



La cuina de l'horta
La cuina de casa

Pagès editors

La cuina de l'horta
La cuina de casa

La cuina de l'horta
La cuina de casa

Edició a cura de
Pilar Nadal Reimat
Tinenta d'Alcalde
Regidora de Serveis Personals i Salut Pública

Amb la col·laboració de:
Ajuntament de Lleida
Regidoria de Serveis Personals
i Salut Pública
Àrea de la Dona

© d'aquesta edició: Pagès editors, S.L., 2003

© dels textos: les seves autores

Les fotografies han estat cedides per: Beni Mòdol Seró, Dolors Sobirà Gil, Lourdes Tomàs Buira, Rosario Pociello Palau, Paquita Majos Trepal,
Teresa Font Oliva, Loli Comes Saureu i Pili Alonso Cardona

Primera edició: juny de 2003

ISBN: 84-9779-029-4

Dipòsit legal: L-628-2003

Imprès a Arts Gràfiques Bobalà, S.L.

Enquadernació: Fontanet

Presentació

Hem fet un llarg camí abans d'editar el present llibre. Aquesta és una obra col·lectiva que recull el fruit de moltes converses amb les dones de l'horta de Lleida. Amb elles ens hem anat trobant, any rere any, compartint inquietuds i habilitats que hem volgut posar en comú i donar-los un protagonisme merescut.

Hi ha moltes facetes de la vida i de l'experiència de les dones de Lleida que encara resten ocultes o que, sense adonar-nos-en, hem anat deixant de racó, especialment les que tenen per escenari l'espai domèstic i com a funció l'atenció a la família.

En un context de lluita per la igualtat d'oportunitats entre els gèneres, les dones, o moltes de nosaltres, hem volgut ampliar els nostres horitzons més enllà de l'estretor de la llar i ens hem deixat enlluernar pels atractius del món professional i públic a costa de negar les habilitats i la saviesa, acumulada de generació en generació, per les mestresses de casa (a temps complet o parcial), aquestes dones que han tingut el difícil encàrrec de garantir el benestar de la família aprofitant els recursos a l'abast, sovint no gaire abundants. També els temps han anat canviant, hem omplert les cases d'estris i màquines que faciliten o supleixen algunes de les tasques domèstiques i progressivament el rebost, el cosidor i el planxador o la llar de foc han anat desapareixent dels habitatges per fer més gran la sala d'estar, posar un despatx o habilitar una sala multimèdia.

Les tasques de la llar les hem anat relegant a mesura que s'han simplificat però també a mesura que els hem restat valor i les hem culpabilitzat d'excloure'ns de la vida pública i de la projecció social. Amb això també li hem girat l'esquena a una tradició femenina que va perdent la seva riquesa i les seves vies de transmissió. Abans que el cuiner professional de l'excel·lència sigui l'única font d'inspiració per als nostres plats de diari i de festa, busquem en l'horta lleidatana les receptes d'un saber culinari fonamentat en l'aprofitament dels productes naturals de l'entorn i en l'estalvi.

La idea d'elaborar un llibre de cuina va sorgir gairebé de manera espontània. Més d'una vegada les dones de les entitats de l'horta lleidatana ens havien manifestat el seu interès per recopilar les receptes de cuina més singulars o encertades de cada casa. També han organitzat activitats en les quals la cuina ha estat l'element cohesionador del grup. Per aquests i altres motius la proposta de tirar endavant aquest projecte de seguida va reeixir i va comptar amb la participació de 45 cuineres de sis entitats de dones de les partides de Rufeia, Llivia, Granyena, Montcada i Pla de Gualda i Raïmat.

Què trobareu en aquest llibre? Un recull de vuitanta receptes amb primers i segons plats, dolços per a les postres o el berenar, coques i panadons i algun acompanyament dels que no poden faltar en una taula de pagès. Al costat de les receptes també trobareu les anècdotes, els costums i les singularitats que hem recollit amb la voluntat de mostrar la faceta més humana de la cuina de casa i de la vida de la gent de l'horta lleidatana. Cada recepta ha estat revisada per l'Albert Cogul, membre de l'actual equip directiu de la Federació d'Hosteleria de Lleida, xef de cuina i propietari del restaurant El Celler del Roser, i autor de diferents llibres de cuina.

- 8 Com és la cuina de l'horta? Una cuina feta aprofitant els productes de casa, el que dóna l'hort, el corral i el tros, que aprofita, també, allò que proveeix espontàniament l'entorn com poden ser els caragols i caragolines, les ortigues o les móres i allò que es pot obtenir, amb més esforç, del riu o del bosc, com els crancs –que algun en queda– o la llebre. Una cuina atenta al calendari de la natura que posa a la taula allò acabat de collir o l'animal que la vigília es va fer passar a millor vida i que s'estalvia els additius dels aliments processats per la indústria i emmagatzemats en el supermercat. Una cuina local enfront d'una cuina global que no té en compte ni regions ni estacions.

La cuina de l'horta és la cuina dels productes mediterranis, de la dieta saludable i equilibrada que anem perdent de mica en mica amb l'excusa de la pressa. També té lloc en la cuina ràpida que necessitem, unes tomates de penjar obertes i saltades amb cansalada ens resolen, en 14 minuts, un primer plat exquisit, menys del que ens costa posar al forn una pizza precongelada, com ens explicava una de les nostres cuineres.

Com veureu, doncs, aquest llibre vol ser la caixa de sorpreses on anar a buscar aquell plat que millor s'adiu a la necessitat de cada dia i que ens ajudarà a retornar a les nos-

tres taules aquells aliments que hem fet fora de la nostra dieta i que són els que la pagesia de l'horta lleidatana encara produeix amb orgull. Així mateix, hi veureu que les dones de l'horta han sabut adaptar-se als nous temps, incorporant a les velles receptes o als productes de sempre els nous ingredients que ara trobem a l'abast. El llibre que teniu a les mans, a més, pot ser una bona eina per al jovent que, amb una actitud més oberta a compartir les tasques de la llar, vol aprendre de la gent més gran els secrets de la bona cuina de casa.

La presentació d'aquest llibre no estaria completa sense el nostre agraïment més sincer a l'equip directiu de les entitats i grups de dones de l'horta que han participat en el projecte, uns equips amb dones com la Dolors Sobirà, la Dolors Comes, la Pili Alonso, la Lourdes Tomàs, l'Engràcia Neila o la Rosario Pociello que han estat el pal de paller que ha fet possible conduir a bon port el nostre projecte. També volem fer públic el nostre agraïment a totes les cuineres, a partir d'ara menys anònimes, que ens han obert el rebost i la cuina de casa, oferint-nos el secret de les seves receptes. A totes, gràcies.

Pilar Nadal Reimat
Tinenta d'Alcalde
Regidora de Serveis Personals i Salut Pública
de l'Ajuntament de Lleida

*Por eso el tiempo
de la nueva vida
que
luchando y cantando
proponemos
será un advenimiento de soperas
una panoplia pura
de cucharas
y en un mundo
sin hambre
iluminando todos los rincones
todos los platos puestos en la mesa
felices flores
un vapor oceánico de sopa
y un total movimiento de cucharas*

Pablo Neruda

"Oda a la cuchara"

Tercer Libro de las Odas.

Obras completas, vol. II

Pròleg

El llibre que teniu a les mans, sobre la cuina de l'horta de Lleida, ens invita a fer una breu reflexió sobre quines han estat les relacions de gènere en el marc econòmic i social de les explotacions familiars i agrícoles de l'horta. En aquest cas, la cuina es converteix en l'observatori sobre el paper que les dones han tingut en el món rural, quines n'han estat la situació, la història i les activitats.

D'un temps llunyà fins pràcticament el moment actual destaca, entre les activitats de les dones, la realització del treball domèstic i del treball familiar. Treballs que són essencials per a la societat, ja que consisteixen en la producció de béns i en la realització de serveis bàsics i fonamentals per a la família. Són treballs realitzats en un espai privat com la finca, la torre, l'hort, la llar, i la seva característica és la invisibilitat i absència de valoració social.

L'associació de significats que es produeix, a partir del segle XIX, entre treball i ocupació ha portat a un reduccionisme conceptual del terme treball identificant-lo amb la realització d'una activitat remunerada o amb la realització d'una activitat professional que permet obtenir uns determinats beneficis econòmics. A partir d'aquesta identificació entre treball i ocupació es produeix la confusió de significats que contribueix a la invisibilitat del treball realitzat per les dones i a l'absència de valoració social. Com diu Gemma Cànovas, aquesta identificació entre treball i ocupació ens portarà a demostrar que hi ha altres formes de treball que no estan vinculades a una relació contractual i que el treball no és neutre sinó que implica unes relacions de gènere.

De la magnitud i de la importància d'aquest tipus de treball domèstic en dóna compte M. Ángeles Durán quan posa en relleu que el nivell de vida del nostre Estat es manté gràcies a les aportacions d'una enorme quantitat de treball no remunerat, del qual el 80

per cent és realitzat per les dones. Segons el “Consejo Económico y Social” a Espanya és gràcies a les dones que existeix un sòlid sistema de suport informal familiar davant la manca de desenvolupament d’una àmplia xarxa de serveis socials.

La realització del treball domèstic per part de les dones i la vinculació de les dones a la vida domèstica ha suposat que les dones hagin participat en la producció de béns i hagin estat les responsables de prestar serveis per a la llar. Aquesta tasca ha estat considerada d’una importància cabdal per al benestar familiar, perquè un factor de lligam de la dona a la llar i alhora, també, un factor de poder és en aquest àmbit. La dona ha estat, i en bona part encara ho és ara, la responsable del consum dels membres de la casa, sobretot dels aliments, ja que és ella qui els elabora i els distribueix.

Com ha posat en relleu Dolors Comas, en el món rural les dones pageses han estat primàriament associades a la vida domèstica, de manera que aquesta vinculació ha constituït un factor substancial en la definició de les seves activitats i en la conformació de la seva identitat.

14

El treball domèstic ha suposat que les dones participessin en la producció dels aliments, en la seva preparació i elaboració i que el seu treball tingués com a destinataris principals tots els membres de la família. La major part de les necessitats alimentàries del grup quedaven satisfetes a partir de les tasques realitzades per les dones.

Aquestes característiques comunes al món rural es donen, en major mesura, en les nostres contrades, especialment a partir dels anys trenta i quaranta, data en què la pagesia lleidatana s’instal·la a l’horta; d’aquesta n’obté una part molt significativa dels aliments. Serà la pròpia finca, la pròpia torre la que subministrarà tots els aliments: verdures, fruita, ous, pollastres, conills, porc, etc., i, com destaca E. Vicedo, l’alimentació de la pagesia lleidatana dependrà de les transformacions dels seus conreus i de les seves produccions, així doncs, anirà canviant al ritme de les estacions.

Les dones pageses no es limitaran a la realització de tasques de producció i elaboració dels aliments sinó que també tindran cura de la llar i de l’atenció a les persones. A través d’aquests fets es constata que en el camp es produeix una distribució sexual del tre-

ball, ja que la realització de les tasques reflecteix una organització que conté una segregació sexual de la qual se'n deriva que la vida de la dona gira a l'entorn de la casa i de l'explotació familiar. En aquesta explotació no hi ha un àmbit físic diferenciat entre les activitats productives i reproductives, ja que per a les dones el treball no finalitza en l'espai físic de la casa, com és el cas de les dones urbanes, sinó que continua a l'hort, o amb els animals, ja que la finalitat d'aquest treball és proveir la família.

Ens els estudis realitzats per Ferran Estrada sobre la dona pagesa es destaca que un dels trets o qualitats de la dona per a desenvolupar correctament el seu rol com a pagesa era el de ser una bona administradora i estalviadora. La bona administració i l'estalvi precisament s'aconseguia mitjançant tres estratègies:

- a) produir a casa tot el que era necessari consumir, amb la qual cosa s'evitava comprar-ho amb diners.
- b) reduir el consum a allò imprescindible i allargar al màxim la durada dels béns reparant-los i cuinant de manera que es consumís el mínim per a obtenir una alimentació correcta.
- c) obtenir ingressos venent els productes de l'hort o del corral al mercat.

15

El pas del temps ha mostrat també una evolució d'aquest patró i una modificació del rol de la dona que ha deixat de participar en la producció agrícola, s'ha convertit en mestressa de casa i ha mantingut la seva responsabilitat en la compra i en l'elaboració i distribució dels aliments. És en aquest context que cal situar la importància que té un llibre que recull receptes de cuina transmeses de generació en generació i que alhora també ens permet observar el dinamisme que s'ha viscut a l'horta lleidatana en els darrers quaranta anys, amb la incorporació de nous conreus i formes de treball, de nous hàbits alimentaris i amb els nous fluxos de població.

De sempre el procés de canvis en la categoria de gènere ha anat lligat a les transformacions en l'organització de la producció i, entre aquests canvis, cal tenir present la incidència que ha tingut la generalització de les relacions de mercat en l'agricultura. La producció per al consum propi ha anat perdent terreny a favor de la producció per al mercat, sobretot a partir del segle XIX, i una de les seves característiques ha estat la substitució de la varietat en la producció pel monocultiu i la cria intensiva de bestiar.

També l'ús de la maquinària com a mitjà de producció ha fet disminuir la presència de les dones al camp i, per tant, el seu tancament en l'espai de la llar.

Les innovacions tecnològiques també arriben a la llar i així la instal·lació de l'aigua corrent, l'electricitat, les cuines, les neveres, els congeladors, etc., han suposat, sens dubte, una simplificació de les feines domèstiques, han permès una reordenació del temps de les mestresses de casa i una optimització dels seus recursos alimentaris que s'han vist reflectits en la forma d'elaborar i presentar els seus àpats.

La incorporació de les dones al mercat, en aquest cas, al del treball, ja sigui en la condició d'assalariades o com a treballadores per compte propi s'ha considerat un dels factors de canvi i transformació més importants en la composició de les llars familiars espanyoles. En els darrers trenta anys s'ha produït un augment de la taxa d'activitat femenina que ha passat d'un 40% a un 70% en el conjunt de les dones entre 25 i 49 anys d'edat.

Amb tot, la persistència del paper tradicional de la dona en la llar continua encara avui afectant negativament la seva integració i la seva promoció laboral i social fins al punt que a la Unió Europea el 14,1% de les persones qualificades com a inactives en les estadístiques sobre ocupació desitjarien realitzar un treball assalariat, però un 30% manifesten que no poden per obligacions personals i familiars. La persistència d'aquest paper tradicional avui en dia explica que les dones constitueixin una majoria entre les persones que treballen a temps parcial i una minoria entre les que treballen a temps complet. La incorporació de la dona al mercat de treball, d'altra banda, donarà lloc a una doble jornada, és a dir, treballarà dins i fora de la llar, i continuarà pensant en les necessitats de la llar i de la família mentre realitza la seva activitat professional.

El fet que la dona hagi continuat assumint la responsabilitat de la cura de la llar i de les persones del seu entorn familiar ha suposat que un dels fets més importants que han succeït en el segle passat, com és el de la incorporació generalitzada de les dones al mercat de treball, s'hagi produït de forma silenciosa. És en aquests darrers anys, quan s'han començat a prendre mesures legislatives adreçades a compartir les responsabilitats de la vida laboral i familiar.

L'augment de la participació de les dones en el mercat de treball ha donat lloc a l'aparició d'un dels possibles filons d'ocupació, ja que a partir d'aquesta incorporació es produeix un nou tipus d'intercanvi de treball pagat per béns i serveis que abans eren realitzats per les dones. Les tasques que les dones realitzaven les continuaran realitzant altres dones, però des d'una altra condició, la laboral. Aquests nous filons poden ser en forma de serveis o en mercaderies directes (per exemple, elaboració de plats precuinats) o en mercaderies indirectes (per exemple, en la fabricació de màquines que supleixin i realitzin part dels treballs de la llar). En aquest sentit la mercantilització dels serveis de proximitat genera una millora en les infraestructures socials alhora que allibera les dones de les tasques tradicionalment assignades, creant-se així, en definitiva, noves formes i noves oportunitats d'ocupació.

Mitjançant aquest llibre tenim l'ocasió de recordar una de les activitats més importants de les dones de les nostres terres i reconèixer la seva contribució al benestar de tota la família, tenint cura, entre altres activitats, de la seva alimentació.

El repte de futur rau en el fet d'aconseguir que les dones i els homes puguin gaudir del plaer que suposa cuinar i menjar, i que aquesta activitat deixi de ser concebuda com una obligació atribuïda a un determinat col·lectiu només pel fet d'haver estat definida, tradicionalment, com a femenina. Esperem que es trenqui amb les categories de gènere i la divisió sexual del treball en la llar i que tots i totes puguem gaudir del fet cultural que és la nostra cuina i que les receptes d'aquest llibre permetin preparar excel·lents plats per menjar a l'entorn d'una taula parlant del futur que volem.

Lleida, 19 de maig de 2003

Agnès Pardell Veà

Els primers plats

Iniciem la descoberta de les receptes amb el capítol dels primers plats. Aquí hi trobareu amanides, arrossos, olles... vint-i-sis propostes per posar a taula plats coneguts dels quals sovint no tenim la recepta a mà i d'altres que ens obren l'oportunitat d'incorporar novetats a la nostra dieta. Les verdures de l'hort i les herbes aromàtiques en són les protagonistes o les acompanyants.

Ingredients per a 4 persones:

4 albergínies
1/4 de coliflor
100 g de mongetes tendres
1 ceba
2 grans d'all
100 g de pèsols
1 patata
100 g de formatge ratllat

Beixamel:

1/4 de litre de llet
2 cullerades de farina
100 g de mantega
sal i pebre blanc

Preparació:

Tallem les albergínies al llarg i les buidem vigilant de no partir la pell. Trossejarem les verdures i el que el que hem tret de dins de l'albergínia i ho fregim. Un cop cuit ho barregem tot i farcim les albergínies que anirem col·locant en una safata per introduir al forn.

