



Agost 2019.

*Postres d'estiu.*



IB3 Ràdio. Balears fa ciència.



Història, receptes, química del gel,  
“quemuyars”, llibres i eines.





Per a aquest dies tant calorosos de l'agost us he preparat una tertúlia ben refrescant. I és que aquests dissabtes els dedicarem a l'estudi i anàlisi de les postres "oficials" de l'estiu. Farem unes bones i fresques postres, a base de gelats, Biscuits glacés, sorbets, granissats, llets preparades i altres elaboracions ben adequades per a minvar la calor i oferir uns bons moments de relax a la calor estiuenca. A més, descobrirem curiositats, l'història de l'ús del gel, descobrirem algunes receptes clàssiques i d'altres més novedoses, llibres i eines.

## CONSELLS I CURIOSITATS

Abans de començar, toca preparar la cuina, recordar algunes coses i tenir presents alguns consells per a poder fer aquest tipus d'elaboracions:

- Pensar en adquirir una geladora pot ésser una bona elecció estiuenca. Per uns 50/60 euros trobareu màquines per a fer gelats molt pràctiques. (**aquí en duc una**)
- En cas de no tenir-ne podeu optar per a una bomba de gelats tradicional. (**aquí en duc una**)
- També podeu fer gelats usant el congelador tradicional. Sols heu de tenir sa precaució d'anar remenant les cremes que es va gelant. Més o manco cada 2 hores heu de remenar fins a aconseguir la textura desitjada.
- Les cremes amb base de nata o llet les anomenem "gelat". Per contra si la base és un almívar o suc de fruites seran "sorbets o granissats"
- L'addició de sucre i/o alcohol a aquestes bases actuaran d'anticongelant en el resultat final i ens quedarà tot un poc més cremós.
- Per a evitar que ens quedin "vidrets" producte de sa congelació, convé escaldar els suc i polpes de fruita amb un poc de llimona per "rompre" el sucre abans de la congelació. Tècnicament convertim el sucre en glucosa i fructosa: Sucre invertit
- També hem de contemplar que les postres a base de llet i ous, s'han de pasteuritzar per a un consum segur.



## Brownie amb gelat de iogurt, natilles de vainilla i fruits secs

Brownie: 500 grams de mantega, 250 grams de xocolata (70%) , 400 grams d'ou sencer, 500 grams de sucre, 240 grams de farina fluixa, 160 grams d'anous.

Elaboració:

En primer lloc fondrem mantega i amb la mateixa calor hi dissoldrem la xocolata ( no convé que pugi de 50°C); d'altra banda muntarem els ous amb el sucre fins que blanquegin i tripliquin el seu volum (10 minuts a marxa ràpida si ho feim a màquina) .

En tenir la xocolata i la mantega foses i els ous i el sucre muntat ho mesclarem amb suavitat (vigilau que no estigui massa calent) . Per a acabar hi afegirem la resta d'ingredients. Al final ha de resultar una crema esponjosa i suau. Preparam el motlle, l'omplim i ho enfornam a 175°C durant 15 minuts ( ho heu d'anar controlant, segons els motlle que useu)

Un cop cuit el podem treure del forn i desemmotllar, el deixarem refredar a temperatura ambient sobre una reixa. Si el deixam dins el motlle condensarà humitat i ens quedarà banyat.

**Natilles:** 4 rovells d'ou , 120 grams de sucre , 40 grams de farina de blat de moro , 50cl de llet 2 beines de vainilla, la pell d'una llimona sense la part blanca , 30 grams de mantega.

Elaboració:

En un bol posarem els rovells d'ou i els batrem enèrgicament fins que pugin el doble del seu volum, afegirem la farina i el sucre. Posam a encalentir la llet amb l'aroma i en esser tèbia una mica de llet l'afegirem als ous per evitar grumolls. La resta de llet la deixam infusionar durant 10 minuts. Ara , i amb la llet tèbia, l'abocarem amb suavitat bol dels rovells. Tornam tota la crema a ala casseroles de la llet i la tornam a coure a foc suau (tota la mescla) i no deixarem de moure en tot el temps . Quant la crema comenci a agafar un poc de punt ( espessir), la podem retirar del foc i filtrar a un bol que haurem refredat prèviament a la nevera. Tallarem la mantega a daus molt petits i podem posar-la a sobre de la crema perquè amb la calor es fongui i la crema no ens faci crosta

**Pel gelat de iogurt :** Posarem un litre de llet a encalentir. Mentres dins un bol posarem 7 vermells d'ou, 200 grams de sucre i dos iogurts naturals. Tot això ho batrem fins que quedi ben integrat. Després tira a tira hi afegirem la llet tèbia. Deixarem refredar i un cop ben fred ja ho podem passar a sa màquina geladora.

