

# La teca

La veritable cuina  
casolana de Catalunya



Ignasi Domènech

Cossetània Edicions

21<sup>a</sup>  
edició



• Col·lecció El Cullerot – 35 •

# **La teca**

**La veritable cuina casolana  
de Catalunya**

IGNASI DOMÈNECH

**Cossetània**  
EDICIONS

21a edició: maig del 2020

© del text: Arxiu Gastronòmic Ignasi Domènech

© d'aquesta edició:  
9 Grup Editorial  
Cossetània Edicions  
C. de la Violeta, 6 • 43800 Valls  
Tel. 977 60 25 91  
[cossetania@cossetania.com](mailto:cossetania@cossetania.com)  
[www.cossetania.com](http://www.cossetania.com)

Composició i muntatge: 3 x Tres

Impressió: Romanyà Valls, SA

ISBN: 978-84-9034-955-7

DL T 45-2020

## Pròleg (17a edició, 2005)

---

No sé si al lector d'aquest llibre li passarà una cosa tan curiosa com la que em va passar a mi la primera vegada que vaig obrir el llibre de l'Ignasi Domènech. Va ser fa uns quinze anys, quan un servidor estudiava a l'Escola d'Hoteleria i Serveis Sant Narcís de Girona. El professor de cuina, el cuiner i amic Joan Roca, ens va portar una colla de llibres perquè els alumnes poguéssim mirar i palpar alguns dels llibres que s'havien escrit fins llavors. «Heu de conèixer la cuina casolana, la cuina catalana més antiga, la cuina tradicional, i cal que tingueu alguns d'aquests llibres als vostres prestatges dels llibres de cuina», ens deia. Entre aquell munt de llibres s'hi podia trobar *El llibre del Sent Soví* (el més antic escrit en llengua catalana), el *Llibre del coch...* i també hi havia *La teca*. En obrir-lo em va sorprendre el llenguatge que utilitzava, sobretot perquè parla de mesures antigues: quatre unces, dues lliures... Em va fer recordar els temps de la meva infància quan la meva mare (la Joana de Can Simes) em feia anar a comprar a Can Míliu, de la Canya, unces de fesols, lliures de lleties o de cigrons bullits. Sempre preguntava per què em deia dues unces si em podia dir 400 grams, o una lliura de lleties, quan també me'n podia demanar 400 grams... Amb els anys he après que aquests mots són una gran part de la nostra història lingüística, i que malauradament l'estem perdent.

Aquesta edició que ha posat en marxa l'editorial Cossetània és la 17a en el conjunt de totes les edicions del llibre *La teca*, de l'Ignasi Domènech. Fins el dia d'avui és el llibre de cuina escrit en català més venut. Tot i així,

des de l'editorial han considerat oportú, i crec personalment que amb un gran encert, mantenir la terminologia culinària escrita en la versió original; tot i que des d'una perspectiva actual pot ser equívoca, controvertida o vista amb ulls crítics, de vegades cal posar al davant l'interès documental, com així ho expressava l'autor. Mots com *llamantos*, *saltejar*, *brotxeta*, *fuagràs*, *pepinillos*, *fiambre*, *pescadilla*, *pebrot morron*... són paraules que es podrien qualificar d'incorrectes, però crec que perdríem una part de la història si ens oblidéssim d'aquests mots i de molts altres que cauen en desús en la parla com *unça*, *lliura*, *ansat*, *paiella*, *padella*, *coisi*, etc.

Però abans de seguir amb *La teca*, deixeu-me parlar un xic de l'autor. L'Ignasi Domènech i Puigercós va néixer un 8 de setembre de 1874 a la ciutat de Manresa, al segon pis d'un casal que feia cantonada amb el començament de la carretera de Cardona.

Fins a l'edat de 14 anys va créixer entre cassoles a la Fonda del Centro, anomenada també Cal Nasi, una fonda que regentava la família materna.

Durant uns anys, l'Ignasi va anar tastant olles a diversos establiments de la ciutat comtal, però va retornar cap al Bages, a la fonda Monistrol. Al cap d'un temps aniria cap a la Cerdanya, a Puigcerdà, a la cuina de l'hotel Europa.