Preparem la beixamel en una paella, on posem a coure la mantega, un cop fosa hi afegim la farina, i seguidament fem la beixamel amb la llet. Ho anem remenant a poc a poc procurant que no hi quedi grumolls; quan s'hagi lligat la beixamel, la tirem sobre les albergínies i pel damunt, el formatge ratllat i ho posem al forn durant 15 minuts. Aquest plat s'acompanya amb un bon vi blanc.

Comentari:

Amb aquesta recepta diuen que no cal pas un segon plat, fins i tot la podria desmerèixer. Es cuina principalment a l'estiu, temporada de l'albergínia. L'albergínia és un producte de l'horta molt apreciat i avui en dia se'n cultiven de diferents varietats. A més de poder-les fer farcides de productes diferents, són molt bones per a escalivar o per fer truites, i arrebossades són un acompanyament perfecte per a les carns.

Amanida de verdures de l'hort

Vocalida de Dones de l'AAVV. Partida de Granyena i Limítrofes

Ingredients:

1/4 kg de mongetes tendres

1/4 kg de pèsols

6 espàrrecs

1/4 kg de xampinyons

4 carxofes

2 pastanagues

2 alls

julivert

una mica de conyac

oli d'oliva

sal

pebre

2 fulles de llorer

1 ceba

2 ous durs

Preparació:

Es bullen les verdures amb aigua i una mica de sal. Una vegada cuites es fiquen en una cassola de terra.

Se sofregeix, en una paella amb oli d'oliva, la ceba, els alls i el julivert. S'afegeix el conyac, el llorer i se salpebra. Quan ja està tot fet es fica damunt de les verdures i es deixa amorosir a foc lent 3 minuts.

Se serveix en la mateixa cassola de terra amb els ous durs i partits per la meitat.

Comentari:

És un plat fàcil de fer i propi dels mesos de primavera ja que s'utilitzen les verdures fresques de l'hort.

Els espàrrecs, un dels ingredients d'aquesta amanida, eren collits de les esparregueres crescudes als marges dels camins i dels camps i encara avui dia es conserva l'afició d'anar-ne a collir bé per ser cuinats per a fer truites o per posar en una amanida.

Quan els espàrrecs espigaven, les senyores anaven a collir rames de l'esparreguera com a complement verd per a un ram de flors per portar a l'ermita.

Ingredients:

5 taronges
200 g de bacallà
4 ous durs
2 cebes tendres
oli d'oliva

Preparació:

S'ha de coure el bacallà directament a la flama viva, un cop cuit es posa en remull 15 minuts. Talleu les taronges a trossos i afegiu-hi el bacallà esmicolat, els ous durs, les cebes tallades a la juliana i l'oli al gust i munteu l'amanida.

Comentari:

La senyora M. Rosario, autora d'aquesta recepta, fa 42 anys que viu a Llívia. La va aprendre a fer a l'Alameda (Màlaga) de la seva mare i la continua fent encara. Aquesta amanida es menja com a plat únic, seguida d'unes postres que solen ser formatge o el pa de figa. És un plat per a sucari-hi pa.

Arròs al forn amb peus de porc, costella i botifarra negra

M. ROSA CASALS MIRET. *Partida de Llúvia*

Ingredients per a 4 persones:

400 g d'arròs
1 peu de porc tallat en quatre trossos
200 g de costella de porc
200 g de cansalada viada fresca
1 tros de botifarra negra per persona
100 g de cigrons
100 g de mongetes seques
1 pebrot roig
1 cabeça d'all
2 patates
2 tomates madures
oli d'oliva
sal
pebre

Preparació:

En una olla posarem a coure els peus de porc, els cigrons i les mongetes, que hauran estat en remull des de el dia abans. S'hi pot posar també una ceba i una fulla de llorer i se salarà al gust.

En una cassola de terra o de ferro que pugui anar al forn s'hi posa un raig d'oli d'oliva i s'hi fregeixen els alls, el pebrot i la botifarra. Una vegada fregit, es trau de la cassola i hi posem la costella trinxada a trossos petits i la cansalada també tallada. Hi afegim sal i un pols de pebre i quan ja estigui fregida la carn s'hi posa l'arròs; es deixa sofregir tot junt i s'hi afegeix l'aigua, un litre aproximadament, que serà la de coure els llegums. A continuació, s'hi va posant els alls, el pebrot, la botifarra, els peus de porc, els cigrons i les mongetes.

En una fregidora haurem fregit les patates tallades a discos que posarem per sobre de l'arròs.

A part, haurem tallat les tomates en rodanxes i, amanides amb sal, all i julivert, també les posem per sobre de l'arròs.

Mentre dura la cocció la cassola no ha de parar de bullir perquè l'arròs quedaria tou. Una vegada ho tinguem tot a punt el posarem al forn, calent al màxim, una mitja hora.

23

Comentari:

A València en diuen l'arròs de les malfeineres perquè segons expliquen, les dones el preparaven a casa i el portaven a coure al forn de pa. D'aquesta manera elles podien anar-se'n, mentrestant, a la perruqueria o a la compra sense haver-se de preocupar pel dinar.

Ingredients:

400 g de bacallà esqueixat
3 grans d'all
1 ceba
pebrot verd
pebrot roig
tomata
1/2 kg d'arròs
oli
1,25 l d'aigua

Preparació:

Es fa un sofregit amb la ceba, els pebrots i l'all. Quan és al punt, s'afegeix el bacallà i la tomata i es deixa coure tot junt. Una vegada cuit s'afegeix l'arròs i es remena bé i quan està sec s'hi posa l'aigua que tindrem a punt de bullir. Es deixa bullir 13 minuts i després es fa reposar uns 5 minuts.

Comentari:

Si el bacallà és salat no cal posar-hi sal. Sempre que es vulgui s'hi pot afegir altres ingredients, com per exemple caragols. Té altres possibilitats: amb tomata, samfaina, esqueixada. Solia ser plat únic. Les dones de Montcada solien anar a comprar el bacallà a ca l'Armengol o al mercat de Santa Maria Magdalena. Es conservava força dies al rebost, sense necessitat de refrigeració.

Ingredients:

mongetes
pèsols
carxofes
ceba
albergínia
pebrot
alls
tomates
caragols
arròs

Preparació:

En una paella amb oli se sofreixen les verdures i els caragols que s'hauran bullit abans, després s'hi posa l'arròs i es donen unes voltes. S'afegeix l'aigua, seguidament l'albergínia que s'haurà arrebossat abans, com a decoració, al damunt, i es deixa bullir 15 minuts. Es retira del foc i es deixa reposar 3 minuts tapat amb un drap de cotó.

25

Comentari:

“Aquest arròs me'l va explicar una senyora gran de la partida. Ella utilitzava la paella valenciana, en lloc de la cassola de fang, suposo que a causa del pas dels valencians que recol·lectaven l'arròs que es cultivava a Llúvia.”

Segons comenta la senyora Lolita, a Llúvia, als voltants dels anys cinquanta, s'hi feia arròs. El salobre de la terra hi impedia el cultiu dels cereals i dels arbres i, per tant, era una terra que necessitava l'aigua per a poder filtrar el salnitre i ser productiva. Amb aquesta tècnica s'aconseguí que la terra millorés i fos bona per a la posterior plantació i cultiu d'arbres fruiters, cereals i farratges.

Van ser gent de la partida, pagesos de tota la vida, els que es van dedicar a plantar-lo. En el temps de recol·lecció de l'arròs arribaven quadrilles d'arrossaires procedents de València buscant un ingrés extraordinari. No consta que se'n quedés cap a viure a Llúvia de manera definitiva; una vegada acabada la feina se'n tornaven al lloc d'origen. Aquest cultiu es va anar deixant a poc a poc a causa, sobretot, d'una baixada del preu i a la poca quantitat que se'n plantava.





Arrossars de Llivia

*Els arrossars de Llivia han estat uns grans desconeguts. Ara desapareguts, en els anys cinquanta van permetre fertilitzar les terres per a plantar-hi fruiters. Mentre hi van ser, a més a més d'arròs, van proporcionar un jornal a les dones i homes de la partida i també als temporers que venien des de València per a la recol·lecció.
Arxiu familiar.*

Ingredients:

oli

4 carxofes

un pebrot roig

una ceba

100 g xampinyons

2 pastanagues

150 g de pèsols

una albergínia petita

5 tasses de cafè d'arròs integral

aigua

sal

2 cullerades de tomata triturada

Preparació:

Dins d'una cassola de fang es posa la ceba tallada a trossos petits i l'oli. Quan la ceba estigui daurada s'hi posen les verdures i els bolets trossets, a foc lent, i s'hi afegeix la sal. Una vegada cuites les verdures, s'hi posa la tomata.

Després hi afegim aigua bullint (cal tenir en compte que l'arròs integral necessita el doble d'aigua que l'altre i uns 35 minuts de cocció), i tot seguit l'arròs, i es va remenant. Quan estigui gairebé cuit, hi afegim els pèsols fent que quedi una mica caldós. Es deixa reposar uns 15 minuts i ja està llest per a servir.

Comentari:

Aquest és un arròs que admet les verdures que l'hort ens ofereixi a cada estació. Fora de temporada, es poden cercar entre els pots de conserva aquells ingredients que la natura no proveeix. Els horts solen ser generosos i ofereixen una gran quantitat dels productes de cada moment, però aquesta generositat s'ha de compensar amb imaginació i previsió: imaginació per posar a taula un mateix producte cuinat de maneres diferents, previsió per emmagatzemar de la manera més adequada els excedents. Així, en època d'abundància de pebrots i albergínies una solució per no quedar-ne avorrits i alhora disposar-ne al llarg de l'any, era fer-los escalivats i guardar-los en conserva. El mateix es feia, i es fa, amb les tomates. Actualment, als mètodes tradicionals de conservació s'ha afegit el congelador, on hi podem trobar els pèsols, la carxofa, les pastanagues, els espinacs..., el que convingui collit de l'hort.

Ingredients per a 4 persones:

1/2 kg de gambes
3/4 kg de bolets (fredolics, gírgoles...)
6 alls
oli d'oliva
sal
1 copa de vi blanc

Preparació:

Es posen en una cassola els 6 alls a daurar.
S'enrosseixen les gambes en una paella a part amb oli d'oliva. Els fredolics, bullits, escorreguts i salats es posen a la cassola a coure amb les gambes amb l'oli i els alls.
S'hi afegeix una copa de vi blanc i es deixa 10 minuts fent xup-xup.

29

Comentari: _____

La pagesia estava acostumada a aprofitar i a gaudir de tot el que el camp donava. A les soques d'alguns arbres es trobaven bolets com els de xop i les gírgoles; solien ser soques podrides procedents dels arbres morts. Aquests bolets eren un bon complement per a molts plats.

Canelons de carn

Vocalia de Dones de l'AAVV Partida de Granyena i Limitrofes

Ingredients per a 4 persones:

12 plaques de canelons
250 g de carn picada de porc
100 g de carn picada de vedella
1 pit de pollastre picat
una mica de foie-gras
dos fetges de pollastre
1 ceba
unes branques de julivert
1 pebrot roig
1/2 copa de conyac
2 alls
100 g de formatge ratllat
una mica de mantega
oli d'oliva
sal i pebre

Beixamel:

2 cebes molt picades
oli d'oliva
farina
1 got de llet
sal i pebre

Preparació:

Es fica una cassola de terrissa amb oli al foc. S'afegeix la carn picada de porc, vedella i del pit del pollastre, el foie-gras, els fetges de pollastre. Es fregeix tot i quan falta una mica per acabar la cocció s'hi afegeix la ceba, els alls, el julivert, el pebrot roig, el conyac, la sal i el pebre i s'acaba de sofregir.

A banda, es bullen els canelons amb força aigua, una mica de sal i un rajolí d'oli. S'ha de procurar que l'aigua no pari de bullir i remenar-ho suaument. Deixeu-los 15 minuts i un cop cuits, escorreu-los i poseu-los en un recipient amb aigua freda. Després d'una estona, esteneu-los sobre un drap de cuina, es posa una cullerada de farciment en cada caneló i s'enrotllen.

S'unta una safata, resistent al forn, amb la mantega i s'hi posen els canelons ben arrencats i es cobreixen amb la salsa beixamel, s'escampa el formatge ratllat per sobre la salsa i es posen al forn a gratinar. Una vegada estan ben daurats, ja es poden servir.

Beixamel:

En una paella es fica l'oli i es fregeix la ceba tallada molt petita. Quan està ben rosseta, s'afegeix la farina i es deixa daurar; finalment s'hi posa la llet, la sal i el pebre i es deixa coure uns minuts fins que espessi.

Comentari:

És un plat típic de les festes nadalenques, concretament del dia de Sant Esteve. A casa es tenia una mica de tot, un parell de vaques, porcs, gallines, pollastres, oques, conills, verdura del temps i fruita. Els rucs i les mules també formaven part del bestiar que, en aquest cas, servia per a treballar i per a tirar dels carros, desplaçats amb l'arribada dels motocultors, dels tractors i, recentment, de les furgonetes. També es cultivava panís i el blat que, a més a més de vendre'l, servia per alimentar els animals. En parlar dels canelons, la cuinera explica que, per fer-los, no li calia anar a buscar res ja que s'hi posava aquella carn de què proveïen els animals de casa. La recepta s'ha anat adaptant als nous temps afegeint-hi la llauna de foie-gras i el rajolí de conyac.

Ingredients:

1 kg d'espínacs
100 g de panses de Corint
100 g de pinyons
sal
oli
2 alls
julivert

Preparació:

S'agafen els espínacs prèviament bullits, es posen en una paella amb oli fins que quedin cuits, després s'hi afegeix la picada d'all i julivert i es donen dos voltes i a continuació es posa la resta d'ingredients. Quan tinguem la pasta dels canelons bullida i escorreguts en aigua freda, els farcim amb els espínacs, els cobrim amb una beixamel i els gratinem al forn fins que quedin rossets.

31

Comentari:

Una altra possibilitat de farcir els canelons amb productes propis de l'horta és amb els espínacs, de fet, només calen uns pinyons, habituals als armaris de les cuines de les cases de pagès i les panses, del raïm de la parra assecat sobre els canyissos de les golfes, per posar a taula un plat senzill i agraït. Els espínacs tenen moltes possibilitats a la cuina, per acompanyar guisats, per fer-ne truites o farcir panadons. La temporada dels espínacs és força llarga, de la tardor a la primavera, tot i que la temporada alta és de febrer a març. Si se'n té l'oportunitat, de l'hort a la taula és com millor conserven les seves propietats naturals.

Ingredients per a dos persones:

Carabassa a daus
Mongetes cuites blanques
2 punys d'arròs per persona
1 sofregit de julivert i 2 alls picats
Oli d'oliva
1 ceba mitjana
Sal

Preparació:

Es posa una olla al foc, amb aigua, sal i la ceba pelada, quan arranqui el bull, s'incorpora la carabassa tallada a daus no massa grans, quan torni a arrançar el bull, s'hi afegeix l'arròs i les mongetes i es deixa coure fins que l'arròs és cuit, s'afegeix la picada i se serveix.

Comentari:

Abans es feia amb la típica carabassa gran, amb bonys, rodona. Actualment es fa servir també la carabassa allargada que, al ser llisa, té menys pèrdues. És un plat típic de l'hivern i força complet al portar també les mongetes. Les mongetes blanques solien ser de casa. Un cop collides de l'hort es posaven a assecar sobre una borrasa i un cop seques, amb una forca de fusta, es batiaven, ventaven i triaven per a guardar-les i poder-ne disposar al llarg de l'any. Les mongetes es planten per Sant Joan i es cullen al setembre. Aquestes es coneixien amb el nom de mongetes de l'abundància i a casa de la senyora Pujol encara en planten.

Ingredients:

1 kg. de carxofes
3 pastanagues
1 ceba
1/2 l de llet
100 g de cansalada
2 cullerades de farina
50 g de formatge ratllat
un llimó
una mica de mantega
una fulla de llorer
sal
nou moscada

Preparació:

Es couen les carxofes en aigua i llimó, la sal i una cullerada de farina. S'escorren, una vegada cuites, i es posen en una safata que pugui anar al forn. En una paella es fregeix la cansalada a trossets. Es treu i en el mateix oli es fregeix la ceba i les pastanagues tallades fines.

Quant el sofregit és a punt, s'hi afegeix la farina, la llet, la sal i el llorer i es deixa que cogui tot. S'aboca pel damunt de les carxofes, s'hi posa la cansalada, una mica de mantega i el formatge. Es gratina uns 15 minuts.

Comentari:

La carxofa era un producte apreciat a la cuina de l'horta i que agradava força a tots els membres de la família. Era habitual fer-ne truita, arrebossada com a acompanyament de la carn o guisada i fins tot bullida, com a verdura. La temporada comença a l'hivern i acaba a la primavera i, a més, les carxoferes, plantes grans i poc delicades, no cal plantar-les cada any ja que viuen d'una temporada a l'altra gràcies a la seva resistència a la climatologia. La manera de garantir un hort ben adobat era gràcies als fems del corral. Aquests es deixaven fermentar a l'era per tal que es fessin vells. Quan es preparava la terra per plantar, s'hi barrejava una mica d'aquest fem.

Cassola de l'horta

M. TERESA FARRERA FARRÉ. *Partida de Rufeà*

Ingredients per a 4 persones:

*un conill
una llonganissa
un kg de caragols
400 g de bolets
una ceba
una cabeça d'all
2 pebrots verds
2 tomates
un bitxo
unes branques de timó
pebre i sal
una copa de conyac*

34

Ingredients per a la picada:

*100 g d'ametlles
un manat de julivert
el fetge del conill
4 grans d'all*

Preparació:

Posem l'oli a la cassola i quan estigui calent hi tirem el conill i la llonganissa trossejats. Quan estigui gairebé cuit hi posem la copa de conyac, el pebrot, la ceba, els alls i el timó. Una vegada cuit hi afegim la tomata triturada. Mentre, posarem els caragols en una olla amb aigua, amb una mica de sal i el pebre. Els retirarem quan hagin tret la bava. Els agreguem a la cassola amb una mica d'aigua calenta i el bitxo i ho coem durant 30 minuts.

