



# El cuinats que hem fet

Sils,  
març 2010





# Guió de treball

5 Els primers àpats

6 Els cuinats que hem fet

7 Cuinats: quants, quins i perquè

8 Recull dels més cuinats

9 Productes menys cuinats %

10 Productes mes fets%

11 Els calamars

12 Les cassoles d'ànec

13 Els rostits

14 El bacallà

15 El porc

16 El conill

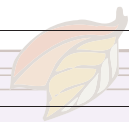
17 Les mandonguilles

18 El pollastre

19 La vedella

20 Conclusió final

21 Notes



La cuina a Sils



# Els primers àpats

A començament dels anys 90 i en concret el 1992, **La Cuina a Sils** era poc menys que un grup reduït de dones grans que tenia un objectiu inicial: recollir que es menjava a Sils a principis del 1900 o dit d'un altra manera, que menjaven a diari elles, quan eren petites.

Aquesta pretensió inicial es va veure plenament satisfeta gràcies a les seves aportacions, no sense discrepàncies en certs moments, però amb un cert consens final. Créixens, margaridoies, cosconíes, arrossos, amanides verdures, bullits, escudelles, rostits, etc.

De tota aquella feina se'n de podríem treure unes conclusions ràpides, que els cuinats, és a dir que els plats que componíem els àpats estaven condicionats per la feina i el temps disponible de les dones.

Aquestes havien de trobar plats de cuina o menjars que els permetessin de fer altres feines domèstiques ( ajudar al camp, arreglar bestiar, tenir cura dels fills... ) o qualsevol altra de les diverses tasques típiques de la vida rural.

L'àpat fort del dia es feia a l'hora del dinar i normalment es recorria a l'escudella, llevat del dijous que se solien menjar fideus amb mongetes o patates a la cassola i els diumenges arròs a la cassola. Als sopars era habitual fer-hi bullits, de:cigrons, fesols, fesols menuts, patata, col, etc. Era costum bullir-ne més del compte per servir-se o be per esmorzar o per sopar l'endemà acompanyat de qualsevol cosa.

També era habitual aprofitar els suc de bullits per fer sopes. En definitiva, una oferta escassa i de pocs recursos en la que hi calia una gran imaginació per sortir-ne amb èxit.



Repasat el que es menjava en aquell temps i veient el canvi generat en la cuina del nostre entorn actual, ens sorgí la necessitat de fer notar, que tot i la reculada dels cuinats tradicionals de mitjans del segle XX, encara era possible treballar per la pervivència del nostres plats tradicionals. Per tant, es tractava de deixar constància dels plats elaborats que han tingut una importància en el nostre país en aquest espai de temps.

# Els cuinats que hem fet

Varem entendre, que la millor forma de preservar aquests cuinats, no era altra que elaborar-los, passejar-los i servir-los a través d'accions gastronòmiques.

Així doncs, La Cuina a Sils, ha estat compromesa en preservar el nostre patrimoni culinari a través d'accions, i això ens ha permès, recorre món, portar els nostres cuinats amunt i avall, procurant no perdre la nostra identitat. Uns cuinats casolans, que tot hi reconeixent la seva reculada en la elaboració en les cases, encara avui som capaços de fer, de presumir amb ells, i de deixar constància del seu valor gastronòmic com a part d'un país que som.

És cert, que sense l'ajut d'empreses, institucions, entitats i mitjans de comunicació, el resultat no hagués estat el mateix, però avui som el que som, també per l'esforç dipositat en l'objectiu, i aquest esforç, feina feta i compromís, ens permet mirar més enllà del sol fet d'elaborar les nostres estimades cassoles.

En aquests darrers 18 anys, hem treballat per oferir a aquells que ens volien acompanyar, els millors dels nostres cuinats, cassoles, entrants i postres. Ho hem fet sense afegir-hi res a allò que fem i oferim a casa, als nostres fills, familiars, amics o persones estimades.

I tota aquesta activitat, ens ha deixat un pòsit. Una relació de plats, de cuinats, de postres o de entrants, que ens permet valorar des d'un altra perspectiva que és el que estem fem i que hem fet. I aquesta informació posada en relleu, ens permet valorar i discutir què volem fer en un futur, intentar trobar-hi explicacions i si més no, ens permet reflexionar si el camí és el correcte.



