

Lluc Crusellas Capdevila

Reserva't per a les postres

arallibres

Primera edició: març del 2024

© Dels textos: Lluc Crusellas Capdevila i Berta Lluís Vila, 2024

© Il·lustracions d'interior i coberta: Montse Galbany

© D'aquesta edició:

Ara Llibres

Carrer del Perú, 186

08020 - Barcelona

www.aralibres.cat

Direcció editorial: Joan Carles Girbés

Edició: Gerard Espelt

Edició de taula i producció: Mònica N. Irún

Disseny de la coberta: Marc Cubillas

Correcció: Gemma Garrigosa i Elisabet Kamal

Impressió: GraphyCems

ISBN: 978-84-1173-055-6

Dipòsit legal: B 4664-2024

Tots els drets reservats als titulars del *copyright*.

*Papa i Mama, per vosaltres i per tot el que m'heu
donat, sense el vostre tot, no seria res.*

Taula

Introducció	15
1. A POC A POC I BONA LLETRA	
Sobre la importància de tenir una bàscula i comprar mantega bona	19
1.1 La paciència i la precisió	22
1.2 Els ingredients	25
1.2.1 La farina	27
1.2.2 El sucre	28
1.2.3 La mantega	29
1.2.4 La llet i la nata	30
1.2.5 Els ous	31
1.3 Els estris i les tècniques bàsiques	33
<i>Cookies</i>	39
Magdalenes de xocolata	44
Pa de pessic	47

1.4 Hi ha lloc per a la improvisació? Variacions d'unes <i>cookies</i>	49
2. DES DE SEMPRE I PER SEMPRE?	
Sobre la supervivència del braç de gitano i l'adeu al «flamet de cel»	53
2.1 Una mica d'història: de la mel al massini .	54
2.1.2 La tradició renovada	57
Tortell de full	59
2.1.3 L'idil·li entre l'òpera i la crema cremada . .	62
Massini	65
2.2 L'educació sentimental del paladar	69
Crema catalana	72
2.3 Els gustos que arriben i els que se'n van .	75
3. QUÈ HI POSAREM?	
Sobre l'ofici i la botiga	79
3.1 L'estacionalitat	82
3.1.1 Apunts de les estrelles de cada temporada	83
Coca de Sant Joan	89
3.2 La selecció, les modes i els valors	93
3.2.1 El que hauríem de desterrar	94
3.2.2 El que hauríem d'apreciar	98
Pastís de formatge	100
Tiramisú	103
3.3 El preu just	106

4. DE XOCOLATA, MAI NO N'HI HA MASSA	
Sobre l'ingredient d'ingredients	107
4.1 L'origen i el procés	108
4.1.1 Al camp	109
4.1.2 A la fàbrica	112
4.2 La tríada màgica: negra, amb llet i blanca	114
4.3 Les tècniques bàsiques de la xocolata . . .	117
4.3.1 Fondre	118
Xocolata desfeta	120
4.3.2 Temperar	122
Trufes	125
4.3.3 Encamisar	127
Bombons de cafè i avellana	129
5. I TAMBÉ UN CROISSANT!	
Sobre la brioixeria	133
5.1 Les masses	135
5.1.1 La fermentació: qüestió de química .	135
5.1.2 Tres masses, un món	136
Croissants	138
Ulleres	142
5.2 La cultura brioixera	145
Ensaïmada	147
5.3 Pa per avui, fam per demà	150

6. QUÈ TENIU, PER POSTRES?	
Sobre els dolços de restaurant	155
6.1 <i>Last but not least</i>	156
6.2 La relació qualitat-preu i altres maldecaps	159
Coulant d'avellana	164
6.3 Les postres de la nova nouvelle cuisine . .	166
6.3.1 El sentit de l'espectacle	167
Escuma de crema catalana i cruixent de caramel	172
7. NOUS, D'AVANTGUARDA, D'AUTOR	
Sobre el present i el futur de la pastisseria .	177
7.1 L'empenta necessària	178
7.2 Algunes peculiaritats de les postres d'autor	180
Textures de macedònia	184
7.3 Tradició i futur	189
Xocosú	191
Nota final	195
Bibliografia	197
Agraïments	199
Biografia	201

Taula de receptes

Bombons de cafè i avellana	129
Coca de Sant Joan	89
<i>Cookies</i>	39
*Variacions d'unes <i>cookies</i>	49
Coulant d'avellana	164
Crema catalana	72
Croissant	138
Ensaïmada	147
Escuma de crema catalana i cruixent de caramel .	172
Textures de macedònia	184
Magdalenes de xocolata	44
Massini	65
Pa de pessic	47
Pastís de formatge	100
Tiramisú	103
Tortell de full	59

Trufes	125
Ulleres	142
Xocolata desfeta	120
Xocosú	191

Introducció

Si has agafat aquest llibre suposo que cuines, almenys una mica. Pel teu bé, i pel d'aquest planeta on vivim, espero que així sigui i que no depenguis en el teu dia a dia del repartidor que et porta fins a casa estibes de bosses i envasos de plàstic amb la teva comanda. O que la base de la teva alimentació no siguin els plats preparats del supermercat ni les croquetes de la secció de congelats. Que no se'm mal interpreti: no estic dient que no hàgim de demanar mai més una pizza per emportar i que menjar *fingers* de pollastre de supermercat sigui un sacrilegi! Només faltaria. El que vull dir és que, si ens alimentem, com a mínim, tres vegades al dia, allò que ingerim i que servirà de combustible perquè funcionem durant tota la jornada, com més fet per nosaltres i com més sapiguem què conté, millor. Ja no només per un tema de salut. No soc nutricionista i, per tant, no faré una arenga sobre bons hàbits, però sí que m'agradaria parlar de sentit comú.

