

Cossetània Edicions

Xavier Febrés i Àngela Vinent



CUINES AMAGADES

Ruta gastronòmica pels bars dels
40 **mercats** de Barcelona

VIA AUGUSTA



• Col·lecció Via Augusta – 8 •

Cuines amagades

Ruta gastronòmica pels bars dels 40 mercats de Barcelona

XAVIER FEBRÉS
ÀNGELA VINENT

Cossetània
EDICIONS

Primera edició: setembre del 2020

© del text: Xavier Febrés i Àngela Vinent

© de l'edició:
9 Grup Editorial
Cossetània Edicions
C/ de la Violeta, 6 • 43800 Valls
Tel. 977 60 25 91
cossetania@cossetania.com
www.cossetania.com

Disseny i composició: 3 x Tres

Impressió: Romanyà Valls, SA

ISBN: 978-84-9034-921-2

DL T 506-2020

ÍNDIX

Introducció	9
Abaceria: Bacallà a la llauna d'en Mingo	15
Barceloneta: Les sardines de la Magdalena	18
Besòs: Fetge amb ceba i xampinyons laminats	21
Bon Pastor: Elegia de les primaverals faves tendres	23
Boqueria: Xipirons amb mongetes de Santa Pau del Pinotxo	25
Canyelles: El ritual quasi sagrat del <i>choripán</i>	28
Carmel: Truites de tots colors al barri del Pijoaparte.....	30
Ciutat Meridiana: Ous ferrats amb sorpresa.....	33
Clot: Rostes de cansalada viada amb seques.....	35
Concepció: Llesques de magret d'ànec.....	37
Les Corts: Calamarsets i sepiones del Bisaura.....	39
Estrella: Bunyols de bacallà amb espàrrecs de marge	41
Felip II: Mitjana de bou volta i volta.....	43
Fort Pienc: El turbot de la peixateria de la Carne i en Toni	45
Galvany: L'esqueixada de bacallà dels Masclans	48
Guinardó: Peus de porc amb cigrons	50
Guineueta: La República i la truita de poma de la Yoli	52
Horta: Xoricets amb kale i portobellos.....	54
Hostafrancs: Remenat de rossinyols i camagroc.....	56
Lesseps: Un llobarro ben acompanyat.....	58
Llibertat: Tonyina amb vinagreta de soja i nous	60
La Marina: Sobrassada de Menorca amb ous estrellats	62

La Mercè: Pernil ibèric de gla i torrades amb oli d'oliva	65
Montserrat: <i>Migas</i> amb popets guisats.....	67
Ninot: Calçots en tempura a la bacallaneria Perelló.....	69
Poblenou: Cargols de la mare i capipota	72
Provençals: Unes volves de tòfona negra per acompanyar	75
Sagrada Família: Entre l'ensaladilla russa i els <i>torreznos</i> de Sòria.....	78
Sant Andreu: Filet de salmó amb patata al forn.....	81
Sant Antoni: Cua de bou al melic llampant del nou temple.....	84
Sant Gervasi: Mandonguilles amb xiitakes	88
Sant Martí: Seitons fregits amb dosis d'amor.....	90
Santa Caterina: L'arròs negre del bar Joan	92
Sants: Albergínia gratinada a la catedral	94
Sarrià: Truita de llengüeta amb unes ostres inicials.....	97
Tres Torres: Les carxofes del bar Teo	100
Trinitat: Botifarrons amb ceba caramel·litzada.....	102
Vall d'Hebron: Els <i>callos</i> de tota la vida, reviscuts	104
Mercat Central del Peix (Mercabarna): Pop <i>a feira</i> a la matinada.....	106

INTRODUCCIÓ

La ruta gastronòmica matinera que hem fet pels bars dels quaranta mercats alimentaris de Barcelona respon a la nostra manera de ser. És probable que tingui a veure amb l'estima que sentim pels barris trepitjats un a un, vistos com a suma del prestigi del centre. El mestratge del periodista Josep M. Huertas Clavería ens va inculcar anys enrere el costum de recórrer les perifèries i sentir-les com a pròpies. La ciutat és la gent, el menjar un extraordinari terreny de trobada i els mercats la saba nutrícia del luxe de la simplicitat. Cada mercat té a l'interior un bar o més d'un. Ocupen, si fa no fa, el mateix espai que qualsevol altra parada. Disposen de fogons i de planxa, tot sovint a la vista del públic. Cuinen una mica de tot. Sense pretensions no vol dir sense geni. Vol dir sense escarafalls, sense la membrana de l'artifici ni l'elitisme petulant.

En la visita a aquests bars hem anat acumulant sorpreses. I no solament per la presentació o manera de cuinar determinats plats, sinó també per la senzilla amabilitat que les dones i els homes de darrere la barra acostumen a dedicar a la clientela. Són gent bregada. De bon matí serveixen els primers cafès als també matiners paradistes, abans que aquests aixequin la persiana. I quan comencen a entrar compradors, ja tenen els fogons en marxa preparant esmorzars i dinars. El nostre moment preferit arriba un cop seiem al tamboret de torn i estirem el coll per clissar què s'està coent dins de la paella o de la cassola fumejant. Si allò que cuinen no ens acaba de fer el pes, només cal anar a comprar el que ens vingui més de gust.

“Mirin per aquí, triïn i m'ho porten. Jo els ho faré. Per alguna cosa estem dins d'un mercat”, ens va suggerir l'Helena López del bar de Lesseps mentre estenia els seus braços per indicar-nos gràficament la dilatada oferta de l'entorn. Sabuda aquesta particularitat que brinden els bars de dins dels mercats i que volem remarcar, toca espavilar la imaginació per decidir quin producte conduïrem de la parada fins les mans d'aquestes cuineres i cuiners en general poc reconeguts, però no per això menys destres i imaginatius. Els atrevits, que n'hi ha uns quants, potser hi afegiran algun element personal a la cocció. Decisions així són de les que més celebrem.

Les truites de mil i una condicions i els clàssics *callos* tenen la facultat de situar-se a primera fila de la majoria d'aparadors refrigerats on reposen els plats ja cuinats. Qui més qui menys disposa d'especialitats, les quals poden anar de mandonguilles, popets, fideuà, ensaladilla russa, fricandó o bacallà a la llauna fins a *migas* o *torreznos*. Sovint l'especialitat territorial viatja per barris. Per exemple, les *migas* només les hem trobades al bar del mercat de Roquetes. Entre els acompanyaments que en general s'ofereixen, destaquen els cigrons o les mongetes, perquè la parada de llegums cuits no falla mai a cap mercat i els restauradors se n'assorteixen cada dia. O si no en disposen en aquell moment, surten d'una revolada a comprar-los. Esmorzar o dinar a aquests establiments és garantia de material fresc i de proximitat.

Escriure aquesta guia ens ha permès retrobar plats molt bàsics que de vegades són una culminació de l'art de la cuina. Un parell d'ous ferrats o un botifarró fregit lentament poden arribar a emocionar. Fets amb habilitat, els ous representen una delícia sempre a l'abast, ni que sigui amb la incertesa temible del punt de cocció. Als països anglosaxons els ous Benedict gaudeixen d'un predicament merescut, elaborats amb dues meitats de *muffin* cobertes de pernil dolç, cansalada o pastrami i salsa holandesa. Els ous trencats que va posar de moda Lucio de Madrid ja han donat la volta al món. Els ous ferrats de tota la vida, tocats per la passió d'unes volves de tòfona acabades de ratllar —o simplement unes fines làmines d'all molt suaument torrades—, es converteixen en una fulguració sublim.

Argumentar-ho seria inútil. Per entendre-ho cal posar-s'ho a la boca com es menja alguna cosa molt desitjada, fins i tot en el sentit més inconfessable. De vegades val més no preguntar-se massa el sentit últim de les emocions i els plaers, només encarar-lo tal com es presenta. Quasi mai s'arriba a entendre l'arquitectura dels moments de felicitat, les motivacions que hi condueixen ni els mecanismes de la seva evaporació.