# Cuinats: quants, quins i perquè

El control dels cuinats fets al llarg dels anys, ens ha permès elaborar un treball, estudi o resum. Un treball que si voleu i teniu temps de mirar-vos, segurament que provocaran en vosaltres opinions diverses i potser contrastades, però que per nosaltres serien de gran valor si voleu fer-nos saber qualsevol esmena.

Tot plegat una relació de cuinats, fets en els darrers anys i que ens provoquen preguntes a les que volem trobar-hi alguna resposta.

Cal, que tots plegats tinguem en compte, que són elaboracions per fer degustacions, sopars o mostres i aquest fet condiciona molt.

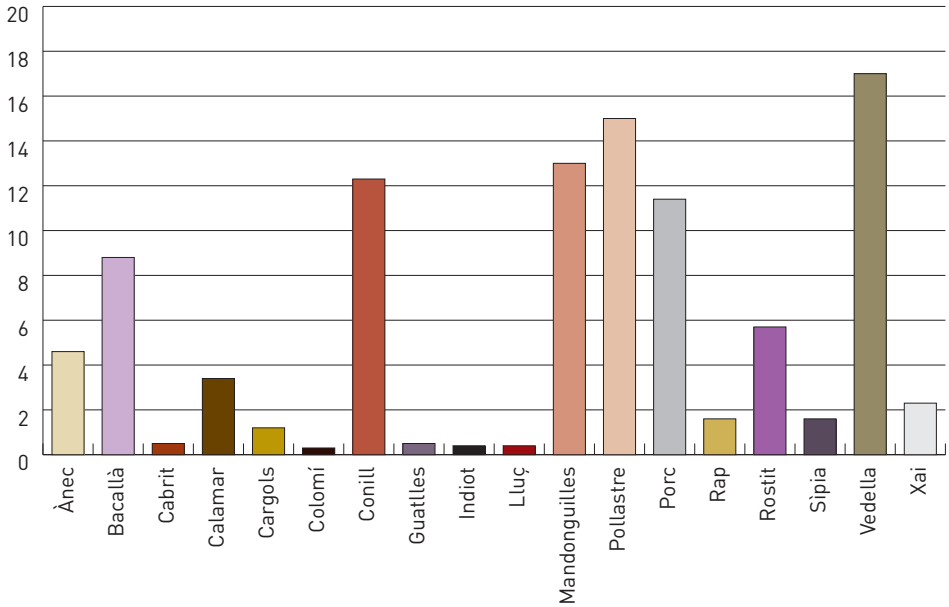
Fent una repassada als cuinats elaborats en els darrers anys, ens donem compte de que hem fet a l'entorn de 4000 productes. D'aquests, els que més s'han fet han estat cassoles, seguits de postres, i altres com entrants ò aperitius.

Ens decantarem en aquest estudi bàsicament en els segons, és a dir els que anomenem cassoles o "plattillos", que són a l'entorn de 3000. Deixarem de banda doncs, coques, truites, dolços, cremes, flams, bunyols, brous, escudelles, empedrats, estofats, verdures granes, etc., possiblement objecte d'estudi en un altre moment.



# Recull dels més cuinats

Quan posem les 3000 cassoles en un gràfic, la primera dada que ens dona el recull, es que 9 dels elements recollits, superen el centenar de cassoles i d'aquests, uns molt mes que d'altres. ( quantitats en %).





