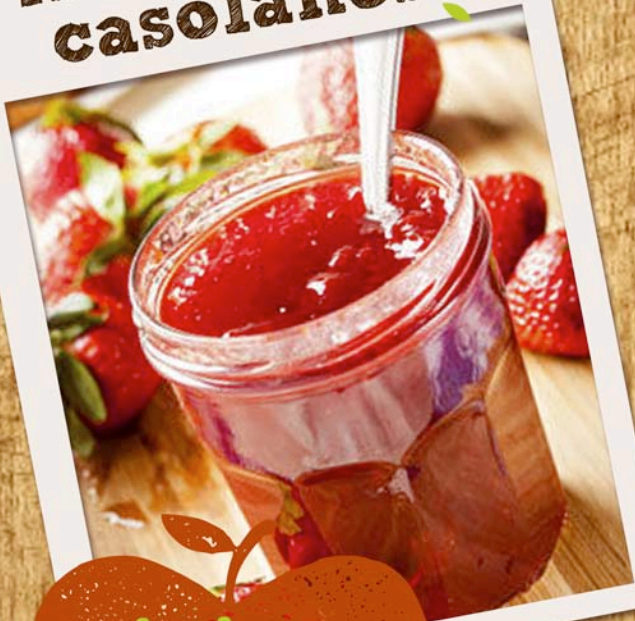


Melmelades casolanes



mini
receptari

Nuria Duran
Montserrat Roig



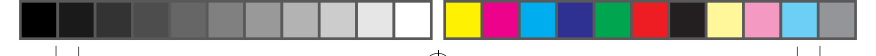
Minireceptaris



MELMELADES CASOLANES

Núria Duran
Montserrat Roig

Cossetània
EDICIONS



Primera edició
Octubre de 2015

© dels textos: Núria Duran i Montserrat Roig

© de les fotografies: Ramon Pascual i Marta Parés

© d'aquesta edició:
9 Grup Editorial
Cossetània Edicions
C. de la Violeta, 6 • 43800 Valls
Tel.: 977 602 591 • Fax: 977 614 357
cossetania@cossetania.com
www.cossetania.com

Disseny i composició
Imatge-9, SL

Impressió
Impremta Pagès

ISBN
978-84-9034-362-3

Dipòsit legal
DL T-1214-2015



INTRODUCCIÓ

No tothom està d'acord a l'hora de definir què és una mermelada i què és una confitura. Fins i tot, ni els diccionaris ho aclareixen prou bé. En aquest llibre s'ha seguit el criteri segons el qual una mermelada és el resultat de la cocció de la polpa d'una fruita amb sucre, en presència de pectina, en un medi àcid. La proporció en pes de fruita i sucre, la quantitat de pectina i l'acidesa són els factors que cal definir i controlar per obtenir una bona mermelada, que ha de ser consistent i homogènia, és a dir, ha de ser suficientment tova per poder escampar-la damunt d'una torrada i amb la consistència suficient perquè no regalimi.

Una confitura és més compacta que una mermelada, amb bocins de fruita que resten visibles després de la cocció. Ha de ser consistent però mantenint una certa fluïdesa, és a dir, una confitura no s'ha de tallar amb ganivet. Aquest és el criteri que s'ha seguit en aquest llibre. Hi ha qui considera que una confitura és el resultat d'una cocció de la fruita en un xarop de sucre dens.

Segons la mena de fruita de què es tracti se segueix un dels tres processos següents, que s'expliquen amb detall en cada recepta:

1. Maceració de la fruita amb el sucre. Cocció.
2. Cocció de la fruita en aigua. Addició del sucre. Una segona cocció.



3. Confecció d'un almívar amb aigua i sucre. Addició de la fruita. Cocció.

L'elaboració d'una bona mermelada o d'una bona confitura implica aconseguir l'equilibri entre els seus components bàsics, la fruita, el sucre, la pectina i l'àcid. La fruita ha de ser madura i de primera qualitat. Mai no s'ha d'aprofitar fruita de rebuig, sobrema-
durada o tarada, i cal rentar-la bé encara que s'hagi de pelar.

La quantitat de sucre és molt important per aconseguir una mermelada amb la textura i consistència adequades. Depèn del tipus de fruita i del grau de maduració, és a dir, si porta ja més o menys quantitat de sucre. El pes de sucre afegit no convé que sigui inferior a 750 grams per quilo de fruita neta, ja que el sucre també actua com a conservant.