Ara ja podem muntar els plats amb en cullerada de crema al centre del plat, sobre ella un fruits secs picats, unes fulles de menta i uns pètals de flors . A un costat posarem una ració del brownie i a sobre una quenelle de gelat de iogurt.

## Un poc d'història

### 1.- Els primers gelats

- Existeixen documents que daten aquestes elaboracions molts segles abans de Crist. Les antigues dinasties xineses ja usaven la neu per a refredar les begudes.
- Més envant en el temps existia també la costum a la cort d'Alexandre Magne d'enterrar fruites dins la neu, per a que es gelessin i refrescar als nobles
- Durant l'Imperi Romà ja es realitzaven varis tipus de sorbets mesclant neu o gel amb sucs, vi o altres productes.
- També els Àrabs i els Turcs han elaborat gelats
- Precisament foren aquest darrers ,els cuiners àrabs, qui perfeccionares i refinaren aquestes elaboracions a les que denominaven “sharbets” o “Sharba”, que vol dir: beguda fresca .



Màquines de fer gelat, manual ( bomba) i elèctrica ( anys 80)



## Postres d'estiu (II). Gelats i sorbets especials

### ( ve de la setmana passada)

A la darrera tertúlia vàrem xerrar del gelats, però per avui, i sense deixar el tema us proposo un seguit de receptes un poc especials.

#### **Gelat de clavells (dolç)**

Ingredients per 6 persones.

- 400 grams de fulles de clavells roses amb olor (no de floristeria i ben netes).
- 2 tasses d'aigua ( +/- ½ litre) i 2 tasses de llet ( +/- ½ litre)
- 2 bancs d'ou.
- 400 grams de sucre.
- (optatiu) Unes gotes de colorant alimentari vermell
- (optatiu) Unes gotes d'essència comestible de clavell. Es pot substituir per una cullerada de mel .

Elaboració.

Fer un almívar amb l'aigua i el sucre, afegir-hi les fulles de clavell, coure uns minuts i deixar en infusió 3 o 4 hores ( fora del foc). Colar el líquid i mesclar-lo amb la llet, el blanc d'ou ben batut i l'essència i el colorant.

Finalment posar dins el congelador o dins una geladora

#### **Gelat de mel (dolç)**

5 dl de llet, 250 grams de mel, 4 rovells d'ou, 300 grams de nata.

Elaboració: Bullirem la llet amb la mel (72°C) , emulsionarem els dos rovells d'ou. Afegirem un poc de llet calenta als ous ( a poc a poc) i després afegirem aquesta mescla a la llet restant . Deixarem refredar i ja el podem gelar .

#### **Bombons gelats de ricotta ( Salat)**

Hem de picar alfabeguera i afegir-la al formatge Ricotta juntament amb uns grans de pebre rosa i sal. Mesclam be fins a aconseguir una crema homogènia i omplim uns motlles de silicona amb forma semiesfèrica. Introduïm al congelador un mínim de dues hores.



## **Gelat de pebres del piquillo ( Salat)**

### **Ingredients:**

40 cl de llet fresca, 10 cl de nata fresca, 75 grams de sucre de canya, 5 grams de farina de garrova, 100 grams de pebres del piquillo, 1 gra d'all, 1 cl d'oli d'oliva verge extra

### **Elaboració:**

Posarem en una olla al foc la llet, la nata i el sucre. Alhora que s'encalenteix, remenarem amb una cullera de fusta, fins que arribi a uns 85°C .

Fet això, baixarem el foc i afegirem la farina de garrova. Quan estigui ben dissolta, apartar del foc i colar en un recipient; deixar refredar a la nevera .

En una paella, posarem a sofregir l'oli d'oliva verge amb l'all; quan tingui color, apartar del foc, afegir els pebres del piquillo i triturar 5 . Afegir el triturat a la crema de llet i ja el podem posar a gelar

## **Sorbet d'oli d'oliva. (salat)**

### **Ingredients:**

1 litre d'aigua

200 grams de sucre normal

100 grams de glucosa ( si no hem tenim afegir-hi 100 grams de mel, però li donarà sabor)

3 fulles de gelatina de coa de peix

1 litre d'oli d'oliva verjo de poc grau.

### **Elaboració:**

Fer un almívar amb els sucres i l'aigua i dissoldre dintre la gelatina.

Deixar refredar i passar a la sorbetera. Quant comenci a gelar afegir-hi l'oli d'oliva

( que ha d'esser fred de gelera) a filet fi.



