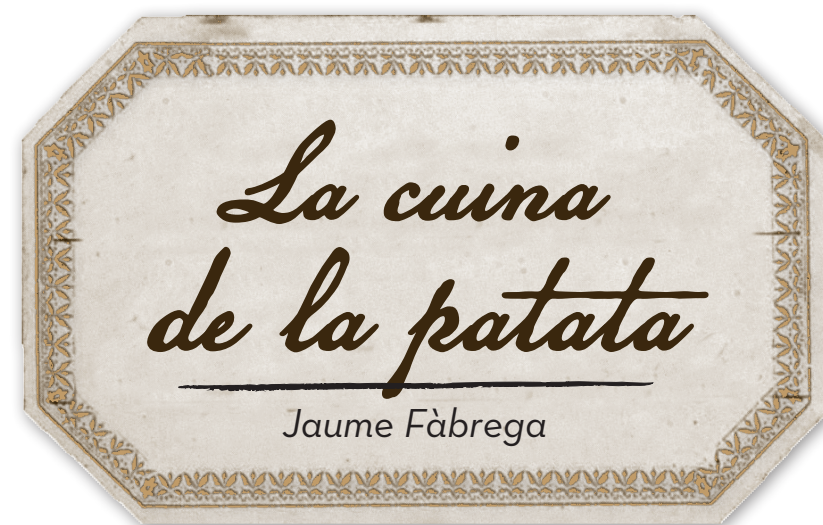
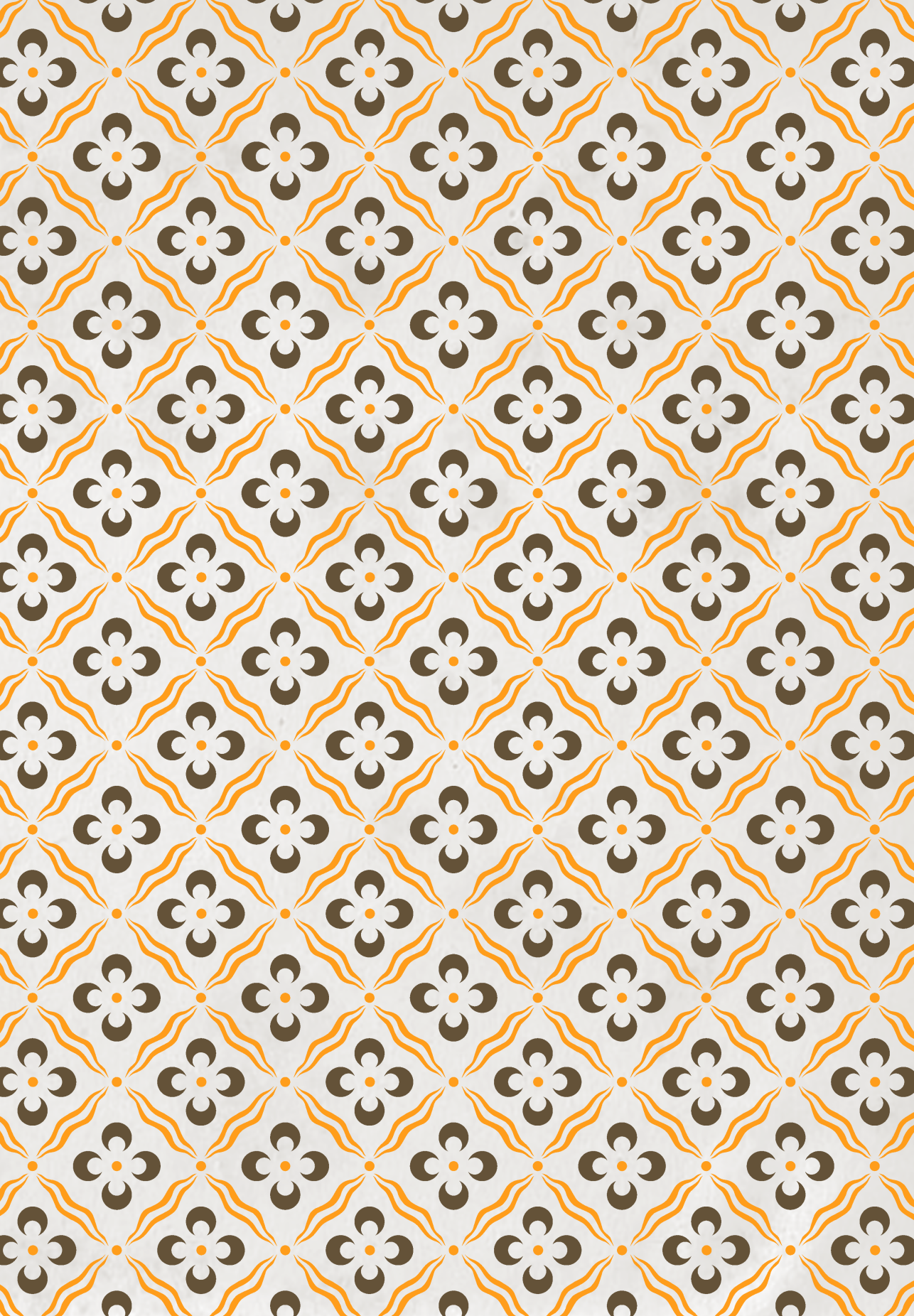




