



A en Pau, el meu net.

© dels textos: cada xef, de les respectives receptes, i Josep Vilella Llinós, de tota la resta, 2017
© de les il·lustracions: Anna Clariana i Muntada, 2017

© d'aquesta edició: Pagès Editors, SL, 2017
Sant Salvador, 8 – 25005 Lleida
www.pageseditors.cat
editorial@pageseditors.cat

Primera edició: febrer de 2017

ISBN: 978-84-9975-844-2

DL L 245-2017

Imprès a Arts Gràfiques Bobalà, SL
www.bobala.cat

— imprès a **lleida** —

Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només es pot fer amb l'autorització dels seus titulars, llevat de l'excepció prevista per la llei. Adreceu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, <www.cedro.org>) si necessiteu fotocopiar, escanejar o fer còpies digitals de fragments d'aquesta obra.

Sumari

11

A propòsit d’aquest llibre

13

Cal tenir en compte

14

Mauro Colagreco

Restaurant Mirazur

Menton

Pain de partage

18

Heston Blumenthal

The Fat Duck

The Hinds Head

Bray-on-Thames

Scotch eggs

22

Andoni Luis i Haritz Adúriz

Restaurant Mugaritz

Errenteria

La truita de patates i tòfona de l’Haritz i l’Andoni

26

Carles Gaig

Restaurant Gaig

Barcelona

Els macarrons del cardenal

30

Peppe Guida

Antica Osteria Nonna Rosa

Vico Equense

Delicato sorrentino

34

Franck Giovannini

Restaurant Hôtel de Ville

Crissier

Raviolis de rossinyols i altres bolets

38

Rocco Iannone

Restaurant Pappacarbone

Cava de' Tirreni

Canelons de formatges, patata i ruca amb musclos i tomàquets

42

Joan Roca

Restaurant El Celler de Can Roca

Girona

Jardí d'albergínia i verdures

46

Paquita i Lolita Rexach

Restaurant Hispània

Arenys de Mar

Els pèsols de Llanerres

50

Bart de Pooter

Restaurant Pastorale

Reet

Una amanida de gambetes i tomàquets de colors

54

Carme Rusalleda

Restaurant Sant Pau

Sant Pol de Mar

Arròs sucós de gamba

58

Mathias Dahlgren

Matsalen/Matbaren

Grand Hôtel

Estocolm

Nuggets de pollastre amb quètxup casolà de tomàquet

62

Pedro Subijana

Restaurant Akelarre

Sant Sebastià

Calamarsets “zebra” amb crema de ceba i parmesà

66

Georges Blanc

Restaurant Georges Blanc

Vonnas

Pollastre de Bresse a la crema

70

Juan Mari i Elena Arzak

Restaurant Arzak

Sant Sebastià

Pastís de poma amb olives

74

Hans Haas

Restaurant Tantris

Munic

Pancakes amb melmelada d'albercocs

A propòsit d'aquest llibre

78

Romain, fill del xef Benoît Violier

Restaurant Hôtel de Ville

Crissier

Ciafotis de cireres

82

Jean-André Charial

L'Oustau de Baumanière

Les-Baux-en-Provence

Crep suflé, a la memòria del senyor Thuillier

86

Martín Berasategui

Restaurant Martín Berasategui

Lasarte-Oria

Torrades de Santa Teresa

90

Javier de las Muelas

Dry Martini

Barcelona

Tropical Bird

Cuinem en família neix amb l'ànim d'engrescar-vos a cuinar amb els fills. No tant perquè aprenguin a coure i preparar el menjar com perquè pares i fills compartiu plegats una estona ben distesa i divertida davant dels fogons. Hi ha una cosa —d'altra banda, prou suggestiva— que fa que aquest receptari sigui poc convencional, diferent de la majoria de llibres de cuina per a infants: les receptes són de grans cuiners. Cada xef n'ha triada una i l'ha adaptada perquè els petits puguin participar amb els pares en l'elaboració.

Vint d'aquests grans cuiners ens expliquen com ho hem de fer en aquest primer llibre i... qui sap si us agrada tant que hem de preparar-ne el segon d'aquí uns mesos amb vint xefs més els quals ens han fet arribar vint delicioses receptes que romanen a l'espera que les elaboreu tots plegats.

