

PARLEM DE CUINA

Cartes i comentaris arribats a Parlem de Cuina

I recepta de “Tarta de atún crocante”

Avui us faig un petit esbós dels missatges arribats als correus electrònics d'aquesta secció: parlemdecuina@hotmail.com i parlemdecuina@cuinant.cat, on us recordo que podeu fer arribar els vostres suggeriments i col·laboracions; per a fer aquesta secció gastronòmica un poc més de tots. Gràcies a tots els que setmana a setmana la llegiu, gràcies als companys del Sòller per la feina de maquetació i per deixar-me un raconet al diari. I sobre tot gràcies a tots els que d'una manera o s'altre col·laboreu amb Parlem de Cuina.

Aprofito per a recordar-vos, també, que podeu trobar tots els articles publicats en aquesta secció a www.cuinant.com, a la secció setmanari.

“Eva: Muchas gracias por la información, se lo agradezco enormemente. También comunicarle que su página web es muy instructiva y interesante. Creo que debería haber más páginas de este estilo y menos de las denominadas basura. Atentamente Eva”

“Gabriel: Hola soy un cocinero residente en Valencia, el cual pasé 2 maravillosos años en el puerto de Sóller, y tengo grandes amigos/as allí, me encanta el pueblo, su gente y su gastronomía. Soy un gran amante del puerto. Enhorabuena por su web y por trabajar por la gastronomía de su tierra.

“Héctor Cuenca Arniques: M'agradaria poder usar els vostre treball que heu fet amb els gelats, també m'agradaria que si no és molèstia me passi els articles per e-mail, ja que estic fent un treball sobre els gelats i m'interessaria extreure'n idees. Moltes gràcies. Vaig veure els vostres articles en el diari Sòller, són molt interessants.”

“Marcelo Pinto: Hola, Joan! Preparant un material per fer un petit book, he trobat amb aquesta il·lustració! T'en recordes? Una abraçada.

En Marcelo ha recuperat del calaix de la memòria, la primera il·lustració que va acompanyar aquesta secció, i que

torna 5 anys després. Gràcies company.

Per cert que la il·lustració d'en Marcelo serveixi com a preàmbul del tema de la setmana que ve.

I acabam aquest repàs per l'e-mail amb una col·laboradora habitual d'aquesta secció **Maria Victoria Eraso (d'Argentina)**. Que ens conta que aquests darrers mesos ella i la seva família han passat per una complexa situació mèdica, però que ara el seu marit ja està bé i es troba totalment recuperat. Des d'aquí li vull fer arribar el meu suport i l'enhorabona per la prompte recuperació del seu marit. Com cada vegada que algú ha col·laborat amb aquesta secció, un dels exemplars del Sòller viatjarà, en aquest cas, cap a l'Argentina. La recepta és de la seva filla, que és cuinera:

TARTA DE ATÚN CROCANTE

Autora: Chef María Eugenia Trumper (Argentina)

MASA

. 150 g. de harina

. 1 huevo

. Sal y pimienta

. 2 cucharadas de pimentón

Hacer un arenado con la manteca, harina, sal, pimienta y pimentón. Agregar 1 huevo. Enmantecar y enharinar un molde, forrarlo con la masa y dejar en la heladera.

RELLENO

. 2 latas de atún

. 1 cucharada de crema de leche

. 2 cucharadas de queso rallado

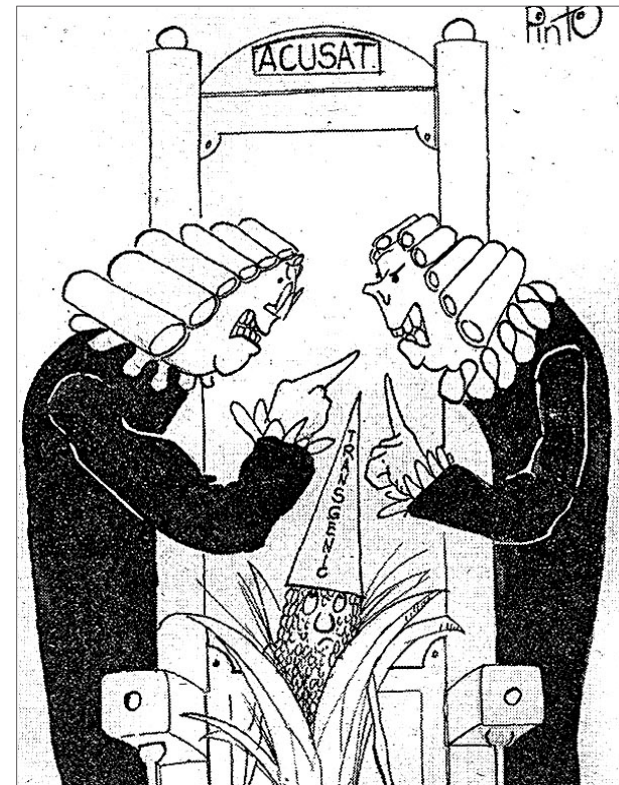
. Sal y pimienta

. 1 huevo

. 1 cebolla grande

Mezclar la crema de leche, el queso rallado, sal y pimienta, el huevo y la cebolla salteada.

