



Les receptes del claustre

Les receptes, que a continuació presentem, formen part del seguit d'articles web publicats al lloc de [l'Associació Palimpsest](#) sota el nom de “*El claustre de Santa Maria de Ripoll. Les pedres expliquen les històries que els teus ulls dibuixen*”. Aquesta sèrie d'articles fan un recorregut cronològic per diferents històries inspirades en els capitells i les impostes del claustre de Santa Maria, que a la vegada es converteix en un recorregut per la història del monestir de Ripoll des del segle XII fins a la seva destrucció a partir de 1835.

Cada article web aporta pistes històriques que permeten contextualitzar les imatges dels capitells i un moment diferent de la història del monestir, els textos són sempre fonts primàries o secundàries sense cap modificació però els lligams establerts són sempre imaginatius i creatius. A aquestes pistes contextuais s'hi afegeixen les receptes amb la finalitat de proposar una experiència gastronòmica adient a cada moment històric. A cada història li correspon una recepta.

Entre els personatges, situacions i apunts històrics hi trobareu des de fragments de la vida socioeconòmica dels monestirs medievals, referències a la imatgeria romànica (sirenes, harpies i dracs), sentències de bruixeria, la presència de la tradició jueva, Jordi de Déu (el gran escultor-esclau del segle XIV) i els artistes esclaus en el pas del romànic al gòtic... la tensió social entre l'abat i el poble de Ripoll, les guerres de l'època moderna, les lluites dels *nyerros y cadells* i la seva relació amb els monestirs, la trobada del Quixot i Perot Rocaguinarda... fins a la crema del monestir el 1835 per part dels miquelets i el seu posterior expoli i destrucció.

A continuació fem un llistat de la procedència de les receptes per ordre cronològic:

Truita escabetxada està tret d'un tractat del metge sevillà del segle XII Zuhr-Avenzoar.

Espatlla de moltó farcida, extreta del llibre de *Sent Soví* (1324), receptari medieval d'autor anònim redactat en català, és el primer receptari conegut de cuina catalana i un dels receptaris europeus més antics escrits en una llengua diferent del llatí.

Panada d'anguiles: Les panades son tretes del llibre de *Sent Soví* (1324)

Xai amb pomes: La cuina dels convents, receptari conventual.

Panada de truita de riu: extreta d'un receptari de cuina marroquí-andalusí.

Amanida d'escarola, magrana i truita fumada: Treta d'un receptari de cuina marroquí-andalusí

Potatge de llegums amb bacallà: La cuina dels convents, receptari conventual.

Ossos de sant: La cuina dels convents, receptari conventual.

Remojón Granadino: Receptari andalusí, descendent de la cuina àrab

Old fashioned: és un combinat de bourbon que va aparèixer a la fi del segle XVIII. El vell llibre del Bar Waldorf-Astoria de 1931 li dóna el crèdit de la seva invenció, o almenys la seva inspiració, al Coronel James Pepper, propietari del Old 1776 whiskey.

Guatlles amb Raïm: Cuina medieval catalana: història, dietètica i cuina. Cossetània Edicions

Almadroch d'albergínies: La recepta ens recorda molt, potser tret del formatge, l'actual escalivada. Es molt típic servir-lo en la festa de Pesaj (cuina sefardí). De receptes d'almadroch ja se'n troben en el llibre de *Sent Soví* (segle XIV)

Una versió de l'**Almadroch** (moretum) d'albergínies procedent d'un receptari Marroquí

Letiari de Codony: Cuina sefardí (memòria de Sefarad), en la gastronomia sefardí, el codony o bimbrio és molt popular, i es creu que va ser incorporat a la tradició per la influència àrab.

Pollastre rostit amb figues: Receptes medieval, aquesta és una recepta medieval amb pollastre que encara es manté en vigència.

Sopa de pollastre amb canyella: Receptes medieval (tierra quebrada)

Platillo de codonys: Recepte extreta de «Arte de cozina, padsteleria, vizcocheria, y confiteria.

Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor» 1611

Cigrons dolços amb codonys: Recepte extreta de «Arte de cozina, pasteleria, vizcocheria, y confiteria. Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor» 1611

Duelos y quebrantos: La cocina del Quijote.

Mongetes blanques amb perdiu: La cocina del Quijote.

Escudella de carbassa: La cuina de 1714. Història i receptes. Jaume Fàbrega

Flam de taronja: Receptari d'Agustí Cavalleria i Deop. Arxiu Comarcal del Ripollès

Las recetas que os presentamos a continuación forman parte de una serie de artículos web publicados en la página de [Associació Palimpsest](#) con el nombre de “*El claustre de Santa Maria de Ripoll. Les pedres expliquen les històries que els teus ulls dibuixen*”. Esta serie de artículos realizan un recorrido cronológico por diferentes historias inspiradas en los capiteles y impostas del claustro de Santa María que se convierte, a su vez, en un recorrido por la historia del monasterio de Ripoll desde el siglo XII hasta su destrucción a partir de 1835.

Cada artículo web aporta pistas históricas que permiten contextualizar las imágenes de los capiteles y un momento diferente de la historia del monasterio. Los textos son siempre fuentes primarias o secundarias sin modificar, pero los vínculos que se establecen son siempre imaginativos y creativos. A estas pistas contextuales se suman las recetas, con la finalidad de proponer una experiencia gastronómica adecuada a cada momento histórico.

Entre los personajes, las situaciones y los apuntes históricos encontraréis fragmentos de la vida socioeconómica de los monasterios medievales, referencias al imaginario románico (sirenas, harpías y dragones), sentencias por brujería, fragmentos sobre la presencia de la tradición judía, sobre Jordi de Déu (el gran escultor esclavo del siglo XIV) y los artistas esclavos en el paso del románico al gótico, la tensión social entre el abad y el pueblo de Ripoll, las guerras de la época moderna, las luchas entre *nyerros* y *cadells* y su relación con los monasterios, el encuentro de El Quijote y Perot Rocaguinarda, y también sobre la quema del monasterio en 1835 por parte de los *miquelets*, y su posterior expolio y destrucción.

A continuación encontraréis una lista que incluye la procedencia de las recetas, ordenadas cronológicamente:

Trucha de río escabechada, sacada de un tratado del médico sevillano del siglo XII Zühr-Avenzoar.

Espalda de carnero rellena, extraída del libro de Sent Soví (1324), recetario medieval de autor anónimo, redactado en catalán. Es el primer recetario conocido de cocina catalana y uno de los recetarios europeos más antiguos escritos en una lengua distinta al latín.

Empanada de anguilas: Las empanadas se han extraído del libro de [Sent Soví](#) (1324)

Cordero con manzanas: la cocina de los conventos, recetario conventual.

Empanada con trucha de río: extraída de un recetario de cocina marroquí-andalusí.

Ensalada de escarola, granada y trucha ahumada: sacada de un recetario de cocina marroquí-andalusí.

Potaje de legumbres con bacalao: la cocina de los conventos, recetario conventual.

Huesos de santo: la cocina de los conventos, recetario conventual

Remojón Granadino: Recetario andalusí, descendiente de la cocina árabe.

Old fashioned: es un combinado de bourbon que apareció a finales del siglo XVIII. El viejo libro del Bar Waldorf-Astoria de 1931 atribuye su invención, o como mínimo, su fuente de inspiración, al Coronel James Pepper, propietario del Old 1776 Whiskey.

Codornices con uvas: "Cocina medieval catalana: historia, dietética y cocina". Cossetània Edicions

Almodrote de berenjenas: La receta nos recuerda mucho (aunque sin el queso), a la escalivada actual. Es muy típico servirlo en la fiesta de Pesaj (cocina sefardí). Ya encontramos recetas de almodrote en el libro de Sent Soví (siglo XIV).

Una versión del **Almodrote** (moretum) de berenjenas procedente de un recetario marroquí.

Letuario de membrillo: Cocina sefardí (memoria de Sefarad). El membrillos o bimbrio es muy popular en la gastronomía sefardí y se cree que se incorporó a la tradición por influencia árabe.

Pollo asado con higos: recetas medievales. Esta es una receta medieval con pollo que todavía se mantiene en vigencia.

Sopa de pollo con canela: recetas medievales (tierra quebrada)

Platillo de membrillos: Receta extraída de «Arte de cozina, padsteleria, vizcocheria, y confiteria. Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor» 1611

Garbanzos dulces con membrillos: receta extraída de «Arte de cozina, pasteleria, vizcocheria, y confiteria. Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor» 1611

Duelos y quebrantos: La cocina del Quijote.

Judías blancas con perdiz: La cocina del Quijote.

Escudella de calabaza: la cocina de 1714. Historia y recetas. Jaume Fàbrega

Flan de naranja: Recetario de Agustí Cavalleria i Deop. Archivo Comarcal del Ripollès

Truita escabetxada

Els monestirs, sense excepció, consumien importants quantitats de peixos de riu. Tots ells, i des d'èpoques primerenques, havien anat instal·lant pesqueres en els llits dels rius que travessaven les seves terres. La difusió del molí d'aigua, la resclosa del qual s'emprava com a viver, va contribuir a estimular el consum de peix, abundaven l'anguila, la truita i el barb que apareixen a taula fresques, salades o fumades.

Altres formes de consum eren les panades (peixos fets "en pa") i els escabetxos, importats de la cuina musulmana. La primera recepte d'escabetx ens la serveix el metge sevillà del segle XII Zuhr-Avenzoar, que recomana preparar així l'escabetx: s'escalda el peix en aigua calenta, tot seguit es posa en una cassola de terrissa o de pisa vidriada amb una mica d'oli. Quan ja estigui cuit es deixa a foc lent i se li afegeix un brou preparat amb vinagre i gingebre.

La truita de riu era uns dels peixos que més es consumia, truita escabetxada:

Ingredients (per a 4 persones):

4 truites del país de bona mida
 1 got d'oli
 1 got de vinagre
 4 grans d'all
 clavell, sàlvia, timó, orenga, pebre en gra o altres herbes aromàtiques
 farina
 sal
 oli per fregir

Trucha escabechada

Los monasterios, sin excepción, consumían importantes cantidades de peces de río. Todos ellos, y desde épocas tempranas, habían ido instalando pesqueras en los lechos de los ríos que atravesaban sus tierras. La difusión del molino de agua, la esclusa del cual se empleaba como vivero, contribuyó a estimular el consumo de pescado, abundaban la anguila, la trucha y el barbo que aparecen en la mesa frescas, saladas o ahumadas.

Otras formas de consumo eran las empanadas (peces hechos "en pan") y los escabeches, importados de la cocina musulmana. La primera receta de escabeche nos la sirve el médico sevillano del siglo XII Zühr-Avenzoar, que recomienda preparar así el escabeche: escalda el pescado en agua caliente, a continuación ponlo en una cazuela de barro o de loza vidriada con un poco de aceite. Cuando ya esté cocido dejalo a fuego lento y se le añade un caldo preparado con vinagre y jengibre.

La trucha era unos de los peces que más se consumía, trucha escabechada:

Ingredientes (para 4 personas):

- 4 truchas del país de buen tamaño
- 1 vaso de aceite
- 1 vaso de vinagre
- 4 dientes de ajo
- clavel, salvia, tomillo, orégano, pimienta en grano u otras hierbas aromáticas
- harina
- sal
- aceite para freír

Espatlla de moltó farcida

Els monestirs de muntanya tenien dificultats per fer pasturar el bestiar a l'hivern degut a la neu permanent, i els monestirs de la plana no podien fer pasturar el bestiar a l'estiu degut a l'alta fertilitat de les terres i el seu conseqüent conreu. Degut amb això, la preocupació principal dels territoris del Prepirineu català, a través dels monestirs de Ripoll i de Sant Joan de les Abadesses, va recaure en la creació d'una xarxa de camins, estable i segura, que permetés el trànsit del ramat entre la plana i la muntanya. D'aquesta manera, es consolida la xarxa de camins ramaders catalana i s'estabilitza una activitat econòmica que es mantindria molt potent fins a les darreries de l'edat mitjana.