## Història . L'elaboració antiga del gelats dels gelats

- Imprescindible disposar de gel o neu. ( **xerrar cases de neu**)
- No existien mètodes eficaços pera conservar en fred. Per això els gelats i sorbets eren reservats al nobles i als més acabats de l'època.
- Segons referències històriques en el segles XVI i XVII a les corts espanyoles, franceses, italianes i angleses; els gelats eren productes habituals entre la noblesa.
- Durant l'any 1600 de la ma de cuiners francesos ,al gelat se l'incorporà llet, que el feia més cremós. Ràpidament aquesta variant s'estengué per tota Europa.
- L'any 1686 l'Italià Francesco Procopio Dei Coltelli, va inventar una màquina per a fer gelats. Un senzill artilugi que picava i homogeneïtzava el gel, la fruita i el sucre . A Paris va obrir el “ Cafè Procope”, a *rue de l'Ancienne-Comédie, 12* ; des d'on va popularitzar els seus gelats. El Cafè Procope (París) és pot considerar la gelateria més antiga del Món
- Personatges històrics als que la indústria gelatera deu el que és avui: Michael Faraday (1791-1867), Gabriel Fahrenheit (1686-1736) que amb els seus estudis sentaren les bases per a la industrialización i posterior impuls de la industria gelatera



## Postres d'estiu (III). Granissats, gelats clàssics i sucre invertit

### ( ve de la setmana passada)

Seguim xerrant de postres gelats, ara toca als granissats, les postres clàssiques de les illes i com fer sucre invertit

Per a fer aquest granissats d'avui usarem el congelador. Un cop fetes les cremes/bases/sucs, les posarem dins una palanga al congelador ( una capa fineta) i als 45 minuts de congelació o batrem amb unes varilles per a rompre la capa de gel. Ho tornam a col·locar i deixam reposar una hora més. Rompem una vegada més i ja tindrem el granissat fresquet fet. Si fes falta podem repetir l'operació alguna vegada més . Si volem fer-ho més finet podem donar-hi un poquet de turmix o batedora.

#### **Granissat de mandarina/taronja /clementina/poncir /llimona**

Ingredients: El suc de fruita , aigua ( per rebaixar l'acidesa si és cau) , sucre (150 grams per litre), ratlladura de cítrics. Unes fulles de menta, herbassana o alfabeguera.

Elaboració: En una olla encalentirem el suc de fruites i l'aigua , amb el sucre fins que aquest s'hagi dissolt. Afegirem la ratlladura de cítrics i ho mantindrem a foc lent (molt lent) durant quatre o cinc minuts. Deixam refredar i li afegim un poc de fines herbes picades

#### **Granissat de llimona i romaní**

Ingredients : 300 ml d'aigua, 50 grams de sucre, 150 ml de suc de llimona i sa seva pell

Elaboració: Per fer aquest granissat posarem l'aigua , la pella de llimona i 50 g de sucre en una olleta i ho farem infusionar durant cinc minuts. Un cop infusionat, però encara calent, hi mesclarem el suc de la llimona i unes branquetes de romaní.

Abocarem tot en un recipient de plàstic de forma que quedi una capa de tres centímetres en el fons i ho posarem al congelador durant una hora més o menys, fins que la superfície comenci a congelar-se. Procedir igual que a l'explicació de l'introducció d'aquest article.





### **Granissat de síndria (veure fotografia)**

Ingredients : 4 tasses de suc / polpa de síndria (sense llavors), una tassa de sucre, mitja tassa de suc de llimona

Elaboració: Posam en un recipient les quatre tasses de síndria sense llavors, el sucre i mitja tassa de suc de llimona, i ho mesclarem be amb una batedora.

Abocarem tot en un recipient de plàstic gran, de manera que la barreja cobreixi el fons d'aquest i procedim com habitualment feim. Aquest cop la base va en fred , no l'hem d'encalentir.

### **Granissat de pinya i coco**

Ingredients : mig quilogram de pinya natural trossejada, 200 grams d'aigua de coco

Elaboració: Mesclarem la polpa de pinya natural trossejada i 100 grams d'aigua de coco Triturarem amb una batedora fins que quedi una barreja suau. Podem colar-la si volem. Afegirem la resta d'aigua de coco i ho homogeneitzarem be i ja podem passar al congelador.

### **Granissat de Fraules amb pebre verd**

Ingredients: 3 tasses de fraules pelades a rodanxes, el sucre que volguem, uns grans de pebre verd i el suc d'1 llimona.

Elaboració: Deixarem reposar les fraules tallades amb el sucre i el pebre durant almenys una hora a temperatura ambient. Ara passarem les fraules per la liquadora amb el suc de llimona. El suc resultant el posarem damunt un placa de deixant-lo d'una gruixa de 3 centímetre i cap a congelar.

