



# Cuinar per a la colla

Joan Sayeras

Jaume Torrent

Mercè Torrent

Il·lustracions Dani Torrent

Calligraf

## **Cuinar per a la colla**

Joan Sayeras  
Jaume Torrent  
Mercè Torrent

Edicions Cal·lígraf  
Figueres, 2018

Primera edició — febrer 2018

### **Publicació**

Edicions Cal·lígraf, SL  
Monturiol, 2, 1er 1a  
17600 Figueres  
Tel. (0034) 615 261 764  
www.edicionscalligraf.com  
info@edicionscalligraf.com

### **Disseny de la col·lecció i maquetació**

Jaime Vicente

### **Correcció**

Jeroni Rubió

### **Il·lustracions**

Dani Torrent

### **Impressió**

DC PLUS,  
Serveis Editorials

### **ISBN**

978-84-947598-9-5

### **Dipòsit legal**

GI-241-2018

### **© del text**

Joan Sayeras  
Jaume Torrent  
Mercè Torrent

### **© del pròleg**

Ester Marcos Julià

### **© de les il·lustracions**

Dani Torrent

### **© d'aquesta edició**

Edicions Cal·lígraf, SL

*Queda rigorosament prohibida,  
sense l'autorització per escrit  
dels titulars del copyright,  
la reproducció parcial  
o total d'aquesta obra per  
qualsevol mitjà o procediment,  
incloent-hi la reprografia  
i el tractament informàtic.*

# Taula

PRÒLEG	15
INTRODUCCIÓ	21
ENTRANTS	27
Ous farcits	29
Remenat de bolets	31
Espaguetis <i>alla</i> Corleone	33
Arròs blanc saltejat	35
Amanida d'arròs	37
Canelons	38
Pastís de truites	41
Musclos al vapor	44
Coca de recapte	45

CARN I PEIXA LA BRASA	49
Botifarres i xuies	51
Xai a la brasa	53
Filet de vedella	54
Entrecot de vedella	55
Xai a la creu	56
Sardines	57
Gambes	58
A LA CASSOLA	61
Paella	62
Arròs caldós de llamàntol	65
Arròs caldós de sèpia i carxofes	67
Fideuà	69
Fideus a la cassola	72
Bacallà amb ajoarriero	74
Sarsuela de peix	76
Suquet de peix	79
Sèpia amb mandonguilles	81
Pollastre amb escamarlans	83
Ànec amb peres	85
Conill al vi blanc	87
Conill amb cargols	89
Pollastre (o conill) amb samfaina	91
Rostit de festa major	93
Vedella amb bolets	95
Civet de senglar	97

AL FORN DE LLENYA	101
Godall (garrí) sencer	103
Xai sencer	105
AL FORN DE CASA	109
Cuixot de porc amb pinya	110
Rosbif amb salsa de ceps	112
Costelló a la mel	115
Cap de llom a la sal amb beixamel de mostassa	117
ACOMPANYAMENTS	121
Beixamel amb mostassa	122
Salsa de ceps	124
Samfaina	126
Bolets saltejats	127
Compota de poma	128
Allioli amb ou fet amb batedora elèctrica	129
Allioli fet a mà	130
Salsa rosa	131

POSTRES	133
Coca de vidre	134
Pijama	135
Postres de músic	137
Mouse de llimona	138
Pastís de nata i nous	139
Tiramisú	141
Brownie	144
Pastís d'avellanes i pastanagues	146
Pastís de formatge	149
Bunyols de vent	151
Mousse de xocolata	153
COMPLEMENTS:	
PA, VI, AIGUA, CAVA I CAFÈ	157
DINARS ESPECIALS	159
Calçotada	160
Ranxo de Carnestoltes	163



# Pròleg

Prefereixo un sopar de pa amb tomàquet amb una bona colla d'amics que atipar-me jo sola del millor rostit.

