

  MÈTODE  

CONSERVES

ARTESANES

FRANCESC MURGADAS

  MÈTODE  

CONSERVES ARTESANES

Tècniques i consells per conservar el producte
de temporada durant tot l'any

 **efadós**[®]



MÈTODE
CONSERVES
ARTESANES

Primera edició: novembre del 2022

© Francesc Murgadas, pel mètode i receptari

© Istockphoto, per les fotografies del receptari,
les fotografies de la coberta i les solapes

© Editorial Efadós, d'aquesta edició

EDITORIAL EFADÓS, SL

Carrer d'Edison, 3 · Nau A
Pol. ind. les Torreneres
08754 El Papiol (Barcelona)
Telèfon: 936 731 212
efados@efados.cat
www.efados.cat

© Editorial Efadós, de la col·lecció **Mètodes**

Coordinació
Núria Martín Molina

Assessorament lingüístic
M. Neus Doncel Saumell

Disseny gràfic
Editorial Efadós

ISBN: 978-84-19239-55-6

Dipòsit legal: B-19750-2022

Impressió a Catalunya

Tota forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només pot ser realitzada 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.

*A la meva dona Aurora,
gràcies per tot i més.*

Francesc Murgadas

ÍNDEX



1. OBRIM LA MENT?

PÀGINA 11

2. HISTÒRIA DE LA CONSERVACIÓ

PÀGINA 15

3. UN ENEMIC IMPLACABLE

PÀGINA 23

4. UN AJUT IMPAGABLE

PÀGINA 31

5. LES OPCIONS D'ACCIÓ

PÀGINA 37

6. LES ARMES DELS GUERRERS

PÀGINA 57

7. LES ACCIONS BÀSIQUES

PÀGINA 67

8. CALENDARIS

PÀGINA 74

9. RECEPTARI

PÀGINA 79



MÈTODE CONSERVES ARTESANES



PER SI VOLEU MENJAR PRÉSSECS I MÚRGOLES A L'HIVERN
I CEPS I CODONY A LA PRIMAVERA

PER SI VOLEU ENTENDRE PER QUÈ 'BLANQUEGEM' LES VERDURES
ABANS DE CONGELAR-LES O EMPOTAR-LES



PER SI VOLEU TENIR TOT L'ANY SOFREGIT
LLEST PER COMENÇAR A CUINAR

PER SI VOLEU ENTENDRE PER QUÈ AQUELLA MELMELADA DE PRUNA
US VA QUEDAR TAN POC ESPESA



PER SI VOLEU TENIR AL CONGELADOR ALGUN PLAT LLEST
QUE US TREGUI D'UN COMPROMÍS INESPERAT





OBRIR LA MENT



Conservar: «Tenir cura (d'una cosa) impedit que sigui alterada o destruïda». I això val tant per a la confitura que l'àvia prepara amb tot l'amor del món perquè se la mengin els seus nets els matins d'hivern, com per a les formigues que, quan s'acosta el fred i el dia s'escurça, s'afanyen a dur llavors cap al seu formiguer per garantir-se la subsistència. La conserva és, doncs, una resposta automàtica de l'instint de supervivència de determinats animals que lluiten, així, contra els períodes de carestia, fins i tot avançant solucions més o menys tecnològiques per augmentar-ne l'eficàcia i allargar-ne el temps de conservació.



TRES DEFINICIONS DE CONSERVA, UN CONCEPTE

DICCIONARI IEC

Allò que és conservat, especialment fruita, llegums o altra vianda preparada i tancada hermèticament dins recipients estancs, com ara pots de llauna o ampolles, i tractada per tal que pugui conservar-se sense alterar-se.

DICCIONARI RAE

Carn, peix, fruita, etc., preparats convenientment i envasats hermèticament per ser conservats comestibles durant molt de temps. / Pebrots, cogombres i coses semblants comestibles que es preparen en vinagre. / En conserva – Preparat per al consum posterior.

DICCIONARI LAROUSSE GASTRONOMIQUE

Producte alimentari condicionat en un recipient estanc a líquids, gasos i microorganismes, degudament tractat per la calor per assegurar-ne la conservació.

dels vostres preparats, que sou els artífexs dels vostres plats i conserves, i que sabeu què agrada i què no als vostres comensals habituals, ho necessiteu?