Preparem la picada amb el fetge del conill que haurem fregit i el posem en un morter junt amb la resta d'ingredients ja es-mentats i ho piquem. Un cop feta la picada, la tirem dins la cassola juntament amb els altres ingredients i també hi incorporem els bolets; ho deixem coure tot durant 10 minuts i ja estarà a punt per servir. Es pot acompanyar amb un bon vi negre.

Comentari:

Aquest és un plat que es cuina per a la família i també en ocasions especials com festes i aplecs. Sol presentar-se com a plat únic, això sí, acompanyat d'un bon porró de vi, si pot ser, del vi fet a casa. Quan es cuina per a una bona quantitat de persones, per celebrar alguna festa, se sol fer a l'aire lliure, i allí s'hi arremanguen també els homes, de fet, alguns força especialistes en la seva elaboració.

Cassola de tros

Vocalia de Dones de l'AAVV. Partida de Granyena i Limítrofes

Ingredients:

1/4 de pollastre
1/4 de conill
una tira de costella de porc
un tros de llonganissa
1/4 de kg de cargols plans
espinacs
patata
ceba i alls
pebrot i albergínia
poma
julivert
tomata
oli d'oliva

Per a la picada:

Ametlles, pa torrat, alls, julivert i pinyons.

Preparació:

En una cassola es fregeix el pollastre, el conill, la costella de porc i la llonganissa. A part, es bullen els caragols. Quan està tot fregit, es treuen els talls i en el mateix oli es fa un sofregit de totes les verdures. A continuació s'afegeix la tomata i quan ha fet xup-xup uns deu minuts, s'hi posen els talls, els caragols i la poma. Es deixa coure uns 5 minuts més i tot seguit hi aboquem la picada, una mica més d'aigua (la que demani la cassola) que es deixarà coure uns 5 minuts. Després es deixa reposar 1/4 d'hora, tapada amb un drap o una tapa.

Picada:

Tot molt picat al morter afegint-hi una mica d'aigua.

Comentari:

Aquesta és la cassola de germanor que inicia la festa de l'aplec de Granyena, el segon aplec que es fa a la partida i que té lloc el tercer diumenge de setembre i cada sis anys, el quart, per tal de no coincidir amb l'aplec de Butsenit. Fa deu anys que l'Associació de Veïns s'ocupa de fer-la. Una colla veïns i veïnes inicien els preparatius de la festa amb la matança del porc. Se'n maten dos i es fan les fan les botifarres i llonganisses que, juntament amb el llom, són el tall d'aquesta cassola. L'aplec de Granyena és dels més antics dels que se celebren a Lleida i en diu la tradició que un pastor va veure un bou agenollat davant d'una cova adorant-hi la imatge d'una marededéu. Allí mateix erigiren una ermita. L'ermita i la verge reberen el nom de Granyena, nom de l'amo d'aquelles terres alliberades als sarraïns, Berenguer de Granyena. La vessant més lúdica de l'aplec s'ha situat als voltants del menjar i de la música. És i ha estat una festa multitudinària. Expliquen les dones de la partida que amb els canyissos els homes en feien un tancat i a dins s'hi feia el ball. La gent de Lleida hi pujaven a peu, en bicicleta i més endavant en moto, abans que arribés el cotxe. El marit d'una de les cuineres d'aquest llibre ho aprofitava per fer-hi el seu agost, també edificava un tancat provisional de canyissos on la gent que venia de Lleida hi guardava les bicicletes, previ pagament.

Ingredients per a 4 persones:

1 kg d'espínacs
2 grans d'all
50 g de panses
50 g de pinyons
200 g de mongetes blanques seques (prèviament cuites)
sal
oli d'oliva

Preparació:

Rentem els espínacs i els bullim 10 minuts, després els escorrem perquè no deixin aigua en fregir-los.

Posem una paella al foc amb oli, quan estigui calent hi fregim els alls picats i quan estiguin daurats hi afegim els espínacs i la sal fins que es fregeixin bé. Passats uns minuts, hi incorporem les mongetes blanques i ho sofregim una mica més tot junt. Uns minuts abans de servir-ho hi posem les panses i els pinyons. Caldrà vigilar la cocció dels alls, ja que si es torren o es cremen poden donar-hi sabor amarg.

Comentari:

Amb els espínacs es fan plats exquisits com els espínacs i mongetes amb llonganissa, amb costella, amb bacallà, amb cigrons i xoriço i també, com ja hem dit, panadons i truites. Els pinyons que acompanyen aquesta recepta els plegaven del terra dels pinars dels voltants, els trencaven i guardaven els fruits per a fer-ne, sobretot, picades.

Ingredients per a 4 persones:

2 kg de faves
un manat d'all
oli
1 ceba mitjana
sal

Preparació:

Primer que res posem les faves a bullir, amb aigua, sal i la ceba mentrestant, en un morter, piquem els alls tendres i anem afegint l'oli a poc a poc per anar lligant l'all i l'oli. Un cop les faves seran cuites (entre 35 minuts i una hora, depenent de la mida i la classe de les faves) i l'allioli lligat, ja podem preparar el plat, col·loquem les faves en una plata i aboquem l'allioli per sobre. Aquest plat requereix un bon vi negre.

37

Comentari:

Un plat propi del mes de maig, temporada de les faves que, de fet, és molt curta, de començaments a mitjans de mes. Passades aquestes dates les faves solen ser més dures. També es poden fer estofades amb els productes de la matança. Les faves se solen trobar a tots els horts de les cases de pagès i, com que vénen ràpid i de manera abundant, se solen cuinar sovint. Al ser molt tendres es couen aviat, com resa la dita: "les faves volen això: un glop i bo".

Ingredients per a 4 persones:

2 albergínies
4 talls de pernil dolç
4 talls de formatge
1 ou
pa ratllat
oli

Preparació:

Es tallen les albergínies per la meitat, al llarg. Cada meitat es talla també sense arribar al final, que es pugui obrir com si fos un llibre i es posen en aigua calenta i salada durant mitja hora. Es colen i es deixen assecar. Mentre, es preparen els talls de pernil embolicant-ne cada un amb un tall de formatge i es posen entre els dos fulls de l'albergínia. Una vegada tancats els llibrets es passen per ou i pa ratllat i es fregeixen amb una bona quantitat d'oli.

Comentari:

Fer l'hort ha estat una feina pròpia de les cases de pagès, però també un costum que han continuat les famílies emigrants del camp que en els anys 50 i 60 van deixar les terres per cercar, a la ciutat, noves oportunitats de treball. A l'horta de Lleida moltes famílies d'origen andalús, aragonès o del mateix Pirineu, han comprat o llogat un tros per fer-ne l'hort.

Algunes cabanes per guardar-hi les eines s'han anat transformant en torres i en alguns casos xalets, on anar a passar la tarda o el cap de setmana o bé, fins i tot, on fixar-hi la residència, com és el cas de l'autora d'aquesta recepta que en el seu hort hi té plantats tota mena d'arbres fruiters, a més a més de les verdures i de l'albergínia protagonista d'aquest plat.

Ingredients:

300 g de congre
250 g de bacallà
50 g de cigrons
4 alls
una ceba
una fulla de bleada
una patata
300 g d'arròs

Preparació:

En una olla s'hi posa quatre litres d'aigua aproximadament, els cigrons, la ceba sencera i es deixa bullir una estona. A continuació s'hi afegeix el congre i, després de mitja hora, s'hi afegeix el bacallà i la bleada.

En una paella es fregeixen els alls i el julivert que una vegada fets els posem a l'olla, retirem la ceba i a continuació hi incorporem l'arròs i es deixa bullir tot uns 20 minuts.

Comentari:

Aquest plat era habitual cuinar-lo el Dimecres de Cendra i els dies d'abstinència de carn que marca la tradició catòlica, els divendres de Quaresma. Era molt apreciat i complet. Es menjava com a plat únic. El congre no sempre es trobava al mercat. En solia haver als voltants de Quaresma i per la Setmana Santa. Avui en dia ja són poques les cases que conserven la tradició de cuinar aquest peix.

Paella de peix

Vocalia de Dones de l'AAVV Partida de Granyena i Limítrofes

Ingredients per a 4 persones:

1 calamar

1 sèpia

1/2 kg de musclos

8 gambes

4 escamarlans

50 g de pèsols

1 pebrot roig

2 alls

4 fulles de llorer

1 ceba

2 tomates

40 uns filets de safrà

julivert

sal i pebre

oli d'oliva

1 tassa de cafè d'arròs per persona

3 tasses d'aigua o de caldo de peix

per cada tassa d'arròs

Preparació:

Netegem el musclos i els obrim al vapor. Preparem el calamar i la sèpia. Es fica una cassola de terra al foc amb l'oli d'oliva, i s'hi fregeixen les gambes i els escamarlans, els retirem i en el mateix oli fregim la sèpia i el calamar a trossos petits. Quan està mig fregit, s'afegeix la ceba, el pebrot, els alls i el julivert i se sofregeix tot. Seguidament s'hi afegeix les tomates pelades i trossegades. Una vegada cuita la tomata s'hi posa l'arròs barrejant-ho tot i es deixa que es dauri una mica sense deixar de remenar. S'afegeix l'aigua o el caldo i, quan bull tot, s'hi posen els musclos, les gambes, els escamarlans, els pèsols, les fulles de llorer, el safrà, la sal i el pebre. Després d'uns 20 minuts el traiem del foc i el deixem reposar uns minuts més.

A l'horta, la tradició era fer l'arròs amb peix amb cassola de fang. Si el fem en una paella, no cal tanta aigua.

Comentari:

L'arròs amb peix és també un dels menjars que agermana i és el plat preferit per a celebrar el dia dels socis a la partida de Granyena. El peix de mar no ha estat absent a les taules de les torres de l'horta perquè regularment hi pujaven de Lleida peixaters a fer-ne la venda ambulat, a Granyena, com expliquen les dones de la partida, porta per porta. També se'n comprava al mercat perquè la gent de pagès que hi venia la fruita, la verdura i els animals de corral, en acabar de vendre, compraven el que els calia per casa: el peix, les sabates, la roba. Les dones de l'horta baixaven al mercat amb els marits, i expliquen que havien de matinar molt per trobar un bon lloc on posar la parada. N'hi ha que, fins i tot, passaven la nit dormint al carro per ser les primeres a triar-lo.

Ingredients per a 4 persones:

250 g de pasta (espirals o llacets de vegetals)

200 g d'espinacs

50 g de pinyons

2 grans d'all

250 ml de crema de llet

1 porció de formatge blau o rocafort

1 culleradeta de mantega o

margarina

Preparació:

Primer es bull la pasta amb una mica de sal. Mentre, se sofregeixen els espinacs amb els alls tallats ben petits i els pinyons. S'escalfa la crema de llet i s'hi afegeix el formatge i la mantega.

A l'últim, s'escorre la pasta, es mescla amb els espinacs i es barreja tot amb la crema de rocafort.

41

Comentari:

Les dones de l'horta han anat adaptant-se i actualitzant l'art de la cuina als temps actuals i a les modes. Els espinacs, la seva manera de cuinar-los i de combinar-los amb d'altres ingredients, és àmplia, com es pot veure al llarg del llibre. Avui que molts horts ja s'han abandonat per falta de temps o perquè els fruiters s'han apropiat de la terra, les dones de l'horta es resisteixen a haver-los de comprar al mercat o les botigues, i els van a buscar als horts veïns o dels parents.

Ingredients:

1 kg de patates
una picada
2 ous durs
ametlles
sal
pebre roig dolç
oli
una mica de vinagre

42

Preparació:

Bullim les patates amb pell, una vegada cuites i fredes es pelen i es tallen a rodones.

Al morter es fa una picada d'ametlles, l'ou dur, el pebre roig, l'oli, el vinagre i la sal, i es lliga tot. Després es posa per sobre de les patates.

Comentari:

Aquest és un plat barat i molt senzill de preparar, se serveix fred i es pot fer al llarg de tot l'any. "La padrina em deia que abans es feia molt sovint perquè era un plat que afartava molt i eren uns altres temps, s'havien de portar a taula plats que atipessin i fets amb productes propis." De patates i ous a totes les torres o masies sempre n'hi havia.

Ingredients:

1 kg de patates
100 g de pernil salat
1 ceba
1 ou
una mica de mantega
1 rajolí d'oli
formatge ratllat

Preparació:

Pelem les patates i les tallem a trossets per fer-les bullir. Quan estan cuites les traiem amb una escumadora i les col·loquem en un plat per aixafar-les amb una forquilla. Reservem l'aigua.

A part, fem un sofregit amb la ceba i el pernil tallat a bocinets. Aquest sofregit l'incorporem a les patates i hi afegim l'ou batut i una mica de llet. Hi tirem un raget de l'aigua de les patates i ho barregem fins aconseguir la textura desitjada, ni massa espessa ni massa clara.

Ho col·loquem a la safata del forn i amb una forquilla li donem la forma que vulguem. Hi afegim el formatge ratllat i una mica de mantega i ho gratinem.

Comentari:

Un altre plat fàcil de preparar i econòmic. Les patates que la senyora Àngela utilitzava eren del propi hort. Actualment solen fer anar la varietat Kennebec, que és molt blanca i fina i, a més a més, no es desfà. Per a confeccionar aquest plat solien utilitzar les espatlles del porc curades. La gent pagesa de les partides solia anar a vendre les patates al mercat de Santa Maria Magdalena per aconseguir uns diners extra, bé per a l'estalvi, bé per tenir un raconet per al dia de demà o bé per a poder fer front a un pagament immediat. De la cura dels animals del corral se'n solia ocupar la dona i d'una part dels guanys que en treia, no en donava comptes al marit. Aquests calerons servien per comprar la roba per a fer, o donar a fer, l'aixovar de les filles.



*Collint les patates del bancal.
amb l'ajut de tota la família
(1997). La mestressa de casa
és la fotògrafa. L'any següent,
una màquina va passar a fer la
feina més feixuga d'aixecar les
patates del terra.
Arxiu familiar (Rufea).*



*Picant el noguer.
El temps de plegar les nous és
al setembre. Arxiu familiar
(Rufea).*



*La collita de les pomes en
companyia de tota la família.
Arxiu familiar (Rufea).*



Ingredients per a 4 persones:

4 patates mitjanes
pebrots (de morro de bou)
2 cebetes
sal
200 g de bonítol en oli
8 olives negres
vinagre
julivert

Per a acompanyar:
salsa maionesa

Preparació:

Coem les patates, amb la pell, a foc lent, posant-hi sal i una mica de vinagre a l'aigua perquè no es trenqui la pell. Una vegada cuites, les pelem i les tallem pel mig, al llarg. Les buidem amb una cullera.

En un bol, mesquem el bonítol amb les cebetes, picades molt fines i amb una mica de salsa maionesa. Amb aquesta pasta les farcim. Cobrim les patates amb la resta de la maionesa, les guarnim amb tires de pebrot (untat amb oli i sal, cuit i pelat) i les olives negres. Per acabar, hi posem un polsim de julivert picat.

Comentari:

Plat que se serveix fred però que és bo en qualsevol època de l'any. A excepció del bonítol, que es comprava a granel, al mercat, la resta d'ingredients es tenien a casa.

Ingredients per a 4 persones:

8 ous
300 g de carxofes (ja netes)
300 g d'espínacs (bullits)
300 g de patates (pelades)
una ceba grossa
una safata de xampinyons
oli
100 g de formatge ratllat

beixamel:

una ceba petita
farina
mantega
750 ml de llet
sal
pebre

Preparació:

Fregim les verdures, cada una a part, amb poc oli d'oliva. Batem els ous, dos, per a la truita de carxofes. Fem la truita. Una vegada feta, la posem en un bol alt i que pugui anar al forn. Fem el mateix amb la d'espínacs i la de patates. Amb un ou fem la truita de ceba i amb l'altre la de xampinyons.

Posem les truites una damunt de l'altra, pel damunt la salsa beixamel que haurem elaborat de la següent manera: tallem la ceba petita i la fregim amb la mantega. Una vegada feta hi afegim la farina que remenarem una estona perquè es cogui i a continuació ja hi afegirem la llet, escalfada i de mica en mica, remenant contínuament fins que espessi. Quan estigui a mig fer hi posarem la sal i el pebre.

Cobrim les truites amb la beixamel, hi escampem per sobre el formatge ratllat i ho posem al forn a gratinar.

Comentari:

Aquesta recepta és més pròpia de la cuina actual, tot i estar basada en els diferents tipus de truites, fetes de sempre, que era habitual trobar damunt la taula a l'hora del sopar, acompanyades d'una bona amanida verda i una mica de tall, com podia ser un tros de cansalada, botifarra, llonganissa o llom de la tupina.

Ingredients:

Per al caldo:

un cap de rap petit

300 g de musclos

una ceba

oli

una cullerada de farina

3 cullerades de salsa de tomata

2 grans d'all

una tomata madura

aigua

48

Per a la sopa:

100 g de rap

100 g de lluç

100 g de gambes pelades

un ou dur

pa fregit

Preparació:

En una cassola es posa el cap del rap, els musclos i la verdura trossejada. Es fa bullir amb dos litres d'aigua i la sal corresponent. Quan comenci a bullir, es treu l'escuma que desprèn. Mentrestant, fem un sofregit amb la ceba picada i l'all, quan estigui rosset, hi afegim la farina i la salsa de tomata, deixem sofregir 10 minuts, i l'incorporem al caldo, ho deixem coure tot, en total 45 minuts, màxim una hora. El colem i iniciem la preparació de la sopa.