No sé si és qüestió d'actitud, si ho fa la gent, si és la manca de companyia o és veritat que quan cuines per a molts hi ha plats que surten més bons, però, certament, quan menges sol no ho gaudeixes de la mateixa manera.

Si ho fas a casa, encens la tele, i si ho fas fora, t'atrinxeres darrere d'algun diari o el mòbil, i és que, sigui com sigui, crec que necessitem trencar aquesta barrera psicològica de la soledat per poder menjar. Almenys jo, que sóc incapaç de menjar sola del tot, sempre tinc alguna cosa encesa: l'ordinador, la tauleta o les notícies de la ràdio o la televisió de fons.

Sembla com si calgués una distracció per poder afrontar un àpat tu sol.



Un cop escollit el mètode de distracció, comences a menjar; mecànicament vas engolint una cullerada rere l'altra, com un autòmat, fins que ni te n'has adonat i t'has cruspit tot el plat. Sense assaborir-lo, com si no tinguessis gana, o potser tot al contrari, com si tinguessis molta fam, la qüestió és que en poc més d'un instant has devorat el plat, a vegades sense acabar de saber què has menjat.

Però quan hi ha companyia tot canvia, el plat passa a ser el protagonista de l'àpat.

Amb colla esperes pacientment que arribi el menjar a taula, sigui quin sigui, no escull, estàs content de menjar el que t'hagin preparat.

El plat és el protagonista de la trobada, i ho és tant que sovint no quedes amb els amics per dinar, sinó que hi quedes per fer un arròs, un ranxo o una sarsuela de peix.

El menjar és el convidat principal i l'eix de la conversa.

Sovint parles d'altres ocasions en què vas menjar aquell plat, en altres llocs, i en compares els cuiners, o inclús a vegades acabes fent una competició a veure qui en menja més.

Comparteixes, comentes la jugada, fins i tot recordes altres moments viscuts com aquell, reconeixes la vàlua de l'àpat i també del cuiner, que tothom sempre felicita per la bona feina brindant a la seva salut, i sobretot perquè hi hagi més ocasions com aquella, per acabar quedant en breu i tornar a repetir el magnífic tiberi.

Hem de reconèixer que com a convidat tot és més fàcil, només has de dur el vi, la gana i les ganes de passar-ho bé, però ens hem de posar a la pell del cuiner, perquè de ben segur que la responsabilitat de cuinar per a una colla gran fa que se li multipliquin els dubtes i les pors.

La primera de les quals sempre és el nombre de comensals. Sembla que si la vegada que hem cuinat per a més persones ho vam fer per a 15, aquest sigui el topall màxim de convidats que puguem arribar a tenir. Com si aquest fos el nostre límit a la cuina. Quin gran error!

Després ve la segona de les pors: *Què puc cuinar?*

Aquesta decisió sembla senzilla, però no n'és gens: et porta a repassar mentalment la llista sencera de convidats a la recerca del plat que encaixi i agradi a la majoria. Aquell plat que et permeti com a cuiner agradar als comensals que mengen de tot, als més sibarites i, per què no dir-ho..., també als més crítics.

La tercera de les pors del cuiner i la més habitual: fer curt.

Aquest és el malson i el pecat de la majoria de cuiners, el gran temor!

Tot cuiner, gran, petit o mediocre, tem que la quantitat cuinada no sigui suficient per satisfer la gana de tots els comensals.

Això fa que la majoria de cuiners guisin prou menjar per acabar amb la fam de mig món, cosa que obliga els comensals a repetir i a repartir-se en *tup-pers* les restes.

Un gran error, perquè sovint és pitjor que en sobri massa que no pas que en manqui una miqueta, que sempre es pot rematar amb les postres.

I la darrera de les grans pors d'un cuiner és, evidentment, si quedarà prou bo.

I la veritat és que quan cuines per a molta colla, cap cuiner es conforma només amb el fet que el menjar quedi bo, sinó que vol cuinar el millor. Vol que aquell dia li surti el millor arròs amb llamàntol, el millor suquet de peix o les millors mandonguilles amb sèpia que ha cuinat a la seva vida.

