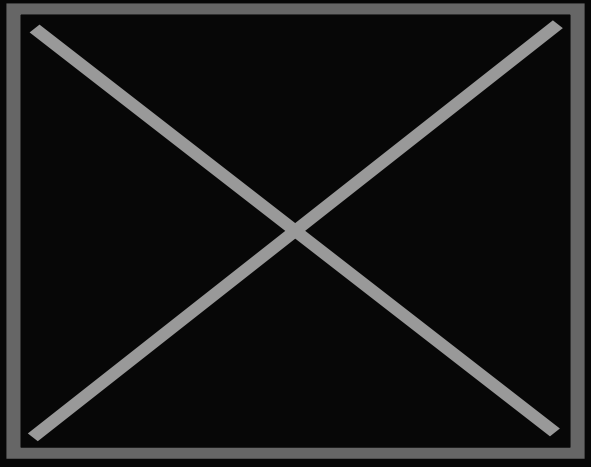
# Viaggio nella cucina catalana, tra piatti di mare e di terra

img1723-a2b48065

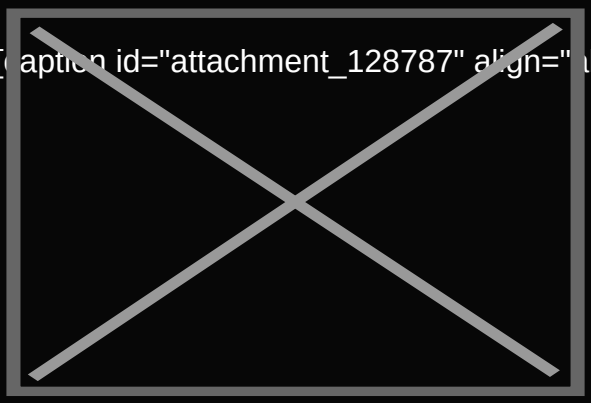
Non chiamatela cucina spagnola! La cucina catalana è infatti un ottimo mix di piatti di mare della tradizioni mediterranea della costa, con piatti di terra, di carne e verdure, e di montagna, a partire dai funghi, dei suoi Pirenei. Naturalmente però con una grossa impronta spagnola, del Sud soprattutto e della dominazione araba, con prodotti diventati base di molti piatti tradizionali, dal riso alle melanzane, dagli spinaci ai limone o ai fagioli, con una grande cura per i piatti a base di verdure, teorizzati per la loro salubrità anche dal filosofo, teologo e mistico (e quant'altro) Ramon Llull nel 1200, sapientemente mescolata a una cucina di stampo europeo, di origine visigota e medievale, con un trionfo di carni e cacciagione, unico cibo per i signorotti medievali che disprezzavano invece i prodotti dell'orto. Senza dimenticare la grande influenza dei porti, e di Barcellona in particolare, della regione, con la zuppa di pesce locale, il *Suquet*, che con le sue particolarità la si trova in ogni porto mediterraneo; dal caciucco livornese alla *Boullabaisse* di Marsiglia, dal *Broetto* triestino (o brodetto marchigiano) alla *Kakavia* greca, dal *Cuscusu* trapanese, di origine araba, alle zuppe, appunto magrebine, come la *Chreime* tunisina, anche con elementi giudei. Insomma una ricchezza che deriva dalle tante influenze che una regione di passaggio come la Catalogna ha subito, senza dimenticare i tanti prodotti del territorio, tra cui segnaliamo i tipici *calçots*, una varietà locale di cipollotti, dalla forma tipicamente allungata, che si consumano in inverno fino ad aprile, anche in "grigliate", o *calçotada*, cotti sulla brace e su tegole di laterizio e accompagnati dalla tipica salsa catalana *Romesco*, salsa tipica di Tarragona, a base di pomodoro, peperoncino, aglio, prezzemolo, mandorle, nocciole, pinoli e pane.

[caption id="attachment_128786" align="aligncenter" width="300"]



AIOLLI[/caption]

[caption id="attachment_128787" align="aligncenter" width="300"]

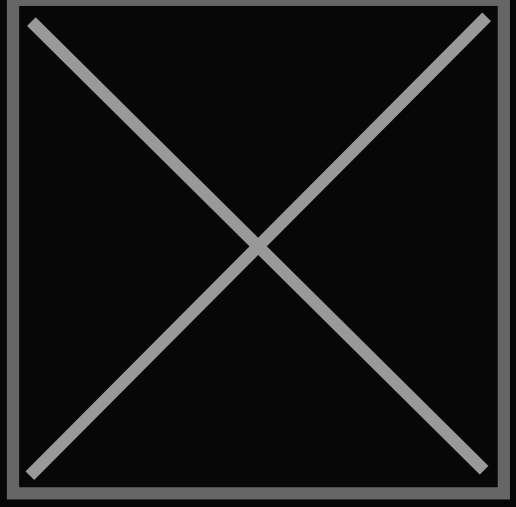


CALÇOTADA[/caption]