Quan arriba als divuit anys, marxa cap a Madrid i després a Burgos, on ja dona les primeres classes de cuina. Podríem dir, doncs, que l'Ignasi Domènech va ser un dels primers *stagers*. No va ser d'aquells cuiners que es queden tota la vida lligats a una casa de menjar, sinó que era un cul inquiet. Això li va portar l'experiència adquirida per poder-se desenvolupar com a cuiner i gastrònom.

Però no s'acaben aquí les seves trifulgues, sinó que al cap d'un any se'n va a París a treballar a diferents restaurants, el fan membre de la Societat de Cuiners de París i li ofereixen la possibilitat com a gran cuiner de l'època, al mític Hotel Savoy de Londres. Aquest era un lloc on imperava la filosofia culinària d'un dels grans cuiners de totes les èpoques, el llegendari August Escoffier; una filosofia que avui dia encara tenen a mà els grans restaurants de França.

A finals del segle XIX, concretament el 1899, quan fa 25 anys, se'n torna a Madrid i escriu el seu primer llibre de cuina, i també funda la revista *El Gorro Blanco*. Va crear una acadèmia de cuina i es va dedicar a l'ensenyament i a l'organització dels banquets de l'aristocràcia de l'època, com els Ducs de Medinaceli.

Cap al 1920, se'n va a Barcelona i dedica el temps a escriure, a més de realitzar diversos treballs, com ara la cofundació de l'editorial Quintilla-Cardona, que edita la seva pròpia obra.

Uns anys més tard, es comencen a notar les conseqüències de la guerra civil, que fan que l'Ignasi escrigui el llibre *Cocina de recursos*. Seguidament, escriu, entre d'altres obres, *Àpats* i un dels seus llibres més coneguts: *La teca*.

Aquest llibre és un autèntic tractat de cuina de l'època. Una cuina basada en els plats tradicionals, amb alguns llegats de les doctrines dels grans cuiners de París i Londres, on Ignasi Domènech es va cultivar durant anys.

Avui dia, *La teca* forma part d'aquests llibres que tot cuiner o estudiant ha de tenir al prestatge. No tan sols pel llegat històric que representa, sinó també perquè les nostres mares i àvies van aprendre a cuinar amb aquest llibre. Avui mateix, diada de Sant Jordi, mentre anava cap a la Boqueria, escoltava el bon amic Pere Tapias en un programa de gastronomia i demanava quins eren els llibres de cuina que els oients tenien a casa seva: tot un reguitzell de mestresses trucaven i esmentaven *La teca*, fet que ens indica que avui dia encara s'usa i es llegeix.

Molts dels plats que hi trobareu són vigents al cent per cent. A més a més, l'Ignasi va fer el gran esforç de recuperar plats mig oblidats com el poti-poti, els macarrons a la Benedictina, les perdius fetes al príncep, etc.

En la seva biografia, hi podem trobar una de les diversions que tenia el gastrònom: li agradava fer la tertúlia amb un cafè cada dia al vespre al Liceu.

Des de la seva mort, l'any 1956, han passat 49 anys, i el nom d'Ignasi Domènech i el nom de *La teca* són en boca de tothom que li agrada la cuina, perquè coneixent i estimant el nostre passat, podem treballar i estimar el nostre futur.

Aquest llibre ens ha de fer reflexionar a tots, per damunt de totes les modes culinàries i per damunt de tots els esnobismes gastronòmics. Hem de tenir en el rebost dels nostres pensaments una cita que un bon amic em va dir un bon dia: «La bona música no passa mai de moda; algunes modes no passaran mai a la història perquè són efímeres no aguanten ni un bull. Amb la cuina passa el mateix...»

**Pep Nogué i Puigvert**

*Diada de Sant Jordi del 2005*

# A la reina de la llar

---

Lectora amiga: En escriure aquest llibre que porta per títol *La teca*, ho he fet amb la idea d'oferir-vos una obreta molt documentada en l'art del ben cuinar, tan apreciat per tothom; especialment per aquells que tenen un remarcad interès en fruir d'una bona taula.

Catalunya necessitava un llibre senzill de cuina, en el qual les receptes estiguessin ben clarament especificades, perquè al confeccionar els plats no sorgissin dubtes ni confusions ni s'originessin inútils pèrdues de temps i de matèries.