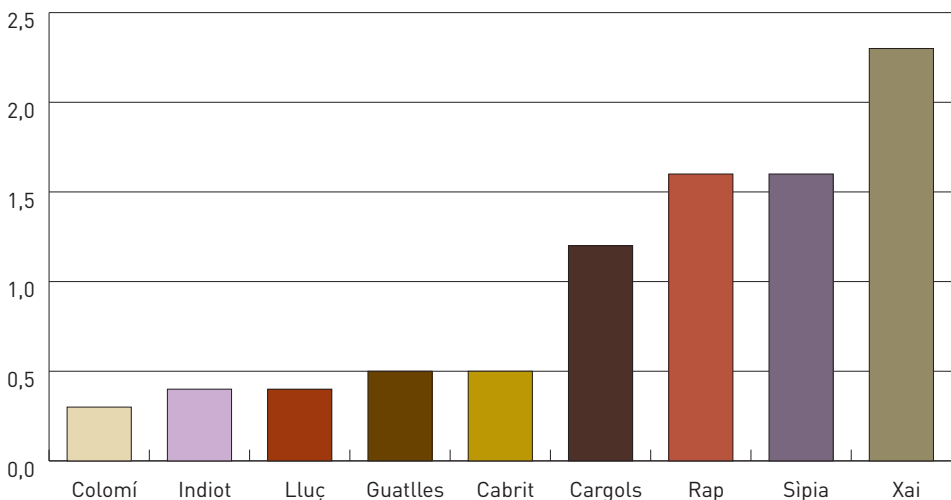
# Productes menys cuinats en %

Quan separem els elements menys cuinats, ens dona aquesta informació que ens fa pensar que potser no ens decantem per colomins, Indiot i guatlles, perquè això del ocells no ens fa gràcia de cuinar i perquè es de molt mal servir en les nostres activitats. Pel que fa al lluç, és massa fràgil a l'hora de servir-se. El cabrit es massa gras i no agrada a tothom si no es a la brasa. Els cargols els utilitzem acompanyats d'alguna carn i moltes vegades es tenen dubtes si uns plats de cargols amb conill, no és conill amb cargols, ja que els cargols sols, com a la llauna, guisats, estofats, etc, no és massa habitual. De fet tot i que són molt apreciats, no s'ofereixen gaire per l'enrenou que suposa la degustació d'aquest.

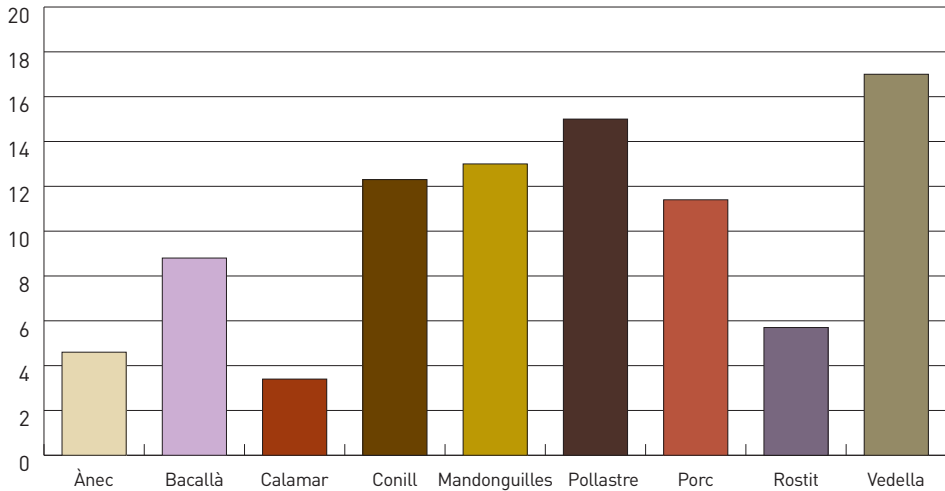
Del rap podem dir que essent un magnífic producte, ha d'anar acompanyat d'un altre element: gambes, musclos, cloïsses, etc i això val a dir-ho encareix el plat.

En quan a la sípia, -gairebé sempre amb pèsols-, tot a que no arribi al centenar de receptes, cal considerar que quan parlem de mandonguilles, sempre o gairebé, té de companya de cassola, la sípia.

Pel que fa al xai, sempre o quasi, espatlles i cuixes, rostides, al forn, o amb verdures.