HEREUS DELS FOGONS

*La cuina
de la patata*

Jaume Fàbrega



HEREUS DELS FOGONS

 **efadós®**



Primera edició: març del 2025

© Jaume Fàbrega i Colom, pel procés i el receptari

© Per les fotografies, diversos autors

© Pels gravats i dibuixos: Istock

© Editorial Efadós, d'aquesta edició

Carrer d'Edison, 3 · Nau A

Pol. ind. les Torreneres

08754 El Papiol (Barcelona)

Telèfon: 936 731 212

efados@efados.cat

www.efados.cat

© Editorial Efadós, de la col·lecció

«Hereus dels fogons»

Coordinació

Núria Martín Molina

Assessorament lingüístic

M. Neus Doncel Saumell

Disseny gràfic

Editorial Efadós

ISBN: 979-13-87658-11-3

Dipòsit legal: DL B-1567-2025

Tota forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només es pot fer amb l'autorització dels seus titulars, salvant l'excepció prevista per la llei. Si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra, dirigiu-vos a CEDRO (Centre Espanyol de Drets Reprogràfics). www.cedro.org.



Pròleg	7
Introducció	12
Història de la patata	14
El cultiu de la patata	26
La patata i l'art	34
La cuina de la patata	37
Receptari	61
Índex receptes	136



EL SOMRIURE DE LA PATATA

ENRIC HERCE - XEF

Si hi ha un aliment que es podria considerar un tresor humil, una d'aquelles meravelles de la cuina que, sense fer soroll, donen sentit a un plat i l'elevem, aquest és la patata. No ens hi parem gaire a pensar, perquè la tenim tan present a la nostra dieta diària que sovint ens passa desapercebuda. Però la patata és, sense dubte, una de les troballes més grans de la humanitat. No solament ha alimentat generacions senceres i ha salvat pobles de la fam, sinó que ha aconseguit colar-se en totes les cuines del món i ser la protagonista d'algunes de les millors experiències gastronòmiques.

De vegades, quan mengem un suquet de peix, un peix al forn o una caldereta, sovint sentim a dir aquella frase tan encertada «són més bones les patates que el peix». I no és cap exageració, sinó una realitat gustativa inqüestionable. La patata, amarada amb el brou del peix, impregnant-se de les essències marines i del sofregit ben treballat, esdevé un mos exquisit que concentra en cada bocí tota la riquesa de la recepta. No li cal res més. Aquesta humil capacitat d'absorbir i de potenciar els sabors fa que, en moltes ocasions, la patata esdevingui la veritable protagonista del plat.

Aquest petit plaer el trobem en moltes altres preparacions. Qui podria resistir-se a un puré de patates ben fet? Amb una mica de mantega o un bon raig d'oli d'oliva verge extra, esdevé una crema suau i reconfortant que embolcalla el paladar amb una textura sedosa. Un bon puré

de patates no és solament un simple acompanyament, sinó una delícia capaç de transformar un plat senzill en un moment memorable. De fet, hi ha qui diu que un puré ben fet és l'abraçada que et fa la cuina.

