



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



FACULTAT DE BELLES
ARTS DE SANT CARLES

UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

Facultat de Belles Arts

"Quadern Verdell". Concepció i disseny de llibre artístic
sobre cuina.

Treball Fi de Grau

Grau en Disseny i Tecnologies Creatives

AUTOR/A: Corral Fernández, Sílvia

Tutor/a: Parejo Sánchez, María Angeles

CURS ACADÈMIC: 2021/2022

TFG

QUADERN VERDELL

CONCEPCIÓ I DISSENY DE LLIBRE ARTÍSTIC SOBRE CUINA

Presentat per **Sílvia Corral Fernández**

Tutora: **M^a Ángeles Parejo (Geles Mit)**

Facultat de Belles Arts de Sant Carles

Grau en Disseny i Tecnologies Creatives

Curs 2021-2022



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA
FACULTAT DE BELLES ARTS DE SANT CARLES

RESUM I PARAULES CLAU

Aquest treball de fi de grau se centra en el disseny editorial i la concepció creativa més experimental en dur a terme la creació d'un llibre artístic.

La recerca teòrica basada en l'univers de la cultura gastronòmica es complementa amb la redacció de petits fragments costumbristes relacionats amb la vivència de la cuina, per part d'una persona corrent. El marc pràctic, per part seva, recull la maquetació creativa i el propi desenvolupament del procés gràfic fins a la impressió. I abasta des de formats, tintes, papers i tècniques d'impressió fins a enquadernacions i altres complements per a llibres d'artista.

Paraules clau: llibre d'artista, editorial, maquetació, gastronomia, Països Catalans

ABSTRACT AND KEYWORDS

This final degree project focuses on editorial design and the most experimental creative conception in the creation of an artist's book.

The theoretical research based on the universe of the gastronomic culture is complemented with the writing of short fragments related to the experience of cooking, by an ordinary person. The practical framework, on the other hand, includes the creative layout and the development of the graphic process up to printing. It ranges from formats, inks, papers and printing techniques to bindings and other complements for artists' books.

Keywords: artist's book, editorial design, layout, gastronomy, Catalonia

CONTRACTE D'ORIGINALITAT

Aquest Treball de Fi de Grau ha estat realitzat íntegrament per l'alumna Sílvia Corral Fernández. Aquest és l'últim tràmit per a l'obtenció del títol de la promoció 2018/2022 del Grau en Disseny i Tecnologies Creatives de la Universitat Politècnica de València.

El present document és original i no ha estat lliurat com un altre treball acadèmic previ, i tot el material pres d'altres fonts ha estat citat correctament.

Firma:

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Sílvia Corral', written in a cursive style.

Data: 18 de juliol de 2022

AGRAÏMENTS

A totes les persones que han construït *Quadern Verdell*; les esmentades, les que no han aparegut i les que en algun moment en formaran part.

Especialment a Carme Fernández, María Pisa, Ramon Corral, Maria Corral, Jana Beneito, Alex Granero, Serena Condini, César Miguel Valdez, Luz M^a Andreu, Amparo Martínez, Emma Segovia, Ana Parejo, Clara Arranz, Marta Rosselló, Eloi Balcells i Júlia Sanz.

Gràcies també a Elena Escartín, qui va definir fa anys, sense saber-ho, l'inici del projecte i la manera com percebo tot.

Als amics que m'emporto gràcies al disseny, per l'ajuda i acompanyament incondicional durant quatre intensos anys: Carlos Alberto, Andrea Peregrín, César Soto, Sofía Sánchez de Nieva, Alicia Valero, Irene Velázquez, Irene Lafuente, Mila Albero, Ana M^a Gil i Pilar Jiménez.

I als grans professionals d'aquesta disciplina que m'han entès, guiat, recolzat com ningú i amb qui he confiat davant qualsevol situació, projecte o dubte professional: Geles Mit i Álvaro Sanchis.

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ	6
1.1. <i>Objectius i límits</i>	7
1.2. <i>Metodologia i planificació</i>	7
2. CONTEXTUALITZACIÓ I ÀNALISI	9
2.1. <i>La memòria com a obra</i>	9
2.1.1. La importància de la memòria	9
2.1.2. Memòria individual i memòria col·lectiva	10
2.1.3. Algunes obres relatives a la memòria	10
2.2. <i>Premisses del llibre artístic</i>	12
2.2.1. Consideracions formals	12
2.2.2. Seqüència i narració	13
2.3. <i>Tipus de representació de la cuina en publicacions editorials</i>	14
2.3.1. Com a obra instructiva i/o educativa	14
2.3.2. Com a obra artística	14
2.3.3. Com a narració literària	15
2.3.4. Com a testimoni cultural	15
2.4. <i>Quadern Verdell com a llibre</i>	15
2.5. <i>Referències conceptuals</i>	16
2.6. <i>Referències visuals</i>	17
3. DESENVOLUPAMENT PRÀCTIC	18
3.1. <i>Consideracions inicials i briefing</i>	18
3.2. <i>Desenvolupament de llibre artístic</i>	19
3.2.1. <i>Quadern Verdell: concepte i tipologia</i>	19
3.2.2. Contingut i estructura	19
3.2.3. Identitat i direcció d'art	24
3.2.3.1. Tipografies	24
3.2.3.2. Cromatisme	25
3.2.3.3. Direcció d'art	25
3.2.4. Maquetació	25
3.2.5. Unificació	26
3.2.6. Veus	27
3.2.6.1. La veu sàvia	27
3.2.6.2. La veu de l'experiència	28
3.2.7. Materials, impressió i prototip final	28
4. VIABILITAT, PRESSUPOST I PREVISIÓ	29
5. CONCLUSIONS	30
REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES	32
ÍNDEX DE FIGURES I TAULES	32
ANNEXOS	34
<i>Annex 1: Quadern Verdell</i>	
<i>Annex 2: Enquesta</i>	
<i>Annex 3: Alguns documents relacionats amb el record gastronòmic</i>	

1. INTRODUCCIÓ

“Cada un de nosaltres ha nascut en una realitat històrica concreta, regida per normes i valors concrets i gestionada per un únic sistema econòmic i polític. Donem per descomptada aquesta realitat, pensant que és natural, inevitable i immutable. Oblidem que el nostre món va ser creat per una cadena accidental d’esdeveniments, i que la història no sols va conformar la nostra tecnologia, la nostra política i la nostra societat, sinó també els nostres pensaments, les nostres pors i els nostres somnis.” (Harari, 2015, p. 86)

La realitat de la qual sorgeix *Quadern Verdell* s’alimenta d’una terra ferma, de gent curosa i familiar, de la memòria i de l’afany de cuidar el cuinar. Aquest treball de fi de grau busca narrar, a través de la crònica escrita, la cultura envers la cuina i algunes receptes, una experiència biogràfica particular. Clarament basada en la influència catalano-valenciana, els dos episodis en els que es divideix, les taules (on s’exposen les receptes) i el diari (on es narren, en petites píndoles, vivències i tradicions locals), mostren des de diferents vessants informació tant genèrica com particular sobre l’experiència gastronòmica.

Si bé la forma presentada, que conté esquemes i composicions visuals que recorden a dades i informacions tècniques, fa referència al quadern bitàcola, a la vegada es presenten, com a contrapunt, elements visuals que complementen el contingut amb un enfocament més subjectiu i individual, de vegades fins i tot íntim. És aquí on es pretén buscar i trobar la diferenciació respecte altres llibres germans. Allunyat del simple i funcional receptari, *Quadern Verdell* passa a ser un llibre artístic on convergeixen herència, cultura, instrucció, memòria, disseny i experiència.

Així doncs, aquest treball sorgeix per a experimentar de principi a fi la creació i autoedició d’una publicació, aturant-se en el pas previ a la producció en massa, tenint en compte la viabilitat i inversió necessària pel projecte. La finalitat última és assolir els coneixements transversals que això implica: capacitat de decisió, gestió del temps i direcció i execució de la part gràfica d’un projecte editorial. Com altres llibres auto-editats, aquest treball de final de grau no és fruit d’un encàrrec, més aviat se situa en la línia que hi ha entre llibre comú i llibre artístic; *Quadern Verdell* reclama que en la quotidianitat i la funcionalitat existeix bellesa i llenguatges heterogenis; en definitiva, pretén descontextualitzar la veu de l’art per a traslladar-la a un cos i autor ordinaris, col·laboratius i dissidents.

1.1. OBJECTIUS I LÍMITS

L’objectiu principal d’aquest treball de fi de grau és crear un llibre artístic

amb possibilitat d'implementació real al mercat a través de l'autoedició. Per a aconseguir-ho, es plantegen els següents objectius:

Objectiu general

Dissenyar íntegrament un llibre artístic a través d'un projecte transversal

Objectius específics

Aprendre i aplicar una metodologia de treball enfocada al disseny editorial

Investigar de manera conceptual i visual

Definir les necessitats, les possibilitats i els recursos capitals per a la realització pràctica del treball

Planificar el procés de la manera més eficient possible

Establir una comunicació estimulante entre llibre i lector

Recercar, especificar i justificar els textos necessaris pel llibre

Crear una identitat adequada, atractiva i atemporal

Definir una estratègia de direcció d'art amb pautes que unifiquin tot el contingut

Aconseguir un llenguatge visual que sigui coherent i comprensible globalment

Calcular i exemplificar el pressupost requerit pel projecte

Imprimir i enquadrar tot el material seguint els paràmetres de finalitzat adequats

Experimentar amb materials i maquetacions

Traduir de manera òptima un contingut didàctic al format visual

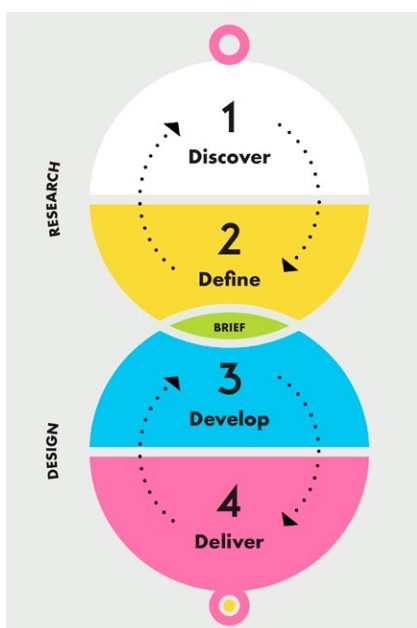


Figura 1
Procés metodològic "Doble diamant".
A Designer's Research Manual, de Jen i Ken
Visocky O'Grady (2009).

1.2. METODOLOGIA I PLANIFICACIÓ

Pel que fa a l'hora de seguir un esquema de treball, aquest projecte es desenvoluparà en base a algunes indicacions aportades per el Design City Council de Regne Unit i exportades del llibre *Investigar en el diseño* de Raquel Pelta (2010):

1. Plantejament i primers passos. Detecció de problema i solució: definició de briefing, objectius i preguntes; investigar per què és necessari un treball de disseny i concretar el plantejament. En aquest treball de final de grau, s'ha determinat que:

La majoria de llibres gastronòmics són llibres de receptes i, per tant, hi ha un gran buit de publicacions creatives en el sector.

Es vol plantejar un enfocament creatiu en una publicació gastronòmica per a a) mostrar una nova tipologia editorial i b) generar interès en un lector amant de la cuina, que es pot veure identificat o proper amb l'experiència exposada.

El públic al qual va dirigida la publicació és molt ampli, fora del món artístic, per tal de trencar amb les distàncies que existeixen entre llibres artístics i públic general i apropar el disseny a tothom.

2. Investigació. Enfocar-la en l'usuari i observar els seus comportaments.

3. Planificació i desglossament de tasques. Examinar els recursos que estan a disposició: gent, entorn, informació, etc. Per a dur a terme aquest treball, s'ha de tenir en compte que el procés de creació sempre es concep com un procés viu, que ha de permetre's redistribuir-se constantment per a precisar millor el que finalment requereix el projecte. D'aquesta manera, s'ha decidit seguir la metodologia basada en el llibre *Designer's Research Manual* de Jenn Visocky O'Grady i Ken Visocky O'Grady (2009), que consta de dues fases; la primera, per a definir el problema, i la segona, per a executar el disseny.

4. Comunicació. Seguretat en què totes les parts estan implicades en el procés. En aquest cas, es dona a l'hora d'imprimir o enquadernar.

5. Implementació i evaluació. Establir procediments d'avaluació que permetin millorar el disseny en un futur. Establir *feedback* amb lectors i amb professionals del disseny.

A *Quadern Verdell* s'han especificat les següents tasques per tal de planificar millor el treball:

Definició del projecte. Inclou el briefing i la reedició de textos.

Recerca i investigació. Inclou la recerca de referències conceptuals i visuals i el moodboard de la identitat, direcció d'art i enquadernacions.

Definició del projecte
Recerca i investigació
Execució
Prototip i impressió
Redacció final de la memòria

	FEBRER	MARÇ	ABRIL
Setmana 1	Definició del briefing	Recerca i escriptura de textos	Definició de direcció d'art
Setmana 2	Recerca de referències, creació de moodboards i escriptura de textos	Seqüenciació dels continguts	Maquetació
Setmana 3		Creació d'identitat i llenguatge visual	
Setmana 4			
	MAIG	JUNY	JULIOL
Setmana 1	Maquetació	Maquetació	Impressió i construcció del prototip
Setmana 2			Execució de fotografies de presentació i redacció final de la memòria
Setmana 3			Redacció final de la memòria i entrega
Setmana 4		Artfinalització, elecció de materials i unificació final	
Redacció de la memòria i revisió general			

Figura 2
Calendari de treball derivat del desglossament de tasques.

Execució. Inclou la creació d'identitat i llenguatge visual, la definició de direcció d'art, la maquetació, l'elecció de papers, enquadernació, tintes i materials, la unificació i reajustaments finals i la impressió i execució de fotografies de presentació.

Realització del prototip i impressió del projecte.

Redacció final de la memòria.

El cronograma final queda d'aquesta manera:

2. CONTEXTUALITZACIÓ

2.1. LA MEMÒRIA COM A OBRA

2.1.1. La importància de la memòria

Generalment, la gent entén la importància de recordar el passat traumàtic: diuen que qui recorda l'horror no el repeteix. Però quan es tracta d'un passat, o un present que esdevindrà passat, aparentment intranscendent, el sentit de la preservació del record perd pes. Enteses com a eines de difusió, sovint algunes obres artístiques (tals com biografies o autobiografies, quadres o diaris) poden donar una aparença d'altaveu envers un discurs grandiloqüent per part del protagonista del relat. Lluny d'aquesta finalitat, hi ha moltes altres obres que, tot i la narració única i íntima característica d'una memòria, dirigeixen l'atenció cap als receptors, focalitzant-se en la reflexió i/o acció d'aquests.

Figura 3

Enquesta realitzada a amics i familiars propers preguntant sobre els menjars preferits (actuals i de la infància). Des de la perspectiva utilitarista, resulta ésser informació poc substancial. Des d'una perspectiva humanista, però, són dades d'interès que, personalment, han servit de base per a construir un discurs i objecte d'un gran valor únic. Si, enlloc d'aquesta informació, Quadern Verdell s'hagués construït amb estadístiques dels menjars preferits de la població d'Espanya, el projecte mancaria de consistència argumental.

Quin és el teu menjar preferit? (opcional) / ¿Cuál es tu comida favorita? (opcional)	Quin era el teu menjar preferit en la infància? (opcional) / ¿Cuál era tu comida favorita en la infancia? (opcional)
21 respuestas	18 respuestas
Els cereals rellenos de leche hacendado	Arroz con acelgas y caracoles. Namá!
sopa	Spaghetti al curry amb mango, amb pollastre i fruits secs
Paelia	Tortilla de patatas + carne con tomate
Canelons	los palitos de merluza del pescanova
Cocido	Fideos con limón
Mhmm... l'arròs en bogavent	Fideos :)
Empanadas	Canalons
cualquier cosa con queso	Calamars a la romana

Si una memòria genera cavil·lació, dubtes i exercici mental, sempre és benvinguda i necessària. El fet d'utilitzar-la com a mètode en una obra ja genera reflexió en l'autor/a, així, sempre és positiu l'esforç del record a l'hora de generar una obra nova. En un món dirigit per l'absolutisme de les dades numèriques, és capital la valorització, expressió i permanència de l'humanisme i qualsevol aspecte relatiu al pensament dissident o matèries considerades, generalment, anodines. D'aquesta manera, basar-se en un discurs particular poètic (tant individual com col·lectiu) enlloc de guiar-se per estadístiques o altres ciències exactes a l'hora de construir un fil narratiu o un producte final no és més o menys correcte, tot i abraçar connotacions que socialment són menys plausibles.

2.1.2. Memòria individual i memòria col·lectiva

Una vegada entès l'interès de la transcripció de la memòria, és interessant

conèixer les tipologies de memòria: individual i col·lectiva.

Diu Maurice Halbwachs en *La mémoire collective* (1950)* que “per estrany i paradoxal que sembli, els records que ens resulten més difícils d'evocar són justament aquells que no ens concerneixen sinó a nosaltres, que constitueixen el nostre bé més exclusiu, com si no poguessin escapar-se als altres sinó a condició d'escapar-se'ns també a nosaltres mateixos.” És a dir, que els records més difosos constitueixen la memòria individual en tant que els fets que s'han reconstruït ho fan amb l'únic relat personal.

Ara bé, en el mateix llibre, Halbwachs també exposa el supòsit d'una situació on una persona passeja sola. “No obstant això, passejo sol únicament en aparença”, apunta.

“En passar davant de Westminster, vaig pensar en el que m'havia dit el meu amic historiador. [...] Al creuar un pont, vaig considerar l'efecte de perspectiva que el meu amic pintor m'havia assenyalat. Vaig caminar, en conseqüència, orientat pel pensament del meu mapa.”

La memòria individual entra llavors en trànsit amb la memòria col·lectiva. Quan es tracta de records, els límits sovint es tornen difosos. Per a formar part d'una memòria col·lectiva, es comparteixen condicionants amb altres persones. En canvi, en una memòria individual, els condicionants s'associen a un conjunt de característiques individuals. “Cal que ens trobem o estiguem en condicions tals que permetin a aquestes dues influències combinar millor la seva acció perquè un record reaparegui i sigui reconegut”, apunta Halbwachs. Tot i així, algunes característiques individuals poden ser igualment compartides amb individus aliens al record, resultant familiars no només per l'executor. Podria considerar-se estranya la memòria única, entenent-la com una història compartida en potència: “Tenim tan bona afinació amb aquells que ens envolten que vibrem a l'uníson, i no sabem on es troba el punt de partida de les vibracions, si en nosaltres o en els altres. [...] De qualsevol manera, en la mesura en què cedim sense resistència a un suggeriment exterior, creiem pensar i sentir lliurement.”

2.1.3. Algunes obres relatives a la memòria

Al llarg de la història s'ha exemplificat la memòria en diverses obres artístiques i literàries: diaris, obres audiovisuals, novel·les, quadres, biografies, memorials, llibres històrics... Tot i l'enorme amplitud que implica una temàtica com aquesta, i que excedeix el límit d'aquest treball, s'han escollit alguns casos de referència per a la proposta, ja sigui per la vinculació amb l'àmbit del disseny o per la seva rellevància conceptual.

*Els fragments aquí citats són traduccions al català de fragments del capítol 2 del llibre *La mémoire collective*, de Maurice Halbwachs.

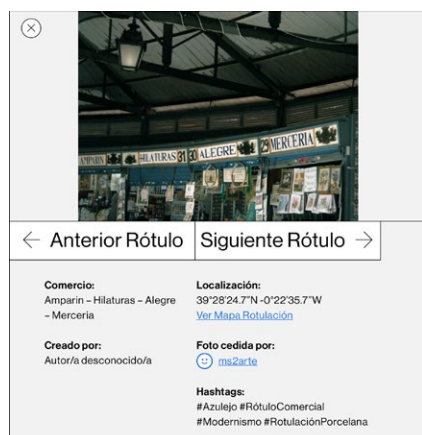


Figura 4

Captura del web *Tiposqueimportan.com*, on es mostra la fitxa tècnica d'una peça tipogràfica urbana recuperada.

- **La plataforma *TiposQueImportan*:** La memòria com a preservació del patrimoni.

Tiposqueimportan.com és una plataforma que “pretén contribuir a la conservació i la difusió de la cultura local a través de la recuperació del Rètol Comercial Valencià” (*Tiposqueimportan.com*) mitjançant la documentació, catalogació i divulgació de les peces de comerços, carrers i barris de València. Gràcies a la identificació de punts geogràfics i històries d'habitants, el projecte desenterra i dona veu a vàries cròniques amb la ciutat com a denominador comú

- **El llibre *Si això és un home*, de Primo Levi:** La memòria com a consciència històrica.

Primo Levi va ser un químic i escriptor italià presoner i supervivent del camp d'extermini d'Auschwitz. Després de l'alliberació, Levi deixà constància de la vida en el camp a través de vàries memòries escrites, entre les que destaca *Si això és un home*, on, a través de descripcions crues i reflexions meta-literàries, morals i històriques, exposa l'experiència viscuda.

“Ecco, attento Pikolo, apri gli occhi e la mente, ho bisogno che tu capisca:

Considerate la vostra semenza:

Fatte non foste a viver come bruti,

Ma per seguir virtute e conoscenza.

Come se anch'io lo sentissi per la prima volta: come uno squillo di tromba, come la voce di Dio. Per un momento, ho dimenticato chi sono e dove sono.”*

- **Els quadres de William Utermohlen:** La memòria com a testimoni.

Utermohlen va ésser un pintor americà nascut el 1933. Als 65 anys, li van diagnosticar Alzheimer, però des dels 61 presentà una clara degeneració cognitiva. Tot i pintar autoretrats anteriorment, no és fins llavors que William centra la seva producció en aquesta disciplina. A través dels quadres realitzats entre el 1995 i el 2000, es pot analitzar l'evolució de la seva malaltia i il·lustren com a testimonis la pèrdua gradual de les seves habilitats per a la

*Traducció del fragment del llibre “*Si això és un home*”, on Primo Levi recita de memòria a un company uns versos de La Divina Comèdia:

“Aquí, compte Pikolo, obre els ulls i la ment, necessito que ho entenguis:

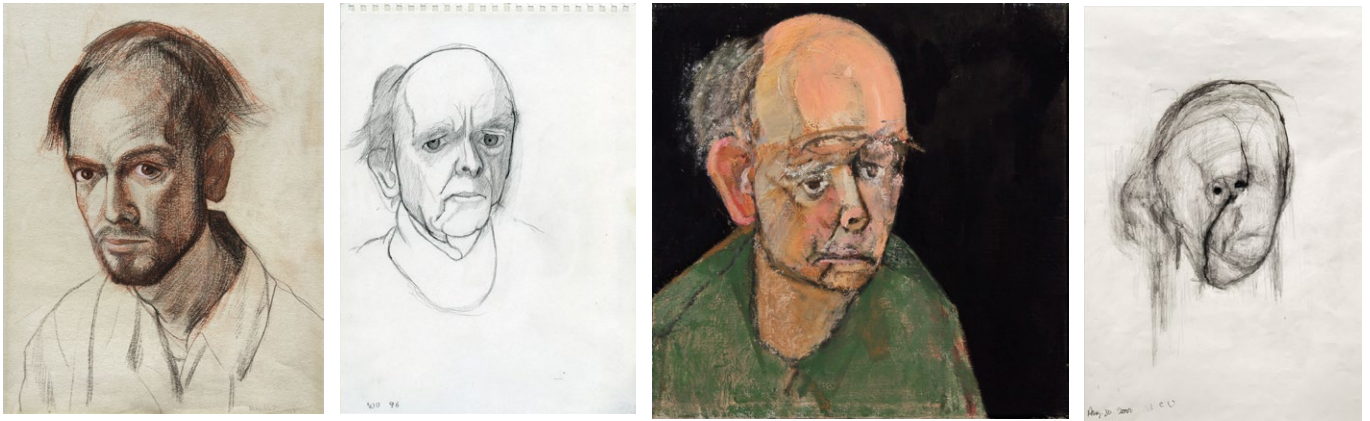
Considereu la vostra llavor:

No heu estat fets per viure com bruts,

Sinó per a seguir la virtut i el coneixement.

Com si jo també ho sentís per primera vegada: com un toc de trompeta, com la veu de Déu. Per un moment, vaig oblidar qui soc i on soc.”

representació espacial, les relacions entre trets i objectes i entre proporció i perspectiva (Elpais.com, 2012).



Figures 5, 6, 7 i 8.

