

## PARLEM DE CUINA

## Pim Pam Pum... de atún (I)

Per a la jornada gastronòmica d'avui contam amb la col·laboració d'Alvaro Vicens, alumne del cicle formatiu de cuina a l'IES Guillem Colom Casanovas; que ens proposa un menú a base de tonyina de llauna, una idea original i saborosa que sens dubte us sorprendrà. Com faig sempre amb les col·laboracions mantindré l'idioma original per tal de mantenir els matisos i expressions que ha conferit l'autor a la recepta. Espero que us agradi i des d'aquí agrair a Álvaro la seva aportació a n'aquesta secció. Cal a dir que el menú el dividirem en dos dissabtes, ja que per raons d'espai no hi cap tot d'una tirada.

"Pim Pam Pum...de atún, es un pequeño juego gastronómico, por el que pretendo pasar por todos los platos de un "Mini - Menú". Consta de un aperitivo, un entrante, seguido de un primero y dos principales. Para finalizar con un breve postre. Todos ellos elaborados con lomos de atún claro en aceite de oliva como ingrediente principal.

**APERITIVO:** Bocadito Pop – Tún

**Ingredientes:** polvo de Atún deshidratado, polvo de palomitas de maíz (elaborado con el túrmix o la thermomix), aceite de oliva virgen extra de Sóller, Curry Madras en polvo y alguna flor comestible para decorar.  
**Elaboración:** Secar el atún con papel de cocina, desmigalar con los dedos y picar en la picadora. Mezclar 1 cucharada de atún y una de polvo de palomitas para dar un poco de consistencia. Presentar en cuchara, mitad atún en polvo i mitad palomitas, decorar con una flor comestible o bien un trocito de cebollino

**ENTRANTE:** Consomé de perdiz y atún

**Ingredientes:** 2 Perdices, 2 litros de agua mineral, 2 claras de huevo, 2 ramas de apio, 1 tomate pelado, 2 zanahorias, 1 nabo, 1 puerro, 1 cebolla, 1 lata de filetes de atún claro en aceite de oliva con salsa de perdiz "Selección Pérez Lafuente", 100 gr. de Jerez seco, laurel, flor desSal, 20

tirabeques, pimienta en grano, ajo, aceite de oliva virgen extra "Olis de Sóller".

**Elaboración:** Desplumar las perdices y limpiarlas. Separar los muslos y deshuesarlos. Reservar confitándose junto al atún, laurel y un ajo roto. Rehogar con aceite y el jugo de la lata el resto de la perdiz troceada (incluida la carcasa). Añadir 2 litros de agua fría, llevar a ebullición e ir desespumando. Añadirle el apio, tomate, cebolla partida en dos, el nabo partido, el puerro partido y la zanahoria. Llevar a ebullición y bajar el fuego. Mantener 9h a 90°C. Pasar por el chino y colar. Enfriar y desengrasar. Clarificar. Se consigue 1litro de consomé aproximadamente. En vaso de chupito, añadir unas gotas de yema de huevo en el fondo (opcional), seguidamente incorporar un poco de consomé, añadir la guarnición (brunoise de atún, muslo de perdiz (darle un toque de plancha con su propio aceite y espolvorear con un toque de pimienta), zanahoria y las semillas de los tirabeques. Servir muy caliente.

**PRIMERO:** Germinados con all-i-oli de yogurt y atún.

**Ingredientes ensalada:** variedad de germinados (soja, cebolla, alfalfa, col roja y lentejas)

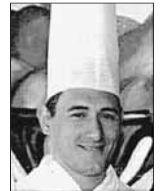
**Ingredientes all-i-oli:** 1 ajo, 1 huevo de corral, aceite, limón, 1 yogurt natural griego, 1 lata de Atún claro en aceite de oliva virgen extra.

**Ingredientes vinagreta:** aceite de oliva, vinagre de arroz, azúcar, piñones y sal.

**Elaboración.** Mezclamos los germinados. Hacemos un all-i-oli con un poquito de ajo, aceite, unas gotas de limón y un poco de yogurt, una vez hecho le añadimos el atún y batimos, reservamos en biberón. Hacemos una vinagreta con un poco de aceite virgen extra, vinagre de arroz, sal y azúcar. Espolvoreamos sobre los germinados. En un ladito colocamos unas rallas de all-i-oli y coronamos con unos piñones tostados."