Hi ha sucre de canya i de remolatxa, però, si són ben refinats, tant se val fer servir l'un o l'altre. El sucre negre no és refinat.





La pectina és un hidrat de carboni que porten totes les fruites en més o menys quantitat, sobretot a la pell i a les llavors. El seu contingut varia segons que la fruita sigui més verda o més madura. Per això, quan una fruita no té gaire pectina convé barrejar amb la fruita madura una mica de fruita verda, o bé afegir una poma, que aporta la pectina que li fa falta.

L'acidesa necessària perquè una mermelada gelifiqui bé i prengui la consistència desitjada es pot aconseguir afegint suc de llimona durant el procés d'elaboració, sabent quines són les fruites que més en necessiten.

L'acidesa adequada evita la recristal·lització del sucre un cop s'ha envasat la mermelada i col·labora en la conservació, ja que els bacteris no es desenvolupen bé en un medi àcid.

La temperatura ideal que indica que la mermelada ja és cuïta és d'uns 104° C. Va bé tenir un termòmetre adequat, que podeu trobar a les botigues que venen estris de cuina, i controlar la temperatura de cocció.

GELEA

Una gelea és una conserva de consistència tova i elàstica, que s'obté fent bullir sucs de fruita amb sucre.

Talment com passa en fer mermelades, una gelea requereix una proporció adequada de fruita, pectina, sucre i acidesa. Les fruites amb un alt contingut en pectina formen geles fàcilment, però quan es fan servir fruites que no en porten gaire, cal afegir una poma sencera o alguna altra fruita que aportï la pec-



tina necessària perquè gelifiqui bé. La fruita acabada de collir i la fruita verda porten més pectina que la fruita reposada o madura.

Fins que no s'ha adquirit experiència en la preparació de geles, és recomanable fer-les només amb fruites que porten molta pectina, com ara les pomes, els codonys o les groselles. Fer una gelea no és més difícil que fer una mermelada, però requereix més precisió. S'han de fer seguint al peu de la lletra les quantitats i el procés que s'explica a cada recepta.

ELS XÚTNEIS

Els xútneis són conserves agredolces que serveixen per acompanyar carns, aviram, patés i formatges, per fer més apetitós un plat de patates o de bledes bullides o per fer una truita original. També es poden menjar directament sobre torradetes o dins de casquetes de pasta brisa en aperitius, fins i tot, acom-





panyant postres, i en qualsevol altra situació segons quins siguin els ingredients que s'han fet servir i les preferències i la creativitat de cada u.

Bàsicament, un xútnei consisteix en una selecció de fruites i hortalisses barrejades amb sucre, vinagre i diverses espècies, que es cou a foc lent. El resultat és un producte almivarat, àcid i picant, que pren gustos molt diversos segons els ingredients utilitzats.

En general, convé fer servir vinagres suaus amb una acidesa de 5°. Per això el vinagre de poma és més adient que el vinagre de vi, que sol tenir una acidesa d'uns 6 o 7°.

És originari de l'Índia, durant l'època colonial britànica, on es feia el xútnei just abans de l'àpat i no es conservava en pots com és habitual avui en dia. Quan s'envasen i es deixen reposar un cert temps, els xútneis milloren de gust. Quan s'obren els pots, s'han de conservar a la nevera i convé treure'ls una estona abans de posar-los a taula o escalfar-los lleugerament al microones.

Els anglesos es van acostumar al xútnei i, quan van tornar a Anglaterra, van intentar fer-lo al seu país. Com que les fruites i les verdures que feien servir a l'Índia no les tenien a l'abast, van optar per fer els xútneis amb aquelles que tenien més a mà.

Després d'estendre-se'n el consum per Europa, en cada indret es fan els xútneis amb les herbes i les fruites pròpies del país.

Un altre avantatge de preparar xútneis és que es poden fer a qualsevol època de l'any, aprofitant les hortalisses i les fruites de temporada, ja que no hi ha una recepta estricta que obligui a res, sinó





que dóna la possibilitat de fer volar la imaginació de cada u.

Un xútnei és més que una salsa. Dóna la possibilitat de passar estones molt agradables i divertides amb la família i els amics, preparant-los i millorant-los amb la participació i els suggeriments de tothom. I el resultat final és un producte saborós i original.

ELS PICKLES

Una variant d'un xútnei és un *pickle*, fruita sencera o a trossos confitada amb sucre i vinagre. Una vegada més s'ha d'agraciar als anglesos aquesta troballa. La paraula PICKLE és de difícil traducció, en aquest llibre s'ha optat per dir-ne agredolç. Els *pickles* es poden menjar sols, però adornen els plats de carn rostida o al forn i el seu gust agredolç lliga molt bé amb el de la carn.