Esqueixem el lluç i el rap, recuperem els musclos del caldo, passem les cues de gamba per la paella i ho posem tot a bullir dins del caldo. Rectifiquem de sal i ho servim amb l'ou dur esmicolat i uns crostons de pa fregit.

Comentari:

El peix fresc procedent de la mar, tot i no ser un producte molt habitual a la cuina de l'horta, també formava part del repertori d'ingredients per posar a la cassola, gràcies a la venda ambulante dels peixaters que, fent sonar el timbre de la bicicleta primer, de la moto després i finalment el clàxon del cotxe, avisava de la seva presència les veïnes. El peixater passava, un cop per setmana, per les torres aïllades, una per una, i tenia dos o tres llocs centrals, on s'aturava esperant que les mestresses de casa vinguessin a comprar la sardina fresca, el seitó o les gambes, musclos i sèpia per a l'arròs. De tant en tant també es comprava un lluç fresc i per aprofitar-ne el cap i l'espina se'n feia, i se'n fa, un suau fumet. El mateix sistema, porta a porta, seguia l'esmolet, encarregat de deixar ben esmolats ganivets, tisores i tota mena d'estris per tallar.

Ingredients:

1 col
patates
alls
oli
cansalada
sal

Preparació:

Es bullen les patates i la col. S'escorren. En una paella es fregeixen els alls i s'hi tira la col amb la patata i es deixa sofregir una bona estona.

A part, es fregeix en una paella la cansalada tallada a tires fins que estigui ben desgreixada i cruixent. A l'hora de servir es posa la rosta damunt de la verdura. (La rosta és la cansalada blanca.)

49

Comentari:

Plat típic del Pirineu, més propi de l'hivern, elaborat aprofitant la cansalada de la matança. La matança del porc encara segueix fent-se a la partida de Llúvia, malgrat que no a totes les cases. De la matança se'n quedaven les botifarres i la cansalada per al consum propi i en portaven a vendre la resta. Si s'ho podien quedar, amb el llom i la costella en feien la tupina, que proveïa de tall la resta de l'any.

Els segons plats

Dels animals de corral en trobareu les mil maneres de cuinar-los, guisats o trinxats per fer-ne farcits n'hi ha una bona varietat. El peix no hi és absent gràcies a les receptes pròpies de la Setmana Santa com en altres propostes més modernes de mar i muntanya.

Ingredients:

1 ànec
1 fulla de llorer
1 ceba grossa o 2 de petites
1 o 2 tomates madures
2 vasos d'aigua
14 o 15 ametlles torrades
1 o 2 grans d'all
julivert
2 maries
1 raig de Cointreau
4 o 5 taronges

52

Preparació:

Tallem l'ànec, el salpebrem i el posem en una cassola amb oli, la fulla de llorer i un raig de vinagre. A part, fem un sofregit amb la ceba, un cop mig cuita, hi posem la tomata.

Quan l'ànec estigui cuit, li tirem el sofregit per sobre, un parell de gots d'aigua calenta i deixem que bulli a foc lent.

Fem la picada amb les ametlles, els alls, el julivert, les maries i l'afegim a la cassola. Ho remenem una mica, hi afegim el raig de Cointreau i el suc de les taronges. Ho deixem bullir tot junt.

Es pot servir amb rodanxes de taronja al voltant de la safata i l'ànec al mig.

Comentari:

La Margarita ha après aquesta recepta del seu pare. D'ànecs se'n criaven per a cuinar-los per Nadal i també per a vendre'ls per aquestes dates. Abans se solien coure estofats i es guisaven amb els mateixos greixos de l'au i amb un bocí de cansalada o carn magra, que els feia més melosos i no calia afegir-hi oli.

Ingredients:

8 trossos de bacallà
4 carxofes
4 ous durs
farina
alls
julivert
safrà
oli d'oliva

Preparació:

S'enfarinen les carxofes i el bacallà i es fregeixen. Després es passen a una cassola de terra, s'hi afegeix la picada, una mica d'aigua i els ous durs. Es deixa coure a foc lent durant un quart d'hora.

Elaboració de la picada:

Es fregeix la farina amb l'oli i s'hi afegeix la picada feta amb els alls, el julivert i el safrà.

Comentari:

Plat típic i habitual en els Divendres de Quaresma. La cuinera que ens proporciona la recepta la va aprendre de la seva padrina.

Tret del bacallà i del safrà que es compraven al mercat, la resta d'ingredients d'aquest plat es trobaven a casa: els ous, la farina, els alls i el julivert. L'oli s'anava a comprar a les Garrigues.

Ingredients per a 4 persones:

4 talls de bacallà
1/2 kg d'espínacs
all
julivert
panses
pinyons
cansaldada

Salsa:
allíoli

Preparació:

Es fa un sofregit amb els espinacs, la cansalada, l'all, el julivert, les panses i els pinyons. Se sofregeix el bacallà enfarinat.

Es posa un fons de plat amb el sofregit d'espínacs, el bacallà a sobre amb una cullerada d'allíoli i es gratina al forn.

Comentari:

El bacallà era un ingredient força habitual a la taula de les cases de l'horta, en primer lloc perquè el seu preu era assequible i, en segon lloc, perquè es conservava força temps. Era un dels productes que es posaven a la cistella quan tornaven del mercat de Lleida després d'haver-la buidat dels productes de l'hort i del corral que havien portat a vendre. Les panses que l'acompanyen són el fruit assecat de la parra que dona ombra a l'estiu i s'empraven per a condimentar els guisats, per als panadons i com a postres al costat d'unes ametlles i d'un vi ranci.

Ingredients:

6 talls de bacallà o lluç
4 carxofes
farina
oli
llet
ametlles
6 grans d'all
5 ous

Preparació:

S'enfarina el peix i es fregeix. El mateix es fa amb les carxofes. Courem 3 ous durant 10 minuts. Amb els altres dos farem una truita amb trampa, és a dir, afegirem als ous, una vegada batuts, un rajolí de llet i una cullerada de farina i, amb l'oli ben calent a la paella, farem la truita.

Quan tot és a punt es col·loca en una cassola gran i s'hi afegeix una picada d'all, ametlles, una torradeta de pa i una mica d'aigua o suquet i es deixa fer xup-xup a foc lent durant 20 minuts.

Comentari:

Aquest és també un plat propi de la Setmana Santa. Se sol fer per Divendres Sant. La senyora Lourdes va aprendre a cuinar-la de la seva mare i continua fent-la. És una cassola que omple força i que permet seguir amb els rituals religiosos. Encara n'hi ha que expliquen que la prohibició de menjar carn, motiu per posar aquest plat a taula en aquestes dates, es podia obviar amb la dispensa que atorgava l'autoritat eclesiàstica previ pagament de la butlla, la qual es concedia per un motiu raonat. Ens diuen que la gent malalta, vella o rica, eren els que solien gaudir de l'esmentada dispensa.

Ingredients per a 4 persones:

1 conill
20 g de panses
20 g de pinyons
4 fulles de llorer
una branca de timó
una branca de romaní
una cullerada de farina
un vas de caldo
oli d'oliva
un vas de vi blanc

Preparació:

Es trosseja el conill. Escalfem l'oli en una cassola de fang i hi daurem els talls de conill a foc lent. Hi aboquem la farina i el vi blanc i deixem bullir fins que redueixi. Afegim el caldo, el llorer, el romaní, el timó i les panses. El tapem i deixem que cogui tot a foc lent fins que el conill estigui tendre. Finalment, hi afegim els pinyons i ho deixem coure 5 minuts a foc lent.

Comentari:

El conill guisat amb herbes és un dels plats més present a les taules de les torres de l'horta lleidatana. Tots els ingredients que formen part de la recepta es trobaven a casa, des de l'animal, criat al corral, fins a la farina, passant pels pinyons, trencats amb paciència, fins a les panses, el timó, el llorer o el romaní. A Lleida, ca l'Angeleta, a la plaça de la Sal, era la casa de més anomenada (segons explicaven les senyores de Granyena) on anar a comprar les cassoles de fang que servien a per fer-hi els guisats i les tupines per conservar-hi el porc.

Ingredients:

un conill
oli
sal
pebre
bolets de xop
albergínies
ametlles torrades i naturals
julivert
farina
timó
alls
ceba
carxofes

Preparació:

Es trosseja el conill, se sala, es posa al foc en una cassola de fang amb l'oli calent i es daura. A continuació s'hi afegeix la ceba, a trossets o senceres si són petites. Es renten els bolets amb aigua calenta i els posem a la cassola.

A part, saltem les carxofes i l'albergínia laminada, una vegada passades per farina.

A continuació picarem en el morter els alls, el julivert, les ametlles i unes làmines de albergínia. Una vegada estigui tot ben picat, afegim aigua calenta al morter i s'aboca a la cassola. Posem a la cassola les carxofes i l'albergínia que hem reservat i el timó i ho deixem coure tot a foc lent.

Comentari:

De conills sempre n'hi havia, als corrals, i era i és l'ingredient bàsic de molts plats: arròs amb conill, conill amb bolets, conill amb verdures i, no cal dir, conill a la brasa amb allioli. Guisar els conills donava molta feina perquè calia, primer, criar-los, anar a buscar l'herba per alimentar-los (roselles, a la primavera, fulles d'olivera a l'hivern...), vigilar que no agafessin cap pesta, triar l'exemplar que tenia el pes adequat, matar-lo, espèllar-lo i posar-lo a la cassola. A vegades el cop de gràcia ja el rebien al mateix corral.

Els animals una mica esguerrats o poc atractius solien quedar-se a casa i es portaven a vendre els que feien més goig. La recepta que presenta la senyora Pepita admet els productes de cada temporada i la va aprendre de la seva mare.

Ingredients:

1 conill
2 cebes
llorer
2 tomates
1 picada (ametlles, avellanes,
pinyons, etc.)
farigola
sal, pebre negre
1 vas de vi blanc
caldo de carn o aigua tèbia

Preparació:

Es posa el conill a trossos, la ceba, també a trossos, i el llorer a la cassola de fang, amb una mica d'oli.

Es fa enrossir, quan el fetge sigui cuit, es treu i es posa al morter amb una picada (una mica de julivert, sal, pebre i timó), s'afegeix el got de vi blanc, es pica tot i es posa dins del conill i es fa coure uns minuts.

Després es posa el brou, sense que cobreixi, i es deixa que faci xup-xup fins que estigui fet.

Comentari:

Del conill s'aprofitaven també les pells que, per tal que s'assequessin més ràpidament, s'espetegaven a les parets més amagades del corral i es deixaven allí enganxades fins que s'eixugaven, tot esperant que passés el pellaire o la pellaire que les bescanviava per fils, botons, canuts d'agulles i altres productes de merceria. En els darrers temps els diners van substituir la pràctica de la barata i diuen les senyores de Llúvia que hi pujava una dona gitana a buscar-les fins que el poc preu que rebien a canvi i la desaparició progressiva dels corrals van acabar amb aquest costum.

Ingredients:

1 conill
100 g de pèsols
carxofes petites
pastanagues
cebes
1 got de vi
1 fulla de llorer
timó
oli
sal

Preparació:

Es trosseja el conill i es fregeix una mica en una paella amb oli. Es posa en una cassola de fang, s'afegeix l'oli de fregir-lo, el llorer, el timó i el vi. Es tapa perquè es cogui a foc lent durant 20 minuts.

S'afegeixen les carxofes, els pèsols, la ceba i la pastanaga tallades i les patates senceres i pelades, es remena, es cobreix amb aigua calenta i es rectifica de sal. Es cou suaument fins que estigui tendre.

Comentari:

Els guisats eren habituals a les torres de l'horta, principalment en els mesos del fred quan la feina del camp no era tan abundant i es podia estar més estona dins de casa i, sobretot, hi havia temps suficient per assaborir-ne els menjars. El conill era, i és, l'animal que es trobava més a mà, es criava en un parell de mesos i es reproduïa amb facilitat. Ja hem vist que, a més a més, se n'aprofitaven les pells el valor de les quals depenia de si s'havien eixugat bé i del seu color, normalment gris o marró. Els conills de pell blanca, explica la senyora Lolita, van arribar de la importació anys més tard.

Ingredients:

un conill
una perdiu
col
ametlles
un brot de marialluïsa
un brot de sajolida
un vas de moscatell
farina
oli
una cabeça d'alls

Preparació:

En primer lloc cal tallar les cols, que s'enfarinen i se'n fan farcelletts. Seguidament es posen a fregir a la cassola juntament amb el conill i la perdiu tallats a trossos i s'hi afegeix una cabeça d'alls, una picada d'ametlles i un carquinyoli també picat i el brot de marialluïsa i de sajolida, i el moscatell. Es deixa bullir una hora.

Comentari:

Aquesta recepta la senyora Engracia la va aprendre d'una bona professional, la cuinera del castell de Raïmat. És un plat dels que millor aprofita el que ofereix en abundància, en aquests cas excessiva, la natura, el conill. És ben coneguda la història de la serp que va caldre importar de terres llunyanes per acabar amb la plaga de conills que malmetien les vinyes, impedint-ne el creixement del preat raïm, la base de l'economia actual d'aquestes contrades. Les perdius també es trobaven, gairebé s'hi ensopegava, entre els rostolls dels camps de blat on hi buscaven el gra per alimentar-se i, no cal dir, pels boscos dels voltants. Actualment el cultiu de la vinya ha desplaçat altres conreus tradicionals i els conills i perdius ja no es cacen amb tanta facilitat.

Ingredients:

4 coloms
cebes
1 cullerada de sucre
2 cullerades de vinagre
1 vas mitjà de moscatell
aigua calenta

Preparació:

Enrossim els 4 coloms en una cassola. Quan estan a mig daurar, s'afegeixen unes cebes, quan aquestes estan ben rosses s'afegeix la cullerada de sucre, quan aquest s'ha caramel·litzat, s'hi posen les dos cullerades de vinagre i després el vas de moscatell.

Quan es deixa tot a la cassola, s'afegeix aigua calenta per cobrir i es deixa 1 hora i mitja fent xup-xup.

Comentari:

Moltes de les cases tenien un colomar i hi criaven els coloms per a la seva menja. Aquests hi entraven i sortien per donar de menjar a les seves cries, per covar i per dormir. N'hi havia una espècie, els anomenats lladres, que s'emportaven els coloms d'un altre colomar al seu. No estava gens ben vist tenir-ne d'aquesta mena i la família que en criava era força mal vista. Un cop que els coloms aliens havien entrat dins del colomar de la propietat, l'amo en tapava els forats per no deixar-los escapar.



*El corral al fons i el pati
on s'esbargien els coloms, els
pollastres i les gallines.
Arxiu familiar.*

*El bestiar i l'aviram, tot i
estar reclus al corral, campava
per les rodalies de les torres en
companyia de la canalla, que
sovint eren els vigilants
d'aquests singulars ramats.
Arxiu familiar (Llívia).*



Ingredients:

cuixes de pollastre
ceba
tomata natural
alls
vi sec
sal
pebre
oli
pomes
pinjons
panses
prunes
brou
farina

64

Preparació:

Es desossen les cuixes de pollastre, es farceixen amb un tros de poma, panses, pinjons i dos prunes i es lliguen amb un cordill. Seguidament les posem a daurar al forn amb un bon raig d'oli, un cop rossetes els afegim la ceba, els alls sencers i la tomata triturada i ho deixem fer tot junt a foc molt lent, a uns 170°C. Un cop cuit, retirem les verdures de la salsa i les passem per el passapurés, posem a bullir 1/4 d'hora la cuixa en el brou amb un pessic de farina, arreglem la textura de la salsa amb el caldo que calgui, cobrim les cuixes i servim.

Comentari:

La Paquita ha tingut molt bona mestra, la seva mare, cuinera d'ofici encarregada d'elaborar les delícies que assaborien els amos del castell de Raïmat. Aquest plat és propi de dates assenyalades a causa de l'elaboració tan entrentinguda i solia fer-se amb els pollastres criats al corral. És una recepta més indicada per als mesos d'hivern.

Crancs de riu amb una mica de bitxo

Vocalia de Dones de l'AAVV Partida de Granyena i Limítrofes

Ingredients per a 4 persones:

6 o 7 crancs per persona

2 cebes

un tros de bitxo

2 tomates madures

una branca de julivert

2 grans d'all

una fulla de llorer

una copa de conyac

una cullerada de farina

una mica de pebre roig

oli d'oliva

sal

Preparació:

En una cassola de terra disposem la ceba tallada fina, el llorer i el bitxo i deixem que es vagi fent. Quan estigui a mig coure, hi posem els crancs, el conyac i la tomata. S'ha de cuinar a foc lent, tapant la cassola.

En un morter piquem els alls i el julivert, hi posem la farina i el pebre roig dolç omplim el morter d'aigua, ho remenem tot bé, salem al punt i ho aboquem a la cassola. Els deixem coure a foc lent 1/2 hora i ja estaran fets.

65

Comentari:

Els homes de la partida solien anar a la Mitjana a pescar, com a distracció principalment. Qui tenia el bancal proper al riu aprofitava per tirar el filat i, de tant en tant, donar-hi un cop d'ull per si picava algun peix; mentre, continuava fent la feina pròpia del tros. Als braçals s'agafaven molts crancs i es portaven a casa per fer-los a la cassola. La introducció del cranc de riu americà també suposa un perill per a l'espècie autòctona. També s'agafaven una mena de musclos que es coneixien amb el nom de petxines d'aigua dolça. Actualment aquests musclos són una espècie protegida perquè en queden pocs i perquè tenen una funció important com a depuradors de l'aigua.

Ingredients:

50 g de *pernil salat*
40 g de *mantega*
3 *cullerades de farina*
sal
nou moscada
3/4 de litre de llet
un tros de ceba
una branca de julivert
pebre blanc mòlt
4 ous durs
4 ous per arrebossar
pa ratllat per arrebossar

Preparació:

Salsa:

Es posa en un cassó la mantega, es deixa fondre i s'afegeix la farina fregint-la una mica. Sense parar de remenar, s'hi posa la llet, que s'haurà fet bullir prèviament, el tros de ceba i la rama de julivert. S'hi posa la sal i el pebre al gust i una mica de nou moscada, i sense parar de remenar, es deixa bullir 10 minuts.