(Camins ramaders i transhumància a Catalunya. Eduard Trepal i Anna Vilaseca, Fundació del Món Rural)

Espatlla de moltó farcida: Recepte extreta del llibre de Sent Soví (1324), receptari medieval d'autor anònim redactat en català, és el primer receptari conegut de cuina catalana i un dels receptaris europeus més antics escrits en una llengua diferent del llatí.

Text original:

“Si vols fracir espatlla de moltó en ast, lleva'n molta carn, exceptat lo blasco e del cap de l'espatlla, que romanga un poc per l'ast, que pusca passar. La carn sia perbullida ab la carnsalada e ab juivert e d'altres bones herbes. E quan serà perbullit, capola-ho tot ensems; e metets-hi ous e de bones espècies e alls e panses. E fets que sia sabent.

E après hajats una tela de moltó e sia remullada ab aigua tèbea, e posa-la sobre lo tallador; e posa-li l'ast dessus. E après hages lo farciment e posa'l sobre l'espatlla, e cobri-la ab tela e lliga-ho bé ab fil netament. “

Traducció i ajustament de la recepta (<http://www.sentsovi.cat>)

Aquesta espatlla de moltó farcida, és una recepta amb un farcit interessant de carn amb alls cuits, panses i espècies. A més, el procés d'elaboració que s'explica en el Sent Soví és un “farcit” que embolica l'os de l'espatlla i que es lliga amb tela de moltó i posteriorment es travessa amb un ast i es cou al foc.

Ingredients

1 espatlla de xai d'1 kg
 100 g de cansalada fresca
 25 g de julivert
 Farigola
 1 ou
 6 grans d'all
 40 g de panses
 Sal
 2 claus d'olor
 6 boles de pebre negre
 Canyella en pols

El primer pas és desossar l'espatlla de xai. Ho podem fer nosaltres o demanar-ho al carnisser. Una vegada tenim la carn sense os, agafem parts de les puntes o parts que no ens ajudin a embolicar després el farcit i els posem a coure amb aigua freda juntament amb la cansalada i les herbes. Ho coem a foc suau durant 1h i, quan faltin 20 minuts, afegim els alls pelats. Traiem la carn de l'olla i els alls i ho deixem temperar.

Piquem les carns amb un ganivet i ho posem en un bol amb els alls tallats, les panses, el julivert que hem cuit picat, l'ou batut i les espècies. Barregem i corregim de sal.

Estirem sobre el marbre l'espatlla i la salem. Posem a sobre el farcit i ho lliguem bé amb fil de cuina. Coem l'espatlla a 200 °C al forn durant una hora o, si tenim termòmetre de sonda, fins que aquest arribi als 65 °C.

Paletilla de carnero rellena

Los monasterios de montaña tenían dificultades para hacer pastar el ganado en invierno debido a la nieve permanente, y los monasterios de la llanura no podían hacer pastar el ganado en verano debido a la alta fertilidad de las tierras y su consecuente cultivo. Debido a ello, la preocupación principal de los territorios del Prepirineo catalán, a través de los monasterios de Ripoll y de San Juan de las Abadesas, recayó en la creación de una red de caminos, estable y segura, que permitiera el tránsito del ganado entre la llanura y la montaña. De esta manera, se consolida la red de vías pecuarias catalana y estabiliza una actividad económica que se mantendría muy potente hasta finales de la Edad Media.

(Caminos ganaderos y trashumancia en Cataluña. Eduard Trepay y Anna Vilaseca, Fundación del Mundo Rural)

Paletilla de carnero rellena: Receta extraída del libro de Sent Soví (1324), recetario medieval de autor anónimo redactado en catalán, es el primer recetario conocido de cocina catalana y uno de los recetarios europeos más antiguos escritos en una lengua diferente del latín.

Texto original:

“Si vols fracir espatla de moltó en ast, lleva'n molta carn, exceptat lo blasco e del cap de l'espatla, que romanga un poc per l'ast, que pusca passar. La carn sia perbullida ab la carnsalada e ab juivert e d'altres bones herbes. E quan serà perbullit, capola-ho tot ensems; e metets-hi ous e de bones espècies e alls e panses. E fets que sia sabent.

E après hajats una tela de moltó e sia remullada ab aigua tèbea, e posa-la sobre lo tallador; e posa-li l'ast dessus. E après hages lo farciment e posa'l sobre l'espatla, e cobri-la ab tela e lliga-ho bé ab fil netament. “

Traducción y adecuación de la receta (<http://www.sentsovi.cat>)

Esta paletilla de carnero rellena, tiene un relleno interesante de carne con ajos cocidos, pasas y especias. Además, el proceso de elaboración que se explica en el Sent Soví es un "relleno" que envuelve el hueso de la paletilla y que se liga con tela de carnero y posteriormente se atraviesa con un espetón y se cuece al fuego .

Ingredientes:

1 paletilla de cordero de 1 kg
 100 g de panceta fresca
 25 g de perejil
 tomillo
 1 huevo
 6 dientes de ajos
 40 g de pasas
 sal
 2 clavos de olor
 6 granos de pimienta negra
 Canela en polvo

El primer paso es deshuesar la paletilla de cordero. Lo podemos hacer nosotros o pedirlo al carnicero. Una vez tenemos la carne sin hueso, cogemos partes de las puntas o partes que no nos ayuden a envolver después el relleno y los ponemos a cocer con agua fría junto con el tocino y las hierbas. Lo cocemos a fuego suave durante 1h y, cuando falten 20 minutos, añadimos los ajos pelados. Sacamos la carne de la olla y los ajos y lo dejamos templar.

Picamos las carnes con un cuchillo y lo ponemos en un bol con los ajos cortados, las pasas, el perejil que hemos cocido picado, el huevo batido y las especias. Mezclamos y corregimos de sal.

Estiramos sobre el mármol la paletilla y la salamos. Ponemos encima el relleno y lo atamos bien con hilo de cocina.

Cocemos la paletilla a 200 °C en el horno durante una hora o, si tenemos termómetro de sonda, hasta que éste llegue a los 65 °C.

Panada d'anguiles

Per la massa:

500 grs de farina de força
 25 grs de llevat
 tassa d'aigua
 oli
 sal

Pel farcit:

1 kg i ½ d'anguiles de riu
 6 dents d'all
 julivert
 oli d'oliva
 safrà
 sal

Mentre deixem créixer la massa, prepararem les anguiles: Començarem per treure'ls tota la viscositat que les recobreix, després les obrim i netejarem el seu interior, també tallarem el cap. Les amanirem amb l'all, el julivert, la sal i el safrà i les regarem generosament amb oli. Amb una mica més de la meitat de la massa fem la base de l'empanada, posem les anguiles senceres formant un cercle. Cobrim amb l'altra part de la massa ben estirada i tanquem tot al voltant fent una vora. Li farem un forat al centre perquè surti el vapor i l'adornarem al nostre gust.

Es menja aixecant la tapa.

El llibre de Sent Soví ens ofereix una recepte de panada de Lampresa.

Sent Soví (1324). Receptari medieval d'autor anònim redactat en català, el primer receptari conegut de cuina catalana i un dels receptaris europeus més antics escrits en una llengua diferent del llatí.

PANADES DE LAMPRESA :

Si vols fer panada de lampresa o metra en ast o en caçola, trau li lo fel que te en lo cap e puy ligala en .iij. o en .iiij°. lochs, pus tota redona mit la en pa ab especies e ab cebes prim tallades e mit hi un poch de [a]gras e un poch de sucre blanch. Item, si la vols en ast, liga la axi matex e mit la en una gola de ferre o de fust ; si no as, ages l ast e de loch en loch liga la e unta la de vin blanch en guisa que no puscha coura e ab vinagre, e age y * un poch [d] d especies e oli. Item, si la vols metra en caçola, liga la axi matex, mit hi vin blanc e greix e ages les especies les millors que tropies e un poch d oli e herbes bones, axi com es juyvert e menta, moraduix, orengua, cebes prim tallades, e mit la al forn a coura que mills s adoba que no fa en casa.

Empanada de anguilas

Para la masa:

500 grs de harina de fuerza
25 grs de levadura
taza de agua
aceite
sal

Para el relleno:

1 kg y ½ de anguilas de río
6 dientes de ajo
perejil
aceite de oliva
azafrán
sal

Mientras dejamos crecer la masa, prepararemos las anguilas: Empezaremos para sacarlos toda la viscosidad que las recubre, tras las abriremos y limpiaremos su interior, también cortaremos la cabeza. Las aliñaremos con el ajo, el perejil, la sal y el azafrán y las regaremos generosamente con aceite. Con un poco más de la mitad de la masa hacemos la base de la empanada, ponemos las anguilas enteras formando un círculo. Cubrimos con la otra parte de la masa bien estirada y cerramos todo alrededor haciendo un borde. Le haremos un agujero en el centro para que salga el vapor y el adornaremos a nuestro gusto.

Se come levantando la tapa.

El libro de Sent Soví nos ofrece una receta de empanada de Lampresa.

Sent Soví (1324). Recetario medieval de autor anónimo redactado en catalán, el primer recetario conocido de cocina catalana y uno de los recetarios europeos más antiguos escritos en lengua vernacula.

PANADES DE LAMPRESA :

Si vols fer panada de lampresa o metra en ast o en caçola, trau li lo fel que te en lo cap e puy lig la en .iij. o en .iiij^o. lochs, pus tota redona mit la en pa ab especies e ab cebes prim tallades e mit hi un poch de [a]gras e un poch de sucre blanch. Item, si la vols en ast, liga la axi matex e mit la en una gola de ferre o de fust ; si no as, ages l ast e de loch en loch liga la e unta la de vin blanch en guisa que no puscha coura e ab vinagre, e age y * un poch [d] d especies e oli. Item, si la vols metra en caçola, liga la axi matex, mit hi vin blanc e greix e ages les especies les millors que tropies e un poch d oli e erbes bones, axi com es juyvert e menta, moraduix, orengua, cebes prim tallades, e mit la al forn a coura que mills s adoba que no fa en casa.

Xai amb pomes

Ovella raça ripollesa

La raça ripollesa és una raça ovina autòctona del nord-est de Catalunya, que es considera que prové de l'encreuament dels ovins que poblaven antigament els Pirineus centrals amb individus de tipologia Merina arribats com a conseqüència de la transhumància.

(Dossier tècnic, Departament d'Agricultura, Alimentació i Acció Rural)

L'ovella merina es creu fou introduïda a la Península pels musulmans provinent del nord d'Àfrica.

L'ovella latxa forma part de les races d'ovelles del País Basc i Navarra de pèl llarg que no s'han creuat amb sang de bestiar merino a causa de la prohibició de les importacions d'animals exògens

Còrdova era segurament la ciutat més culta i avançada d'occident a l'època, i entre els segles VIII i XII és crea un ampli flux d'intercanvi entre la societat andalusí i la cristiana, Això fa que els productes introduïts pels musulmans es vaguin fent habituals en tota la península. Havien introduït l'albergínia, la carxofa, els espàrrecs, els espinacs, l'arròs, el meló, la síndria, les carabasses, l'albercoc, la magrana, la canya de sucre, el safrà, la canyella, el gingebre i la majoria de cítrics. També noves formes de cuinar com les mandonguilles, l'escabetx, les panades, els milfulls, els fideus, els macarrons, els torrons, l'arròs amb llet, els bunyols, i la major part dels dolços existents a la península ibèrica.

Xai amb pomes

Ingredients:

1 quilo i mig de xai,
3 pomes àcides,
1 cullerada de mantega,
pebre en pols,
oli,
sal.

Preparació:

Es pelen les pomes, es tallen en quatre trossos i després en rodanxes gruixudes. Es cobreix amb elles el fons d'una cassola apta per al forn, es posen damunt la mantega i el xai tallat en trossos petits.

S'assaona amb una mica de pebre i sal, i es ruixa finalment amb un raig d'oli.

Es tapa la cassola i es deixa coure a foc moderat uns minuts abans de introduir-la al forn a temperatura baixa, fins que el xai estigui tendre. Durant la cocció s'ha de regar el xai de tant en tant amb una mica d'aigua.