D'aquí la importància i la necessitat d'aquest llibre, perquè els autors —en Joan, en Jaume i la Mercè— saben per experiència pròpia que enfrontar-se amb una bona colla de comensals no és gens fàcil, i amb *Cuina per a la colla* ens regalen tota l'experiència que han anat acumulant en grans celebracions, en tiberis de tota mena, més o menys informals, més o menys elaborats, però, això sí, tots ells exquisits.

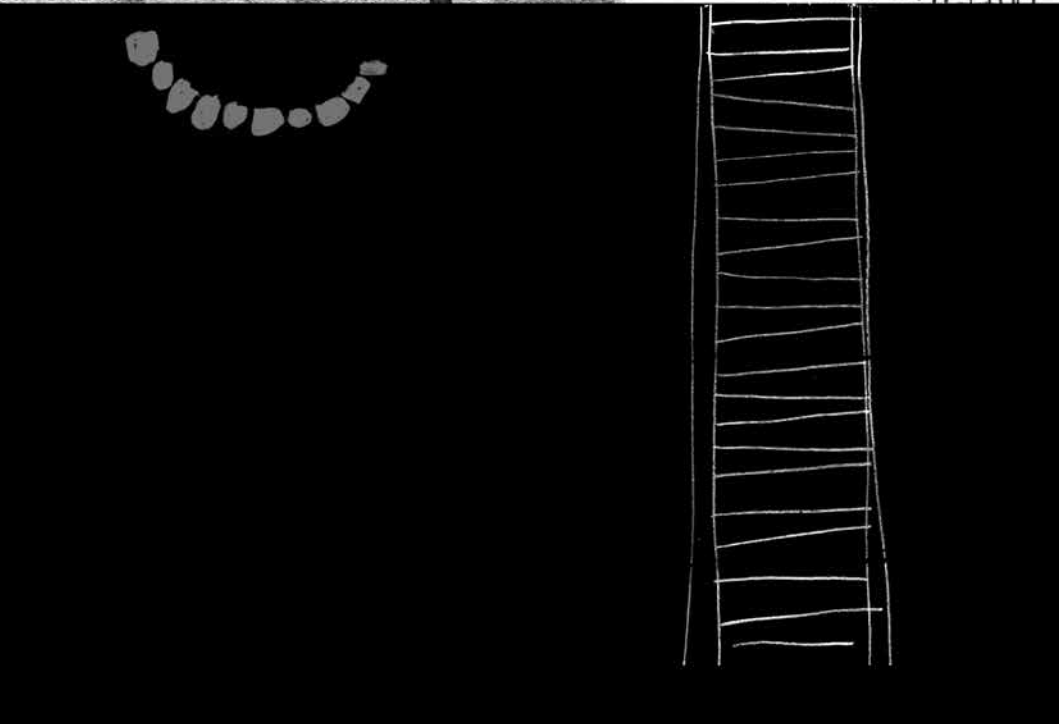
Tot el seu saber, tota la seva experiència i tot el seu amor per la cuina el trobareu en aquest llibre, però sobretot el que més hi trobareu serà tot el seu amor pels seus convidats.

Evidentment, a dinar o al cinema s'hi pot anar sol, però anar-hi amb una bona companyia sempre és millor.

ESTER MARCOS JORDÀ

*El plaer dels banquets no s'ha de mesurar per l'abundància  
de viandes, sinó per la companyia dels amics i la conversa.*

MARC TUL·LI CICERÓ



# Introducció

## **La tradició gastronòmica de Llampaiés**

Llampaiés, un petit poble situat en el terraprim empordanès, forma part del municipi de Saus, Camallera i Llampaiés. Té una població de poc més d'un centenar de persones, i al llarg dels darrers trenta-cinc anys ha creat una tradició gastronòmica basada en els dinars col·lectius, dinars que se celebren aprofitant qualsevol bona excusa: la Festa Major o la d'estiu, Sant Martí, la final de la Champions, el Dia del Llibre, simplement que ja fa massa que no hem fet cap tiberi o, per descomptat, el Ranxo de Carnestoltes, la *grande bouffe* que els veïns compartim amb tothom qui vulgui.