Autoretrats de William Unter Mohlen (d'esquerra a dreta): *Autoretrat* (tècnica mixta sobre paper, 1967), *Autoretrat* (dibuix a llapis sobre paper, 1996), un any després del diagnòstic, *Autoretrat (amb samarreta vermella)* (oli sobre llenç, 45.5x35.5cm, 1999), i l'últim, *Cap I* (dibuix a llapis sobre paper, 40.5x33cm, 2000), on el rostre apareix quasi esborrat i desestructurat. La seva dona apuntava: "es com si William hagués assimilat el seu destí a la seva pintura: subsistir mentre desapareix" (Elpais.com, 2012). Les obres biogràfiques com la d'Unter Mohlen tenen especial valor de conscienciació i educació respecte temes desconeguts o percebuts com a llunyans.

2.2. PREMISSES DEL LLIBRE ARTÍSTIC

2.2.1. Consideracions formals

El contingut, el concepte i la forma podrien considerar-se com els pilars fonamentals d'un llibre. En funció de si el seu caràcter és convencional (entès aquest com a comercial i de temàtica i acabats corrents) o artístic, el llibre es focalitza en el contingut, en el primer cas, o en la forma i el concepte, en el segon.

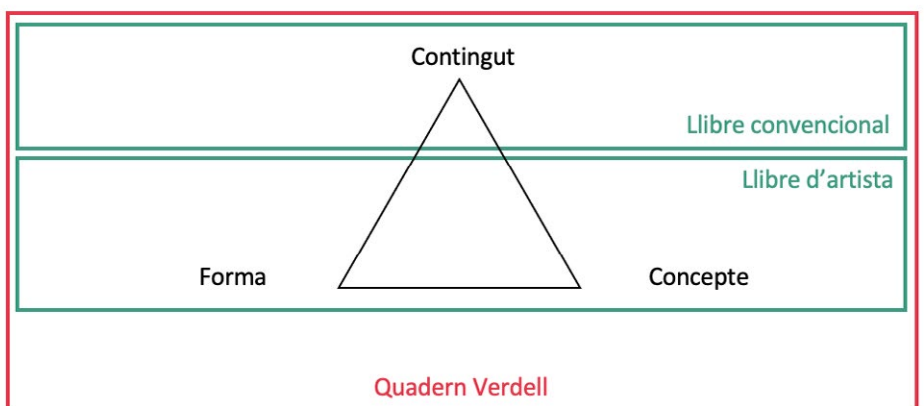


Figura 9

Esquema de les parts que conformen un llibre i la rellevància d'aquestes segons la tipologia editorial.

D'acord amb les consideracions relatives a la forma, un llibre es gesta, en primer lloc, a partir de certes decisions tècniques. Segons apunta Jaime Sebas, de l'estudi Handshake, al curs *Edició Urgent* (2021), algunes són essencials:

- **Paper**
Estucat. Aporta un caràcter fred.
Offset / reciclat. Aporta un caràcter càlid.

- **Format**
 - Gran. Permet una lectura immersiva.
 - Petit. Permet una lectura íntima.
 - Variable. Aporta dinamisme al llarg de la lectura.
- **Enquadernació**
 - Cosida a vista / cosida individual. Aporta un caràcter cru.
 - Acordió. Permet una lectura narrativa i panoràmica.
 - Fresada. Aporta una aparença senzilla.
 - D'espiral. S'associa a un caràcter desenfadat i domèstic.
- **Impressió**
 - Digital. Permet un ventall de possibilitats molt ampli, gràcies a la possibilitat d'ús d'una gran varietat de tintes
 - Fotocòpia. Tot i la pèrdua de qualitat que implica aquest tipus d'impressió, aporta un efecte analògic i humà.
 - Risografia. Es una tècnica antiga que es troba a mig camí entre la fotocòpia i la serigrafia. Els aspectes més característics son la reproducció a través de trames i els acabats imperfectes, que permeten tirades úniques. Sovint, la risografia es troba limitada pel tipus de tintes disponibles de cada màquina.
- **Acabats**
 - Estampació. L'estampació una mica enfonsada de tintes o films aporta un caràcter clàssic.
 - Cop sec. Aporta un caràcter discret. Es equivalent a l'estampació, però sense tinta i permet realitzar-se sobre qualsevol material amb un mínim de gramatge.
 - Tinta UVI. Permet la reproducció de colors i tintes especials.
 - Encuny. Suposa el retall de zones del paper i transforma el format original per a aportar caràcters personalitzats.

Així doncs, depenent de les eleccions preses, la part formal del llibre transmet unes connotacions i significats o altres.

2.2.2. Seqüència i narració

Per això, en segon terme, les decisions narratives son també determinants a l'hora de construir la seqüenciació del contingut del llibre. Sebas, en el mateix curs (Handshake, 2021), divideix les principals seqüenciacions en les següents:

- **Seqüenciació formal.** De vegades, la forma i la narrativa esdevenen u i a través de variacions tonals, d'escala, proporcionals, reticulars o rítmiques de la forma, entre d'altres, s'emet el missatge del llibre.
- **Seqüenciació narrativa / conceptual.** Les principals seqüenciacions narratives es divideixen en tipus cavalcada (on el lector observador mira l'acció transformar-se), guio, cinematogràfica, de viatge (on el lector busca i camina cap a l'acció), coreogràfica (basada en el moviment o ritme) i de

passeig (a través de diferents espais que presenten obstacles o sensacions a través dels recursos visuals).



Figures 10, 11 i 12.

La otra fiesta. Soledad, territorio, formas de vida., de Miguel Ángel Martínez. El llibre parla de la soledat a través de la caixa de text, la qual a l'inici del llibre es presenta ocupant pràcticament tota l'amplada de pàgina i acaba esdevenint una estreta columna. És un clar exemple de seqüenciació formal a través de la variació d'escala.

2.3. TIPUS DE REPRESENTACIÓ DE LA CUINA EN PUBLICACIONS EDITORIALS

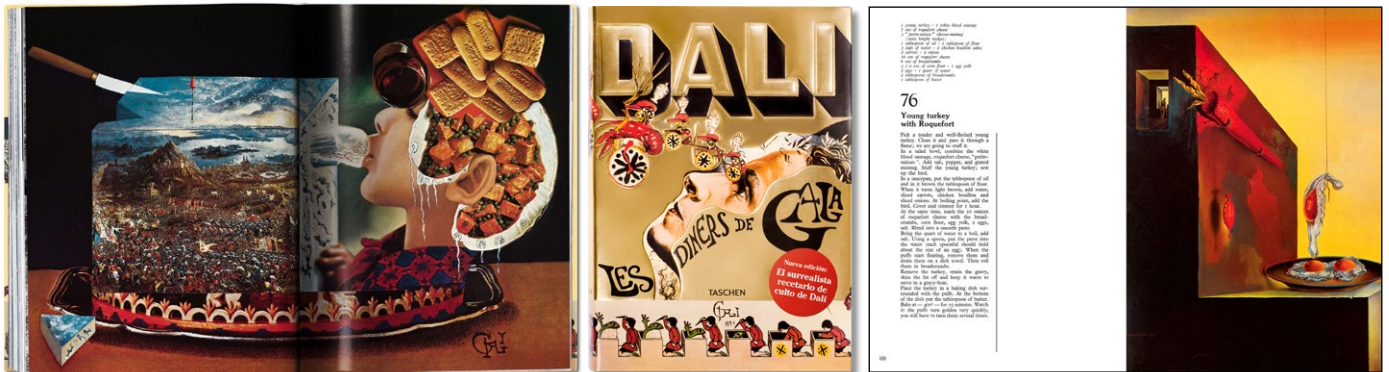
És el rol de poder del disseny el que disposa en classificacions geogràfiques, tipològiques segons els aliments o instructives les publicacions editorials relatives a la cuina. Actualment, quan es tracta la cuina en les publicacions editorials, la perspectiva humanista i personal és reduïda. A continuació s'exposen les classificacions editorials més usuals en el panorama actual.

2.3.1. Com a obra instructiva i/o educativa

De tota l'oferta de publicacions gastronòmiques, la major part es basa en la part funcional i instructiva de la cuina; aquelles publicacions on les receptes i explicacions pragmàtiques esdevenen l'eix central de la narrativa, tals com receptaris o bíblies, son les que gaudeixen de més èxit i popularitat, fet que perpetua la producció d'aquest tipus de publicacions. L'objectiu d'aquest tipus de publicacions és explicar i oferir respostes respecte a un eix temàtic.

2.3.2. Com a obra artística

Paral·lelament, la cuina, a l'ésser una disciplina que històricament ha despertat molt interès, esdevé objecte de valor cultural des que l'home adquireix consciència. Així, aquesta es mostra com a peça de rellevància (en aquest cas, artística) en algunes publicacions editorials, com catàlegs i llibres d'artista. És en aquestes publicacions on la producció i la cultura relacionada amb la gastronomia es presenta com a obra de valor en si mateixa i no com a processos o contextos subordinats.



Figures 13, 14 i 15.

Interiors i portada del llibre d'artista *Les diners de Gala* (1973), de Salvador Dalí. A través de l'art i algunes reflexions surrealistes, Dalí recull en aquest llibre plats exòtics des d'una perspectiva multi-sensorial i imaginativa.

2.3.3. Com a narració literària

Existeixen també altres publicacions que centren el contingut en aquelles històries que envolten la cuina, des de les més costumistes i ordinàries fins aquelles històriques i transcendents. L'objectiu aquí, com en qualsevol objecte narratiu, es basa en explicar i entretenir a través d'un narrador. Així, la gastronomia es presenta en aquesta tipologia de manera indirecta, a través d'una (o varies) veus i perspectives externes.

2.3.4. Com a testimoni cultural

La cuina també es pot manifestar en les publicacions editorials com un testimoni d'una cultura i costums concretes. Basada en les històries personals i els objectes i les convencions locals, aquesta tipologia busca il·lustrar i exemplificar una manera de fer i entendre envers la temàtica principal. L'objectiu d'aquestes publicacions és construir una memòria col·lectiva a través del recull d'experiències particulars.

2.4. QUADERN VERDELL COM A LLIBRE

Amb anterioritat s'han exposat alguns exemples de la memòria com a obra. Si *Quadern Verdell* s'hagués de concretar, probablement representaria una publicació testimonial i biogràfica amb la cuina com a fil conductor. Si bé les obres explicades són de gran transcendència, aquesta condició, quan es tracta de crear un document personal i sense més pretensió que la d'acompanyar al propietari al llarg de la seva experiència gastronòmica, no és essencial ni agraïda.

Quadern Verdell naix com a metàfora del quadern de bitàcola, un document (normalment una llibreta o un llibre) on els pilots anoten dades tècniques i fets importants esdevinguts durant la navegació. *Quadern Verdell* basa la seva estructura conceptual, seqüencial i formal en el quadern de bitàcola.

D'una banda, el propi nom s'interpreta com una traducció de "quadern de bitàcola". La bitàcola és un armari fixat a la coberta d'un vaixell que conté un sistema d'orientació format, entre altres elements, per dues esferes, una



Figura 16
Bitàcola exposada al MUNCYT d'A Coruña.

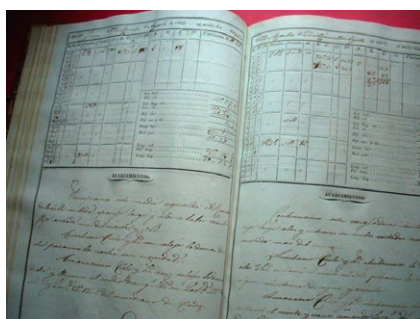


Figura 17
Interior d'un quadern de bitàcola. L'estructura es divideix en: a) taula de dades i b) esdeveniments.

vermella i una verda. A la vegada també guarda i protegeix el document ja esmentat. "Verdell" fa referència al verd i al vermell de les esferes de la bitàcola, les parts més característiques i visuals de l'objecte. D'aquesta manera, s'introdueix i es dona peu al lector a imaginar l'interior del llibre i a relacionar millor la idea amb el projecte.

L'estil de redacció (que segueix la mateixa línia descriptiva, però fent referència a records enlloc de fets rigorosos i exactes i expressiva) i la seqüència narrativa (dividida en taules tècniques sobre les receptes i diari) de *Quadern Verdell* també es basen en l'estructura i continguts interiors d'un quadern de bitàcola.

2.5. REFERÈNCIES CONCEPTUALS

Així doncs, si bé *Quadern Verdell* té una gran analogia amb el quadern de bitàcola, té també altres pares guia a l'hora d'estructurar el contingut i especificar el to i les veus de la narració.

Llibre *El pan que como*, de Paloma Díaz-Mas.

La manera en com s'exposa la cuina ha inspirat el desenvolupament dels textos més expressius de *Quadern Verdell*. Vivències personals, textos biogràfics i esquemes gastronòmics són els que conformen l'imaginari retòric i que han servit com a exemple per aquest projecte.

Llibre *Receptari extraviat*, d'estudi Mirambell.

Receptari extraviat és un clar exemple de com mostrar la cuina com a testimoni cultural. La seva intenció és recuperar la gastronomia de l'horta de València mitjançant les experiències dels seus habitants, des d'una presentació cuidada, pensada i conceptual. Aquest projecte de final de grau ha buscat traslladar el caràcter local i costumista de *Receptari extraviat* a les seves pàgines. També ha servit com a referència en quant a viabilitat i metodologia d'un projecte d'aquestes característiques. La visió transversal d'un projecte gastronòmic, que no només té en compte el missatge, sinó com el presenta a través de l'estètica, és un aspecte clau pel desenvolupament de *Quadern Verdell*.

Projecte *Los recetarios*, d'Ana Vega i Carmen Alcaraz del Blanco

Los recetarios és un projecte de recuperació i salvació dels receptaris construïts per mares i àvies amb l'objectiu "d'impedir que el coneixement heretat de la gastronomia nacional es perdi" (Morán, 2019). Vega i Alcaraz, via viatges a pobles i ciutats, xarxes socials i correu electrònic, recopilen receptaris de veïns, habitants i seguidors.

"¡Cuántas vejezuelas habrán sido las postreras depositarias de fórmulas hoy perdidas! En las familias, en las confiterías provincianas, en

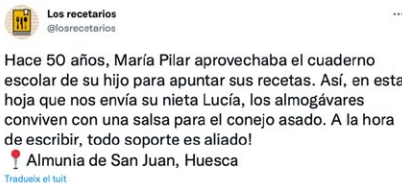


Figura 18.

Tuit del compte @losrecetarios, on mostra una recepta de fa 50 anys, d'una dona anomenada María Pilar.

los conventos, se transmiten reflejos del pasado pero diariamente se extinguen algunos". (E. P. Bazán, 1913)

2.6. REFERÈNCIES VISUALS

E. Cuesta, M. V. De la Torre i P. Arnanz, a *A.I.R.: From Radical Individuality to Connected Subjectivity*, apunten que "hi ha bellesa en el nombre de translacions necessàries per portar una idea des de l'espai multidimensional de la ment fins al terreny tridimensional." Partint que l'èxit total (entès com una translació literal) és, per naturalesa, impossible, i "la majoria de les vegades n'obtenim reflexos pàl·lids, serendipitats felices o mutacions, resultats d'un procés d'intercanvi de dimensions, velocitats de col·lisió i una juxtaposició de tempos."

De totes maneres, l'objectiu al començar un projecte de disseny és aproximar-se al màxim a la idea gràfica mental que un té, i el primer pas és escollir referents visuals adequats. *Quadern Verdell* ha begut dels següents autors i projectes:

Estudi Handshake.

Tot i la seva versatilitat en la tipologia dels seus projectes, l'estudi Handshake posa molt èmfasi en la part impresa i editorial. Així, publicacions seves, com *The bottom of my shelf*, han servit com a referents en quant a com traslladar una seqüenciació narrativa a aspectes formals.

Revista *D'ací i d'Allà* (1918 – 1936).

D'Ací i d'Allà fou el primer magazín català d'estil europeu que engloba diferents temes d'actualitat, com moda, literatura, viatges, curiositats, cinema, història i art. A diferència d'altres publicacions de l'època, aquesta revista trenca amb les maquetacions racionalistes i, tot i la manca de guies d'estil i tipografies, incorpora composicions dinàmiques però alhora atemporals que s'adapten constantment a les exigències del contingut.

Els treballs de Charles Villa (Villa).

Charles Villa és un dissenyador gràfic francès. La seva obra, independentment del format, situa la tipografia i la maquetació creativa de grans masses de text en l'eix principal dels dissenys. El correcte tractament tant d'una com l'altra és capital en el desenvolupament de *Quadern Verdell*. Així, els dissenys de la identitat de *Villa du parc* i les publicacions per a Surface Horizon, entre d'altres, han estat claus per a entendre com tractar les necessitats d'un projecte tipogràfic de grans masses.

Arxiu *Outdoor Recreation Archive*, de l'USU Special Collections and Archives (SCA) i el College of Agriculture and Applied Science's Outdoor Product Design and Development (OPDD).

Outdoor Recreation Archive recull llibres, catàlegs, publicacions periòdiques, fotografies i manuscrits que documenten la història dels equips per a les activitats a l'aire lliure des dels anys 1970 (Pumphrey, 2022). El resultat que presenta la juxtaposició de documents gràfics aparentment inconnexos aporta una estètica particular, nostàlgica i casolana que transmet l'autenticitat i la proximitat que *Quadern Verdell* busca.

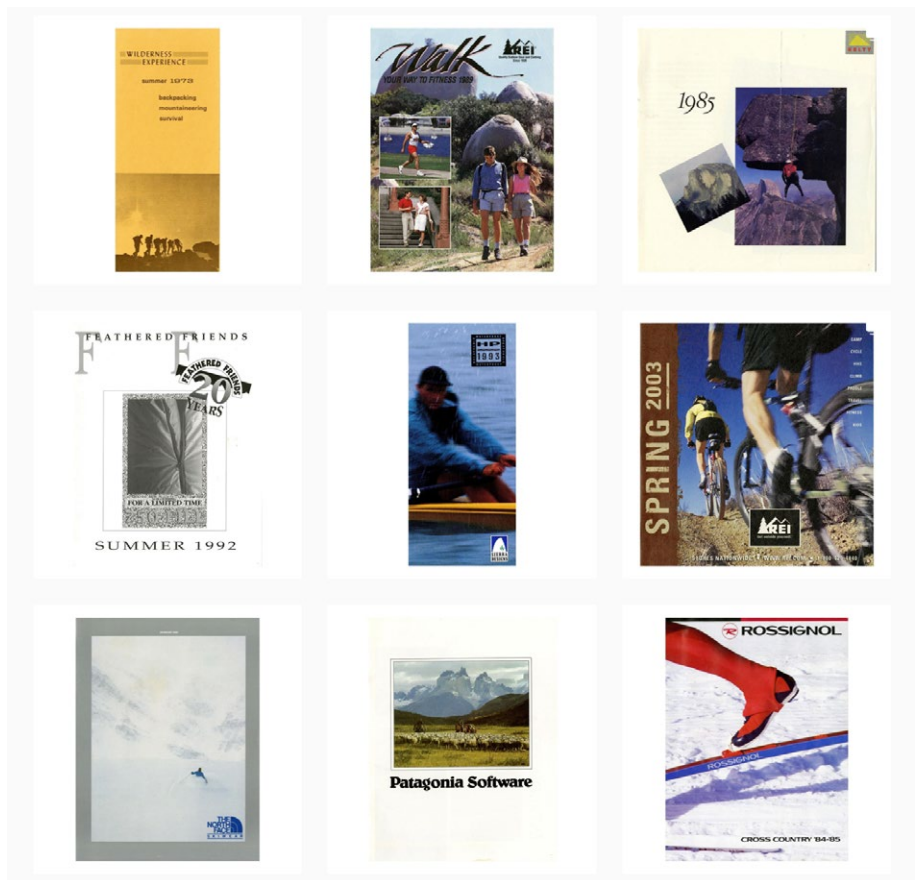


Figura 19. Feed d'Instagram del compte @outdoorrearchive, on s'aprecia una estètica visual particular, accidental i imprevista, creada a partir de la combinació de diferents documents impresos i escanejats.

3. DESENVOLUPAMENT PRÀCTIC

3.1. CONSIDERACIONS INICIALS I BRIEFING

Amb l'objectiu d'alleugerar el procés, i tenint en compte la complexitat del projecte, és capital una bona definició del briefing i del desglossament dels passos a seguir.

Producte: llibre artístic modular i col·laboratiu.

Temàtica: gastronomia biogràfica.

Enfocament: document biogràfic per a la memòria a través de dues tipologies de textos: instructius (receptes) i expressius (diari).

To: personal, emocional i íntim, per una part; informatiu i instructiu, per una altra.

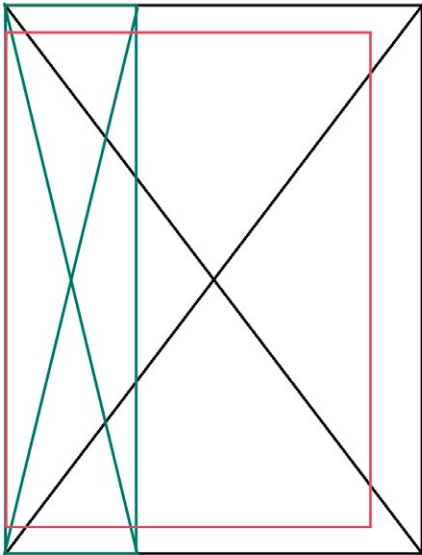


Figura 20.

Esquema de les pàgines interiors superposades: pàgina genèrica de 170x240mm (en negre), funda de plàstic contenidora de records impresos (154x217mm) i insert infogràfic d'una tradició de 70x240mm (en verd).



Figura 21.

Funda de paper vegetal. Si s'embruta, és fàcil de treure i canviar.

Públic objectiu: qualsevol persona amb interès en la cuina, les narracions biogràfiques i amb voluntat d'experimentar en format editorial.

Finalitat del producte: construir un llibre-àlbum per a la memòria, amb valor col·laboratiu i caràcter modular.

Support exterior: carpeta d'anelles de format 240x260mm, llom de 5mm i anelles interiors. Funda de paper vegetal de 570x300mm.

Suports interiors: pàgina genèrica de 170x240mm; separadors segons apartats de 185x255mm; separadors segons tipologia de menjar de 185x240mm; separadors desplegable segons estació de l'any de 313x255mm que es converteixen en 170x255mm; inserts per a informacions sobre tradicions gastronòmiques de 70x240mm; fundes de plàstic per a records impresos i sobres per a plantilles (de mida A5) de 154x217mm.

Distribució: Edició independent i auto-editada. Amb possibilitat de comercialitzar.

3.2. DESENVOLUPAMENT DE LLIBRE ARTÍSTIC

3.2.1. *Quadern Verdell: concepte i tipologia*

Quadern Verdell és un llibre artístic col·laboratiu que, enlloc de comptar amb una enquadernació fixa, es construeix modularment gràcies a les anelles que conté el suport exterior. Imitant la composició d'un quadern de bitàcola, està dividit en dues seccions internes no lineals: les taules i el diari. L'ordre en el qual es presenten és indiferent, fins i tot l'absència d'alguna d'aquestes seccions, tenint en compte les preferències del posseïdor o posseïdora del llibre, és possible i lícita. Tot i fer-se referències mútuament i parlar de fets o objectes comuns, cada apartat té un caràcter independent i molt diferenciat de l'altre.

3.2.2. *Contingut i estructura*

Quadern Verdell comença a partir de la portada i a la contraportada.

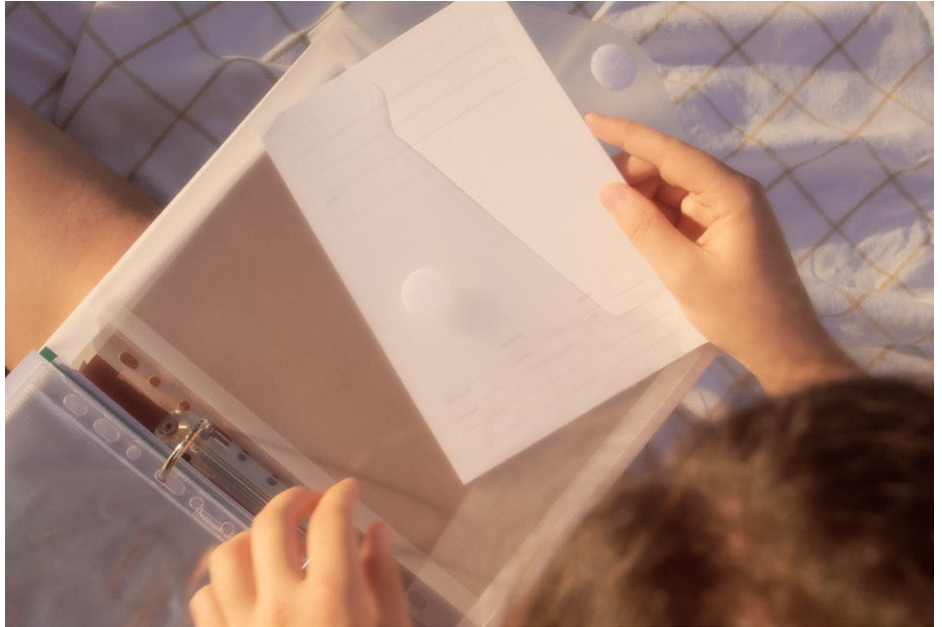
Funda de paper vegetal.