Agregarle todo el atún.



Colocar el relleno sobre la masa y hornear aproximadamente 20 minutos.

Servir.”

Bona setmana i ens trobam d'aquí a 7 dies.

Juan A. Fernández



ESPAI PER A LA REFLEXIÓ

La vida : Una escola d'aprenentatge

L'altre dia, passejant per un dels carrers de la nostra Vall, em vaig aturar a contemplar un nadó que, acompanyat de la seva mare, estava començant a donar les seves primeres passes i vaig pensar que era tota una lliçó de coratge. El nadó s'enfrontava a cada passa amb el repte de tornar a recuperar el centre de gravetat i per tant l'equilibri. El gest de la seva cara, mirant l'asfalt, eren de màxima concentració. No defallia en absolut i el interès per a la propera passa es feia ben notori. A mi m'estava donant una bona lliçó, que d'aplicar-la tots ens ajudaria a viure una mica més el present; i a no fer coses i accions de manera totalment inconscient i automàtica, que sol esser lo habitual.

Em vaig passar una bona estona contemplant-lo i al mateix temps desitjant-li, de manera a lo millor inconscient però amb molt de respecte al que estava fent, que tingués molt d'èxit amb el seu repte, malgrat s'hagués d'enfrontar a algunes caigudes per assolir la destresa necessària.

Vaig continuar vagarejant i aprofitant la mica de fresca d'horabaixa. Vaig treure el meu quadernet en el qual anot les idees sobre les que escriuré i aquesta en fou una.

Com diu el títol, crec que la vida és una magnífica escola d'aprenentatge i al llarg d'ella deurem enfrontar-nos amb reptes i lliçons que ens faran evolucionar com a éssers humans. A vegades seran molt més dures de passar, que el començament de caminar d'aquell nadó.

I malgrat tot, ens haurem d'enfrontar amb els reptes i lliçons, encarant-nos a les nostres pors i mirant de treure nota, ja que de lo contrari ens veurem obligats a repetir-les. Un dia, li vaig dir a una persona que ve per la consulta, en relació a les pors –únic sentiment que ens pot paraitzar- que

els valents, no eren els que no tenien pors, sinó els que malgrat tenir-les eren capaços d'enfrontar-se amb elles, perquè no aconseguissin fer-los tornar anques enrere. Humilment reconec que vaig estar inspirat, no sempre hi estic.

Ens els diversos cicles de la vida ens anem enfrontant a diverses pors, distints reptes que devem superar i lliçons que haurem d'aprovar.



No per edat, els reptes tindran diferents graus de dificultat. Vull dir, no per esser infant, nen petit, les proves a passar seran petites, ans bé proporcionals a la seva capacitat per resoldre-les. La natura és prou sàvia per no exigir més del que es té capacitat per a resoldre. Vos sona allò de: “Dios aprieta però no ahoga”.

Així i tot, deia un pensador que: “L'únic que no canvia és el canvi”.

Els canvis ens aporuguen, ens porten a rompre amb les seguretats establertes per anar a circular per mons desconeguts. Que els hi demanin per exemple a les persones que estan passant per l'etapa de l'adolescència i lluiten per fer-se un espai dins del món dels adults. Així com les diverses transformacions internes i externes que hauran de passar i assumir en aquesta etapa. O que els hi demanin als

vellets i velletes que dia rere dia també hauran d'assumir les seves limitacions; com ens tocarà a tots sinó se'ns crida abans.

Oposar-se a canviar, és al meu pensar, intentar nedar contracorrent, amb el perill de malgastar tota l'energia que podríem aprofitar, perquè el canvi fos per bé. Per a la seva profunda comprensió.

He escrit moltes vegades que l'únic que és pròpiament nostre és el present. L'instant. Que del passat no ens queda més que un registre memorístic i que el futur és totalment desconegut. Afegeix que tots els canvis s'accepten i s'assumeixen en un present, i que el futur quan arribi, també ho farà en forma de present. Per tant lluitar en contra del nostre present, contra el que ja és, és una forma magnífica de perdre l'energia per les bardisses.

També dir que sempre estem decidint, que vivim en un món bipolar del si o el no, i que quan prenem una decisió, molts pics ens quedarà el dubte de què hauria passat si haguéssim optat per una altra opció.

Hauríem d'esser una mica més receptius amb el llenguatge del cor. Vivim en una societat massa mental, que vol moltes vegades, dirigir o modificar aquell llenguatge, sinó del de l'ànima, amb els pensaments. I em sembla que anem ben errants de comptes, vist els resultats obtinguts.

Hauríem d'esser més acurats i que les nostres decisions i accions, no contradiguin els pensaments i o sentiments. Sinó sintonitzen, acabarem per emmalaltir.

El no moure's també és una decisió. Ja sabeu que l'aigua embassada que no es mou, es podreix i crea cabots. En canvi la que corr, dona vida.

De moment em plant i esper que les meves reflexions, vos siguin de profit, això és el que pretén aquest servidor amb el que escriu.

Josep Bonnin

