

XOCOLATA

Postres d'autor al teu abast



XOCOLATA

Postres d'autor al teu abast

LLUC CRUSELLAS

— PRÒLEG —
NANDU JUBANY

XOCOLATA

Postres d'autor al teu abast

Primera edició: novembre del 2022

Segona impressió: març del 2023

© Lluç Crusellas, pel procés i el receptari

© Berta Vilalta, pel contingut de nutrició

© Imatge de la portada: Ivan Raga

© IStockphoto.com, per les fotografies

© Editorial Efadós, d'aquesta edició

Carrer d'Edison, 3 · Nau A

Pol. Ind. Les Torrenteres

08754 El Papiol (Barcelona)

Telèfon: 936 731 212

efados@efados.cat

www.efados.cat

Disseny gràfic

Editorial Efadós

Assessorament lingüístic

Elisabet Kamal Boix

Amb el suport de:



ISBN: 978-84-19239-50-1

Dipòsit legal: DL B-19687-2022

Imprès a Catalunya

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

ÍNDEX

1. PRÒLEG - NANDU JUBANY
PÀGINA 11

2. L'ORIGEN DE LA XOCOLATA
PÀGINA 12

3. DE LA FAVA DE L'ARBRE A LA RAJOLA
PÀGINA 26

4. TIPUS DE XOCOLATA
PÀGINA 34

5. EL CACAU, UN SUPERALIMENT
PÀGINA 40

6. COM TREBALLAR LA XOCOLATA
PÀGINA 46

7. RECEPTARI
PÀGINA 53



AQUEST LLIBRE PRETÉN:

.....
DONAR A CONÈIXER D'ON PROVÉ LA XOCOLATA

.....
ENTENDRE COM ES CONSUMIA ANTIGAMENT EL CACAU
I COM ES CONSUMEIX ARA

.....
CONÈIXER ELS PROCESSOS PELS QUALS PASSA EL CACAU
PER PODER-LO CONSUMIR

.....
ENSENYAR DIFERENTS FORMES I VARIETATS DE XOCOLATA

.....
SABER COM TREBALLAR LA XOCOLATA PER CONSUMIR-LA
DE DIFERENTS MANERES I EN DIFERENTS FORMATS



— PRÒLEG — NANDU JUBANY

Agraït de tot cor que penseu en mi. No és el meu punt fort, escriure, i menys descriure i explicar el que sento, però vull començar dient que com en Lluç no n'hi ha, és una persona molt capaç, tossuda i, el més important: amb el cap molt clar.

Fa uns anys vam tenir la sort que entrés a casa nostra i ja ens vam adonar que era molt especial. Vivia per l'esport i estava buscant el camí per fer el que més li agradava i poder compaginar-ho amb l'ofici, que ja l'apassionava. Crec que, veient els camins que ha anat agafant, segur que arribarà molt lluny.

Durant aquests anys, l'he seguit a distància. Ha fet el que li ha agradat, compaginant la vida amb l'esport, els amics i la feina. Jo fa molts anys que busco aquest equilibri i crec que en Lluç ja m'ha passat al davant, moltes felicitats!

Més enllà de l'estima, hem de parlar de la xocolata, probablement, el producte que més m'agrada. Cada dia n'he de menjar, no puc acabar un àpat sense un trosset de xocolata de la bona. Jo no tinc clares moltes coses,

però del fet que la xocolata ens fa feliços no en tinc cap dubte. Segur que aquest llibre us ajudarà a entendre-la i a perdre la por a treballar-la i fer-la servir en moltes receptes que podreu fer a casa.

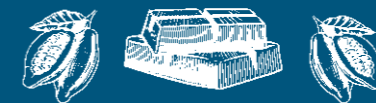
Tant se val si us agrada amargant, més suau, amb llet o com sigui: segur que fareu receptes i postres amb xocolata i veureu que totes són bones. Cada tipus de xocolata es fa servir per a la recepta que li escaigui més, i d'això l'artista ja en comença a ser un expert.

Us recomanaria que no us faci mandra, que us poseu el davantal i aneu cap a la cuina, trieu les receptes que més us agradin i les feu gaudint i, si podeu, amb bona companyia. Poques coses omplen més que quan fem tastar aquella recepta on hem posat el cor i veiem com en gaudeixen els altres, com els canvia la cara i ens diuen que és boníssim. Llavors ens sentim les persones més afortunades del món.