### **Granissat de MOJITO**

Ingredients : 1 copa de rom, 3 cullerades de canya, 1 tassó d'aigua, 1 tassó d'aigua amb gas, 1 llimona, 20 fulles de menta fresca, 100 grams d'ametlles, 100 grams de sucre.

Elaboració : Retirarem els nervis de les fulles de menta, les col·locarem en el morter, afegirem les 3 cullerades de sucre i ho picarem tot bé. Abocarem un rajolí de suc de llimona i seguirem picant. Afegirem també la meitat de l'aigua amb gas i mesclarem be. Un cop ben picades les herbes afegirem la resta de l'aigua amb gas , l'aigua i el rom. Procedirem com fins ara durant el procés de congelació.

Per a guarnir el nostre granissat de mojito posarem els 100 grams de sucre en una pella amb rajolí d'aigua i un rajolí de suc de llimona. Quan comenci a caramel·litzar afegirem les ametlles. A foc suau les anirem cuinant, donant-li voltes sense parar durant uns 8 minuts fins que quedin ben garapinyades.



## Gelats clàssic mallorquins i sucre invertit

Ara seguim enllepolint-nos amb més gelats , però aquest cop amb un toc mallorquí i clàssic.

No podríem començar aquest repàs clàssic sense el gelat d'ametlles crues.

### **Gelat d'ametlla crua**

Ingredients

210 grams ametlles (pelades)

130 grams sucre

50 grams sucre invertit o 200 grams de sucre normal

350 ml nata per muntar

500 ml llet sencera

Pell d'una llimona

Elaboració:

Triturar bé l'ametlla amb el sucre. Afegir la llet i la nata i triturar una estona més.

Deixar reposar tota la nit a la nevera amb la pell d'una llimona (només la part groga, sense el blanc).

L'endemà retirar la pell de llimona i triturar una estona més.

En aquest punt es pot deixar tal qual o passar per un colador si volem una textura més fina.

Podem posar la crema a la geladora . No obstant, i per acabar de donar un toc més artesanal, aquest el farem amb una bomba de gelat manual i en uns 20 minuts el tindrem llest.

### **Gelat de vainilla.**

Ingredients:

1 litre de llet

8 vermells d'ou

Vainilla en pols

200 grams de sucre

Elaboració:

Posarem a bullir la llet i apart , dins un bol, batrem els ous amb el sucre. Llavors, tira a tita, anirem afegint la llet tèbia. Un cop tot sigui homogeni tornarem la llet a l'olla i la farem coure fins que comenci a adquirir una textura lleugerament untuosa ( crema anglesa).

Ara hem de tenir un bol amb gel preparat per a baixar ràpidament la temperatura de la crema. En esser ben freda ja la podem passar a la geladora.



## **Gelat de xocolata.**

### Ingredients

375 grams de llet, 50 grams de sucre, 25 grams de glucosa líquida o sucre invertit, 20 grams de cacau en pols, 45 grams de cobertura de xocolata negra amb un 70% de cacau, 4 fulles de gelatina de 2 grams cadascuna

### Elaboració:

Encalentirem la llet amb el cacau, la glucosa i el sucre. Infusionarem. Quant ja no bulli, però encara sigui calent (70°C més o manco) °C afegirem fulles de gelatina i també la cobertura de xocolata negra. Deixarem que tot s'unifiqui.

Ara hem de tenir un bol amb gel preparat per a baixar ràpidament la temperatura de la crema. En esser ben freda ja la podem passar a la geladora

## **Sucre invertit.**

Durant aquest setmanes que hem xerrat de gelats algunes vegades a sortit aquest terme, i crec que no havia, encara, aprofundit en ell.

Aquests tipus d'elaboració s'utilitza en gelateria perquè no cristal·litza i n'obtenim gelats més cremosos.

Es pot fer fàcilment a casa amb els sobres de gasificant de tota la vida (aquests que vénen dos de dos colors) i conservar-lo en la nevera durant molt de temps.

Ingredients : 350 grams de sucre blanc, 1 sobre de àcid tartàric màlic (de color blanc) 1 sobre de bicarbonat sòdic (de color morat o amb estrelletes) i 150 ml d'aigua mineral. Jo uso el gasificant Litines (Hacendado), però n'hi una altre marca, el Tigre que també va bé.

En una olla, posam a coure l'aigua i quan arribi a ebullició, afegim el sucre i remenam fins que es dissolgui. Tot seguit afegim el contingut del sobre blanc i remenam. Retiram del foc i afegim el contingut del sobre morat el que produirà efervescència. Remenam fins que la mateixa desaparegui i obtinguem una mescla homogènia. Aboquem el contingut en un pot de vidre i quan refredi, introduïm a la nevera.

