GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Farro, polenta, mamaliga...

Gastronomia | 31/07/2017 | 21:35

La farina per fer farro s'elabora correntment a la Garrotxa

Dit també moresc, blat d'indi o de l'Índia, panís, dacsa (dos noms de Lleida i València, d'origen àrab i que es referien a un altre cereal). Aquest vegetal prodigiós-, el blat de moro, amb una espiga megagegant comparada amb la d'altres cereals, gràcies als treballs agrícoles dels amerindids-, no ha tingut excessiva presència en la cuina europea, llevat d'àrees locals i pobres- per exemple, de muntanya, sigui a Catalunya, Galícia o Romania o Itàlia-. En canvi, al sud dels Estats Units, a Mèxic i a tota l´àrea del Carib, i fins més avall, és un aliment bàsic, en forma de Tortillas (que seria el pa dels mexicans), tamales (la capsa de blat de moro fresc farcida), arepas, cremes dolces i altres, a part de les rosetes de dacsa o crispetes dels cines- tradicionals al País Valencià, així com les capses fresques a la brasa- típiques de les barbacoes dels Estat Units, i també del País Valencià, alguns països àrabs, Turquia, etc.

A la Gastroteca (portal gastronòmic de la Generalitat, que mai ha estat corregit de la quantitats d'errors i bajanades que diu), un "bodrio" molt mal fet creat per –ex-conseller Huguet, diu que és farro de la Garrotxa es ven torrat, cosa totalment falsa, llevat d'un farro especial del Berguedà.

Un plat pobre com la polenta del nord d'Itàlia, certament s'ha situat en els encontorns de l´alta gastronomia. Molt semblant, a Romania hi trobem la mamaliga, sovint cuinada amb formatge. A Dalmàcia és palenta, mamaligue a Bulgària, pura a Croàcia i Sèrbia, etc. Dintre la família a Catalunya hi tenim les farinetes de blat de moro, dites "farro" en algunes comarques (Garrotxa, Pla de l´Estany, Empordà ...), on encara és consumit i algun restaurant d'alta cuina l´ha adoptat. Però en aquest país, la gent, en general és reticent a menjar coses, fetes amb blat demoro, ja que en mos casos s'associen al temps de la misèria (guerra i postguerra). Més sort, segurament, han tingut les valencianes "coques a la calfor" o coques de dacsa, pròpies de les zones morisques- per tant, un aliment pobre-, que són iguals que el pa àrab pita.

De fet alguns plats a base de blat de moro s'han hagut de rescatar de la memòria popular, com va passar, al Berguedà, amb l´Escudella de blat de moro escairat que el gran cuiner Miquel Màrquez va convertir en el plat de la pau. És com una escudella normal i corrent, però on, en comptes d'arròs i fideus, s'hi posa blat de moro. El blat de moro en gra és present en algunes sopes americanes i xineses, en les amanides verdes les amanides d'arròs... Fins i tot es posa l´espiga senceres en sopes americanes i al Cocido de les Canàries- on es diu "millo"-. També es

fan a la Brasa, i ho trobem a les barbacoes americanes, al País Valencià, a Turquia...

Ara es fa difícil trobar farro, una mena de sopa o crema de blat de moro. A la Garrotxa, encara es troba en algun lloc, com a Cal Sastre, de Santa Pau, però no pas al Pla de l´Estany, on se'n menjava. Jo encara en faig, a l´hivern. A casa, a Vilavenut, durant tot l´hivern, era un dels plats típics del sopar. Encara recordo el garbell que hi havia per passar la farina molinada, ja que ha de tenir un gruix especial. És a dir, no servies la farina per a polenta ni tampoc la que ara es troba, procedent d'Amèrica Llatina, anomenada simplement "harina" (per fer arepas, tortillas, etc.), ni tampoc a la procedent de Romania, per a elaborar la mamaliga. El farro en forma de farina, sigui blanc o sigui groc (aquest més gustós) s'elabora encara a la Garrotxa- per exemple a Batet de la Serra-. El farro antigament es cuinava amb brou bufat (suc de coure les botifarres, "greix de perol" a Girona, que al segle XVIII, com explico al meu llibre "La cuina de 1714" els cansaladers donaven de franc als pobres). També es pot fer amb greixons o llardons, sagí i, sobretot col; a vegades carbassa.

