e-Periódico
http://www.e-periodico.cat

Vegeu el **videocomentari d'Edwin Winkels** sobre els menús de Nadal

Pàgines 32 a 34 ▷▷▷

ducte concret– i les carns, en particular la vedella, s'encareixen una mica, segons dades facilitades ahir per Mercabarna.

Malgrat la pujada registrada aquest desembre per l'IPC (índex de preus al consum), molts aliments acumulen tot un any de descensos, perquè els compradors fa mesos que estan contenint la despesa. I encara que ara les festes reanimin el consum, no serà suficient per remuntar. De fet, els experts consideren que les dades de l'IPC conegudes ahir «no són incompatibles amb el descens que han experimentat alguns productes alimentaris», indica Francesc Reguant, tècnic de la Conselleria d'Agricultura. Segons els càlculs d'aquest departament, «l'índex de preus percebuts pel sector hortícola ha disminuït un 10,2% aquest any». Bona part de la culpa la té la polèmica crisi alimentària del cogombre, que va arrossegar enciams, tomàquets i altres productes de l'horta.

VENDES MÉS ANIMADES // Que hi hagi crisi econòmica no implica que els catalans renunciïn aquests dies a menjar marisc fresc o fruites exòtiques. En absolut. Ho confirmen els mateixos consumidors, que fa dies que han començat a omplir rebostos i congeladors. «Esperem que amb aquests preus tan ajustats les vendes s'animin i augmentin al voltant del 5%», explica Leandre Serra, president del Gremi Majorista de Peix i Marisc a Mercabarna.

Els majoristes de Mercabarna esperen que els imports ajustats contribueixin a elevar les vendes al voltant d'un 5%

La tendència en fruites i verdures no és tan optimista. «Els preus estan un 13% més barats que el 2010, però el volum de vendes es preveu semblant», admet Casimir Llorens, president del Gremi Majorista de Fruites i Verdures al mercat central barceloní. ¿Les novetats del sector per a aquest Nadal? «El meló, en particular el del Brasil, que està guanyant adeptes per davant de la pinya», explica Llorens.

Una tònica semblant, la de l'estabilitat en preus i vendes, s'està vivint a les carnisseries, on les coses amb prou feines han canviat durant els últims anys. Amb una excepció: la vedella, «que ha experimentat aquest any un augment d'entre el 5% i el 10%», assenyala Joaquim Carrió, gerent de la secció de detallistes de la Companyia General Càrnia. El cabrit, les aus (galls dindis i pollastres) i el garrí, a preus gairebé idèntics als de l'any passat, segueixen sent plats d'obligada presència a les taules de Nadal. ≡

Per MIQUEL SEN

Tàrtar de Nadal

INGREDIENTS (4 persones)

400 grams de salmó fresc tallat a filets, 4 vieires (les xilenes són les més econòmiques), 4 escalunyes, 2 cullerades de fonoll picat, 2 cullerades de cibulet picat, 2 cullerades d'oli d'oliva, 1 cullerada de vinagre de vi, 1 llimona verda.
Per a la salmorra: 100 grams de sal fina, 100 grams de sucre morè, 10 grams de pebre mòlt. Unes gotes de salsa de soja (opcional), cèrcols de metall per al plat.

PREPARACIÓ

Barregeu els ingredients de la salmorra i cobriu els filets de salmó, reserveu-los a la nevera 12 hores. Després, aclariu els filets de salmó en aigua freda i talleu-los a daus molt petits. Piqueu les vieires. En un bol barregeu-les amb els daus de salmó. Incorporeu-hi el cibulet, les escalunyes picades, el fonoll, l'oli, el vinagre, el suc de llimona i una mica de la seva pell ratllada. Afegiu-hi una mica de pebre i unes gotes de salsa de soja al gust per elevar el contrast de salats. Col·loqueu en cada plat un cèrcol i ompliu-lo amb el tàrtar, aixafeu-lo i retireu els cèrcols. Decoreu els tàrtars amb unes fulles de canonges, sisho o un altre vegetal.

Rodó de vedella amb bolets

INGREDIENTS (4 persones)

1 quilo i mig de rodó de vedella.
3 cebes.
4 pastanagues.
3 tomàquets madurs.
2 grans d'all.
1 got de vi blanc.
300 grams de bolets de temporada.
2 cullerades de farina, oli d'oliva, sal
Pebre, un manat d'herbes aromàtiques.

PREPARACIÓ

Daureu a la cassola el rodó de vedella amb una mica d'oli d'oliva, salpebreu-lo. Un cop ben daurat, retireu la carn i reserveu-la. A la mateixa cassola sofregiu-hi les cebes, les pastanagues tallades en *brunoise* (a daus petits), els tomàquets ratllats i els dos grans d'alls sencers. Afegiu-hi la farina, remeneu-ho, aboqueu-hi el vi blanc. Torneu a col·locar la carn a la cassola, salpebreu-la, afegiu-hi el manat d'herbes aromàtiques i cobriu-ho amb aigua. Deixeu coure a foc mitjà durant 2 hores. Paral·lelament, en una paella, salteu els bolets de temporada amb poc oli i sal. Quan s'hagi evaporat l'aigua de vegetació, afegiu-los a la cassola. Deixeu-ho coure 15 minuts més. Deixeu-ho reposar abans de servir.

Guatlles amb panses

INGREDIENTS (4 persones)

6 guatlles grans de granja.
100 grams de béicon fumat.
80 grams de pernil tallat a daus.
1 ceba.
100 grams de panses.
1 copa de brandi.
½ litre de brou d'au (comprat) o de l'escudella de Nadal.
Oli d'oliva.
Una fulla de llorer.
Sal i pebre.

PREPARACIÓ

En una cassola sofregiu-hi en una mica d'oli d'oliva el béicon tallat a tires petites i el pernil juntament amb la ceba picada. Retireu el sofregit i a la mateixa cassola daureu les guatlles netes de plomes, prèviament salpebrades. Una vegada ben daurades, reincorporeu el sofregit a la cassola, remeneu-ho durant uns minuts. Afegiu-hi les panses. Flamegeu-ho amb el brandi , afegiu-hi el brou d'au i la fulla de llorer. Continueu la cocció a foc mitjà durant uns 45 minuts. Si falta líquid, afegiu-hi més brou. Rectifiqueu-ho de sal i pebre si és necessari. Serviu-ho calent i acompanyeu-ho amb torradetes.

Púding de pa amb gelat de torró

INGREDIENTS (4 persones)

250 grams de pa sec.
2 cullerades de panses.
Una tasseta de brandi del Penedès.
50 cl de llet, 75 grams de mantega, 100 grams de sucre, 3 ous, 3 cullerades de sucre.
Gelat de torró (comprat) .

PREPARACIÓ

En un bol poseu en remull les panses amb el brandi durant unes tres hores. En un cassó escalfeu la llet, afegiu-hi la mantega fora del foc i remeneu-ho fins que es fongui. Poseu la preparació en un bol i incorporeu-hi el pa tallat a trossos, els ous i el sucre. Tritureu-ho amb la batedora fins que obtingueu una massa homogènia, afegiu-hi les panses i el brandi i barregeu-ho tot. Empolvoreu amb les 3 cullerades de sucre el motllo de *cake* i escalfeu-ho fins a obtenir un caramel líquid. A continuació, aboqueu la preparació anterior al motllo i poseu-ho tot al forn al bany maria durant 45 minuts. Deixeu-ho refredar i aleshores guardeu-ho a la nevera. En el moment de servir-lo, desemmotlleu el púding i decoreu-lo amb boletes de gelat de torró. Són unes postres que es poden preparar amb antelació.