**Si no tenim àcid tartàric, podem usar àcid cítric amb uns resultat semblants.**



## Postres d'estiu ( IV). Biscuit Glacé

Per a aquest dies tant calorosos del mesos de juliol i agost us deixaré un seguit de receptes i consells per a fer unes bones i fresques postres, a base de gelats, Biscuits glacés, sorbets, granissats i altres elaboracions ben adequades per a minvar la calor i oferir uns bons moments de relax a la calor estiuenca.

Al llarg d'aquestes darreres setmanes passades hem xerrat de gelats, sorbets i granissats. Ara, i per acabar aquest sèrie d'articles, toca un altre tipus d'elaboració gelada, els biscuits glacé. Aquest a diferencia dels altres no precisa de geladora i es solen fer dins motlles directament al congelador . Tradicionalment a Mallorca es feien Biscuits glacé, tal vegada pel contacte amb la gastronomia francesa. El que passa es que els motlles que aquí s'usaven es deien Esterquinos, i per ende, els biscuits glaces aquí també es deien Esterquinos. Trobam imatges de motlles d'Esterquino, al llibre de Mateu Jame de Can Joan de s'Aigo (1884)

Dure el llibre de can joan de s'aigo

### **Biscuit glacé de brosat**

#### INGREDIENTS:

Per al bescuit (motlle de cake de 20 cm)

250 grams de formatge cremós tipus brosat, 100 ml de nata 35% MG, 3 rovells d'ous grossos, 50 grams de sucre .

#### Elaboració

Batem els rovells i el sucre fins a aconseguir una mescla esponjosa, blanquinosa i espessa. Aquest acció s'anomena blanquejar.

Afegim el formatge batut i seguim muntant una mica més, fins que tot estigui ben integrat.

Semi muntem la nata i la afegim amb moviments envoltants a la nostra preparació.

Finalment i coma opcional podem afegir algunes nous picades , procurant repartir-bé per tota la mescla i també amb moviments envoltants per a evitar que la crema es baixi.

Folrem amb film el recipient on l'anem a dipositar, i abocam al seu interior la crema.

Allisem amb una espàtula i portem al congelador fins que s'hagi endurit. Millor d'un dia per l'altre.

Per a servir podem desmotllar i tallar racions amb un ganivet. Millor si ho deixam uns deu minuts a fora per a començar a tallar.



## **Biscuit glace de fruits secs i crema herbes Mallorquines**

### **INGREDIENTS:**

8 rovells d'ou, 200 grams de sucre, 2 dl d'aigua , 1/2 litre de nata , vainilla natural, pell d'una llimona, 25 grams d'ametlles pelades i torrades, 25 grams d'anous, 25 grams de pinyons.

*Pel sabaione ( crema base):* 3 rovells d'ous, 75 grams de sucre, 100 grams d'herbes mallorquines dolces

### **ELABORACIÓ:**

del parfait: Posau a bullir l'aigua amb el sucre, la canyella i la pell de llimona, quant arranqui a bullir retira-ho del foc.

Afegir aquest almívar als rovells d'ou, a mesura que anam batent, (per fer aquesta operació millor mantenir el bol amb els ous al bany maria). Batrem fins que dupliquin el seu volum inicial i haguem posat tot l'almívar.

Passar el bol amb els ous emulsionats a un altre bany maria però aquest cop amb aigua freda i seguir batent, fins que la mescla sigui freda .

Afegir-hi la nata muntada sense sucre i els fruits secs picats finament .

Passar a un motllo , folrrat amb paper de film, i deixar dins el congelador unes 2-3 hores com a mínim abans de servir.

del sabaione d'herbes ( crema base) : Muntar els rovells d'ou (al bany maria) amb el sucre, i quant estiguin mitjos muntats afegir-hi a poc a poc el licor d'herbes. Seguir emulsionant fins que la mescla estigui espumosa i haguem assolit la temperatura de 65-70°C ( calent però sense cremar). Emprarem aquesta crema com a base a l'hora de muntar els plats.