Qualsevol cuina amb identitat es fa, s'hereta i es posa al dia sobretot a través de la pràctica de la gent, no només dels professionals. Els mercats faciliten el plaer de la pràctica de la cuina. Si al costat del dinamisme comercial dels restaurants no enaltim l'elaboració dels plats a casa, no se sostindrà la vitalitat d'una cuina derivada de la personalitat de cada lloc, la cuina ordinària

massa sovint eclipsada per l'extraordinària, l'essència fràgil dels petits miracles de la quotidianitat.

Al mercat no hi anem perquè sigui més ràpid, més còmode, més barat o més pròxim. Hi anem perquè ens fem la petita il·lusió que és més bo. Els mercats són un espai de pluralitat. Cada barri, cada mercat, cada parada i cada bar són un món particular, amb les seves destreses i les seves febleses. Viure i comprar equival a triar —o creure que triem— en funció dels gustos, les ganes i les possibilitats de cadascú.

La denominació “cuina de mercat” és un sofisma, un comodí polivalent. Totes les cuines han estat de mercat en algun moment del camí fins al plat, però a diferència de la mecànica del client davant la caixa del supermercat, anar al mercat obliga a saludar i xerrar una mica a cada compra, deixar-se seduir per l'atractiu sempre diferent de tot allò que s'hi ofereix, seleccionar en funció de l'humor del dia —l'humor dels productes i del client. De vegades hi entrem sense saber exactament què comprarem i deixem que la vista ens doni idees, que la mirada ens inspire.

El periple d'aquest llibre l'hem culminat pel plaer bàsic i amenaçat de citar-nos amb una persona amiga i fer petar la xerrada amb la forquilla i la copa als dits. El desig apetitós, la gana i la set —la necessitat de menjar i de beure repetides vegades cada dia— són l'estímul més incombustible al llarg de les diferents etapes de la vida. La necessitat d'estimar i ser estimat també ho és, però segurament fluctua més.

Barcelona disposa d'una extraordinària xarxa de mercats municipals que altres grans ciutats han perdut per manca de renovació o per l'especulació immobiliària. Se'n reconeixen trenta-nou d'homologats amb caràcter alimentari, a part del majorista Mercabarna. Els més antics són fills reeducats de la Revolució Industrial del segle XIX. L'alcalde Rius i Taulet, el de l'Exposició Universal del 1888 i autor de la frase “Hágase lo que se deba y débese lo que se haga”, va emprendre durant el seu llarg mandat la folgada cobertura metàl·lica modernista del que fins aleshores eren parades situades a l'inclement aire lliure de les places. D'aquí ve la bonica expressió “anar a plaça”.

L'èxit en la renovació de les instal·lacions, impulsada el seu dia per l'alcalde Pasqual Maragall, demostra que la tradició pot ser moderna. Dels trenta-nou existents, se n'han remodelat disset, i quan escrivim aquestes línies, quatre més estan en obres.

Els seus bars són una gota d'aigua en l'oceà de restauració de la ciutat, però en comptes de trobar-se disseminats com els altres, són una gota condensada dintre d'una altra gota: els mercats. I amb preus més ajustats.

Al llarg de la nostra ruta hem tornat a trepitjar realitats urbanes distants del cercle quotidià. Al bar del mercat de Ciutat Meridiana, de Canyelles o del Carmel s'hi pot trobar el petit tresor igual que a les Corts, Sant Gervasi o Gràcia. Aquest llibre n'acumula proves païdes. Hem constatat igualment que l'asimetria en la distribució dels recursos econòmics, la bretxa social, continua reflectint-se als mercats i als seus bars, segons a quin barri se situïn. La diferència en la composició i l'oferta de les parades no passa desapercebuda. Però als àmbits humils hi ha un sentiment més arrelat, un contacte menys fugisser, quasi diríem una solidaritat de classe entre restauradors i clientela. Quantes vegades hem vist com sorgien voluntaris per traslladar plats de la barra a la taula si a la cuina anaven atrafegats!