Així, doncs, segur que en Lluç ens continuarà sorprenent amb tot el que farà, i serà un plaer poder-lo seguir. Moltes gràcies per ser com ets, Lluç!



L'ORIGEN DE LA XOCOLATA



D'on ve el cacau? El camí és llarg i difícil.
Però el cacau guanya per la seva essència i la
personalitat del seu origen, en climes tropicals i
tractat per les millors mans, que el conreen amb
tot el respecte cap a la natura.



LA XCOLATA D'ON VE, ON NEIX

Originàriament, el cacau es conreava a l'Amèrica Central i al nord de l'Amèrica del Sud. Va ser durant la colonització espanyola quan es va exportar el conreu del producte, a través de les colònies, a països del tròpic, com ara el centre d'Àfrica i Indonèsia.

CONDICIONS CLIMÀTIQUES PER A L'ARBRE DEL CACAU

L'arbre del cacau (*Theobroma cacao*) necessita una condicions climàtiques molt concretes perquè es pugui conrear. Unes condicions que només es troben al tròpic. Pluja abundant, humitat molt elevada, temperatures estables entre 20 i 30 °C, poc vent, abundància de vegetació al voltant i poca altitud a nivell del mar.

Quan l'arbre del cacau floreix i la flor es pol·linitza, en neix una fava. Aquest procés no té lloc fins que l'arbre té entre quatre i cinc anys. Quan neixen les faves, fan uns 20 centímetres de longitud i pengen de les branques; poden arribar a pesar entre 300 i 400 grams.

A l'interior de la fava hi ha entre trenta i quaranta favetes d'un to marró-vermellós, i les envolta el mucíl·lag. El mucíl·lag és una polpa blanca i viscosa que té un sabor dolç i aromes molt florals, que són les que es traslladaran al

cacau durant la fermentació. L'exterior de la fava és una carcassa dura que té la finalitat de protegir l'interior. La particularitat és la forma rugosa, amb tons molt vius que van del taronja al groc i el vermell. Les faves necessiten entre quatre i cinc mesos per aconseguir un estat òptim, i llavors cal un altre mes perquè madurin. Això permet que el conreu sigui bianual.

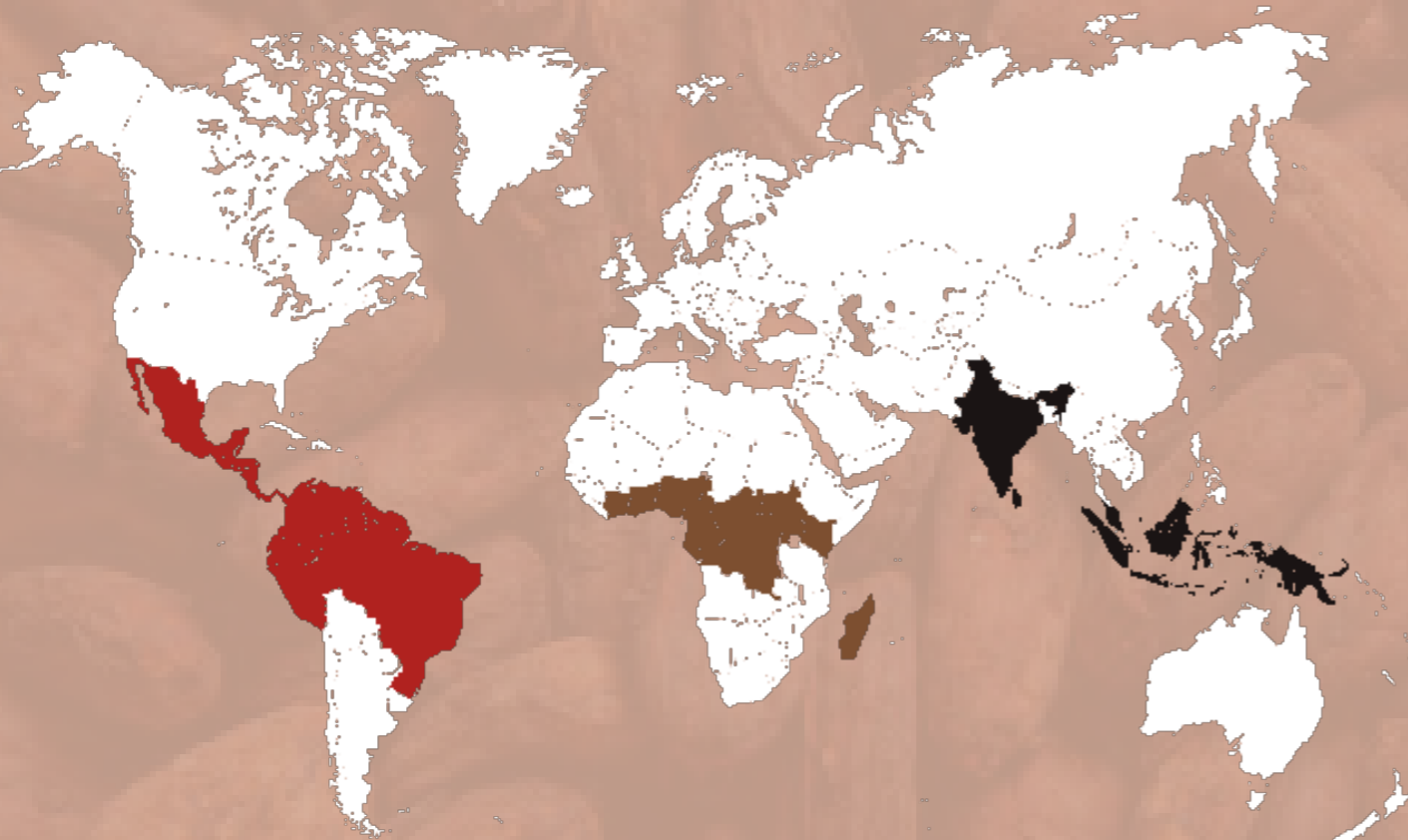
Com que hi ha climes tan diferents, cadascun aporta diferents sabors i aromes al cacau. D'altra banda, la manera de cultivar-lo, fermentar-lo i assecar-lo també el condiona.