Per tant, tingueu clar que el llibre no dona solucions ni en general fórmules matemàtiques, sinó que aporta idees i suggeriments perquè pugueu encarar les vostres aspiracions. Heu de tenir una mica d'esperit científic. D'aspiració a fer les coses a la vostra manera. Ni millors ni pitjors de com les fa la resta de la gent. Simplement, es tracta de fer-ho d'una manera que us deixi satisfetes i satisfets un cop enllestit el repte. Que no vol dir que no us quedi el cuquet de fer-ho, la pròxima

vegada, encara millor, més fàcil, més bonic, més comú, més original... En definitiva, més vostre.

Jo ja he començat a escriure el llibre. Per engrescar-vos. Però deixeu-me matisar per acabar que no per engrescar-vos a reproduir fil per randa el que jo pugui explicar o suggerir. Escric el llibre perquè, al fil de les vostres reflexions i observacions, amb la ment oberta que vull inculcar-vos, hi anoteu tot el que us vingui al cap o us agradi més que allò que jo explico. Perquè hi recolliu –perquè hi «conserveu»– allò que aprendreu i descobrireu mentre llegiu, raoneu i practiqueu el que jo us suggereixi.



Les abelles no es limiten a guardar el pol·len sinó que el modifiquen mastegant-lo, regurgitant-lo i convertint-lo en mel o gelea reial. Si fa o no fa com nosaltres quan capolem la carn i el greix per fer la carn picada, mare dels nostres embotits, que, agradi o no, amb aquesta mentalitat, també hauríem de definir com a conserves.

Naturalment, podríem afinar més la definició o el concepte separant el simple «manteniment» de les formigues –comparant-lo amb la nostra recollida i reserva de fruita seca– del «manteniment intencionat» de l'abella, que suposa la seva intervenció en el procés previ a l'emmagatzematge de la mel. Però si pensem en les panses, una «conserva» que es pot obtenir directament de les parres despulades a finals de tardor, o fruit de la nostra intervenció i assecatge en el raïm madur, entendrem que la frontera que separa el «manteniment» de la «conservació» és molt fina i variable. Per tant, dediquem-nos al que ens interessa. A obrir la nostra ment cap a un concepte que va nàixer amb nosaltres i que ens acompanyarà sempre, actualment amb el suport no sempre desitjable de la tecnologia, que massa sovint bandeja els aspectes ecològics i sanitaris.

Per això és important tenir un concepte de «conserva» com més ampli i genèric millor, ampliant-lo, si és possible, fins al plat precuinat que hem encarregat per telèfon i que d'aquí a un quart d'hora trucarà a la porta. O potser aquell plat d'origen japonès

però elaborat en la cuina d'un magatzem més o menys exemplar, no és un plat que ha estat «preparado para el consumo posterior»?

Aquest serà el plantejament d'aquest llibre. Intentar obrir la ment als lectors perquè apliquin la racionalitat –la lògica– a l'hora d'enfrontar-se amb l'obligació quotidiana de nodrir-se. Una lògica que, naturalment, tothom podrà fer circular per on li sembli. Perquè no a tots ens agrada baixar les escales de la mateixa manera.

Perquè, per exemple, us heu plantejat el motiu de fixar les quantitats de cada ingredient als llibres de cuina? Voleu dir que dues patates més o una mica de tomàquet menys a la salsa afectarien tant el resultat del guisat? La resposta a l'enigma és en el cap de cuina. El que havia de donar la cara, davant dels clients o el senyor que el tenia llogat, per allò que acabava de servir. Per tant, necessitava fixar les quantitats, proporcions i temps de cocció per evitar que el més ruc dels seus ajudants, ocasionalment incorporat a l'equip de cuina, fes malbé la seva obra d'art. Però vosaltres, que sou amos i senyors



HISTÒRIA DE LA CONSERVACIÓ



Podria enfocar aquest capítol com una successió de dates i personatges, però m'ha semblat més útil plantejar una reflexió sobre les causes que van generar que la humanitat –fos qui fos l'autor material o l'inventor– anés adoptant millores progressives en el seu somni de poder disposar de productes concrets, més o menys modificats, d'una manera continuada. O no us ha vingut, a mig hivern, el record d'aquelles cireres menjades en un sopar de festa major d'estiu? Si els nobles medievals podien fer-ho realitat, per què no ho hem de fer nosaltres?