**SALSE PER OGNI GUSTO**

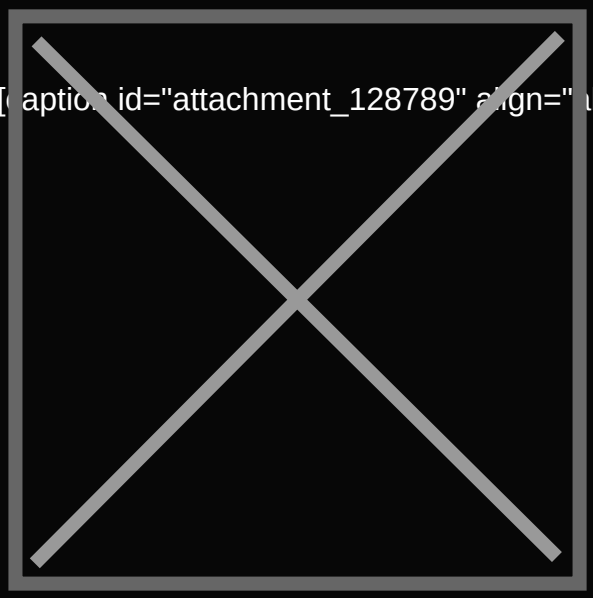
Salse, ma non come quelle a volte grasse della vicina Francia, che sono tipiche della cucina catalana, come l'*aiolli*, che si trova anche in Provenza, emulsione di olio d'oliva, limone e aglio con anche una versione con le uova, o il *Xaté*, una salsa elaborata con mandorle e nocciole tostate, briciole di pane, aglio, olio, aceto, sale e peperoncino locale che dà il nome anche a un'insalata altrettanto elaborata. Salse che si trasformano anche in dessert (*postre*) come la *Ginestada*, ovvero una crema di riso, zafferano e latte di mandorle (ancora le mandorle…), e che accompagnano diversi piatti di questa gastronomia, a volte anche piuttosto ricercata. E che prevede piatti con cotture di diverse tipologie; brace, forno, padelle, cocci, etc., accompagnate con diversi sapori, dal succo di limone allo zenzero, dal coriandolo alla galanga (simile allo zenzero) e profumati con acqua di rosa o mix di spezie sconosciute, come succedeva nella passando per il Sud della Francia.

[caption id="attachment_128788" align="aligncenter" width="261"]



CARGOLS A LA LLAUNA[/caption]

[caption id="attachment_128789" align="aligncenter" width="300"]

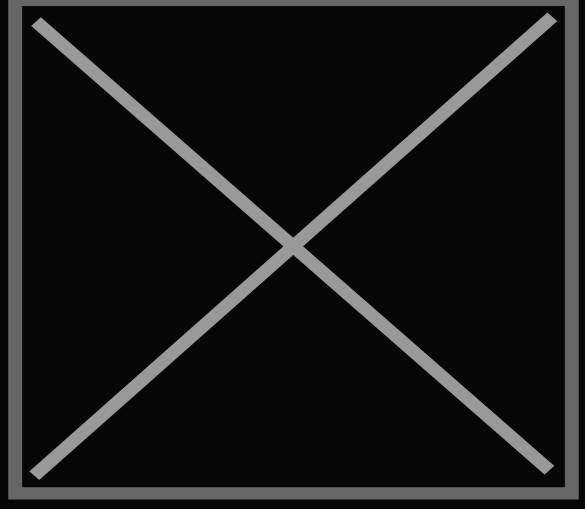


EMBOTITS[/caption]

**UNA STORIA ANTICA**

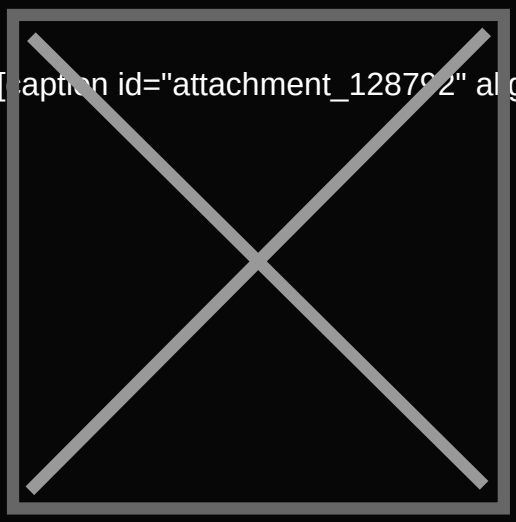
Non per nulla tra i primi ricettari scritti in lingua romanica del secolo XIV o XV ve ne sono proprio in catalano. Cucina su cui proprio in quegli anni si innestarono i prodotti arrivati con la scoperta dell’America, diventando in breve tempo tra i prodotti più tipici della regione come il pane con pomodoro (americano), o *Pa amb tomàquet*, la bruschetta in versione catalana, ora spesso arricchita con una fetta di prosciutto crudo, la *Botifarra amb mongetes*, ovvero la tipica salsiccia catalana con fagioli bianchi (americani), *Trinxat de col y patatas* (con le patate in arrivo dall’America) o, ancora, la *Escalibada con pimientos*, ovvero grigliata estiva di peperoni, di origine americana, ma anche di patate, appunto, melanzane, cipolle…

[caption id="attachment_128790" align="aligncenter" width="296"]



ESCUDELLA I CARN D’OLLA[/caption]

[caption id="attachment_128792" align="aligncenter" width="261"]



PA AMB POMÀQUET[/caption]

**IL RUOLO DEGLI ITALIANI**

Gastronomia questa che in Età moderna, quando le tradizioni catalane furono un po’ messe in un angolo dall’imperante Regno di Castiglia, si ritirò soprattutto nei conventi e nei monasteri, dove si compilarono diversi ricettari arrivati sino a noi. Ma la fisionomia e la riscoperta della cucina catalana tradizionale arrivata sino ai nostri giorni la si deve anche… agli italiani e al nuovo costume popolare di andare a mangiare nelle Fonde, o osterie, dal nome arabo *Alfondec*, ovvero magazzino di alimentari, dove i mercanti mangiavano e dormivano. Furono appunto gli italiani nel XVIII secolo a iniziare questa consuetudine soprattutto a Barcellona, dove le fonde venivano annunciate con cartelli di legno illustrati da simboli, animali, armi, etc., così anche gli illetterati potevano conoscere il nome di questi locali. Negli scritti di Néstor Luján, giornalista e scrittore di enogastronomia catalano, si legge infatti che una delle Fonde più famose di Barcellona fu fondata da un sardo arrivato nella capitale della regione nel 1788, tale Giovanni Antoni Ardizzi , che nel 1815 aprì il Beco del Racó, dove si mangiavano piatti

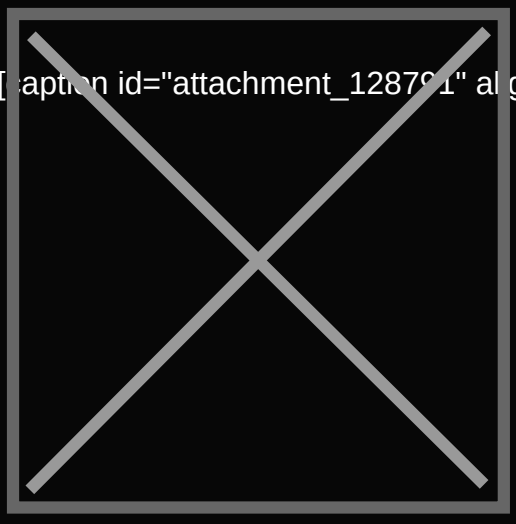
come la lepre in umido, lo stufato di patate, *Escudella i carn d'olla*, zuppa derivata dalla cottura della pilota, una grande polpetta di carne, con patate, cavolo e legumi o *L'Esqueixada*, un'insalata fredda a base di baccalà dissalato e sminuzzato, peperoni verdi, cipolla, olive, peperoncino, pomodori a dadini e olio d'oliva, la zuppa di polpettine, o il *Fricandò*, ovvero vitello steccato con pancetta e cotto con verdure, brodo o vino. Tutte ricette che si trovano anche in Piemonte, regno del quale faceva parte appunto la Sardegna. E Parlando d'Italia non si può non citare i *Canelons*, o cannelloni, diventati ormai un piatto tipico catalano, anche nella sua versione di magro, con ricotta e spinaci. Ma proprio in quel secolo Barcellona divenne una città ricca, di mercanti e, in parte, anche manifatturiera, con un richiesta di cucina più raffinata, per cui si importarono diversi piatti dalla vicina Francia, a partire dalle lumache (*Caragols*).

[caption id="attachment_128793" align="aligncenter" width="300"]



SUQUET[/caption]

[caption id="attachment_128791" align="aligncenter" width="261"]

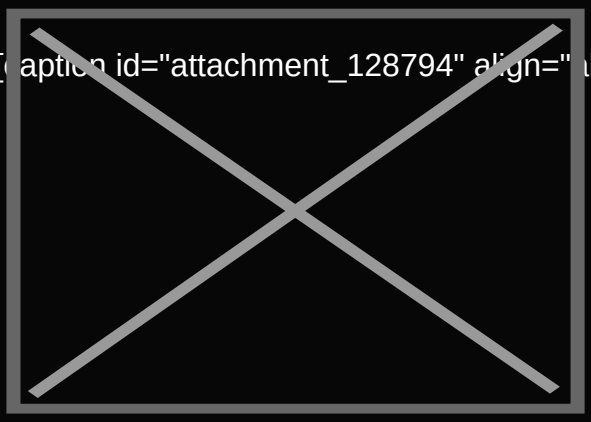


FIDEUÀ[/caption]

**GLI ANNI RECENTI E LA CUCINA MOLECOLARE**

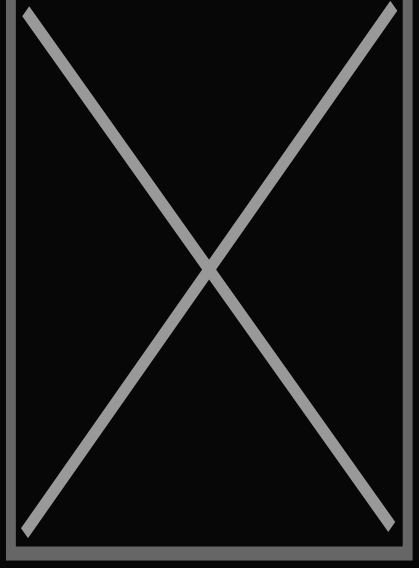
Dopo i tempi bui della guerra civile spagnola e della dittatura franchista, anche la enogastronomia catalana ha avuto un nuovo Rinascimento soprattutto alla fine degli anni ’80 quando *Ferran Adrià* ha lanciato la cucina molecolare nel suo ristorante *El Bulli* facendo man bassa di stelle Michelin e primi posti nella classifica di *The World’s 50 Best Restaurants* del magazine Restaurant alla fine degli anni 2000, prima di chiudere il suo locale nel 2012. Dando vita però a diversi esperimenti culinari a Barcellona, l’ultimo dei quali si chiama *Enigma*. Ma la cucina molecolare è un’altra cosa rispetto alla tradizione culinaria catalana anche se uno dei suoi massimi esponenti è il catalano Adrià, con suo fratello Albert, insieme all’inglese *Heston Blumenthal*. Nessuna diavoleria chimico-fisica infatti bensì prodotti della terra come verdure e carni, dal *cochinillo* (maialino) al forno all’*Anec amb peres*, l’anatra con le pere, dal *Vedella amb bolets*, la carne di manzo con i funghi ai salumi: *butifarra*, *Fuet*, le tipiche stringhe di salame, o il famoso prosciutto crudo, che in catalano si chiama *pernil* e che si gusta come visto su pane e pomodoro, nei famosi panini (*bocadillos*) ma anche nei tipici conetti di carta ( *cuchuruchios*) riempiti fino all’orlo di tocchetti di prosciutto, acquistabili nei mercati, tra cui consigliamo la famose *Boqueria* sulle Ramblas o il *Mercat de Santa Caterina*, a lato della Cattedrale, in alcuni locali o nelle *jamonerie*, tra cui segnaliamo, sempre in zona Ramblas, l’*Enrique Tomás*.

[caption id="attachment_128794" align="aligncenter" width="300"]



RISTORANTE ELS QUATRE GATS DI BARCELONA[/caption]

[caption id="attachment_128795" align="aligncenter" width="211"]



RISTORANTE MAS DE TORRENT[/caption]

**PER CHIUDERE I PASTI**

Ma la Catalogna è conosciuta anche per i dolci, a partire dalla superfamosa in tutto il mondo Crema Catalana, una crema a base di latte, uova, limone e cannella con sopra uno strato di zucchero di canna cotto al forno. Tra gli altri dessert tipici da non perdere il *Brazo de gitano*, un dolce di biscotto arrotolato ripieno, il *Pijama*, bomba calorica per un dolce delle feste che altro non è che un mix di flan, gelato alla vaniglia, frutta tipo pesca o ananas, il tutto coperto da crema di caramello, i *Carquinyolis*, come i nostri cantucci, o i *Catànies*, “confetti” di cioccolato ripieni di nocciola tipici di *Vilafranca del Penedès*, terra ben conosciuta anche degli amanti del vino. Che in Catalogna vanno a nozze. A partire dallo champagne spagnolo, cioè il Cava, oltre a oltre 20 vini di origine controllata, soprattutto bianchi, ma anche rossi e rosé, nonché vini liquorosi da sorseggiare con i Carquinyolis. Insomma la chiamereste ancora “solo” una cucina regionale spagnola?