Quantes decisions deixem a mans d'altra gent i no ens preocupem per allò que mengem? Com de dependents som de la indústria alimentària, del menjar ràpid, d'empreses que posen la immediatesa per davant de la qualitat? I on quedem nosaltres? No ens fa res desplaçar-nos fins al pàrquing d'un *fast food*, però som incapaços d'apanyar-nos un àpat decent amb quatre coses de la nevera? Creiem estar del tot segurs del que mengem, però en realitat no tenim ni idea de què conté el que «ens han donat». Em fa la impressió que, a vegades, estem tan obsessionats amb la productivitat que sovint caiem en el parany de pensar que cuinar «no és productiu». Que elaborar una llista de la compra i dedicar hores a preparar un bon àpat o un bon plat «no compensa». Veiem una recepta que diu: «Temps d'elaboració: 1 hora» i decidim que no val la pena fer-la perquè, total, ens ho menjarem en deu minuts. És una llàstima. Per no parlar del fet que sovint decidim reservar els fogons per a les ocasions especials, com si no ens mereixéssim cada dia donar el millor al nostre cos. I si normalment ja tenim aquesta dinàmica amb la cuina, amb la pastisseria és el pa de cada dia.

Comprem galetes de mantega que porten de tot menys mantega, sortint de la feina ens venen unes ganes irrefrenables de dolç i acabem comprant tres minicroisants a 1 euro a la pseudofleca de torn (em nego a dir-ne «fleca»). I no passa res per fer-ho un dia, o dos, o tres...

El problema és si l'únic referent que tenim del que és la pastisseria ve d'aquests productes. Perquè després, quan ens aturem davant de l'aparador d'una pastisseria i se'ns fa la boca aigua, ens escandalitzem pel preu d'un bombó. I això per què? Doncs perquè el nostre marc de referència en matèria de dolços són les capses de bombons de supermercat i la brioixeria industrial, i no ens entra al cap que una coseta tan petita pugui tenir aquell preu. Ens escandalitzem perquè no sabem quant costa la matèria primera ni la feina que té al darrere un bombó, un trosset de cel que tenim a l'abast però que farem veure que no hem vist.

Amb el salat, cada vegada ho tenim més clar: tot i que la situació que acabo d'explicar es dona més sovint del que voldríem, hi estem més sensibilitzats i, sigui per salut, sigui per fal·lera gastronòmica, ens fixem en el producte. Evitem comprar processats. Mirem les etiquetes. Fins i tot tenim en compte quines són les fruites i les verdures de temporada. En canvi, amb el dolç això és més complicat. Com que partim de la base que les postres «no són sanes», acabem pensant que les natilles envasades són el mateix que les de restaurant i les que puguem elaborar a casa. Total, tot té sucre i tot és dolent. Seguint aquesta lògica: per què hauria de pagar més pel mateix?

Doncs bé, vinc a dir-te que no és igual. La pastisseria és un ofici i animar-nos a fer dolços o a comprar melin-

dros de pastisseria en comptes de fer-ho al supermercat és valent i necessari. Perquè només així podrem entendre el producte, entendre què posem al nostre cos i entendre la dificultat i la dedicació que requereix fer un pastís, un pa de pessic o unes magdalenes. Que per què és important entendre-ho? Perquè és la base del gaudi! Per desconeixement, podem pensar que un coulant és boníssim quan en realitat és una magdalena crua per dins i resseca per les vores! I quantes coses ens perdrem si no hem degustat mai un flam de textura untuosa perfecta, un xuixo amb el punt just de dolçor o una sara amb les ametlles ben torrades? La pastisseria, la de debò, té cura dels ingredients, és variada i sorprenent, i beu d'una llarguíssima tradició que, a través de l'assaig i error, i l'estudi de les reaccions dels ingredients quan interactuen entre ells, ens aporta una amalgama de sabors inigualable. Per alguna cosa existeix l'expressió «la cirereta del pastís», que fa referència a la culminació d'alguna cosa, a l'excel·lència, a allò més elevat. La pastisseria ens fa feliços, i això no és poca cosa. Entre tots, hauríem de vetllar perquè no perdés la cirereta.