# El cuinats més fets en %



Si el que fem es revisar els cuinats més fets, ens adonem que els cuinats de vedella són els mes utilitzats en les nostres activitats culinàries. Com es lògic amb uns talls molt específics de llata o gerret els millors per cuinar i rostir, sent un altre element de vedella la galta. El segueix, el porc i concretament els peus, a gran distància de les galtes i amb mol poca participació del llom o de la costella. Un altre element de gran acceptació és el pollastre, amb tota la variació d'acompanyament que aquest element accepta. Ja a una certa distància torbem les mandonguilles. D'aquest plat podríem dir que no es un plat habitual com els anteriors, però no tenim cap mena de dubte que aquest plat, s'empra molt repetidament, degut a la seva comoditat a l'hora de servir degustacions.

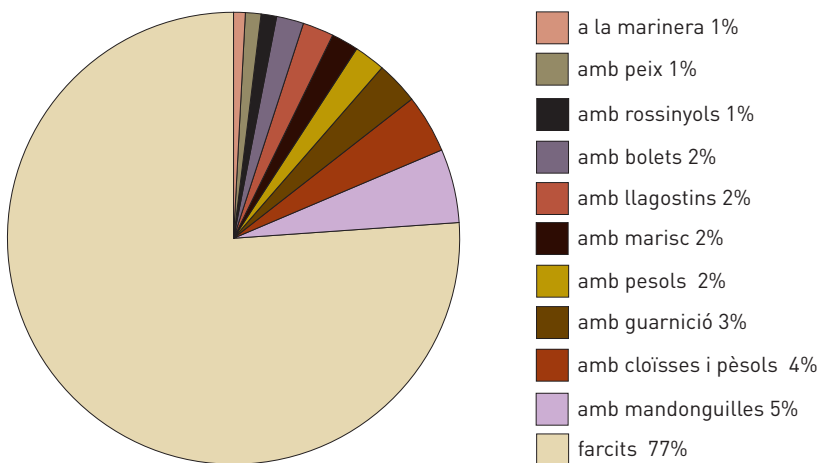
Pel que fa al conill, element que el segueix, també és un dels plats escollits i permet gran varietat de acompanyaments. Mes enllà el bacallà te una gran acceptació, atès que és el peix que per tradició és el mes emprat en la cuina interior i a l'hora permet oferir-se bé tant acompanyat de samfaina com de panses i pinyons, amb patates estofades, amb carxofes o amb arròs. I finalment hi podem trobar els rostits, que han deixat de perdre protagonisme pel fet de que resta massa eixut quan està una estona fora del foc; L'ànec sembla que agafa en els darrers mesos un protagonisme més acusat degut a que va bé d'acompanyar amb salsafins o peres i finalment els calamars que se'ns presenten bàsicament fets farcits de carn.

# Els Calamars

Els calamars, és un dels plats dels que en podríem dir relativament nous, ja que aquest producte no el podem considerar tradicional de comarques interiors.

Si avui te i ha tingut una presència important dins de la cuina tradicional interior i en concret a La Cuina a Sils, són les possibilitats que ofereix aquest producte, sobre tot quan parlen d'àpats per lluir-se i sense masses entrebancs, que vol dir sense ossos.

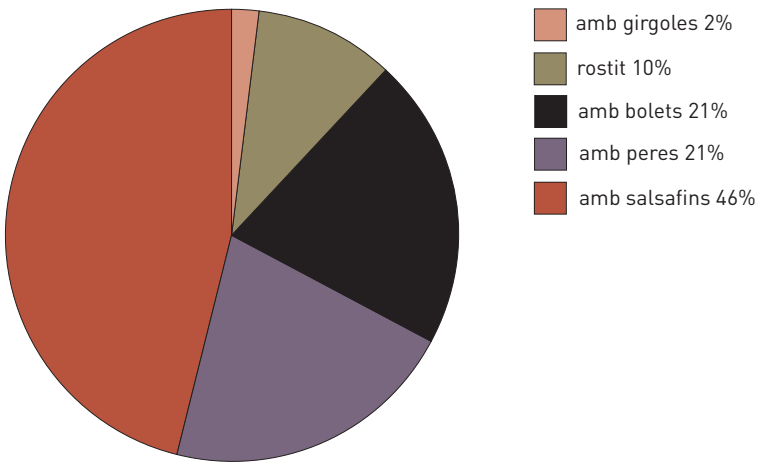
Com es pot veure, la modalitat de cuinar on el calamar ha estat més emprat, és el farcit. Farcit de carn o de peix i carn, dona la possibilitat d'oferir un gran platillo. Més enllà d'aquesta modalitat, poca cosa més.