Per les seves peculiaritats, el Ranxo —una tradició ancestral recuperada després de la mort de Franco— constitueix un punt i a part respecte de la resta de festivals gastronòmics. Entre les característiques que el defineixen, la primera i més important és que és

l'únic banquet col·lectiu cuinat per les dones del poble i en què els homes fan la feina de camàlics transportadors d'aigua, cadires i taules; la segona, que any rere any es cuina segons una recepta immutable, sense cap mena de modificació imaginativa; la tercera, que és de franc, i finalment la quarta —causa directa de l'anterior—, que no se'n fa publicitat per evitar la massificació (tanmateix, malgrat aquesta cautela, cada any s'hi apleguen uns quatre-cents comensals, més del triple dels habitants del poble; vaja, com si a Figueres en un dinar popular hi anessin cent vint mil persones!).

El tret definitori dels dinars populars de Llampaiés és que són una festa col·lectiva en la qual tothom participa de manera directa i activa: uns, muntant les taules i parant-les; altres, anant a comprar, preparant les amanides o servint els plats... (ah!, i encara uns altres, recollint o fregant els atuells de cuina, feina poc valorada però fonamental perquè quedin ganes de continuar fent dinars col·lectius). Un consell pràctic per a tots els que organitzeu els àpats i no voleu picar-vos els dits: no espereu que la gent hagi marxat per començar a recollir. Quan vegeu que la sobretaula s'esgota i el personal ja plega les seves coses, és el moment de demanar col·laboració per desparar les taules i guardar les cadires. Alguns espavilats fugiran, però la major part de la gent es quedarà a ajudar i, entre tots, serà un moment; si no, us tocarà fer-ho als «quatre de sempre», i això sens dubte crema.

Tots els plats que us proposem han estat cuinats en els àpats periòdics celebrats al nostre poble. La majoria dels ingredients són de proximitat, i la cuina és

filla de la tradició culinària empordanesa. La filosofia que volem transmetre és que, a cada contrada, la cuina per colles s'ha d'elaborar amb productes del lloc en qüestió i d'acord amb la cuina tradicional pròpia.

Igualment, en un moment de mitificació irracional de la cuina i els cuiners, aquest llibre es proposa retornar al plaer de menjar aliments cuinats amb amor i paciència, sense excessives sofisticacions, i afavorir la conversa amb bona companyia al voltant d'una taula, tal com feien els antics gals al poblat de l'Astèrix.

A l'hora d'escriure aquestes pàgines, han tingut una participació especial la Mercè Torrent —autora de la major part de les receptes de postres—, la Dolors Tomàs i la Dolors Marqués —caps de cuina del Ranxo—, i la Mercè Riba —autora de la coca de recapte.

Gràcies a totes quatre i també a tots els veïns de Llampaias que d'alguna manera o altra han participat en els àpats que han fet possible aquest llibre.

### **Algunes consideracions prèvies**

Que ningú s'espanti pel que fa als estris de cuina necessaris per cuinar les receptes d'aquest llibre: són fàcils de trobar i barats.

Tots els plats que expliquem estan cuinats amb paelles planes de ferro d'1 m de diàmetre exterior, paelles que es poden trobar fàcilment a qualsevol ferreteria; això sí, al ser de ferro, un cop netes s'han d'assecar amb un drap i s'han de guardar protegides amb oli i amb un diari a sobre (naturalment, abans de tornar-les



a fer servir caldrà treure el paper i rentar-les). Igualment, per a algunes de les nostres receptes també fem servir cassoles fondes metàl·liques, esmaltades, de 60 cm de diàmetre aproximadament, que també es poden trobar a qualsevol ferreteria.