## Història

- Si seguim on o vàrem deixar la darrera vegada. Els descobriments i estudis fets per Faraday i farenheit , fan que a partir d'aquest fet els gelats deixen d'ésser exclusius per als rics i es comencen a apropar a la gent del carrer i cap al Segle XVIII, ja és habitual trobar receptes en els llibres de cuina
- Cap a l'any 1700, el gelats arribaren a Amèrica del nord.
- L'any 1843 Nancy Jhonson va inventar la primera gelatera automàtica; fet que va suposar l'industrialització del producte.
- Sols 6 anys després, al 1851, Jacob Fussell fundà la primera empresa productora de gelats dels Estats Units.
- A partir d'aquest fets i amb les noves descobertes, sobre tot el poder passar del fred natural a l'industrial, ajudaren a que el gelat es convertís en un element indispensable a les nostres taules.
- L'Arxiduc Lluís Salvador (1847-1915) , en el seu llibre “*Die Balearen*” escrit entre 1869 i 1891, va escriure: “*Com a beguda refrescant es consumeix a Palma, sobre tot en l'estiu, sorbets (gelats) i altres líquids refredats amb gel. Entre les classes més pobres són molt preuades les begudes de civada, amb ametlles o cacauets i sucre comú, ofertades pels venedors ambulants a 2 o 5 cèntims de real per tassó.*”
- Els gelats arribaren a Mallorca des de França i Itàlia i així l'any 1700 obrí una de les gelateries més antigues d'Europa: Can Joan de S'aigo a Palma.
- La primera fàbrica de gel a Mallorca es va instal·lar al carrer del Temple a Palma a finals del s.XIX.

## INGREDIENTS I QUÍMICA

Tancarem aquestes tertúlies gelades amb un petit estudi sobre els ingredients i la química dels gelats.

Un dels ingredients principal en els gelats és:

- **Sucre:**
  - Dextrosa
  - Glucosa
  - Sucre Invertit
  - Mel
  - Lactosa

Si el sucre és excessiu el gelat no es congelarà ( i pot adquirir una textura llimacosa) i si és escàs es tornarà dur com una pedra.

- **Aigua:** és l'altre l'ingredient principal. S'ha de vetllar per la seva puresa per això es filtra i es depura. L'aigua congela a 0°C, per aquest motiu s'ha de tenir en compte que les fruites, la llet o els suc's també tenen aigua.
- **Greix:** Nata, Oli, Mantega, Margarina, Olis de llavors. Tot això aporta untuositat i cremositat
- **L'alcohol:** Atura la congelació i a més, els gelats amb alcohol poden consumir-se directament del congelador sense esperar que es suavitzin.
- **Blanc d'ou:** L'albúmina ajuda a incorporar aire a la mescla i li aporta lleugeresa al mateix moment que homogeneïtza la mescla.
- **Sal:** La sal també ajuda a que el gelat no és congeli i millora el sabor final , sempre que no l'usem en excés.

## Tipus de gelats i nutrició:

- **Gelats amb base de llet.** Són unes de les elaboracions més antigues dels gelats. Antigament els gelats que s'oferien pels carrers estaven fets de llet, edulcorats, espessits amb farina de blat de moro i congelats. **Gelats amb base de natilla o crema anglesa.** Al ser uns gelats amb ou, resulten més suaus al paladar que els que sols porten llet. **gelats amb base d'aigua i sucre (sorbets o granissats).** **Bescuits glaces o Parfaits.**
- El gelat al ser un producte làctic, posseeix un alt valor nutricional; tan és així que, en general, conté un **15% més de proteïnes i 4 vegades més hidrats de carboni** (sucres) que la llet tota sola.
- També aporta **minerals**, sobre tot calci; vitamines (si els gelats són de fruites) i a més hem de pensar que si el gelat porta fruits secs o xocolata n'augmentem el seu contingut calòric, però també l'aport **d'aminoàcids fonamentals** per a l'organisme.
- Els gelats elaborats amb llet sencera posseeixen un 26% de matèria grassa i aporten entre **150 i 300 calories per cada cents grams**
- Hem de diferenciar , però els gelats casolans dels industrials, ja que aquests darrers són més calòrics i a més dels ingredients principals ( nata, llet, fruita, aigua, etc.) porten altres ingredients tals com **estabilitzats, edulcorants, aromatitzants, reguladors d'acidesa**, entre d'altres.
- Malgrat el pensament de la població de que els gelats engreixen i que no són sans, **el consum moderat de gelats és més que recomanable** i no està relacionat amb cap tipus de trastorn (diabetis, càries o obesitat) ; ja que **100 grams de gelats sols suposen al voltant d'un 10% de la quantitat total de calories diàries recomanades**
- La gran quantitat de calci, vitamines i nutrients que aporten , **els fan indicats per a totes les edats i estats físics** (infants, lactància, embaràs, persones majors).
- El seu consum és **recomanable per a persones amb estats d'ànim decaïgut, per persones amb problemes de deglució** ( ja sigui per manca de peces dentals o per processos post –operatoris)
- La presència de llet, fa que sigui uns **productes interessants per als berenars dels infants**, en comparació a altres productes com bolleria i pastes industrials, ja que els gelats són molt menys calòrics i amb molts mes nutrients.