Un dels records més vívids i estimats que tinc relacionats amb el menjar és el d'un gran plat de patates fregides. Aquelles patates eren una autèntica meravella, un regal senzill que omplia el menjador de casa amb l'aroma embriagador de l'oli d'oliva calent. No tenien la perfecció geomètrica de les versions industrials, sinó que cadascuna, tallada a mà amb mides i gruixos variats, oferia una textura única: algunes, més toves, altres, deliciosament cruixents, totes elles amb aquelles vores irregulars que en potenciaven el sabor i el contrast de textures. Penso en aquelles tardes de la meva infantesa, quan el temps semblava aturar-se a la cuina de casa. L'olor de l'oli d'oliva calent s'escampava per tota la casa i anunciava el festí imminent. Les patates, tallades amb la paciència que només es té quan es cuina amb amor, s'anaven daurant lentament a la paella. Remenar-les amb l'escumadora era gairebé un ritual, un gest repetit que donava tranquil·litat, gairebé hipnòtic. No, aquelles no eren unes patates qualssevol: eren el resultat de la cura, de la tradició i de la saviesa transmesa generació rere generació. No hi havia presses ni trucs, només el foc adequat, l'oli generós i el temps just. Aquelles patates fregides no eren solament un plat: eren una mostra de com la senzillesa, quan es fa bé, pot convertir-se en una experiència extraordinària.

Les patates fregides, fetes com cal, tenen un secret que només sap qui ha passat temps davant del foc, remenant-les amb l'escumadora, trencant-les lleugerament sense voler, veient com passen d'un groc pàl·lid a aquell daurat irresistible que les fa cruixents i toves alhora. La màgia és en aquell moment just, quan no són ni massa seques ni massa olioses, quan s'han deixat estar a la paella prou temps perquè quedin lleugerament esparracades, amb cantonades de diferent textura. I aquella aroma... Una aroma que avança un festí senzill però inoblidable.

I si les laminem ben fines i les fregim fins que queden cruixents com paper? Aquí tenim un altre miracle: les patates xips, irresistibles, addictives, d'aquelles que fan que no puguis parar fins que el plat o la bossa

queda buit. No és casualitat que les patates fregides siguin una de les menges més estimades del món. No hi ha res que faci més feliç que la cruixidera d'una bona patata xip, lleugerament salada i trencant-se entre les dents sorollosament.

Però la patata no és solament un ingredient versàtil i deliciós; també és un pilar fonamental de la cuina més essencial. És el que lliga els guisats, el que espesseix els brous i escudelles, el que dona aquella textura perfecta a qualsevol suquet. Un bon estofat sense patata no és el mateix. Un brou sense la seva patata no tindrà mai la mateixa textura, el mateix fons. La patata té una capacitat màgica per aglutinar sabors, per donar cos a les salses, per aportar lligam sense necessitat d'afegir-hi res més.

Aquesta versatilitat la converteix en un ingredient insubstituïble. En una crema suau, esdevé una abraçada càlida per al paladar; en un trinxat de muntanya, ens transporta a la cuina més tradicional; en unes patates rostides, ens regala un contrast perfecte de cruixent i tendresa. La seva simplicitat enganya: sota la seva aparença humil s'amaga un tresor culinari capaç d'adaptar-se a totes les cultures i cuines del món sense perdre mai la seva essència.

Les patates, tot i continuar situades en el grup dels aliments més econòmics, ja no són aquell producte barat que havien estat històricament. Si Joan Capri aixequés el cap i veiés com està el cultiu i el preu de la patata a Catalunya avui dia, potser deixaria anar una de les seves frases lapidàries: «Ja us ho deia jo, que això aniria malament!». I és que, tal com profetitzava amb el seu humor agut, les patates cada cop són més cares, i en alguns llocs sembla que en quedin poques. Com ell mateix deia: «I després es queixen que les patates van cares. És clar que aniran cares! I espereu-vos, espereu-vos el dia que només en quedi una, de patata. A veure qui serà el maco de pagar-la, aquella patata. Valdrà un dineral. L'hauran d'acompanyar d'un lloc a l'altre vigilada per uns guàrdies com si fos aquell quadro de *La Gioconda*». I avui, amb la sequera, els costos de producció pels núvols i la competència de patates vingudes de no se sap on, la pagesia catalana lluita per mantenir aquest conreu. La producció ha anat minvant i varietats tradicionals com la patata del bufet estan en perill d'extinció per la