# Les Cassoles d'ànec

Analitzant cada un dels plats anteriorment esmentats podem dir, que en l'ànec el principal acompanyant és el salsafí, amb gairebé la meitat de les cassoles elaborades. Seguit a molta distància de les peres i els bolets. El rostit ja molt llunyà i gairebé inapreciable amb gírgoles, que no deixa de ser una bolet, però menys apreciat.

És un plat considerat més de temporada de tardor o hivern. Hem de dir que possiblement, el fet de fer-se acompanyat de salsafins actualment o en els darrers anys, ha estat més per el fet de potenciar el salsafí i a l'hora provocar als desconixedors d'aquest producte, que no per tradició, ja que si voléssim seguint la tradició, es tindria que fer amb peres o amb bolets. Plats de sempre que han anat minvant.

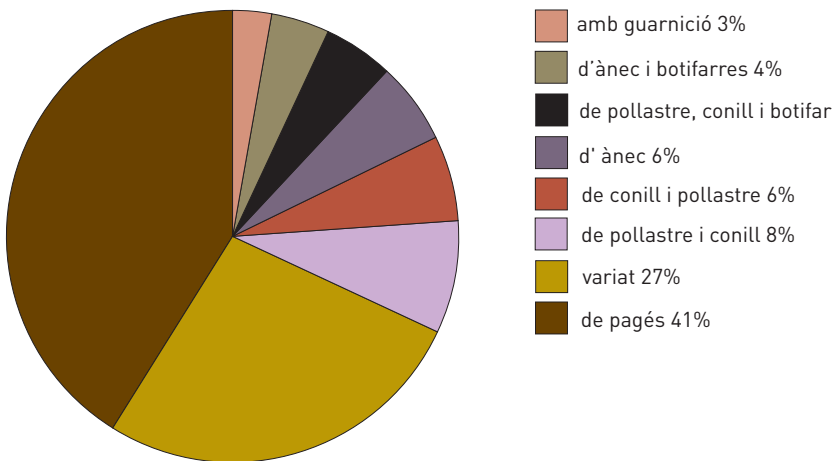


# Els rostits

Quan parlem de rostits, parlem d'una cassola en la que si cou, pollastre, conill, costella, botifarra en alguns casos, etc. Per tant tot i que en moltes ocasions se'ls hi posen noms diferents, tenen una similitud entre ells, llevat els d'ànec i els que van acompanyats de guarnicions especials.

Encara que s'haguessin ajuntat tots els rostits, no seria un dels plats més elaborats per nosaltres, tot i que hem de reconèixer, que ben segur a les cases es fa molt més que d'altres plats, que nosaltres passem.

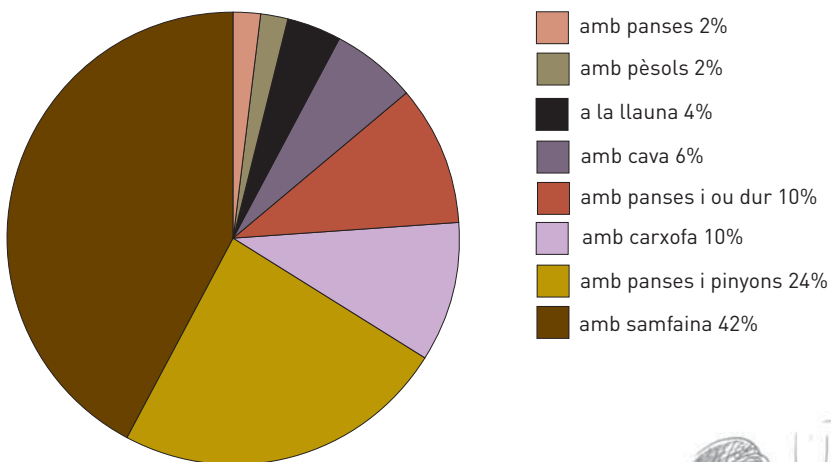
Aquest plat no es treballa massa, perquè no s'aconsella que estigui molt reposat abans de menjar-se, ja que restarà cada vegada més eixut, per tant cal menjar-lo aviat un cop cuit