Se serveix molt calent passant el xai a una font, regant-lo amb el seu suc i envoltant amb les pomes.

[\(La cuina dels convents\)](#)

Cordero con manzanas

Oveja raza ripollesa

La raza ripollesa es una raza ovina autóctona del nordeste de Cataluña, que se considera que proviene del cruce de los ovinos que poblaban antiguamente los Pirineos centrales con individuos de tipología Merina llegados como consecuencia de la trashumancia.

(Dossier técnico, Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural)

La oveja merina se cree fue introducida en la Península por los musulmanes proveniente del norte de África.

La oveja latxa forma parte de las razas de ovejas del País Vasco y Navarra de pelo largo que no se han cruzado con sangre de ganado merino debido a la prohibición de las importaciones de animales exógenos.

Córdoba era seguramente la ciudad más culta y avanzada de occidente, y entre los siglos VIII y XII es crea un amplio flujo de intercambio entre la sociedad andalusí y la cristiana. Esto hace que los productos introducidos por los musulmanes se vayan haciendo habituales en toda la península. Habían introducido la berenjena, la alcachofa, los espárragos, las espinacas, el arroz, el melón, la sandía, las calabazas, el albaricoque, la granada, la caña de azúcar, el azafrán, la canela, el jengibre y la mayoría de cítricos. También nuevas formas de cocinar como las albóndigas, el escabeche, las empanadas, los millojas, los fideos, los macarrones, los turrónes, el arroz con leche, los buñuelos, y la mayor parte de los dulces existentes en la Península Ibérica.

Cordero con manzanas

Ingredientes:

1 kilo y medio de cordero ,
3 manzanas ácidas,
1 cucharada de mantequilla,
pimienta en polvo,
aceite,
sal.

Preparación:

Se pelan las manzanas, se cortan en cuatro trozos y luego en rodajas gruesas. Se cubre con ellas el fondo de una cazuela apta para el horno, se ponen encima la mantequilla y el cordero cortado en trozos pequeños. Se sazona con un poco de pimienta y sal, y se rocía por último con un chorro de aceite.

Se tapa la cazuela y se deja cocer a fuego moderado unos minutos antes de introducirla en el horno a temperatura baja, hasta que el cordero esté tierno. Durante la cocción debe regarse el cordero de vez en cuando con un poco de agua.

Se sirve muy caliente pasando el cordero a una fuente, regándolo con su jugo y rodeándolo con las manzanas.

(La cocina de los conventos)

Panada de truita de riu

Massa:

farina
 un pessic de llevat
 oli
 sal

Per la farsa:

1 o 2 truites segons mida
 4 ous
 oli
 1 ceba
 mantega per untar
 1 rovell d'ou
 llet
 sal pebre vermell
 safrà
 coriandre

Es neteja el peix, el fem bullir al vapor o en aigua i sal (i espècies, si es vol) i esmicolem la seva carn reservant. S'ofega una ceba molt picada amb una mica d'oli fins que quedi transparent i es retira.

En una cassola (millor de fang) es baten els ous, s'afegeix la ceba ofegada i les espècies. Es bat tot bé tapant la cassola. Per fer la massa barregem en un bol un pessic de sal i llevat, 3 tasses de farina de blat i un raig d'oli.

Després, anem tirant aigua a poc a poc, remenant fins a obtenir una bola que no s'enganxi als dits. Aquesta massa la deixem reposar una hora i mitja en un bol amb un drap humit per sobre. Es parteix en dos aquesta massa i es pasta i estiren les dues peces amb un corró fent dues làmines una més gran que l'altra. En una font per coure greixada amb mantega posem la massa estirada de major grandària adaptant-la a la forma de la font.

Omplim aquesta massa amb el preparat de peix que teníem reservat de manera uniforme. Cobrim aquest farcit amb l'altra massa cuidant d'enganxar bé les vores i fent-li uns orificis amb una forquilla. Finalment, fem la nostra panada preparada dins d'un forn preescalfat a 200 ° graus de temperatura durant 45 minuts.

(La cuina andalusí)

Empanada de trucha

Masa:

harina
 un poco de levadura
 aceite
 sal

Para el relleno:

1 o 2 truchas según tamaño
 4 huevos
 aceite
 1 cebolla
 mantequilla para untar
 1 yema de huevo
 leche
 sal pimentón
 azafrán
 cilantro

Se limpia el pescado, lo hervimos al vapor o en agua y sal (y especias, si se quiere) y desmenuzamos su carne reservándola. Se rehoga una cebolla muy picada con un poco de aceite hasta que quede transparente y se retira.

En una cazuela (mejor de barro) se baten los huevos, se añade la cebolla rehogada y las especias. Se bate todo bien tapando la cazuela. Para hacer la masa mezclamos en un bol un pellizco de sal y levadura, 3 tazas de harina de trigo y un chorro de aceite. Después, vamos echando agua poco a poco, removiendo hasta obtener una bola que no se pegue a los dedos. Esta masa la dejamos reposar una hora y media en un bol con un paño húmedo por encima. Se parte en dos esta masa y se amasa y estiran ambas piezas con un rodillo haciendo dos láminas una mayor que la otra. En una fuente para hornear engrasada con mantequilla ponemos la masa estirada de mayor tamaño adaptándola a la forma de la fuente.

Rellenamos esta masa con el preparado de pescado que teníamos reservado de manera uniforme. Cubrimos este relleno con la otra masa cuidando de pegar bien los bordes y haciéndole unos orificios con un tenedor. Finalmente, metemos nuestra empanada preparada dentro de un horno precalentado a 200° grados de temperatura durante 45 minutos.

(La cocina andalusí)

Amanida d'escarola, magrana i truita fumada

L'escarola es creu que té el seu origen a la mediterrània, expandint-se el segle XIII per la resta d'Europa, per aquestes dates es comença a conrear la varietat arrossada a casa nostre.

Una amanida lleugera, ràpida de preparar i de bona presentació pel contrast de la magrana amb l'escarola. La dolçor de la magrana contrasta perfectament amb la lleugera amargor de l'escarola.

Es pot amanir amb una lleugera vinagreta, on la llimona substitueix el vinagre.

200 grams d'escarola.

2 filets de truita fumada

1 magrana

el suc de mitja llimona

4 cullerades soperes d'oli d'oliva verge extra.

sal

Si substituïm la magrana per taronja, tenim una festa de cítrics.

(La cuina andalusí)

Ensalada de escarola, granada y trucha ahumada

La escarola se cree que tiene su origen en el Mediterráneo, expandiéndose en el siglo XIII por el resto de Europa, por estas fechas se empieza a cultivar la variedad rizada en Catalunya.

Una ensalada ligera, rápida de preparar y de buena presentación por el contraste de la granada con la escarola. La dulzura de la granada contrasta perfectamente con la ligera amargura de la escarola.

Se puede aliñar con una ligera vinagreta, donde el limón sustituye el vinagre.

- 200 gramos de escarola.
- 2 filetes de trucha ahumada
- 1 granada
- el zumo de medio limón
- 4 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen extra.
- sal

Sustituyendo la granada por una naranja tenemos una fiesta de cítricos.

(La cocina andalusí)

Potatge de llegums amb bacallà

“A 9 de febrer de 1390, per contracte amb mestre Pere Gregori, picapedrer de Perpinyà, aquest s'obligava portar 56 columnes de la millor pedra de Vilafranca del Conflent, treballar-les i polir-les pel preu de 330 florins d'or d'Aragó. A 11 de maig següent, mestre Jordi de Déu, escultor de Barcelona, es comprometia treballar per 150 florins, 50 capitells amb figures, 28 bases i 28 cornises, peces totes ben acabades com les que ja havia executat mestre Colí en la galeria de ponent.”

Notes inèdites sobre el monestir de Ripoll. Eduard Junyent

Ingredients:

150 grams de cigrons, 150 grams de lleties,
 150 grams de mongetes blanques, 150 grams de bacallà,
 100 grams d'arròs, 2 ous cuits,
 1/2 ceba, 2 grans d'all,
 julivert, pebre, oli, sal.

Preparació:

Les mongetes i els cigrons s'han de remullar des de la nit anterior. En una cassola gran es couen les mongetes cobertes amb aigua calenta, a més dels cigrons, les lleties i una branqueta de julivert picat.

Mentrestant, es rosteix el bacallà a la planxa, se li treuen després la pell i les espines i s'esmicola. Quan els llegums estiguin tendres, s'afegeixen el bacallà i un sofregit preparat amb els alls i la ceba picats molt menuts.

Quan arrenqui el bull, s'agreguen l'arròs, una mica de pebre i es rectifica el punt de sal. Es barregen bé tots els ingredients i es couen fins que estiguin al punt. abans de servir, es deixa reposar el potatge uns minuts i s'adorna amb els ous cuits picats.

(La cuina dels convents)

Potaje de legumbres y bacalao

"A 9 de febrero de 1390, por contrato con maestro Pedro Gregori, cantero de Perpiñán, este se obligaba llevar 56 columnas de la mejor piedra de Vilafranca del Conflent, trabajarlas y pulirlas por el precio de 330 florines de oro de Aragón. A 11 de mayo siguiente, maestro Jordi de Déu, escultor de Barcelona, se comprometía trabajar por 150 florines, 50 capiteles con figuras, 28 bases y 28 cornisas, piezas todas bien acabadas como las que ya había ejecutado maestro Colí en la galería de poniente".

Notas inéditas sobre el monasterio de Ripoll. Eduard Junyent

Ingredientes:

150 gramos de garbanzos, 150 gramos de lentejas,
150 gramos de alubias blancas, 150 gramos de bacalao,
100 gramos de arroz, 2 huevos cocidos,
1/2 cebolla, 2 dientes de ajo,
perejil, pimienta, aceite, sal.

Preparación:

Las alubias y los garbanzos deben remojarse desde la noche anterior. En una cazuela grande se cuecen las alubias cubiertas con agua caliente, además de los garbanzos, las lentejas y una ramita de perejil picado.

Entretanto, se asa el bacalao a la plancha, se le quitan después la piel y las espinas y se desmenuza. Cuando las legumbres estén tiernas, se añaden el bacalao y un sofrito preparado con los ajos y la cebolla picados muy menudos.

Cuando rompa el hervor, se agregan el arroz, un poco de pimienta y se rectifica el punto de sal. Se mezclan bien todos los ingredientes y se cuecen hasta que estén en su punto. Antes de servir, se deja reposar el potaje unos minutos y se adorna con los huevos cocidos picados.

(La cocina de los conventos)

Ossos de Sant

Els artistes-artesans medievals van imaginar i representar l'Infern com un lloc heterogeni embolicat en flames amb condemnats en diverses posicions, com un pou abissal ctònic i insondable, com un espai compartimentat per a les diverses tortures; però, en els primers decennis del segle XI els monjos anglosaxons van optar per representar-ho com una boca bestial devoradora.

L'adopció de la forma d'un morro bestial obert de bat a bat seriosa fruit, segons una tesi inèdita de Joyce Ruth Manheimer Galpern (1977), de la "conjuntura de la reforma monàstica a les acaballes del s.X i de les invasions daneses d'Anglaterra" que va conduir a la recerca "d'una iconografia de l'infern que pogués ser intel·ligible tant per pagans coma per cristians" (Sheingorn 1992: 7). De fet, la primera figuració zoomòrfica de l'infern amb la cèlebre boca oberta de Leviatan, sembla que es documenta en la Angello-maquia del còdex irlandès Caedmon (s. X).

Els ossos de sant són tradicionals el mes de novembre, quan se celebren la festivitat de Tots Sants i el dia de Difunts. Es preparen en canyes o en motlles arrissats.

Ingredients:

300 grams d'ametlla mòlta, sucre, pell de llimona, sucre glacé, dolç de rovell, dolç de pruna, etc.

Preparació:

En un pot es couen quatre cullerades de sucre, mig got d'aigua i la pell de llimona fins aconseguir un almívar a punt de fil fort. Un cop aconseguit aquest punt, s'hi afegeix l'ametlla remenant fins unir-lo tot bé.