Abraça la portada i la contraportada. La finalitat d'aquesta és personalitzar el llibre. El propietari o propietària hi pot escriure el títol ("Quadern Verdell") amb la seva lletra o qualsevol altra tipografia que desitgi, a la vegada que pot firmar a la contraportada. En cas que s'embruti, es mulli o deixi d'agradar, la funda es pot canviar per una de nova perquè no està encolada.

Pel que fa a l'interior, *Quadern Verdell* conté diferents parts.

Sobres contenidors.

A l'interior, just abans i després d'exposar els dos apartats que el conformen, apareixen dos sobres, un al principi i un altre al final, que contenen, en el primer cas, el Verdell (el drap personal del propietari) i en el segon, plantilles impreses per a escriure receptes i entrades del diari.



Figures 22 i 23.

Fundes de sobre per a guardar el Verdell, el drap personal del propietari o propietària, i les plantilles per a crear més pàgines de receptes i/o diari.

Textos introductoris.

El cos del contingut el generen els dos apartats del llibre, els quals sempre es presenten precedits d'una breu explicació de com modular-los i un separador verd o vermell que, depenent del tipus de separador, exposa una informació o altra. Quina secció precedeixen és indiferent.

Separador 1 (o 2): classificació segons tipologia de menjar.

De format 185x240mm, hi ha 8 separadors que classifiquen els àpats o vivències en les següents tipologies:

- Aperitius i begudes
- Verdura
- Pasta
- Arròs
- Masses
- Carn
- Peix i marisc
- Dolços i pastissos

Cada tipologia va acompanyada de breus textos que remeten a les sensacions, records o altres pensaments relacionats, els quals representen la part expressiva de *Quadern Verdell*.

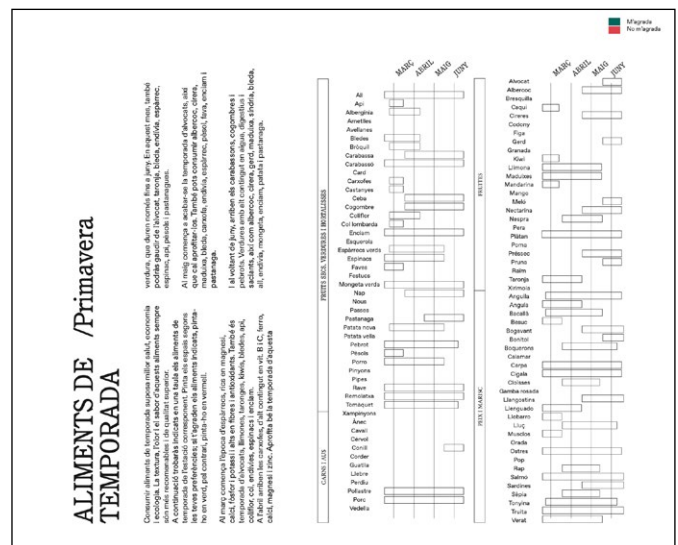
Separador 2 (o 1): classificació segons estació de l'any.

De format 313x255m, hi ha 4 separadors que classifiquen els àpats o vivències en les estacions meteorològiques concebudes actualment:

- Hivern
- Primavera
- Estiu

- Tardor

Cada estació està conformada per un desplegable que en portada mostra una dita popular i en l'interior un breu text informatiu sobre els aliments de temporada de l'estació en qüestió. L'acompanya una taula amb els aliments principals de la nostra dieta, que il·lustra la informació precedent i espera ésser pintada per part del propietari o propietària del llibre, en vermell, si no li agrada l'aliment o en verd, si li agrada. El caràcter expositiu del text i la gràfica representa la part informativa de *Quadern Verdell*.

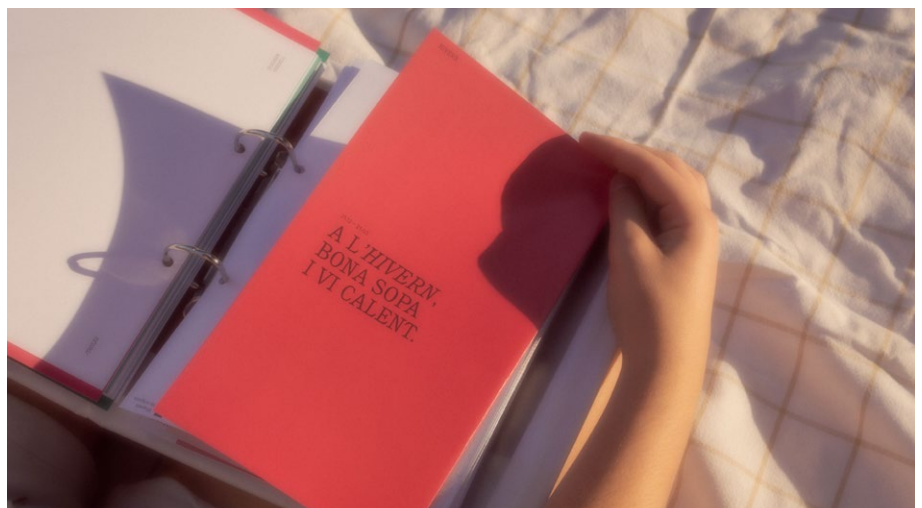


Figures 24 i 25 (superiors).

Exemple de maquetació del separador segons estació de l'any.

Figura 26.

Portada del desplegable del separador segons estació de l'any.



Part 1 (o 2): taules.

Un apartat important en un quadern de bitàcola són les taules i detalls tècnics. En el cas original, la informació presentada és relativa al mar i el vent. A *Quadern Verdell*, però, està exemplificada en les receptes, que es mostren de manera més instructiva, pràctica i informativa que el diari. Aquí es mostren aquelles receptes que formen o han format part de la vida de l'autor

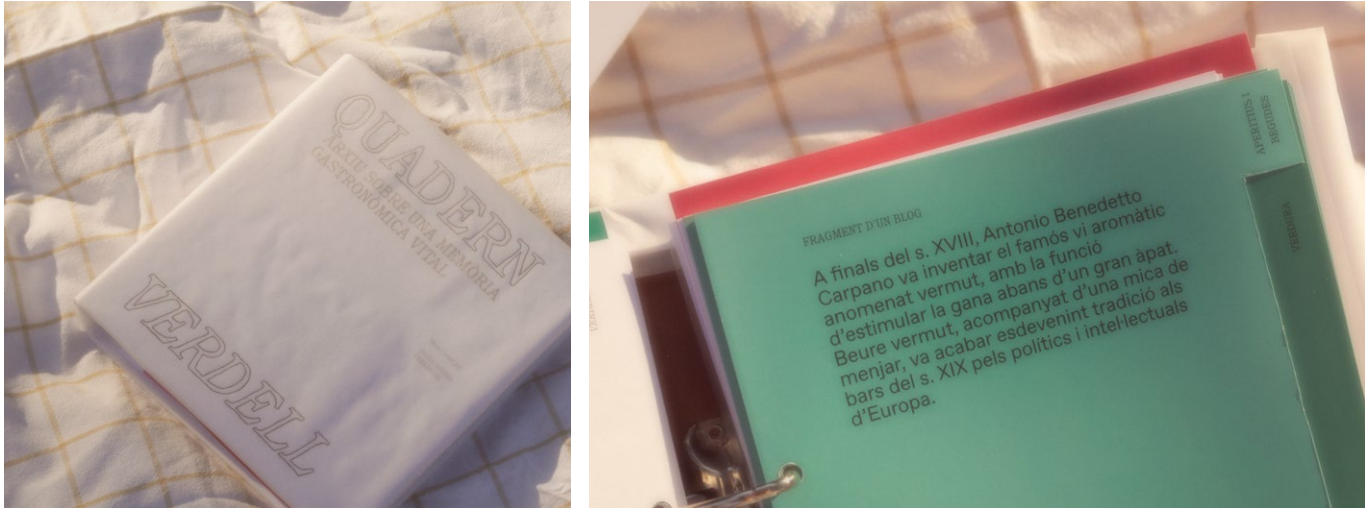


Figura 27.
Portada de Quadern Verdell.

Figura 28.
Detall del text i llengüetes del separador segons estació de l'any.

(tant les pròpies com les heretades de qualsevol persona propera), que pot ésser el creador de les plantilles, el propietari del llibre o ambdós. Segons si el text a incloure és extens o breu, el disseny d'aquestes pàgines es pot fer en dues o tres pàgines. Partint de l'estructura base, s'inclouen les següents dades:

Títol i autoria o procedència de la recepta (ex: "canelons de la iaia", "quintet de pinxos inspirats en bars de Bilbao i Pamplona"), on també s'adjunta la firma de l'autor de la recepta.

Data del naixement o descobriment de la recepta.

Breu resum sobre la durada, preu, quantitat, temporada i maridatge de la recepta.

Gràfica artística-informativa correlativa entre la duració de la recepta i la dificultat que implica. El gràfic a incloure és lliure i pot fer referència a records, sensacions, persones o objectes relacionats amb l'àpat.

Ingredients i (si s'escau) estris. Inclouen caselles perquè el lector pugui indicar si té o manca d'algun aliment o estris.

Preparació de la recepta indicada en passos numerats amb l'explicació corresponent.

Notes, en cas de voler afegir observacions útils i complementàries a les explicacions de la preparació.

Comentari de l'autor (si s'escau).

Part 2 (o 1): diari.

L'altre apartat anàleg al quadern de bitàcola és el diari, on s'exposen les vivències del dia. En aquest cas, les vivències tenen relació amb les receptes adjuntades en l'apartat de "taules" per assenyalar el seu origen i context.

Partint igualment d'una estructura base, s'inclouen les següents dades:

Ubicació i data de la vivència.

Text personal sobre la vivència.

En el cas que les vivències facin referència a tradicions comunes en un

Figura 33 (dreta superior).

Insert amb informació sobre una tradició.

Figura 34 (dreta inferior).

Funda amb documents relacionats amb una tradició gastronòmica explicada a Quadern Verdell.

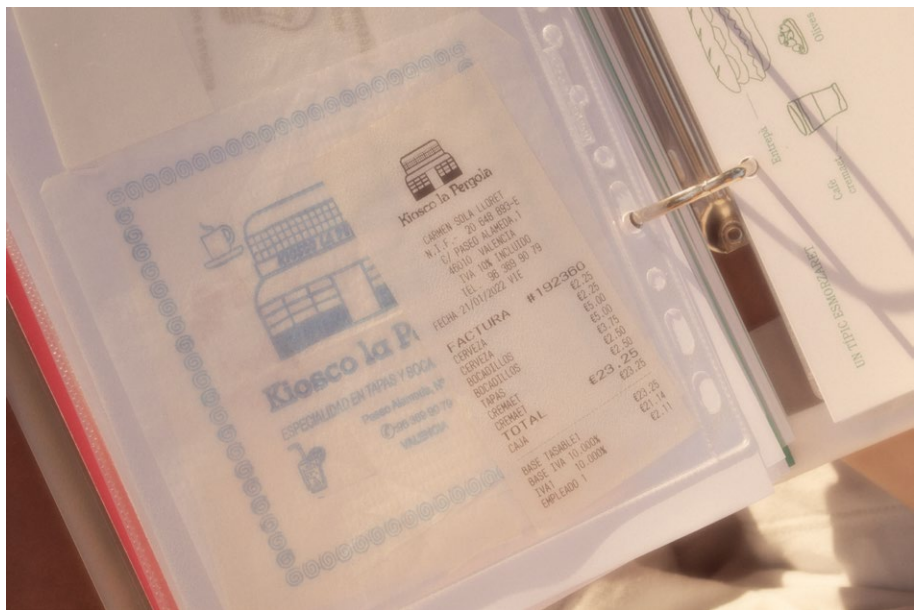
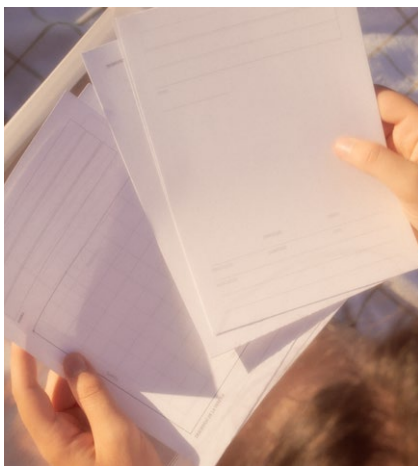
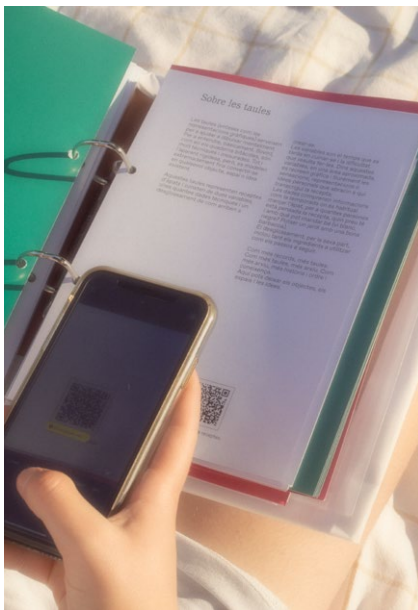
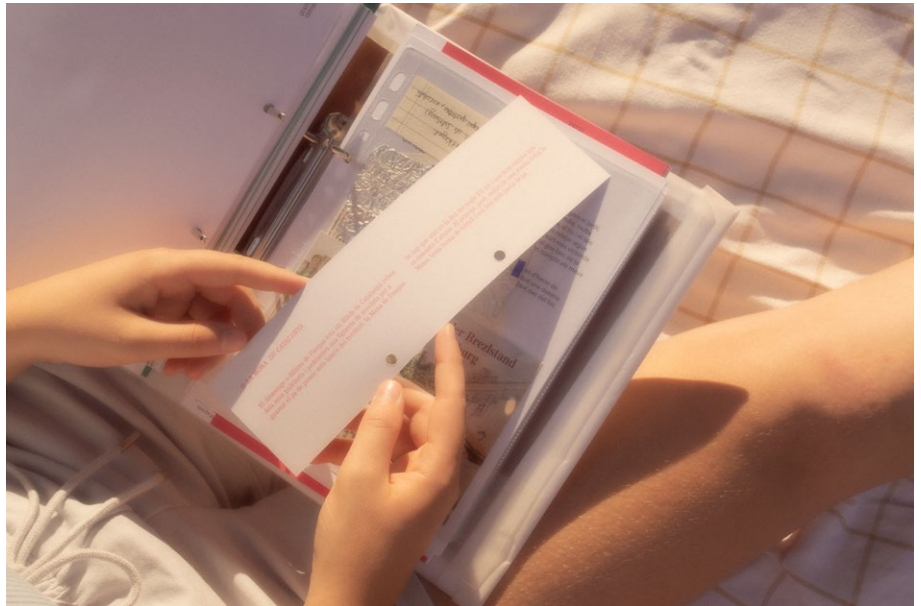


Figura 35 (esquerra superior).

Lector/a accedint al QR que el redirigeix a un domini amb les plantilles buides llestes per a ésser impreses.

Figura 36 (esquerra inferior).

Plantilles impreses.

3.2.3. Identitat i direcció d'art

3.2.3.1. Tipografies

Per a aconseguir que la identitat de *Quadern Verdell* tendeixi a la atemporalitat, s'han utilitzat dues tipografies de caràcter neutre: una serifa, la ITC Cushing Book; i una sense serifa, la ABC Favorit. D'aquesta manera, la publicació té ànim de perdurar en el temps i envellir juntament amb el/la propietari/a. Tot i així, també contenen amb detalls en les serifes, lligadures i/o cues diferents i amb més personalitat per a compatibilitzar, a la vegada, amb el tarannà més íntim del llibre. S'ha decidit utilitzar dues tipografies per a representar la dualitat i convivència constant de la part informativa amb la part personal.

ORXATA CASOLANA DE L'ALEX

Una recepta de 24h de dificultat baixa, per a l'estiu, 4 persones, 10€ i per a menjar acompanyada de fartons, evidentment.

No lo he querido comprobar porque así es en mi memoria y quizás le resta a la receta entrar en Google y comprobar que es de otra manera.

Figura 37.

Exemples d'ús de les diferents tipografies aplicades al projecte.

ITC Cushing Book. S'utilitza principalment en els títols i textos a destacar, tant la versió regular com la cursiva. La cursiva sempre s'utilitza en les puntualitzacions dels textos: "El corder al forn de la mama", "La calçotada de Catalunya".

ABC Favorit. Protagonitza les masses grans de textos, sobretot en les mides més reduïdes.

3.2.3.2. Cromatisme

Com ja s'ha comentat, la identitat del llibre es basa en els colors representatius d'una bitàcola: el verd i el vermell. No només han donat nom al projecte; també han aportat la base i continuïtat de tot el projecte. Això és molt visible en els separadors, els quals són d'una àmplia gamma de verds i vermells, creada a partir dels colors principals. També apareixen més tímidament en les il·lustracions de les receptes, mantenint l'essència en cada pàgina. D'altra banda, en els inserts de les tradicions, s'utilitza el vermell per a mostrar els

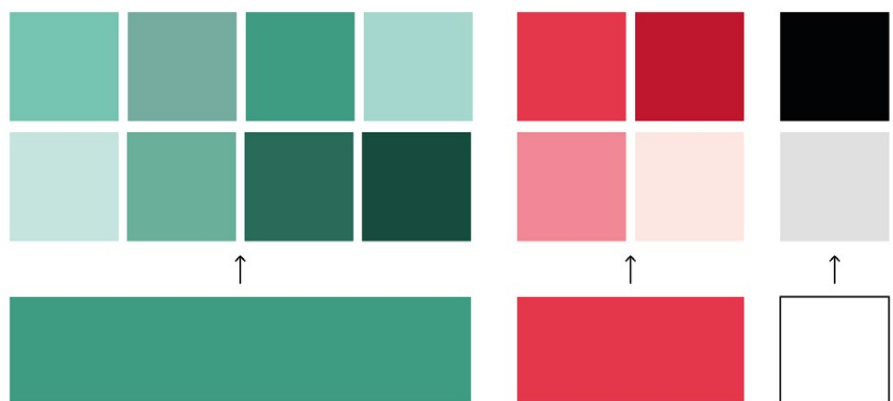


Figura 38.

Paleta cromàtica utilitzada en Quadern Verdell, basada en els colors principals: verd, vermell i blanc.

3.2.3.3. Direcció d'art

La direcció d'art es basa en escanejats de documents impresos i dibuixos a mà alçada, principalment, i fotografies, secundàriament.

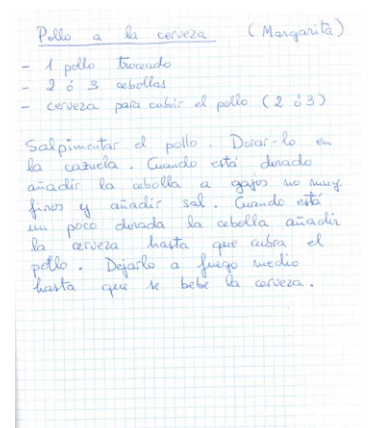
Així, escàners i dibuixos antics es reuneixen amb d'altres actuals. Els elements que predominen en aquesta línia estètica són els traços a mà alçada, sobretot en bolígraf i retolador, però també apareixen elements impresos, com tovallons o tiquets, on la constant barreja de tipografies i fotografies són clau i identificatives en *Quadern Verdell*.

3.2.4. Maquetació

Les maquetacions de la major part del cos del llibre estan pensades com a plantilles: partint d'una base de contingut, es construeix sobre una retícula relativament lliure cada pàgina.

En el cas de l'apartat de les taules, existeixen dos tipus de plantilles base: una per a les receptes amb un cos de text extens i una altra per a receptes més sintètiques. Quan es tracta del primer cas, s'utilitzen tres cares: la primera, per a presentar la recepta amb el títol, la descripció, l'autoria i la il·lustració; les dues restants, per a desenvolupar la recepta. En els casos on el text a incloure és curt, s'utilitza la segona plantilla base, que consta de dues pàgines, on s'inclou tot el contingut.

En el cas de l'apartat del diari, la plantilla és única i consta de dues columnes: l'estreta i interior serveix per a indicar la ubicació de la vivència, mentre que l'ampla i exterior mostra la data i explica la vivència. S'ha optat per una maquetació sòbria perquè, superposades, es poden presentar altres maquetacions i continguts complementaris: els inserts estrets, que ocupen l'amplada de la columna de la ubicació, per a assenyalar les tradicions exposades; o les fundes contenidores de records impresos, que poden comprendre qualsevol tipus de document.



Figures 39, 40 i 41.

El conjunt de documents relacionats amb records o amb implicació emocional han conformat l'estètica i direcció d'art de Quadern Verdell. D'esquerra a dreta: fitxa d'una endevinalla decorada als 4 anys; fotografia d'una barbacoa amb amics; recepta heretada de pollastre a la cervesa.

3.2.5. Unificació

Un dels punts claus per a la realització d'una maquetació coherent, a part de l'ús de plantilles, ha sigut la unificació dels recursos gràfics, que engloben els gràfics, les il·lustracions, les fotografies i els documents escanejats.

Respecte el tractament de les il·lustracions, el procés que s'ha seguit ha estat:

1. Conceptualització de la il·lustració a realitzar: definició de quina sensació, record, pensament o objecte relatiu a la recepta es durà a terme.
2. Investigació d'imatges realistes.
3. Dibuix en bolígraf de tinta basat en línies i contorns de la imatge.
4. Escanejat de la il·lustració a línia.
5. Retoc digital: ajustaments de color i contrast i afegit de les masses de color.

Figura 42.

Escàner original d'una de les il·lustracions incloses al projecte, abans d'èsser retocada.

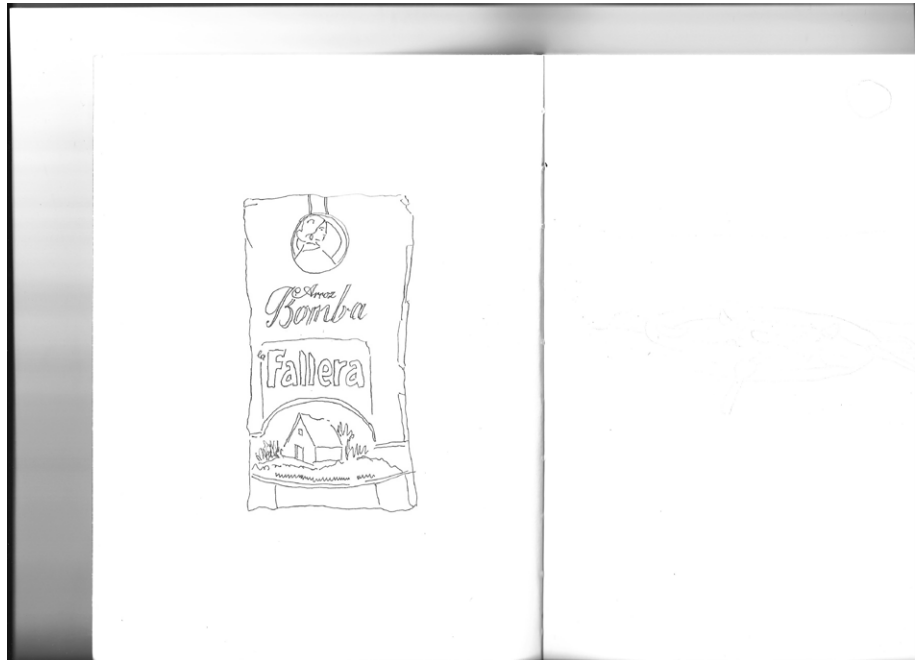


Figura 43.

Escàner original d'una de les proves per a la il·lustració. Tot i l'expressivitat aportada, l'abstracció de la il·lustració limitava les possibilitats i aportava massa repetició a la maquetació.

Les fotografies i altres documents impresos, inclosos en les fundes, no han patit retocs amb la finalitat de mantenir l'originalitat i essència particulars. A més, aporta textura cromàtica a la publicació i a la llarga esdevé més pràctic per a qualsevol propietari.

Finalment, la unificació global de *Quadern Verdell* s'ha aconseguit gràcies a la tipologia de separadors, constituïts per llengüetes. En funció de la tipologia del separador, s'ha definit una gamma de verds o vermells i una llengüeta que sobresurt per la part superior o lateral. Aquests detalls no només permeten dividir i construir millors els dos cossos principals, sinó també situar constantment al lector dins el llibre.

