses patates novelles, ses carxofes, ets espàrechs tendres, ets espinachs y s'àpit. Son de més difícil digestió ses ensalades crues, ets ous durs, sa xuya de porch salada, ses substancies grasses, ses tãpares, ses olives, ets anous, ets esclata-sanchs y tot lo qu'estiga carregat d'espicies. A nes jornals y llauradós les convé carn forta, llegums y pa atapit, perque sostenen per més temps ses forses. Es convenient menjá sempre a ses matexes hores, perque ses funcions d'es cos marxen amb uniformitat.

Ses estacions modifícan també s'us y calidat des menjá. D'hivern, per eczemple, en que augmenta sa forsa digestiva, poren gastar-se aliments forts o més cantidad de fluxos, augmentant amb prudencia ses begudes; pero en venir sa primavera ha de anar disminuint altre volta es consum, perque s'abundancia de sanch no duga inflamacions que son molt freqüents en aquesta época. Destiu, s'han d'estima més els aliments iutjés que els pesats y sustanciosos, s'ha de mesclá algo anes ví y s'han de prendre begudes refrescants; tornant a s'entrada de s'hivern a emprendre ses carns y begudes tòmiques, sense abandonar es vegetals fins molt entrada s'estació.

Receptes varies.

Per conservá els ous.

Els frescos d'Agost y Setembre son el temps milló per fer provisió d'ous pe s'hivern. Els que se vulgan conservá, han d'esser freschs, del dia; si es possible: se comporen dins una autabia, que s'acaba d'omplir amb seu de xot fusa y a punt de refredá, de manera que quedin tapats, y axí poden durar un parey de mesos. Quant se volen guardar per més d'un any, se posen dins autabietes y se tapen de clas fusa a rahó d'un kilo per deu litres d'aigo. Se tapen bé ses autabietes a fi de que no hi entri aire, y se duen a una cova o sallé about sa temperatura sia sempre igual. També se conserven els ous tenguentlos tapats d'oli.

Per conservá fruites al natural.

Ses fruites no maduren aviat si no els ajuda saire, es calor y sa llum; privantles d'axó, se torben molt a madurar y per tant se conserven sanes, perque sols quant son ben madures comensen a perdre-se. Ses fruites que s'han de guardá, han d'esser cubides a un arbre resguardat de sa neu, y es puesto milló per tenirles, será un soterrani ben sech, amb portal y finestra que pugan estar ben tancats. Se coliquen ses fruites demunt posts, sense tocar una a s'altre, y en s'hivern se cubrexen de paya, retirant desiatra

him de porch fresch; se cola, y en seguida s'hi tira demunt una unsa d'oli de vellanes, resultant axí una pomada qu'es benehida per fer creixer y nexer de nou els cabeis.

Per curá ses sedes.

Es un bon preservatiu contra ses sedes, rentarse cada día mans y peus amb aigo fresca, desde principis d'Octubre fins qu'ha ja passat s'hivern.

Per curarles, es molt bona una pomada feta amb una unsa de sera blanca, un'altre de moll d'òs de vaca y dues de sahim de porch sense sal: se cou dins una graxonera envernissada y se passa después per un padás. Quant un s'en va a colgá, s'unta ses sedes d'aquesta pomada y les s'embena; y al cap de quatre o cinch dies haurán desaparegut. Si se espera a que rebentin, sols pot curarles sa venguda de sa primavera.

Temps que dura se digestió.

Es temps que necessita una persona que té salut, per digerí s'arròs cuit, es una hora; es ciurons, dues hores y coranta-cinch minuts; es pa sech, dues; es pa moll, tres hores; sa col, quatre hores; ses copinyes, dues hores y mitja; ses costelles, tres hores; sa porcella rostida, cinch hores y quart; ets ous cruhus, dues hores; bollits, vuit hores y durs tres hores y mitja.

FÍ.