



A la cuina tradicional trobem l'origen i la inspiració dels plats i receptes que coneixem actualment. És una cuina plena de costums, de tradicions i de tècniques que ens inspiren i donen sentit i forma a la cuina actual.

Quan ens endinsem en les receptes dels llibres que hem escollit podem prendre consciència que els contrastos de dolç i salat hi han estat presents des de l'antiguitat, i que la fruita ha estat un ingredient essencial de la cuina aportant acidesa, dolçor, lleugeresa, textura, olor, color i contrastos.

En els llibres podem trobar receptes de tot el món des del paleolític, passant per l'edat antiga, l'època medieval i renaixentista fins als nostres dies. Des d'amanides fins a plats de peix i de carn estofada elaborats amb magrana, figues fresques, peres, raïm, síndria, i també les fruites més habituals com poden ser la poma, el préssec i els cítrics.

En el fons bibliogràfic sobre cuina tradicional de què disposa la Biblioteca Municipal Les Voltes, hi podem trobar una part de les obres del llegat que el famós cuiner Josep Lladonosa i Giró va fer a l'Ajuntament de Sant Vicenç dels Horts. Josep Lladonosa ha estat al capdavant de cuines de restaurants de molta anomenada com el de l'Hotel Majestic, el Quatre Barres i el 7 Portes. Però, sobretot, hem de destacar la important recerca que ha portat a terme sobre la cultura culinària a Catalunya des de l'Edat Mitjana fins a l'actualitat.



La fruita a la cuina

GUIA DE LECTURA - JUNY 2024

Cuinar amb fruita a la cuina tradicional catalana

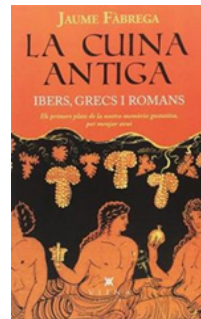
Costa-Pau, Consol

- *Carta d'agredolços.*
Gaüses : Llibres del segle, 1996.



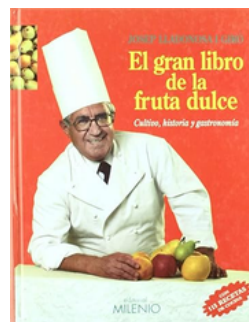
Fàbrega, Jaume

- *El Gran llibre de la cuina de les àvies.*
Barcelona : La Magrana, 2014.
Recepta recomanada: **llom amb préssec** (p. 582).
- *La Cuina : gastronomia tradicional sana : qualitats nutritives i processos culinaris.*
Barcelona : Mediterrània, 2007-2008.
Recepta recomanada: **xai amb cigrons, albercocs i cireres** (p. 89).
- *La Cuina antiga : ibers, grecs i romans : els primers plats de la nostra memòria gustativa, per menjar avui.*
Barcelona : Viena, 2017.
Recepta recomanada: **amanida de meló i síndria al pebre** (p. 135).
- *La Cuina medieval i renaixentista : moros, jueus i cristians.*
Barcelona : Viena, 2016.
Recepta recomanada: **formatge amb peres i nous** (p. 182).



Lladonosa i Giró, Josep

- *El Gran libro de la fruta dulce : cultivo, historia y gastronomía.*
Lleida : Milenio, 2002.
- *El Gran llibre de la cuina catalana.*
Barcelona : Salsa Books, 2008.



Cuinar amb fruita a la cuina tradicional catalana

Lladonosa i Giró, Josep

- *La Cuina catalana : 800 receptes d'avui i de sempre.*
Barcelona : Rosa dels Vents, novembre del 2022.
Recepta recomanada: **bunyols de poma** (p. 589).
- *La Cuina de les terres de Lleida.*
Barcelona : Columna, 2006.
Recepta recomanada: **peres amb trufes** (p. 171).

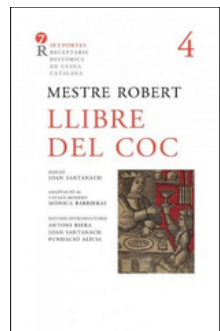


Llibre de Sent Soví

Barcelona : Barcino, 2014.

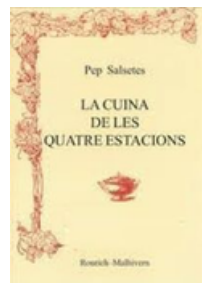
Nola, Rupert de

- *Llibre del coc.*
Barcelona : Editorial Barcino, desembre 2018.



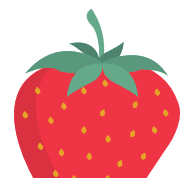
Salsetes, Pep

- *La Cuina de les quatre estacions.*
Sant Cugat del Vallès : Rourich, 1991.
Recepta recomanada: **alloli de codony, poma, o pera** (p. 65).



Santamaria, Santi

- *Plats amb fruita.*
Sant Cugat del Vallès : Rourich, 1991.
Recepta recomanada: **botifarra amb peres de Sant Joan** (p. 24).