3.2.6. Les veus

Els textos de *Quadern Verdell* es poden dividir en dos tipologies, narrades des de dues veus diferents.

3.2.6.1. La veu sàvia

Una de les veus, la que explica les receptes, és impersonal i instructiva. Tot i això, es dirigeix en la segona persona del singular, de manera que el tu proper no es perd en cap moment. Vol simular l'atenció i caràcter càlid d'una mare o una àvia, reproduint els comentaris i consells propis i aliens adjudicats a la saviesa popular, oral i/o heretada. Aquesta veu també apareix en els separadors segons l'estació de l'any, on la saviesa es percep en l'exposició dels aliments de temporada un cop recitada una dita popular, i en les explicacions de les tradicions gastronòmiques.

3.2.6.2. La veu de l'experiència

Entenent aquí l'experiència com a vivència personal, aquesta veu narra episodis biogràfics des d'una primera persona. La veu pot estar conformada per una o varies persones, possibilitant la creació d'una veu col·lectiva a través de moltes històries particulars. Un (o molts) punt de vista testimonial permet la connexió i convergència de dues persones amb experiències diferents però que comparteixen sensacions, pensaments i costums.

3.2.7. Materials, impressió i prototip final

Materials emprats i tipus d'impressió

Si bé *Quadern Verdell* és un llibre artístic, també té caràcter quotidià i col·lectiu, motiu pel qual s'ha decidit imprimir en paper de 120g majoritàriament, i en 200g, secundàriament, en els separadors. Totes les pàgines estan perforades per a permetre ésser inserides en el cos exterior del llibre, una carpeta d'anelles.

Portada i contraportada

Quan es tracta de carpetes d'anelles, les mesures estàndard són A4, principalment, o A5. *Quadern Verdell* conté pàgines menys verticals, de 170x240mm, de manera que cap dels formats esmentats s'ajusta a les necessitats del contingut. Així doncs, l'opció més econòmica a la qual s'ha arribat és adaptar una carpeta d'anelles, tallant amb cúter les proporcions de les pàgines més grans i folrant-ho més tard amb paper. La mida final de la portada i contraportada, que cobreixen tant les pàgines com les anelles interiors, és de 260x240mm. Tenint en compte un marge de 30mm i un lloc de 50mm (més 20mm addicionals de plec de la carpeta), la mida del paper per a folrar portada i contraportada (blanc, de 120g de gruix i imprès digitalment) i de la funda de paper vegetal (on el contingut és escrit a mà pel propietari/a) és de 550x300mm. Una vegada encolat el paper de folrar, s'encolen a l'interior un paper verd i un altre vermell, contrastant amb el blanc de l'exterior.



Figura 44.
Carpeta d'anelles de format i folre originals.

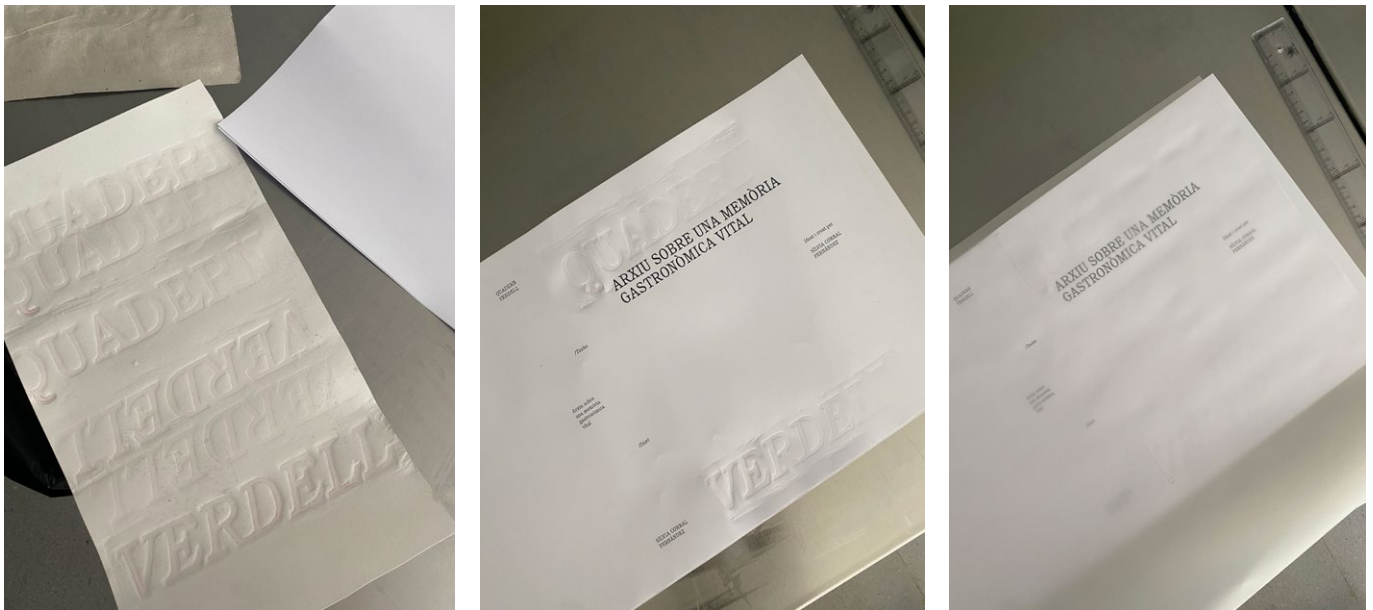
Fundes i suports addicionals

Inicialment es van considerar diferents tipus de fundes segons els documents a contenir, però degut al format i mida del llibre, es va optar per uniformitzar totes les fundes en una única opció sense separadors interiors, que no només ofereix més espai, sinó també l'opció de modificar i/o afegir altres documents en un altre moment.

Proves i errors

Enlloc de cobrir la carpeta amb paper vegetal, la idea inicial de portada i contraportada era imprimir en cop sec sense tinta el títol, amb la finalitat de donar més importància al propietari que al llibre en sí, el qual no neix ni creix sense algú que el gestioni. Per motius logístics i econòmics, no ha estat viable

aconseguir cop en sec sobre carpeta, per a una única còpia i amb la tipografia original. La proposta inicial, però, no solucionava el problema de la brutícia ni aportava el grau d'originalitat de la final.



Figures 45, 46 i 47.

Proves descartades d'estampació amb cop en sec manual per a la portada, sobre paper de 120g i sobre paper vegetal.

A més, l'anomenat "Verdell", el drap personal del propietari que encaçala el llibre, també es va voler personalitzar estampant-hi a sobre "El Verdell de la Sílvia", però degut a la reduïda mida de la lletra i la pressió de la màquina d'estampar, el text es difuminava i no va ésser possible un resultat apropiat. Una alternativa pel problema és brodar-ho a mà.



Figures 48 i 49.

Possibles candidats a esdevenir el Verdell del projecte.

4. VIABILITAT, PRESSUPOST I PREVISIÓ

El plantejament inicial ha estat aconseguir un prototip imprès del llibre artístic *Quadern Verdell*, per a experimentar amb les seves premisses físiques i aprendre del procés. Així, el pressupost se centra en aquesta edició.

Durant aquest procés, s'han hagut de superar certes dificultats. El contra-

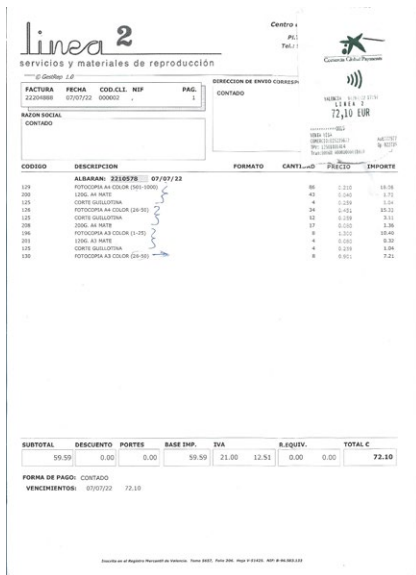


Figura 50. Factura original de la impressió dels interiors, incloent un sobre-cost per error propi.

temps més destacable ha estat realitzar una elaboració adequada a la portada i contraportada, tant per a trobar carpetes adequades a tots els formats de pàgina de l'interior com per a poder imprimir en cop en sec sense tinta i amb la tipografia adient. D'entre molts casos on es trobava opcions per a imprimir, les tirades eren llargues i/o cares. Enquadernar-ho en un format sense anelles no era una opció perquè suposava perdre el concepte de llibre modular i col·laboratiu.

Així doncs, el pressupost inicial previst ha anat modificant-se fins a tenir una visió real dels costos de producció.

Davant la dificultat que va suposar imprimir portada i contraportada amb cop en sec o estampanyant amb les màquines de la facultat, la solució final instaurada va ésser tallar i folrar a mà una carpeta d'anelles. Per a aconseguir-ho, s'ha hagut d'imprimir tots els textos, menys el títol, en paper de 120g per a folrar la carpeta i afegir una funda de paper vegetal en blanc per a escriure a mà "Quadern Verdell". Aquesta nova portada permet abaratir els costos i una major personalització. Així doncs, la portada i la contraportada, incloent la carpeta, papers per a folrar i la funda, ha tingut un cost total de 18,03€.

Els interiors, per la seva part, de 150 pàgines, incloent impressió a color, tall en guillotina, papers de gramatges de 120g i 200g i perforacions, costen un total de 64,89€.

També s'ha volgut incloure un drap personificat, anomenat Verdell, amb el propòsit d'afegir un objecte personal que acompanyi el lector com a record o com a eina de treball. L'objecte es podria considerar opcional, per abaratir costos, tot i que, al tenir càrrega emocional o biogràfica, no seria necessari comprar cap Verdell perquè ja es posseiria.

A continuació es fa un desglossament dels costos finals per a dur a terme *Quadern Verdell*:

Portada. Carpeta d'anelles (5,85€), paper vegetal (1€), papers de folrar de 120g (2,25€), regle (1,25€) i cola en esprai (7,68€). Total amb IVA: 18,03€.

Interiors. Impressió en A4 sobre paper de 120g (20,81€ sense IVA), impressió en A4 sobre paper de 200g (19,80€ sense IVA), impressió en A3 sobre paper de 120g (11,76€ sense IVA), perforadora (3,24€), 7 fundes de plàstic (4,92€ / 0,27€/funda) i 2 sobres de plàstic (2,5€). Total amb IVA: 75,54€.

Total: 93,57€.

5. CONCLUSIONS

El desenvolupament de *Quadern Verdell* ha vingut marcat per un context actual que sublima el raonament metòdic i científic al mateix temps que infravalora el pensament humanista i col·lectiu. Com a resposta a aquesta situació, neix un projecte que pretén possibilitar un espai comú on la confrontació i/o col·laboració de perspectives diverses sigui benvinguda. El cos considerat per a aconseguir aquesta meta ha estat una publicació editorial.

Així, tal i com s'ha exposat aquí inicialment, els objectius principals de *Quadern Verdell* han estat: aprendre i aplicar una metodologia de treball enfocada al disseny editorial, dissenyar íntegrament un llibre artístic a través d'un projecte transversal i investigar de manera conceptual i visual. Per aconseguir els propòsits formals, s'han aplicat els coneixements adquirits en el grau de Disseny i Tecnologies Creatives de la Universitat Politècnica de València, sobretot en els darrers cursos i en les assignatures relacionades amb el disseny editorial. Pel que fa als continguts textuais i el seu tractament, però, no s'ha rebut cap formació ni s'ha recorregut a ningú. Això es deu a que mai ha format part d'un objectiu inicial generar texts de valor narratiu o poètic; la finalitat de *Quadern Verdell* és preservar una memòria quotidiana i creada en potència per qualsevol persona. Els propietaris no tenen perquè ésser escriptors o entesos en la matèria. D'altra banda, s'han de tenir en compte les capacitats comunicatives del format físic: si bé pot presentar limitacions de difusió respecte els mitjans digitals, transmet més realitat i autenticitat a la vegada que apropa el remitent amb el receptor (concretament en aquesta publicació, una mateixa persona pot adquirir el rol d'ambdós).

Durant el procés d'investigació i realització del projecte, a més d'anar assolint els objectius inicials, també s'han anat descobrint vies dissidents al desenvolupar una publicació editorial. Hegemònicament, al llarg de la història s'han anat classificant les tipologies editorials segons la finalitat i el caràcter, i la majoria de publicacions s'han adaptat a aquestes. Avui en dia, l'existència de referències que difereixen d'aquesta classificació han permès la creació d'un projecte que beu tant del pragmatisme del llibre comercial com de la llibertat i imaginació del llibre d'artista, allunyant-se de la definició acotada d'un i altre i habitant en un terreny indefinit però íntim.

És aquest caràcter el que ha estipulat tant el marc gràfic com el teòric de *Quadern Verdell*. Així, la configuració equilibrada entre documents personals i informació genèrica ha sigut el fil conductor de principi a fi, i s'ha recolzat en fotografies, escàners, dibuixos, gràfiques i textos. Aquesta decisió, inevitablement, ha conduït la personalitat de la publicació cap a la memòria com a testimoni i la col·laboració com a mètode, buscant trencar el rol de poder del dissenyador envers el lector.

Pel que fa a la viabilitat del projecte, la personalització que comporta fa difícil una producció comercial econòmica. Tot i això, no s'ha estudiat la producció d'una tirada llarga ni la condensació del contingut interior (la part que més inversió requereix), de manera que una possible comercialització futura no és descartable.

Finalment, cal destacar l'estrany caràcter editorial de *Quadern Verdell*, on la finalitat, el discurs, el contingut i la forma últims els decideix el posseïdor enlloc del creador. *Quadern Verdell* s'ha concebut per això: fer preguntes, cavil·lar, recordar, no oblidar i compartir experiències amb una temàtica comuna.

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

LLIBRES

HALBWACHS, M. (1950). *La mémoire collective*. Éd. critique par Gérard Namer. Albin Michel.

LEVI, P. (1947). *Si això és un home*. ed. 2008. Labutxaca.

NOAH HARARI, Y. (2015). *Sàpiens: una breu història de la humanitat*. Barcelona. Edicions 62.

PARDO BAZÁN, E. (1913). *La cocina española antigua (clásicos facsímil)*. ed. 2012. Maxtor.

DELTA, RAQUEL (2010). *Investigar en el diseño*. En: ARRAUSI, J. *Diseño e impresión de la tipografía*. Barcelona. CPG.

VISOCKY O'GRADY, J. i VISOCKY O'GRADY, K. (2009). *Manual De investigación para diseñadores: Conozca a los clientes y comprenda lo que necesitan realmente para diseñar con eficacia*. Blume.

WEBS

HORESDARA. *Inici d'Ahoresdara*. <<https://ahoresdara.com>>

MORÁN, I. (2019). 'Los Recetarios', cuando el proyecto gastronómico más interesante del país no va de cocineros. 20minutos. <<https://blogs.20minutos.es/la-gulateca/2019/08/26/los-recetarioscuando-el-proyecto-gastronomico-mas-interesante-en-mucho-tiempo-no-va-de-cocineros/>>

OUTDOOR RECREATION ARCHIVE. *Outdoor Recreation Archive: Home*. <<https://libguides.usu.edu/outdoorrecreationarchive>>

SEBASTIÁN, J. i MONTESINOS, R. (2021). *Taller Edició Urgent: introducció a l'edició independent*.

TIPOSQUEIMPORTAN. *Inici de TiposQueImportan*. <<https://www.tipos-queimportan.com>>

YANGUAS, J. (2012). *El caso Untermohlen*. Espanya: Elpais.com. <https://elpais.com/sociedad/2012/09/19/actualidad/1348071805_613092.html>

ÍNDEX D'IMATGES

1 - pàg. 7: Procés metodològic "Doble diamant". A Designer's Research Manual per Visocky O'Grady &

Visocky O'Grady (2009).

2 – pàg 8: Calendari de treball de *Quadern Verdell*.

3 – pàg 9: Captura de l'enquesta realitzada a amics i familiars.

4 – pàg 11: Captura d'una fitxa tècnica d'una peça tipogràfica urbana extreta del web <www.tiposqueimportan.com>.

5 – pàg 12. Autoretrat de W. Untermohlen. Extret de <<http://boicosfi-nearts.com/exhibitions/williamutermohlen-a-persistence.html>>

6 – pàg 12: Autoretrat de W. Untermohlen. Extret de <<http://boicosfi->

nearths.com/exhibitions/williamutermohlen-a-persistence.html>.

7 – pàg 12: Autoretrat de W. Untermohlen. Extret de <<http://boicosfi-nearths.com/exhibitions/williamutermohlen-a-persistence.html>>.

8 – pàg 12: Autoretrat de W. Untermohlen. Extret de <<http://www.archivoarteyenfermedades.com/williamutermohlen-head-i/>>.

9 – pàg 12: Esquema de les parts que conformen un llibre i la rellevància d'aquestes segons la tipologia editorial.

10 – pàg 14: Llom i portada de *La otra fiesta. Soledad, territorio, formes de vida*, de Miguel Ángel Martínez. Extret de <<http://www.miguemartinez.com>>.

11- pàg 14: Doble pàgina de l'inici del llibre *La otra fiesta. Soledad, territorio, formes de vida*, de Miguel Ángel Martínez. Extret de <<http://www.miguemartinez.com>>.

12 – pàg 14: Doble pàgina del final del llibre *La otra fiesta. Soledad, territorio, formes de vida*, de Miguel Ángel Martínez. Extret de <<http://www.miguemartinez.com>>.

13 – pàg 15: Doble pàgina de l'interior del llibre *Les diners de Gala*, de Salvador Dalí.

14 – pàg 15: Portada del llibre *Les diners de Gala*, de Salvador Dalí.

15 – pàg 15: Doble pàgina de l'interior del llibre *Les diners de Gala*, de Salvador Dalí.³⁴

16 – pàg 16: bitàcola exposada al MUNCYT d'A Coruña.

17 – pàg 16: Interior d'un quadern de bitàcola.

18 – pàg 17: Tuit del compte @losrecetarios.

19 – pàg 18: feed d'Instagram del compte @oudoorrecarchive.

20 – pàg 19: esquema de les proporcions dels diferents formats de les pàgines interiors de *Quadern Verdell*.

21 - pàg 19: funda de paper vegetal per a la portada de *Quadern Verdell*.

22 - pàg. 20: funda de sobre per a guardar el Verdell.

23 - pàg. 20: funda de sobre per a guardar plantilles.

24 - pàg 21: exemple de maquetació del separador segons l'estació de l'any: davant.

25 - pàg 21: exemple de maquetació del separador segons l'estació de l'any: darrere.

26 - pàg 21: portada del desplegable del separador segons l'estació de l'any.

27 - pàg 22: portada de *Quadern Verdell*.

28 - pàg 22: detall del text i llengüetes del separador segons tipologia de menjar.

29 - pàg 23: exemple de maquetació de l'aparat de taules.

30 - pàg 23: exemple de maquetació de l'aparat de taules.

31 - pàg 23: fotografia original de la firma d'un dels autors de les receptes.

32 - pàg 23: propietari de *Quadern Verdell* inserint un document en una de les fundes contenidores.

- 33 - pàg 24: insert amb informació sobre una tradició.
- 34 - pàg 24: funda amb documents relacionats amb una tradició gastronòmica explicada a *Quadern Verdell*.
- 35 - pàg 24: lector/a accedint al QR de *Quadern Verdell*.
- 36 - pàg 24: plantilles impreses.
- 37 - pàg 25: exemples d'ús de les diferents tipografies de *Quadern Verdell*.
- 38 - pàg 25: paleta cromàtica del projecte.
- 39 - pàg 26: fitxa d'una endevinalla decorada las 4 anys.
- 40 - pàg 26: fotografia d'una barbacoa amb amics.
- 41 - pàg 26: escàner d'una recepta heretada.
- 42 - pàg 27: escàner original d'una de les il·lustracions incloses al projecte.
- 43 - pàg 27: escàner original d'una de les proves per a la il·lustració.
- 44 - pàg 28: carpeta d'anelles original utilitzada pel projecte.
- 45 - pàg 29: prova descartada d'estampació en cop en sec.
- 46 - pàg 29: prova descartada d'estampació en cop en sec.
- 47 - pàg 29: prova descartada d'estampació en cop en sec.
- 48 - pàg 29: possible candidat a es devenir el Verdell del projecte.
- 49 - pàg 29: possible candidat a es devenir el Verdell del projecte.
- 50 - pàg 30: factura original de la impressió dels interiors.

ANNEXOS

ANNEX 1: QUADERN VERDELL

Degut al volum de pàgines i el pes digital que això implica, s'adjunta a continuació les pàgines maquetades en plec de *Quadern Verdell* (documents escanejats inserits en fundes no inclosos) en qualitat mitja.

ANNEX I

QUADERN VERDELL

Facultat de Belles Arts de Sant Carles
Grau en Disseny i Tecnologies Creatives
Curs 2021-2022



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA
FACULTAT DE BELLES ARTS DE SANT CARLES

QUADERN
VERDELL

ARXIU SOBRE UNA MEMÒRIA GASTRONÒMICA VITAL

/Taulas

PROPIETARI/A

Arxiu sobre
una memòria
gastronòmica
vital

Ideat i creat per

SÍLVIA CORRAL
FERNÁNDEZ

/Diari

SÍLVIA CORRAL
FERNÁNDEZ

QUADERN VERDELL
Diari per a la memòria gastronòmica

Sílvia Corral Fernández

Pròleg

Un 19 de gener de 2007 la meva mestra Elena em va fer escriure una redacció titulada "La meva curta història". Llavors jo tenia 7 anys i deia així:

*Jo de petita vaig néixer en una clínica de Lleida.
Primer menjava papilles i després carn encara que no
tingués dents. També escopinava el xarop però va arribar un
dia en el que me'l vaig prendre.
Em van tardar molt a créixer les dents.
Al cap d'uns anys ja vaig anar a la guarderia. Tenia una
professora anomenada Pepa. Fins que va arribar el dia
d'anar a l'escola. I finalment vaig fer molts amics.*

Quan, remenant entre els àlbums, vaig llegir aquesta redacció, el que em va cridar l'atenció va ser que, després del punt i seguit de l'anunciament del meu naixement, la Silvia de 7 anys volgués destacar que, en la piràmide de prioritats, una bona costella a la brasa estava al capdamunt de qualsevol altra cosa. Aquella redacció era la narració d'una altra Silvia de molt abans que, inconscientment, va emetre una declaració d'intencions que em seguiria definint fins avui.

La meva curta història segueix sent curta però cada vegada més conscient. La narració del 2007 s'ha convertit en un quadern mig omplert, mig buit. Concretament, en un quadern de bitàcola (aquí referenciat "Quadern Verdell" pels colors típics d'una bitàcola, el verd i el vermell). Perquè considerar aquesta història acabada seria pretensions, determinista i a la vegada tristíssim. Així que he volgut fer un quadern per a la memòria. D'ahir i d'avui per a demà.

Que té dues parts: diari (on s'expliquen vivències i tradicions relacionades amb la cuina) i taules (on, a través de receptes, s'exemplifiquen les vivències). Col·laboratiu. Aquí està la meva experiència, però la meva pot ser teva, nostra i de tots. Trobaràs plantilles on afegir receptes i vivències noves i personals. Si la meva curta història no t'interessa, pots fer que no formi part del teu Quadern Verdell. Modular. Desordena, descarta, escriu. Els separadors es divideixen en les quatre estacions de l'any i algunes tipologies de menjar. Pots disposar les vivències i les receptes juntes, separades o cap per avall. I, per últim, he volgut fer un quadern agraït. A tota aquella gent que l'ha construït.

Sílvia Corral Fernández

NOM: Silvia Corral Fernández
DATA: 19-01-07

LA MEVA CURTA HISTÒRIA.

Jo de petita vaig néixer en una clínica de Lleida.
Primer menjava papilles i després carn encara que no
tingués dents. També escupirava el sucrap
però va arribar un dia en el que m'el vaig perdre.
Em van tardar molt a créixer les dents.
Al cap d'un any ja vaig anar a la guarderia.
Tenia una professora anomenada Pepa.
Fins que va arribar el dia d'anar a l'escola.
I finalment vaig fer moltes coses.



*Carme Fernández – María
Pisa – Ramon Corral
Maria Corral – Elena
Escartín – Alejandro
Granero – Jana Beneito
Serena Conдини
César Valdez – Marta
Rosselló – Eloi Balcells
Júlia Sanz – Luz M^a
Andreu – Amparo
Martínez – Emma Segovia
Ana Parejo – Clara
Arranz – Culpables®*

TAULES



Sobre les taules

Les taules (enteses com les representacions gràfiques) serveixen per a ajudar a dibuixar mentalment. Per a entendre, bàsicament. Sovint, com en els quaderns bitàcoles, són molt tècniques i mesurades. Tot i l'aparent rigidesa, però, es modelen extremadament fins convertir-se en qualsevol objecte, espai o idea existent.

Aquestes taules representen receptes d'àpats i consten de dues variables, unes quantes dades tècniques i un desglossament de com arriben a

crear-se.

Les variables són el temps que es tarda en cuinar-se i la dificultat que resulta fer-les. Dins aquestes variables, en una àrea aproximada, es recreen gràfica i lliurement les sensacions, representacions o idees personals que abracin a qui transcriu la recepta.

Les dades comprenen informacions com la temporada on és habitual menjar l'àpat, per a quantes persones està pensada la recepta, quin preu té i amb què pot maridar bé (vi blanc, negre? Potser un jardí amb una bona barbacoa).

El desglossament, per la seva part, inclou tant els ingredients a utilitzar com els passos a seguir.

Com més records, més taules. Com més taules, més arxiu. Com més arxiu, més història i ordre i coneixença.

Aquí pots deixar els objectes, els espais i les idees.

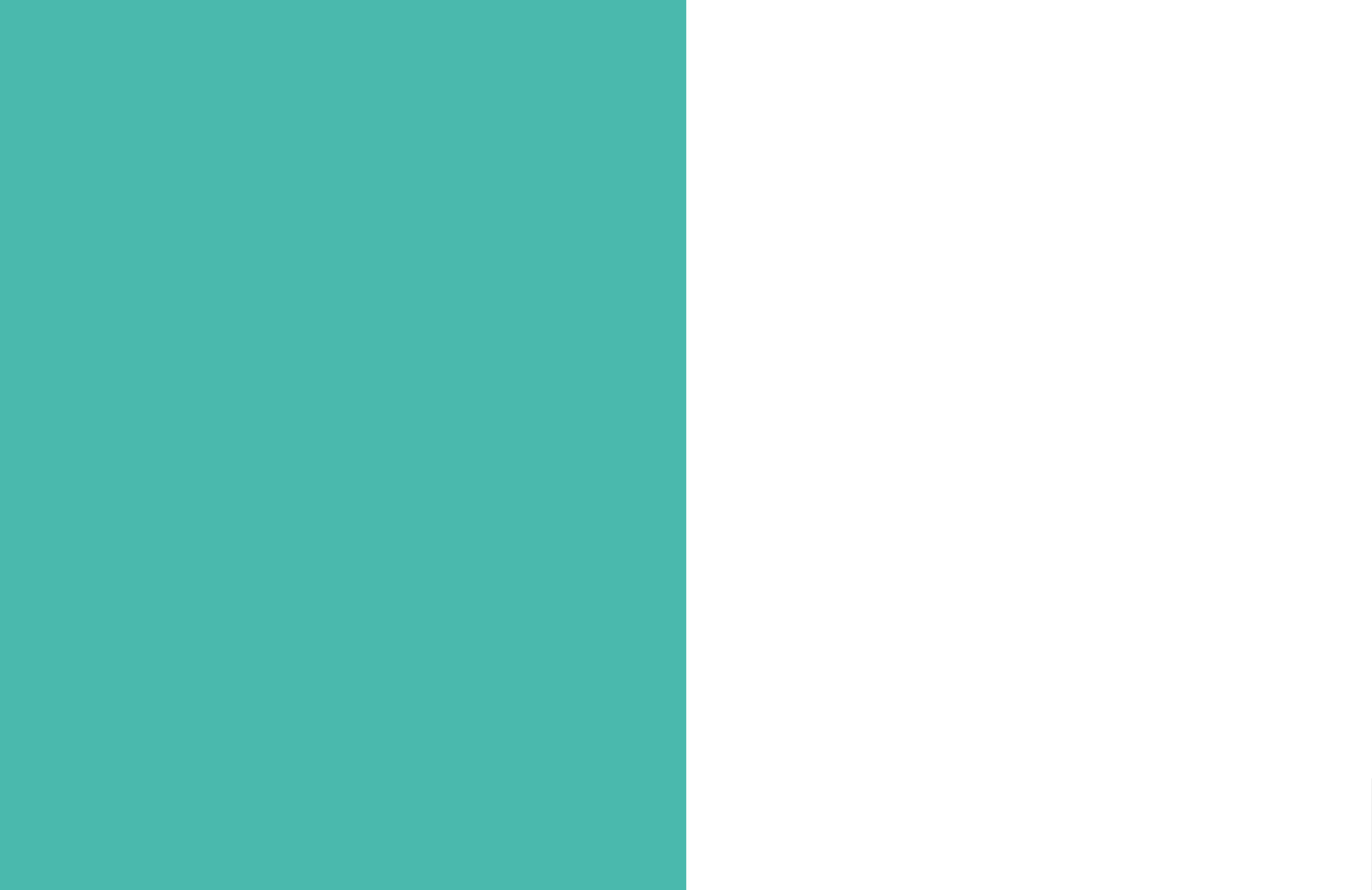


Plantilla per a receptes.

FRAGMENT D'UN BLOG

A finals del s. XVIII, Antonio Benedetto Carpano va inventar el famós vi aromàtic anomenat vermut, amb la funció d'estimular la gana abans d'un gran àpat. Beure vermut, acompanyat d'una mica de menjar, va acabar esdevenint tradició als bars del s. XIX pels polítics i intel·lectuals d'Europa.

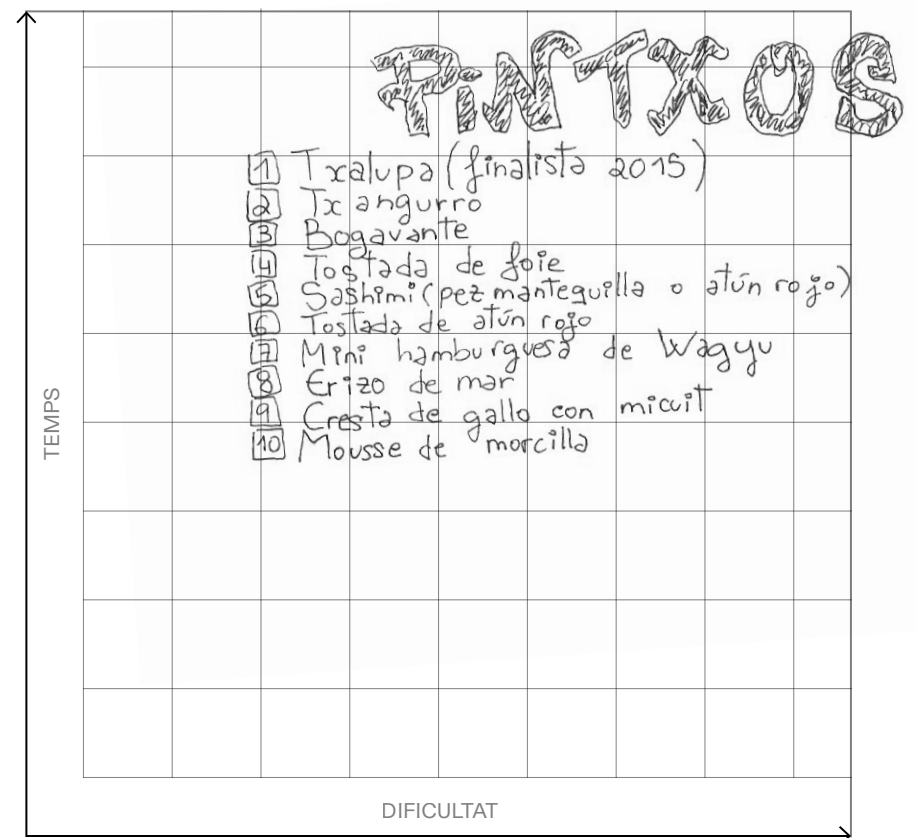
(Aperitius i begudes)



QUINTET DE PINTXOS [2021] *INSPIRATS* *EN BARS* ^{plú} *DE BILBO* *I PAMPLONA*

RESUM

Una recepta de 80 pintxos de 4h, dificultat mitja-alta, 20€, per a tot l'any i per a menjar acompanyada d'olives Chupadedos, gaspatxo, truita de patates i una bona taula de formatges.



↳ OFERTA DE PINTXOS DE LA PISSARRA DEL BAR GAUCHO (PAMPLONA)

(Sílvia Corral)

INGREDIENTS

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 3 barres de pa | <input type="checkbox"/> Mermelada (preferiblement casolana i de fruits vermells) |
| <input type="checkbox"/> Oli per a fregir | <input type="checkbox"/> Pernil salat bo |
| <input type="checkbox"/> Oli d'oliva verge | <input type="checkbox"/> 100g de nous |
| <input type="checkbox"/> Sal marina | <input type="checkbox"/> 1 albergínia |
| <input type="checkbox"/> Mantega | <input type="checkbox"/> Romer |
| <input type="checkbox"/> Llet | <input type="checkbox"/> 10 ous (preferiblement 8 de gralla) |
| <input type="checkbox"/> Un grapat de farina | <input type="checkbox"/> Pa rallat |
| <input type="checkbox"/> Tomàquet per a sucar | <input type="checkbox"/> Caldo de pollastre |
| <input type="checkbox"/> Formatge camembert (ja arrebossat) | <input type="checkbox"/> 1 ceba |
| <input type="checkbox"/> Formatge curat | <input type="checkbox"/> 1 pebrot escalivat |
| <input type="checkbox"/> Xoriço | |
| <input type="checkbox"/> 1/2 poma | |

Si no vols morir, és recomanable fer les croquetes el dia anterior.

*NOTES

NOTES*

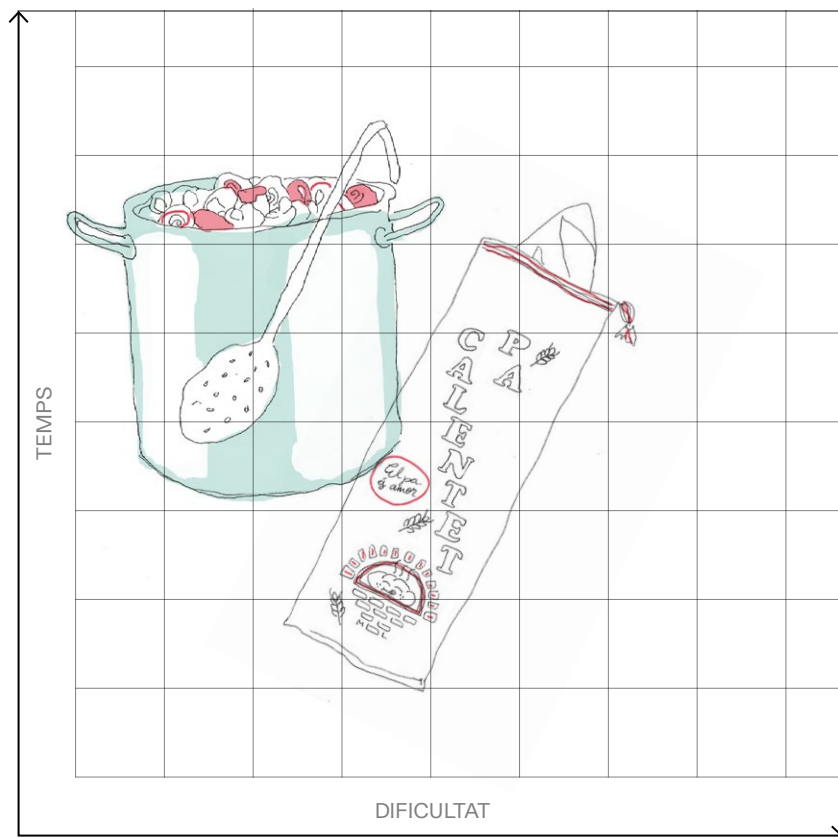
PREPARACIÓ

01. Passa per la paella el pollastre.
02. Fica a bullir aigua i hi bulls 1 ou 10' per a obtenir un ou dur. Mentrestant desossa el pollastre i talla'l en trossos petits.
03. En una cassola a foc mig hi poses un cub mitjà de mantega. En una altra, escalfes llet. Una vegada calenta la mantega, deposites en la primera cassola un grapat de farina i vas remenant fins que es dauri. Ves afegint la llet calenta mentre remenes fins que espessi i tinguis la beixamel.
04. A hores d'ara podràs treure l'ou dur de la cassola i tallar-lo en trossos petits.
05. Integra en la beixamel l'ou i deixa refredar la mescla a la nevera 20' (o fins que vegis que està ben fred).
06. Bat un ou i en un plat col·loca farina i pa rallat per arrebossar.
07. Talla en llesques les barres de pa i aparta-les.
08. Talla en làmines fines la poma i col·loca-les en les llesques.
09. Fregeix els trossos de camembert arrebossats i col·loca'ls damunt la poma.
10. Afegeix la teva mermelada preferida i uns trossos de nous, i ja tindràs el primer pintxo acabat!
11. Hora de caramel·litzar la ceba en una paella (foc mig, una mica de sucre i atenció, i llestos) mentre en una altra paella fas a la planxa l'albergínia tallada en làmines semi-fines.
12. Col·loca en llesques verges el pebrot escalivat, la ceba caramel·litzada i l'albergínia a la planxa. Afegeix una mica de sal marina i romer. 2n pintxo acabat.
13. Treu les croquetes de la nevera i amb dues culleretes de postre dona forma a la mescla, passa-les per farina, ou i pa rallat i fregeix-les en oli ben calent.
14. Mentre es fregeixen les croquetes, pots anar fent els ous ferrats en una altra paella amb oli per a fregir també calent.
15. Vés col·locant en les llesques restants les croquetes (aquestes sobre un llit de pernil salat) i els ous ferrats.
16. Talla trossos de xoriço i afegeix-los damunt els ous ferrats. Si et ve de gust desafiar les teves artèries, pots passar-los per la paella una mica i, finalment, afegir una mica de caiena.

CARAGOLS EN FARINA [1970'] DE LA *Monia Pisa* IAIA (María Pisa)

RESUM

Una recepta de 2h i 30min de dificultat baixa, per a dies de pluja, 4 persones, 10€ i per a menjar acompanyada de carn i/o verdures a la brasa amb vi negre de la casa.



↳ CASSOLA A REBOSSAR I PA CALENTET DEL POBLE

COMENTARI

Suposo que fora de terres de Ponent els caragols són el caviar d'ahir i els insectes de demà. D'aquí en fem una festa tots els anys cada dia que es pot.

*NOTES

Prepara moooooooltes barres de pa per a sucuar a la cassola.

NOTES*

INGREDIENTS

- Caragols (segrestats del camp o comprats)
- Pernil salat
- 1 cullerada sopera de farina
- Oli

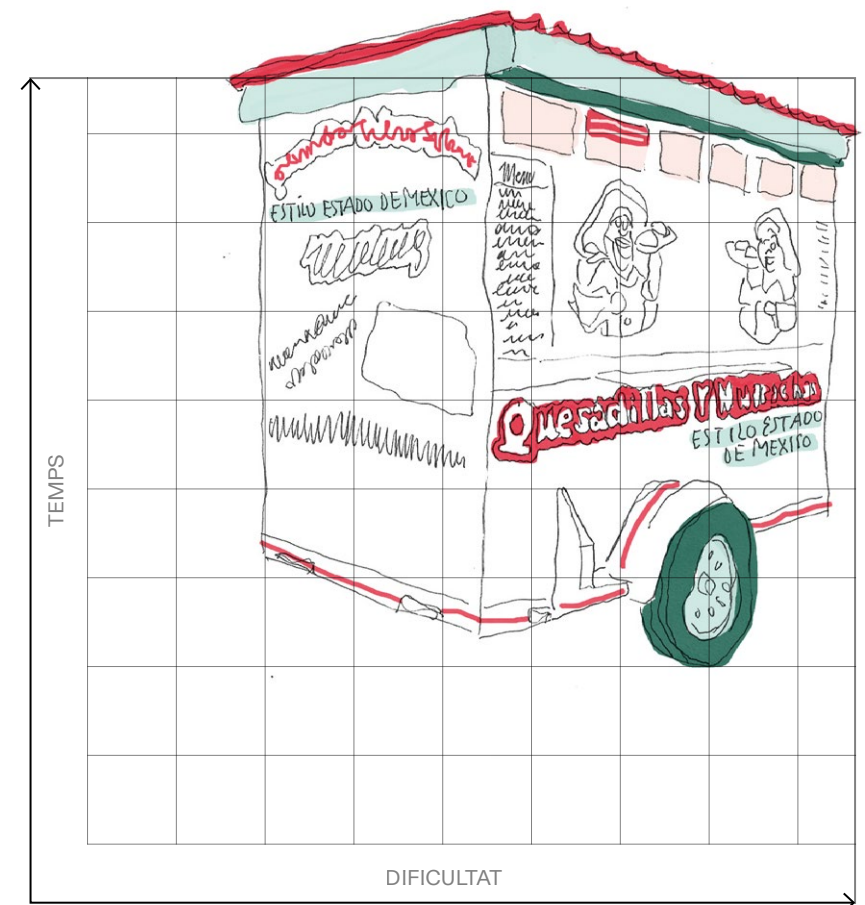
PREPARACIÓ

01. Posa a bullir els caragols. Si estan congelats es descongelen i després es tornen a rentar i es deixen escórrer ben bé.
02. En una cassola, posa una mica d'oli i fregeix trossets de pernil a mig coure.
03. Afegeix els caragols i vés remenant-los (deixen molta aigua).
04. Quan s'han begut l'aigua, posa la cullerada sopera de farina a foc lent i remena sense parar fins que es vagi formant una costra a la closca dels caragols. Si convé pots afegir una mica més de farina.
05. Afegeix sal i pebre negre.

QUESADILLAS MEXICANAS [2010'] *DEL TITO* *César Miguel Valdez* *SISAR*

RESUM

Una recepta de 2 - 3h, dificultat mitja-alta, per a tot l'any, 4 persones, 15€ i per a menjar acompanyada de cervesa, un altaveu amb música i pícnic.



↳ PARADA DE CARRER MÒBIL DE QUESADILLAS I HUARACHES

(César Miguel Valdez)

INGREDIENTS

PEL GUACAMOLE

- 1 alvocat
- 1 llimona
- Sal
- Coriandre
- 3 tomàquets
- 1 ceba

PER A LA SALSA DEL DIMONI

- 2 tomàquets
- ¼ de ceba
- 3 dents d'all
- Xiles al gust

PEL FARCIT

- 200g de corder
- Formatge ratllat
- Romer
- 1 dent d'all
- Mantega o oli
- 1 ceba
- 1 llimona o llima
- Coriandre
- Tortilla

COMENTARI

Wacha, en si está bien simple. El truco es en que sebas hacer bien la carne y que no te quede salado el guacamole. Para la salsa vas a tener que encontrarle unos chiles que piquen machín. Y todo con mucho amor, cocinando con una cerveza en mano y de fondo unos corridazos.

PREPARACIÓ

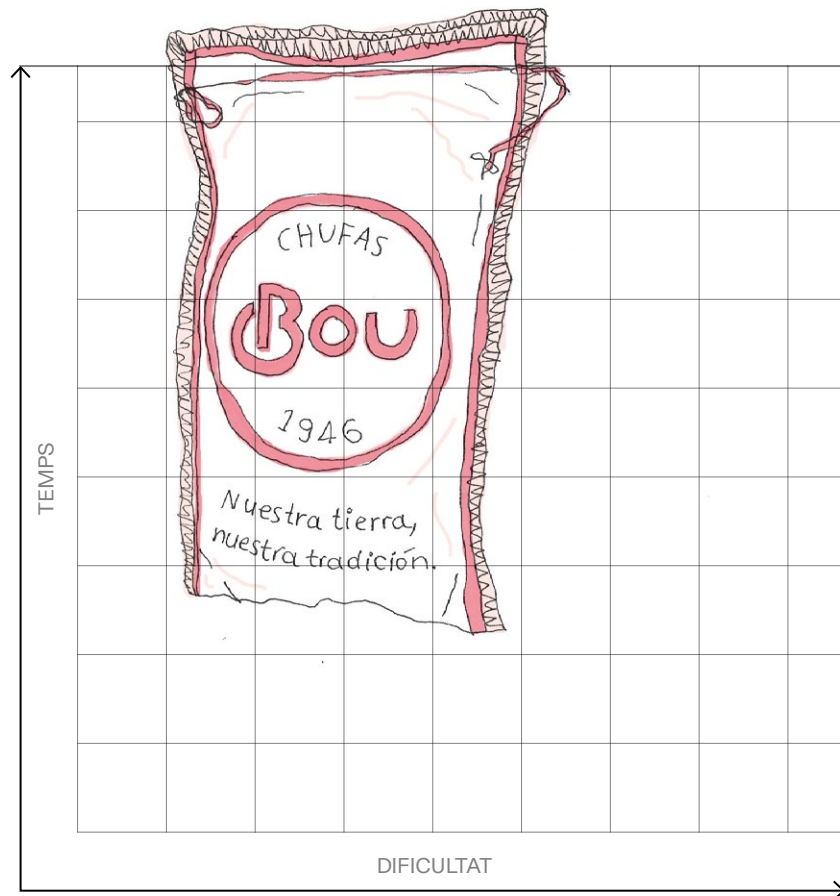
- 01.** El millor és començar amb les salses. Pel guacamole hauràs de triturar en una liquadora l'alvocat, els tomàquets, la ceba i afegir-hi el suc de la llimona, sal i coriandre.
- 02.** En una paella a foc mig-alt i un mica d'oli, fica-hi 2 tomàquets tallats en quarts, el ¼ de ceba i els 3 dents d'all fins que es torrin i els tomàquets "cridin" (es reventin i quedin aigüosos).
- 03.** Col·loca-ho tot en una liquadora i afegeix els xiles tallats en dos, sal, pebre i coriandre. Ha de quedar una salsa una mica picant perquè quedi bé amb el guacamole.
- 04.** Hora de sellar la carn en una paella a foc fort amb oli o mantega, una rama de romer i un dent d'all. Has d'anar banyant la carn amb la mescla de la paella perquè resulti més saborós.
- 05.** Treu la carn abans que es faci completament i talla-la en tires una mica fines.
- 06.** En una paella calenta, col·loca la tortilla per un costat i gira-la. Quan donis la volta, en la segona cara afegeix formatge rallat i tanca-la perquè es defaci.
- 07.** Ja pots construir les quesadillas, afegint la carn, el guacamole, la salsa del dimoni, coriandre, ceba crua tallada en petits cubs i un rajolí de suc de llimona o llima.

NOTES

ORXATA CASOLANA [2019] *DE L'ÀLEX ALEX* (Alejandro Granero)

RESUM

Una recepta de 24h de dificultat baixa, per a l'estiu, 4 persones, 10€ i per a menjar acompanyada de fartons, evidentment.



↳ SAC DE XUFA BOU

*NOTES No queda excessivament dolça.

COMENTARI No lo he querido comprobar porque así es en mi memoria y quizás le resta a la receta entrar en Google y comprobar que es de otra manera.

NOTES*

INGREDIENTS

- 1kg de xufa
- 2l d'aigua
- 500g de sucre

PREPARACIÓ

01. Has de deixar reposar la xufa 24h, canviant dues o tres vegades l'aigua.
02. En una liquadora, tritura-la amb l'aigua. "Si hi ha ganes d'orxata, fes-ho amb aigua freda i així no has d'esperar, però la paciència recompensa amb sabors més reposats i rodons."
03. Filtra la mescla amb un drap fi.
04. Consumeix-ho abans de dos o tres dies, perquè és tot sense conservants.

FRAGMENT DE "CANTO JO I LA
MUNTANYA BALLA", D'IRENE SOLÀ

L'home es va desplomar sobre l'herba, i el
prat li va posar la galta contra la seva [...]

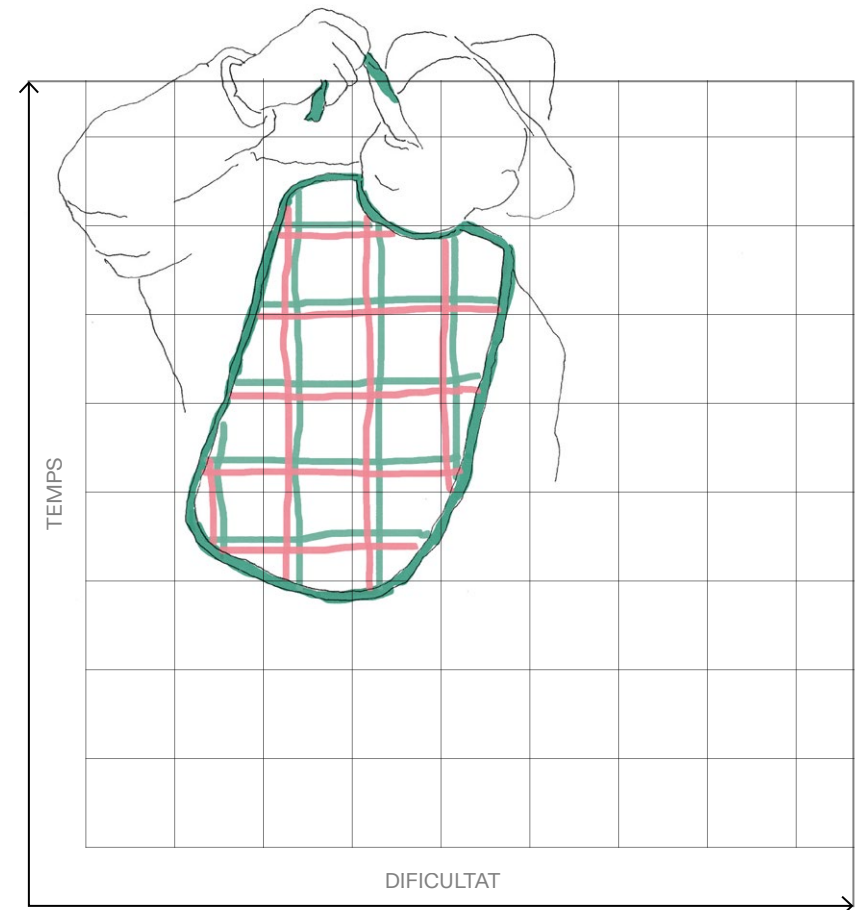
(Verdura)



CALÇOTS AMB SALSA ROMESCO *Carme* [2000'] *DE LA MAMA*

RESUM

Una recepta fàcil de 3h per entre febrer i abril, 4 persones, 25€ i per a menjar acompanyada de vi en porró, pa torrat amb all i tomàquet sucats, verdura i/o carn a la brasa i aire lliure.



↳ SENYOR PROTEGIT DE LA SALSA ROMESCO AMB UN PITET

(Carme Fernández)

INGREDIENTS

PER A LA SALSA

- 30g ametlla molta/pers.
- 1 tomata petita escalivada/ persona
- 1/2 nyora Julivert
- Sal
- Vinagre
- 1 carquinyoli o galeta maria
- 1 all escalivat/ persona
- 1 (o mig) all cru petit
- Oli: el que vulgui la barreja

PELS CALÇOTS

- 40 calçots (10/ persona)

ESTRIS

- Paper de diari o similar per a embrutar
- Doble graella
- Barbacoa
- Pines llargues
- Pitet
- Llenya i branques ben seques
- Roba llesta per a entrar a la rentadora

NOTES

PREPARACIÓ

PER A LA SALSA

01. Col·locar tots els ingredients en una liquadora i llestos. Si la salsa falla o es vol negar s'afegeix un rajolí d'aigua calenta o un ou.

PELS CALÇOTS

01. El més important és saber encendre i mantenir el foc. Comença amb branques petites i algun tronc més gran. Quan sàpigues mantenir el foc, ves afegint poc a poc la llenya, ajudant-te del diari per fer aire i avivar la flama.

02. Abans de tenir la flama ben grossa, col·loca-hi la graella perquè es vagi escalfant i fent negra. Afegeix la llenya restant.

03. Per quan col·loquis els calçots, la flama ha de menjar-se bé la graella.

04. Una vegada la primera cara està negra, col·loca-hi una segona graella damunt fent pinça i gira els calçots.

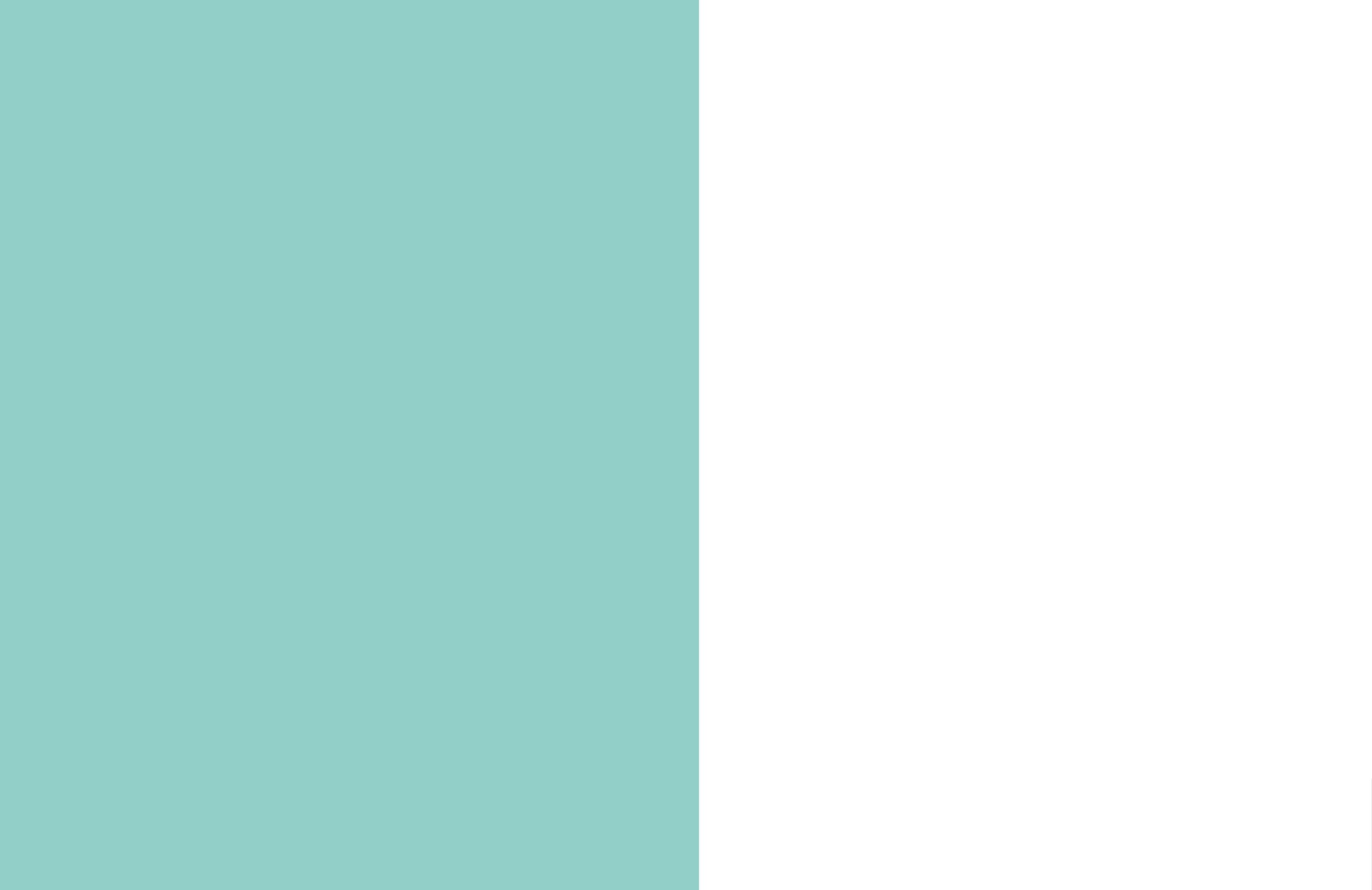
05. Ja fets, deixa'ls embolicats en paper de diari. Amb les brases del foc que quedin pots fer verdura, carn o pa torrat!

CONCLUSIÓ D'UN FRAGMENT
DE "SÀPIENS", DE YUVAL NOAH HARARI

Fa uns 300.000 anys, aliments com el blat, l'arròs o les patates, es van convertir en la base de la nostra dieta perquè fa uns 300.000 anys, una sola dona amb una pedra de sílex o un pal va descobrir com incendiar un bosc en qüestió d'hores.

PASTA

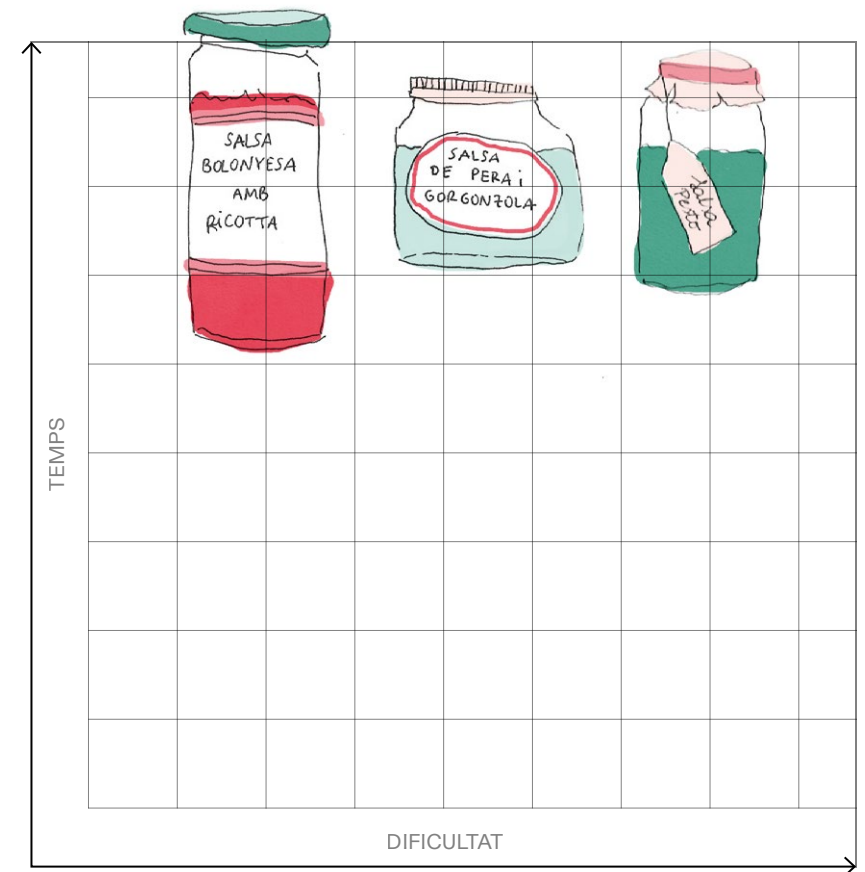
(Pasta)



PASTA FRESCA AMB SALSES [2019] *DE* *L'ELOI, LA MARTA* *I LA SÍLVIA*

RESUM

Una recepta de dificultat mitja, d'entre 2 i 3h per tot l'any, 4 persones, 10€ aprox. i per a menjar acompanyada de vi i gent amb molta gana.



↳ POTETS DE VIDRE QUE CONTENEN LES DIFERENTS SALSES

(Eloi Balcells, Marta
Rosselló i Sílvia Corral)

INGREDIENTS

PER AL PESTO DE LA MARTA

- 1 dent d'all
- 100ml d'oli d'oliva
- Un grapat d'alfàbrega
- 50g de nous aprox.

PER A LA SALSА DE PERA I GORGONZOLA DE LA SÍLVIA

- ½ ceba
- 1 pera
- 50g de nous
- 100g de formatge gorgonzola
- 200ml de llet

PER A LA SALSА DE BOLONYESA I RICOTTA DE L'ELOI

- 100ml de llet
- 1 limona o got de vinagre
- ½ ceba
- Oli d'oliva
- 1 pastanaga
- Carn picada de vedella i porc
- 500g de tomàquet rallat o triturat
- Un got d'aigua tibia

PER A LA PASTA FRESCA DE L'ELOI

- 100g/persona de farina de força
- 1 ou/100g de farina

Per fer la pasta has de ficar ous bé, no ous d'aquests cutres, de Barcelona, petits.

COMENTARI

NOTES

PREPARACIÓ

PER AL PESTO DE LA MARTA

01. En una liquidadora, fica l'all, l'alfàbrega, l'oli i les nous (o ametlles). Si està molt espès, afegeix oli. Si està molt oliós, afegeix fruits secs i alfàbrega. Això és qüestió de fer-ho bastant a gust propi.

PER A LA SALSА DE PERA I GORGONZOLA DE LA SÍLVIA

01. La clau és caramel·litzar amb un bon raig d'oli calent la ceba. Afegeix la pera tallada en cubets mitjans i immediatament la llet ja calenta. El foc a d'estar mig-baix perquè faci xup-xup i poc a poc espesseixi.

02. A trossos petits, afegeix el formatge gorgonzola i integra-ho amb la llet mentre remenes. Estarà llest quan vegis una textura cremosa.

PER A LA SALSА DE BOLONYESA I RICOTTA DE L'ELOI

01. Comencem amb la ricotta. En una cassola, diposita entre 100 i 200ml de llet sencera i escalfa-la a uns 80°C aproximadament.

02. Llença-hi una mica de suc de llimona, vinagre o qualsevol succedani àcid. Veuràs que comença a tallar-se.

03. Quan la llet s'hagi endurit suficient, cola-ho i ja tindràs formatge fresc.

04. En una paella, sofregeix a foc mig i amb un bon raig d'oli la ceba i la pastanaga.

05. Quan estigui daurat, afegeix la carn i ves remenant fins que quedi cruixent.

06. Hora d'afegir el tomàquet natural rallat o triturat i l'aigua i baixar el foc perquè tot faci xup-xup.

07. Després d'una mitja hora (o més, si has baixat molt el foc), quan el tomàquet brilli i el vermell agafi més intensitat, afegeix el ricotta i la salsa estarà llesta.

PER A LA PASTA FRESCA DE L'ELOI

01. Fes un volcà amb la farina i introdueix l'ou en el forat del mig.

02. Mescla progressivament els dos ingredients fins que es faci una massa uniforme.

03. Amb un rodets, aplanar la massa fins que quedi fina.

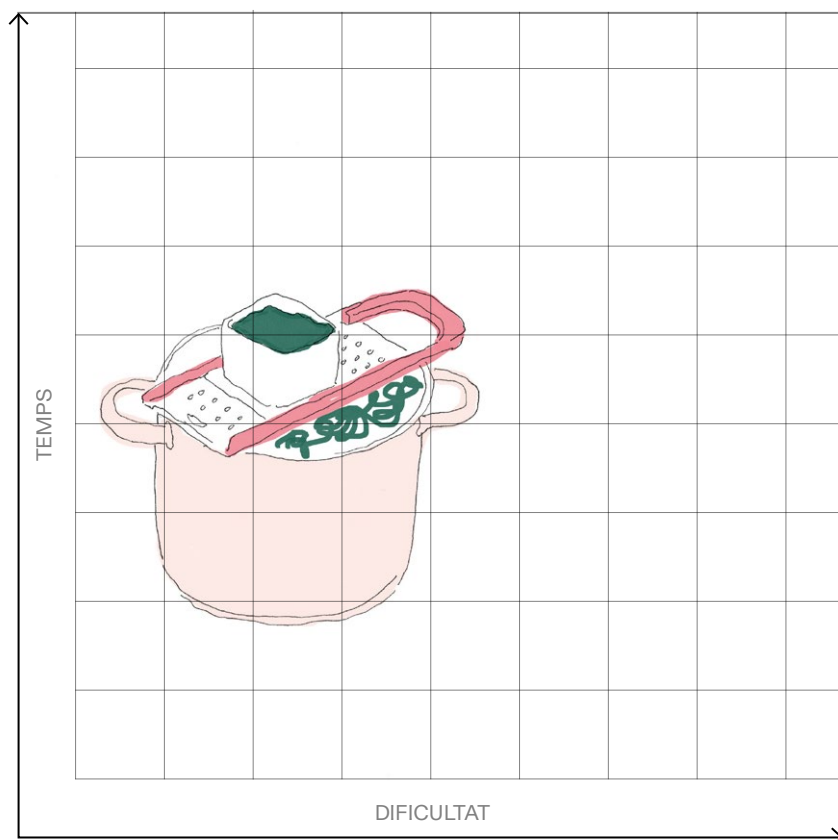
04. Plega-la com un drap i talla-la en tires estretes.

05. Desplega cada tira i tindràs cintes llestes per a cuinar.

SPÄTZLE [2019] DE SERENA *Serena Condini* (Serena Condini)

RESUM

Una recepta de 30min - 1h de dificultat baixa, per a tot l'any, 4 persones, 3€ i per a menjar acompanyada de vi negre i/o plats de carn amb salsa.



↳ RALLADOR ESPECIAL PER A FER SPÄTZLE

NOTES

INGREDIENTS

D'ESPINACS

- 200g d'espínacs
- 100ml d'aigua
- 250g de farina
- 3 ous
- Sal
- Nou moscada

BLANCS

- 1 ou
- 50ml d'aigua
- 80g de farina
- 3g d'oli
- Sal
- Pebre
- Nou moscada

PREPARACIÓ

PELS SPÄTZLE D'ESPINACS

01. En una paella, salteja els espínacs.
02. Col·loca'ls en una liquidadora, afegint l'aigua, els ous, la sal i la nou moscada.
03. Vés afegint la farina poc a poc.
04. En una cassola amb aigua bullint amb un pessic de sal, diposita-hi la mescla, que hauràs d'anar rallant amb un rallador perquè es coquin trossets petits.
05. Deixa-ho bullir 2'.

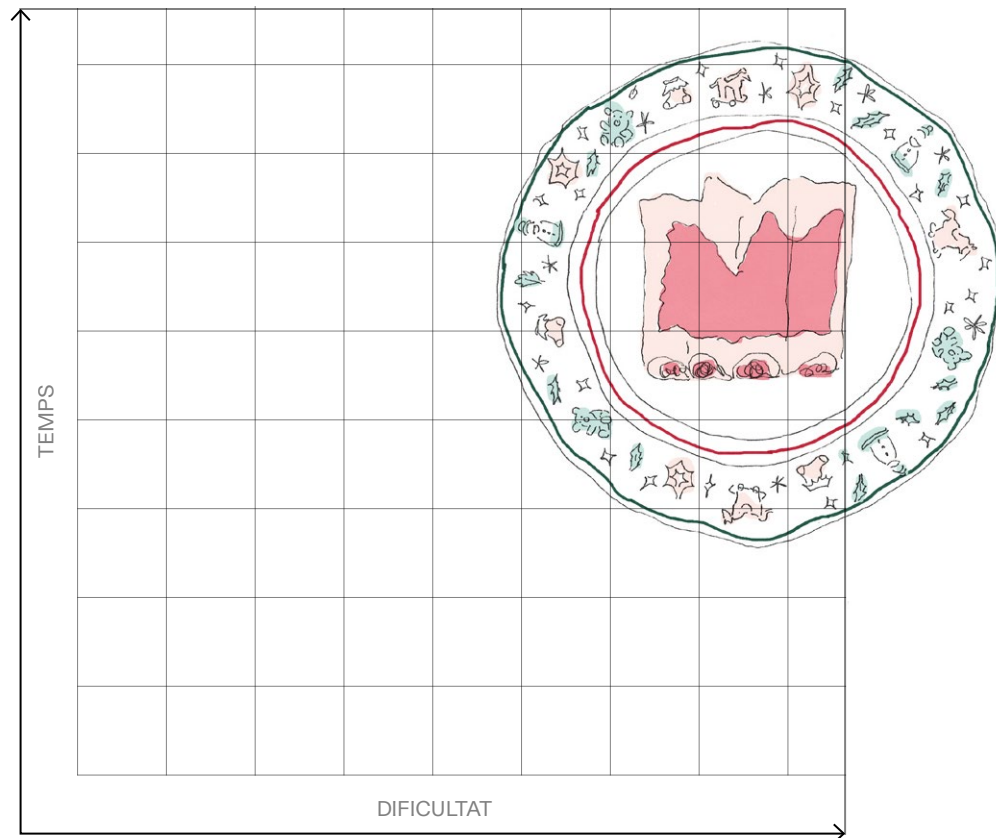
PELS SPÄTZLE BLANCS

01. Mescla la farina, l'ou, la sal, la pebre i la nou moscada.
02. Afegeix l'oli i l'aigua templada.
03. En una cassola amb aigua bullint amb un pessic de sal, diposita-hi la mescla, que hauràs d'anar rallant amb un rallador perquè es coquin trossets petits.
04. Deixa-ho bullir 2'.

ELS MILLORS CANELONS [1950'] DE LA IAIA *Monia Pisa* (María Pisa)

RESUM

Una recepta de 4h de dificultat mitja-alta, per a l'hivern, 8 persones, 30€ i per a menjar acompanyada de xampany, una taula ben vestida i la família.



↳ PLAT NADALENC AMB QUATRE CANELONS DE LA IAIA

NOTES*

INGREDIENTS

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1 pollastre tallat a trossos grandets | <input type="checkbox"/> 1 rellom de porc tallat a trossos grandets |
| <input type="checkbox"/> ½ kg de carn magra tallada a trossos grandets | <input type="checkbox"/> 3 o 4 cebes |
| | <input type="checkbox"/> 1 cullerada de farina |
| | <input type="checkbox"/> Llet |

PREPARACIÓ

01. Comença per salar tota la carn i rostir-la en una cassola amb una mica d'oli i les dues cebes tallades en gallons mitjans.
02. Quan estigui rostida (i es vegi l'oli en la cassola), deixa la carn refredar.
03. Desossa-la i tritura-la.
04. En una cassola, posa l'oli de rostir la carn colat i dora-hi 1 o 2 cebes rallades.
05. Afegeix la carn triturada i dona-li unes quantes voltes en la cassola per integrar-ho tot bé.
06. Afegeix la cullerada de farina, empolvorant la carn i torna a mesclar-ho tot.
07. Afegeix una mica de llet i segueix remenant a foc lent. Ha de quedar una massa no gaire espessa.
08. Deixa refredar la mescla.
09. Farceix els canelons prèviament remullats en aigua tibia.
10. Per fer la beixamel, fes-la en proporcions de 2 cullerades soperes de farina per cada litre de llet.

*NOTES
Para molt de compte quan desossis!
Que no quedi cap trosset dins el caneló.

*NOTES

FRAGMENT DE "BON DIA!",
DE VICENT ANDRÉS ESTELLES.

"Me'n vaig anar al Saler
a fer-me una paelleta,
que encara que sóc poeta
lo primer és lo primer.

(Que no em lleve ningú a mi
l'arròs i el plat d'ensalà,
tenint, lector, a la mà
el barral o el got de vi!)"

(Arròs)



PAELLA DE LA VEGA BAJA DE LA *Amparo Martínez Carabaca* IAIA DE LA LUZ [1950'] (Amparo Martínez)

RESUM

Una recepta de 1h de dificultat mitja, per a tot l'any, 4 persones, 7€ i per a menjar acompanyada de vi amb gaseosa i el teu poble.



↳ L'ARRÒS QUE UTILITZA LA IAIA AMPARÍN

NOTES*

INGREDIENTS

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Quantitat generosa d'oli d'oliva | <input type="checkbox"/> 1L de caldo de pollastre |
| <input type="checkbox"/> 1 pebrot vermell | <input type="checkbox"/> Arròs bomba |
| <input type="checkbox"/> Carn (250g de porc i pollastre o conill i pollastre) | (Les quantitats són molt aproximades perquè la seva iaia ho fa tot a ull) |
| <input type="checkbox"/> Safrà | |
| <input type="checkbox"/> 50g tomàquet triturat | |

PREPARACIÓ

01. En una paella gran amb una quantitat generosa d'oli calent, col·loca el pebrot tallat a trossos.
02. Una vegada fregit, aparta'l i afegeix en la mateixa paella la carn tallada en trossos mitjans.
03. Una vegada la carn està entre marcada i crocant, col·loca el tomàquet rallat a la paella perquè se sofregeixi. Quan el vermell del tomàquet comenci a brillar, afegeix el caldo de pollastre ben calent amb una mica de safrà. Deixa que vagi fent xup-xup uns 20'.
04. Hora d'afegir l'arròs bomba (2 grapat/persona) i deixar uns 18' que es cogui. Si veus que l'arròs està ja quasi fet però hi queda molt caldo, retira'l. Si en necessita més, afegeix. Has de conèixer en tot moment què necessita l'arròs (per recomanació de la iaia, és millor que l'arròs quedi sequet).
05. Deixa reposar l'arròs uns 5' amb tapa o un drap perquè l'arròs absorbeixi la humitat restant.

*NOTES Pots canviar el tipus de carn per la que més t'agradi.

EMBARBUSSAMENT POPULAR

“Si s’amassa
la massa
amb la maça
és massa.”

MASSES

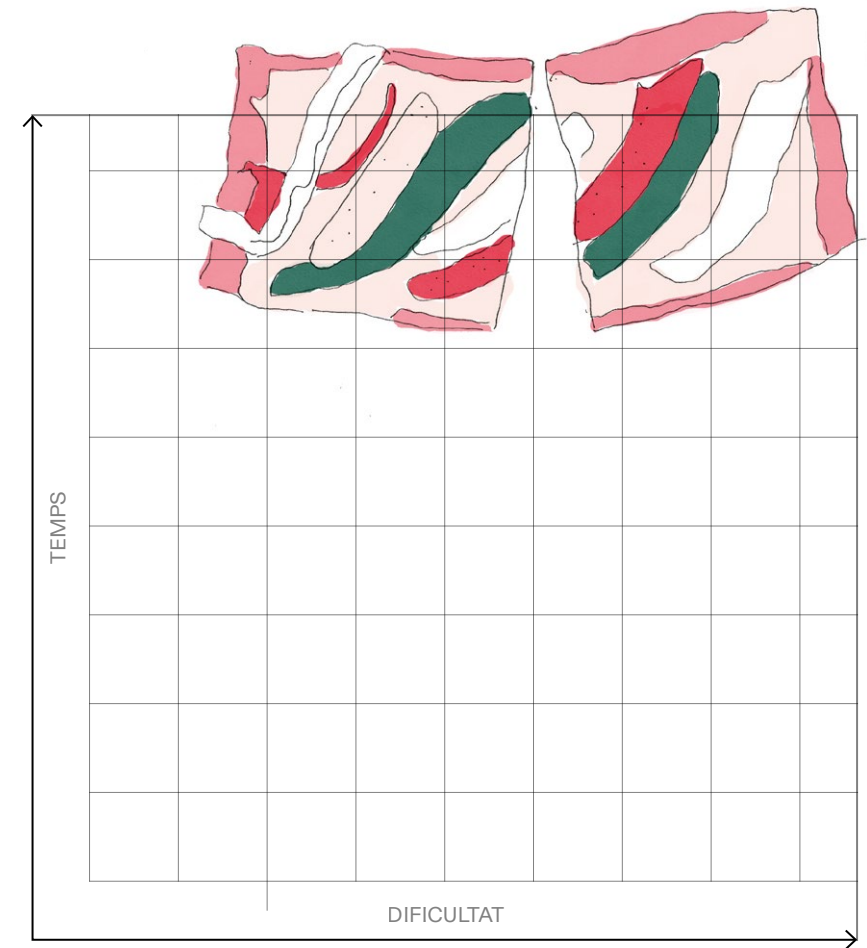
(Masses)



COCA DE RECAPTE [2000'] DE LA MARE DE L'EMMA

RESUM

Una recepta de dificultat mitja-alta, de 24h, per tot l'any, 8 persones, 10€ aprox. i per a menjar acompanyada de vermut negre i una taula al sol.



↳ TALLS DE COCA DE RECAPTE.

(Ana Parejo)

INGREDIENTS
PER A LA BASE

- 1 dau de llevat fresc
- ½ kg de farina
- Oli
- Sal

PEL FARCIT

- 2 porros
- 2 carabassons
- 2 pebrots vermells
- 2 albergínies
- Llonganissa sencera

El secret està en la massa.

*NOTES

NOTES*

PREPARACIÓ

PER A LA BASE

01. En un bol poses una mica de sal (la meitat d'una cullereta de cafè), desgranes el dau de llevat i poses dos gotets (mida gotet de cafè) d'aigua tèbia i ¼ del got d'oli. Pot servir-te de referència el gotet de iogurt. Com està tebi, es desgrana molt bé el llevat.

Això, amb una forquilla, ho emulsiona bé i a partir d'aquí vas afegint la farina. Pots utilitzar entre 400 i 500g depenent de la consistència. No ho posis tot amuntegat; quan agafa textura li vas afegint... va agafant textura... li vas afegint...

02. Quan ja ho tens que se t'enganxen els dits, ho pastes en una superfície plana. Li dediques el teu temps, l'amasses... Si veus que se t'enganxen els dits, afegeix farina moderadament i continua pastant fins que se't vagi deixant anar la massa. Al final aconseguiràs una pilota homogènia, sense grumolls, com si fos plastelina, i així és la textura correcta. Llavors has de deixar-la reposar. L'ideal és fer-ho d'un dia per a l'altre, i has de tapar-la amb un drap humit, que no mullat.

03. La deixes 24h i l'endemà la recuperes. Si s'ha ressecat la tornes a pastar i torna a estar com el primer dia, però ja fermentat. Quan li dones aquests dos viatges la deixes una altra vegada que pugui i ja estarà llesta.

04. A partir d'aquí, quan s'hagi tornat a esponjar, agafes una porció de la mesura d'un préssec o una poma i l'estens sobre una superfície plana i corró. Si se t'enganxa la massa utilitza la farina perquè es deixi anar del corró.

05. Quan tens la massa la deixes sobre una safata de forn amb paper d'alumini.

PEL FARCIT

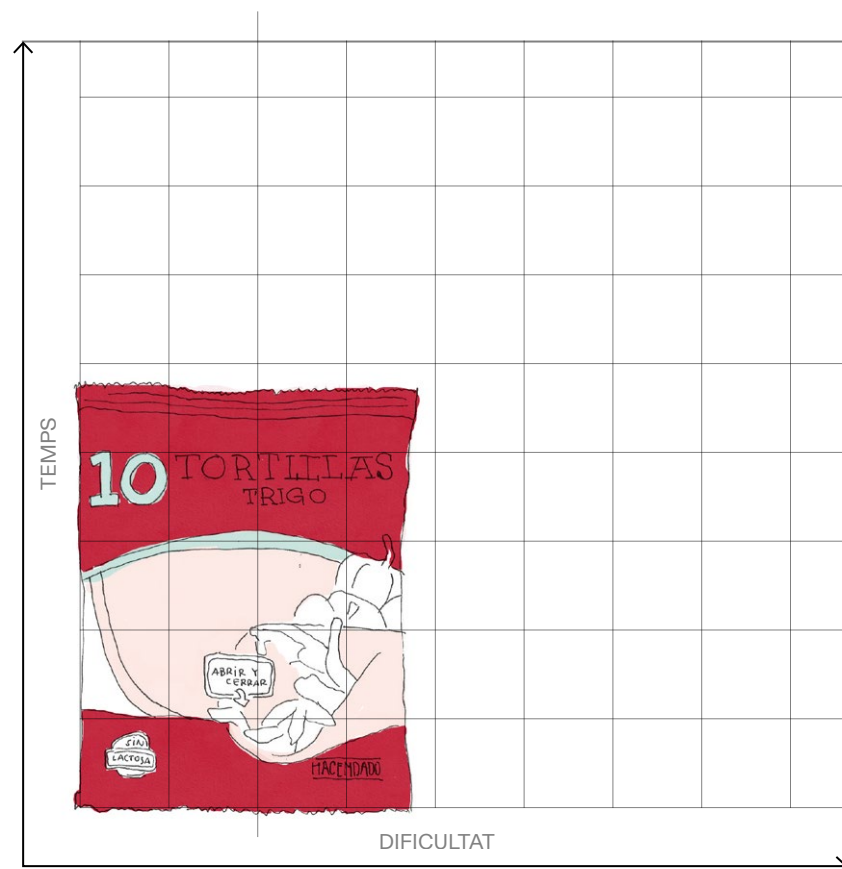
01. El dia anterior, quan també has estat barallant-te amb la massa, escaliva els pebrots i l'albergínia (els fiques al forn embolicats en paper d'alumini a 170°C durant hora i mitja amb una mica d'oli). I opcionalment, segons t'agradi, el carabassó i el porro. Escalivats queden molt bons.

02. L'endemà, neta l'escalivada, pela el pebrot i l'albergínia i els disposes en tires sobre la base que has preparat de la coca. Talles en porcions la llonganissa i les rodanxes de carabassó i porro. Amaneix amb una miqueta de sal per damunt, grates el pebre sobre els ingredients, aboques una mica d'oli, i al forn, que l'has de tenir precalentat a 180°C. Ho poses amb calor a dalt i a baix i a vigilar, que en aprox. 20 min estarà.

PIZZETES DE TORTILLAS [2018] *DEL PAPA* (Ramon Corral)

RESUM

Una recepta de 2h per a tot l'any, 4 persones, 8h i per a menjar acompanyada de birra, sofà i First Dates.



↳ LES TORTILLAS DE BLAT AMB LES QUE VA EXPERIMENTAR RAMON.

NOTES

Idees pel farcit:- Formatge brie, pollastre i nabius
- Carabassa, sobrassada, formatge blau i nous -
Tomàquets cherry, alfàbrega i formatge curat - Salmó i
rúcula - Carbonara - Albergínia, herbes aromàtiques
i permil salat

COMENTARI

Bua, ahir vaig fer les pizzes i em van salvar el sopar.

NOTES*

INGREDIENTS PER A LA BASE

- Tortillas mexicanes
- Formatge rallat
- Tomàquet fregit
- Orenga
- Olives

*PEL FARCIT:
El teu preferit, en el meu cas...*

- 1 ceba
- Formatge de cabra
- Bacó
-

PREPARACIÓ

01. Per a la base, pinta amb el tomàquet fregit una tortilla mexicana i afegeix formatge rallat i orenga.
02. Col·loca el teu farcit preferit damunt la base. En el meu cas, ceba caramel·litzada, formatge de cabra i tiretes de bacó.
03. Posa la tortilla al forn uns minuts fins que quedi la massa cruixent.

FRAGMENT DE LA NOTÍCIA “LA CARNE (ARTIFICIAL) QUE QUIERE SALVAR EL MUNDO”, DE CARLOS RISCO, “ELPAIS.COM”.

“Nous gurus abracen la carn de laboratori com a única sortida per a un planeta afamat, empàtic amb els animals i en un entorn d'emergència climàtica.”

(Carn)

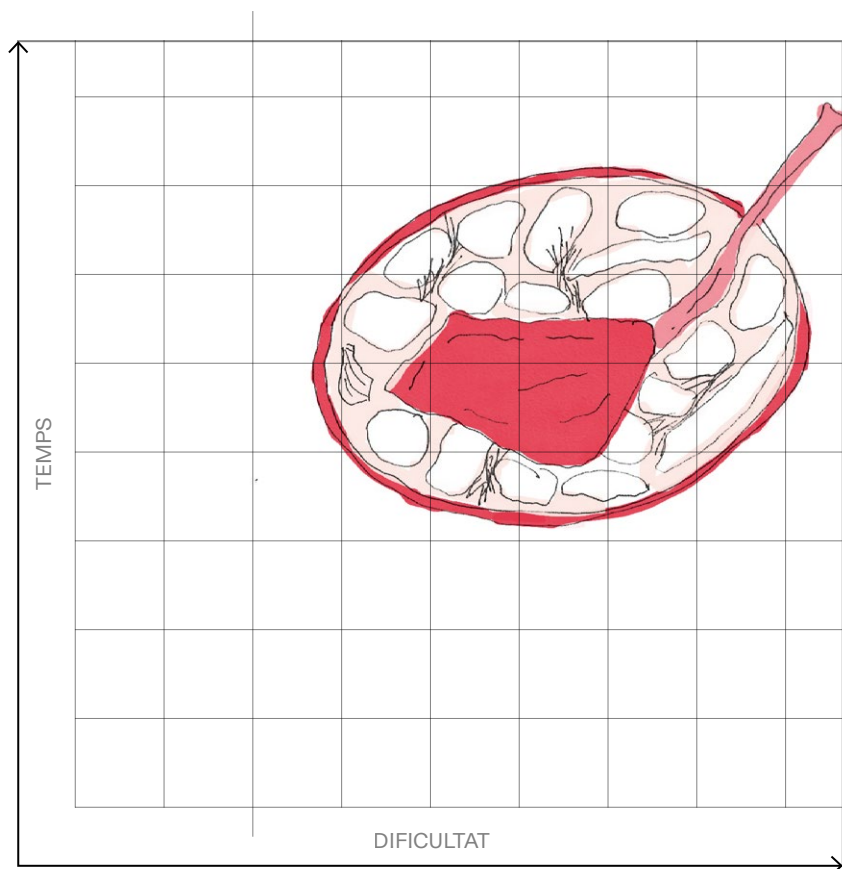


CORDER AL FORN

[1990'] *DE*
LA MAMA *Carme*
(Carme Fernández)

RESUM

Una recepta de 2h aprox per quan fa fred, 4 persones, 30€ i per a menjar acompanyada de cava i regals d'aniversari.



↳ SAFATA AMB MOLTES PATATES I UN TROS DE CORDER

NOTES*

INGREDIENTS

- Un bon corder (cuixa, espatlla i/o costellam)
- 3 o 4 patates
- Oli d'oliva
- 1 ampolla de vi blanc
- 1 llimona
- Herbes provençals
- Pebrot vermell
- 1 cabessa d'all

PREPARACIÓ

- 01.** Primer, es comencen preparant les patates. Es tallen en rodets de 0,5cm i es deixen mig fregides abans de ficar-les al forn. Escorre l'oli.
- 02.** Amb el mateix oli, si la part del corder és la cuixa o l'espatlla, passa'l ràpid per la paella per a marcar-lo. Si és el costellam, no cal.
- 03.** En una safata, fica un llit fi de patates, el corder salat, un bon raig de suc de llimona, la barreja d'herbes provençals, el pebrot vermell i els dents d'all sencers sense pelar. Per sobre, amaneix-ho amb un bon raig de vi blanc i ja està llest per anar cap al forn calent a 190°.
- 04.** Estigues atent/a al corder perquè s'ha d'anar afegint gots de vi blanc perquè no quedi sec i també has de girar el corder perquè es faci per tots els costats. En una horeta l'olor t'avisarà que està llest per a menjar.

*NOTES S'ha de preparar un bon vermut abans perquè sempre falten patates.

FRAGMENT DE BAJO EL MAR,
DE LA PEL·LÍCULA "LA SIRENITA"

"Bajo el mar, bajo el mar
nadie nos fríe ni nos cocina en un sartén
Si no te quieres alinear bajo el mar te quedarás
Y sin problemas entre burbujas
tú vivirás."

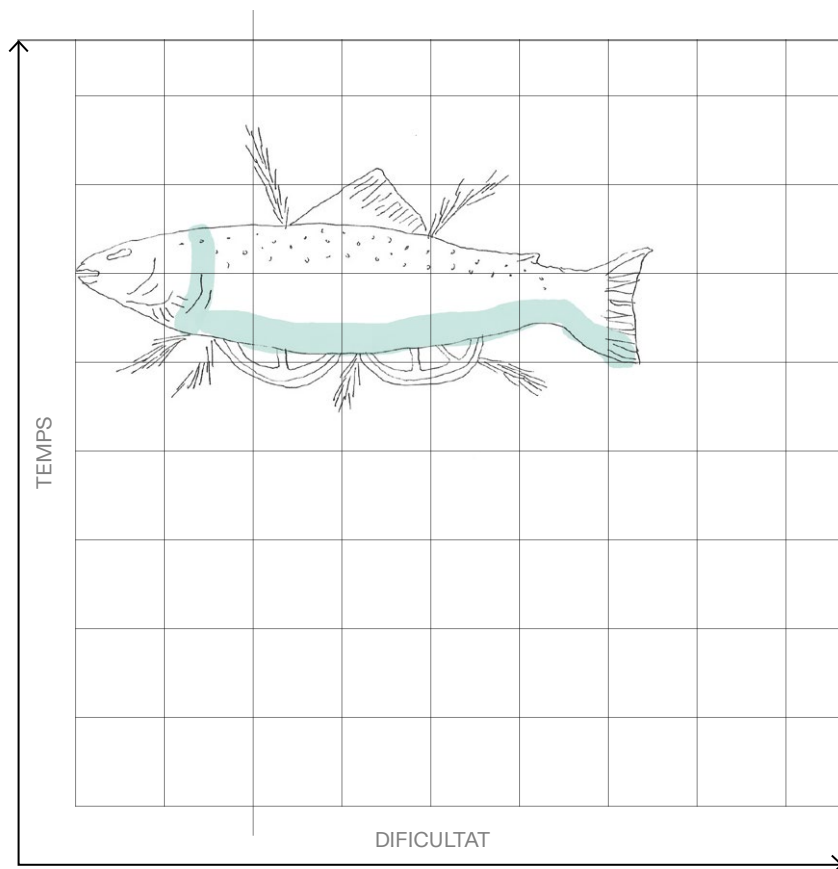
(Peix i marisc)



PEIX AL FORN [1990'] DE LA *Carme* MAMA (Carme Fernández)

RESUM

Una recepta de 1h 30min per a tot l'any, 4 persones, 20€ i per a menjar acompanyada de vi blanc i un bon aperitiu.



↳ PEIX ACABAT DE FER AMB LLIMONA I ROMER

NOTES*

INGREDIENTS

- Peix (el que més t'agradi)
- 2 o 3 patates
- 1 ceba
- 1 carabassó
- 1 llimona
- Sal
- Oli

PREPARACIÓ

01. Amb una cullereta o pinzell, pinta una safata d'oli.
02. Pela i talla en rodes d'entre 3 i 4mm les patates i cobreix la safata.
03. Talla la ceba i el carabassó en làmines fines i col·loca-la per sobre del llit de patates.
04. Afegeix sal, un rajolí d'oli i un raig de suc de llimona per a potenciar els sabors. Hora de posar la safata dins el forn a 180°C.
05. Quan les hortalisses estan dorades, afegeix el peix i un altre rajolí d'oli i de suc de llimona.
Depenent del tros i gruix de peix que hi fiquis, les hortalisses han d'estar més fetes (si el tros és fi perquè es farà abans) o més crues (si el peix és gros o sencer).

FRAGMENT DE "GUADALAJARA",
DE QUIM MONZÓ

"Entra i saluda ('Bon dia') la dona que hi ha
dins: bellíssima, de cabellera en cascada i
llavis color de castanya."

(Dolços i pastissos)

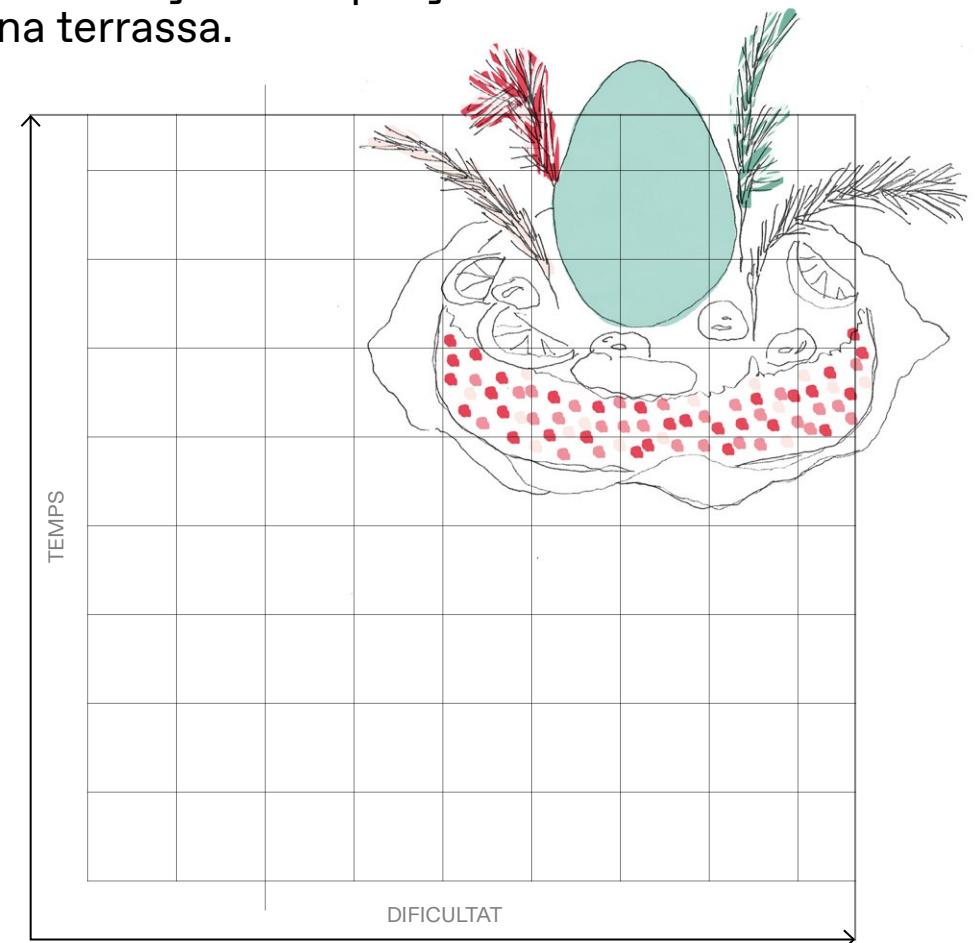


MONA DE PASQUA [2000'] *DE CASA*

Carme

RESUM

Una recepta de dificultat mitja-alta, de 2h i 30min, per a Pasqua, 6 persones, 20€ aprox. i per a menjar acompanyada de la família i una terrassa.



↳ COCA DE RECAPTE DECORADA AMB PLOMES, UN OU DE XOCOLATA I FRUITA CONFITADA

(Carme Fernández)

INGREDIENTS

PEL PA DE PESSIC

6 ous
150g de sucre
1 culleradeta de
sucre de vainilla
180g de farina
de
rebosteria
1 pessic de sal

PER A LA CREMA DE MANTEGA

350g de
mantega
pomada (a
temperatura
ambient)
120g de llet
120g de sucre
glas
Cacau pur en
pols al gust
(2 o 3 cullerades
soperes)

PER A L'ALMÍBAR

350g d'aigua
250g de sucre
Pell de llimona o
taronja
Contreau
(opcional)
Canyella

PER A LA NATA MUNTADA

500g de nata
líquida molt
freda (mín. 35%
de greix)
3 cullerades
soperes de
sucre
100g formatge
mascarpone

PEL MUNTATGE

Melmelada al
gust (la més
típica és la de
préssec o
albercoc)
100g d'ametlla
laminada
Fruita confitada
Plomes de
colors
Figureta de
xocolata

PREPARACIÓ

PEL PA DE PESSIC

01. Preescalfar el forn a 180°C a dalt i a baix.
02. Bat els ous i els sucres durant uns 10' perquè es faci una crema que ho integri tot bé.
03. Afegeix la farina i la sal i bat la nova mescla fins que s'integri.
04. En un motllo prèviament engrassat amb un rajolí d'oli i farina, diposita la mescla i introdueix-ho al forn. Per a saber quan està llest el pa de pessic, puntxa-ho amb una agulla neta i si surt bruta significa que segueix cru. Si surt neta, el pa de pessic està llest.
05. Desmotlla el pa de pessic quan estigui tibi.

PER A LA CREMA DE MANTEGA

01. Introdueix la meitat de la mantega pomada, la llet, el sucre en un bol i bat amb unes varilles fins que es converteix en crema.
02. Bat l'altra meitat de mantega amb el cacau en pols amb les mateixes varilles.

No et passis amb les figuretes de xocolata. Pots ficar una cistelleta a part per les que no entrin al pa de pessic.

*NOTES

PER A L'ALMÍBAR

01. Mescla l'aigua, el sucre i el que hagi escollit per aromatitzar (canyella, pell de cítric, canyella).
02. Bull la mescla durant uns minutets fins que l'aigua espessi una mica.
03. Deixa-ho refredar.

PER A LA NATA MUNTADA

01. En un bol, bat la nata, el mascarpone i el sucre fins que es munti. Ha de quedar una massa bastant espessa.

PEL MUNTATGE

01. Tenint-ho tot ben fred, talla el pa de pessic per la meitat.
02. Al tall central, suca la mantega sense xocolata i una capa de melmelada al gust. Tanca.
03. Per les vores del pa de pessic, suca la mantega amb xocolata i afegeix ametlla laminada torrada.
04. Col·loca el pa de pessic en la plata on s'emplantarà i per sobre afegeix una bona capa de nata muntada.
05. Amb una màniga pastissera, decora amb crema de mantega de xocolata per damunt.
06. Acaba de guarnir amb fruita confitada, plomes i les teves figuretes de xocolata preferides.

NOTES*

DIARI



Sobre el diari

Sovint, un diari és aquell lloc estrany i íntim que et permet obrir portes cap endins però que, simultàniament, et tanca les que van cap enfora. Un espai de monòleg que s'alimenta d'altres monòlegs i que, passat un temps, com si d'una illa deserta es tractés, pot arribar a transformar l'excitament característic d'un aïllament inicial en soledat interrogant.

I si el diari anés més enllà de la veu omnipresent? I si tingués diàlegs i perspectives alienes? Podria aquesta soledat esdevenir companyia? L'espai que aquí es presenta simbolitza la traducció d'aquestes preguntes. És un lloc que abraça la memòria col·lectiva i que, enlloc de sospirar, celebra.

Aquí, la cuina és la plaça major i les vivències que protagonitza, les llars que en algun moment has habitat, a soles o en companyia. Aquí, hi ha en blanc un mapa que espera ser dibuixat i en tu, la decisió de com fer-ho. Pren-te la llibertat per a construir.

Veuràs que en aquest lloc tant la narració com la informació té cabuda, en forma d'experiència personal, la primera, o d'explicació formal, la segona. Vida i tradició, al cap i a la fi, conviuen paral·lels.