A continuació, es retira el cassó del foc deixant refredar la mescla. Ja freda, es posa la massa sobre una superfície llisa, empolvorada amb sucre glacé, i es ruixa també la massa amb sucre, estenent-la amb el rotllo pastisser fins deixar-la del gruix d'una moneda.

Es tallen llavors quadrats de cinc centímetres aproximadament i s'enrotllen en unes canyes o palets estrenyent les vores perquè quedin enganxats. Després, es retira el palet amb cura i es deixa assecar una mica, abans de procedir a omplir-los amb el dolç de rovell o de pruna, crema de coco o qualsevol altre ingredient desitjat.

Finalment, es prepara un almívar espès remenant amb una cullera de fusta fins que comenci a blanquejar, es banyen els ossos amb aquest xarop i s'escorren. Es serveixen un cop freds i secs i es poden conservar bé durant diversos dies.

(La cuina dels convents)

Huesos de Santo

Los artistas-artesanos medievales imaginaron y representaron el Infierno como un lugar heterogéneo envuelto en llamas con condenados en diversas posiciones, como un pozo abisal ctónico e insondable, como un espacio compartimentado para las diversas torturas; sin embargo, en los primeros decenios del siglo XI los monjes anglosajones optaron por representarlo como una boca bestial devoradora.

La adopción de la forma de un morro bestial abierto de par en par sería fruto, según una tesis inédita de Joyce Ruth Manheimer Galpern (1977), de la “coyuntura de la reforma monástica en las postrimerias del s.X y de las invasiones danesas de Inglaterra” que condujo a la búsqueda “de una iconografía del infierno que pudiera ser inteligible tanto por paganos como por cristianos” (Sheingorn 1992: 7). De hecho, la primera figuración zoomórfica del infierno con la célebre boca abierta de Leviatán, parece que se documenta en la Angelomaquia del código irlandés Caedmon (s. X).

Los huesos de santo son tradicionales en el mes de noviembre, cuando se celebran la festividad de Todos los Santos y el día de Difuntos. Se preparan en cañas o en moldes rizados.

Ingredientes:

300 gramos de almendra molida, azúcar, corteza de limón, azúcar glas, baño o dulce de yema, dulce de ciruela, etc.

Preparación:

En un cazo se cuecen cuatro cucharadas de azúcar, medio vaso de agua y la corteza de limón hasta lograr un almíbar a punto de hebra fuerte. Una vez conseguido este punto, se añade la almendra revolviendo hasta unirlo todo bien.

A continuación, se retira el cazo del fuego dejando enfriar la mezcla. Ya fría, se pone la masa sobre una superficie lisa, espolvoreada con azúcar glas, y se rocía también la masa con azúcar, extendiéndola con el rollo pastelero hasta dejarla del espesor del canto de una moneda grande.

Se cortan entonces cuadrados de cinco centímetros aproximadamente y se enrollan en unas cañas o palitos apretando los bordes para que queden pegados. Después, se retira el palito con cuidado y se deja secar un poco, antes de proceder a rellenarlos con el dulce de yema o de ciruela, crema de coco o cualquier otro ingrediente deseado.

Por último, se prepara un almíbar espeso removiendo con una cuchara de madera hasta que comience a blanquear; se bañan los huesos con este jarabe y se escurren. Se sirven una vez fríos y secos y pueden conservarse bien durante varios días.

(La cocina de los conventos)

Remojón granadino

És un dels plats més típics de la cuina de Granada, amanida de taronja i bacallà de clara procedència àrab.

Ingredients:

taronges
 bacallà dessalat al punt de sal
 cebetes
 ous durs
 olives negres
 oli d'oliva verge extra

Elaboració:

Pelem i tallem la taronja
 Afegim la ceba tendra picada
 Si el bacallà està salat, es dessala i es rosteix lleugerament. Hi ha llocs on el bacallà el posen sense dessalar, simplement esqueixat molt fi. En altres dessalat i, fins i tot, passat per la planxa encara que després es deixi refredar.
 Afegim l'ou dur
 Les olives negres sense os i amanim amb oli d'oliva.

(Receptari andalusí)

Remojón granadino

Es uno de los platos más típicos de la cocina de Granada, el remojón de naranja y bacalao de clara procedencia árabe.

Ingredientes:

naranjas
 bacalao desalado en su punto de sal
 cebolletas
 huevos duros
 aceitunas negras
 aceite de oliva virgen extra

Elaboración:

Pelamos y cortamos la naranja
 Añadimos la cebolleta picada
 Si el bacalao está salado, se desala y se asa ligeramente. Hay lugares donde el bacalao lo ponen sin desalar, simplemente desmigado muy fino. En otros esta desalado e, incluso, pasado por la plancha aunque luego se deje enfriar.
 Agregamos el huevo duro....
 Las aceitunas negras sin hueso y aliñamos con aceite de oliva.

(Recetario andalusí)

Old Fashioned

Sigui quin sigui l'origen de la paraula, els combinats existeixen des de l'antiguitat. El primer còctel documentat data del segle XVI, i algunes de les receptes més clàssiques es preparen des de fa moltíssim de temps, exemple d'això és el còctel "Old fashioned", un combinat de bourbon que va aparèixer a la fi del segle XVIII. L'Old Fashioned és un còctel a base de whiskey rye (de sègol) o bourbon (de blat de moro).

El vell llibre del Bar Waldorf-Astoria de 1931 li dóna el crèdit de la seva invenció, o almenys la seva inspiració, al Coronel James Pepper, propietari del old 1776 whiskey. El coronel era membre del club on per primera vegada es va preparar la barreja.

Recepta:

- 4 parts de whisky rye, bourbon, o blended.
- 1 terròs o una cullerada sopera al ras de sucre.
- 2 gotes d'amarg (bíteres) d'Angostura.
- 1 toc d'aigua o soda.
- 1 rodanxa de taronja.
- 1 pela de llimona.

Preparació:

Posar el sucre en el fons d'un got baix, afegir-hi l'amarg d'Angostura i l'aigua. Barrejar fins que es dissolgui el sucre. Amb aquest almívar pintar tot el got. Afegir la rodanxa de taronja estrenyent-la una mica per deixar anar una mica de suc. Afegir 2 glaçons de gel, servir el whisky i remenar. Acabar amb una espiral de llimona (opcional) i una cirereta al Maraschino.

Alguns ho prefereixen només amb l'espiral de llimona o sense les cireres o amb una mica de soda al final però això és gust del consumidor.

(The Old Waldorf Astoria Bar Book)

Old Fashioned

Sea cual sea el origen de la palabra, los combinados existen desde la antigüedad. El primer coctel documentado data del siglo XVI, y algunas de las recetas más clásicas se prepararan desde hace muchísimo tiempo, ejemplo de ello es el coctel “Old fashioned”, un combinado de bourbon que apareció a finales del siglo XVIII. El Old Fashioned es un cóctel a base de whiskey rye (de centeno) o bourbon (de maíz). El viejo libro del Bar Waldorf-Astoria de 1931 le da el crédito de su invención, o al menos su inspiración, al Coronel James Pepper, propietario del old 1776 whiskey. El coronel era miembro del club donde por primera vez se preparó la mezcla.

Receta:

- 4 partes de whisky rye, bourbon, o blended.
- 1 terrón o una cucharada sopera al ras de azúcar.
- 2 gotas de amargo (bíteres) de Angostura.
- 1 golpe de agua o soda.
- 1 rodaja de naranja.
- 1 cáscara de limón.

Preparación:

Poner el azúcar en el fondo de un vaso bajo, añadir el amargo de Angostura y agua. Mezclar hasta que se disuelva el azúcar. Con este almíbar pintar todo el vaso. Añadir la rodaja de naranja apretándola un poco para soltar algo de jugo. Añadir dos cubitos de hielo, servir el whisky y remover. Terminar con una espiral de limón (opcional) y 1 guinda al maraschino. Algunos lo prefieren solo con la espiral de limón o sin las cerezas o con un poco de soda al final pero eso es gusto del consumidor.

(The Old Waldorf Astoria Bar Book)

Guatlles amb raïm

Ingredients per a 1 guatlla

1 guatlla per persona, salada i amarada amb suc de taronja o de llimona amb el fetge i el pedrer posats a dins i ben lligada.

Per a cada guatlla:

1 bona ceba blanca

2 pastanagues

1 blanc de porro

1/2 dl d'oli d'oliva

2 cullerades soperes d'aiguardent

sal i pebre

1 brot de raïm de grans grossos i verds, pelats. Cal deixar-ne un grapat sencer per a cadascú a la nevera

30 g de mantega fina

2 cullerades soperes de mel de flors de muntanya

2 llesques de pa integral

Preparació:

Coccio: 5 min + 20-25 min.

Aquest procediment culinari es considera típic de Catalunya (segons Martino)

Col·loqueu les guatlles en una sola capa dins una cocota untada amb oli. Deixeu que es daurin de tots dos costats durant 5 minuts amb el recipient destapat.

Flamegeu-les amb l'aiguardent i afegiu-hi els llegums trinxats. Poseu aigua a la tapadora i deixeu-ho coure durant 15-20 minuts a foc molt baix.

Traieu els llegums i feu-ne un puré fi, que mantindreu calent.

Dins una paella, escalfeu ràpidament els grans de raïm pelats amb la mantega.

Feu torrades de pa integral, 2 o 3 per persona. Poseu-les ben embolicades, dins un cistellet. Porteu-les a taula.

Poseu també a taula un petit pot amb mantega i un altre amb mel de flors de muntanya.

Al moment de servir, traieu les guatlles de la cocota i poseu-les mig de la plata calenta.

Aboqueu al voltant el puré calent i els grans de raïm amb el seu suc.

Serviu al mateix temps uns grapats de raïm fresc dins una copa de vidre amb gel. Heu de posar una copeta al costat de cada plat: així, cadascú pot fer la seva mescla: la guatlla amb el seu guarniment calent i torrades de pa calentes amb mantega i mel. Es menja tot picant uns grans de raïm gelat.

Una altra manera podria ser escabetxar les guatlles i fer-ne una amanida amb escarola, pastanaga ratllada, porro tallat jardineria i tomàquets a dauets molt petits, barrejant-ho amb raïm i pinyons.

(Google books. Cuina medieval catalana: història, dietètica i cuina. Cossetània Edicions)

Codornices con uvas

Ingredientes para 1 codorniz

1 codorniz por persona, salada y empapada con jugo de naranja o de limón con el hígado y la molleja puestos dentro y bien atada.

Para cada codorniz:

1 cebolla blanca grande

2 zanahorias

1 blanco de puerro

1/2 dl de aceite de oliva

2 cucharadas soperas de aguardiente

sal y pimienta

1 racimo de uva de granos grandes y verdes, pelados. Hay que dejar un puñado entero para cada uno en la nevera

30 g de mantequilla fina

2 cucharadas soperas de miel de flores de montaña

2 rebanadas de pan integral

Preparación:

Cocción: 5 min + 20-25 min.

Este procedimiento culinario se considera típico de Cataluña (según Martino)

Coloque las codornices en una sola capa en una cazuela untada con aceite. Deje que se doren de ambos lados durante 5 minutos con el recipiente destapado.

Flambee con el aguardiente y añadir las legumbres picadas. Poner agua en la tapadera y dejar cocer durante 15-20 minutos a fuego muy bajo.

Retire las legumbres y haga un puré fino, que mantendrá caliente.

Dentro una sartén, calentar rápidamente los granos de uva pelados con la mantequilla.

Hacer tostadas de pan integral, 2 o 3 por persona. Ponerlas bien envueltas, en un cestillo. Llévalo a la mesa.

Poner también en la mesa un pequeño pocillo con mantequilla y otro con miel de flores de montaña.

Al momento de servir, retirar las codornices de la cazuela y ponerlas en medio de la bandeja caliente. Verter alrededor el puré caliente y los granos de uva con su jugo.

Servir al mismo tiempo unos puñados de uva frescas en una copa de cristal con hielo.