En suma, són quaranta grans professionals de la gastronomia a qui admiro. Alguns, a més, bon amics. Trenta-set cuiners, dos pastissers i un *cocktailman* que ens captiva, artesà d'emocions en l'univers de la cocteleria. Els conec de fa anys. La seva obra m'és profundament familiar. És un goig que participin en aquest projecte. Els ho agraeixo de tot cor. Una prodigiosa amanida de receptes per gaudir cuinant amb els vostres fills.

En cuina, les aromes precedeixen, ens mantenen amatents. Són els primers senyals del gust. I tot sovint ens transporten al passat. Proust va idealitzar aquesta percepció en el record d'una magdalena.

De petits descobrim, a poc a poc, sabors nous. Identificant-nos-hi, es conforma el nostre gust. Educar-lo és

fomentar el sentit de l'observació. Conèixer i estimar el que ens és proper esdevé un repte precís.

El vincle més estret amb la natura es produeix quan mengem. Cada estació ens descobreix paisatges diferents. El pas de les estacions és una assignatura sorprenent. Per seguir-la no cal cap manual, simplement curiositat. El llibre de les nocions essencials és la mateixa natura. Ni supòsits ni raons serveixen per cultivar el gust i la sensibilitat.

Menjar és una de les formes més civilitzades de sensualitat. Ens atorga una mirada prodigiosa de la vida, un marc amplíssim de percepcions. Un món sense gustos, sense aromes, sense diferències, seria trist i insensible. Quina manera més apropiada que tenim a l'abast per acostar la natura als més petits: cuinar, una autèntica lliçó de vida.

Als petits els agrada fer-nos costat. Acostumen a imitar el que nosaltres fem. Volen tastar allò que nosaltres tastem. El meu net, en Pau, que té el do de captivar-me, ajuda sovint la seva mare a fer magdalenes. Segur que molts ja us heu adonat del molt que complau a la canalla d'ajudar els pares. Un gest o una simple mirada els mou molt més del que ens podem arribar a imaginar. El més preciós que podem donar als fills és temps. Cal cercar espais de llibertat per estar al seu costat. I no estalviar-nos mai un mot per dir-los que els estimem. Aquest és el propòsit d'aquest llibre. L'afecte és inajornable.

Els àpats sempre han format una part entranyable de l'entorn familiar. No haurien de desaparèixer mai els vells costums que entendreixen.



Cal tenir en compte

Conformen el llibre vint receptes, cada una d'un reconegut xef dels més bons i més prestigiosos restaurants d'Europa, que cada un d'ells ha seleccionat per a formar part d'aquesta obra.

Cada restaurant, cada xef, és un capítol del llibre. Vint capítols, doncs, encapçalats pel nom de cada cuiner i de cada establiment; la recepta del plat que ens proposen, explicada per passos progressius marcats amb culleres de colors i amb diferent color de tinta segons si els han de dur a terme els adults o els poden fer els infants amb supervisió o sense; els ingredients que ens calen; una relació dels estris i utensilis necessaris per a elaborar-lo; un comentari sobre el xef i el restaurant que presenta el plat; una curta ressenya sobre el plat, i una informació breu sobre algun dels productes que el componen.

Abans de començar-ne l'elaboració, és important comentar pares i fills tots junts què volem preparar, què farem nos-

altres, què faran ells i què els agradaria fer. Si els pares ho creuen convenient, es pot modificar l'atribució dels passos que s'ha establert segons l'edat de la canalla.

Seria bo plantejar-ho com un joc. Sens dubte, cada plat serà per als petits una petita descoberta. Si el plat no queda com esperàvem, segur que cuinant-lo una segona vegada el millorarem. I quan preparem el plat de memòria, dominant ben bé la recepta, encara quedarà millor. Els grans cuiners, de tant en tant, també comenten algun error.

Cal cuinar amb l'actitud que fem quelcom de bo i de profitós. Segur que els nanos se'n sentiran protagonistes de seguida. Seran conscients que, en el pas de l'aliment cru a l'aliment cuit, hi han participat: l'elaboració del plat també és obra seva.

Unes paraules d'ànim o de felicitació, qualsevol signe de confiança o d'admiració per part dels pares, sempre complaurà i animarà davant qualsevol dificultat.