No tot són encerts i troballes excitants. Encara que la mitjanja de bars manté una dignitat alta, hi ha dies que venç la rutina i la creativitat pesa més en la tenacitat que en l'originalitat. Qualsevol plat pot ser cuinat i servit d'esma o bé preparat i presentat amb un somriure lluminós, una jovialitat encomanadissa. En aquest segon cas hi guanya molt, per això volem recordar els somriures de la Yoli a la Guineueta, la Guada al Ninot, la Jose a Ciutat Meridiana, la Luisa a Via Favència, la Transi al Clot, la Magdalena a la Barceloneta, en Juanjo a Hostafrancs, l'Helena a Lesseps, la Natàlia a l'Estrella, en Juanito a la Boqueria o en Paco al Besòs, entre tants altres que durant l'elaboració d'aquest llibre ens van alegrar el dia no només pel menjar.

No els agraiem mai prou a tots plegats que, dins de la seva discreta presència entre els restauradors de la ciutat, puguin oferir a la clientela allò que la resta difícilment abastarà: la possibilitat de triar i comprar a les parades veïnes el producte que instants després ens cuinaran.

Un matí, a la sortida del mercat de la Guineueta, molt ben esmorzats al bar Yolanda, vam recordar la frase següent: "El relat me'l donaven ells. Jo només hi posava unes gotes de pietat." L'acabava d'escriure el col·lega Josep Martí Gómez al llibre *El oficio más hermoso del mundo*.

ELS BARS DELS 40 MERCATS

ABACERIA

Bacallà a la llauna d'en Mingo

Els fogons a la vista d'en Mingo, voltats pels tamborets dels clients, són un espectacle permanent per ells mateixos. Alguns fidels venen de molt lluny pel seu bacallà a la llauna, encara que no sigui l'única especialitat.

La carpa instal·lada al passeig de Sant Joan s'ha convertit en la seva nova casa mentre durin les obres del vell mercat de la Travessera de Gràcia. “Nova carcassa i nova clientela”, diu el Mingo sense apartar els ulls de la cassola on està acabant de saltar uns popets amb all i julivert. La seva barra, que mostra un assortiment magnífic de platets i tapes, té tanta tirada que no ha trigat a recuperar allò que hagi pogut perdre amb el trasllat. “Potser ara ve un públic més jove. Als voltants de l'antiga Abaceria la població majoritària és d'edat avançada i, encara que no estem gaire lluny, se'ls fa costa amunt desplaçar-se fins aquí.” Sigui com sigui, el bar d'en Mingo i de la seva dona Loli destaca com un espai de trobada per a veïns i amics acompanyats de bon menjar. Per exemple, el grup cultural gracienc Tucston hi presenta cada semestre el seu butlletí amb un vermut-dinar. El músic Víctor Nubla i l'escriptor Martí Sales en formen part. La carpa vidriada banya de claror les nombroses taules que s'estenen a banda i banda de la barra. Fa goig seure-hi.

El Mingo va passar uns anys treballant a la metal·lúrgia, tot i que de més jove ja havia fet tempteigs en el món de l'hostaleria. Va decidir tornar a capgirar la seva vida quan va veure que es traspassava aquest bar del mercat. I no va trigar a fer-s'hi un nom. Mingo, aquí, Mingo, allà... La gent el demana constantment encara que el vegi atrafegat entre la planxa i les paelles. Tocat amb un mocador lligat al cap on triomfa l'estampat de colors llampants i un davantal a joc, no hi ha res millor que observar la seva expressió de felicitat mentre ens tria un bon tall de bacallà a la llauna. És un dels primers plats que elabora de bon matí, just després de pujar la persiana. I de bon matí vol dir abans que toquin les cinc. Per això, quan nosaltres el tastem ja fa unes quantes hores que reposa. Aquesta manera tan barcelonina de cuinar el bacallà vol això: una treva generosa des de l'instant que

surt del foc. Que, un cop a dins la llauna, s'amari ben bé de l'oli d'oliva tenyit de pebre vermell i que absorbeixi amb tranquil·litat el gust de les làmines d'all fregit. Hi ha qui hi afegeix al damunt unes tires de pebrot escalivat. Nosaltres el preferim com el d'en Mingo: amb l'única companyia dels allets.