Així mateix, per bullir l'aigua, fer els brous, etc., us caldrà una olla esmaltada o d'alumini que com a mínim pugui contenir 20 litres. Per al foc, el més pràctic són els paellers de dos o tres cercles alimentats amb butà. També necessitareu un ganivet gran de cuina, un pelapatates, una llosa, una escumadora i un cullerot.

Tots aquests elements tendeixen a socialitzar-se, de manera que, si els teniu, els deixareu als amics que us els demanin, i, si no, sereu vosaltres els que els demanareu. Al nostre poble, es guarden al local social i qui els ha de menester els agafa i els torna un cop utilitzats (en perfecte estat de revista, naturalment).

Mentre hi hagi aigua a prop, qualsevol lloc es pot condicionar com a cuina; això sí: com més comoditats tingui, més agradable serà cuinar-hi.



# Entrants

En els dinars amb moltes persones, quan es fa un plat fort els entrants han de ser senzills, abundants i poc sofisticats.

Com veureu, no us presentem cap apartat d'amanides verdes i/o tomates, perquè preferim deixar-les en mans de la imaginació dels cuiners, que les elaboraran segons els productes propis de cada estació. Utilitzarem escarola, xicoira o enciam, en les seves diverses espècies i d'acord amb els productes que trobem al mercat o tinguem a l'hort. Igualment, les tomates i els pebrots els reservarem sobretot per a l'estiu, l'època en què són més gustosos i de proximitat (abans de menjar-ne d'hivernacle vinguts d'Almeria o el Marroc, millor utilitzar espàrrecs de llauna, que tindran més gust). Igualment, per a les amanides és imprescindible un bon oli d'oliva verge, i aneu amb compte amb el vinagre, que no agrada a tothom.

Pel que fa a la ceba, si podem farem servir la tendra i, si no, la de Figueres esparracada; per qui no ho sàpiga, la ceba de Figueres no és la ceba que es compra en aquesta ciutat, sinó un tipus de ceba especial que es pot menjar

crua un cop s'hi ha tret la fortor (per aconseguir-ho, un sistema molt eficient, encara que sembli una mica bèstia, és rebentar la ceba a cops de puny i després trossejar-la amb les mans). Un cop trossejada, se sala, es ruixa amb força vinagre, es remena a consciència i finalment, abans de servir-la, s'hi afegeix un bon raig d'oli d'oliva verge. Si ho feu així, triomfareu, no en tingueu cap dubte.

Els entremesos és un altre dels plats que ofereixen mil varietats segons la disponibilitat de bons embotits o la creativitat de cada cuiner (es poden elaborar amb ensalada russa, sardines de llauna, ou dur, espàrrecs, tonyina, per descomptat olives, etc.).

Les verdures a la brasa tampoc tenen gaire secret, i és que, fetes d'aquesta manera, quasi totes ofereixen bon joc (nosaltres acostumem a coure-hi els pebrots, les albergínies, les cebes, les endívies, les carxofes, les tomates, les carbasses i qualsevol altra que se us acudeixi). Si teniu previst fer peix o carn a la brasa, aprofiteu el mateix caliu; tan sols haureu de tenir en compte que no totes les verdures volen el mateix temps de cocció. Per fer patates, moniatos o cebes al caliu cal embolicar-los amb paper de plata, posar-los directament sobre la brasa i vigilar-los de tant en tant perquè no es coquin massa.

I, finalment, tampoc no donem cap recepta específica del meló amb pernil, perquè si algú no es veu amb cor de preparar-lo, millor que ho deixi córrer i es dediqui a parar la taula o a rentar els plats.