Joan Roca

[genuïna sobredosi de tendresa]

L'obra d'en Joan m'és profundament propera i familiar. He anat força vegades al Celler i segueixo de molt a prop tot el que fa. No cal dir que sempre ha estat un dels meus cuiners més admirats.

El seu és un camí conscientment construït. La seva cuina empara una eloqüent expressivitat. En Joan empra un llenguatge culinari, llargament afaïçonat, que colpeix per la manera que té d'evocar amb raonat argument passat i futur, tradició i modernitat.

Ètica nua d'estètica prescindible. Una proposta culinària, solidíssima, creada amb reflexió i mirament, que redescobreix amb naturalitat la cuina com una de les formes més civilitzades de sensualitat. Una obra particularíssima que replanteja constantment la relació vital entre art, cuina i cultura. Un art de preparar el menjar que, essent tan radicalment distingit i precís, manté, ensems, un to inconfusible de franquesa i veracitat.

En Joan és un cuiner d'un capteniment i una dignitat piramidals. Un dels cuiners més prodigiosos de la cuina actual. Ell i els seus germans —en Josep i en Jordi— són protagonistes d'un trajecte notabilíssim que sempre ha avançat des del continu i coherent replantejament del que fan.

La cuina de tres honestos gironins com a més alta manifestació d'emoció i sensibilitat. Genuïna sobredosi de tendresa.

Joan Roca

Restaurant El Celler de Can Roca

ens proposa

Jardí d'albergínia i verdures

El sentit del gust neix en el nen a partir del que li donem els pares. Ingènitament, el que l'infant menja de petit, com tot el que és nou, li desvetlla curiositat. El nen conforma el seu gust identificant-se amb el que li agrada o dissentint del que li desagrada. Estima el que sent proper i reacciona amb atenció davant el que percep nou. La seva primera lliçó de vida és relacionar-se amb el seu entorn, i el que menja n'és l'enllaç més immediat, el vincle més afectiu. Quina millor manera d'aprehendre el seu entorn que a través del que menja.

En Joan Roca ens proposa un plat ideal per a fer en família, un efusiu jardí de verdures i colors: puré d'albergínia com a gènesi de la qual hi neixen pastanagues petitíssimes, puntetes d'espàrrec, ceba tendra, naps i porros menuts, brots de remolatxa i fonoll, *enokis* i olives. Un plat per a compartir petits i grans, una recepta tendra i afable que ens permetrà adonar-nos que cuinar comporta una disposició personal i constitueix una activitat entranyable per a conuiu i forjar l'afecte familiar.

Atractiva i plaent, de gustos dissemblants i variats, estic segur que la recepta d'en Joan us captivarà. Gaudiu de les verdures mesclant-les amb el suau puré d'albergínia.



Quins ingredients?

(per a 10 persones)

Brots de fonoll

Brots de remolatxa

Enokis (*Flammulina velutipes*, en català dit *flammulina*, és una varietat de bolets que es presenten en la seva forma conreada: en manats, blanquinosos com els xampinyons, de tiges llargues i primes i barret petit. Tradicionals a la cuina japonesa, ara ja es conreen aquí)

Pa torrat o torrades

Olives (opcional)

Per a fer el puré d'albergínia:

4 albergínies mitjanes

2 alls

1 ceba

30 g d'oli d'oliva

1 llimona

70 g de tahina (pasta elaborada amb llavors de sèsam lleugerament torrades i moltes que es pot comprar feta o es pot preparar fàcilment a casa)

Sal

Pebre

Les miniverdures:

10 minipastanagues

10 minipastanagues morades

10 puntetes d'espàrrec

10 mininaps

10 cebes tendres morades

10 miniporros

Quins estris?

Un cassó, un ganivet petit, una safata de forn, paper de forn (paper encerat, impermeable i antiadherent), un bufador de cuina, un colador, un batedor de braç elèctric, un espremedor de fruita, un cassó per a bullir, un bol, una escumadora, una torradora de pa, un morter i una mà de morter.