# El bacallà

Que el bacallà que com hem dit anteriorment sigui considerat el plat de peix de mar tradicional del nostre poble o país de comarques endins, té una explicació fonamentada. En tots aquells pobles allunyats mes o menys de la costa, aquest peix salat, era l'utilitza't, no altra. El bacallà ha estat considerat un plat de quaresma, per tant tradicionalment, es feia amb panses i pinyons per aquestes dates. Més a l'estiu amb samfaina i a la tardor amb bolets i a l'hivern amb carxofes.

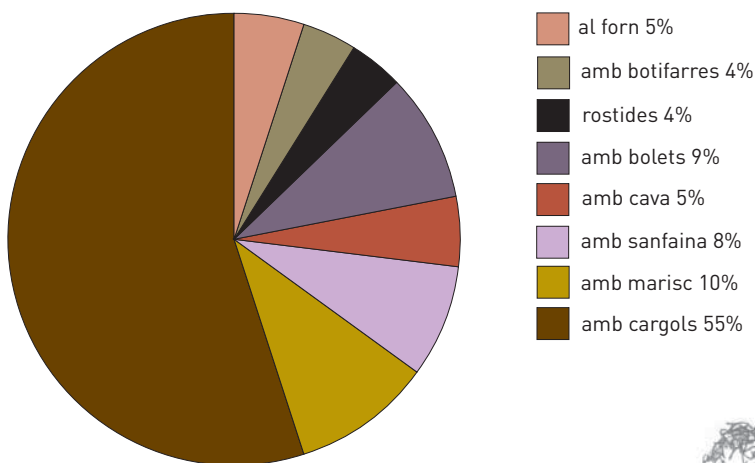
Amb els temps més propers, ja ens decantem per cuinats amb cava, a la llauna i tota sort de cuinats que els temps actuals ens permet, però que tradicionalment eren impensables. Així doncs, ja ho veieu més del quaranta per cent amb samfaina, més del vint-i- quatre amb panses i pinyons i ja molt lluny tota sort de formes.



# El porc

Quan parlem de cassoles de porc, parlem bàsicament de dues parts: els peus i les galtes, deixant de banda moltes altres parts del porc, com fetge, llom, cansalada, etc. D'aquests dos importants: els peus i les galtes, des de sempre i volgudament s'ha donat molt més protagonisme als peus que a les galtes. Això ha estat motivat com en la majoria de les ocasions, per la facilitat d'oferir els plats elaborats a mode de degustació; és molt més fàcil oferir una part de peu, que una part de galta. Pel que fa al llom, s'ha desestimat la seva utilització perquè, resta massa eixut quan està una estona en repòs.

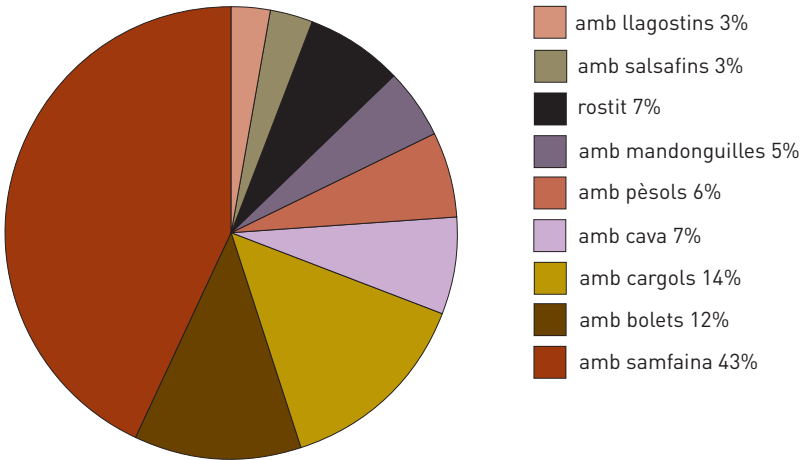
Com es pot veure en el gràfic, el gran company dels peus, son els cargols, seguit de lluny de marisc, bolets i samfaina.