El dedico a la noble dona casolana, tan preocupada per la felicitat de la seva llar. Jo crec que la dona de sa casa, i en general les cuineres, han de saber cuinar bé i amb coneixement de causa, i no fer ús de quatre tòpics mal entesos. També li interessa saber les coses que pot trobar al mercat cada temporada, per poder aconseguir una contínua variació en els menjars, i fugir de la rutina —tan estesa desgraciadament— de valer-se sempre dels mateixos llegums, viandes, aviram, etc., la qual cosa provoca un cansament.

No hi ha res que cansi més l'estómac i tregui la gana de menjar a les persones de bon gust que la monotonia de la taula. Quan s'asseuen ja saben el que els serviran: diumenge això, dilluns allò altre, i així tota la setmana; i així cada diumenge, cada dilluns i cada setmana de l'any. Precisament per aquest motiu podem trobar-nos gent ben convençuda que l'art culinari és un dels més mediocres i pobre de recursos, quan en realitat és ben al contrari.

Les nostres reines de la llar han de demostrar el seu gust en la presentació de la taula: la mantelleria ha de ser blanca com la neu; els coberts i la cristalleria, brillant de netedat: i tots, tots els més petits detalls disposats de manera atraient i simpàtica, perquè sigui alegre i plaent als comensals de nit i de dia. La dona no ha d'oblidar mai que la llar és el seu reialme, que Déu li ha destinat perquè pugui lluir les qualitats de la seva ànima, la claredat i discreció de la seva intel·ligència i la mestria de la seva mà. És en aquest sentit que la proclamen reina: en el de què ella dirigeix les regnes del govern domèstic, no solament en el de rebre homenatges.

L'ensenyament a les jovenetes del govern de la casa s'imposa cada dia més. És precís que sàpiguen rentar, planxar i, sobretot, guisar. No conjuminar escaldots que no se sap si sortiran bé o malament. Saber els preus, pesos, quantitats i qualitats necessàries per a cada cas, així tot el que fa referència al pa, al vi, a la llet, als fruits, als llegums, la rebosteria, per treure el millor profit de tot; i tot plegat amb la ment posada en la netedat, la distribució i l'ordre de les coses. Ha de saber fer un pressupost de despeses i el balanç d'entrades i sortides. Sense aquestes lògiques «preocupacions», la casa millor acomodada aniria a una segura bancarrota. «La dona, en una casa» —diu Lenire—, «és el ministre d'Hisenda, i el marit, el contribuent, el qual mai no ha de ser arruïnat pel ministre.»

Tenint en compte aquestes consideracions, he determinat d'escriure el present llibre, amb el qual vull aportar un ajut a les solucions més amunt proposades, i evitar per la meua part els desagradables esdeveniments familiars que alguna vegada porta una menja mal arranjada. No és només «un altre» llibre de cuina el que he escrit i us ofereixo. Si el mediteu i estudieu, arribareu a convèncer-vos de la gran utilitat que us representa i li agafareu afecte, veient que no està escrit (com tants altres titulats tractats de cuina) per algú que no és capaç de fregir un parell d'ous, i que s'ha posat a escriure'l en un moment avorrit i ha copiat receptes d'amigues de la seva muller, que tenen fama de bones guisadores; al contrari, està escrit per qui s'ha passat la vida dedicat a perfeccionar l'art culinari, tant personalment en acreditades cuines, com a través de la ploma, i l'ha difós a través d'obres que han obtingut arreu un gran acolliment.

Així, doncs, *La teca* és una obreta filla de l'afecte que jo sento per la nostra cuina; i ningú d'aquells que veritablement s'hagi passat la vida treballant-hi o escrivint-ne, no podrà desmentir-ho.

**Ignasi Domènech**



**Primera part**

**Consells generals  
i primers plats**



## Capítol I

# Orientacions que són necessàries per servir bé la taula

---

Lectors amics: El motiu que m'ha impulsat a escriure aquestes orientacions és donar una guia de com han de servir a taula els criats o criades els dies de compromís, en què els convidats són persones distingides, i es vol donar a l'àpat un caire seriós i solemne.