POSAR LES COSES AL CONGELADOR NO VOL DIR GUARDAR-LES DE QUALSEVOL MANERA I SENSE ORDRE



ESTRIS DE CONSERVACIÓ

Destinats a rebre i conservar el preparat final o conserva gràcies a la seva forma de pot, ampolla, bossa o similar, que permet tancar-lo impedit, així, el contacte amb l'exterior. Té dos grups principals i un de complements:

• RECIPIENTS DE REBOST

Destinats a conserves que es guarden a temperatura ambient en una dependència o moble fresc de la cuina o el rebost. Generalment de vidre però amb tres sistemes diferents per tancar-los:

- Recipients amb tap de junta de pressió – Amb el coll del pot encerclat per un filferro gruixut que s'articula amb un altre que envolta la tapa plana i que disposa a l'extrem oposat de l'articulació d'un mecanisme que li permet acostar i prémer la tapadora contra el coll, aixafant l'anella plana de goma que aquella té a la cara inferior i que garanteix l'estanquitat del contingut. En aquest mateix apartat caldria incloure les ampolles dites «de gasosa», que, amb el mateix sistema de tancament, permeten conservar preparats

líquids o raonablement espessos.

- Recipients amb tap de baioneta – Amb la cara exterior del coll dotada de relleus inclinats, on encaixa la tapa metàl·lica de vora embotida cap avall i amb «dents» que, en encaixar amb els relleus i ser espeses pel moviment de rosca del tancament, també pressionen i garanteixen l'estanquitat del contingut. Coneguts popularment com a pots de *twist off*.

- Recipients amb tap de rosca – Amb la cara exterior del coll amb relleu de rosca on encaixa per rotació la tapa metàl·lica –generalment folrada d'una capa plàstica per dins– embotida cap avall amb el relleu de rosca complementari i que, un cop pressionat, garanteix –d'una manera un punt menys eficaç– l'estanquitat del contingut.

• RECIPIENTS DE CONGELADOR

Destinats a conserves que es guarden congelades en aquests electrodomèstics.

Al marge dels pots de vidre de l'apartat anterior que, si el vidre hi està preparat, poden resistir els canvis de temperatura amb certes garanties, s'han posat en marxa altres sistemes que aprofiten que la temperatura manté el producte envasat sòlid i que centren la seva activitat en l'estanquitat. Per això podem diferenciar:

- Safates de congelació – Destinades a productes delicats que no suporten una manipulació excessiva en calent. Un cop dipositats sobre elles i congelats, els productes són transferits als recipients de conservació.



• RECIPIENTS DE CONGELACIÓ I CONSERVACIÓ

Destinats a productes ja congelats o a aquells que suporten la manipulació i, per tant, poden ser dipositats crus i calents en el recipient. Podem diferenciar:

- Pots de paper d'alumini – Degudament conformats i que es tanquen amb tapadores dobles del mateix material aprofitant la seva plasticitat.



- Pots de plàstic – Especialment preparats per contenir aliments i sotmetre'ls a la congelació un cop tapats per alguns dels sistemes que els seus fabricants proposen. Especialment útils per congelar líquids.

- Bosses de plàstic – Amb sistemes de tancament hermètic un cop extret la major part de l'aire interior amb vista a una millor conservació.



COMPLEMENTS

Parts dels estris de conservació o complements d'ells que ajuden a garantir l'estanquitat o les feines posteriors d'ordenació i supervisió. Bàsicament són:

• JUNTES DE PRESSIÓ

De goma o silicona, la pressió a què són sotmeses durant el procés de conservació les deforma i aprima, generant tard o d'hora la necessitat de substituir-les per unes de noves que es venen.

• DISCS PARAFINATS SUPERFICIALS

De paper impermeabilitzat que es posen damunt dels productes conservats més o menys espessos per evitar l'acció de la cambra

d'aire que queda per sota de la tapa, especialment en els recipients de rebost amb tap de rosca.

• ETIQUETES

Generalment autoadhesives i destinades a recollir el nom del producte, la data de confecció de la conserva i aquelles observacions que creuem que poden ser útils en el moment de consumir-les o quan hagi passat un cert temps.