BUNYOLS DE POMA

INGREDIENTS

- 4 POMES GOLDEN
- 200G DE FARINA
- 200G DE SUCRE
- 500ML D'OLI DE GIRASOL
- 200ML DE LLET
- 3 OUS
- 25 ML D'ANÍS DOLÇ
- 2 CULLERADETES DE LLEVAT EN POLS

PREPARACIÓ

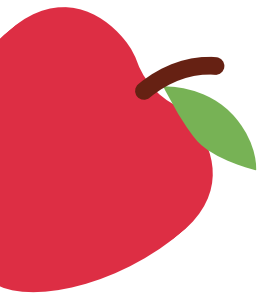
Feu una pasta amb la farina, la llet, el llevat, els rovells dels ous, l'anís i part del sucre. Ha de tenir la consistència suficient per cobrir els trossos de poma.

Deixeu-la reposar uns 30 minuts. Munteu les clares a punt de neu i afegiu-les a la pasta. Peleu les pomes i traieu-ne el cor amb un buidador. Talleu-les a rodanxes no massa fines.

Passeu les rodanxes per la pasta i fregiu-les en oli roent. Un cop rossos els bunyols, col·loqueu-los en una plata coberta amb paper de cuina, empolvoreu-los amb el sucre i serviu-los.

El meu consell

Per tal que la pasta s'agafi bé a la poma, us recomano passar les rodanxes per farina, espolsar-les i xopar-les a la pasta.



PERES AMB TRUMFES

INGREDIENTS

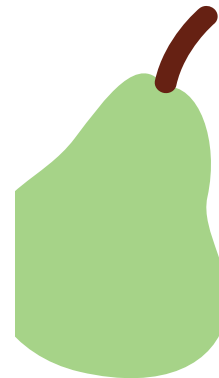
- 16 UNITATS (APROXIMADAMENT) PERES D'OLLA
- 1 KG (APROXIMADAMENT) DE PATATES
- OLI D'OLIVA PER AMANIR
- SAL

PREPARACIÓ

Agafem les peres i les pelem; seguidament, les partim al llarg i amb la punta del ganivet en traiem les llavors de l'interior. Pelem les patates i les tallem a trossos, però com si les esqueixéssim. Tot això ho posem en una olla, rentat i cobert amb aigua.

Si volguéssim afegir-hi naps, es pelen, es tallen a trossos regulars i també es tiren a l'olla.

Posarem l'olla al foc amb una mica de sal i esperarem que bullin i s'estovin. Un cop cuites, s'escorren de l'olla i s'hi afegeix un bon raig d'oli d'oliva per damunt.



Cuinar amb fruita arreu del món

Agboton, Agnès

- *Àfrica des dels fogons.*
Barcelona : Columna, 2001.
Recepta recomanada: **maimany (mongetes amb plàtans)** (p. 191).

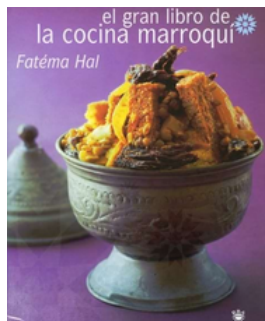


Albuerne, Pablo

- *Gipsy chef : mi mundo en 40 recetas bestiales.*
Barcelona : Libros Cúpula, noviembre de 2020.
Recepta recomanada: **llimones envinagrades** (p. 376).

Hal, Fatéma

- *El Gran libro de la cocina marroquí.*
Barcelona : RBA, 2008.
Recepta recomanada: **rodanxes de tonyina amb llimones confitades** (p. 287).



Mestayer de Echagüe, María

- *Confitería y repostería.*
Madrid : Espasa-Calpe, 1955.
Recepta recomanada: **pa de pessic modern** (p. 73).

Morris, Sallie

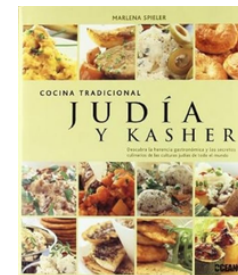
- *Todo el sabor de Tailandia.*
Barcelona : Grijalbo [etc.], cop. 2007.
Recepta recomanada: **sopa de pollastre amb coco** (p. 68).

Murgadas, Francesc

- *El Llibre de les receptes de primavera.*
Valls : Cossetània, 2005.
Recepta recomanada: **galetes amb maduixes** (p. 51).

Spieler, Marlena

- *Cocina tradicional judía y kasher.*
Barcelona : Océano, 2009.
Recepta recomanada: **sopa hongaresa de cireres** (p. 14).



Cuinar amb fruita

Corderroure, Montserrat

- *La Fruita : quan, per què, com, qui, on.*
Lleida : Afrucat, 2012.

Frutas : frescos

- Barcelona : Libros Cúpula, noviembre de 2020.

Llabrés Terrassa, M. Esperança

- *Figueres i figues : història i simbolisme : receptari.*
Palma : Documenta Balear, 2017.



Serra, Miracle , Targarona, Joan

- *Cuina amb fruites : les propostes de Miracle Serra i Joan Targarona.*
Barcelona : Viena, 2014.

Whiteman, Kate , Mayhew, Maggie

- *La Gran enciclopedia de la fruta.*
Barcelona : Hymosa, cop. 1998.



Vegeu la guia completa