## Ous farcits

### per a 50 persones

*Es tracta d'un entrant molt agraït, sobretot si entre els comensals hi ha nens (però aneu amb compte, perquè és un plat tan llaminer que correu el risc que, un cop hagin començat, no puguin parar de menjar-ne). La recepta, tot i que és entretinguda, és senzilla i no presenta grans problemes. Un suggeriment: podeu coure els ous el dia abans i així estalviareu molt d'enrenou a la cuina.*

---

#### INGREDIENTS

---

- 75 ous
- 2 kg de tonyina en llauna amb oli d'oliva
- 500 g de maionesa (per evitar problemes, és millor utilitzar maionesa de pot)

---

#### PREPARACIÓ

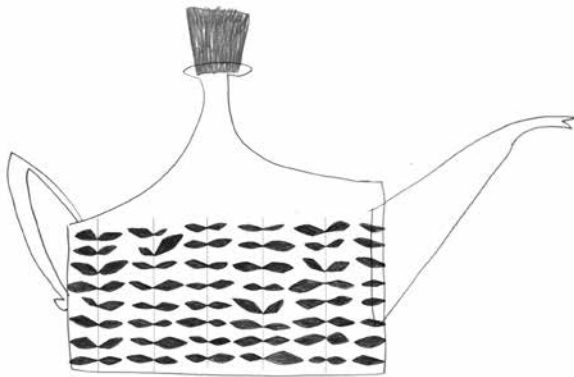
---

Bullim els ous durant deu minuts en aigua amb un gra pat de sal i un raig de vinagre. Un cop s'hagin refredat, els pelem, els tallem per la meitat i separem els rovells de les clares, que reservarem.

Fem una pasta amb els rovells, la tonyina i la maionesa fins que aconseguim una textura amorosa. Tot seguit, posem aquesta pasta en una mànega de pastisseria i omplim les mitges clares.

Per presentar el plat, prepareu un llit d'enciam tallat ben fi amanit amb un polsim de sal i un raig d'oli. Després, poseu mitja tomata xerri al centre de l'enciam i al

voltant tres meitats d'ou. Finalment, en un costat del plat poseu-hi una cullerada de maionesa i a l'altre, tres olives negres.



## Remenat de bolets per a 25 persones

*A la tardor, anar a buscar bolets és un plaer solitari: cadascú té les seves clapades secretes que intenta protegir dels ulls aliens. Si algun cop hi anem en grup, hem de tenir la precaució d'allunyar-nos dels nostres llocs privats de caça i conduir el ramat cap a contrades menys conegudes. Una solució és anar a buscar bolets fora del poble. Però si bé el plaer de caçar bolets és solitari, el de menjar-los és eminentment col·lectiu.*

*Us proposem una recepta bastant oberta de remenat de bolets. No cal que us esgarrinxeu les cames per fer-la: podeu anar a plaça a buscar-los, tot i que les varietats que hi trobareu seran més reduïdes que les que us ofereix el bosc. Una advertència important: davant del més petit dubte, val més no menjar un bolet que no conegueu.*

---

### INGREDIENTS

---

- 12 kg de bolets variats
- All i julivert
- abans de netejar, segons
- 500 ml d'oli d'oliva
- lloc i temporada
- Sal
- 15 ous
- Pebre

---

### PREPARACIÓ

---

Abans de res, netegem els bolets tallant-ne la base i retirant totes les restes de sorra i pinassa; en acabat els trossegem. Tot seguit, posem oli a la cassola i quan estigui calent hi aboquem els bolets. Els remenem i

a mesura que van deixant anar aigua apugem el foc, mantenint-lo al màxim, fins que aconseguim que s'evapori tota.

Un cop reduïts els bolets, els donem un parell de voltes a la paella per rossejar-los una mica. Després, abaixem el foc fins al mínim, els salpebrem, hi afegim all i julivert ben picats i ho remenem.

Posteriorment, hi posem els ous, ben batuts, remenant la barreja constantment amb una espàtula de fusta fins que l'ou agafi consistència però sense que s'acabi de fer. En aquest punt, apaguem el foc i ho deixem reposar 5 minuts perquè s'acabi de coure.

Els ous remenats poden servir de primer plat presentats a sobre d'unes torrades o d'acompanyament per a qualsevol plat de carn a la brasa.