

Les
delicieuxes
AVENTURES
DELS
GERMANS
ROCA

Desperta la curiositat científica
a través de la cuina

JOAN, JOSEP I JORDI ROCA

Il·lustracions de Laufer

Estrella Polar

*Les
delicioses*
AVENTURES
DELS
GERMANS
ROCA

Desperta la curiositat científica
a través de la cuina

JOAN, JOSEP I JORDI ROCA

Il·lustracions de Laufer



Estrella Polar

© del text: Joan, Josep i Jordi Roca, 2021

Amb la col·laboració d'Héloïse Vilaseca i Bernat Guixer

© de les il·lustracions: Laura Fernández Arquisola (Laufer), 2021

© de la traducció: Míriam Cano, 2021

© d'aquesta edició: Edicions 62, S. A., 2021

Estrella Polar, Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona

www.estrellapolar.cat

info@estrellapolar.cat

Primera edició: novembre del 2021

ISBN: 978-84-1389-091-3

Dipòsit legal: B. 16.478-2021

Imprès a Catalunya

El paper utilitzat per a la impressió d'aquest llibre té la qualificació de paper ecològic i procedeix de boscos gestionats de manera sostenible.

Queda rigorosament prohibida sense autorització escrita de l'editor qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra, que serà sotmesa a les sancions establertes per la llei. Podeu adreçar-vos a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47). Tots els drets reservats.

EL CELLER DE CAN ROCA

Com pots veure al plànol de les pàgines 10 i 11, El Celler de Can Roca és un lloc ple de vida. Hi ha fressa a la cuina des de primera hora. Els proveïdors hi entren i en surten mentre porten les provisions que, a mesura que arriben, s'endrecen al magatzem. Els caps de cuina s'encarreguen, cada dia, de demanar els ingredients segons el que necessitin: verdures, peixos, carns, llegums, cereals i... moltes més coses! Els cuiners preparen la *mise en place*, és a dir, tot el que necessiten per acabar al moment els plats per als comensals. El que fan ara és rentar, tallar, precuinar o coure, preparar les salses...

La cuina està dividida en partides especialitzades segons les preparacions: cambra freda, *snacks*, entrants, peixos, carns i pastisseria. També hi ha la cuina de producció, on es duen a terme les elaboracions de grans quantitats i de preparacions llargues que, en acabar, s'entreguen a les altres partides per al servei.

A la zona de rentat, es van netejant els estris de cuina a mesura que es fan servir.

Mentre la cuina és un formiguer, els cambrers preparen el menjador: paren les taules segons els comensals que hi haurà a cadascuna i netegen les copes i els coberts perquè tot estigui impecable per al servei. Alhora, a recepció s'atenen trucades i correus electrònics de clients i es gestionen les reserves, i els sommeliers, que són els cambrers encarregats de les begudes (especialment dels vins), preparen els que se serviran.

I quan tot està a punt, just abans del servei, tothom de l'equip d'El Celler de Can Roca va a dinar al restaurant Can Roca.

I quan arriben els comensals, comença el servei. Un ball perfectament sincronitzat i dirigit per en Joan, en Josep i en Jordi amb l'ajuda dels caps de cuina i de sala.

Els cambrers reben els clients i els ajuden a acomodar-se a les seves taules, i les diferents partides comencen a preparar el menjar. Quan els plats ja estan llestos, els cambrers els porten a les taules, on els presenten als comensals. Alhora, els sommeliers presenten i serveixen els vins que acompanyaran cada plat. Aquesta dansa de cuiners, cambrers i sommeliers pot durar més de tres hores.

El menú consisteix en una sèrie d'etapes, amb diferents plats: mossos, entrants, peixos, carns, plats principals i postres. Per acompanyar el menú es pot escollir entre les begudes de la carta o optar per maridar els plats. D'aquesta manera es degusta una beguda especial i pensada per a cada plat.

Al final, se serveixen els *petit four* i els bombons de xocolata, que es poden acompanyar amb begudes de sobretaula.

I mentre els clients gaudeixen de la sobretaula, és hora d'acabar de rentar els plats i les copes, però també tots els estris de cuina. Cal deixar la cuina impecable per començar un nou servei. Quan els clients se'n van, els cambrers preparen la sala i deixen l'espai net i llest.

I de nit torna a repetir-se el mateix cicle per als comensals del sopar...





BAR - RESTAURANT

Restaurant
Can Lloca

CAN ROCA

A Can Roca la cuina funciona des de molt d'hora. Al matí se serveixen entrepans i tapes fredes als clients que hi van a esmorzar. A la barra, el cambrer prepara cafès sense parar per a tota la clientela del barri.