Plat:

Una vegada ja tenim la beixamel feta i ben espessa, li traurem la ceba i el julivert, hi afegirem els ous durs ratllats i el pernil tallat ben menut o passat per la picadora, sense deixar de remenar. Quan es desenganxi una mica de la vora del cassó, posarem la pasta en una plata gran perquè es pugui escampar bé i es refredi i així poder confeccionar les croquetes, que després passarem per ou batut i pa ratllat.

Si es volen per un entremès o pel vermut, es faran ben petites; si es volen per un segon plat, es poden fer més grosses.

Comentari:

A la senyora Rosa li va ensenyar a cuinar aquest plat la seva mare, ja fa molts anys, qui el va aprendre, al seu torn, no pas de la padrina, sinó de la mestressa de la casa de Lleida on havia anat a servir de soltera. També va arribar treballar a jornal en la plantació dels arrossars. De casada tampoc va tenir gaires oportunitats per aprendre a cuinar a casa seva, ja que estava enfeinada anant al tros, al corral, a l'hort i a vendre al mercat tot el que s'havia arreplegat per obtenir els diners necessaris per al dia a dia. La padrina era la que tenia cura d'assistir tots els naixements de la partida fins que va arribar el costum de l'atenció hospitalària. La Rosa va arribar al món amb les seves mans.

Ingredients per a 4 persones:

2 cues de vedella
1 ceba gran
1 cabeça d'all
1 fulla de lloer
pebre negre
pebre roig dolç
bitxo
bolets
patates
brandi
1 pastilla de caldo concentrat
una picada d'all, julivert i oli
patates

Preparació:

Posem oli en una cassola i enrossim la carn prèviament salada. Quan estigui ben enrossida, hi afegim la ceba tallada petita, la cabeça d'all sencera, la fulla de lloer i una bona copa de brandi. Sofregim una mica i cobrim la carn amb aigua (calenta si és possible). Hi afegim una pastilla de brou concentrat de carn, una mica de pebre negre, i ho deixem coure a foc lent, aproximadament una hora. Quan hagi passat el temps de cocció, hi afegim una picada d'all, julivert i ametlles abundants.

En una paella a part, fregim els bolets i en una altra les patates tallades a trossos mitjans. Quan estigui tot enrossit, ho aboquem a la cassola i deixem que es cogui a foc lent fins que la carn estigui ben tendra.

Comentari:

A la partida tota la vida s'han criat vedells, normalment per a vendre'ls. Així mateix es tenien vaques per a fer-ne llet per al consum propi i per a vendre-la. Inicialment, passava un carro que parava a la carretera i recollia les lleteres que la gent de la partida hi deixava. Aquesta era analitzada i el seu preu depenia de la quantitat de greix que portés (com més greix, millor cotització). La qualitat de la llet depenia del tipus d'alimentació de les vaques que s'engreixaven amb fruites i verdures i també amb un preparat cuinat amb arròs.

Ingredients:

una llebre
sal
pebre
una ceba gran
una pastanaga
3 grans d'all
2 tomates petites
dos trossos d'api
unes rametes de julivert
2 pomes
oli d'oliva
conyac i caldo

Per a l'adob:

una fulla de llorer
una mica de julivert
una ceba
una pastanaga
3 grans d'all
2 tomates
dos trossos d'api
vi negre

Per a la picada:

12 ametlles
un gra d'all
julivert
pa torrat
el fetge de la llebre

Preparació:

Es talla la llebre a trossos, se salpebra i es posa en adob durant un dia amb els següents ingredients: la ceba, la pastanaga, els 3 grans d'all, els trossos d'api, el julivert i la fulla de llorer, tot tallat a trossos, i es cobreix amb el vi negre.

Per a cuinar-la, primer s'escorre i es posa a daurar amb oli d'oliva. Una vegada daurada s'hi afegeixen la resta d'ingredients: la ceba, la pastanaga, els grans d'all, les tomates, l'api, el julivert i les pomes, tot tallat a trossos, i es daura amb l'oli de fregir la llebre. Després es posa tot a l'olla de pressió i s'hi afegeix una mica de caldo i un vas de conyac i es deixa coure durant uns 20 minuts. Es comprova si és tendra i si no és així es deixa coure una mica més.

Es fa la picada amb tots els ingredients, s'afegeix a la llebre i es deixa 5 minuts més.

En una cassola de terra es posen els talls, es passa totes les verdures i la salsa pel colador xinès i es tira tot per damunt junt amb la picada i es deixa que faci xup-xup durant 10 minuts.

Comentari:

La llebre estofada és un plat típic de l'Aragó i no és estrany que la protagonista de la recepta ens el proposi atès el seu origen aragonès. L'horta de Lleida ha estat el lloc d'acollida de famílies pageses de contrades veïnes que han cercat en el nostre municipi noves oportunitats de treball, continuant amb la tradició rural. El principal ingredient d'aquest plat, la llebre, la caçava el pare a les serres de la franja i era i és un plat de tardor i d'hivern après a cuinar de la mà de la mare.

Ingredients per a 4 persones:

500 g de llom tallat en llibrets
4 o 5 formatgets
2 ous
farina
salsa beixamel
formatge ratllat
oli d'oliva
sal
una mica de mantega

Preparació:

Es posa sal al llom i es farceix amb el formatge procurant que no surti.

Es baten els ous amb una cullerada de farina i es fa una pasta per arrebossar el llom. A continuació es fregeix en una paella amb l'oli calent. Una vegada fregit es posa en una plata que es pugui posar al forn i es cobreix amb beixamel, s'hi posa formatge ratllat i uns trossets de mantega i es gratina.

Comentari:

A l'autora de la recepta el món de la pagesia li va arribar de la mà del matrimoni. Casada amb un pagès i instal·lada a la torre ha fet de mestressa de casa en totes les seves dimensions: tenir cura de les criatures, preparar el menjar, matinar per lligar els enciams, collir les mongetes, recol·lectar la fruita i portar el negoci de fruiteria i jardineria que tenien al barri de la Mariola. Avui és el fill el que treballa les terres de manera intensiva. Ens expliquen les dones de la partida que era costum ajudar-se entre les famílies i en temps de molta feina es feia el que en diuen "tornar el jornal": una colla d'homes anava a esporgar un tros i quan aquest s'havia acabat, esporgaven el tros veí, així es disposava de mà d'obra suficient en èpoques de feina intensiva per mitja de l'intercanvi d'hores de treball. Actualment és per un sou que es lloguen treballadors i treballadores temporers. El plat que ens presenta aquesta cuinera és una recepta que li va ensenyar la padrina i que posa a taula acompanyat d'una bona amanida.



Ventant el blat

Els conreus de cereal es van anar substituint, progressivament, per les plantacions d'arbres fruiters a partir de la segona meitat del segle XX.

Arxiu familiar (Montcada i Pla de Gualda).



La família reunida en el temps de la collita preparada per omplir la canastra.

Arxiu familiar (Montcada i Pla de Gualda).



El treball de la terra i la cura dels animals sempre ha admès tots els braços disponibles: dels homes i de les dones, dels menuts i dels grans. En temps de feina intensa les dones també anaven a les finques, ocupant-se, a més a més, de portar el dinar per aprofitar bé el dia. Arxiu familiar (Llívia).

Ingredients:

un llom d'1 kg
sal
1 ceba
4 pastanagues
2 pomes
2 peres
1 got de vi blanc
fil d'empalomar
oli d'oliva
1 pera confitada

Per farcir:

1 poma
50 g de prunes
50 g de pinyons
50 g de cansalada
2 rodanxes de pinya
1/2 pebrot escalivat
2 ous durs

Preparació:

1. S'agafa el llom i es talla per la meitat, i s'hi posa sal abans de farcir-lo.

2. Per al farcit, es talla a làmines la poma i els dos ous durs, s'hi afegeix les prunes, els pinyons, la cansalada, la pinya i el pebrot a tires. Es tanca i es lliga amb fil d'empalomar.

3. A la safata del forn, es posa un raig d'oli, una ceba i les quatre pastanagues tallades a rodanxes, les dos pomes i les dos peres tallades a trossos. S'hi col·loca el llom i se li tira el got de vi blanc. El temps de cocció serà, més o menys, de 3/4 d'hora o 1 hora a 180°C.

4. Ja està tot cuit, treiem el llom i el deixem refredar. Una vegada fred, es talla a rodanxes.

5. Es tira la salsa per damunt i es decora pel voltant de la safata amb làmines de poma i pera confitada.

Salsa: S'agafen els ingredients que queden a la safata, i es passen per la batedora, fins que queda tot ben lligat.

Comentari:

“Vaig aprendre la recepta de la meva mare, que és d'Alcanyís i jo li he afegit les pomes i les peres, la mare només ho feia amb panses i prunes. Des que em vaig casar que faig aquest plat per Nadal, ara en tinc vint-i-cinc a dinar i a tots els agrada. Aquesta recepta l'he compartit amb les amigues i companyes de la Vocalia de Dones de l'Associació de Veïns.”

La senyora Asumpció és una nova veïna de l'horta que ha trobat a Llúvia la tranquil·litat i la companyia, alhora, que buscava. La partida de Llúvia ha invertit un procés de despoblament i ara és receptora de famílies del nucli de Lleida que busquen a l'horta els atractius d'una vida en contacte amb la natura i amb les comoditats dels serveis propis de la ciutat. La Vocalia de Dones de l'Associació de Veïns ha proporcionat el caliu i l'activitat suficient per trobar amistats amb qui compartir els interessos comuns i la proposta de participar amb la seva recepta en l'elaboració d'aquest llibre n'ha estat una oportunitat més.

Ingredients:

*1 kg de pit de gall dindi, a talls
petits
15 alls
6 cullerades d'oli
1 llauna de pinya en conserva
(500 grams) trencada a talls
1 branqueta de timó
1 cullerada de Maizena
sal i pebre*

Preparació:

S'escalfa l'oli en una paella gran i s'hi fregeixen els alls, quan estan daurats es retiren. A continuació es fica sal i pebre a la carn del gall i es fregeix amb l'oli dels alls. Quan els talls estan daurats, s'inclou a la paella la meitat de l'almívar de la pinya i el timó i es cou tot durant 15 minuts. Després, s'hi incorpora la pinya i els alls reservats i es continua la cocció 5 minuts més. Finalment, es dissol la Maizena en una mica d'almívar o aigua, s'incorpora a la paella i es deixa bullir tot junt uns minuts.

73

Comentari:

La senyora Maria ens proposa aquest plat per a cuinar-lo per les festes de Nadal. Filla d'un poble veí de l'Aragó, fa 35 anys que s'instal·là a Llúvia on va arribar amb la seva família, aconsellats per un amic que els va assegurar que s'hi vivia bé. El pare va abandonar l'ofici de pastor per portar el bar del Casino i l'estanc.

Ingredients per a 4 persones:

4 pebrots rojos
4 tomates
100 g de carn picada de porc
formatge ratllat
un all
una mica d'orenga
un pessic de julivert
2 cullerades d'oli d'oliva
pa ratllat
sal i pebre

Preparació:

Tallem per la meitat els pebrots, els treiem el mànec i les llavors. Es pelen les tomates i es tallen a trossos petits.

Es posa una cullerada d'oli en una paella i es fregeix la carn picada. S'afegeix la sal i la tomata, el pebre i l'orenga, una vegada cuit, i es deixa refredar. Després es barreja el julivert i l'all amb la carn.

S'unta una safata per anar al forn amb oli, es posen els pebrots, es farceixen amb la pasta que hem fet abans amb la carn i les verdures, s'hi posa el pa ratllat i el formatge i es deixa coure al forn durant 1/2 hora.

Comentari:

Aquest plat el feia la padrina de la casa, és a dir, la sogra, i es preparava en dies especials, perquè requereix una elaboració més entretinguda. Per al dia a dia es menjava la verdura de mongeta, els cigrons, els fesols, l'escudella el diumenge –feta amb pilota i morro de la matança– i altres plats. Per al temps del segar i del batre i de la collita de la fruita es reservava el porc de la tupina que, com que ja estava fregit, només calia afegir a la tomata de conserva (que podia estar ja cuita), escalfar-lo i servir. Era el menjar ràpid en època de molta feina per a tota la gent de casa, homes i dones, grans i menuts. Ens explica l'autora de la recepta que vol restar en l'anonimat, que la feina de les dones no estava pas a la torre sinó al tros.

Ingredients per a 6 persones:

6 *pebrots vermells de ració*
(*millor de cap de brot*)
400 g de *carn magra de porc*
200 g de *cansalada (paçada)*
200 g de *vedella*
(és millor fer-ho picar tot junt i
també es pot fer amb llonganissa)
sal i pebre
tòfona ratllada
6 *porcions de formatget amb poc*
greix
1 *ou*
pinjons, panses o prunes
oli d'oliva verge d'arbequina
2 *cebess grans*
3 *grans d'all*
1 *got petit de vi blanc o una copa*
petita de brandi

Preparació:

Rentem els pebrots i en separem la part superior amb un ganivet de punta, tallem la part de les llavors i reservem el mànec, els salem per dins.

Posem la carn picada en un bol, la salpebrem, hi afegim la tòfona ratllada, l'ou i els fruits secs (els pinjons són més bons si es passen abans per la paella sense oli deixant-los rossets) barrejant cada vegada que s'afegeixen els ingredients, i acabarem afegint-hi els formatgets. La pasta resultant ha de quedar lligada com si fos de mandonguilles. Farcim els pebrots amb la pasta i els tapem amb els mànecs verds que havíem reservat. Els suquem d'oli amb la mà i els posem en una safata al forn, a 200 °C durant uns 30 minuts aproximadament (la pell no ha d'estar cremada).

Preparació de la salsa:

Posem la ceba tallada a la juliana i els alls laminats amb oli d'oliva, salpebrem al gust. Quan comenci a agafar el color groc, sense que es cremi, hi afegim el vi i el deixem reduir una mica. Incorporem a la salsa el suc que han després els pebrots i els fruits secs. Un cop fet això, hi posem els pebrots i els introduïm al forn durant uns 10 minuts.

Comentari:

Aquesta recepta admet molt bé preparar-la amb antelació, fins i tot és recomanable de fer-ho. Per a la seva elaboració s'utilitzen pebrots de cap de brot, principalment perquè no són tan grossos. Els pebrots de cap de brot són els de la darrera florada, són més petits i no tenen tan bon aspecte com els de la temporada forta. Pel seu aspecte poc agraciats eren poc preats i solien aprofitar-se per casa per guisar directament, per a fer samfaina o bé per fer-los en conserva posant-los en vinagre. Aquest plat es pot fer també només amb carn de porc, i així resulta molt econòmic.

Peus de porc amb caragols i mongetes

DOLORS FLIX ESCUDER. *Partida de Llúvia*

Ingredients per a 4 persones:

4 peus de porc partits per la meitat
1 litre de caragols (vinyals o plans)
200 g de mongetes seques (o 1 pot de cuites)
1 os de pernil que no sigui ranci
1 cabeça d'all
1 manat d'herbes: api, llorer, fari-gola i julivert
1 tros de bitxo o pebre negre
1 cullerada petita de pebre roig dolç
1/2 presa de xocolata negra
1 pebrot verd mitjà
2 pastanagues
1 ceba grossa
2 tomates madures
1 copa petita de brandi
sal
oli d'oliva verge

Picada:

10 ametlles torrades i la xocolata

Preparació:

Les mongetes les posarem en remull la nit abans. En cas que els peus tinguin algun pèl, els passarem per la flama del foc i els rentarem bé. Tot seguit els posarem a l'olla a pressió juntament amb les mongetes, l'os de pernil, mitja cabeça d'all, les herbes, el bitxo, la sal i un rajolí d'oli. Ho cobrirem d'aigua i deixarem que bulli durant uns 30 minuts.

Una vegada rentats els caragols, els posarem en una cassola amb aigua i hi afegirem un brot de romaní i un tros de bitxo i els deixarem a foc lent. Quan estiguin sortits posem el foc al màxim i hi afegim un pessic de sal, els deixem coure durant 8 o 10 minuts i després els escorrem.

En una cassola de terra, posarem l'oli d'oliva i sofregirem la ceba, la pastanaga a daus petits, el pebrot, els alls i finalment les tomates ratllades. Quan el sofregit desprenqui l'oli hi posem el brandi i ho flamegem. Hi afegim les mongetes, els peus de porc i els caragols. Desfem la picada amb el brou dels peus de porc i hi afegim la quantitat de brou que sigui necessària fins acabar la cocció que durarà uns 10 minuts. Rectifiquem de sal.

Comentari:

Aquest plat se solia cuinar a l'hivern, que és quan es feia la matança. Es caracteritza per ser un plat fort i contundent. L'autora de la recepta comenta que de peus de porc en menjava tot sovint i que a aquesta recepta, més pròpia de l'Empordà, ella li ha incorporat les mongetes, per pròpia iniciativa.