## AIRE:

### Un aspecte molt important dins la producció de gelats és l'aire

L'aire és important! Si alguna vegada heu fet gelat, ja sabeu el que s'afegeix, ingredients com ara llet, crema i sucre.

Però hi ha un ingredient principal en el que és tal vegada no hi hem pensat i probablement perquè no es pot veure; el aire.

Per què és tan important l'aire? Si alguna vegada heu tingut una tassa de gelat fos, i després el tornau a congelar per menjar-més tard, probablement no tenguí molt bon gust. També si deixau el gelat fora del fred, sobre una taula, i el deixam fondre; veurem el volum del gelat simplement disminuir. L'aire és el 30% al 50% del volum total de gelat.

Para tenir una idea de l'efecte de l'aire en el gelat, pensau en nata batuda. Si batem aire a la crema, obtenim crema batuda. La crema batuda té una textura i un sabor diferent a la crema corrent. La crema corrent sap més dolça que la crema batuda. Igual que el gelat sense aire, la crema pura té un gust embafador, massa dolç.

## Això es deu al fet que l'estructura d'una substància pot tenir un gran efecte en el seu

**sabor**, i al fet que l'estructura sovint controla la velocitat a la qual les molècules que originen el sabor són alliberades a la boca. Com més gran sigui l'estructura (gelat, en aquest cas), més temps es necessita perquè les molècules de sabor siguin alliberades.

Les molècules de sabor estimulen els receptors a la boca i en la llengua. La quantitat d'aire afegit al gelat es coneix com "excés". Si el volum de gelat es duplica en afegir aire, llavors, el excés és **100%, que és la quantitat màxima permesa d'aire que es pot afegir al gelat comercial.**

Les marques més barates en general contenen més aire que les marques de més qualitat. Un efecte secundari de l'addició d'una gran quantitat d'aire al gelat és que tendeix a fondre més ràpidament que el gelat que amb menys aire. La quantitat d'aire també té un gran efecte sobre la densitat del gelat. Un volum de 3.8 litres de gelat ha de pesar almenys 2 kilograms, obtenint-se una densitat mínima de 0.54 grams per mil·lilitre. Les marques de més qualitat tenen una major densitat de fins a 0.9 grams per mil·lilitre.

**La propera vegada que visiteu una botiga de queviures, comparau marques més barates i més cares subjectant una caixa de cartró a cada mà - heu de ser capaços de notar la diferència.**



Després, llegeix el pes net en l'etiqueta per confirmar la teva observació. A causa de l'alt contingut de greix en el gelat, i perquè el greix és menys dens que l'aigua, qualsevol gelat sempre serà menys dens que qualsevol solució aquosa.

El gelat és una emulsió - una combinació de dos líquids que normalment no es barregen entre si.

En lloc d'això, un dels líquids es dispersa al llarg de l'altre. En el gelat, les partícules líquides de greix anomenats glòbuls de greix -es dispersen per tota una barreja d'aigua, sucre i gel, juntament amb les bombolles d'aire .

Si examines de prop el gelat, es pot veure que l'estructura és porosa. Un forat d'aire típica a gelat serà d' aproximadament una desena part d'un mil·límetre d'ample. La presència d'aire vol dir que el gelat és també una escuma.



## Bibliografia

- **LAS CASAS DE NIEVE Y SUS ITINERARIOS.**  
VALLCANERAS, LL. *Les cases de neu i els seus itineraris*. Mallorca: Gorg Blau, 2002. [ISBN: 84-922372-6-0]
- *Cocina Selecta mallorquina*. Abrines Vidal.
- *Postres* Jordi Roca
- *Llibre de gelats i quemuyars*- Mateu Jaume
- *Cuina de les Balears* LLuis ripoll

## Cases de Neu , quan les neveres no existien

Les anomenades "cases de neu" constitueixen un important patrimoni cultural i etnològic. A Mallorca, la recollida i comerç de neu per elaborar gel destinat a usos medicinals i gastronòmics data del segle XVI.



No obstant això, la producció de gel aprofitant el clima es remunta a les civilitzacions grega i romana. Al puig de Masanella, terme municipal d'Escorca, es conserven onze "cases de neu", que el Consell de Mallorca va declarar el 2004 Bé d'Interès Cultural. Set d'elles es troben en finques públiques i quatre en finques privades, i gairebé sempre en altituds superiors a mil metres. Una de les més representatives és la del Puig d'en Galileu, a 1.080 metres d'altitud, construïda en 1692 a la finca de Son Massip. També s'han localitzat 'cases de neu' al Puig des Teix i al Puig Major.