Nota. A la fotografia podeu veure d'adalt a abax i d'esquerra a dreta: "Bocadito Pop-Atún, Bombón amargo de atún, consomé de perdiz y atún, ventresca de Atún Claro, anchoas cántabras y alcaparras, Germinados con all-i-oli de yogurt y atún y Taquito de atún rebozado en almendra y wasabi en confitura de naranja China". Bona setmana i us convido aquí mateix el proper dissabte per a acabar d'arrodonar la proposta de n'Alvaro. Podeu enviar les postres preguntes a [parlemdecuina@hotmail.com](mailto:parlemdecuina@hotmail.com)



Juan A. Fernández

## ESPAI PER A LA REFLEXIÓ

## Apropa't a l'art!

Amb el nom del títol de l'article, quan aquest surti publicat, una seixantena d'artistes de diverses modalitats: Pintura, escultura, música, poesia, poesia experimental; tant de Sóller com d'altres indrets, ja farà un dia que estaran mostrant la seva tasca i obra creativa al poble de Sóller i a totes les persones que hi arribin per gaudir d'ella. A prop de devers disset indrets de Sóller, participaran com a receptables per aquesta mostra: Can Prunera, Can Dulce, l'Estació del Tren, El Casal de Cultura i d'altres que no escric per no fer-me feixuc. Totes les activitats es troben en un fulletó que s'ha imprès per a l'ocasió. Existeixen infinitats de modalitats artístiques i cada un del/de les artistes desenvolupa en elles la seva visió del món, les seves percepcions, provocant, a vegades, amb la seva obra una reacció o acció del qui la contempla. No sempre sol succeir que se li mogui interiorment un sentiment, una emoció, una resposta.

Una de les modalitats que qualificaria de més "provocativa" en el bon sentit de la paraula, és la poesia experimental, on

**APROPA'T  
A L'Art...  
SÓLLER 6, 7 I 8 D'AGOST**

aquí tenim un molt bon treballador d'aquesta modalitat que és Salvador Martínez, el qual és un dels organitzadors de la Mostra "Apropa't a l'art!"

Vaig poder gaudir, convidat per Salvador, de la inauguració de la mostra del VIII è Premi de Poesia Experimental cedida per la Diputació de Badajoz, com també de la mostra seva, titulada "Metàfora". Ambdues exposaven uns missatges i imatges que calaven per a fer diverses i profundes reflexions.

A les inauguracions hi sol haver prou xivarri de converses, moviments, que al manco a mi, no m'ajuden en la concentració o complicitat que necessit per assaborir el que em volen dir o em diuen les obres exposades; i per tant en una de les xerrades amb Salvador li vaig exposar, que m'estimava molt més la calma i el silenci per poder mirar l'obra en dies posteriors a la inauguració; al que em va respondre que ho podria fer quan volgués i des d'aquí li agraeixc.

Sempre he sentit que l'art és un espai que ajuda a sacsejar consciències; malgrat existeixen "pedres amb orelles", definició molt clara, que un dia feu la meva dona, referint-se a les persones incapaces de copsar quasi res i aferrades i estancades a una visió estàtica de la vida, negant-se elles mateixes la seva oportunitat per evolucionar com a ésser humà. En mallorquí hi ha una altra frase, també prou contundent: "Un tros de carn batejada".

En canvi n'hi ha d'altres on els missatges, ja sigui en qualsevol modalitat, uns són més sensibles a unes i es compenetren més i altres a unes diferents, però a tots els hi deixa una petjada, una empremta i a vegades els ajuda a continuar un camí d'evolució, inclusiu a canviar-lo. Aquesta, per a mi, és la gran màgia de l'art: inclusiu la nostra obra porti el segell i signatura nostra, ens convertim en creadors anònims, ja que poques vegades se'ns comenta el fet d'haver arribat a un removiment intern, però ha existit, i nosaltres, els que hem creat no ens serem mai conscients, però ha ocorregut, i això modifica aquest entorn i consegüentment el món. I faig aquesta afirmació des del

màxim d'humilitat i ho sabeu de valent els que em coneixeu. Com sabeu els que seguiu els meus articles, he tocat moltes modalitats de l'art i de moment em sent molt a gust amb la música, també m'encanta la fotografia i sobretot en la paraula, i en ella la poesia.

Una societat que és capaç de preservar el seu patrimoni artístic, és culta i escolta. Quan dic és culta, vull dir que té una comprensió global: no és violenta, intenta ésser el més justa possible, és solidària, sensible. I quan em refereix a preservar, per a res ho faig referint-me al mercadeig, negoci i especulació que massa vegades es mou, dins uns sectors minoritaris i exclusivistes del "món de l'art".

Els artistes perceben o percebran els errors, les injustícies, les insolidaritats i molts altres maneres d'actuar de la mateixa societat on viuen i tindran el "descaro" de mostrar-les públicament. Per això a vegades ens convertim en incòmodes, en una busca dins l'ull a segons quines persones, institucions o entitats. Pot passar que un artista sigui negat i arraconat durant la seva existència i un cop mort, prestigiat; com ha passat amb molts casos i ara em ve a la memòria Van Gogh, amb un component social plenament hipòcrita. Aquest fet no tan sols passa amb artistes, sinó amb altres persones que tenen clar el seu missatge de vida per intentar modificar un món injust i cruel. De totes maneres, no voldria que penséssiu que vull dir que tots els artistes són filàntrops, Déu me'n guard.

La meva col·laboració a la mostra, dissabte 7 d'agost quan aquest article serà publicat, les 20 h., que faré una lectura poètica a Can Dulce. M'encantaria poder-vos saludar als que m'anau seguint pel setmanari.

Acab l'article esperant que hagueu gaudit de la mostra i que vos en dugueu alguna percepció que vos ajudi en el vostre caminar diari. D'això està feta la VIDA.



Josep Bonnin