

ELS CUINATS DELS NOSTRES AVIS

OCA AMB PERES

Ingredients:

- Oca
- Peres blanques
- Alls
- Cebes
- Tomàquets
- Un brot de farigola
- Una o dues fulles de llorer
- Aigua o brou de pollastre
- Unes fulles de marduix
- Un tronquet de canyella
- Ametlles torrades
- Carquinyolis
- Llard
- Vi ranci
- Vi blanc sec
- Sal i pebre negre.



Preparació:

Es socarrima l'oca, es neteja bé i es talla a trossos, grossos o petits dependrà del gust de cadascú. S'adoba amb sal i pebre i es sofregeix en una mica de llard fos, en una cassola, a poc foc, per fondre el greix de la pell.

Quan sigui ben rossa, es retira el greix que sobra i se'n deixa només una mica, amb el qual es fregeix la ceba, picada ben fina. Quan la ceba té color, s'hi afegeix el tomàquet ratllat i les herbes.

Es deixa coure fins que el sofregit estigui ben lligat. S'hi tira un raig de vi blanc i es deixa evaporar l'alcohol. Després s'hi tira brou o aigua, es tapa i es deixa coure, a poc foc, amb la cassola ben tapada. Si es fa amb l'oca sencera, convé anar-la voltant, de tant en tant. A mig coure, s'hi posen unes quantes peres, rentades i prou (senceres, amb la cua i sense pelar). Quan tot sigui cuit, es treu el tall i les peres i es desgreixa el suc. Després s'hi tornen a posar. Es fa una picada amb unes dents d'all, uns carquinyolis i unes ametlles torrades; un cop picat, s'hi afegeix un gotet de vi ranci i s'aboca a la cassola. Es tasta de sal i pebre i es deixa coure una mica més.

És una recepta de la meva àvia Angelina



LA RECEPTA HISTÒRICA

FAVES FRESQUES AMB CALDO DE CARN

Recepta italiana del segle XV. *Llibre de l'Art culinària de Martino Da Como.*

La recepta històrica d'aquest vegada, és una recepta senzillíssima per menjar faves o pèsols, diferent de la habitual. És un plat idoni per la primavera, època de faves, i també era molt cuinat al llarg de l'hivern ja que les faves assecades es conserven una llarga temporada. És un plat típicament medieval, aprofitant tot el millor de la verdura però la carn i el greix sempre hi és present, ja que calia que els plats, fossin altament calorífics.

Això donava l'energia necessària per l'esforç requerit a diari.

Preparació:

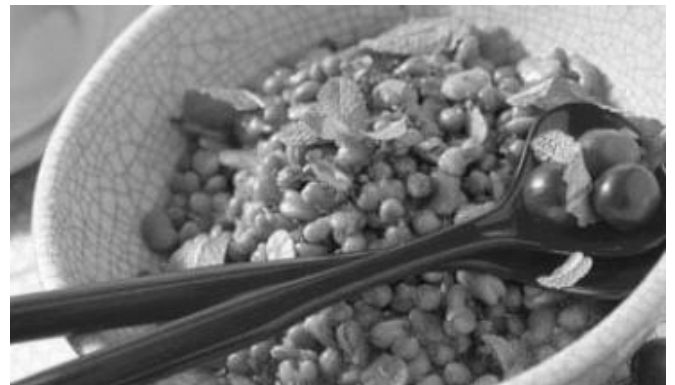
Per començar, netegem les faves o els pèsols amb aigua. Seguidament posarem en una olla, el caldo de carn grassa i el deixarem fins

que bulli que serà quan li afegirem la verdura. Així les llegums s'aniran coent amb el propi caldo.

Mentre es couen les faves, agafarem un grapat de julivert i el picarem en un morter fis que quedi matxucat. Farem el mateix amb un grapat més petit de menta. Això, a part de donar-li aroma, donarà un color verdós al plat.

Quan les faves estiguin cuites, afegim dins l'olla la picada de menta i julivert juntament amb la panxeta trossejada. Deixarem que torni a arrencar el bull. Serà en aquest moment que comprovarem si falta corregir-lo de sal.

Servirem el plat de faves acompanyat amb el seu propi caldo de la cocció, així obtindrem una major plenitud en el gust.



R REMEIS CASOLANS

RECEPTA PER ALS PENELLONS I LES MANS TALLADES.

Remei per guarir calls o durícies i ulls de poll

La cultura popular ha conservat fins als nostres dies maneres de combatre els petits malestars amb els productes que ens oferia l'entorn. Aquest és novament un altre exemple. Es diu que donen resultats satisfactoris les fulles de llevamans (boixacs), Aplanades i aplicades damunt dels calls,

berrugues o ulls de poll els redueixen.

També es pot coure un cap d'assutzena al damunt de les brases. En picarem una part i s'aplica al damunt de l'ull de poll. S'ha de repetir cada hora.

També es diu que és un èxit aplicar llimona al damunt dels ulls de poll. Es subjecte el tall de llimona al cim de l'ull de poll amb una bena al voltant del peu, es renovarà un parell de vegades cada dia.

Boix: *Buxus sempervirens*: Emprada per al reuma.

Se n'utilitza l'escorça i les fulles. És una planta molt coneguda per fer tanques vegetals. També la trobem de manera silvestre (*buxus balearica*) a les zones més fredes, humides i elevades a la muntanya.

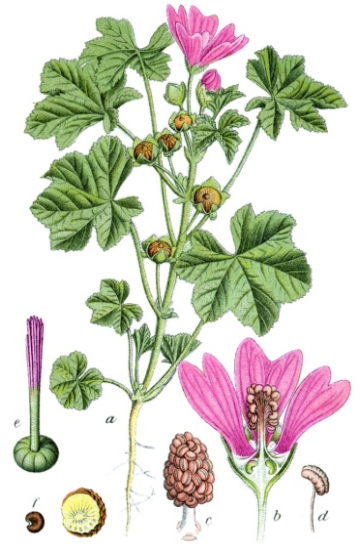


Ginesta, *Spartium junceum*: Creix abundantíssima per enderrocs i terrenys secs. N'hi ha de diverses varietats, la nostra és la més olorosa, n'hi ha d'altres que fan pudor. Té poques fulles, unes tiges llargues i els tanys tenen, quan n'és el temps, belles flors de color groc fort.

S'empra per a alleujar les morenes. Però cal anar en compte, és una varietat verinosa, per tant no s'ha d'emprar per a ús intern i pel que fa a l'extern, amb les oportunes prevencions.



Malva, *Malva Silvestris*: Hi ha diverses varietats de malves, la Silvestris és la més comuna aquí i això la fa més identificable. Creix per totes bandes, a terrenys abandonats, als runams, per damunt dels caramulls de terra pobra...Les plantes tenen una altura no superior al metre; les fulles són grosses i més aviat peludes, les flors de color violeta i el seu fruit té forma de ramell fent un penjoll. És molt usat com a remei casolà. S'utilitza especialment pel mal de cap utilitzant les fulles trinxades en forma de cataplasma.



Cep o Sarmet, *Vitis vinifera*: S'empra per al mal de cap

Se n'utilitzen les fulles amb infusió.



Receptes i remeis recollits per Josep M. Arnau