Debe ponerse una copita al lado de cada plato: así, cada uno puede hacer su mezcla: la codorniz con su aderezo caliente y tostadas de pan calientes con mantequilla y miel.

Se come todo picando unos granos de uva helado.

Otra manera de casar las codornices con las uvas pasaría por escabechar las codornices y hacer una ensalada con escarola, zanahoria rallada, puerro cortado jardinera y tomates en daditos muy pequeños, mezclándolo con uva y piñones

(Google books. Cocina medieval catalana: historia, dietética y cocina. Cossetània Edicions)

Almadroch d'albergínies

De receptes d'almadroch ja se'n troben en el llibre de Sent Soví (segle XIV)

ALMADROCH, (*f. cxxvj-c*) s. m. (art. árab. *al* y lat. *moretum*) el almodrote, salsa mezclada de queso rallado y ajos juntamente majados y calados después en agua tibia. Más adelante (*f. cxxviii-b*) se halla otra receta de almodrote calado en leche de almendras en vez de agua tibia. En ambas se advierte que todo sea *ben picat*, esto es, majado o machacado en debida forma y en manera alguna meneado, a fin de évitár la licuación de la salsa.

ALMADROCH :

Almadroch: ages formatge * rellat e picat ab .ij. o .iij. [c] graus d'all e pica ho fortment; com sera ben picat destenpra ho ab aygua tebea, e, com exetaras, no mens lo boix entorn, com encontinent se desligrira, mas tant solament picant e deu esser de bona guisa espes.

Ingredients:

2 albergínies
 2 cebes grans
 200 grs de formatge de cabra
 Una galeta (neula) pa sense llevat, o molla de pa girat
 oli, sal, llimona i comí

Aquest plat es fa amb graelles o directament dins les brases però sempre amb foc de llenya perquè es fumin una mica les albergínies. S'han de fer lentament fins que quedin ben tovetes, és pelen i es tallen a tires. Es fa el mateix amb les cebes i en una safata de terrissa es posen conjuntament.

Si afegeix el pa sense llevat i el formatge engrunat, amanir amb oli d'oliva cru, sal, llimona i comí.

La recepta ens recorda molt, potser tret del formatge, l'actual escalivada.

Es molt típic servir-lo en la festa jueva de Pesaj.

(Llibre de Sent Soví)

Almodrote de berenjenas

Las recetas de almodrote ya se encuentran en el libro de Sent Soví (siglo XIV)

ALMADROCH, (*f. cxxvj-c*) s. m. (art. árab. *al* y lat. *moretum*) el almodrote, salsa mezclada de queso rallado y ajos juntamente majados y calados después en agua tibia. Más adelante (*f. cxxviii-b*) se halla otra receta de almodrote calado en leche de almendras en vez de agua tibia. En ambas se advierte que todo sea *ben picat*, esto es, majado o machacado en debida forma y en manera alguna meneado, a fin de evitar la licuación de la salsa.

ALMADROCH :

Almadroch : ages formatge * rellat e picat ab .ij. o .iij. [c] graus d all e pica ho fortment ; com sera ben picat destenpra ho ab aygua tebea, e, com exetaras, no mens lo boix entorn, com encontinent se desligrira, mas tant solament picant e deu esser de bona guisa espes.

Ingredientes:

2 berenjenas
 2 cebollas grandes
 200 grs de queso de cabra
 Una oblea de pan ácimo, o miga de pan de pan candeal
 aceite, sal, limón y comino

Este plato se debe hacer en la parrilla o dentro de las brasas pero siempre con fuego de leña para que se ahumen un poco las berenjenas. Deben hacerse lentamente hasta que queden bien blanditas. Se pelan y se cortan en tiras. Se hace lo mismo con las cebollas y se ponen conjuntamente en un recipiente de barro.

Se añade el pan ácimo y el queso desmigado, se aliña con aceite de oliva crudo, sal, limón y comino.

La receta nos recuerda mucho, a parte del uso del queso, a la actual “escalivada”.

Es muy típico servirlo en la fiesta judía de Pesaj.

(Libro de Sent Soví)

Almadroch (moretum) d'albergínies

Una versió del Almadroch (moretum) d'albergínies procedent d'un receptari Marroquí

Ingredients:

albergínies
 una ceba
 alls
 un ou cuit
 coriandre i menta fresca
 oli d'oliva, sal i pebre
 formatge de cabra semi-curat

Començarem rostint l'albergínia, prèviament, haurem reservat un cilindre de la mateixa, buidem i també rostim. Fem el almadroch, picant al morter un parell d'alls, l'ou picat, la menta i el coriandre, lliguem amb l'oli, com si féssim una maionesa, afegim el formatge prèviament ratllat.

Un cop rostides les albergínies, piquem a ganivet sense pelar, barregem amb la salsa del almadroch, salpebrem, omplim el cilindre que havíem reservat de l'albergínia, cobrim amb formatge ratllat i gratinem. Acompanyem amb unes olives negres i unes coques de pa àzim.

El pa sense llevat (àzim)

El pa àzim, és el pa més antic que es coneix i el més consumit per la humanitat. No és més que un pa sense llevat i sense fermentació. És el pa per excel·lència de la cuina jueva. També conegut com Matzá i és elaborat única i exclusivament, amb farina integral i aigua, de forma rodona o quadrada. Present imperiosament al Pésaj (Pasqua jueva).

Segons els estatuts que Déu va manar a Israel, en posseir la terra promesa, hi havia el celebrar la festivitat dels pans sense llevat. Aquesta festivitat, que és de set dies, començant el dia 15 del primer mes d'Israel, just després de celebrar la Pasqua, en què el plat principal era menjar l'anyell, amb pa àzim i amanides amargues.

Per elaborar el Matzá, només es poden utilitzar els grans de blat, ordi, espelta, sègol i civada i no poden haver estat utilitzats en qualsevol altra recepta durant la Pasqua.

(Almadroch - moretum - d'albergínies)

Almodrote (moretum) de berenjenas

Una versió del Almodrote (moretum) de berenjenas procedente de un recetario Marroquí

Ingredientes:

berenjenas
 una cebolla
 ajos
 un huevo cocido
 cilantro y menta fresca
 aceite de oliva, sal y pimienta
 queso de cabra semicurado

Empezaremos asando la berenjena, previamente, habremos reservado un cilindro de la misma, vaciamos y también asamos. Hacemos el almodrote, machacando en el mortero un par de ajos, el huevo picado, la menta y el cilantro, ligamos con el aceite, como si hiciésemos una mayonesa, añadimos el queso previamente rallado.

Una vez asadas las berenjenas, picamos a cuchillo sin pelar, mezclamos con la salsa del almodrote, salpimentamos, rellenamos el cilindro que habíamos reservado de la berenjena, cubrimos con queso rallado y gratinamos. Acompañamos con unas aceitunas negras y unas tortas de pan ácimo.

El pan ácimo, es el pan más antiguo que se conoce y el más consumido por la humanidad.

No es más que un pan sin levadura y sin fermentación. Es el pan por excelencia de la cocina judía. También conocido como Matzá y es elaborado única y exclusivamente, con harina integral y agua, de forma redonda o cuadrada. Presente imperiosamente en el Pésaj (Pascua judía).

Según los estatutos que Dios mandó a Israel, al poseer la tierra prometida, estaba el celebrar la festividad de los panes sin levadura. Esta festividad, que es de siete días, empezando el día 15 del primer mes de Israel, justo después de celebrar la Pascua, en la que el plato principal era comer el cordero, con pan ácimo y ensaladas amargas.

Para elaborar el Matzá, solo se pueden utilizar los granos de trigo, cebada, espelta, centeno y avena y no pueden haber sido utilizados en cualquier otra receta durante la Pascua.

(Almodrote - moteum - de berenjenas)

“Letuario” de codony

Notes de Sr. D. Tomàs Raguer sobre el llibre de Carles Rahola “Els jueus a Catalunya”, fragment del capítol VII Emplaçament de la jueria Gironina:

“La jueria gironina mereix, per la seva importància i renom capítol apart.

Sembla que la primera notícia que s'en coneix era un document de l'any 983, que es conservaria a l'arxiu de Ripoll, del qual s'inferia que el comte beneficiari de Besalú havia adquirit dels jueus l'al·lodi anomenat judaiquer, del comtat de Besalú i establerts els dits hebreus a Girona”.

La planta del codony procedeix de l'Orient Mitjà, creix sense problemes en el clima mediterrani i el seu fruit és una excel·lent font de vitamines, fibra i minerals però, ja que la seva ingesta va acompanyada de molt de sucre, cal prendre-la amb moderació. Combina molt bé amb formatge i fruits secs.

En la gastronomia sefardí, el codony o bimbrio és molt popular, i es creu que va ser incorporat a la tradició per la influència àrab.

Ingredients:

1 kg de codonys
 800 grs. sucre
 10 claus comestibles
 5 branquetes de canyella
 Aigua

Preparació:

Rentar i assecar els codonys. Pelar-los i tallar a grills. Posar part de les pells en una gasa i fer-ne un farcellet.

En una cassola posar els grills de codony i el farcellet. Cobrir amb aigua arran dels grills. Afegir el sucre, els claus i la canyella en branca.

Tapar i coure a foc moderat. Quan estiguin tendres, destapar i coure a foc molt lent fins que s'espesseixi l'almívar i prengui un color vi.

(Memòria de Sefarad)

Letuario de membrillo

Notas de Sr. D. Tomás Raguer sobre el libro de Carles Rahola "Los judíos en Cataluña", fragmento del capítulo VII Emplazamiento de la judería de Girona:

"La judería gerundense merece, por su importancia y renombre capítulo aparte. Parece que la primera noticia que se conoce era un documento del año 983, que se conservaría en el archivo de Ripoll, del cual se infería que el conde beneficiario de Besalú había adquirido a los judíos el alodio llamado judaiquer, del condado de Besalú y establecido dichos hebreos en Gerona".

La planta del membrillo procede de Oriente Medio, crece sin problemas en el clima mediterráneo y su fruto es una excelente fuente de vitaminas, fibra y minerales pero, ya que su ingesta va acompañada de mucho de azúcar, hay que tomarla con moderación. Combina muy bien con queso y frutos secos.

En la gastronomía sefardí, el membrillo o bimbrio es muy popular, y se cree que fue incorporado a la tradición por la influencia árabe.

Ingredientes:

1 kg de membrillos
 800 grs. azúcar
 10 clavos comestibles
 5 ramitas de canela
 Agua

Preparación :

Lavar y secar los membrillos. Pelarlos y cortar en gajos. Poner parte de las pieles en una gasa y hacer un atillo.
 En una cacerola colocar los gajos de membrillo y el atillo. Cubrir con agua a ras de los gajos. Agregar el azúcar, los clavos y la canela en rama.
 Tapar y cocer a fuego moderado. Cuando estén tiernos, destapar y cocer a fuego muy lento hasta que se espese el almíbar y tome un color vino.

(Memoria de Sefarad)

Bescuit de nous

A la ciutat de Manresa es documentà el primer jueu cap a l'any 1274. De fet és durant la segona meitat del segle XIII, quan els jueus, dits "catalans", apareixen en la documentació i per tant podem afirmar amb rigor històric la seva presència real al nostre país. Per exemple a Vilafranca del Penedès i Tarragona la presència de jueus comença l'any 1257; a Puigcerdà, el 1260; a Cervera i Montblanc, el 1261; a Balaguer, el 1263; a Vic, el 1266; a Santa Coloma de Queralt, el 1272 i a Camprodon i Agramunt el 1273. L'aljama de la ciutat de Manresa –segons l'historiador Albert Benet– es formà per la immigració de jueus d'altres comunitats de Catalunya, i s'ha documentat que vingueren de Barcelona, Berga, Cardona, Granollers, Vic, Ripoll, Vilafranca, Camprodon, Besalú o, fins i tot, de Montpeller, que en aquells anys formava part del patrimoni comtal del rei Jaume I. (Jueus a Manresa. Joaquim Sarret i Arbós).

Ingredients:

7 ous
 250 grs. de nous
 50 grs. de fècula de patata
 175 grs. de sucre
 1 culleradeta de canyella mòlta
 unes gotes de vainilla

Preparació - Elaboració:

Batre els rovells amb el sucre.
 Afegir les nous mòltes i la fècula de patata.
 Batre les clares a punt de neu amb tres cullerades de sucre i incorporar suaument a la barreja.
 Greixar un motlle, fer la massa i coure al forn a 170 °

(Reposteria recetari sefardí)

Bizcocho de nueces

En la ciudad de Manresa se documentó el primer judío hacia el año 1274. De hecho es durante la segunda mitad del siglo XIII, cuando los judíos, dados "catalanes", aparecen en la documentación y por lo tanto podemos afirmar con rigor histórico la su presencia real en nuestro país. Por ejemplo en Vilafranca del Penedès y Tarragona la presencia de judíos comienza en 1257; en Puigcerdà, en 1260; Cervera y Montblanc, en 1261; en Balaguer, en 1263; en Vic, en 1266; en Santa Coloma de Queralt, en 1272 y en Camprodon y Agramunt el 1273. La aljama de la ciudad de Manresa -según el historiador Albert Benet- se formó por la inmigración de judíos de otras comunidades de Cataluña, y se ha documentado que vinieron de Barcelona, Berga, Cardona, Granollers, Vic, Ripoll, Vilafranca, Camprodon, Besalú, o incluso, de Montpellier, que en aquellos años formaba parte del patrimonio condal del rey Jaume I. (Jueus a Manresa. Joaquim Sarret i Arbós).

Ingredientes:

7 huevos
 250 grs. de nueces
 50 grs. de fécula de patata
 175 grs. de azúcar
 1 cucharadita de canela molida
 unas gotas de vainilla

Preparación - Elaboración:

Batir las yemas con el azúcar.
 Agregar las nueces molidas y la fécula de patata.
 Batir las claras a punto de nieve con tres cucharadas de azúcar e incorporarlas suavemente a la mezcla.
 Engrasar un molde, echar la masa y hornear a 170°

(Reposteria recetario sefardí)

Pollastre rostit amb figues

La Jurisdicció Civil de l'abat del monestir de Santa Maria de Ripoll era molt discutida i disputada per bona part de ripollesos. Els abats a partir del segle XIII es trobaren sovint obligats a defensar les seves prerrogatives civils. Els homes de Ripoll aprofitaven qualsevol esdeveniment que els fes possible aconseguir la desitjada constitució de consolat o municipi. Fou una aspiració mantinguda apassionadament en el transcurs de sis centúries. Va ser assolida diverses vegades, però, esporàdicament i en general de poca durada. (La lluita secular dels homes de Ripoll per aconseguir Consolat o Municipi. Un aspecte de la jurisdicció civil de l'Abat del Monestir. Eudald Graells.)

Aquesta una recepta medieval amb pollastre encara es manté en vigència, és el pollastre rostit amb figues, i ho farem de la següent manera.

Ingredients:

dues cebes
 un pollastre sencer
 sucre morè
 pebre
 sal
 romaní
 15 figues madures

Es fa una salmorra prenent 300 grams de sal i 3 litres d'aigua i es remena, se submergeix el pollastre sencer en aquesta salmorra fins l'endemà. Això ho deixa tendre i saborós. S'omple el pollastre amb les figues, trossos de ceba i romaní, es col·loca en una safata i s'envolta amb i figues i ceba a trossos, se li col·loca pebre empolvorada i sucre bru, es fica el pollastre al forn i s'enforna uns 50' a 200 ° fins que quedi ben cuit i daurat, el podem anar ruixant amb el seu propi suc de tant en tant. Una vegada al punt es treu i se serveix amb les figues ja rostides.

(Receptes medievals)

Pollo asado con higos

La Jurisdicción Civil del abad del monasterio de Santa María de Ripoll era muy discutida y disputada por buena parte de ripolleses. Los abades a partir del siglo XIII se encontraron a menudo obligados a defender sus prerrogativas civiles. Los hombres de Ripoll aprovechaban cualquier evento que les hiciera posible conseguir la deseada constitución de consulado o municipio. Fue una aspiración mantenida apasionadamente en el transcurso de seis centurias. Fue alcanzada varias veces, pero, esporádicamente y en general de poca duración. (La lluita secular dels homes de Ripoll per aconseguir Consolat o Municipi. Un aspecte de la jurisdicció civil de l'Abat del Monestir. Eudald Graells.)

Esta receta medieval con pollo aún se mantiene en vigencia, es el pollo asado con higos, y para esto lo haremos de la siguiente manera.

Ingredientes:

dos cebollas
 un pollo entero
 azúcar moreno
 pimienta
 sal
 romero
 15 higos maduros

Se hace una salmuera tomando 300 grs de sal y 3 litros de agua y se revuelve, se sumerge el pollo entero en esta salmuera hasta el otro día y comenzamos la preparación. Esto lo dejara tierno y sabroso. Se rellena el pollo con los higos, trozos de cebolla y romero, se coloca en una bandeja y se rodea con higos y cebolla en trozos, se le coloca pimienta espolvoreada y azúcar moreno, se lleva el pollo al horno y se hornea unos 50 min a 200° hasta que este quede bien cocido y dorado, lo podemos ir rociando con su propio jugo en ocasiones, se saca y se sirve en presas con los higos ya asados.

(Recetas medievales)

Sopa de pollastre i canyella

A finals segle XIII rebrota novament el conflicte entre la població i el monestir, i en aquest cas s'obtingué per primera vegada la constitució d'un municipi consular, encara que el seu funcionament degué ésser molt efímer, ja que l'any 1297 fou concertada una transacció entre l'abat i els habitants, per la qual aquests renunciaven - podem suposar que sota coaccions diverses- a l'elecció de cònsols. Malgrat que les notícies sobre aquests esdeveniments siguin escasses les repercussions a la població degueren ésser importants, ja que el seu record perdura en el temps en forma d'una celebració tradicional, coneguda com la festa del Gall de Santa Caterina. En el seu transcurs, i durant segles, el poble matava un gall a bastonades, essent el gall el símbol abacial (derivat de l'etimologia popular de Rivi-pullo), i amb aquesta matança es representava la lluita contra l'opressió del monestir sobre la població. Un cerimonial de característiques semblants fou executat igualment en el cas d'Olot l'any 1400 per simbolitzar també l'alliberament de la vila del domini de l'abat de Ripoll, per privilegi de Martí l'Humà. En aquest cas es construïren dos castells de fusta al·lusius a la jurisdicció de l'abat, els quals foren enderrocats solemnement a cops de destal en presència del procurador reial i dels habitants de la població. (Aproximació a l'estudi del domini baronal del Monestir de Ripoll (1266-1719) per Josep M. Torras i Ribé" dins el marc del Primer Congrés d'Història Moderna de Catalunya 1984.)

Per a aquesta altra recepta medieval necessitarem el següent:

Ingredients:

quatre cuixes de pollastre
gingebre
claus d'olor
vi negre
pebre
canyella en branca
sal
ametlles pelades
greix de porc

Primer vam prendre una cassola amb aigua, li posem les cuixes de pollastre i el vi negre, es condimenta amb sal i pebre, i ho fem bullir durant 45 min, després retirem el pollastre i es guarda tot. Agafem una altra cassola i l'escalfem amb el greix de porc, fins que es fongui per complet, després anem a prendre les cuixes de pollastre i els fregim en el greix de porc fins que es daurin completament vam dues tasses del brou que vam fer en primera instància, col·loquem branques de canyella, gingebre i claus d'olor al gust, molem les ametlles en un morter i es col·loca, es deixa bullir i que espesseixi i a gaudir aquesta sopa de pollastre amb canyella.

(Receptes medievals)

Sopa de pollo y canela

A finales siglo XIII rebrota nuevamente el conflicto entre la población y el monasterio, y en este caso se obtuvo por primera vez la constitución de un municipio consular, aunque su funcionamiento debió ser muy efímero, ya que en 1297 fue concertada una transacción entre el abad y los habitantes, por lo que estos renunciaban - podemos suponer que bajo coacciones diversas- la elección de cónsules. A pesar de que las noticias sobre estos eventos sean escasas las repercusiones en la población debieron ser importantes, ya que su recuerdo perdura en el tiempo en forma de una celebración tradicional, conocida como la fiesta del Gallo de Santa Caterina. En su transcurso, y durante siglos, el pueblo mataba un gallo a palos, siendo el gallo el símbolo abacial (derivado de la etimología popular de Rivi-pullo), y con esta matanza se representaba la lucha contra la opresión del monasterio sobre la población. Un ceremonial de características similares fue ejecutado igualmente en el caso de Olot en 1400 para simbolizar también la liberación de la ciudad del dominio del abad de Ripoll, por privilegio de Martín el Humano. En este caso se construyeron dos castillos de madera alusivos a la jurisdicción del abad, que fueron derribados solemnemente a hachazos en presencia del procurador real y de los habitantes de la población. (Aproximació a l'estudi del domini baronal del Monestir de Ripoll (1266-1719) per Josep M. Torras i Ribé" dins el marc del Primer Congrés d'Història Moderna de Catalunya 1984.)

Para esta otra receta medieval vamos a necesitar lo siguiente:

Ingredientes:

cuatro muslos de pollo

jengibre

clavos de olor

vino tinto

pimienta

canela en rama

sal

Aamendras peladas

grasa de cerdo

Primero tomamos una cacerola con agua, le ponemos los muslos de pollo y el vino tinto, se condimenta con sal y pimienta, y lo hervimos durante 45 min, luego retiramos el pollo y se guarda todo. Cogemos otra cacerola y la calentamos con la grasa de cerdo, hasta que se derrita por completo, luego vamos a tomar los muslos de pollo y los freímos en la grasa de cerdo hasta que se doren completamente, agregamos dos tazas del caldo que hicimos en primera instancia, colocamos ramas de canela, jengibre y clavos de olor al gusto, molemos las almendras en un mortero y se coloca, se deja hervir y que espese y a disfrutar esta sopa de pollo con canela.

(Recetas medievales)

“Platillo” amb codonys

En els primers decennis del segle XVII les dissensions entre els habitants i el monestir entraren en una fase de forta conflictivitat, amb l'execució d'accions d'intimidació i de represàlia per part de l'abat contra els seus detractors a la població. Concretament sovintegen els testimonis sobre els actes delictius executats per l'abat Francesc de Pons contra els capdavanters de les reivindicacions dels veïns, i en aquestes actuacions hi podem advertir un transfons del clima de violència i d'inseguretat que ocasionava en aquelles contrades l'activitat de les quadrilles de bandolers. En aquest context l'abat Francesc de Pons fou acusat d'haver fet assassinar a Vicens Vazia, notari, i Lluís Vilallonga, així com d'haver ordenat l'execució de represàlies contra Francesc Laguna, al qual foren arrencats els arbres fruiters de les seves propietats, i la veu popular, de la qual es feia ressò l'acusació, assenyalava "que el dicho Abad era fautor de bandoleros. Aquest conjunt d'extra-limitacions i violències atribuïdes a l'abat portaren 165 veïns a incoar un plet perquè fos segrestada la jurisdicció del monestir, i la vila de Ripoll fou incorporada al domini reial, privilegi que ja havia estat obtingut anteriorment de mans d'Alfons el Magnànim l'any 1440. (Aproximació a l'estudi del domini baronal del Monestir de Ripoll (1266-1719) per Josep M. Torras i Ribé” dins el marc del Primer Congrés d'Història Moderna de Catalunya 1984.)

Recepte extreta de « Arte de cozina, padsteleria, vizcocheria, y confiteria. Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor» 1611

Aquests “platillos” podràs fer sense farcits; agafa un pollastre, o colomins a mig coure, i partint-los pel mig o a quarts, pose'ls en una cassola. Fregeix cansalada en daus ben menuts, fins que estigui ben fregida, aleshores tira-hi ceba ben picada i quant estigui fregida fes el mateix amb els codonys tallats a la juliana fins que els codonys estiguin tous. Quan estiguin s'han de tirar a sobre els pollastres o colomins de manera que quedin ben coberts. Assaona amb pebre, nou moscada , gingebre i canyella, afegiràs una mica de vi i de vinagre. De 170 a 200 grs de sucre i brou fins que cobreixi. Deixar bullir fins espesseir.

Servir sobre llesques de pa torrat, i acompanyo amb unes coquetes de Santa Teresa.

Platillo con membrillos

En los primeros decenios del siglo XVII las disensiones entre los habitantes y el monasterio entraron en una fase de fuerte conflictividad, con la ejecución de acciones de intimidación y de represalia por parte del abad contra sus detractores en la población. Concretamente abundan los testimonios sobre los actos delictivos ejecutados por el abad Francesc de Pons contra los líderes de las reivindicaciones de los vecinos, y en estas actuaciones podemos advertir un trasfondo del clima de violencia y de inseguridad que ocasionaba en aquellas tierras la actividad de las cuadrillas de bandoleros. En este contexto el abad Francesc de Pons fue acusado de haber hecho asesinar a Vicens Vazia, notario, y Lluís Villalonga, así como de haber ordenado la ejecución de represalias contra Francesc Laguna, al que fueron arrancados los árboles frutales de sus propiedades, y la voz popular, de la que se hacía eco la acusación, señalaba "que el dicho abad era fautor de bandoleros. Este conjunto de extralimitaciones y violencias atribuidas al abad llevaron 165 vecinos a incoar un pleito para que fuera secuestrada la jurisdicción del monasterio, y la villa de Ripoll fue incorporada al dominio real, privilegio que ya había sido obtenido anteriormente de manos de Alfonso el Magnánimo en 1440. (Aproximació a l'estudi del domini baronal del Monestir de Ripoll (1266-1719) per Josep M. Torras i Ribé" dins el marc del Primer Congrès d'Història Moderna de Catalunya 1984.)

Receta de « Arte de cozina, padsteleria, vizcocheria, y confiteria. Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor» 1611.

Estos platillos podras hazer sin rellenos; tomaras los pollos, o pichones a medio cozer, y partirlos has en medios, o en quartos, y assentarlos has en un cazillo, o caçuela, y freiras tozino en dados, que sea muy menudo, y esté bien frito. Luego echa cebolla picada muy menuda, y friela, y echaras membrillos cortados delgados, como quí corta cebolla larga, y echarlos has en la sarten con la cebolla, y el tozino y frielo hasta que los membrillos este blandos, y echalo todo en el cazillo, de manera q queden cubiertos los pollos, o pichones; luego sazonaras con pimiéta y nuez, y xengibre, y canela, y echaras un poco de vino, y un poquito de vinagre, y cosa de seis onças de açucar, y echarle has caldo hasta que se vañe por encima, y cueça hasta que se apure, que quede como conseruado. Sirvelo sobre revanadas de pan tostado, y componlo con algunas torrijas, o algunas ubres de ternera tostadas. No los saques con cuchar, sino con el mismo cazito lo puedes echar en el plato, porque quede de la misma manera que està en el cazito. Estos platillos no es bueno hazerse muchos juntos, porque no se andé cuchareando, sino cada plato de por si, en caçuelas, o en cazillos. En lugar de los pollos, echenle lenguas de vaca cocidas.

Cigrons dolços amb codonys

La lucha en tiempo de Roca Guinart se concentró en Ripoll. El modo de repartir las limosnas del monasterio fué el botafuego de los odios de una y otra parte.

En 1609 Roca Guinart libró á San Juan de las Abadesas à instancias del Arcipreste, de la influencia de los Cadells.

En 1611 defendió contra ellos el monasterio de Ripoll.

Los monjes de Ripoll obedeciendo á la Curia Romana daban la mitad de sus limosnas á unas monjas de Santa Clara. Los Ripollenses querían restaurar la iglesia parroquial y pretendian que el monasterio les ayudase. El monasterio hacía oídos de mercader á las quejas de los Ripollenses, y estos con el auxilio de los bandoleros Cadells capitaneados por Trucafort sitiaron el monasterio. Mas acudió Roca Guinart sigilosamente con los suyos, penetraron de noche en el monasterio por la parte posterior y al día siguiente se encontraron los Cadells con una resistencia seria. El monasterio quedaba vencedor, pero la lucha salvaje de pedreñales duró mas de un mes en las inmediaciones de la villa.

En 1613 por mediación del monje jerónimo Fr. Marcos de Perpiñán Roca Guinart, pasó al real servicio en Flandes.

El partido castellanista trabajaba por todos los medios en ahogar la vida política de Cataluña. (Nyerros i cadells. Memoria leida en la Real Academia de Buenas Letras en l a sesión de 20 de Abril de 1891.)

Recepte extreta de « Arte de cozina, padsteleria, vizcocheria, y confiteria. Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor»
1611

Es posaran els cigrons a coure, un cop cuits agafaràs la mateixa quantitat de codonys, els pelaràs, els tallaràs pel mig i trauràs les granes: i en tallaràs llesques fines. Aleshores fregiràs els codonys i ceba amb mantega fins que estiguin ben tous. Barreja-ho amb els cigrons i assaona amb les espècies, canyella, una mica de vinagre i sucre fins que es begui el brou. Per servir faràs unes tallarines molt fines de codony i un cop fregits en faràs un llit al plat, a sobre els cigrons amb el sucre i la canyella.

Garbanzos dulces con membrillos

La lucha en tiempo de Roca Guinart se concentró en Ripoll. El modo de repartir las limosnas del monasterio fué el botafuego de los odios de una y otra parte.

En 1609 Roca Guinart libró á San Juan de las Abadesas à instancias del Arcipreste, de la influencia de los Cadells.

En 1611 defendió contra ellos el monasterio de Ripoll.

Los monjes de Ripoll obedeciendo á la Curia Romana daban la mitad de sus limosnas á unas monjas de Santa Clara. Los Ripollenses querían restaurar la iglesia parroquial y pretendian que el monasterio les ayudase. El monasterio hacía oídos de mercader á las quejas de los Ripollenses, y estos con el auxilio de los bandoleros Cadells capitaneados por Trucafort sitiaron el monasterio. Mas acudió Roca Guinart sigilosamente con los suyos, penetraron de noche en el monasterio por la parte posterior y al día siguiente se encontraron los Cadells con una resistencia seria. El monasterio quedaba vencedor, pero la lucha salvaje de pedreñales duró mas de un mes en las inmediaciones de la villa.

En 1613 por mediación del monje jerónimo Fr. Marcos de Perpiñán Roca Guinart, pasó al real servicio en Flandes.

El partido castellanista trabajaba por todos los medios en ahogar la vida política de Cataluña. (Nyerros i cadells. Memoria leida en la Real Academia de Buenas Letras en l a sesión de 20 de Abril de 1891.)

Receta extraida de « Arte de cozina, padsteleria, vizcocheria, y confiteria. Compuesta por Francisco Martinez Motiño, cocinero mayor del rey (Felipe III) nuestro señor» 1611.

Echaras los garbàços a cozer, y quádo esten cozidos tomaras membrillos tanta cantidad como los garbàços, y mondalos, y quitales las pepitas, y cortalos por medio: luego del medio cortarás revanadillas deslgadas a lo largo y a lo ancho del membrillo: luego tomaras manteca de vacas fresca, y freiras cebolla, y los membrillos hasta que esten bien blandos. Luego echalos con los garbanços, y sazona con todas las especies y canela, y un pocode vinagre, y echales dulce de açucar, que esten bien dulces, y tengan poco caldo: luego haras unos tallarines muy delgados, y frielos, y echaras en el plato un lecho de tallarines (aunque se puede servir sin ellos) y otro de garbanços, y açucar, y canela: y desta manera henchiras el plato. Y advierte, que este plato ha de ser bien dulce, y bien agrio: y sino huviere buena manteca, hagase con buen azeite: sino hubiere membrillo, hagase con peros agrios.

Duelos y quebrantos

No puedo dejar de consignar aquí, en honor de Cervantes, una honrosa confesión de Schiller, en la cual dice que la creación de Carlos Moor, el primer personaje de su primera obra dramática, titulada: Los Ladrones (Die Rauher) se la debe al autor del Quijote. Carlos Moor, ha nacido de Roque Guinart, aquel célebre capitán de bandoleros con quien D. Quijote se encuentra, ya en sus postreras aventuras y camino de Barcelona.

Como Carlos Moor, Roque Guinart es el bandido magnánimo, de quien se separaron los capitanes de las compañías de Napóles, según dice Cervantes, admirados de su nobleza, de su gallarda disposición y extraño proceder, teniéndole mas por Alejandro Magno que por ladrón conocido. «Roque Guinart es el bandido caballeresco que no hacia mal á mujer ninguna, que las protegía aún á riesgo de su vida y de cuya equidad en la repartición dé lo que se habia robado, queda Sancho tan satisfecho que esclama: «Según lo que aquí he visto, es tan buena la justicia que es necesario que se use aun entre los mismos ladrones.» (El jubileo de Schiller en Bérlin. Guillermo Matta, Berlín 17 de noviembre de 1859. La América, Madrid, 1857)

Cervantes refiere que la dieta del hidalgo manchego, compuesta de “una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las noches, duelos y quebrantos los sábados, lantejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda”.

Ingredients per a quatre persones:

3 ous,
 100 grams de cansalada
 pernil i carn adobada
 cervells de xai
 oli d'oliva
 1 cullerada de vinagre
 sal, pebre i una fulla de llorer

Primer fregirem el pernil i la cansalada a trossos en una paella ampla, utilitzant el pròpia greix que deixen anar les rostes. Es couen el cervells amb el llorer, el vinagre i la sal, es netegen, es trossegem i se salten en una mica d'oli d'oliva. Finalment es baten els ous, s'hi tira sal i pebre i es fa un remenat amb els ingredients anteriors. Si volem donar-los un toc tradicional i exquisit es pot servir adornat amb pa fregit i combinat amb bolets.

(La cuina del Quixot)

Duelos y quebrantos

No puedo dejar de consignar aquí, en honor de Cervantes, una honrosa confesión de Schiller, en la cual dice que la creación de Carlos Moor, el primer personaje de su primera obra dramática, titulada: Los Ladrones (Die Rauher) se la debe al autor del Quijote. Carlos Moor, ha nacido de Roque Guinart, aquel célebre capitán de bandoleros con quien D. Quijote se encuentra, ya en sus postreras aventuras y camino de Barcelona.

Como Carlos Moor, Roque Guinart es el bandido magnánimo, de quien se separaron los capitanes de las compañías de Nápoles, según dice Cervantes, admirados de su nobleza, de su gallarda disposición y extraño proceder, teniéndole mas por Alejandro Magno que por ladrón conocido. «Roque Guinart es el bandido caballeresco que no hacia mal á mujer ninguna, que las protegía aún á riesgo de su vida y de cuya equidad en la repartición dé lo que se habia robado, queda Sancho tan satisfecho que esclama: «Según lo que aquí he visto, es tan buena la justicia que es necesario que se use aun entre los mismos ladrones.» (El jubileo de Schiller en Bérln. Guillermo Matta, Bérln 17 de noviembre de 1859. La América, Madrid, 1857)

Cervantes refiere que la dieta del hidalgo manchego, compuesta de “una olla de algo más vaca que carnero, salpicón las noches, duelos y quebrantos los sábados, lantejas los viernes, algún palomino de añadidura los domingos, consumían las tres partes de su hacienda”.

Ingredientes para cuatro personas:

3 huevos,
 100 gramos de panceta de cerdo
 jamón y picadillo
 sesos de cordero
 aceite de oliva
 1 cucharada de vinagre
 sal, pimienta y una hoja de laurel

Puestos manos a la obra lo primero es freír el jamón, la panceta en trozos, en una sartén amplia, utilizando la propia grasa que sueltan los torreznos. Se cuecen los sesos con el laurel, el vinagre y la sal, se limpian, se trocean y se saltean en un poco de aceite de oliva. Por último se baten los huevos, se salpimientan y se hace un revuelto con los ingredientes anteriores.

Si queremos darles un toque tradicional y exquisito se puede servir adornado con pan frito y combinado con setas.