seva baixa productivitat. Per sort, encara queden petits miracles, com la patata de Prades, que continua fent honor a la bona cuina catalana. Però ves que un dia no la tanquin dins d'una urna de vidre al Museu de la Patata Perduda! I llavors, amb aquell posat seu mig sorneguer, Joan Capri ens deixaria anar: «Ara sí que estem arreglats! De patates, només en veurem en exposicions». I si Joan Capri ens feia riure amb la seva visió fatalista sobre la patata, La Trinca ho portava encara més enllà, amb aquella ironia musical que convertia qualsevol idea en una veritat incontestable: «I és evident que l'home ve de la patata, de la patata, de la patata». Potser no ho sabrem mai del cert, però el que és indiscutible és que, sense la patata, la nostra cuina i la nostra felicitat serien molt més pobres! Amb el seu humor agut, La Trinca ja ho deia amb música i ironia: la patata és més que un aliment, és una manera de viure i de sentir la cuina. Al cap i a la fi, aquest humil tubercle ens acompanya des de sempre, reconfortant-nos amb la seva presència en cada guisat, cada fregida daurada i cada puré suau. I com diu La Trinca, qui sap si, en realitat, no venim tots d'una patata.

En aquest llibre, Jaume Fàbrega ens porta per un viatge extraordinari a través de la història, la cultura i les infinites possibilitats de la patata. I ho fa com sempre: amb rigor, amb passió i amb aquell amor profund per la cuina que el caracteritza. No solament hi trobareu receptes –des de les més tradicionals fins a les més innovadores–, sinó també curiositats, anècdotes i relats que ens ajuden a entendre fins a quin punt aquest humil tubercle ha modelat les nostres tradicions culinàries. Amb cada pàgina i amb cada recepta, ens convida a mirar la patata amb nous ulls, a reivindicar-ne la importància i a gaudir-ne amb tota la seva riquesa.

Llegir aquest llibre és redescobrir la patata, tornar-la a mirar amb uns altres ulls i entendre que no és solament un ingredient quotidià, sinó un element fonamental de la nostra cultura gastronòmica. I és que, al capdavall, la cuina no és solament allò que mengem, sinó tot el que ens evoca, tot el que ens fa sentir. I si alguna cosa fa la patata, és portar-nos de nou als sabors més autèntics, aquells que es queden gravats per sempre a la memòria.

INTRODUCCIÓ

JAUME FÀBREGA

A qui no li agraden les patates? Podem dir que és un dels aliments més versàtils i estesos a tot el món, i també un dels que permeten més preparacions: simplement aixafades o en forma de puré, en amanides, fregides, bullides i combinades amb verdures o llegums, guisades i estofades amb peix o tota mena de carns, fetes al forn, al vapor o amb la fregidora d'aire... Hi ha mil maneres de menjar-ne! Fins i tot en dolços, coques o pastissos. Tot això, i molt més, ho trobareu en aquest llibre. Hi podreu descobrir el lent viatge de la patata, des del seu origen americà fins a la seva expansió per l'Antic Continent, del qual va transformar totalment la cuina. Tant és així que és impossible imaginar les cuines mediterrànies, atlàntiques, nòrdiques o eslaves sense aquest tubercle miraculós. I diem «miraculós» perquè, en efecte, la seva versatilitat és enorme. Pot anar dels aliments o plats quasi únics que sacien la fam fins a les més grans exquisideses.

Tots, en la nostra memòria palatal, tenim records de la patata com a aliment familiar o d'alguns viatges. En la meva infància a pagès, per exemple, les patates o «trufes» -com també les anomenàvem- tenien una enorme importància. Apareixien en un plat de cada dia, l'escudella i carn d'olla, i eren una de les parts benvingudes per apagar la gana. Altrament, els llegums bullits per sopar sempre se solien acompanyar amb patates. També eren benvingudes les patates aixafades (amb tomàquet, cansalada, etc.) i els plats de festa, en els quals la meva mare excel·lia: patates farcides fetes al forn de la cuina econòmica -no n'he menjat mai de tan bones-, estofat de vedella amb patates, costelló amb patates, trinxat de patates amb carn fet al forn, peix amb suc amb patates i un caprici

que anomenàvem «patates cantelludes» (per la manera de tallar-les, en cantells), que no solia manca mai els diumenges, fetes en una paella al foc a terra i servides amb maionesa.

Més tard, la meva biografia viatgera m'ha portat a conèixer altres plats de patates d'arreu, tots deliciosos. Del temps que vaig viure a París en recordo, especialment, l'*steak frites* (bistec amb patates fregides), l'*hachis parmentier* (similar al trinxat de patates que feia la meva mare) i les combinacions de patates aixafades amb formatge -i l'autèntic puré de patates tal com només el saben fer a França. A Bèlgica, on vivia a casa d'uns amics, vaig fruit de les seves famoses patates fregides -amb maionesa, amb musclos, etc. A Brussel·les, per cert, hi vaig descobrir l'amanida de patates -de nit em llevava per menjar-ne, traient-la de la nevera com si fos una lllaminadura!-, que després vaig redescobrir a Alemanya, on els surten brodat els plats a base de patates. Fins i tot a Itàlia, on la pasta és omnipresent, he fruit de la patata a través dels nyoquis o les toscanes *patate alla contadina* o les *patate raganate* de la Basilicata, amb ceba, tomàquet i formatge, i un munt de receptes regionals.

