



AMB INGREDIENTS DE LA TERRA

La cuina autòctona de Vilanova i la Geltrú, però, no només està integrada per plats de peix. Lluny del mar, i més tocant de peus a terra, hi ha a la nostra ciutat la cuina de pagès. Aquesta altra branca de la gastronomia vilanovina centra els seus plats en els productes del camp que s'elaboren aquí, alguns gairebé en exclusivitat.

La Remei Gimeno coneix amb profunditat el món de la pagesia. Des de la seva parada del **mercat central** cada dia exposa a la vista dels seus clients verdures i hortalisses que, hores abans, ha collit al seu hort.

Cada temporada té el seus productes del camp. I la Remei ens enumera els més emblemàtics i, com sol fer a la plaça, ens explica la millor manera de cuinar-los. Començant per la verdura d'hivern trobem les faves i els pèsols. Pel que fa a les faves, aquestes són bones fregides, amb truita, ofegades, amanides i, fins i tot, bullides amb col. Són molt bones acompanyades de porc. Pel que fa als pèsols, se solen cuinar de la mateixa manera que les faves, amb patata bullida i alloli, tot i que sovint serveixen d'acompanyament d'altres plats.

Seguint amb les verdures d'hivern trobem la col i la col-i-flor (que dura fins al maig), el bord, el bròquil, que se solen fer bullides, amb una mica de mongetes, o passades per la paella. També hi ha els espinacs, rics en ferro, que, a banda de fer-los amb truita o bullits, són molt bons sofregits amb costella de porc.

Un dels productes bandera de l'horta vilanovina, però, són els espigalls (coneguts com a brotons quan encara no han espigat i, per tant, quan són més fullosos). Aquest és un producte que no es troba fora de la nostra ciutat. Però és tant el renom que ha obtingut que la Remei i la seva família sovint en porten a vendre a Barcelona. Fins i tot tenen clients que els dissabtes baixen a Vilanova per venir-ne a comprar al mercat. La millor manera de fer-los és bullits. Cal esperar que l'aigua sigui molt calenta per tal que quedin més tendres i no agafin color roig. També

es poden passar per la paella, amb mongetes, o es poden fer amb truita.

Com a producte d'hivern també hi ha la carbassa, de la que se'n pot fer puré, es pot tirar al brou o es pot fregir com si fos patata. La Remei comenta que és molt bona per la canalla ja que té molta fibra.

I també trobem en aquesta temporada productes com la bleda (que, de fet, n'hi ha tot l'any), la carxofa, feta escalivada, bullida, arrebossada, o amb truita, i la pastanaga, els alls porros o l'api, molt habituals en els brous, en les amanides o en els purés.

Tot i que per a l'amanida qualsevol època de l'any és bona, ara és el moment punta de l'escarola, i de la seva varietat vilanovina de cabell d'àngel o de perruqueta: „així com

de l'enciam de primavera (de Valladolid, l'iceberg o els cabdells). Fins i tot encara ara hi ha tomàquets acabats de collir.

Canviant de temporada, a l'estiu trobem el pebrot i l'albergínia, sovint fets escalivats, amb samfaina, amb tomàquet i amb carbassó i ceba. Per la seva banda, el carbassó (que comença a meitats de maig), se sol fer amb truita i amb patata i ceba, en puré o bullit amb patata i ceba. També trobem els cogombres, sobretot per posar a les amanides, els pebrots de fregir (pebrot italià), el meló i la síndria, la ceba i l'all tendres (que són de primavera) i les patates (entre maig i juny).

Però el producte estrella de la campanya d'estiu és sens dubte, segons ens comenta la Remei, la mongeta





tendra (o fesolet), en les seves varietats de fina o perona. Tant serveix per posar a les ensaladilles com es pot fer bullida sola. Fins i tot hi ha qui se la menja crua.

Un cop hem conegut els principals productes que integren la gastronomia de pagès cal veure ara quina és la seva demanda en el mercat. I sembla que darrerament aquests productes han trobat una important sortida degut al canvi d'hàbits que s'ha produït. En aquest sentit, segons ha notat la Remei, sembla que la gent jove ha pujat al carro de la dieta mediterrània i, és per això, que torna a comprar molta verdura. Davant de l'increment de moltes malalties sembla que també hagi incrementat el consum de verdures, les quals són molt bones per a la salut i tenen moltes propietats.

La Remei és conscient de la importància de portar una dieta equilibrada i sana. És per això que té clar que tenim la gran sort de disposar de molts productes de la terra i que la nostra sigui una ciutat amb un hàbit molt arrelat de menjar verdures i hortalisses. És tradicional en moltes cases de Vilanova de fer verdura a la nit, com a plat principal del sopar. Un element molt important que sol acompanyar les verdures són les truites, les quals són, a parer de la Remei, un gran invent per aprofitar les restes de verdura que hagin pogut quedar del dia abans. I la verdura és també un dels ingredients principals en les paelles, siguin de la classe que siguin.