A POC A POC I BONA LLETRA

Sobre la importància de tenir una bàscula i comprar mantega bona

Potser t'ha passat. Has agafat una recepta, has començat a veure noms com «*ganache*», «a punt de pomada» i «glacejar», has intentat esbrinar què eren, has vist que tot allò et sobrepassava i ho has deixat estar. O potser coneixes de sobres aquests termes, però una cosa és la teoria i una altra la pràctica... T'entenc. T'explicaré una anècdota: la primera vegada que vaig trepitjar l'escola de pastisseria i ens van dir que faríem una «tatèn» («tatèn»?) no tenia ni idea de què era allò i no acabava d'entendre per què feien aquell so nasal a la «e». Quan vaig arribar a casa i ho vaig investigar, vaig descobrir que s'escrivia «*Tatin*» i que era el que jo, de tota la vida, n'havia dit «pastís de poma». Tot i que el pastís Tatin no era aquell tipus de pastís de poma semblant al pa de pessic que venen en algunes fleques, sinó el que té

poma caramel·litzada per sobre. També vaig descobrir que, segons la llegenda, el seu origen és fruit d'una felicitat o d'un error mal dissimulat, la qual cosa em va relaxar una mica. Després d'un primer dia esgotador a l'escola en què la conclusió era «només sé que no sé res», descobrir que algú havia creat un pastís per un error de tècnica em va tranquil·litzar. Resulta que a finals del segle XIX, l'Hotel Tatin, situat a la població de Lamotte-Beuvron i regentat per les germanes Carolie i Stéphanie Tatin, estava vivint un bon moment. El seu restaurant el freqüentaven caçadors i homes de negocis, i el plat estrella era el pastís de poma. Un dia en què la Stéphanie, que es cuidava de la cuina, anava molt atrafegada, va coure les pomes més del compte i, per dissimular-ho, va posar-hi la massa al damunt i va acabar de coure el pastís al revés. No només ningú no es va queixar, sinó que la recepta es va començar a escampar com la pólvora per tot França.

Amb el temps, a mesura que vaig anar aprenent coses a l'escola de pastisseria, cada vegada em va resultar més difícil creure'm aquesta versió. Jo soc del parer que la Stéphanie sí que sabia el que es feia... però, en qualsevol cas, el que vull dir-te és que ningú no neix ensenyat. Acostar-se a la pastisseria pot fer respecte, però és qüestió de perdre-hi la por!

Cuinar, sigui dolç o salat, ens fa lliures. Crear el que mengem, conèixer-ne els passos i identificar el que s'estem

posant al cos ens converteix en persones autosuficients, amos i mestresses de les nostres decisions. Per no parlar del grau de gratificació quan, després de servir una coca de sucre, et pregunten on l'has comprat i pots respondre: «L'he feta jo». Poques coses són més satisfactòries. Quan penso en la pastisseria a casa, el primer que em ve al cap és tot allò que mengem que a vegades ens oblidem que també és pastisseria. La tècnica pastissera no només serveix per fer pastissos de tres pisos, sinó que també engloba tots aquells productes que integrem a la nostra rutina i que moltes vegades tendim a comprar al supermercat. Unes magdalenes, unes *cookies*, uns cereals... El nostre dia a dia està ple de moments dolços, d'estones de plaer que no hem de menystenir. De fet, és precisament amb aquests dolços del dia a dia que podem iniciar-nos en la pastisseria.

I aquí potser a algú li han saltat les alarmes: pastisseria de cada dia? Però podem menjar magdalenes, croissants i galetes cada dia? Com he dit a la introducció del llibre, jo no soc nutricionista, però soc del parer que els extrems no són bons i que les coses ben fetes, menjades amb mesura, no fan cap mal. La nostra salut no depèn només del que mengem, sinó del que fem durant tot el dia! Després de berenar un croissant, pots quedar-te al sofà i no moure-te'n durant tota la tarda, o pots sortir a córrer. Llavors, el problema quin és: el croissant o el sofà? I, d'altra banda, no posem tots els croissants al mateix

sac! Els de la fleca del costat de casa, elaborats a l'obrador amb mantega de qualitat, tenen poc a veure amb els que venen amb safates de deu al supermercat! M'agrada pensar que ens mereixem gaudir i no viure angoixats per totes les restriccions que ens imposem, i que, com tot a la vida, és una qüestió d'equilibri.

1.1 La paciència i la precisió

Si de petit eres belluguet i impacient com jo, segur que t'ho van dir alguna vegada: «Paciència! Que la paciència és la mare de la ciència!». Si, ja de gran, també t'ho podrien dir, prefereixo avisar-te d'entrada: la cuina és paciència i la pastisseria, encara més. Fer dolços és seguir una recepta, fil per randa, respectant els temps de cocció, les quantitats, els processos... És a dir, no pots decidir fer les coses a cop d'ull ni, sense entendre les «regles», posar-te a fer canvis ara aquí, ara allà... L'únic que aconseguiràs si goses apartar-te del camí és que la recepta no et surti, que et frustris i que decideixis que cuinar postres no és per a tu. Però aquesta «rigidesa» no és dolenta! També significa que si respectes les mesures i els temps, el resultat serà immillorable. I, a més, serà sempre el mateix. Allò de «avui no m'han quedat tan bons, aquests cigrons» és difícil que passi amb les postres. I em preguntaràs: