GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

BOU A L' ADOBA, VEDELLA I VACA VELLA

Gastronomia | 11/08/2017 | 16:20

Hi ha qui fa marinar tota la nit abans la carn amb la resta d'ingredients

El bou a l'adoba (dit simplement "dauba" o "daube", en francès; Buòu a l´adoba, en occità) és una recepta típicament occitana, que trobem també a la Cerdanya i al nord de França. Al Llenguadoc, Provença, etc., l'adoba solia ser un solemne plat familiar de Pasqua i de grans festes, convits i casaments. El nom del plat ve del terme occità i català adobar, o sigui, preparar, condimentar, i és paral.lel a l'estofat, també occità i català. En occità també hi ha al variant dauba, daubar i daubièra (en francès daubière), la cassola per cuinar aquest suculent estofat. En tots els casos el mot ve del frància -el baix alemany que parlava Carlemany, l´emperador que va diferenciar per sempre més els catalans dels espanyols- dubban, que vol dir adobar. També, tradicionalment, a Occitània es feia servir una cassola (terme que comparteix tan l'occità com el català), però també un topin o tupí. Fins i tot es menjava fred, com si fos un "fiambre" o hure de poc. En aquest cas cal afegir-hi una pota de vedella, que ho lligarà i hi donarà gelatina. Aquest plat també es fa a Catalunya; es fa a ambdues Cerdanyes i a tot el Pirineu-Pallars,l' Alt Urgell, etc....

Josep Pla, enlluernat per l'ús del bou que fa la cuina francesa, va escriure que la nostra és una cuina "sense carn". "En els països de la cuina sense bou, les persones que no n'han menjat mai creuen que viuen en un règim de cuina completa. Hi ha molts ciutadans, però, que han sortit a l'estranger, on han menjat el bou d'una manera o l'altra- a Perpinyà, sense anar més

lluny, el bou és corrent i apreciable-, i així, quan tornen, se senten defraudats. El bou que menjaren se'ls torna un simple record, i tothom sap el pes que tenen en la memòria els records culinaris. En ? el troben a faltar i no comprenen per què el bou no forma part de la cuina tradicional ni comprenen per què no es pot projectar sobre aquesta carn la quantitat d'intel·ligència que la seva manipulació culinària ha provocat. El bou els torna enyoradissos i melangiosos, tant com nosaltres o més que ens trobem escrivint aquest capítol de simples records personals."

"La carn de bou és ?na, lleugerament dolça –i per això és sempre susceptible de ser subratllada -, d'una coloració roja molt acusada, discretament- estriada de venes blanques de qualitat marmòria. Si el seu greix és d'un blanc groguenc, és un símptoma que l'animal és jove i ha estat ben alimentat. No rebutgin, sistemàticament, la carn de vaca: la carn ? una bona vaca jove val més, molt més, que la d'un bou vell, engreixat imperfectament, ?una manera arti?cial i forçada. La carn d'un toro jove i ben apeixat, sense haver passat per una plaça de braus, ofereix moltes possibilitats". (El que hem menjat, 1972). Josep Pla critica, en canvi, la carn de bou de

correguda, de la qual n'hi havia una certa tradició de consum a Olot, Vic, Barcelona, etc. A Reus també és tradicional un Bou amb arròs, així com antigament a Girona, el dia de Corpus, i a l'Horta de València. Se sacrificaven vaques velles, que ja no servien per treballar, però que donen una carn excel·lent, fins al punt que una empresa basca comercialitza la carn de "vaca vieja".

Certament, però, tant a Catalunya com a la resta de la Mediterrània, per les condicions climàtiques de sequedat, s'ha menjat més la vedella que el bou, i encara sempre darrera del xai, que com veiem als receptaris medievals és la "carn de referència". No obstant als receptaris conventuals del segle XVIII ja hi apareix algun estofat de "vaca" o bou, i fins i tot hi ha plats tradicionals i rituals de bou, com l'Arròs de bou de l´Horta de València o el que es feia a Girona per Corpus. A La cuinera catalana, primer llibre de cuina catalana i ibèrica moderna (v. 1835) hi apareixen diverses receptes de "vaca o bou"- bou a la catalana, vaca guisada- recepta quasi idèntica a la que expliquem-, etc. Tant Ignasi Domènech (La teca, 1924) com Ferran Agulló (Llibre de la cuina catalana, 1928), grans autors clàssics de referència, hi inclouen diversos plats a base de bou (estofat, etc.).

Ingredients

1 kg de bou (jarret, culata o culotte, cap de mort o gîte i, especialment, la macreuse gélatineuse, peça al costat de la gîte, espatlla o la galineta, com es diu en occità), en trossos d'uns 80 g cadascun

60 g de cansalada o cotnes de porc

2 cebes

2 pastanagues

1 copa plena de vi negre

1 cullerada de tomàquet concentrat (opcional)

1 cabeça d'alls

i manat d'herbes aromàtiques (farigola, llorer)

sal, pebre,aigua

Elaboració

Talleu la carn a daus força grossos, d'uns 3 cm de costat o més (fins a 90 g de pes).

En una cassola de ferro fos o cocota, o bé de terrissa (però fonda, o bé una daubièra) feu-hi fondre cansalada o llard (o bé poseu-hi la carn directament), afegiu-hi la carn, les cebes tallades en quatre trossos, les pastanagues a rodelles o daus, la cabeça d'alls sencera, les herbes aromàtiques i el vi, així com sal i pebre al gust.

Deixeu-ho fent al xup-xup a foc ben baix durant unes 3 o 4 hores. Si cal, afegiu-hi una mica d'aigua.

El concentrat del tomàquet l'hi podeu afegir tant al principi de la cocció com al final de la mateixa. Jo en prescindeixo

Notes

Hi ha qui al final desgreixa la salsa, sobretot si l'ha elaborat amb cansalada i cotnes de porc. Opcionalment, hi ha qui entatxona els trossos de carn amb daus de cansalada, incloent-hi o no all i julivert trinxat. També s'hi pot posar pernil, amb cotna i greix, i, com hem dit, una pota de vedella, per donar gelatina a la salsa.

Les herbes i espècies més emprades són el llorer, els alls, el clavell i, fins i tot, la canyella o la pela de taronja, la sajolida i la farigola.

És molt corrent fer daurar lleugerament abans els trossos de carn, o bé enfarinar-los.

Hi ha qui hi posa més vi fins a 1 l, i fins i tot un raig de vinagre.

És un plat excel·lent menjat l'endemà. Es pot acompanyar amb unes patates o amb naps.

En algunes cases, per aconseguir un veritable estofat, es tapava també amb un paper, amb farina pastada o amb un plat ple d'aigua. Es podia portar al forn del poble, on coïa lentament durant hores, o bé coure-la a casa durant tota la nit, quan hom emprava caliu. En aquest cas, el plat ens recorda l'haní dels jueus catalans medievals durant el shàbat o les adafinas sabàtiques dels jueus castellans

Hi ha qui fa marinar tota la nit abans la carn amb la resta d'ingredients, cosa, a la qual es referiria en nom de "doba" o "adoba" i que fa servir el jarret en una peça sencera, embolicada amb talls de cansalada; en aquest cas sí que és convenient marinar-ho.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/48066-bou-a-l-adoba-vedella-i-vaca-vella.htm