CURIOSITAT...

L'arbre del cacau pot arribar a fer entre 6 i 12 metres. De totes les flors, només un 1% pot arribar a convertir-se en fava de cacau. Està recobert durant tot l'any de fulles verdes i flors.

LA PRODUCCIÓ DE CACAU AL MÓN

El cacau es conrea en zones de clima tropical i amb un alt percentatge d'humitat, a l'àrea compresa entre els 26° al nord i el sud de l'equador



+14%
418 MIL TONES

Mèxic, Guatemala, el Brasil,
Costa Rica, l'Equador,
Nicaragua, Colòmbia

+71%
2.848 MIL TONES

Àfrica central, el Congo, Belize,
el Camerun, Togo

+15%
606 MIL TONES

El sud d'Àsia



TIPUS DE CACAU DEPENENT DE LA REGIÓ

Els grans productors de cacau no són únicament els països hispanoamericans, com s'ha explicat sempre de manera genèrica i poc detallada. Si fem una pinzellada i mirem quins altres productors mundials de cacau trobem, ens adonarem que en un altre continent és on hi ha més varietat de cacau i on se'n concentra la major part de la producció mundial.

Aquest gran productor de cacau són els països africans, com, per exemple, Nigèria, la Costa d'Ivori i Ghana, entre d'altres. Així, doncs, si ens centrem en el cacau que prové d'Àfrica, cal dir que també es considera de gran qualitat. En aquest cas, es tracta d'un cacau amb unes varietats molt exclusives, tot i que la diferenciació més bàsica que se li atribueix es basa en si és crioll, foraster o trinitari.

Si ens tornem a centrar en els països llatins, cal dir que és on es concentra el millor cacau, si parlem de la millor qualitat i les millors plantacions, que han estat històricament excel·lents i que avui encara són les més abundants. Als països llatinoamericans, per tant, és on hi ha el cacau més fi i més aromàtic, i també és on s'hi poden trobar més matisos quant a la puresa i la varietat.

D'altra banda, a Àsia i Indonèsia també hi ha plantacions de cacau. En aquest cas, la diferència amb el de les altres procedències és que aquest té un procés d'assecat amb foc, i no amb l'exposició al Sol. Aquesta tècnica, que el fa únic, s'aplica per les diferències climàtiques de la zona. El procés d'assecat mitjançant el foc dona un acabat fumat al cacau, molt interessant i diferent de la resta de cacaos del món.