Ingredients:

1 pollastre de corral
1 pebrot escalivat
1 ou
2 trossos de pernil
100 g de carn picada de porc
una mica de tòfona
una poma
20 g de pinyons
2 cullerades de sagí dolç
sal i pebre
cava
ceba
alls
prunes
orellanes

Preparació:

Primer de tot, cal desossar el pollastre i salpebrarlo. Després ficar-lo ben pla, fer un farcit amb el pebrot, l'ou, el pernil, la carn picada, la tòfona, la poma i els pinyons. S'enrotlla, es cus i es lliga amb un fil gruixut, s'unta amb el sagí dolç i es fica al forn per enrossir-lo una mica. Una vegada daurat s'hi afegeix el cava, les verdures, les prunes i les orellanes i es deixa coure al forn durant una hora, girant-lo de tant en tant. Una vegada cuit, la cebra, els alls, les prunes i les orellanes es passen pel colador xinès i aquesta salsa acompanyarà el pollastre

Comentari:

És un dels plats tradicionals de Nadal que l'autora ha après a cuinar com el feia l'àvia. El pollastre, juntament amb les gallines i oques, forma part de l'aviram habitual de les cases de l'horta lleidatana. Se n'engreixaven per a vendre al mercat, on s'hi portaven vius i també per al consum de casa. El més agraciad es reservava per a guisar-lo en dates assenyalades, com podia ser Nadal o la Festa Major. Aquesta és una altra manera de fer el tradicional pollastre de Nadal, però en aquest cas desossat, farcit i acompanyat d'un ingredient poc habitual en les receptes d'aquest llibre, la tòfona. Aquesta novetat possiblement té la seva explicació en el fet que la cuinera d'aquest plat va arribar a l'horta lleidatana per casar-s'hi procedent de les muntanyes pallareses, on les tòfones són abundants.

Ingredients:

un tall rodó de vedella

cebes

pastanagues

porros

tomates petites

alls

patates

prunes

julivert

llorer

oli

sal

78 *pebre*

api

conyac

Preparació:

En una cassola, amb l'oli calent, es posa a rostir el tall rodó amb el llorer, la cabeça d'alls, sal i pebre. Perquè es vagi rostint correctament anirem girant-lo tot sovint.

Quan ja sigui ros, hi afegim tota la resta d'ingredients, continuem la cocció 15 minuts més i hi afegim el raig de conyac i, si convé, un raig d'aigua, es deixa a foc lent 1 hora vigilant que no quedi molt sec, i un cop al punt el retirem del foc, separem el tall i el deixem refredar, triturarem les verdures i en fem una salsa.

Tallem a làmines fines la vedella i la posem en una safata que pugui anar al forn, cobrim amb la salsa, hi afegim les prunes i l'acabem de fer al forn.

Comentari:

El mèrit d'aquest tall rodó de vedella és el suc. A les golfes de la torre s'hi assecaven el raïm, les figues i les prunes i s'hi penjaven les tomates. Posats damunt dels canyissos o bé entre la pallerofa de les faves, dels ingredients necessaris per acompanyar la carn se'n tenia tot l'any, i encara s'hi afegien altres productes frescos de temporada. També a les golfes es trobaven els remeis casolans per a desinfectar les ferides (el timó), per a curar els refredats (la savina) o per depurar la sang (els nusos del tronc de la parra amb què es feia la cura de la novena: prendre una infusió feta amb nou nusos al llarg de nou dies). Aquest guisat, après de la mare, es va afinar amb els retocs de la cosina, com puntualitza l'autora de la recepta i experta narradora dels secrets de les golfes de les torres de la partida.

Ingredients:

1 pollastre a trossos
1 escamarlà per persona
2 fulles de llorer
alls
ceba
tomates
1 copa de brandi

Preparació:

Comencem rostint el pollastre tallat a bocins petits. Un cop dauradet el retirem, i en el mateix oli fregim els escamarlans, que també retirarem quan estiguin al punt. Posem a la cassola la ceba i l'all, quan hagin canviat de color hi afegim la tomata triturada i la copa de brandi, ho deixem coure 5 minuts i tornem a posar-hi el pollastre i els escamarlans, hi afegim un rajolí d'aigua, ho tapem i deixem que faci xup-xup fins que sigui tendra la carn.

Comentari:

El pollastre, ingredient principal d'aquest plat, era criat al corral de casa, com comenta la cuinera que ens proposa la present recepta i coneixedora del procés que va de l'ou covat al plat. Antigament els pollastres s'obtenien dels ous incubats per la gallina lloca. Una vegada nascuts els pollets es posaven amb la gallina en una caixa amb llum i al sol per tal que tinguessin l'escalfor necessària. La caixa es tapava parcialment amb un drap que fes ombra en moments de massa calor. Després d'un mes, aproximadament, se separaven de la gallina i es deixaven solts per l'era o pel corral, alimentant-los amb gra, farina de panís, verdures i pa sec. També se'ls donava el típic pastat que es feia bullint les peles de les patates, restes de verdura, pa sec i amb una farina de blat anomenada "quarta". Les femelles es deixaven créixer per tal que, un cop gallines, es dediquessin a pondre ous, la resta s'engreixaven per al consum de casa o per a vendre. A moltes de les cases de pagès els pollastres i les gallines, al llarg del dia, voltaven per l'era. De nit, entraven tots sols al corral a dormir. Tot sovint en faltava alguna i solia acusar-se els gossos de la desaparició. Al cap de tres setmanes, més d'una gallina extraviada retornava al corral amb uns quants pollets.

Ingredients per a 4 persones:

4 truites de riu
4 talls de cansalada
2 patates
1 ceba gran
2 grans d'all
julivert
1 tomata madura
un tros de mantega
1/2 vas d'aigua
una fulla de llorer
oli d'oliva
sal
1/2 vas de vi blanc

Preparació:

Netegem bé les truites, les salem i les farcim amb la cansalada. Les patates, les tallem a llesques fines i les col·loquem al fons de la plata del forn. Al damunt de les patates hi posem les truites, la ceba, la tomata, els alls, el llorer, el julivert i, finalment, el vi, l'aigua, la sal i la mantega. Ho posem al forn, tirant-hi la salsa pel damunt de tant en tant, fins que estiguin cuites. Se serveixen senceres i sense trencar-les.

Comentari:

A la vora del riu i als braçals i sèquies s'hi pescaven tota mena de peixos d'aigua dolça: barbs, carpes, gaburros, anguiles, crancs i una espècie de musclos. A la vora del riu, a més a més de pescar, la gent s'hi banyava. A la partida de Granyena hi venia molta gent de Lleida a les tardes o els diumenges a passejar, a fer un dinar al camp o a refrescar-se a l'aigua, aprofitant unes platges de sorra fina que actualment ja no hi són. Malgrat això, el riu sempre ha estat considerat un lloc perillós i les cuineres, que també eren mares, expliquen que no els agradava deixar que la canalla s'hi apropés massa. Al riu i als seus braçals també s'hi esbandia la roba ja que l'aigua corrent no ha arribat a les cases fins a temps recents. Ningú comenta haver pescat cap truita al riu, i no és estrany, aquesta necessita aigües molt clares per viure-hi i al seu pas per Lleida, el Segre, ja portava moltes poblacions recorregudes per tenir l'aigua en les condicions que demana aquest peix.

Ingredients:

6 trites de riu
2 dl d'oli
6 talls de pernil
10 ametlles crues
3 grans d'all
farina
llimó
sal
pebre
una copa de vi blanc

Preparació:

Salpembrem les trites. En una paella, posem una mica d'oli i s'hi fa una volta als talls de pernil. Introduïm cada un dels talls a la tripa de la truita. Les enfarinem i les fregim a la paella.

A part, daurem les ametlles i l'all. Hi afegim el vi blanc i el llimó i lligem la salsa que tirarem per sobre de les trites i ho posarem tot plegat al forn a gratinar, durant 10 minuts, a foc mig.

81

Comentari:

El riu ha estat un lloc d'esbarjo per a la gent de casa, particularment per als homes que se n'hi anaven a pescar enduent-se els fills i el dinar amb les cadires i el que convingués, alleugerint, així, la feina de les dones. El menys important era portar algun peix fresc al cistell, el que s'agraïa veritablement era passar el dia en bona companyia.

Ingredients per a 4 persones:

1/2 kg de llata de vedella
4 peres
un vas de vi blanc
2 tomates madures
una ceba
2 pastanagues
un tronquet de canyella
oli d'oliva
un vas de caldo

Preparació:

Salpebrem la carn tallada fina, l'enfarinem i fregim lleugerament en una cassola amb oli d'oliva. Reservem la carn i al mateix oli sofregim la ceba tallada petita. Una vegada daurada hi afegim la resta de les verdures tallades a trossos petits, la carn i el vi, el deixem reduir i, a continuació, hi posem el brou i la canyella. Tallarem les peres, una vegada pelades, a trossos petits i els afegirem a la cassola i rectificarem de sal. Treurem la cassola del foc quan la carn i les peres estiguin tendres.

Comentari:

La pera més adient per guisar aquest plat és la del tipus anomenat flor d'hivern, que aguanta bé la cocció sense desfer-se. Guisar la carn amb fruites es presenta, sovint, com una aportació de la cuina actual, malgrat que la cuina de casa que ens proposen les cuineres del dia a dia de les terres de l'horta lleidatana ens il·lustra les mil i una maneres d'arrodonir les carns amb les fruites fresques, confitades o assecades que s'obtenen de l'hort i del tros.

La vedella que ens ofereix la cuinera anònima que tanca els segons plats, n'és una bona mostra de com combinar sabors dolços i salats amb bon resultat.

Els caragols i les caragolines

Si la cuina de l'horta lleidatana es distingeix per alguns ingredients, aquests en són els caragols i les caragolines. Els trobem cuinats de diferent manera, com a acompanyants de les cassoles de tros, com a primers o segons plats i, encara, com a aperitiu. De l'hort, després de la tomata, el caragol n'és el rei.

Ingredients:

1 kg i 1/2 de caragols
oli
2 cebes
150 g de pernil
pebre
1 vas de vi negre
3 cullerades de farina
1 rameta de menta

Preparació:

En una olla se sofregeix el pernil a daus i la ceba picada i es deixa que es faci bé amb molt poc foc. Una vegada fet, s'hi aboca el vi, després els caragols que estaran bullits, la menta, el pebre i es van removent però sense cullera, al final es posa la farina, i es remena perquè es cogui.

Comentari:

Plat que es pot fer amb qualsevol tipus de caragols, fins i tot barrejant-los. Es cuinava, principalment, a la primavera i a principis d'estiu, si fem cas a la dita "al juliol, ni dona ni cargol".

Els caragols es plegaven tot just en acabar de ploure pels marges de les finques i pels horts.

Es guardaven a la caragolera de vímet dins la qual també s'hi posaven unes branques perquè s'hi emparressin. Aquí s'hi conservaven força temps, pràcticament tot l'any, un cop havien fet el tel. La protagonista d'aquesta recepta comenta que encara en té del juny de l'any passat.

Ingredients:

caragols
costella de porc
cansalada viada
alls
bitxo
tomates
farina
pebre negre
nous
ametlles
timó
cebes
aigua
oli
sal
brandi

Preparació:

Després de rentar bé els caragols, els posem a bullir en aigua freda amb els alls i el timó. Quan bullin hi posarem la sal (generosa) i els deixarem coure uns 15 minuts.

A part, sofregim la costella tallada ben petita (si és de tupina millor), i la cansalada; a mitja cocció hi posem la ceba trinxada i el bitxo. Una vegada que la ceba estigui quasi cuita hi posem el brandi i tot seguit la tomata trinxada ben petita. Ho remenem.

Picarem al morter uns grans d'all, les nous, ametlles, uns grans de pebre negre i la farina. Per desfer la picada acabem d'omplir el morter amb aigua i el buidarem a la cassola. Deixarem que bulli 10 minuts. Provarem si està be de picant i sal i tot seguit afe-girem els caragols i deixarem que bullin a foc lent uns 10 minuts. Els servirem ben calents.

Comentari:

Els caragols han d'estar en dejú un mínim de 5 dies i després es renten amb aigua freda, sal i vinagre. Es consideren cuits quan es treuen fàcilment amb una agulla.

Plegar-los significava garantir un plat apreciat a la taula i evitar que es malmetés la collita, especialment la verdura, àpat preferit d'aquests invertebrats. Tots els ingredients d'aquests caragols provenien del rebost, el tall del salador (l'armari amb reixeta metàl·lica on es guardava penjada la cansalada) i de la tupina. Fins i tot la farina era de casa, com ens explica la cuinera, qui comenta haver après la recepta de la padrina, ja que era ella a qui li corresponia quedar-se a casa a tenir cura de la néta i de les feines domèstiques, mentre la mare, al costat del pare, se n'anava al tros o al mercat a vendre.



El moment esperat pels parents de França que tornaven als estius a Llivia, acompanyats pels amics francesos també, per assaborir l'enyorada cara-golada. Arxiu familiar (Llívia).



86



Dinant a la cuina de la torre. A taula no hi faltava la fruita, recent collida, el porró de vi i el pot amb les ametlles torrades. Arxiu familiar (Montcada i Pla de Gualda).

Cobert de la torre de cal Montoliu amb el cap de família atrafegat preparant la llauna de caragols. Anys enrere aquest cobert va acollir una petita botiga de queviures on s'hi trobava una mica de tot. Arxiu familiar (Llívia).



Ingredients:

2 l de caragolines
1 bitxo
1 pebrot roig
1 pebrot verd
1 albergínia
3 tomates madures
1 ceba
oli d'oliva
sal

Preparació:

Una vegada netes i escorregudes, posem les caragolines a bullir. Quan l'aigua arrenqui el bull hi fem sal i el bitxo i les deixem coure 5 minuts més.

Mentrestant prepararem la samfaina: posem una cassola de fang al foc amb un raig d'oli i quan estigui una mica calent hi tirem la ceba, el pebrot i l'albergínia, ho deixem que es vagi fent a poc a poc i després hi afegim la tomata pelada i tallada, hi posem la sal necessària i ho deixem que es vagi coent, remenant-ho tot sovint. Quan ja estigui gairebé cuit s'hi afegeixen les caragolines i es deixen coure uns 10 minuts més.

Comentari:

“És un plat típic de l'horta de Lleida que des de molt petita he vist cuinar a la meva padrina i a la meva mare”, explica la senyora Teresa, qui té el costum de fer-les en dissabte perquè menjar-les també és prou entretingut i es necessita temps.

Era fàcil trobar les caragolines emparrades als fruiters i pels marges, a les branques dels fenolls. Deslliurar els arbres de la seva presència contribuïa a deixar-los créixer, es podria dir que era un remei ecològic d'assegurar-ne la producció. Mentre que el caragol gaudeix de fama fora de les nostres contrades, la caragolina és, encara, una gran desconeguda, fins al punt que és estrany trobar-ne a la carta dels restaurants.

Les coques salades i els panadons

Una altra manera de resoldre un àpat de manera ben agraïda és amb les coques i panadons que donen oportunitats diferents de cuinar els habituals productes de l'hort, l'anomenat recapte, i deixar enllestit un menjar per a l'endemà per si cal disposar de temps per a una altra activitat.

Ingredients:

2 ous

una tassa de sifó

1/2 tassa de llet

1/2 tassa d'oli d'oliva

un sobre de llevat "Royal"

una cullerada de margarina

farina (la que admeti)

recapte: escalivada, llonganissa,

bolets, etc.

Preparació:

Es barregen tots els ingredients fins fer una pasta que no s'enganxi a les mans. Es deixa reposar 1/2 hora. S'estira la pasta i s'hi posa el recapte. S'hi pot posar tot el que es vulgui, llonganissa, pebrot escalivat, albergínia, ceba, tomata, olives negres, xampi-nyons laminats, etc.

Es cou al forn a 180°C durant 20 o 25 minuts.

Comentari:

Les cuineres que han proporcionat la recepta asseguruen que no era molt habitual elaborar aquestes coques i que les han incorporat de manera més recent al repertori culinari de casa. El llevat, ingredient que es necessita per a la massa, s'anava a comprar a Cal Monrabà, ara, però, s'utilitza el preparat industrial que es ven a les botigues de queviures i supermercats. De forns no n'hi havia a totes les cases i per aquest motiu no era gens estrany el portar-les a coure al forn de pa, com també es feia amb el pa de pessic o els panadons. Aquesta coca és una recepta econòmica ja que tots els vegetals del farcit provenen dels horts.

Ingredients:

1,5 kg d'espínacs
1 ou
1 cullerada sopera de vinagre
sal
sucre
oli
1 vas d'aigua tèbia
panses
julivert
alls
oli d'oliva

Preparació:

Es renten els espínacs, es tallen a trossos, s'hi posa la sal i una mica de sucre i es deixen reposar durant 3 hores.

Es posa l'ou batut en un bol amb el vinagre, la sal i la farina (la que admet), i es treballa sobre el marbre fins que la massa no s'enganxi a les mans. Es fan 12 panets que els deixarem reposar, tapats, durant 15 minuts. Es posa una mica de farina sobre el marbre i s'estira la pasta donant-li forma rodona. Posarem en el centre els espínacs que s'hauran escorregut bé amb les mans, una mica de farina, les panses, julivert, alls picats i una mica d'oli i es tanquen. Es ruixen amb una mica d'oli i sucre i es posen al forn a 170°C uns 8 minuts.

Una vegada cuits se suquen amb una mica d'oli i es tapen amb un drap de cotó fins que es refreden.

Comentari:

Era costum fer-los per Setmana Santa que és quan l'espínac és més bo. Aquesta manera de fer-los, a la senyora Lolita, li va ensenyar la senyora Conxita, que és d'un poblet de prop d'Àger, territori que gaudeix de la fama de ser el millor lloc on es fan els panadons.

Els panadons se solien menjar el Dijous Sant. Es preparaven amb antelació, podia ser el dia abans, per tal que les dones de la casa tinguessin l'àpat preparat i poguessin marxar a l'església a vetllar el Santíssim, sense haver de patir per l'hora. El torn de la vetlla s'adjudicava a cada casa de tal manera que la imatge oculta del Crist tingués companyia al llarg de tota la nit. Afegeix una altra senyora de la partida de Montcada que el torn no es podia preveure ni canviar, tocava l'hora que tocava i s'havia d'estar a punt.



El carro era el mitjà de transport per excel·lència abans que fos desplaçat pel tractor i la furgoneta. Quan s'anava a vendre, en arribar a Lleida, els animals es guardaven al costat del mercat en uns estables on també se'ls donava menjar. En acabar la venda els recollien i se'n tornaven cap a les torres. Arxiu familiar (Montcada i Pla de Gualda).