L'albergínia

En cuina, amb l'albergínia com a *prima donna*, tot està fet però tot és també versemblant i possible. Amb ella de protagonista he tastat plats memorables. Dels més senzills —un deliciós *chutney* com a comparsa d'un rostit, unes albergínies a la brasa de llenya, cuites lentament, amanides amb un raig d'oli d'oliva i flor de sal, una tradicional mussaca en un poblet del Friül, un subtil caviar d'albergínia amb una cruixent torrada de pa acabada de coure, un *tian* d'albergínia i tomàquet madur i fresc absolutament ambrosíac— fins a plats d'albergínia més moderns i tan recordables com aquests.

Les samfaines a Catalunya, les *alboronias* a Andalusia, el pisto manxec, la *fritada* aragonesa o el tombet mallorquí són una prova de la bona connivència entre l'albergínia i el tomàquet principalment, i entre l'albergínia i altres hortalisses també.

Una *caponata* siciliana —celestial— en un bar del cor de Sicília em va fer sentir, fa anys, com el mateix comissari Salvo Montalbano —bon gurmet i sicilià llibertí—, a qui deixen les celestials *caponatas* que li prepara la seva lleial assistenta Adelina en les narracions policíiques d'Andrea Camilleri. O les albergínies blanques de la Provença —vellutades— exquisides i suaus, que un dia em va cuinar Alain Ducasse a Moustiers Sainte-Marie. Semblaven delicadíssims ceps acabats de caçar.

L'albergínia, de color majorment violeta fosc —molt fosc— i de pell llisa com una seda, és un d'aquells productes estimats que, en menjar-lo, percebo que l'únic demà plausible de la cuina passa per la lògica que assenyala la natura, que cal que tot el que conforma allò que mengem passi, necessàriament, per la raó del paisatge i la geografia.



Jardí d'albergínia i verdures

— Què fan els grans

— Què fan els petits

- En un cassó amb una mica d'oli d'oliva ofeguem l'all i la ceba picada durant uns minuts.
- Amb l'ajuda dels pares, els nens rentem les albergínies i les col·loquem damunt d'un paper encerat.
- Col·loquem la safata al forn prèviament escalfat per a rostir, a una temperatura de 180°, durant 40 minuts.
- Tot seguit, amb un bufador de cuina, escalivem bé la pell de les albergínies.
- Amb compte i amb l'ajuda dels pares, obrim les albergínies per la meitat i les deixem escórrer en un colador durant 20 minuts.
- Pelem les albergínies, les ajuntem amb la ceba i l'all, hi afegim el suc d'una llimona i la tahina i ho triturem amb el batedor per a fer-ne una mescla homogènia.
- Colem el puré resultant i el salpebrem.
- Col·loquem aquest puré d'albergínia al fons d'un plat soper.
- Amb l'ajuda dels pares, fem bullir aigua en un cassó. La salem una mica.
- Hi anem escaldant les verduretes, cada una per separat, durant 15 o 30 segons, depèn de la verdura.
- A mesura que les treiem de l'aigua, les introduïm dins un bol amb aigua i gel.
- I del bol d'aigua i gel les passem amb una escumadora damunt d'un paper absorbent per a eixugar-les bé.
- Un cop eixutes, anirem intercalant les verdures, les olives i els *enokis* (les flammulines) al voltant del puré.
- Posem també damunt del puré els brots de remolatxa i fonoll.
- Torrem el pa per a obtenir unes torrades i, en un morter, les esmicolem fins a convertir-les en una picada de pa torrat.
- Repartim la picada de pa torrat pel damunt del plat.





Martín Berasategui

[se'n diu bellesa...]

Sempre m'ha semblat un paio molt franc i honest. Berasategui és un cuiner que, a part de genial, és lúcid, concís i clar. Allò que el fa moure és assolir l'excel·lència en tot el que fa, especialment en formar qui forma part del seu equip. D'això se'n diu coherència i sentit comú.

M'encanta com cuina. Davant els restaurants que gestiona, ha format un equip jove i implicat que, per damunt del lluïment personal, prioritza l'excel·lència del conjunt. L'harmonia és absoluta. El propòsit, compartit.