# El conill

Aquest element, el conill, es un dels importants, possiblement perquè tradicionalment, era un element que molts cuidaven a casa, en tenien, o bé tenien coneguts que els hi poguessin subministrar amb la confiança que calia.

El conill segons els nostres llistats com s'ha cuinat més és amb samfaina, seguit de acompanyament de cargols i de bolets. Més enllà ja resten els rostits sols, però no podem oblidar que en els rostits, molt sovint són una part important. Podríem considerar aquestes cassoles d'estiu, tardor i hivern, tot i que avui gràcies a que es troba de tot, podríem dir que és plat de tot l'any.

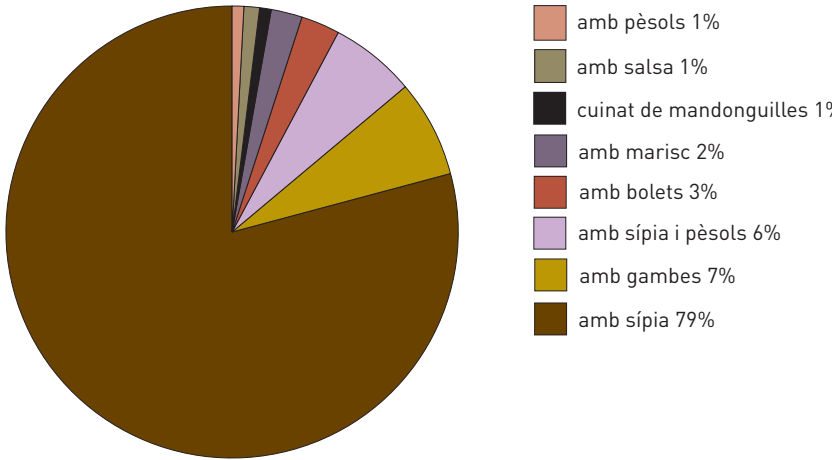




# Les mandonguilles

Aquest es un tipus de cuinat que no tindria temporada específica. La podem fer tot l'any, però, com hem dit anteriorment, no caldria considerar-lo un plat propi, tradicional o habitual. Així doncs podríem dir que el fet de fer-se tan repetidament obeeix única i exclusivament a la comoditat a l'hora de servir-se en activitats gastronòmiques.

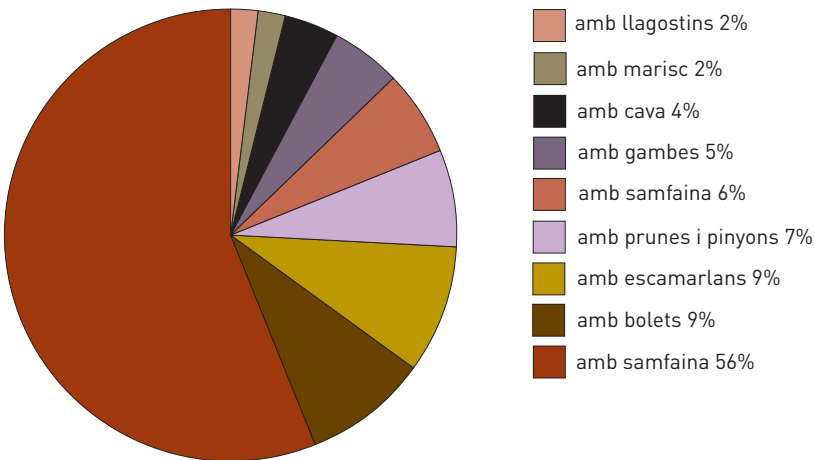
Com es pot apreciar i hem dit anteriorment, al llarg de les nostres activitats aquest plat té un company gairebé inseparable com és la sípia. Molt lluny resten altres acompanyaments, com. gambes o marisc, pèsols, bolets o salses soles siguin de verdures o no.