La bicicleta servia per anar a l'escola, per anar a buscar la llet i per arribar-se a Lleida a comprar o a la Festa Major. Encara es recorden els establiments que les guardaven a canvi d'un lloguer. Arxiu familiar (Montcada i Pla de Gualda).



*Estrenant el motocultor.
Posant a prova l'ensulfatadora.
Les màquines van fer desaparèixer els animals en les feines del camp i en el transport.
Arxiu familiar (Montcada i Pla de Gualda).*

Ingredients:

Per a la massa:

15 cullerades de farina
1/2 vas d'aigua calenta
1/4 de vas d'oli
llevat
sal

Per al farcit:

ceba
patata
carabassó
oli
sal

Preparació:

En una cassola amb oli d'oliva fregim la ceba, la patata i el carabassó a làmines primes i les deixem al mateix punt que si les féssim per a una truita.

Estirem la pasta de pa i la farcim amb el sofregit, tanquem la pasta com si féssim panadons, els posem al forn 20 minuts a 180°C i ja els tenim.

Comentari:

Aquesta és una recepta apresada de la tia de Sopeira, amb ingredients senzills que es troben a totes les cases de pagès. El municipi de Lleida ha estat el destí de moltes famílies que han abandonat els pobles de muntanya. Les terres de l'horta han estat un dels llocs d'acollida de la gent que cercava noves oportunitats de treball. L'opció de l'horta permetia una continuïtat amb les formes de vida pròpies i un trànsit menys traumàtic cap als costums més urbans.

Ingredients:

1/2 vas de cervesa
1/2 vas d'oli
una mica de sal
una mica de sucre
1 culleradeta de cafè de llevat
farina, la que admeti
patates

Preparació:

Es treballen tots els ingredients, menys les patates, i quan ja és prou pastat, es fan tres parts i es deixen reposar uns 15 minuts tapades. Es tallen les patates a làmines i es deixen unes hores amb una mica de sal i suc de llimona.

S'agafa la massa, s'estira i s'hi posa la patata al centre. Es tanquen els panadons, s'hi tira un raig d'oli i es posen al forn a 170°C, 8 minuts.

Comentari:

Aquesta és una altra proposta per a elaborar els panadons i la seva característica és que no és pròpia de cap època de l'any, i això significa que és bona per a fer-la en qualsevol moment. En companyia d'una bona amanida amb la varietat dels productes que l'hort ofereix en cada estació, pot solucionar qualsevol àpat.

Els dolços

Els dolços d'aquest capítol són fets amb ingredients fàcils de trobar: fruita fresca, confitada i en almívar, fruites seques, farina, sucre i ous, en són els principals. Són dolços per a les postres, per al berenar i per acompanyar qualsevol àpat en una data assenyalada, però també veureu que són una manera d'aprofitar els productes abundants de cada estació de l'any.

Ingredients per a 4 persones:

4 pomes
1/2 còpa d'anís
100 g de sucre
4 ous
2 sobres de llevat en pols
300 g de farina
canyella en pols
2 culleradetes de sal
1 vas gran de llet

Preparació:

Peleu les pomes i traieu-los el cor. Talleu-les en forma d'anella de mig centímetre. En un bol macereu les pomes amb el sucre i el licor.

Bateu els ous amb la llet i la sal, afegiu-hi la farina i el llevat i remeneu-ho fins aconseguir una crema fina sense grumolls; es deixa reposar durant una hora. Escorreu els trossos de poma en forma d'anella, passeu-los per la farina i després per la pasta; es fregeixen en abundant oli calent.

Serviu els bunyols de poma empolvorats de sucre i canyella.

Comentari:

El cistell ple de pomes era un dels presents que rebien les mestres de l'escola parroquial de Granyena. Al llarg del curs els infants les obsequiaven amb tota mena de productes de l'hort, del corral, de la matança del porc..., una generositat que es feia més palesa pels volts de Nadal. L'escola, reformada gràcies a una col·lecta entre el veïnat i amb els braços dels homes de la partida que van fer de manobres de l'únic paleta contractat, va arribar a comptar amb una trentena d'infants matriculats.

Ingredients:

2 ous
1/2 vas de llet
1 raig d'anís
una mica de sal
una mica de sucre
oli
llevat
300 g de farina

Preparació:

Es baten els ous i s'hi afegeixen tots els ingredients i es mescla bé. A continuació, s'hi afegeix la farina junt amb el llevat i es bat bé fins que quedi una massa ni clara ni espessa.

Posem mig cassó d'oli al foc i quan estigui molt calent s'hi fregeix una cullerada de pasta per cada bunyol. Al treure'ls, s'ensucren.

Comentari:

“Els bunyols de vent me'ls va ensenyar a fer la mare. Els fèiem amb els ous que plegàvem del corral i la llet fresca de la vaca que munyia el pare. La mare els feia quan sabia que havia de venir algú de visita o quan anàvem de convidats a alguna casa. No teníem costum de comprar res i, a més a més, per anar a comprar calia baixar a Lleida a peu o en bicicleta, així que ens espavilàvem amb el que teníem i, a més a més, sortien boníssims. Després ja va venir el baixar a la Pons, a comprar algun pastís.”

Tot explicant el procés d'elaboració dels bunyols, la senyora Beni va fer una extensa dissertació de com aprofitar els olis de cuina, aquells que caldria dipositar a la deixalleria mòbil, actualment. “La mare feia els bunyols en un cassó, no a la paella, que només servia per això. En guardava l'oli i quan aquest ja s'havia fet vell el posava en un cubell on es barrejava amb la resta d'olis fets anar i amb els greixos que sobraven del porc. A la barreja s'hi afegia la sosa i se'n feia sabó. Quan els trossos de sabó es feien tan prims que no es podien ni agafar, es retallaven con si fossin encenalls que es posaven en un pot amb aigua per tal que s'anessin desfent i aquell sabó líquid era el que servia per rentar els plats, el terra i per estovar la roba.”

El forn de pa de Raïmat
En aquest forn, en els primers anys de la immigració passada la guerra civil, les mestreses de casa hi portaven a cuire el "pan de aceite" i els "polvorons", els dolços típics de la seva terra de procedència.
Arxiu familiar.



100

Torre Soques on encara hi viuen. Consta de dues plantes; la planta baixa, on ara hi ha el menjador amb el foc a terra temps enrere feia d'estable per als animals. També s'hi trobava el rebost i la cuina. A la planta de dalt, les habitacions (Montcada i Pla de Gualda).





Amb aquesta carrossa el veïnat de Granyena ja augurava la prosperitat de l'horta gràcies a les plantacions d'arbres fruiters. Dia de Sant Antoni. Arxiu familiar.



ORACIÓN

Virgen Santísima, que pusisteis vuestro trono en la huerta de Greñana para haceros su Protectora y que desde el Cielo seguís bendiciéndonos, apesar de que el odio satánico de hombres malos destruyera la imagen que nos habfais dejado en prenda de vuestro maternal cariño: rec'bid, bondadosa, los pobres obsequios que os tributamos y alcanzadnos la gracia de que vuestros devotos de esta huerta, de Lérida, de Alcoletge y demas pueblos vecinos podamos imitar vuestras virtudes en la tierra y acompañaros después en la gloria del Cielo. Amén.

Joa. MARIANA.-Lérida

Ingredients:

carabassa
pell de llimó
sucre
aigua
canyella

Preparació:

Es trosseja la carabassa, es posa a coure en aigua abundant uns 20 minuts i es deixa refredar. Es treuen les llavors, amb una cullera, es rasca fins la crosta i s'escorre molt bé perquè no hi quedi aigua. Es pesa i s'afegeix el mateix pes de sucre que de fruit. Es posa a coure al foc fins que bulli, amb la pell de llimó i un tronquet de canyella. Es deixa bullir uns 15 minuts.

Si es vol conservar molt temps, cal posar-lo en pots que tapin bé perquè al posar-los dins l'aigua per bullir-los, no n'entri a dins. Es deixa bullir 5 minuts.

Comentari:

El cabell d'àngel es fa amb unes carabasses especials, com pintades de verd, clapejades de blanc. A l'Aragó, d'aquesta carabassa en diuen "radiqueta". Són unes postres típiques de tardor, temps de la seva collita. La sembra de la llavor es fa a la primavera.

“El cabell d'àngel el mengem com a postres, tot i que n'hi ha que se'l mengen per a esmorzar sucat en el pa. Avui dia serveix com a farciment per a diferents tipus de pastes: de full, brisa... Fer cabell d'àngel no és pas senzill ja que cal un procés lent i laboriós.”

Ingredients per a 4 persones:

300 g de farina
100 g de sucre
80 g de mantega
30 g de sucre de llustre
10 cireres confitades
100 g de fruita confitada
50 g de pinyons
4 ous
20 g de llevat en pols
ratlladura de pell de llimona
canyella en pols
anís mòlt
llet

Preparació:

Primer, es fa un volcà amb la farina i el llevat, poseu a dins els 100 g de sucre, la llet, 3 ous, l'anís, la ratlladura i la canyella. Mescleu-ho bé amb les mans, ajunteu la mantega tamisada, i acabeu-ho de pastar tot plegat.

Empolvoreu la taula amb la farina i doneu-li la forma típica de les coques. Poseu-la en una placa d'enfornar lleugerament untada amb mantega i deixeu-la reposar 15 minuts en un lloc temperat.

Pinteu la coca amb l'ou restant batut i poseu-hi pel damunt els trossos de fruita i cireres partides per la meitat. Finalment, repartiu els pinyons i empolvoreu la coca amb el sucre de llustre. Poseu-la al forn perquè es cogui.

103

Comentari:

És un dolç mediterrani. Ha estat un dels nostres primers dolços. No només perquè fa anys que s'elabora sinó perquè de petits la coca sempre formava part de la nostra alimentació i, amb fruites, unes postres rodones.

Ingredients:

codonys

sucre

aigua

104

Preparació:

Coeu els codonys partits a trossos. Una vegada cuits, se'ls treu la pela i els pinyols. Es fa una pasta fina amb la batedora. Es pesa i s'hi posa el mateix pes de sucre.

Amb poc foc i sense parar de remenar amb cullera gran de fusta, es fa bullir, sempre tocant el fons de la cassola, perquè no s'enganxi la pasta. Ha de bullir un màxim de 3/4 d'hora fins que es torni ros.

Comentari:

És un dolç propi de la tardor. "Almenys un codonyer és a cada finca de Granyena" diu l'autora de la recepta, tot i que podem dir el mateix de les altres torres de les partides de l'horta de Lleida. La seva fruita, els codonys, no se solen menjar crus ja que són molt aspres i per això s'acostuma a fer-los cuits al forn amb una mica de sucre o se'n fa el codonyat.

De codonyat se'n posa als panellots, però principalment es menja com a postres o per a berenar amb una llesca de pa.

És un aliment amb moltes calories i una autèntica "barreta energètica" per aquelles persones que practiquen esports. L'enemic del codonyer, com de la resta d'arbres fruiters, és la mosca del Mediterrani, que hi pon els ous i en podreix el

cor.

Una altra possibilitat que ofereix aquesta fruita és l'elaboració del preat allioli que es fa trossejant el codony i fent-lo bullir en aigua. Una vegada cuit es tritura amb l'all, un pessic de sucre i de sal. Es fa una pasta fina i s'hi va afegint l'oli tot remenant amb la mà de morter. És un allioli que no es nega mai i que avui gairebé ja no es fa.

Ingredients:

1 litre de llet
250 g de sucre
un tros de pell de llimó
un tronquet de canyella
6 rovells d'ou
50 o 60 g de Maizena

Preparació:

Es posa al foc la llet (n'haurem separat un vas per desfer-hi la Maizena), el sucre, la pell de llimona i la canyella. Quan està a punt de bullir hi barregem la Maizena i els ous sense deixar de remenar per evitar que s'enganxi al fons.

Aboqueu-la als plats o bols individuals. Es pot servir amb sucre cremat pel damunt.

Les clares es poden aprofitar per fer un dibuix sobre la crema. S'han de batre bé amb una cullerada de sucre per cada clara.

105

Comentari:

Aquestes eren unes postres de diumenge o per a les dates assenyalades. Diuen les dones de Granyena que en un principi es coneixia més com a crema de Sant Josep ja que eren les postres típiques per a la celebració d'aquest dia. És un plat molt antic que es feia, i segueix fent-se, a totes les cases. Diuen que també se li atribueixen propietats curatives i expliquen, per il·lustrar-ho, que un metge en va receptar al pare d'una senyora de la partida com a remei per a la cura d'una llaga a l'estómac.

Ingredients:

1 kg de figues
300 g de sucre
aigua

Preparació:

Es posen les figues senceres i sense pelar en una cassola amb aigua i el sucre perquè es coquin durant una hora a foc lent. Després, una vegada cuites, es posen en pots de vidre i es bullen al bany maria durant uns 5 minuts.

Comentari:

Les figueres eren un arbre prou comú en totes les torres i finques de l'horta. N'hi havia de moltes varietats. Les figues, el seu fruit, es menjaven crues i també s'assecaven a les golfes posades damunt d'un canyís. Les de l'última florada de l'arbre s'aprofitaven per fer-les confitades perquè tenien la pell més dura i no s'esclafaven tant. També se'n portaven a vendre al mercat. Així mateix, solien ser un dels acompanyants del pa a l'hora del berenar.

Ingredients:

1 pot de préssec
1 pot de pinya
2 taronges
2 plàtans
1/2 llimó amb pell

Preparació:

Es talla tot a trossos i per amanir-ho s'agafa el mig llimó amb la pell i tot es talla a làmines molt fines. Aquesta macedònia ajuda a pair com si fos un sorbet de llimó.

Comentari: _____

Avui en dia en l'elaboració d'aquestes postres s'utilitzen ingredients en conserva i almívar com la pinya i el préssec, però abans es feia amb fruites naturals i de la temporada, principalment amb peres, préssecs, pomes, meló, síndria i es regava amb el suc de la llimona i, fins i tot, amb el rajolí d'algun dels licors que es guardaven a totes les cases.

Ingredients:

Préssecs madurs
sucre

Preparació:

Peleu i netegeu la fruita, feu-la a trossos petits. Peseu la fruita i poseu-hi el mateix pes de sucre (si no es vol tan dolça, se'n pot posar menys).

Passeu-ho tot en una cassola de fang, a bullir al fogó fins que estigui cuit. Si es vol guardar en pots de vidre, tapeu-la bé i feu-la bullir dins d'una olla plena d'aigua, durant 5 minuts.

Comentari:

Les dones pageses sempre han fet les melmelades a casa, amb les fruites del tros. Es poden fer de pruna, pera, poma, préssec, etc.

La melmelada se sol fer amb les fruites que cauen al terra i es pot posar a taula per esmorzar o bé a la cuina per a farcir pastissos, com per exemple la mona de Pasqua. En època de penúria les melmelades i conserves s'envasaven en qualsevol recipient de vidre que es tingués a mà i com que el vidre anava escàs, calia aprofitar el més comú, el de les ampolles. Pel coll estret i amb un embut s'hi feia passar la fruita trinxada, es tapava amb un tap de suro i amb cops al cul de l'ampolla amb la paret fent de topall, s'hi feia acabar d'entrar. Després es folrava amb un tros de roba i fil d'empalomar.

Més endavant, es pogueren aprofitar els pots de vidre de la llet condensada que es portaven a "xapar" i, finalment, ja es van comprar els pots de vidre, especialment fabricats per a aquest ús. Un cop fets anar es rentaven ben nets i es guardaven per a la propera vegada, no se'n llençava cap.

Per tal que la melmelada es pogués conservar força temps s'hi posava molt sucre; avui en dia ja no n'hi posen tant, diuen les senyores de Granyena que expliquen com a la partida s'hi va estendre el cultiu intensiu d'arbres fruiters a partir de la dècada dels anys quaranta del segle XX: "El primer de plantar arbres de fruita va ser un veí que, per la seva professió de tractant d'animals, anava tot sovint a França, país bastant més avançat en aquells moments, i es va fixar en les plantacions que hi havia i ho va aplicar aquí. Ell mai va fer de pagès i la seva finca la portaven uns masovers. Ja en aquells anys, quan encara a les cases de la partida no disposaven d'aigua corrent, la casa d'aquest senyor tenia aigua calenta." També explicaven que, en aquestes dates, els perers de pera blanquilla havien sortit del planter de les "agulletes" d'un mateix arbre, per les branques del qual s'hi podia caminar còmodament de tan immens com era.

Preparació:

Ingredients:

12 ous
2 cullerades soperes de matafaluga
1 vas d'aigua
1 vas d'anís
una mica de sal
1 sobre de llevat
oli
farina
sucre

Es posa a bullir l'aigua amb la matafaluga uns 3 minuts, es cola i es deixa refredar una mica.

Ja tindrem els ous batuts en un bol i hi afegirem l'aigua bullida, la sal i l'anís i ho batrem una mica més. Hi anirem afegint la farina barrejada amb el llevat, ho pastarem i hi anirem afegint farina fins que es faci un pa que el taparem amb un drap de cotó i el deixarem reposar 2 hores.

En una cassola de fang es posa oli abundant, mentre s'es-calfa, agafarem la massa i la tallarem a trossos de la mida de les pilotes de golf, més o menys, posarem unes gotetes d'oli al marbre i les aplanarem molt fines amb el corró. Les fregirem amb l'oli ben calent i en treure-les els posarem sucre pel damunt.

Comentari:

“La primera tongada d'orelletes la fèiem amb el primer oli que anàvem a buscar a Aspa, a les Garrigues. Les fèiem pels volts de Nadal i se'ns guardaven un parell de mesos. La mare en feia fins a omplir un parell de caixes de fruita que les folrava amb draps de cotó i era el dolç que treia quan teníem visita o bé quan anàvem nosaltres de convidats, no s'anava a comprar res, oferies el que tenies i sempre hi havia alguna cosa per oferir, les orelletes amb mistela o ratafia. La segona tongada d'orelletes la fèiem per la Festa Major de Llúvia, a finals d'agost.”