## Casa de Neu de Coma Freda



La denominació genèrica 'casa de neu' inclou la casa de pedra en la qual es refugiaven els 'nevaters', que en alguns casos es conserven, i el dipòsit on s'emmagatzemava la neu, a més d'elements complementaris característics com bancals, geleres (pous excavats a la terra amb murs de contenció), parets seques i fonts. Les 'cases' estaven orientades al nord. Per arribar fins a elles hi ha camins expressament construïts que igualment afegixen valor patrimonial al conjunt.

El comerç de gel va tenir gran importància econòmica a Mallorca entre els segles XVII i XIX, com demostra el fet que es gravés amb un impost específic. Les 'cases de neu' es llogaven i el preu de la neu estava estretament controlat.

La neu es recollia i compactava a la primavera; la recollida podia durar diverses setmanes. A l'estiu es tallaven els blocs de gel, que a llocs de cavalls o rucs eren transportats durant la nit per evitar que es fonguessin. Es tractava d'un ofici dur, que en la seva major part es realitzava en condicions de fred intens.

## Casa de Neu de's Teix



L'aparició dels frigorífics, a principis del segle XX, va suposar la fi d'aquesta activitat. En medicina el gel s'ha utilitzat tradicionalment per baixar la febre, aturar hemorràgies, en la teràpia contra el còlera, com a calmant en casos de congestió cerebral i com antiinflamatori en esquinços o fractures.

Sembla ser que la recollida de la neu té el seu origen en l'època islàmica de l'illa, encara que les primeres notícies documentades sobre el seu ús les localitzem a Fornalutx el 1595. Cinquanta anys més tard hi va haver una regularització del seu comerç per la seva alta importància econòmica . Tenia tres usos essencials: Un primer era de tipus medicinal, la neu servia per baixar la febre, per hemorràgies, guarir cremades i com estimulants. L'altre fi era totalment gastronòmic, per a la fabricació de gelats, orxates i derivats. Can Joan de s'Aigo de Palma va ser fundat l'any 1700 i és un dels bars més antics i coneguts de l'illa. El seu origen està estretament vinculat amb la feina dels "nevaters", ja que allà elaboraven i elaboren gelats. I finalment, el gel va ser utilitzat per conservar aliments en les antigues neveres pre elèctriques.

## Casa de Neu de Fartàrix (Escorca)




Les cases de neu van ser construïdes exclusivament per dur a terme aquesta tasca, ja que van ser centres destinats a emmagatzemar la neu a les zones més altes de la Serra de Tramuntana. Les cases de neu estan conformades principalment per dues estructures bàsiques. Una primera era "el pou de neu" que consistia en un gran forat de forma el·líptica, de fins a 20 metres de llarg i 7 de profunditat, que era totalment reforçat en la seva cara interior amb una paret de pedra "en sec". Aquest pou era cobert finalment per un sostre de bigues amb càrritx. S'accedia per un portal o dos portals situats a cada extrem i en els laterals hi havia finestres "bombarderes" per on es introduïa la neu amb pales. Al costat, del pou de neu, normalment hi havia un porxo que servia com a refugi del "nevater", que era l'encarregat de llogar l'explotació del pou. La neu acumulada s'anava premsant de tal manera que es convertia en dur gel i es conservava per a ser distribuïda a l'estiu

Complex de la casa de neu des Galileu.

Aquestes construccions es troben localitzades, bàsicament, al Puig Major, Massanella i en altres cotes superiors als 400 metres. Es tracta d'un millors exemples de la pedra en sec de Mallorca que es complementaven amb els camins de ferradura i les parets de pedra de la Serra. Hi ha documentats i catalogats 6 camins relacionats amb les cases de neu: són el camí del Tomir, el de Massanella, el de Comafreda, el de les voltes d'en Galileu, el de na Franquesa i el de Son Torrella.

Adobe Acrobat Reader DC interface showing a drawing of a traditional interior.



*Dibuix d'interior de pou de neu ( Les cases de neu de Mallorca d'Antoni Gorrias).*

Adobe Acrobat Reader DC interface elements:

- Menú: Archivo, Edición, Ver, Ventana, Ayuda
- Barra de herramientas: Inicio, Herramientas
- Estado: Nevaters i cases de ... x
- Botón: Iniciar sesión
- Botón: Compartir
- Barra de búsqueda: Búsqueda de herramientas
- Lista de herramientas:
  - Exportar archivo PDF
  - Crear archivo PDF
  - Editar PDF
  - Comentar
  - Combinar archivos
  - Organizar páginas
  - Censurar
  - Proteger
  - Optimizar PDF
  - Rellenar y firmar
  - Enviar para revisar
  - Más herramientas
- Nota de pie de página: Convierte y edita PDF con Acrobat Pro DC. Iniciar versión de prueba gratuita.