El mercat de l'Abaceria, amb la seva característica nau ovalada de ferro, es va estrenar el 1892, quan Gràcia encara era una vila independent. Va ser reconstruït el 1965, però la gran reforma arriba ara. És l'únic dels trenta-nou mercats minoristes de la ciutat que usa la denominació *abaceria*, expressió que tant en català com en castellà significa 'botiga o parada de venda a la menuda de queviures o adrogueria'. A finals del segle XIX les parades de les pageses es muntaven a la plaça de la Revolució, per això es va anomenar primerament mercat de la Revolució. El nom de la plaça es referia —i es refereix encara— a la Revolució de Setembre del 1868 que va destronar Isabel II de Borbó a favor d'un període liberal. Simbolitza l'esperit obrer i llibertari de Gràcia.

Les parades de plats i olles, de ferreteria i de teixits que envoltaven l'edifici antic també s'han traslladat als laterals exteriors de les instal·lacions provisionals. N'hi ha per una colla d'anys d'obres i ningú vol renunciar a posicionar-se. A part, què seria de l'Abaceria sense les seves parades de plats i olles on tradicionalment graciencs i no graciencs hi van a comprar cassoles, coberts o setrilleres?

La presidenta dels paradistes, la peixatera Maria Isabel Ampolla, diu que aquest mercat és la seva vida. Ja hi era cada dia quan estava a la panxa de la seva mare. De petita jugava als passadissos amb els fills dels altres paradistes. Als 8 anys va tallar el primer calamar a la peixateria familiar i als 14 hi va co-

“És un dels primers plats que elabora de bon matí. Aquesta manera tan barcelonina de cuinar el bacallà vol una treva generosa des de que surt del foc.”

mençar a despatxar, sempre a la mateixa parada: “És un mercat molt de barri, quasi com de poble. El millor de treballar aquí és el tracte que tenim amb clients i companys. Hi ha un caliu que a fora no hi és.” La Maria Isabel espera amb il·lusió veure acabada la remodelació de l’antic edifici i que “llueixi com es mereix, però ben posat al dia”.

ADREÇA

Passeig de Sant Joan, 168 (Travessera de Gràcia, 186).

HORARIS

De dilluns a dijous de 8 a 14:30 i de 17 a 20:30; divendres de 8 a 20:30; dissabte de 8 a 15.

DISTRICTE

Gràcia.

BARCELONETA

Les sardines de la Magdalena

Els dos bars del mercat de la Barceloneta, el d'en Paco i el de la Magdalena, ho tenen difícil per competir amb institucions ciutadanes del ram que els flanquegen per davant i per darrere. Tot i així se'n surten, sense estirar més el braç que la màniga. Al davant del mercat regna la Cova Fumada, per a molts les millors bombes i el millor allioli de la ciutat. Al darrere hi senyoreja Can Ramonet, l'establiment que proclama: "Des de 1753, la taberna [sic] més antiga del port".

A l'interior del mercat les coses són diferents. El Bar del Paco, obert el 1958 i ara regentat per Paco Alcaide Zorio, ahora president de l'associació de paradistes del mercat, és el més ampli, amb taules a l'interior i a l'exterior. S'hi esmorza i s'hi dina quasi tot el que es pot imaginar a un mercat. L'altre Cafè del Mercat, el de la Magdalena, governat des del 2007 per Magdalena Serrano Piqué, és més petit però molt eixerit.

La profusió de pissarres, cartells i cartellets de les seves parets ho prometen quasi tot i ho compleixen. Ja que som a la Barceloneta, ens ve de gust un dels pocs plats no anunciats: sardines. Li ho diem a la Magdalena i surt d'una revolada de darrere la barra, fa un salt fins la parada de peix del davant, porta les sardines a la seva planxa i ens les serveix al cap de pocs minuts. Delicioses.