Alhora, els cuiners i les cuineres preparen la *mise en place*, els ingredients i totes les receptes que necessiten per fer els plats del menú del dia.

Cada dia de la setmana, el restaurant té un menú diferent que es repeteix setmana rere setmana. El menú consta d'un entrant (amanida verda, gaspatxo, ou o consomé), primer i segon plat i postres.

El client pot escollir el primer i el segon plat entre tres propostes cada dia, però les receptes estellars són: calamars a la romana els dilluns, macarrons els dimarts, arròs els dijous i canelons de la Montse els divendres.

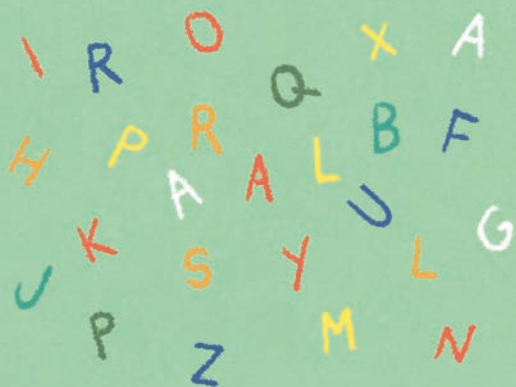
A les dotze del migdia a la sala de Can Roca hi ha una fressa tremenda: tot el personal d'El Celler de Can Roca i del mateix Can Roca dinen abans de començar el servei dels clients. Mentrestant, a la cuina, la Montse i els tres germans dinen de peu dret i parlen del dia i de les coses importants de la setmana.

Després del dinar del personal, els cambrers i les cambreres preparen les taules al menjador per als clients, que comencen a arribar a la una. A mesura que hi entren, els clients van asseient-se a les taules lliures. Si no n'hi ha, normalment s'esperen una estona a la barra o a la terrassa mentre prenen alguna cosa. Després del dinar, se serveixen els cafès i les infusions abans que els clients vagin a pagar a la barra. Normalment, els clients s'estan a Can Roca entre una hora i una hora i quart.

Quan finalitza el servei, pels volts de les quatre de la tarda, s'acaben de rentar els plats, els coberts i les copes. S'escombra i es frega el terra de la sala i de la cuina, que queden perfectament nets. A partir d'aquesta hora, la fressa de la sala desapareix i deixa pas a la tranquil·litat, ja que només hi ha alguns clients que venen a berenar al bar. Des de fa alguns anys, no se serveixen sopars a Can Roca, només el personal d'El Cellar de Can Roca hi torna a les set de la tarda per sopar abans del seu servei de la nit.

QUÈ ÉS UNA MOLÈCULA I QUIN LLOC OCUPA A LA CUINA?

Tot el que hi ha al nostre voltant està fet de matèria. I tota la matèria està composta per àtoms, que són com les lletres que formen les paraules.

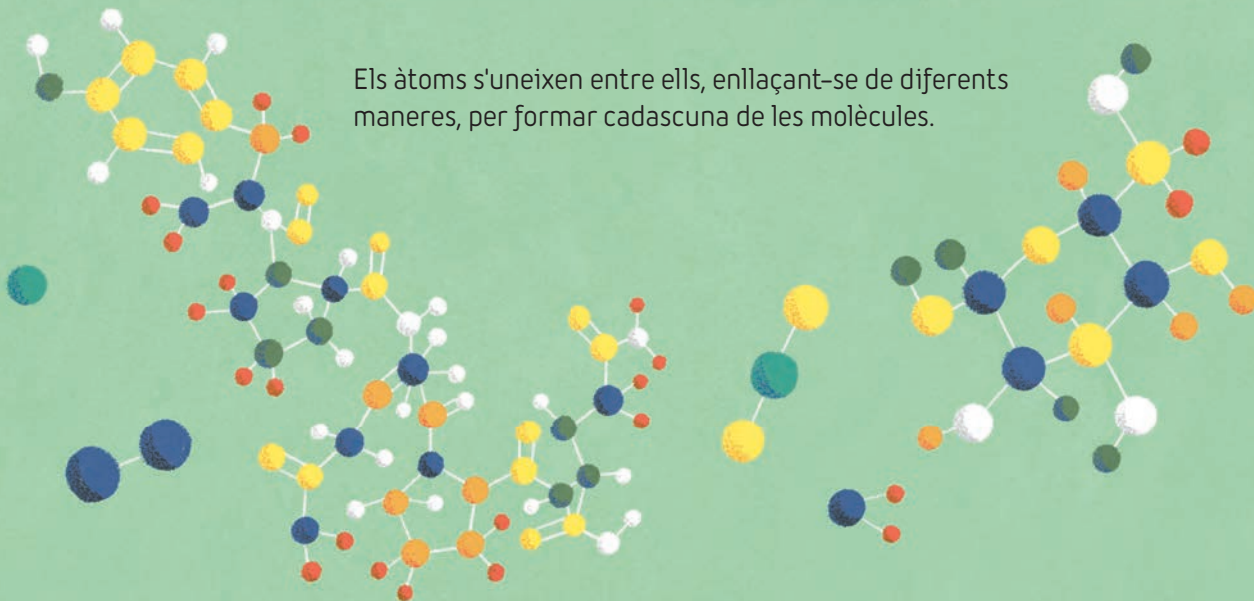


És a dir, el text que estàs llegint seria la matèria, les paraules que el componen, les molècules, i, en darrer lloc, hi ha les lletres, o els àtoms.

Si vols crear una paraula, et caldrà un alfabet. De la mateixa manera, si vols construir molècules, hauràs de tenir àtoms.



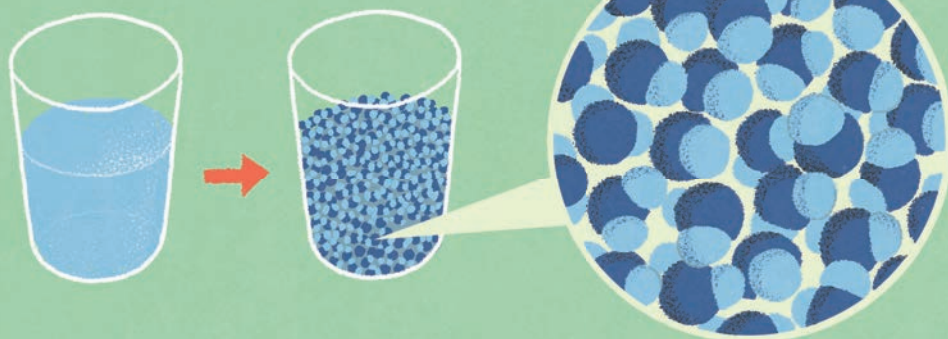
Els àtoms s'uneixen entre ells, enllaçant-se de diferents maneres, per formar cadascuna de les molècules.





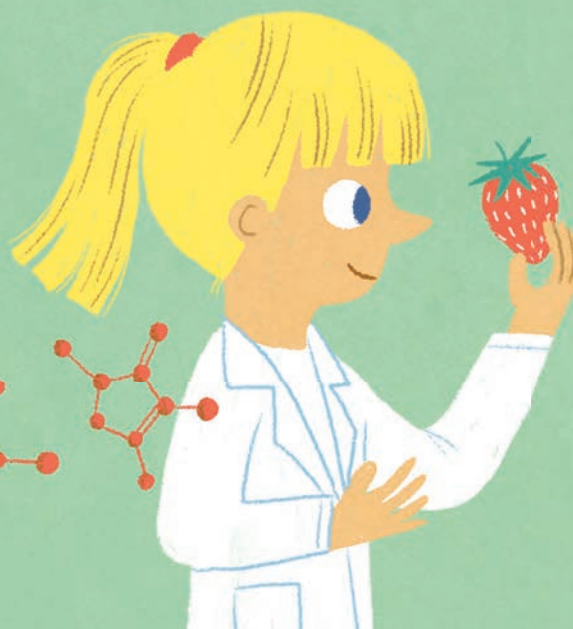
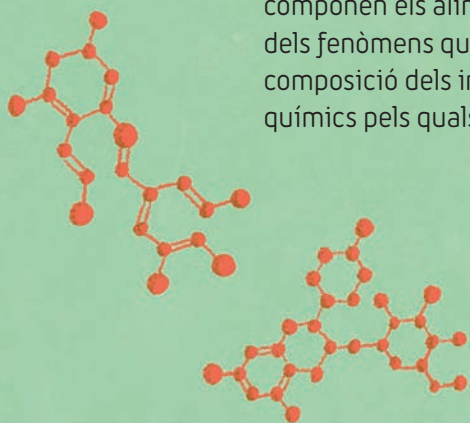
Com que la majoria de les molècules son massa petites per ser visibles, ens les hem d'imaginar.

Quan s'ajunten moltes molècules, poden formar estructures molt diverses: un arbre, una pantalla d'ordinador, una maduixa, aquest llibre, etc.



