



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

@ WWW.CUINANT.COM
✉ parlemdecuina@hotmail.com

Avui us convido a fer un sorbet de taronja

M'encanten les coses retro: col·lecciono llibres antics, joguets antigues, eines de cuina del segle passat, consoles dels anys 80 i 90, discos de vinil i fins hi tot diaris de la postguerra... I com no, m'encanta recordar i recuperar moments gastronòmics i receptes que ara ja casi han desaparegut. Podríem dir que faig quasi arqueologia gastronòmica.

Doncs per avui ens mudam amb les millors robes i ens anam de noccs.

Avui en dia les noccs han canviat una mica de les d'abans, ara tot és a base de delicatessen, *finger foods*, decoració minimalista, música chill out i alguns food trucks. I que consti que m'encanten.

Però bé que recordareu com jo les noccs d'abans... Aperitius de croquetes i calamars romana, primer plat d'arròs brut, segon plat de peix (normalment lluç) amb una salsa blanca; a continuació rodet de carn rostida amb salsa espanyola guarnida amb mongetes verdes, pastanagues baby i xampinyons. Per a acabar tarta de noccs, normalment tarta reina.

Però en aquest menú, que si és ben cert que podia variar un poc en funció de varis aspectes; una cosa que no hi faltava era el sorbet de llimona entre el plat de peix i de carn. Una elaboració destinada a 'netejar la boca', actuar com a 'digestiu' i 'refrescar'.

Ara ja ningú posa sorbets als menús i de fet m'atreiria a afirmar que tampoc es tracta d'una elaboració massa habitual en els restaurants actuals. El sorbet són unes de les postres gelades, que es diferencia del gelat per no contenir ingredients grassos, a més de no incloure rovell d'ou. Per això la seva textura resulta menys ferma, més líquida i menys cremosa que el gelat.

Els xinesos van ser els primers en elaborar sorbets des de l'any 2500 a. C. La seva principal especialitat eren els aromatitzats amb canyella. Els califes de Bagdad anomenaven els sorbets Sharbets, i eren refrescos de neu i suc de fruites.

Alexandre el Gran feia elaborar sorbets per a les seves tropes, i l'emperador Neró feia portar neu de les muntanyes albaneses i de les glaceres alpines per oferir sorbets als seus convidats.

La base d'aquests sorbets va continuar sent la neu mesclada amb mel i fruites, fins que Marco Polo va introduir a Itàlia el mètode xinès que permetia congelar qualsevol mescla.



El 1651, va sorgir el gelat quan un cuiner francès que servia a la cort anglesa va inventar el primer gelat de crema de llet. El 1672 es va obrir la primera gelateria de París, fundada per Procopio de Coltelli; el Café Procope. A Mallorca el primer establiment d'aquest producte fou Can Joan de Saigo, l'any 1700.

Els sorbets es fabricaven amb neu que es portava de les muntanyes, això propicià que sorgís l'ofici de never, que

aquí a les illes es va mantenir fins l'entrada en funcionament de la tecnologia del fred industrial. La primera indústria frigorífica arribà a Mallorca l'any 1886 i entre 1909 i 1918 es varen instal·lar per tota l'illa; tot junt va provocar l'extinció total de l'activitat, l'abandó dels pous de neu, el seu comerç i la seva utilitat.

Tipus de sorbets

Sorbet de fruites. Una cosa molt important a tenir en compte en els sorbets de fruites és que no cal fer bullir la fruita, perquè no perdi les seves principals propietats, que són el sabor i el color. Dins aquesta classe de fruites podem distingir diverses classes de fruites:

Cítrics: (Llimona, llima, taronja, mandarina, poncir, etc.) La principal característica és el seu baix PH, per la seva varietat d'acidesa i sabor, les dosificacions varien des de no més del 20% o 30% de la llimona o la llima, fins a un 100% del líquid, com a la taronja o la mandarina.

Fruits Vermells: (Mora, gerds, fraula, grosella, etc.) A tots li va molt bé un 2.5% o 5% de suc de llimona, el qual remarca el color, el sabor, baixa el PH, és antioxidant i antibactericida. La dosificació dels fruits vermells hauria de ser com a mínim un 40%, podent arribar fins al 100% de l'aigua continguda a la recepta. Es poden utilitzar frescos, congelats o de polpa congelada. En alguns casos, com les móres o gerds, es recomana colar part de les llavors que es fan desagradables al paladar.

Fruites que s'oxiden: (Plàtan, poma, pera, préssec, etc.) Convé triturar-les o licuar-les en el moment just abans de gelar. I a tots ells els ve molt bé un 2.5% o 5% de suc de llimona. No és convenient congelar-les, ja que en el temps que tarden a congelar-se, s'enfosqueixen.

Fruites de poc gust: (Meló, síndria, etc.) Convé utilitzar la major quantitat de fruita que puguem. I a tots ells, com a la resta de fruites, els va molt bé, un 2.5% o 5% de suc de llimona. Com que no podem posar aigua per diluir els sucres i l'estabilitzant, la dosificació de la fruita serà el 100% de l'aigua continguda al gelat.

Sorbets amb greixos i proteïnes: Per elaborar sorbets més cremosos, es pot utilitzar alguns productes que es deriven de la llet, greixos vegetals i ous.

CUINA DE TEMPORADA:

Sorbet de taronja amb herbassana

INGREDIENTS

- 5dl de suc de taronges.
- Unes fulles d'herbassana
- 250 grams d'aigua
- 250 grams de sucre
- 2 blancs d'ou

ELABORACIÓ:

- Primer farem l'almívar amb l'aigua i el sucre, infusionat-t'hi dedins l'herbassana i una pell de taronja. Hem de donar-l'hi un poc de densitat a l'almívar.
- Un cop llest hi posarem el suc de taronja i ho deixarem referedar.
- Un cop fred ja el podem posar a gelar. Si tenim màquina l'usarem però no fa falta, ja que si posau el suc dins una palangana baixa i ampla i la posau al congelador, bastara remenar-lo de tant en tant mentres es va gelant fins a obtenir una textura de granitzat.
- Per a quedí més cremós podem afegir-hi un blanc d'ou batut a punt de neu just abans de que s'acabi de gelar.
- Ara ja el podeu servir guarnit amb grells de taronja naturals.
- En el marc de la dieta equilibrada, el consum ocasional o moderat de gelats i sorbets és ben recomanable. No tan sols aporten vitamines i proteïnes d'alt valor, sino que plaer de prendre's un gelat o sorbet pot resultar útil per alleujar la tensió emocional associada a l'estrès, a més d'ajudar persones inapetents o amb problemes de deglució. D'una banda, aporten energia i nutrients i, de l'altra, estan associats des de la infància a moments de benestar, plaer i tranquil·litat, sovint compartits amb família i amics. I Actualment es consideren com un complement excel·lent de la dieta habitual.



ESCOLA DE CUINA:

Aquí teniu més informació sobre el mon dels gelats i sorbets

- <https://www.foravila.net/reportatges/never-loci-mes-dur-de-lhivern/>
- <https://www.cuinant.com/gelatsisorbets.htm>
- <http://www.cuinant.com/pdf/Evoluciohistoricaielaboraciodelsgelatsalesilles.pdf>
- <https://youtu.be/0v60Qr147d8?si=IG0cVTz0FcayBOKI>