La taula no ha de ser massa alta, n'hi ha prou amb 78 centímetres com a màxim, i l'amplada d'un metre a un metre i mig; si passa d'aquestes mides és ja una exageració. No s'ha de descuidar, abans de posar-hi les estovalles, de cobrir la taula amb un drap de llana gruixuda (se'n venen d'expressos); les estovalles poden ser blanques adomassades o bé de colors clars amb sanefes; els tovallons han de ser de classe fina, d'una mida de 75 centímetres quadrats i del mateix color que les estovalles. La mantelleria de taula, quan sigui nova, s'ha de rentar abans de fer-se servir per primera vegada, i ja neta, allisar-la amb la planxa, però sense midó, ja que ha de tenir un tacte flexible i suau.

A la taula s'hi posarà, per a cada persona, un plat pla i tantes copes com classes de vins s'hagin de servir, els quals poden ser: negre, escumós o xampanya, ranci o moscatell i blanc. Les copes per als vins i l'aigua han de ser blanques, menys la del vi clar, que serà de color verd o rosa.

També s'hi posaran flors, però procurant que no siguin massa aromàtiques, i combinades amb fulles de color verd fi: o bé formant un parterre o posades en un centre no massa alt perquè no destorbi la vista, o les dues coses combinades, de manera que quedi ocupat l'espai que queda lliure.

A la taula no s'hi posarà cap gerro, ampolla de vi o d'aigua, ni tampoc les setrilleres; tot això es deixarà al bufet o a la taula auxiliar, a mà dels qui serveixen. Damunt de la taula hi haurà només els coberts, que seran de plata o platejats.

És molt convenient tenir les criades o criats ensenyats a servir correctament una taula, ja que aquesta feina, si bé és senzilla, és difícil d'improvisar. També és convenient que els plats que se serveixen no siguin dels que es fan per primera vegada; val més tenir la seguretat que el cuiner o cuinera

el fa bé, encara que siguin més senzills. Pocs moments abans d'asseure's es reuneixen els convidats en un saló a prop del menjador, i a l'hora assenyallada entra el criat o criada i diu: «La senyora està servida.» Llavors s'ha de col·locar a la porta fins que tots hagin entrat, la qual cosa poden fer-ho individualment o donant els senyors el braç a les senyores.

Amb la finalitat d'evitar paraules i compliments en la col·locació dels convidats, es posa damunt de cada tovalló una targeta amb el nom de cada comensal, alternant senyores i senyors.

Llavors començarà el servei; hi ha d'haver una criada o criat per cada sis comensals. Presentaran els entremesos col·locats en raveneres de cristall o porcellana damunt d'una safata coberta amb tovalló de serrell. Serviran sempre per la part esquerra del comensal, i primer a les senyores, i una vegada per cada cap del seu torn; la primera per la més propera a la presidència, procurant no posar-se mai de costat al comensal, ni anar amb més pressa en servir a l'una que a l'altra. La sopa se serveix posada al plat soper, i aquest damunt d'un de pla, que és el que el criat toca, amb la finalitat de no posar el dit dins de la sopa; en servir-la es diu en veu baixa: «sopa, senyora?», o bé «sopa, senyor?». Per als altres plats que es van servint es presenta la plata, perquè cadascú se serveixi, i per això cal que hi hagi disposades una cullera i una forquilla; en acabar de servir cada plat es posa el vi que requereix, o sigui xerès o ranci per a la sopa, negre per als plats de carns, blanc per al peix i xampanya per al rostit; per a les postres es repeteix el vi sec o se'n serveix de dolç (màlaga o moscatell). Si hi ha una persona que es cuida de servir els vins és més complet el servei i, sobretot, mentre aquest dura és convenient que no quedi mai el menjador sense un o més servents, amb l'objectiu d'estar a l'aguait i atendre qualsevol necessitat dels comensals. En servir el vi i l'aigua, no s'han d'omplir massa les copes, però cal tenir en compte que no n'hi falti.

Abans de servir les postres es retiren les culleres, forquilles, ganivets i plats que hagin servit per al menjar i es posen els serveis de postres.

Els criats ha d'estar molt atents al més petit senyal de la senyora de la casa i acostar-s'hi per rebre les ordres, que seran donades en veu baixa i ràpidament. No és de bon to renyar els criats en veu alta mentre se serveix a taula, ni tampoc dir als convidats, amb insistència, que mengin més; ni elogiar, i menys vituperar, ni parlar del menjar mentre aquest duri.