ELS RELISHES

En sentit ampli, *relish* es pot traduir per 'salsa' o 'condiment', però aquí se li dóna un significat més restrictiu i més concret. S'entén per *relish* una barreja de verdures i hortalisses fetes a bocinets de la mateixa mida, cuïta amb rapidesa i condimentada al gust de cada u. La brevetat de la cocció és la principal diferència amb un xútnei. Això permet que els vegetals no s'estovin i mantinguin, poc o molt, el seu caràcter cruixent de quan són crus. Ocasionalment, pot portar alguna fruita. El seu gust agredolç i agradablement picant afegeix un toc diferencial a unes costelles a la brasa o un pollastre a la planxa.



MELMELADA D'ALBERCOC



1 kg d'albercocs, 700 g de sucre, 1/2 llimona.

Poseu els albercocs sense pinyols i sense pelar en un recipient, afegiu-hi el sucre, el suc de mitja llimona i deixeu-ho en repòs unes 12 hores.

Tritureu la barreja amb la batidora i poseu-la a coure a foc baix durant 20 minuts, comptats a partir del moment en què arrenqui el bull, remeneu-la i escumeu-la de tant en tant.

Envaseu-la en pots de vidre prèviament escaldats i poseu-los en una olla amb aigua bullent durant 15 o 20 minuts. Deixeu-los refredar, eixugueu-los bé i etiqueteu-los.

MELMELADA D'ALBERGÍNIA



1 kg d'albergínies, 800 g de sucre, 1 canonet de canyella,
1 llimona.

Les albergínies ben netes i sense pelar, feu-les a talls regulars i poseu-les a bullir en una olla amb aigua i sal durant 7 minuts. Escorreu-les molt bé, passeu-les pel passapuré i reserveu-les.

En una olla poseu 500 cc d'aigua, el sucre, el canonet de canyella i la pell de la llimona. Quan comenci a bullir, afegiu-hi el puré d'albergínia. Deixeu-ho coure a foc mitjà durant uns 20 minuts. Fora del foc, tireu-hi el suc de la llimona. Envaseu-la en pots de vidre prèviament escaldats i poseu-los en una olla amb aigua bullent durant 15 o 20 minuts. Deixeu-los refredar, eixugueu-los bé i etiqueteu-los.

ÍNDEX DE RECEPTES

Mermelada d'albercoc	9
Mermelada d'albergínia	10
Confitura de cabell d'àngel	11
Confitura de carbassa amb gingebre	12
Confitura de carbassa i taronja	13
Mermelada de carbassó amb llimona	14
Mermelada de ceba	15
Confitura de ceps	16
Mermelada de cirera, maduixa i albercoc	17
Confitura de tres cítrics	18
Codonyat	19
Confitura de figues	20
Mermelada de fruits del bosc	21
Mermelada de gerd	22
Mermelada de gerd i cacau	23
Mermelada de grosella	24
Mermelada de kiwi	25
Confitura de llimona	26
Mermelada anglesa de llimona	27
Mermelada de móra	28
Mermelada de nabiu	29
Mermelada de pebrot vermell	30
Mermelada de pera i cítrics amb fruits secs	31
Mermelada de pera i raïm	32
Confitura de pera amb vainilla	33



Confitura de pinya	34
Melmelada de poma	35
Confitura de préssec.....	36
Melmelada de pruna clàudia	37
Melmelada de saüc	38
Confitura de síndria	39
Confitura de taronja dolça	40
Melmelada de taronja i cacau	41
Melmelada de tomàquet	42
Melmelada de tomàquet i pera	43
Confitura de tomàquets verds	44
Gelea d'aranyons.....	45
Gelea de codony	46
Gelea de gerd	47
Gelea de móra	48
Xútnei de ceba	49
Xútnei de figues i ceba.....	50
Xútnei de mango.....	51
Xútnei de llimona	52
Xútnei mediterrani.....	53
Xútnei de papaia i pinya.....	54
Xútnei de poma	55
Xútnei de tomàquet	56
Agredolç (<i>pickle</i>) de cireres	57
Agredolç (<i>pickle</i>) de peres	58
Agredolç (<i>pickle</i>) de préssecs.....	59
<i>Relish</i> de cogombre i pastanaga.....	60