*Família Mandúries, renom
amb què encara és coneguda a
la partida de Rufeà.
Arxiu familiar (1904).*



Habitatge i botiga anomenada Casa Mandúries, situada al carrer Sant Carles, 11. La família propietària eren, i són, pagesos de Rufeia, on tenien les finques i la torre. Cada dia, amb la somera, anaven i venien del barri vell de Lleida al tros per treballar les terres i atendre els animals del corral. A la botiga venien, sobretot, productes de la matança frescos i en tupines. Els xoriços i llonganisses s'eixugaven al pis de dalt, amb les finestres obertes de bat a bat. Arxiu familiar (1904).

111



Els rucs i les someres eren el mitjà de transport habitual de la pagesia lleidatana. Molts vivien al centre de la ciutat i es desplaçaven a diari cap a l'horta, on temporalment, algunes famílies es quedaven a viure, en temps de molta feina i de calor. Després de la Guerra Civil, moltes es van establir, definitivament, a les torres. Arxiu familiar (1904).

Ingredients:

4 dotzenes d'ous
 sucre
 un vas d'anís
 un vas i mig d'estomacal
 unes gotes d'essència de llimó
 llevat de pastisser
 un sobre de Royal
 matafaluga
 un canonet de canyella
 farina
 sal
 oli d'oliva arbequina

112

Preparació:

Es posa a bullir en un cassó 1/2 litre d'aigua amb la matafaluga i la canyella. Es cola i es deixa que es refredi una mica, fins que estigui tèbia. A continuació es posa en un plat una mica d'aquesta aigua, la farina i el llevat de pastisser i es mescla tot i es deixa reposar en un lloc calent perquè pugui la massa.

S'agafen els ous, es baten amb la batedora i quan estan ben batuts s'hi afegeix 400 g de sucre, l'anís, l'estomacal, les gotes de llimó, l'aigua de la canyella i la matafaluga, el sobre de Royal i una mica de sal per a cada ou. Quan tot està ben batut s'hi va afegint la farina a poc a poc fins que quedi una pasta suau i lleugera. A mesura que l'anem pastant, hi afegim el llevat ja pujat.

Es fan uns panets petits i es deixen reposar en un lloc calent i després de 1/2 hora o 3/4 d'hora ja estan a punt per estirar-los (han de quedar molt fines, 1 o 2 mil·límetres de gruix com a màxim) i coure'ls en una cassola amb força oli d'oliva calent. Al treure-les, s'hi afegeix el sucre pel damunt.

Comentari:

“El padrí es deia Josep i les postres del dia del seu sant eren les orelletes i la crema de Sant Josep que així en dèiem al que ara s'anomena crema catalana. Me les va ensenyar a fer la meva mare i el secret consisteix a estirar-les ben estirades, deixant caure la massa al genoll. Ens les menjàvem per postres i, quan n'hi havia, per berenar i a tota hora.”

Ingredients:

1/2 kg de farina
1 ou
2 clofolles de sucre
2 clofolles d'oli
una clofolla d'anís
una clofolla de llet
ratlladura de llimó
1/2 sobre de llevat tipus Royal
oli
sucre

Preparació:

Es barregen tots els ingredients per preparar la massa. Es pasta fins que quedi una massa consistent. Quan està pastada es deixa reposar coberta amb un drap de cotó durant dos hores. Passades les dos hores s'agafen porcions de massa i es van fent les boletes que després estirarem amb l'ajuda d'un corró fins deixar-les ben fines.

En una paella amb oli bullent fregirem les orelletes fins que estiguin daurades. Les anirem traient i deixant sobre paper de cuina perquè absorbeixi l'oli sobrer i hi tirarem sucre pel damunt a gust de cadascú.

113

Comentari:

La senyora Paquita va aprendre la recepta de la seva padrina Neus. A casa seva en solien fer per la Festa Major de l'hivern i se'n feien amb molta quantitat perquè també desapareixien força ràpid de bones que eren. Se solien guardar en un lloc fresc i sec, com era el rebost, on també s'hi solia guardar el bacallà i les arengades.

Ingredients:

114 un kg d'ametlles
3/4 de kg de sucre
100 grams de patata o moniato
(al gust de cada persona)
pa d'àngel (opcional)

Preparació:

En una cassola gran es pasta l'ametlla, el sucre, la patata o boniato (abans s'haurà bullit amb aigua 20 minuts) xafat amb una forquilla. Després es divideix aquesta pasta amb tants munts com classes diferents de panellets vulguem fer. Es poden fer amb licor, farcits de cireres, amb pinyons, xocolata, cafè, ametlles per damunt, enfarinats d'ametlla trossejada, etc. Perquè els pinyons quedin ben enganxats s'ha de passar la boleta de massapà per un ou batut.

Es posa cada panellet sobre una base de pa d'àngel, es col·loquen en una safata i es couen a forn fort fins que es posin ben daurats.

Comentari:

Postres típiques de la tardor, concretament de la vigília de Tots Sants. L'Associació de Veïns de Granyena, des dels seus començaments, sempre ha celebrat la festa de la castanyada. La gent de l'associació acostuma a portar a la festa els panellets fets a casa i així fer-ne l'intercanvi entre les persones assistents.

L'ametller també és, i ha estat, un arbre present a les torres del qual se n'obtenien les ametlles per a fer les picades, el panellets, per torrar o fer garapinyades.

Ingredients:

ametlles
avellanes
nous
panses
melmelada de cabell d'àngel

Per a la pasta:

1 vas d'aigua
1 vas d'oli
una cullerada de llevat Royal
una cullerada sopera de sucre
farina

Preparació:

Es posa a bullir l'aigua. En un recipient fondo es posa l'oli junt amb el llevat i quan l'aigua bull es tira al recipient i es va afegint la farina fins que la pasta estigui bastant dura. Llavors es posa sobre el marbre i es va pastant (si convé s'hi va afegint més farina fins que es desenganxi de les mans) i es deixa reposar durant dos hores.

Es fa una base fina i es posa en una planxa rodona per a posar al forn. El forn ha d'estar a una temperatura de 180 graus. Quan la pasta ha fet ja la crescuda, s'hi posa la melmelada de cabell d'àngel per sobre i també la fruita seca i les panses en cercle, i es torna a posar al forn fins que estigui daurat.

Comentari:

Aquest és el pastís guanyador del primer concurs de pastissos organitzat per l'Associació de Dones de Gualda, entitat que es va crear a l'inici dels anys noranta i que permet oferir noves oportunitats de relació a les dones de la partida que viuen disperses a les torres. La gent de l'horta lleidatana a poc a poc ha anat perdent els moments i els espais de trobada. El costum d'acompanyar la família a la vetlla del difunt, de visitar la casa que acomiada la solteria de la filla i ensenya l'aixovar al veïnat i les passejades fins a Lleida pels camins, s'han anat perdent de la mateixa manera que s'ha substituït la parada del mercat per la botiga. Tot plegat ha anat transformant les relacions entre les persones.

Ingredients:

1/2 l de nata per muntar
150 g de sucre
150 g de farina
(opcionalment, 50 g poden ser de
Maizena)
3 ous
mantega per sucar el motlle

Per al farciment:

2 o 3 peres
1/2 llimó
1 vas d'aigua
3 cullerades de sucre

Preparació:

Pelem la fruita, la tallen en gallons i els posem en un cassó amb 3 cullerades de sucre, una mica d'aigua i el suc de mig llimó. Els coem fins que estiguin tendres, però fermes, i els colem. Es baten les clares a punt de neu. Tot seguit es bat la nata fins que es fa espessa i després s'hi afegeix el sucre, les clares batudes, els rovells i la farina i se segueix batent tot fins que no es notin els grums.

Tota aquesta pasta es posa en un motlle desmuntable al forn calent a una temperatura mitja (180°C) durant 1/2 hora aproximadament.

Passat aquest temps, es posen les peres per sobre fent una forma de flor i es deixa al forn durant 1 hora més, o en tot cas, fins que al clavar-hi una agulla o forquilla aquesta no surti molla, i sempre amb compte de tapar el pastís amb paper d'alumini si es torra massa la superfície.

Comentari:

La fruita, a la partida de Llúvia, com a la resta de partides de l'horta de Lleida, va substituir altres conreus com el blat, l'ordi i, finalment, part de les terres dedicades a cultivar productes d'horta per vendre al mercat. Els horts per al consum de casa s'han anat mantenint. La fruita s'ha afegit a les receptes de cuina tradicionals i s'han incorporat noves receptes que permeten aprofitar les fruites de les collites pròpies.

Ingredients:

3 ous
150 g de sucre
150 g de farina
100 g de mantega
1.300 g de poma
1 sobre de llevat
melmelada

Per a l'almívar:

60 g de sucre
40 g d'aigua

Preparació:

Es baten els ous amb la mantega i el sucre. Una vegada estiguin ben escumosos s'hi afegeix la farina amb el llevat. Quan tot estigui ben mesclat s'hi afegeix les pomes tallades a trossos més aviat fins, es mescla tot amb una cullera i es posa en un motlle.

Es decora per sobre amb trossos de poma i es posa al forn, a temperatura mitjana, durant uns tres quarts d'hora.

A part, es prepara un almívar amb 50 g de sucre, el suc de mig llimó i una cullerada de melmelada. Quan es treu el pastís del forn se li posa per damunt l'almívar

117

Comentari:

Les pomes, un cop collides i guardades en lloc fosc i sec, es conserven força temps, fet que permet disposar-ne, segons la varietat, fins al mes de març. El pastís de poma és una manera d'aprofitar aquesta fruita per a unes postres o un berenar.

Ingredients:

4 peres flor d'hivern
3 sobres de Nescafé
100 g de sucre de canya
1/4 de litre de nata muntada
una copeta de Tia Maria
1/2 l d'aigua
sucre

Preparació:

Peleu les peres deixant-hi la cueta. Treieu el cor per la part baixa de la pera i ensucreu-les. Tot seguit cal fer una infusió amb el Nescafé, el licor, l'aigua i una mica de sucre. Es posa al forn 35 minuts a 180°C. Un cop fredes, decoreu-les amb la nata muntada i serviu-les.

Comentari:

Són unes postres molt populars a les cases de Raïmat i se sol fer amb la varietat de peres flor d'hivern que són més fortes, tot i que també s'admet aquesta elaboració amb la varietat blanquilla. De fruita poca se'n comprava ja que a les rodalies se'n trobava i qui no tenia finca pròpia tenia l'oportunitat de rebuscar entre els arbres aliens les peces que s'havien escapolit de la collita, les menys agraciades, petites, o les tocades (picotejades per algun pardal o la pedregada) i les caigudes al terra.

Ingredients:

1/2 kg de prunes Reina Clàudia
2 litres d'anís dolç
2 nous moscades
un pessic de matafaluga
2 canonets de canyella
100 g de cafè en gra

Preparació:

Es posa l'anís en una garrafa gran. S'hi afegeix les prunes senceres, les nous moscades, la matafaluga, els canonets de canyella i el cafè. Es deixa reposar 3 mesos en un lloc fresc i a l'ombra, el que popularment es diu "a sol i serena". Passat aquest temps ja es pot servir acompanyant dolços.

També es pot fer amb d'altres fruites com poden ser les cireres guindes, les nous verdes, etc.

Comentari:

La ratafia és un licor que se sol encetar per Nadal i que acompanya els dolços típics d'aquestes festes. Una vegada encetada, se'n beu tot l'any quan l'ocasió ho requereix. La ratafia es fa amb prunes clàudies i es guarda en botelles de vidre o garrafes, depenent de la quantitat que se'n faci. N'hi ha que la posen al llarg de quaranta dies a sol i serena, temps suficient perquè es pugui beure, d'altres la deixen reposar durant tres mesos.

Ingredients:

5 litres d'aigua
2 kg i mig de préssecs grocs
(pelats i nets)
3/4 kg de sucre

120

Preparació:

Posem l'aigua, el sucre i els préssecs a trossos en una olla gran i deixem que bulli uns 10 minuts. Quan el préssec sigui cuit es passa per la batedora. Es posa en envasos de vidre i es tapen bé. Es bullen al bany maria durant 10 minuts procurant que l'aigua cobreixi bé els envasos.

Comentari:

Per fer els suc s'aprofiten els préssecs plegats del terra i que no servien per a vendre a causa del seu aspecte, però que mantenen bones condicions per a ser menjats o fer-ne suc. La millor varietat és la de préssec groc. El seu suc és una bona beguda refrescant, si es pren a l'estiu, i a la vegada nutritiva.

Ingredients:

12 llesques de pa de barra
llet
2 ous
sucre
oli
canyella (opcional)

Preparació:

Es passen les llesques de pa per la llet i es deixen estovar una estona. Seguidament es passen per l'ou batut i es fregeixen a la paella amb força oli. Una vegada cuites s'ensucren i es deixen refredar. S'hi pot afegir un polsim de canyella un cop fregides o bé barrejar-ne un canonet amb la llet.

121

Comentari:

Aquesta és la manera més dolça d'aprofitar el pa sec. A les cases de l'horta no es llençava res i de pa, encara menys. Del pa sec se'n treia tot el profit possible. En donaven als conills i estovat amb aigua i barrejat amb quarta i panís, era el menjar per a les gallines. El pa sec era el principal ingredient de l'esmorzar de pagès, abans d'anar al tros, com ens explica la senyora Dolors: "bullíem una olla de cols i amb l'aigua que en quedava escaldàvem el pa sec i ho remenàvem ben remenat. Un crostó de pa ben torrat ens servia de cullera. En acabat de les les sopes, es menjaven les cols." El pa sec era i és l'ingredient principal d'aquesta recepta i la resta es tenien a mà: el pa, els ous i la llet i d'aquesta manera del pa sec se'n feia unes postres que agradaven molt i que permetien aprofitar el que hi havia a casa i no llençar res.

índex

Presentació	5
Pròleg	11
Els primers plats	19
<i>Albergínies farcides de verdures</i>	20
<i>Amanida de verdures de l'hort</i>	21
<i>Amanida de taronges</i>	22
<i>Arròs al forn amb peus de porc, costella i botifarra negra</i>	23
<i>Arròs amb bacallà</i>	24
<i>Arròs amb verdures</i>	25
<i>Arròs integral de verdures</i>	28
<i>Bolets amb gambes</i>	29
<i>Canelons de carn</i>	30
<i>Canelons d'espínacs</i>	31
<i>Carabassa i arròs</i>	32
<i>Carxofes a la reina</i>	33
<i>Cassola de l'horta</i>	34
<i>Cassola de tros</i>	35
<i>Espínacs a la catalana</i>	36
<i>Faves de Lleida amb allioli</i>	37
<i>Librets d'albergínia</i>	38
<i>Olla amb congre</i>	39
<i>Paella de peix</i>	40
<i>Pasta amb espínacs al rocafort</i>	41
<i>Patates fredes</i>	42

Patates gratinades al forn	43
Patates mimoses	46
Pastís de truites	47
Sopa de peix.....	48
Trinxat amb rosta	49
Els segons plats	51
Ànec a la taronja.....	52
Bacallà amb salsa verda.....	53
Bacallà amb espinacs a la catalana	54
Cassola de Setmana Santa.....	55
Conill amb herbes aromàtiques.....	56
Conill a la cassola	57
Conill a l'estil Llorenç.....	58
Conill a la jardinera	59
Conill de bosc i perdiu amb col.....	60
Colom agre i dolç.....	61
Cuixes de pollastre farcides	64
Crancs de riu amb una mica de bitxo.....	65
Croquetes d'ous durs	66
Cua de vedella.....	67
Llebre estofada.....	68
Llom de la padrina a la beixamel.....	69
Llom farcit	72
Gall dindi amb pinya	73
Pebrots farcits.....	74
Pebrots farcits de Festa Major.....	75
Peus de porc amb caragols i mongetes	76
Pollastre de corral farcit.....	77
Tall rodó de vedella.....	78
Terra i mar.....	79
Truita de riu al forn	80
Truites de riu amb pernil i ametlles	81
Vedella amb peres	82

Els caragols i les caragolines	83
Caragols a la gormanta	84
Caragols de pagès.....	85
Caragolines amb samfaina.....	88
Les coques salades i els panadons	89
Coca de recapte.....	90
Panadons d'espínacs.....	91
Panadó farcit de vegetals.....	94
Panadons de patata.....	95
Els dolços	97
Bunyols de poma	98
Bunyols de vent.....	99
Cabell d'àngel.....	102
Coca de fruites.....	103
Codonyat.....	104
Crema catalana o de Sant Josep	105
Fígues confitades.....	106
Macedònia	107
Melmelada de préssec	108
Orelletes.....	109
Orelletes.....	112
Orelletes de la padrina Neus	113
Panellets.....	114
Pastís de fruita seca	115
Pastís de peres	116
Patís de poma	117
Peres flor d'hivern a la crema de cafè.....	118
Ratafia.....	119
Suc de préssec.....	120
Torrades de Santa Teresa	121

Com és la cuina de l'horta? Una cuina feta aprofitant els productes de casa, el que dóna l'hort, el corral i el tros, que aprofita, també, allò que proveeix espontàniament l'entorn com poden ser els caragols i caragolines, les ortigues o les móres i allò que es pot obtenir, amb més esforç, del riu o del bosc, com els crancs –que algun en queda– o la llebre. Una cuina atenta al calendari de la natura que posa a la taula allò acabat de collir o l'animal que la vigília es va fer passar a millor vida i que s'estalvia els additius dels aliments processats per la indústria i emmagatzemats en el supermercat. Una cuina local enfront de la cuina global que no té en compte ni regions ni estacions.


Pagès editors

ISBN 84-9779-029-4
9 788497 90291