El seu trajecte començà en el familiar Bodegaón Alejandro, al cor de Sant Sebastià, al costat de dues cuineres: la seva mare i la seva tia. El seu compromís amb la feina és ingent, apreciable. La seva disposició sempre està alerta. Viu el que fan amb absoluta naturalitat. El seu disseny és avançar permanentment en la millora; prosperar, en cada gest, en l'àmbit de l'excel·lència. D'aquest desig de perfecció i d'aquesta mirada serena, inalterable i rigorosa en el que es fa, se'n diu exquisidesa. I això, en l'univers Berasategui, es percep. Hi és incondicional.

Té un no sé què d'escondit, d'impalpable, quelcom eteri que fa que en el seu cor tot encaixi, que fa que tot llui. Un no sé què que enamora i captiva. És una mena de cohesió íntima, difícil de definir.

Se'n diu bellesa.

Martín Berasategui

Restaurant Martín Berasategui

ens proposa

Torrades de Santa Teresa

No és gens estrany que en Martín ens presenti unes postres, perquè ell, a més de gran xef, és també un excel·lent cuiner de dolços, un pastisser de l'alçada d'un campanar.

Fa aquestes torrades amb brioix en lloc de pa, aquesta peça —juntament amb l'ensaïmada i el croissant— tan tradicional de la pastisseria clàssica. Lleugers i amorosos, els brioixos s'elaboren bàsicament amb ous, farina, mantega, aigua o llet i llevat. D'aquesta manera, fetes amb brioix, les torrades de Santa Teresa queden menys rústiques però més subtils i elegants. Berasategui les aromatitza amb canyella i pell de llimona.

Postres eminentment familiars, ben cremoses per dins, i subtilment torradetes per fora, són una autèntica delícia. Es poden menjar fredes però són molt millors tèbies o acabades de fer.



Quins ingredients?

(per a 6 persones)

- 6 brioixos rodons o també panets suïssos o de llet
- 0,5 l de llet
- 0,5 l de nata líquida
- 5 cullerades soperes de sucre
- Pell de llimona
- 1 canó de canyella
- 2 ous batuts
- Oli d'oliva per fregir
- Sucre morè
- Canyella molta

Quins estris?

Un cassó, una plata ampla i fonda, un colador, un ganivet de serra, un batedor de mà, una paella, paper de cuina.



Torrades de Santa Teresa

Dites també *torradetes*, *llesques de pa amb ou*, *gresquetes dolces*, *pa de Papa*, *rostes* o *coquetes de Santa Teresa*, són unes postres nostàlgiques, d'origen popular, que s'han anat transmetent en silenci i humilitat. Són una de les menses de la vella cuina d'aprofitament, en aquest cas per a emprar el pa sec d'uns dies abans. Cada mestressa, cuinera o cuiner, amb petites variants, les fa a la seva manera. Fora dels Països Catalans en diuen *torrijas* i a França, *pain doré* o *pain perdu*.

Acabades de fer, tenen una estructura suau i fràgil. Tendres i esponjoses, de color torrat, la seva aroma ens trasllada a records de la infantesa. Marcel Proust va idealitzar aquesta percepció en el deliciós i simple plaer de recordar l'aroma de les magdalenes que la *tante* Léonie li oferia, durant les vacances d'estiu, a casa seva d'Illiers-Combray.

D'elaboració senzilla, fer-les bones només requereix afecte i estima, potser per això porten nom de dona, nom beneït, de festivat.



Torrades de Santa Teresa

— Què fan els grans — Què fan els petits

- Pesem i preparam tots els ingredients necessaris per a elaborar la recepta.
- Ajudem els pares a mesurar la llet, la nata i a preparar les cullerades sope-
res de sucre.
- En un cassó, fem bullir la llet, la nata, el sucre, la pell de llimona i la ca-
nyella. Deixem temperar la mescla.
- Tallem els brioxos per la meitat, o bé a quarts, depenent de la mida.
- Col·loquem els talls de briox a la plata ampla i fonda. Amb l'ajuda dels
pares, hi aboquem la llet i la nata, que passem per un colador. Deixem
que els talls de briox absorbeixin bé el líquid i els anem tombant amb
compte, durant una estona.
- Batem els ous amb l'ajuda dels pares. Escorrem els talls de briox i els
passem per l'ou batut.
- Fregim les peces de briox en una paella amb força oli d'oliva.
- Un cop torrades, les posem a escórrer damunt de paper de cuina.
- Arrebossem els talls de briox amb sucre i canyella molta.