Un dels atractius que té el fet d'anar a comprar al mercat és el tracte que s'estableix amb les venedores i venedors. Sovint ens indiquen quina és la millor manera de fer un plat, de cuinar un producte o de barrejar diferents elements. També ens aconsellen sobre quina és la verdura de temporada i, per tant, quina està a millor preu.

Igual com han evolucionat els hàbits alimentaris pel que fa referència als productes vegetals, també hi han hagut, amb els anys, canvis molt importants en el camp. Per a la Remei i la seva família ha estat capdal l'haver-se sabut adequar als canvis que han propiciat les exigències del mercat. Canvis que han anat des d'un nou sistema de rec, la construcció d'hivernacles, l'adquisició d'un vehicle per poder transportar càrregues importants, etc. I fins i tot plantejar-se i assumir el fet d'anar a vendre fora de Vilanova i la Geltrú els seus productes.

Si parlem en termes de cuina trobem, però, que la gastronomia de pagès és difícil que es traspassi al camp de la restauració. Tot i amb això, hi ha establiments que en els seus menús

RECUPERAR LES HORTALISSES OBLIDADES

Eugènia Piera

Amb el pas del temps, molts dels productes que antigament es conreen a l'horta s'han anat perdent. Recuperar-los és l'objectiu dels Joves Pagesos de Vilanova i la Geltrú, que han pres la ferma decisió de tirar endavant aquesta iniciativa que permetrà als consumidors gaudir d'alguns dels productes que utilitzaven les nostres àvies quan cuinaven. La fragilitat d'aquestes varietats i la seva manipulació en àrees de venda com MercaBarna o MercaMadrid han estat alguns dels elements que han propiciat que aquestes verdures caiguessin en l'oblit. El bròquil verd és una d'aquests productes que mica en mica s'estan recuperant, i que ja es poden trobar al mercat de Vilanova. Un altre exemple és el cas dels pèsols, i més concretament en la varietat anomenada estirabec. És una varietat molt típica de la zona, que el pas dels anys va fer que s'arribés a deixar de conrear. Una altra de les varietats que també es comencen a recuperar i que ja es poden consumir són les cols de paperina. La seva particular delicadesa la fa vulnerable quan es manipula en excés.

Tot i que són inusuals al mercat de Vilanova, hi ha un gran nombre de productes que es conreen a les sines del municipi. Mitjançant la tècnica i diferents cursos d'adaptació, avui en dia ja es poden trobar varietats d'enclams com l'íceberg, les cols de Brussel·les o la col llombarda amb fulla. Aquesta recuperació no oblidava productes tant autòctons com l'escarola de cabell d'àngel típica del xató, el pèsol anomenat d'Àustràlia, o els famosos espigalls, que actualment ja s'exporten a d'altres ciutats catalanes. A banda de recuperar tot aquest seguit de productes, els pagesos de Vilanova també han fet una aposta forta per al cultiu protegit o d'hivernacle. El conreu d'hortalisses com ara els tomàquets, es realitza de forma que es protegeix la planta utilitzant l'anomenat cultiu integrat. Aquest sistema permet controlar les plagues nocives per la planta, utilitzant plagues de control, que eliminen les que podrien malmetre el producte. A banda, també utilitzen tècniques de pol·linització naturals, instal·lant ruscs d'abelles dins els hivernacles.



de diari si que inclouen plats amb verdures. Això es dona sovint en llocs on els clients són persones que cada dia han de menjar fora de casa i que, per tant, busquen una dieta més equilibrada i senzilla. Segons ens comenta la Remei, una cosa és anar de restaurant i una altra cosa és haver de menjar cada dia al restaurant. El que si ha entrat amb força en el món de la restauració han estat les escalivades i les amanides.

Per a la Remei, i per al món de la pagesia en general, potser caldrien més campanyes informatives sobre el

consum de verdures, unes campanyes que s'haurien d'impulsar des del propi Ministeri d'Agricultura. Tot i amb això a Vilanova i la Geltrú de sempre hi ha hagut un hàbit molt arrelat d'anar a comprar al mercat. El fet que d'un principi aquest s'ubiqués al centre de la ciutat va propiciar la tendència de moltes famílies de fer les compres a la plaça. Tot i que a Barcelona, en els últims anys, s'han potenciat els mercats, hi ha molta gent forastera que ve a comprar a Vilanova, tant per la qualitat dels seus com per la seva varietat, en carn, en peix i en verdures.