Aquest farro, dit en algunes comarques farinetes, abans era un plat força corrent a tot Catalunya. De l´Empordà a la Garrotxa, del Pla de l'Estany a la Cerdanya, del Maresme a la Catalunya Nord. On també se'n diu millàs, del nom occità milhas-. A Occitània per exemple a la regió de l´Aude, on n´he pogut menjar però hi ha un milhas-milhat, a la Vall d'Aran; el farro salt és hariat de morisco) dolç, com un pastís. A l'hora de servir-lo, és imprescindible la presència d'uns dauets de cansalada i de pa, molt fregits. L´olor que fa el pa torrat en contacte amb el farro queda impregnat a la memòria palatal.

A Mallorca, una amiga romanesa que es diu Rodica, en ocasió del Campus Internacional de la Llengua Catalana a Mallorca (del qual un servidor n'era professor) em va fer tastar una mamaliga de farro amb formatge, que vaig trobar deliciosa. A Itàlia, igualment, conec com a mínim des del 83 la polenta: tinc un record memorable d'una polenta amb peix de riu (tinca o tenca) més aviat de llac-: sembla mentida que amb ingredients aparentment tan pobres, es pugui fer una obra mestra de la gastronomia. A Itàlia la serveixen també amb ocellets i acompanyant molts altres plats: parlem de les regions del nord, és clar, els habitants de les quals, justament, són anomenats "polentoni" pels del sud!.

Finalment, és força conegut el pa de blat de moro de Galícia, Astúries, el País Basc, Portugal (borona, boroa, talo...), on encara s'elabora.

A La Garrotxa s'hi celebren dues fires anuals dedicades a les farinetes i la seva promoció culinària. La Fira del Farro de la Vall de Bianya, iniciada l'any 2008, s'organitza al voltant del farro de blat de moro. La Fira del Fajol- amb el qual també es fan farinetes- té lloc a Batet de la Serra des de l'any 2006.

FARRO

El farro és una farina de blat de moro, present a diverses comarques, especialment les del Pirineu i pre-Pirineu. A la Garrotxa –i al Pla de l'Estany- hi ha farro groc i farro blanc, depenent del tipus de blat de moro, i encara es comercialitza. També es menjava a l´Empordà, al Berguedà, a la Selva, a la Catalunya Nord, etc. El groc sol ser més gustós. El mot farro, procedent del llatí, a Tarragona i regió de l´Ebre vol dir una mena d'escudella de mongetes, però a Itàlia designa una mena d'espelta- un tipus de blat primitiu-.

A casa era una sopa corrent, tot i que molta gent no en vol ni sentir a parlar, ja que l´associa amb el temps de gana. A mi, en canvi, m´encanta i la trobo més agradable i digerible que la polenta italiana.

I

ngredients

200 g de farina de blat de moro (aproximadament)

1 l d'aigua o brou

1 bola de sagí

50 g de cansalada viada

daus de pa

oli

sal

Elaboració

Poseu una olla al foc amb l'aigua o brou. Quan arranqui el bull hi aneu afegint en forma de pluja la farina de blat de moro- millor passada pel sedàs- sense deixar de remenar amb un batedor, ja que es pot agrumollar molt fàcilment, i la bola de sagí.

Ho deixeu coure uns 20 a 30 minuts, remenant-hi de tant en tant, ja que tendeix a agafar-se. Ho tasteu de sal.

En el moment de servir-ho, fregiu la cansalada tallada a tiretes molt fines (rostes) i en el mateix oli, tot seguit, el pa tallat a daus; la cansalada ha de quedar ben cruixent. Poseu-ne una quantitat a cada plat i tireu-hi el farro per sobre.

Notes

Les quantitats són aproximades, ja que hi ha que prefereix el farro més espès o menys; ha de quedar com una crema.La farina de blat de moro es pot tirar al brou també en fred, però sempre mirant que no s'agrumolli; si convé, passeu-la abans pel sedàs.

Hi és bo brou de col o afegir-hi trossos de col, carbassa, patata, ceba, etc., així com llardons o greixons, trossos d'orella de porc.

Antigament es feia servir el brou bufat o greix de perol, o bé un caldo més consistent fet orella o ossos de porc, sagí, patates, ceba, col- que s'hi adiu molt- carbassa, etc.

Al mercat hi ha farines de blat de moro de Llatinoamèrica ("harina") que no són molt adequades per la seva mòlta, per a la confecció del farro.

La farina per fer farro s'elabora correntment a la Garrotxa. Es pot trobar en algunes fires.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/47417-farro-polenta-mamaliga.htm