Galícia i Portugal, igualment, m'han ofert els seus fabulosos plats amb patates, des de les sardines i el pop fins a les sopes, i guarnicions com les *batatas à algarvia*, amb ceba i suc de llimona, o les patates amb alls i celiandre. Del País Basc recordo especialment les patates amb salsa verda. De Castella recordo les *patatas a la importancia*, que un amic de Madrid preparava i, naturalment, les *patatas con chorizo* de La Rioja, com també la inoblidable *tortilla de patatas* dels bars de Madrid. A les Illes Canàries, evidentment, em vagi regalar unes *papas arrugás*. Al País Valencià he menjat patates en les seves fabuloses olles, començant pel putxero o bé en guarnicions com la jaranga (patates amb ceba). Les «creïlles» -tal com les anomenen- apareixen en molts altres plats, tant de peix -suquets o sucs- com de carn. Pel que fa a les Balears -famoses des de sempre per les seves patates, que apareixen als frits, aguiats i estofats- es fregeixen amb alls i llorer, com a Menorca, i se'n fan sorprenents i delicades coques, bunyols, greixeres, tortades i púdings. De l'Alguer, semblantment, en tinc bons records, com la seva greixera de poma de terra, el nom local de la patata. Li fa companyia la Vall d'Aran, amb les seves *truhes* (nom aranès de la patata) farcides, la *truhada*, etc.

Per acabar, les patates són també la glòria de les tapes: de l'ensalada russa a les bombes, de les patates amb allioli a les patates braves.

HISTÒRIA DE LA PATATA

CUINA TRADICIONAL



Uns pagesos cullen patates a la sènia de can Cañellas de Vilassar de Mar.

AUTORIA DESCONEGUDA / FONS LLUÍS CAÑELLAS YTHART

La patata, coneguda pels conquistadors espanyols d'ençà del 1537, va ser introduïda a Espanya i fou cultivada tot seguit a Sevilla com a planta decorativa, i el 1573 la donaven als malalts de l'hospital. Un dels primers a escriure sobre aquest tubercle fou el cronista italià Pere Màrtir d'Angleria, que parla d'una arrel feculenta i dolça (el moniato o batata, similar a la patata pròpiament dita, que també va tenir èxit, sobretot a Màlaga). I tot i que els russos afirmen que ja la coneixien d'abans del «descobriment» d'Amèrica i els americans diuen que també fou descoberta per Walter Raleigh de bona hora a Amèrica del Nord, el cas és que la seva difusió a Europa va conèixer diversos entrebancs, com ara el seu rebuig, ja que no sabien com cuinar-la o com menjar-la.

Els metges i la cultura (o incultura) populars hi atribuïen diversos mals (de la lepra a la disenteria) o presumptes virtuts (els anglesos creien que era afrodisíaca o en menjaven, equivocadament, les fulles, tòxiques). A Borgonya es va prohibir el 1619 i un segle després, a Escòcia, ja que la Bíblia no l'esmentava. Es menjaven de bona hora al Piemont, al Franc Comtat, a Irlanda (on, literalment, van salvar la nació de la inaniació al segle XVII i la seva manca -a causa d'una plaga- provocà la fam assassina del 1846) i a Rússia.

A Catalunya comença la seva difusió per Osona, el Lluçanès i el Collsacabra vers el 1780. També a Mallorca es cultiven d'hora. Però aviat, entre el rebuig i l'acceptació, ments il·lustrades -benèfiques o despòtiques- van començar a impulsar el seu cultiu i el consum humà.

Alemanya, com és sabut, és un país de patates. Al segle XVIII, el Gran Elector Frederic personalment n'havia fet plantar al Lustgarten de Berlín, enamorat de les seves flors. El seu net, Frederic Guillem I, va obligar els pagesos a plantar-ne, proporcionant-los llavors i instruccions, i, per si de cas no es convencien -que no ho feien-, els amenaçà, si s'hi negaven, de tallar-los el nas i les orelles (un ritual que, segons sembla, feien servir els