Tampoc no cal excusar-se d'alguna cosa que no ha estat bé, i dir que s'ha fet el que s'ha pogut, ni tampoc fer el plat als convidats ni tallar res a taula; és recomanable que vingui tot tallat de la cuina i que cadascú prengui el que vulgui i mengi per la gana que tingui, que per això se l'ha convidat.

I res més.

## **El que es necessita en una cuina moderna**

Alliçonat per la intervenció diària en els quefers de la llar en general, ressenyaré tot seguit el que en una cuina és imprescindible si es vol tenir-la en bones condicions, deixant al lliure bon gust de qui la governi l'organització d'alguns detalls que no s'esmenten.

### **El local de la cuina**

Ha de ser tan espaiós com sigui possible i ben ventilat. No pot faltar-hi un fogó per guisar amb carbó de coc o vegetal o bé una cuina a gas o elèctrica; un fognonet de gas; una bona aigüera amb la corresponent aixeta d'aigua corrent; una restallera per als plats o prestatges per a plats, olles, cassoles, o bé armaris i un lloc on aquests atuells puguin escórrer-se un cop fregats; i, finalment, un armari-rebost per guardar els ingredients que entren en el guisat.

### **Mobles que es necessiten en una cuina**

Una taula amb el calaix corresponent; dues o tres cadires senzilles; un rentadoret transportable; un especier; dues galledes, per fregar o altres usos; dues pales o plegadors, un per al carbó i un altre per a la brossa; penjadors, per a les capçanes i draps; paelles i cassoles de diferents mides; un parell d'escombres; una sabonera de vidre o cristall per col·locar la terra d'escudelles, els fregalls, el sabó, etc., i un pot de pasta per netejar els metalls.

### **Bateria de cuina necessària**

Una olla gran, servitera o cafetera, per poder tenir en qualsevol moment aigua calenta a la disposició; dues olles per coure l'escudella, una de les quals més petita per bullir la verdura; dues olles una mica més petites per bullir queviures en quantitat petita; quatre cassoles que vagin disminuint de mida. Tant les olles com les cassoles han de tenir la corresponent tapadora. Dues paelles, una molt més gran que l'altra; unes graelles; dos o tres pots esmaltats amb nansa o mànec; una cafetera; un colador de cafè; una tetera; dues esbromadores; dos cullerots; dos tupins; un gerro per a l'aigua; un embudet; un flamer gran i motllos de flam petits; dos coladors de mida diferents; quatre tasses grans o bols; sis gots de cristall, corrents; una cassola dedicada solament a bullir la llet; un ratllador de pa o formatge o bé una maquineta; un morter de mà; molinet de cafè; algunes forquilles i culleres de fusta; un tallador de fusta o piló per tallar la carn; una màquina de trinxar carn; un pot ben tapat per guardar el cafè torrat, i altres pots semblants en els quals s'hi pot escriure un rètol amb el que continguin: sucre, farina, ar-

ròs, cigrons, llenties, mongetes, fideus, tapioca, sal grossa o fina (cal vetllar perquè aquests pots estiguin posats ordenadament en un prestatge adornat amb papers o draps fets expressament); un recipient de filferro per posar els ous; una ampolla de vinagre, i tres gibrells de terrissa.

També s'ha de tenir a la cuina uns altres potets, amb un lloc assignat en els prestatges, amb te, camamilla, malves, flors cordials, etc.

### **Draps, capçanes i ganivets**

A més a més de les capçanes per eixugar-se les mans, sis o més draps, alguns per portar-los sempre, d'altres per eixugar els vidres solament. Draps fins de musselina per colar la camamilla, te o infusions semblants. Davantals de cuina; un sac de tela per penjar el pa, una cistella per anar a comprar; tres ganivets de diferents mides i una aixafadora de ferro.

### **Altres detalls**

L'especier amb els calaixos petits es clava a la paret, i a cada calaix es posa un rètol amb el nom de l'espècia que conté: canyella, pebre, safrà, clavells, etc.

No ha de mancar a la nostra cuina un gerret amb aigua per tenir el juli-vert tal com si fos un ramet de flors i un cistell per posar els llegums.

En totes les cuines que tinguin finestra no han de faltar-hi les corresponents cortines, perquè, si el sol hi toca, quedi sempre la cuina una mica fosca. En cas de voler pintar els mobles, cal utilitzar l'esmalt, perquè es pot netejar, preferentment de color blanc o blau clar. Les millors parets són les estucades, altrament amb rajoles de València perquè puguin netejar-se. Les coses que solen pintar-se són els objectes de fusta: taules, portes, cadires. Si la taula de cuina pot tenir una llosa de marbre o un vidre damunt, és molt millor.

## **Capítol II**

# **Diades o festes gastronòmiques a Catalunya**

---

### **Gener. Diada de Reis: dia 6**

Propi d'aquesta diada és un bon dinar casolà: sopa de brou molt bo o canelons; un plat de peix; pollastre o capó rostit; torrons; pastís de Reis, etc.

Una cosa semblant poden fer els que celebren la festa de Sant Antoni d'aquest mateix mes (el dia 17) i, en tot cas, s'hi podrien afegir coques.

### **Febrer. Diada de la Candelària: dia 2**

Un bon dinar, amb entrants d'anyell i carxofes; acostumen a servir-se pastes de full per postres.

Carnaval: acostuma a escaure's en aquest mes i pot preparar-se el mateix semblant menú.

### **Març. Sant Josep: dia 19**

Festa indicada per menjar plata de crema per postres. Els menjars del dinar han de ser variats i esplèndids.

### **Primer dia de Quaresma**

S'escullen els plats de vigília, com és ara lluç a la catalana o en suc; bacallà amb panses; ous durs en suc; empanades d'espínacs; i per postres bunyols de l'Empordà, etc.

### **Abril. Pasqua**

El plat típic d'aquesta diada és l'anyell rostit, amb diferents acompanyaments, farciments, etc. El primer plat pot ser arròs o macarrons, i les postres flams o dolços de pastisseria.

## **Maig. Ascensió del Senyor**

El tema principal dels plats d'aquesta festivitat a la nostra terra solen ser el pollastre en suc a la catalana o el llomillo a la llauna amb bolets a la graella amb alls i julivert.

## **Juny. Sant Pere i Sant Pau: dia 29**

Abundància de coques. Sol dinar-se al camp: conills o llonzes a la llosa amb allioli, esplèndides amanides, etc.

El mateix, poc més o menys, es fa per la segona Pasqua.

## **Juliol. Sant Jaume: dia 25**

Esplèndid menjar català. Fruita del temps i bons gelats.

## **Agost. L'Assumpció**

Els plats preferits en aquest dia són els de llagosta, llagostins, pollastres rostits i composicions de fruites.

## **Setembre. La Verge de la Mercè**

Gran dinar de festa major, basat en variats entreteniments, una sopa i carn d'olla, plats de conill i pollastre rostit i en salsa, un bon plat de peix i postres variades.

## **Octubre. La Mare de Déu del Roser**

Un dels plats que més se sol fer aquest dia són els colomins amb arròs o rostits amb bolets, i les postres pròpies d'aquesta època.

## **Novembre. Tots Sants**

El tema gastronòmic principal d'aquesta festa són les postres, principalment els panellets, castanyes i bunyols de vent.

## **Desembre. Nadal i Santa Llúcia**

Menges característiques de Nadal són el gall dindi o el capó farcits, rostits a la catalana, peix fi, pastissos de fuagràs, torrons, neules, coques de Santa Llúcia i tota mena de fruits secs. També sopa de galets amb mandonguilles, llagosta i llagostins.

## Capítol III

# Consells de molt interès

---

### Algunes orientacions per saber calcular

#### Pesos

1 quilo equival a.....	1.000 grams
1/2 quilo equival a .....	500 grams
1/4 de quilo equival a.....	250 grams
1 unça equival a .....	33 grams
2 unces equivalen a .....	66 grams
3 unces equivalen a .....	100 grams
10 unces equivalen a .....	330 grams
15 unces equivalen a .....	500 grams
Una lliura o bé una terça.....	400 grams
Una carnicera.....	1.200 grams

#### Líquids

1 litre equival a .....	10 decilitres
1/2 litre equival a .....	5 decilitres
1/4 de litre o bé un petricó .....	2 <sup>1</sup> / <sub>2</sub> decilitres

#### Altres

Ració de peix, carn o llegum fresc: es calcula tres unces per persona.

Amb una xicra d'oli es pot marcar un arròs o un guisat per a cinc o sis persones.

Amb una cullerada (de les de sopa) d'oli o mantega es pot fer una truita per a una o dues persones.

Una salsera regular plena de qualsevol salsa és suficient per a cinc o sis persones.

Si són costelletes de moltó, constitueix una ració una o dues per persona.

Els ronyons de moltó, dos o tres per persona; si són de vedella, grossos, cada ronyó equival a dues racions.



El pollastre rostit es calcula un quart per persona; si és guisat, una mica més. Per cada perdiu, dues racions.

Quan s'hagi de comprar plat fred, sigui *fiambre* variat, sigui pernil en dolç, vedella o llom rostit, es calculen uns 100 grams o tres unces per persona.

Quatre o cinc estigmes de safrà picat es calcula suficient per donar color a un arròs de cinc o sis persones.

Amb un litre de sopa surten quatre bones racions.

Un litre de vinagre és suficient per amanir l'amanida de quinze dies en una família.

## **El millorament dels nostres guisats és la picada catalana**

La majoria dels nostres plats amb suc, arrossos, bacallà amb patates o mongetes, platillos, aviram amb salsa, sopes de peixos, els guisats milloren d'una manera extraordinària quan s'hi barreja la picada catalana. Vegeu com és aquesta:

En un morter de marbre es comença per posar-hi uns fils de safrà assecat, dos alls petits i un polset de sal, quaranta grams d'ametlles i avellanes una mica torrades i prèviament pelades, un xic de canyella en pols i julivert. Es remulla la picada amb unes gotes d'aigua i, perquè pugui trinxar-se més finet, s'hi ha d'afegir encara un borrego de Cardedeu o dos secalls remullats amb una mica de vi ranci. Una vegada tot estigui transformat en una finíssima pasta, es dissol amb una mica d'aigua bullent o bé amb part de la salsa del guisat de la carn o del peix que sigui, s'aboca damunt del guisat i es deixa coure amb la cassola tapada.

### **Entreteniment**

*Una rodanxa primeta de pa, que només s'unta per una cara, amb mantega ben allisada. Després, pel damunt s'hi posa tomàquet ben trinxat, sal, una rodanxa de botifarra blanca o negra, una anella feta amb pebrot vermell o verd escalivat o ben amanit pel voltant de la botifarra.*

## **La picada per als arrossos**

Quan es tracti de la picada destinada a qualsevol classe d'arròs, aleshores es fa únicament amb safrà i alls crus, i se suprimeixen les ametlles i el borrego de Cardedeu remullat en vi, o oli (no gaire).

## Els estofats

1. En els estofats, tant si són de carn com d'aviram, s'ha de calcular que el suc tapi la carn guisada un cop acabada de coure. La cocció ha de ser lenta, amb l'olla sempre tapada hermèticament, amb un paper d'estrassa sota la tapadora i al damunt una cassoleta amb aigua.

2. Cal tenir en compte els diversos usos de la mantega, el llard i l'oli, tal com anem anunciant en cada plat.

3. Per fregir s'ha d'usar sempre llard o oli molt fort. Les coses fregides s'han de retirar ben escorregudes, daurades i torrades. Se serveixen tot segut, amb ramets de julivert, rodanxes de llimona o amb una salsa de tomàquet o una altra semblant posada en una salsera.

4. Abans de portar un menjar a la taula s'ha d'haver tastat com està de sal, i mirar si és ben cuit i està net. És recomanable servir-lo artísticament presentat i que no sigui greixós.

5. Amb el nom d'herbes fines s'entén una combinació per parts iguals de julivert, cerfull i estragó, tot molt ben picat. Encara que falti alguna d'aquestes herbes, també rep el mateix nom.

6. Les patates, sigui quina sigui la manera en què hagin estat tallades, es fregeixen en oli abundant o llard i es retiren seques i que cruixin. Les patates de pobre es retallen a rodonetes molt fines i es fregeixen amb poc oli o llard a la paella; aquesta es tapa perquè s'enganxin les unes amb les altres, i al final s'hi tira la sal, l'all i el julivert picat, procurant que unes quedin torrades i altres toves. Les patates daurades són les que primerament es bullen amb aigua i sal, o bé senceres o bé bastant grosses, i quan són mig cuites es dauren a la paella amb mantega o oli.

7. Quan es digui que la ceba o qualsevol altra classe d'hortalissa ha de posar-se picada, s'entén que ho ha de ser fins que tingui el gruix d'un gra d'arròs. La forma de tallar a la juliana vol dir fer tires petites, fines i llargues. Brunesa vol dir diversos llegums o verdures tallats a quadrets i barrejats.

8. Quan es couen llegums secs, la sal no ha de tirar-se fins que estiguin mig cuits. Per escurçar el temps de cocció s'han de posar abans en remull.

9. Amb l'objectiu que els atuells de coure quedin ben nets, faci's aquesta combinació: dues parts d'arena (terra d'escudelles), una de pebre vermell, una de sal fina i un xic de vinagre, tot ben barrejat. Després de ben netejats i esbandits s'eixuguen amb draps nets fins que treguin llustre, deixant-los vora el fogó perquè la calor acabi d'assecar-los. Actualment s'utilitzen altres atuells d'alumini, acer inoxidable, pyrex, etc.

10. A quantes senyores i fins i tot cuineres no hem sentit dir formalment: «Jo mai no tasto res quan guiso»? Per això van les coses com van, per això amb els mateixos ingredients un plat té un gust un dia i un altre dia un altre

gust. Els cuiners han d'educar-se el paladar, perquè no sempre surti exacte el guisat. Si no ho tasta, el que guisa no té dret a titular-se cuiner o cuinera.

11. No es cregui que fent bullir rabiosament les olles i cassoles es cogui més aviat. Bullint a poc a poc, tot queda cuit igual i s'obté l'avantatge que no es fan malbé els brous ni els guisats. Cal agafar el costum de fer les coses amb temps suficient; altrament, si es fan de pressa, la cuina avorreix i tot.

12. Qui tingui afició a la cuina, si sap llegir i escriure, que es proporcioni bons llibres escrits per professionals.

13. Per guisar, totes les senyores han de ser netes i treballadores. A Dinamarca les lleis exigeixen que sàpiguen guisar a les noies que volen casar-se; així s'assegura el benestar i la salut de la família.

14. Qui sigui aficionat a la preparació de dolços i pastisseria, ha de saber comptar fàcilment per quilos, mitjos quilos i fins per grams. Aprengui a debatre el bescuit i a estirar les pastes amb el rotllo. Així no sortiran malament receptes que d'altra manera es tenen per dolentes.

15. Per aplanar la carn molts usen la mà de morter i aquesta serveix per fer picades, però per aplanar la carn s'ha de tenir l'instrument adequat; així no es fa malbé.

16. És bo saber que amb una o dues patates cuites, pastanagues, mongetes verdes, sobrants tallats a bocinets i ben amanit amb sal, vinagre i una mica de maionesa, pot fer-se un entreteniment per menjar, que cal servir en plates o petxines adequades. Es pot servir cobert amb una lleugera capa de maionesa, adornat amb tàperes, pebrots retallats, filets d'anxoves, ous durs, julivert picat, etc.

17. A la cuina s'ha de procurar que no quedin racons de menjars endarrerits. Els sobrants s'han d'aprofitar per fer croquetes, petxines *soufflées* i mil coses més que ensenyen els bons cuiners i els bons llibres.

18. Tots els llegums tendres que es volen fer saltejats amb mantega de vaca s'han d'empolsar una miqueta amb sucre, sal, julivert picat i una mica de pebre.

19. Quan un menjar surti fumat es posa la cassola, destapada, dintre d'un recipient amb aigua calenta, i amb una cullera se separa el guisat del fons; al cap d'uns quinze minuts ja es pot servir, perquè aleshores haurà desaparegut el gust de cremat.

20. Les persones que no els agradi el safrà i vulguin que el menjar tingui color poden suplir-lo amb xoriç castellà o sobrassada, que a més a més del color dona bon gust.

21. Abans de fregir tomàquet han d'escaldar-se o posar-los una estoneta al caliu, perquè es puguin pelar fàcilment. Després es fregeixen segons el gust de cadascú, i s'hi afegeix sal, pebre i una mica de sucre i julivert picat.