(La cocina del Quijote)

Mongetes blanques amb perdiu

El món de la caça està molt present al llarg del Quixot, i sempre ha estat propici a avivar l'enginy i remoure els estómacs, més encara abans de posar-se a emprendre tota mena de fets, i no diguem si són d'amor. Barrejar el cor captivat, l'ardor guerrer del bon cavaller o el digne i noble exercici de la caça, amb la glopada de plaer d'una perdiu, unida a sense igual harmonia amb unes suaus i cremoses mongetes blanques de la terra no pot ser motiu més que de felicitat. Cavalquin el Quixot i Sancho darrere d'aquestes dites i deixin-nos compartir-les almenys en el que toca a la part gastronòmica.

*En temps de Cervantes la caça es consumia lleugerament passada com indica el refran-
yer "La perdiu, amb olor al nas ". (La cocina del Quijote)*

Ingredients per a 4 persones:

mongetes blanques 3/4 de quilo
1 perdiu i oli d'oliva
1 cabeça d'all
unes branques de romaní i farigola
2 fulles de llorer i sal

Si es disposa d'una olla de terrissa per a l'elaboració de les mongetes el gust serà inigualable i més propi de l'època, ja que el foc de llenya, complement ideal per a aquest plat és difícil d'aconseguir avui en dia, es col·loquen en ella les mongetes que haurem deixat en remull la nit abans cobertes d'aigua freda fins que donin el primer bull; espantar-les amb aigua freda de tant en tant perquè no es desfacin.

La perdiu, el romaní, la farigola, aquests dos últims en una xarxa de cuina per evitar que es dispersin en el guisat, el llorer i els alls s'afegeixen a un temps i es manté a foc lent.

Per a un bon resultat retirar l'escuma cada 10 o 15 minuts. Abans de tirar la sal i un rajolí d'oli d'oliva retirar les branques de romaní i farigola. Deixar a foc molt lent fins al moment de servir. Les mongetes han de quedar sucoses sense gaire brou i el que quedi ben travat.

(La cuina del Quixot)

Judías blancas con perdiz

El mundo de la caza está muy presente a lo largo de El Quijote, y siempre ha sido propicio a avivar el ingenio y remover los estómagos, más aún antes de ponerse a acometer todo tipo de lances, y no digamos si son de amor. Mezclar el corazón cautivado, el ardor guerrero del buen caballero o el digno y noble ejercicio de la caza, con la bocanada de placer de una perdiz, unida en sin par armonía con unas suaves y cremosas judías blancas de la tierra no puede ser motivo más que de felicidad. Cabalguen don Quijote y Sancho en pos de estas dichas y déjennos compartirlas al menos en lo que toca a la parte gastronómica.

En tiempos de Cervantes la caza se consumía ligeramente pasada como indica el refranero “La perdiz, con olor en la nariz”. (La cocina del Quijote)

Ingredientes para 4 personas:

judías blancas 3/4 de kilo
 1 perdiz y aceite de oliva
 1 cabeza de ajos
 unas ramas de romero y tomillo
 2 hojas de laurel y sal

Si se dispone de una olla de barro para la elaboración de las judías el sabor será inigualable y más propio de la época, ya que el fuego de leña, complemento ideal para este plato es difícil de conseguir hoy en día, se colocan en ella las judías que habremos dejado en remojo la noche antes cubiertas de agua fría hasta que den el primer hervor; asustarlas con agua fría de vez en cuando para que no se deshagan.

La perdiz, el romero, el tomillo, estos dos últimos en una red de cocina para evitar que se dispersen en el guiso, el laurel y los ajos se añaden a un tiempo y se mantiene a fuego lento.

Para un buen resultado retirar la espuma cada 10 ó 15 minutos. Antes de echar la sal y un chorrito de aceite de oliva retirar las ramas de romero y tomillo. Dejar a fuego muy lento hasta el momento de servir. Las judías deben quedar jugosas sin mucho caldo y el que quede bien trabado.

(La cocina del Quijote)

Escudella de Carbassa

Finalment, el 8 de març de 1715 es va portar a terme un decret de la Reial Junta Superior del Govern que, a instància de l'abat Fèlix de Vilaplana, ordenà que passés un ministre del rei Felip V per la vila de Ripoll per reintegra-la a l'obediència del monestir i abat de Santa Maria de Ripoll, anul·lant la forma de govern consular. Aquesta anul·lació tingué lloc el 25 de març de 1715. (Una vila menestral sota el règim feudal: Ripoll i la seva lluita contra el monestir, 1678-1719, Míriam Arévalo Viñas)

Escudella de Carbassa

Entre les diverses receptes d'escudelles i sopes de carbassa, aquesta, molt substancial, procedeix d'Andorra i de les comarques del Pirineu, i s'assembla a les sopes de carbassa que feien els monjos. El cuiner fra Francesc del Santíssim Sagrament ens proposa una escudella de meló i una de carbassa, amb arròs, amb el meló o la carbassa passats «per lo molinet».

Ingredients:

400 g de carbassa
 1 ceba
 1 patata
 un grapat de mongetes cuites (uns 50 g)
 1 os de porc salat
 1 tros de cansalada
 un grapat d'arròs (uns 50 g)
 25 g de fideus
 2 l d'aigua
 sal

Elaboració:

Poseu a bullir l'aigua amb els ossos, la cansalada i la ceba. Deixeu-ho bullir unes 2 hores a foc lent, escumant-ho. Tot seguit, afegiu-hi la carbassa tallada a trossos, sense pell ni granes. A continuació, poseu-hi la patata tallada a daus i seguidament l'arròs i els fideus. Deixeu-ho coure uns 15 o 20 minuts. Rectifiqueu-ho de sal i deixeu-ho reposar un quart abans de servir-ho.

També podeu fer bullir les mongetes amb els ossos. Hi podeu posar brot de pit, braó, gallina, així com una pilota (com la de l'escudella i carn d'olla) o botifarra negra. També s'hi sol posar una bola de sagí o cansalada rànica, que es deixa desfer en el brou una mitja hora abans de treure'l del foc.

Igualment, se'n pot fer una versió vegetal, com la que fa fra Francesc del Santíssim Sagrament, tot i que hi afegeix llet d'ametlles i sucre, tal com es feia en la cuina medieval i del barroc.

(La cuina de 1714. Història i receptes. Jaume Fàbrega)

Sopa de Calabaza

Finalmente, el 8 de marzo de 1715 se llevó a cabo un decreto de la Real Junta Superior del Gobierno que, a instancia del abad Félix de Vilaplana, ordenó que pasara un ministro del rey Felipe V para la población de Ripoll por reintegra -la a la obediencia del monasterio y abad de Santa María de Ripoll, anulando la forma de gobierno consular. Esta anulación tuvo lugar el 25 de marzo de 1715. (Una vila menestral sota el règim feudal: Ripoll i la seva lluita contra el monestir, 1678-1719, Míriam Arévalo Viñas)

Entre las diversas recetas de escudillas y sopas de calabaza, ésta, muy sustanciosa, procede de Andorra y de las comarcas del Pirineo, y se parece a las sopas de calabaza que hacían los monjes. El cocinero fray Francisco del Santísimo Sacramento nos propone una escudilla de melón y una de calabaza, con arroz, con el melón o la calabaza pasados «por el molinillo».

Ingredientes:

400 g de calabaza
 1 cebolla
 1 patata
 un puñado de judías cocidas (unos 50 g)
 1 hueso de cerdo salado
 1 trozo de tocino
 un puñado de arroz (unos 50 g)
 25 g de fideos
 2 l de agua
 sal

Elaboración:

Poner a hervir el agua con los huesos, el tocino y la cebolla. Dejar hervir unas 2 horas a fuego lento, espumante ello. A continuación, añadir la calabaza cortada en trozos, sin piel ni semillas. A continuación, poner la patata cortada en dados y seguidamente el arroz y los fideos. Dejar cocer unos 15 o 20 minutos. Rectificar de sal y dejar reposar un cuarto antes de servirlo.

También puede hacer hervir las judías con los huesos. Puede poner brote de pecho, codillo, gallina, así como una pelota (como la de la escudilla y cocido) o morcilla. También se suele poner una bola de manteca o tocino rancio, que se deja deshacer en el caldo una media hora antes de sacarlo del fuego.

Igualmente, se puede hacer una versión vegetal, como la que hace fray Francisco del Santísimo Sacramento, aunque añade leche de almendras y azúcar, tal como se hacía en la cocina medieval y del barroco.

(La cocina de 1714. Historia y recetas. Jaume Fàbrega)

Flam de taronja

De toda la anterior relación de los sucesos de Ripoll resulta muy claro que el daño causado por la agresión de los migueletes a los edificios monacales no tuvo importancia. Sólo ardió el interior del templo y el archivo y biblioteca. Los claustros y casas de los monjes, ni poco ni mucho participaron del fuego; y aun del mismo templo sólo ardió lo interior, como retablos y adornos, pues la bóveda permaneció intacta, y mucho más la superior techumbre. Tan entero quedó el edificio del templo que Don Eudaldo Raguer alcanzó que de nuevo se pudiese en él decir Misa. La restauración era asunto fácil; y sin embargo, al cabo de algunos años, el Monasterio se había trocado en un rimero de ruinas. Debemos ahora estudiar por qué caminos se llegó a tan fatal resultado.

Empezó este período por el más completo abandono del Monasterio, que quedó a merced de todo rapaz y mal intencionado: y así no cesaría el golpear paredes, cimientos y techos, el revolver tumbas y abrir boquetes, todo por la avidez de hallar dinero. Tales pesquisas no producían otro resultado que destrucción. Sólo tiempo adelante en la casa que en 1835 habitaba el Prior Don Juan Lianza se halló dinero en un escondrijo antiguo. En algunos de los edificios monásticos se instaló el Hospital, ignoro la época fija. (Los Religiosos en Cataluña durante la primera mitad del siglo XIX por Cayetano Barraquer y Roviralta . Capítulo XIV. La persecución de 1835 en los monasterios benitos. 1915. UAB)

Es posen 4 ous complerts (clares i rovells), mitja lliure de sucre i el suc de quatre taronges. Es fa bullir al bany maria igual que un flam de llet.

(Receptari d'Agustí Cavalleria i Deop. Arxiu Comarcal del Ripollès)

Flan de naranja

De toda la anterior relación de los sucesos de Ripoll resulta muy claro que el daño causado por la agresión de los migueletes a los edificios monacales no tuvo importancia. Sólo ardió el interior del templo y el archivo y biblioteca. Los claustros y casas de los monjes, ni poco ni mucho participaron del fuego; y aun del mismo templo sólo ardió lo interior, como retablos y adornos, pues la bóveda permaneció intacta, y mucho más la superior techumbre. Tan entero quedó el edificio del templo que Don Eudaldo Raguer alcanzó que de nuevo se pudiese en él decir Misa. La restauración era asunto fácil; y sin embargo, al cabo de algunos años, el Monasterio se había trocado en un rintero de ruinas. Debemos ahora estudiar por qué caminos se llegó a tan fatal resultado.

Empezó este período por el más completo abandono del Monasterio, que quedó a merced de todo rapaz y mal intencionado: y así no cesaría el golpear paredes, cimientos y techos, el revolver tumbas y abrir boquetes, todo por la avidez de hallar dinero. Tales pesquisas no producían otro resultado que destrucción. Sólo tiempo adelante en la casa que en 1835 habitaba el Prior Don Juan Lianza se halló dinero en un escondrijo antiguo. En algunos de los edificios monásticos se instaló el Hospital, ignoro la época fija. (Los Religiosos en Cataluña durante la primera mitad del siglo XIX por Cayetano Barraquer y Roviralta . Capítulo XIV. La persecución de 1835 en los monasterios benitos. 1915. UAB)

Se ponen 4 huevos completos (claras y yemas), media libra de azúcar y el jugo de cuatro naranjas. Se hace hervir al baño María al igual que un flan de leche.

(Recetario de Agustí Cavalleria i Deop. Arxiu Comarcal del Ripollès)