L'equilibrat punt de l'all i julivert subratlla la importància del revestiment, l'elegància dels acabats de les coses ben preparades. La Magdalena posa un raig d'oli final on hi ha diluït aquells dos condiments. L'efecte no és el mateix que amb l'all i julivert esmicolats a l'instant i passats delicadament per la planxa.

Les sardines tenen el defecte de ser barates i tenen (o tenien) fama de ser menystingudes per esnobs i fantasmes de la gastronomia. Quan les més altes virtuts van associades a la modèstia, es cotitzen menys, queden reservades als que no seguim les modes del provincianisme internacional. Les sardines s'havien vist expulsades per pobres de molts restaurants. El sabor i l'aroma d'aquest peix es cohibeixen entre la gastronomia cara. Les sardines tenen consciència i orgull de classe. Són un triomf mo-

ral del peix barat més succulent, una pervivència dels grans luxes humils per als qui saben apreciar-los. Però... mai se sap. I si les tendències canvien, les sardines poden pujar al podi: ja se'n troben a nombrosos establiments marinades, fumades, filetejades sense espina, en tempura... o fins i tot convertides en escuma.

Quan es troben al seu punt —tradicionalment durant els mesos sense erra, de maig a agost, que vol dir que són més molsudetes—, el llom platejat adquireix una corba voluptuosa, els dors de to verd-blau una consistència ferma i els dos ullets transmeten picardia. Les sardines fresquíssimes de la Magdalena al Cafè del Mercat de la Barceloneta tenen la grandesa intacta de les petites coses. Per un plat de set sardines de bona mida, quatre llesquetes de pa amb tomàquet i una copa de vi ens cobra 6 €, quasi un regal. A la sortida resulta inevitable recordar l'estrofa de Joaquín Sabina:

*Dueña de un corazón tan de cinco estrellas
que hasta el hijo de un Dios,
una vez que la vio, se fue con ella
y nunca le cobró, la Magdalena.*

També s'ha de reconèixer que tot depèn molt de la il·lusió que s'hi posi i de la companyia. La matèria primera és important, l'apetència de cada moment també. Les sardines fresques preparades a la brasa o a la planxa intueixen d'alguna manera, un cop col·locades al plat, en quin grau venen de gust a aquells que es disposen a menjar-les. Gratifiquen el desig d'aquells que les tracten com un dels peixos més exquisits a determinats moments.

El mercat cobert de la Barceloneta va ser inaugurat el 1884 i reconstruït el 1939 després que les bombes destrossessin la coberta. La gran renovació va arribar el 2007. Després de cinc anys en una carpa provisional, van tornar la meitat de les 60

**“L'equilibrat punt de l'all i julivert
subratlla la importància del
revestiment, l'elegància de l'acabat
de les coses ben preparades.”**

parades anteriors. La coberta metàl·lica es desplega en pèrgoles com una bugada de llençols estesos, segons el seu arquitecte Josep Miàs. Va servir per reorientar una de les entrades cap a la plaça principal i crear una nova placeta a la part posterior. Miàs ja havia col·laborat amb Enric Miralles i Benedetta Tagliabue en la modernització del mercat de Santa Caterina.

L'estructura de ferro i la planta baixa no van canviar. S'hi va incorporar un supermercat, un aparcament, nou enllumenat i clavegueram, climatització i ascensors per connectar amb les dues plantes subterrànies de magatzem, cambres frigorífiques i molls de càrrega.

La remodelació va coincidir amb la moda d'incorporar al mercat restaurants "de concepte", a més dels tradicionals bars, igual com a Santa Caterina. A la façana abocada a la plaça del Poeta Boscà n'hi ha dos, que ara es diuen Caballa Canalla i El Guindilla. S'adrecen a públics diferents dels bars de l'interior del mercat, volem dir amb pressupostos i "conceptes" diferents.

ADREÇA

Plaça Poeta Boscà, 1.

HORARIS

De dilluns a dissabte, de 8 a 15.

DISTRICTE

Ciutat Vella.