



PARLEM DE CUINA



Juan A. Fernández
Cuiner

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

Hamburguesa i perritos

Aquests plats, que a priori poden pareixer senzills, comporten certa tècnica

Diu que no hi ha dos sense tres, doncs aquí teniu el tercer capítol dedicat a la cuina americana i que tanca aquest viatge que hem anat fent durant aquest mes de juliol.

Ja hem parlat que la gastronomia del continent americà (nord i sud) és vasta i diversa, influenciada per les diferents cultures i tradicions que han deixat la seva empremta al llarg dels segles. Però entre les icones més reconeixibles del menjar nord americà es troben les hamburgueses i perritos. Tot englobat dins el que s'anomena *fast food*, amb les connotacions pejoratives que aquest terme comporta.

Però una bona hamburguesa o una salsitxa de qualitat no té res que envejar a altres plats més ben valorats. Tal vegada el terme *fast food* és erroni i hauríem de començar a parlar de *fast work*, és a dir: no és dolent el propi menjar o recepta en si, sinó les pràctiques (o males praxis) i tècniques en la seva elaboració. No se s'hi meu entès bé. Espero que sí.

Aquests plats, que a priori poden parèixer senzills, comporten certa tècnica en la seva elaboració i una varietat significativa en les seves composicions. Un bon panet o magraneta, carn de vedella recent picada, ceba i tomàtiga torrada i lletuga i cogombres

frescs són components que podem anomenar ideals per a una bona dieta.

El problema ve si això ho fas prioritant el preu i la producció a la qualitat. Aquí sí que el menjar ja és més que discutible.

Les hamburgueses tenen les seves arrels l'*steak tartar*, una preparació de carn crua, habitual al centre europeu cap al segle XVIII i que els comerciants alemanys van portar als Estats Units cap al XIX, on la carn mòlta va començar a ser cuinada i servida entre dos pans per facilitar-ne el seu consum.

El producte es va anar popularitzant i va esser White Castle (1921) la primera cadena d'hamburgueses als Estats Units. A partir d'aquí es varen establir uns certs estàndards de qualitat i van mostrar al públic que el menjar ràpid podia ser segur i accessible. Però el vertader revulsiu dins aquesta història es va produir l'any 1940 quan els germans Richard i Maurice McDonald van obrir el seu restaurant, que després van revolucionar la indústria del menjar ràpid amb el seu sistema de producció.

Les hamburgueses han evolucionat i s'han adaptat a diferents gustos i preferències, i han resultat en nombroses variants: cheeseburger, bacon Burger, Gourmet Burger, dobles i triples burghers i així fins a crear un ventall quasi infinit de variants.

Els «perritos» tenen una història amb certes semblances a les de les hamburgueses. També tenen una història interessant que es remunta a l'Europa del XIX quant els immigrants alemanys varen dur seves salsitxes a Amèrica. A diferència de les hamburgueses que es venen a establiments de restauració, el perrito es venien a parades de carrer i sobretot als esdeveniments esportius,

guanyant ràpidament popularitat dins una societat en plena revolució industrial.

Com el en cas de les hamburgueses amb Mc Donalds, també hi ha una empresa que revolucionà el món dels perritos. Oscar Mayer fou fundada el 1883, aquesta companyia va ajudar a popularitzar les salsitxes a tot Estats Units.

Com les hamburgueses, també tenen múltiples variants, adaptant-se a diferents sabors i preferències: chili dog, chicago dog, New York Dog i molts més.

La gastronomia continua evolucionant, amb xefs i restaurants, experimentant amb nous ingredients i tècniques per crear versions úniques d'aquests clàssics.

Les hamburgueses i els perritos han recorregut un llarg camí des dels seus començaments fins a convertir-se en icones globals del menjar nord americà. Avui dia, aquests aliments no només representen una part important de la dieta americana, sinó que també són un reflex de la història i la identitat cultural del continent.

Per acabar, en l'aspecte nutricional, ja he dit abans que hem de diferenciar els menjars ràpids del menjar tradicional.

Les hamburgueses de *fast food* no solen passar el 50% de carn dins els seus components, la resta quasi un 30% és greix i la resta midons i farines. Un estudi de fa pocs anys va treure a la llum que dins una hamburguesa del menjar ràpid hi havia presència de més de 500 animals diferents.

Hamburguesa completa amb formatge, bacó i ou. 800 calories.

Hamburguesa simple amb tomàtiga i ceba = 550 calories.

Evidentment aquests factors canvien si la carn la picam i trempan nosaltres.



CUINA DE TEMPORADA:

Salxixes amb pasta de fulls

Fa unes dues setmanes ja us vaig donar una recepta per a fer hamburgueses, doncs avui farem unes salsitxes wellington.

INGREDIENTS:

- 3 salsitxes per persona.
- Sal i pebre bo.
- Oli d'oliva.

Per al farciment de bolets:

- 100 grams de xampinyons
- xalota picada
- Sal, oli i pebre bo
- Confitura de fruites del bosc
- Brou de carn, suc de taronja, salsa perrins i un poc de ketchup.

ELABORACIÓ:

- Assaonam les salsitxes i dins una paella amb oli calent les dauram per tots els costats. Reservar.
- Si volem, les podem flamejar amb brandy.

Per a la duxelle:

- Picarem les xalotes, i tallarem els bolets nets a trossets petits i dins una paella (millor si és la mateixa on hem marcat les salsitxes; amb oli ben calent ho daurarem tot, posant-ho bé de sal i pebre bo.

Acabament del plat:

- Disposar les salsitxes sobre una peça de pasta de fulls, i a damunt una grapada de bolets, embolicar amb la pasta de fulls, pintar-les amb ou i enfornar a forn (180°C) uns 5-10 minuts fins a la total cocció de la pasta.
- Ara ja sols resta la salsa que la farem amb una reducció de confitura de fruits del bosc (dins la mateixa pella que hem usat durant tota l'elaboració) suc de taronja i un poc de fons obscur de carn, tot reduït i guarnit amb unes pells de taronja tallades ben finetes. Podem acabar de donar gust a BBQ amb salsa perrins i ketchup.



ESCOLA DE CUINA:

Tipus de salxixes:

- Fresca, de carn de porc i embotit dins budells.
- Salchicha frankfurt.
- Salchicha Viena.
- Salchicha bratwurst.
- Salchicha de Bolonia.
- De salsitxes alemanyes existeixen més de 1.500 tipus diferents.
- Salsitxes d'altres carns com pollastre o fins i tot d'altres elements com tofu, espinacs o indiot.
- Salsitxes que han perdut el seu nom de salsitxa, però que ho són: fuet, mortadela, morcilla, salami, salsitxó, haggis escocés, llonganissa, morcilla, chistorra, farinato, butifarra.