A cada aliment hi ha moltíssimes molècules. En un got d'aigua, per exemple n'hi ha milions i milions.

En resum, i pel que fa a aquest llibre, les molècules són partícules molt nombroses i diminutes que componen els aliments. Són clau per explicar molts dels fenòmens que passen a la cuina: des de la composició dels ingredients fins als processos químics pels quals passen els aliments.



A la caça de plantes silvestres

Hi havia una vegada, no fa gaire temps, un noi que es deia Pere, que somiava a ser cuiner. Amb un esforç infinit, va trobar feina com a ajudant de cuina a El Cellar de Can Roca.

—Pere, podries anar a buscar fulles de fonoll a l'hort, sisplau? —li va demanar en Joan, un dia—. Té branques amb fulles en forma d'agulla —va dir-li somrient, en veure-li la seva cara de confusió.

A l'hort, en Pere va començar a revisar la parcel·la centímetre a centímetre i, a la fi, va trobar aquelles branquetes amb fulles d'agulla. I llavors en va veure unes altres, més verdes i punxegudes. I després unes altres gairebé iguals, però amb les fulles més llargues!

—Uf, quina planta deu ser el fonoll? —El pobre Pere no aconseguia aclarir-se.





—És aquella d'allà, fill. La planta de la dreta és romani i la d'allà, farigola —va sentir el noi darrere seu. Era la senyora Montse, la mare d'en Jordi, en Josep i en Joan. A ella també li agradava tenir cura de l'hort i ho feia amb molt d'afecte.

—Apa! Com és que pots distingir-les tan fàcilment? —va preguntar-li en Pere.

An illustration of a man and a woman in a garden. The man, on the left, has dark hair and is wearing a white long-sleeved shirt under a black apron. He is holding a bunch of green herbs. The woman, on the right, has short red hair, wears glasses, and a blue long-sleeved shirt. She is also holding a bunch of green herbs and has her other hand raised as if gesturing. They are standing in a garden with various green plants, including cabbages and leafy greens. In the background, there is a yellow wall with a small window and a large tree with green and red leaves. The sky is a mix of yellow and pink.

—Veuràs, de petita sempre anava a comprar al mercat d'Amer amb la meva germana. Com que en aquells temps anàvem curts de menjar, ens havíem de fixar bé en les plantes de la muntanya, perquè, si saps el que busques, gairebé sempre trobaràs alguna cosa per endur-te a casa...

»Així vaig aprendre a reconèixer totes les plantes d'aquí, quines es poden menjar, quines no, on i quan es troben, tot el que cal saber! Perquè tan important és estudiar, com feu vosaltres, com experimentar i explorar.



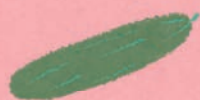
En Pere es va adonar de com de valuosa era aquella lliçó, de manera que va començar a devorar llibres i a recórrer tots els camps i muntanyes que podia, per conèixer i cuinar cada cop més les valuoses plantes del seu entorn.

AMANIDA DE COGOMBRE AMB IOGURT I HERBES AROMÀTIQUES

PER A 4 PERSONES



20 minuts



400 g de cogombre



40 g de formatge manxec



50 g de poma



1 iogurt natural



Menta



Fonoll



Alfàbrega i julivert



10 g d'oli d'oliva verge extra



30 g de fruits vermells (recomanem gerds i maduixes)



1 Pela el cogombre, talla'l per la meitat i talla cada meitat en 2 trossos. Amb una cullera, treu les llavors.



2 Talla cada tros de cogombre en 4 tires i, a continuació, fes-ne petits daus. Reserva a la nevera amb una mica de sal.



3 Pela la poma i talla-la a quarts.



4 Treu el cor de la poma i talla-la a làmines gruixudes. Talla cada làmina en 4 tires i torna a trossejar-la per fer-ne petits daus. Pots submergir els daus en aigua amb una branqueta de julivert, això evitarà que s'oxidi.



5 Talla el formatge a dauets semblants als que has fet amb la poma.



6 Aboca el iogurt en un recipient, barreja'l bé i afegeix-hi la sal i l'oli mentre vas removent per aconseguir una salsa homogènia.



7 Parteix les herbes aromàtiques en petits trossos al teu gust i afegeix-les a la salsa.



8 Trosseja els fruits vermells.



9 Barreja la poma, el cogombre i el formatge, i afegeix-hi unes cullerades de salsa de iogurt, salpebra al gust i acaba el plat incorporant-hi els fruits vermells.