# El pollastre

Aquest producte, el pollastre, té una certa semblança al conill, és a dir, el fet de tradicionalment tenir-ne a casa, ha facilitat la seva elaboració. Aquest element si que podem dir que des de que s'ha pogut menjar- perquè volem recordar, que molts anys enrere es menjava poc- ha estat un producte fàcil de cuinar i capaç de permetre qualsevol acompanyament possible, i en totes les temporades. Així doncs el podem trobar fet amb bolets, salsafins, samfaina, panses i pinyons, marisc, etc.

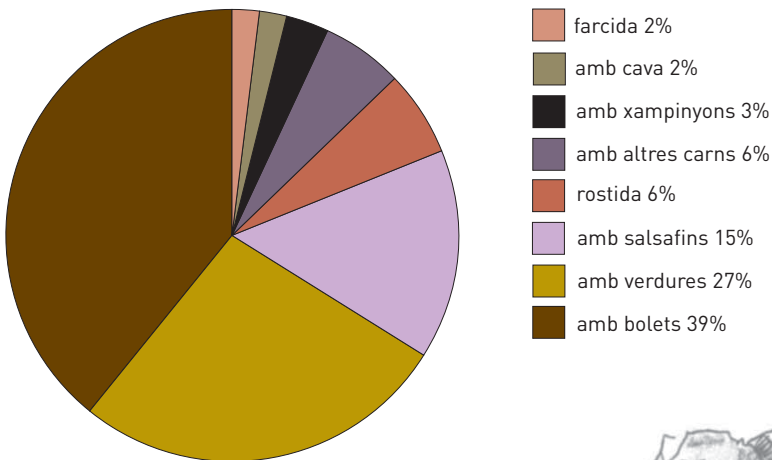
Veien el resultat dels acompanyants, podem dir, el cuinat més fet és amb salsafins, i es podria atribuir molt bé a la promoció d'aquest acompanyant, més que a la promoció de l'element principal.



# La Vedella

Aquest ha estat el producte més elaborat pel col·lectiu en les seves activitats. Destaquem sobre manera els cuinats de vedella amb bolets, seguit de verdures i de salsafins. Són plats de tardor i de primavera segons l'acompanyament que hi posem.

Davant d'aquest resultat de cassoles elaborades, i si tinguéssim que trobar una justificació al fet del perquè aquestes cassoles són les més elaborades, caldria que ens decantéssim, per acceptar que és un cuinat que facilita molt la degustació i el repartiment.



# Conclusió final

Fent un resum a tot aquest seguit de gràfics, podem confirmar sense cap mena de dubte, que els plats més cuinats són: la vedella, el pollastre, les mandonguilles, el conill, el porc i el bacallà.

Gairebé es perden: els colomins, les guatlles, indiots, etc, i no perdem de vista, que plats com fetge, ronyons, menuts, estofats, carns a la planxa o brasa no hi surten reflectits.

Que vol dir això, que aquest plats oblidats no són els nostres preferits?. Que els menjars de diari són els que aquest treball conclou?, doncs, segurament que no.

Sigui per directrius dietètiques, de salut, econòmiques, etc, plats d'ànec, mandonguilles, calamars farcits, i fins i tot el bacallà avui es menja amb una certa escassetat.

En canvi el rostit es un plat força emprat. El porc utilitzat és el llom o la costella, deixant de banda els peus i les galtes.

Quan intentem comparar el que hem fet, amb el que mengem, ens adonem que les carns que mengem més són el pollastre, el conill i la vedella, però aquesta és una opinió no contrastada.

Per tant tot i que aquest treball, ha estat important, ens adonem que no es suficient. Si el que volem es saber què mengem a diari, ens cal iniciar un altre treball de recerca.

Aquest nou treball que anomenem, “**el que mengem a diari**”, serà un document personal, on s'especificarà l'edat del participant, ja que segons la seva edat, menja i cuina diferent. Quines qüestions condicionen les seves menges. Si viu sola, acompanyada o amb altres familiars, etc.

Aquest document o enquesta en qüestió, cal que ens doni resposta a què mengem per esmorzar, dinar, berenar i sopar i que bevem en cada àpat, intentant fer una petita explicació i/o fins i tot justificar perquè es menja el que es menja.

Amb aquest nou treball, deixarem constància real per properes generacions del que mengem.