En el text de caràcter més narratiu, pots indicar la data de la vivència personal, la ubicació i una petita descripció de què i amb qui vas compartir cuina. En el text informatiu, per la seva part, pots complementar la narració indicant quina tradició o hàbit col·lectiu has viscut. Si tens algun document gràfic (fotografia, dibuix, escriptures...) que il·lustri la vivència, aquestes pàgines li faran lloc.

Com més records, més memòria. Com més memòria, més companyia. Com més companyia, més consciència i perspectiva i celebració. Aquí hi ha la clau que obre aquesta casa compartida que busca amo/a. Benvingut/da.



Plantilla per al diari.



Plantilla per a les tradicions.

HIVERN

21.12 - 21.03

A L'HIVERN,
BONA SOPA
I VI CALENT.

21.12 – 21.03

A L'HIVERN, BONA SOPA I VI CALENT.

ALIMENTS DE /Hivern TEMPORADA

Consumir aliments de temporada suposa millor salut, economia i ecologia. La textura, l'olor i el sabor d'aquests aliments sempre són més recomenables i de qualitat superior. A continuació trobaràs indicats en una taula els aliments de temporada de l'estació corresponent. Pinta els espais segons les teves preferències; si t'agraden els aliments indicats, pinta-ho en verd, pel contrari, pinta-ho en vermell.

Desembre és temps de col·lies de Brussel·les, alvocat, caqui, kiwi, llimona, taronja, aranja, bleda, api, bròcoli, card, col, coliflor, endivia, espinac, nap, porro i pastanaga. Després dels excessos de Nadal, arriba la temporada d'enciams. Amanides lleugeres per a reprendre la rutina. Altres productes de temporada que trobem al gener són:

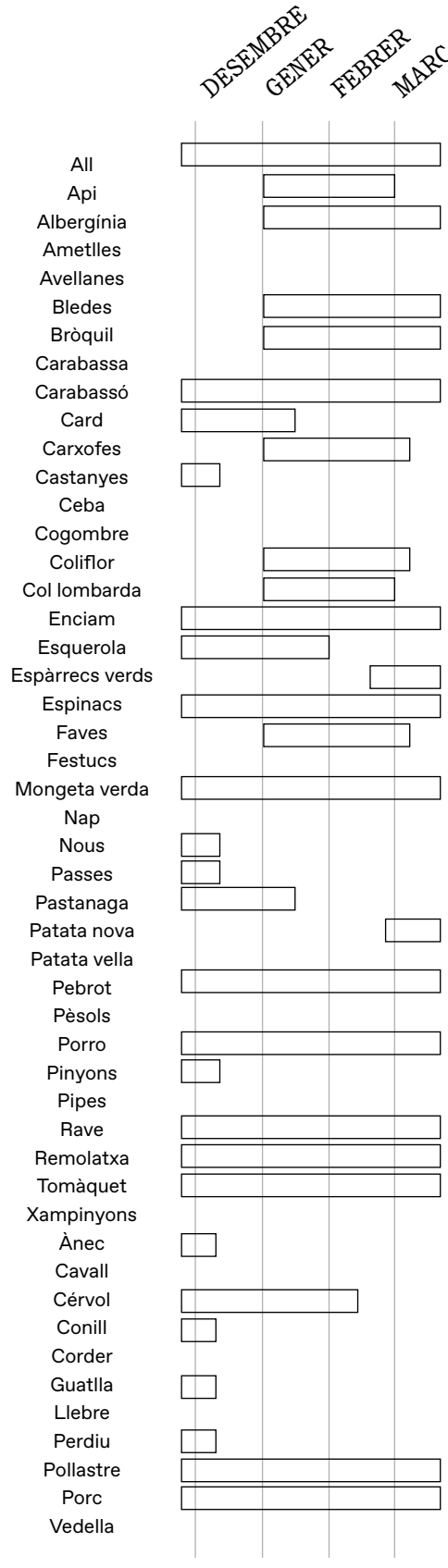
alvocat, kiwi, llimona, taronja, bleda, api, card, col, coliflor, endivia, espinac i porro.

Al febrer no entren nous aliments de temporada, però al març comença l'època d'espàrrecs, rics en magnesi, calci, fòsfor i potassi i alts en fibres i antioxidants. També és temporada d'alvocats, llimones, taronges, kiwis, bledes, api, coliflor, col, endívies, espinacs i enciam.

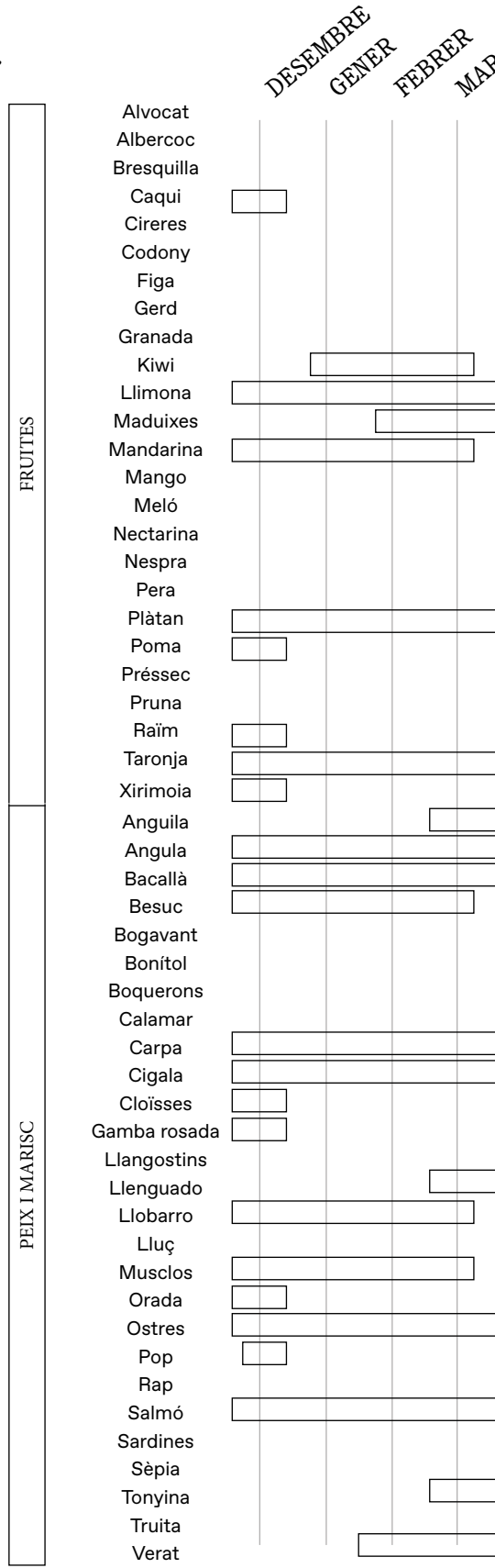
A l'abril arriben les carxofes, d'alt contingut en vit. B i C, ferro, calci, magnesi i zinc. Aprofita bé la temporada d'aquesta verdura, que duren només fins a juny. En aquest mes, també podràs gaudir de l'alvocat, taronja, bleda, endivia, espàrrec, espinac, api, pèsols i pastanagues.

CARNS I AUS

FRUITS SECS, VERDURES I HORTALISSES



PEIX I MARISC



Cappont,
Lleida,
Catalunya

14.12.2021

S'apropa Nadal i, òbviament, la senyora mare ja ha planificat metòdicament els àpats. Sempre coqueteja amb l'excés i hem de recordar-li la nostra voluntat d'arribar als torrons amb la capacitat suficient per a desenganxar el cul de la cadira de manera autònoma.

Personalment, no tinc cap objecció a descongelar els *CANELONS DE LA IAIA* un dimarts mandrós de març, ben al contrari, si en fa de més, que sigui perquè sobrin. Segurament també quedi despenjat algun taper de corder al forn, que, al contrari que l'anterior plat, si sobreviu a les vacances és perquè ha acabat sepultat per altres trastos de la nevera. Potser aquest any, amb una mica de sort, torna a caure pel meu aniversari.

19.02.2022

Un dia més de falles. Hem anat amb la Jana al millor lloc de XURROS I BUNYOLS DE CARABASSA®.

Era en aquella plaça del Carme, allà on sempre em perdo i acabo donant vint voltes i plorant a qui em tregui de passeig que em faci de guia. Aquest any està plovent de manera exagerada, però cal esforçar-s'hi més per convèncer-me que menjar no és tan important.

A la parada m'han atès en valencià (per fi!) i m'han donat uns bunyols de carabassa ben calentets. Mai els havia provat i definitivament s'han posicionat per sobre dels xurros en la meva escala mental de fritangades delicioses. M'he quedat amb ganes de tastar els de figa.

**Plaça Tavernes
de la Valldigna,
València**

**Pineda de Bell-
Lloc, Lleida,
Catalunya**

19.02.2022

Per a celebrar el meu aniversari hem anat a Pineda de Bell-Lloc amb els amics a fer una calçotada, que ja comença temporada. Entre vergonya, penediment i sorpresa, he de confessar que és la primera vegada que tasto els CALÇOTS®. I quins calçots. Vam encomanar-ne 50, mig cuits i amb SALSA ROMESCO, al forn Llaràs, aquell del costat de casa (intento recordar, era nou-set-tres-vint-i-tres-tretze-setantados? O setanta-tres?). Sempre resulta mala idea intentar endreçar la tossuda calaixera mental que carrego, capficada solament en retenir informacions banals i sovint res amables. Excepte aquell 50 calçots. Quins calçots.

① LA CALÇOTADA DE CATALUNYA

La calçotada és festa, amics, brasa i auguri de bon temps. És moment de trobada, principalment.

El punt de reunió, un jardí o un espai natural (amb brasa, molt important!); el menjar, llonganisses, pa de poble, corder, verdura, porc, un porró, salsa romesco i quantitats

industrials de calçots de la zona. Originàriament naix a Valls, un poble de Tarragona, i es popularitza el 1982 un dia de finals de gener. Avui recorre els pobles de tota Catalunya per convertir-se en un dels àpats més esperats de l'any.

② ELS XURROS I ELS BUNYOS DE VALÈNCIA

Quan arriben falles, uns porten preparats tot l'any, altres fugen de vacances, i la resta fa el que pot. El que en el seu moment, pels voltants del segle XIX, va sorgir de la iniciativa de les dones dels fusters que feien les falles, en aquests temps suposa la connexió

més forta entre els que surten de festa i els que passen pels carrers. Cada març, València s'omple de parades fumejants i petards acabats de fer.

Prat de la Riba,
Lleida – Belver
de Cinca, Osca

19.02.2022

Sant Josep. La família ha anat a l'Astoria de Lleida a celebrar el dia del pare. Caragols a la llauna, brasa i closques, diuen (combinació una mica estranya; igualment no em treu l'enveja).

Recordo quan plovia al poble i sortíem al camí a collir CARAGOLS amb la iaia i de vegades aprofitàvem i em deixava passejar el Kuki. Havíem de parar sovint a descansar i m'enfadava veure com s'escapaven de la cistella alguns d'aquells desgraciats. A l'acabar de dinar, mentre els grans prenien cafè, em quedava enganxada a la cassola sucant-hi un nombre exagerat de llesques de pa, barallant-me per la part amb més farineta cruixent i pernil, amb la Maria.

...

Mai és bona idea competir amb germanes i cosins més grans quan es tracta de guanyar amb força física.

21.03 – 21.06

PER *PRIMAVERA*
LA NATURA
S'ESVERA

21.03 – 21.06

PER *PRIMAVERA* LA NATURA S'ESVERA

ALIMENTS DE /Primavera TEMPORADA

Consumir aliments de temporada suposa millor salut, economia i ecologia. La textura, l'olor i el sabor d'aquests aliments sempre són més recomenables i de qualitat superior.

A continuació trobaràs indicats en una taula els aliments de temporada de l'estació corresponent. Pinta els espais segons les teves preferències; si t'agraden els aliments indicats, pinta-ho en verd, pel contrari, pinta-ho en vermell.

Al març comença l'època d'espàrrecs, rics en magnesi, calci, fòsfor i potassi i alts en fibres i antioxidants. També és temporada d'alvocats, llimones, taronges, kiwis, bledes, api, coliflor, col, endívies, espinacs i enciam.

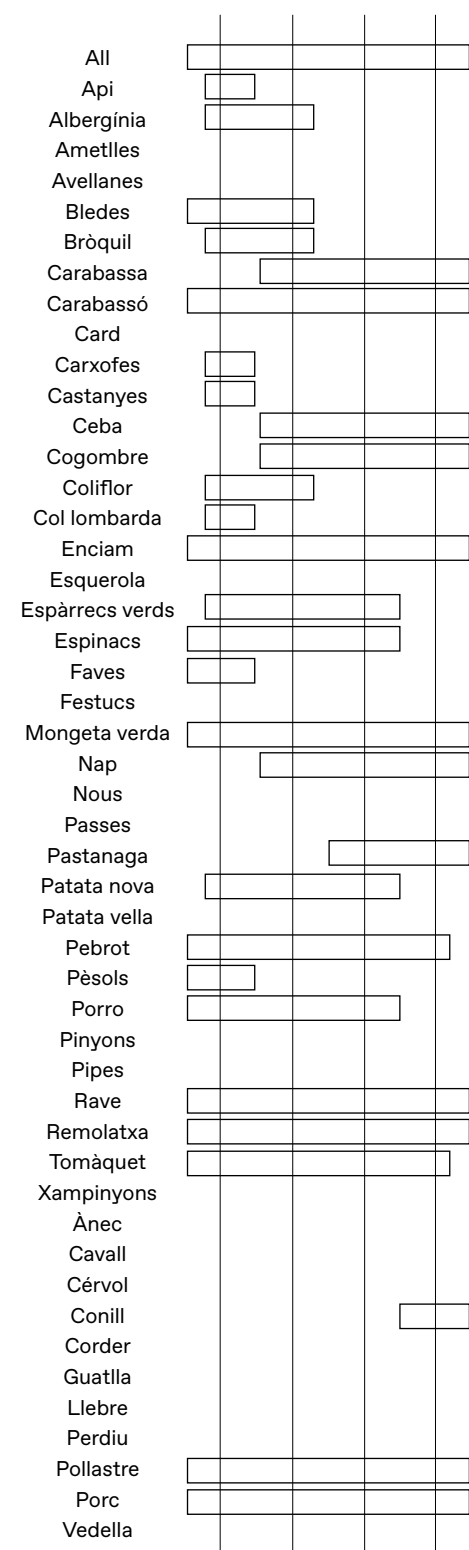
A l'abril arriben les carxofes, d'alt contingut en vit. B i C, ferro, calci, magnesi i zinc. Aprofita bé la temporada d'aquesta

verdura, que duren només fins a juny. En aquest mes, també podràs gaudir de l'alvocat, taronja, bleda, endívia, espàrrec, espinac, api, pèsols i pastanagues.

Al maig comença a acabar-se la temporada d'alvocats, així que cal aprofitar-los. També pots consumir albercoc, cirera, maduixa, bleda, carxofa, endívia, espàrrec, pèsol, fava, enciam i pastanaga.

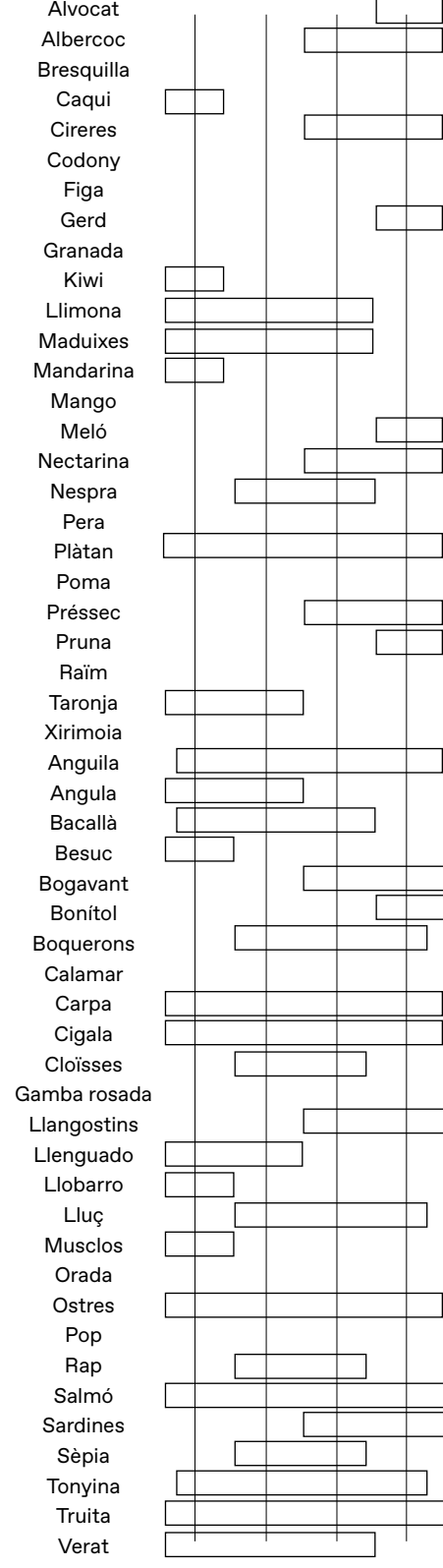
I al voltant de juny, arriben els carabassons, cogombres i pebrots. Verdures amb alt contingut en aigua, digestius i saciants, així com albercoc, cirera, gerd, maduixa, sindrria, bleda, all, endívia, mongeta, enciam, patata i pastanaga.

CARNS I AUS



FRUITS SECS, VERDURES I HORTALISSES

PEIX I MARISC



FRUITES

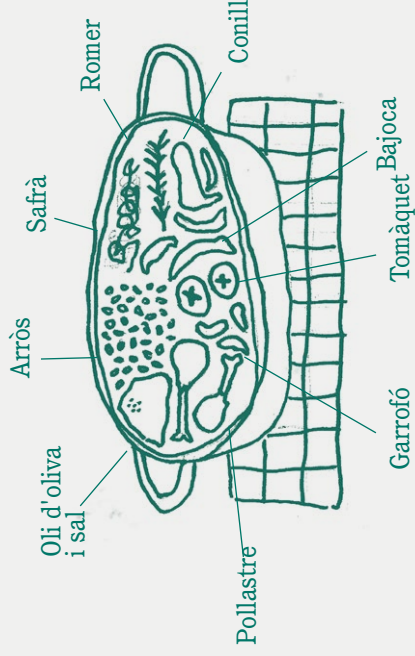
© LA PAELLA DE LA COMUNITAT VALENCIANA

La paella és d'origen humil, d'un poble de l'Albufera, però ha acabat esdevenint una icona nacional i considerat bé d'interès cultural des del 9 de novembre de 2021.

Com passa amb qualsevol altra icona, de la paella n'hi ha

tantes versions com persones, i cada una amb iguals defensors que detractors. Les més populars són la valenciana (l'original), la marinera, la mixta i l'allicantina.

UNA PAELLA



TÍPICA VALENCIANA

04.04.2021

Hem anat a casa de la Luz a celebrar el seu aniversari i hem menjat amb tota la seva família la PAELLA DE LA SEVA IAIA©. En el meu imaginari de paelles no entrava l'alacantina, però gratament li he fet un lloc perquè definitivament es quedi.

També ens ha ofert les seves "pelotas", que vindrien a ser les mandonguilles dels galets de Nadal. Intento buscar, sense èxit, un altre context on convergeixin aquests dos plats en un mateix àpat i m'alegro d'estar en un poble amb una família que no és meva on l'àvia intenta omplir-me de felicitat amb plats que mai he tastat. Me n'adono que estic amb bona gent menjant bon menjar.

Casa de la
iaia Amparín,
Formentera del
Segura, Alacant

Dr. Karl
Grünner Haus,
Linz, Alta
Àustria

04.04.2021

Fa poc que ha arribat la Clara a Linz i hem organitzat un Spanish Dinner amb un percentatge ridículament alt de spanish people. La idea era ensenyar la nostra gastronomia als amics internacionals, però imagino que els del sud estem nostàlgics i desesperats a parts iguals. La Carla i la Sofia han fet gaspatxo, la Clara truita de patates i jo 80 PINTXOS, amb croquetes incloses. Prefereixo no comentar aquest balanç.

Solament vull recordar la cara del meu alsacià preferit, el Benjamin, al tastar la primera croqueta amb pernil de Zamora que la Sofia no volia (prefereixo tampoc comentar aquesta inexplicable falta de criteri) (suposo que al dir "inexplicable" ja ho he comentat).

L'únic plat que ha sobrat ha sigut el pastís salat de verdures i bacó que van fer els francesos com a gest d'agraïment.

La terrassa de
la casa dels
iaios, Belver de
Cinca, Osca

18.04.2012

Són dies alegres. Fa bon temps, mengem al jardí; és el dia de LA MONA®. Avui toca família, molta brasa i encara més xocolata. El papa, el tio i el iaio estan cuinant la carn mentre intento ratejar algun tros, igual que fa el Dic. No sé qui surt més victoriós perquè jo m'emporto el tros però el gos beu de la San Miguel que té el iaio. Tenint en compte els meus 13 anys, no puc demanar més.

Bé, una cosa més. Vull ometre el pas d'haver de muntar el pa de pessic. Fa estona que una desena de costelles de corder m'estan cridant des del foc.

④ LA MONA DE CATALUNYA

El diumenge o dilluns de Pasqua tots els fillols de Catalunya reben dels seus padrinetes i padrinetes una figureta de xocolata per a guarnir el pa de pessic més famós del territori: la Mona de Pasqua.

Se sap que això es fa des del segle XV, tot i que hom sospita que es remunta d'abans. Al principi, però, enlloc de una massa dolça la Mona, tenia forma de tortell i era feta amb pasta de pa.

UN TÍPIC DIA



Jardi
ben preparat

Graella per a brasa.



Plomes

Pa de
pessic



Molta
xocolata

Fruita en
almíbar

Fruits
secs

DE MONA

© LES COQUES DE CATALUNYA

A Catalunya, les coques simbolitzen sempre celebració i n'hi ha tants tipus com dies festius. Generalment, es mengen durant els aperitius, en el cas de les

coques salades, o en el postre, en el cas de les dolces. Les més populars són la coca de recapte, de llardons, de Sant Joan, de crema i pinyons, de vidre, de forner i de xocolata.

© LES QUESADILLAS DE MÈXIC

La quesadilla és un plat mexicà que consisteix en una truita de blat de moro o blat, doblegada per la meitat que, pot estar farcida de formatge i d'altres ingredients i que es menja calent. Existeixen moltes varietats: gringas, pochas, del nord-est, de la vall

de Mèxic, del nord o dels Estats Units. La principal diferència amb els tacos l'elaboració i la manera de fer les masses.

16.05.2021

Com que ha sortit el sol i ha deixat de nevar en aquesta grisa ciutat centreeuropea, Tito Sisar ha organitzat una barbacoa al costat d'aquell llac que està prop dels turons. Farà QUESADILLAS MEXICANAS®. Començo a imaginar. Començo a salivar. No és la primera vegada que les menjo i m'emociono. Sé com són, elles i el César, així que em dispo a anar al supermercat a comprar unes quantes (moltes) Kaiser per acompanyar. Mentre pago, visualitzo a Sisar amb el drap de cuina a l'espatlla al coure els frijoles i acabar de rematar les salses. Crec que faré camí ja i així m'apunto la seva recepta estrella.

Lidl del centre,
Linz, Alta
Àustria

Porto, Portugal 19.02.2022

He anat a Porto a veure a l'Emma. Després de quatre mesos vivint a Àustria la llàgrima ha saltat quan he vist els pastissos de Belem, la varietat de formatges i els preus al comprar. Tot i així, com a catalanes exiliades, hem decidit celebrar el nostre retrobament fent una bona COCA DE RECAPTE®, concretament la de la seva mare. Suposo que aquesta setmana tocarà aperitiu, escalivada, sol en terrassa i prioritats banals. Faré l'esforç.

21.06 - 21.09

MENJAR CALENT
A L'*ESTIU*, MÉS
MORT QUE VIU

21.06 – 21.09

MENJAR CALENT A L'ESTIU, MÉS MORT QUE VIU

ALIMENTS DE /Estiu TEMPORADA

Consumir aliments de temporada suposa millor salut, economia i ecologia. La textura, l'olor i el sabor d'aquests aliments sempre són més recomenables i de qualitat superior.

A continuació trobaràs indicats en una taula els aliments de temporada de l'estació corresponent. Pinta els espais segons les teves preferències; si t'agraden els aliments indicats, pinta-ho en verd, pel contrari, pinta-ho en vermell.

Al voltant de juny, arriben els carabassons, cogombres i pebrots. Verdures amb alt contingut en aigua, digestius i saciants, així com albercoc, cirera, gerd, maduixa, síndria, bleada, all, endravia, mongeta, enciam, patata i pastanaga.

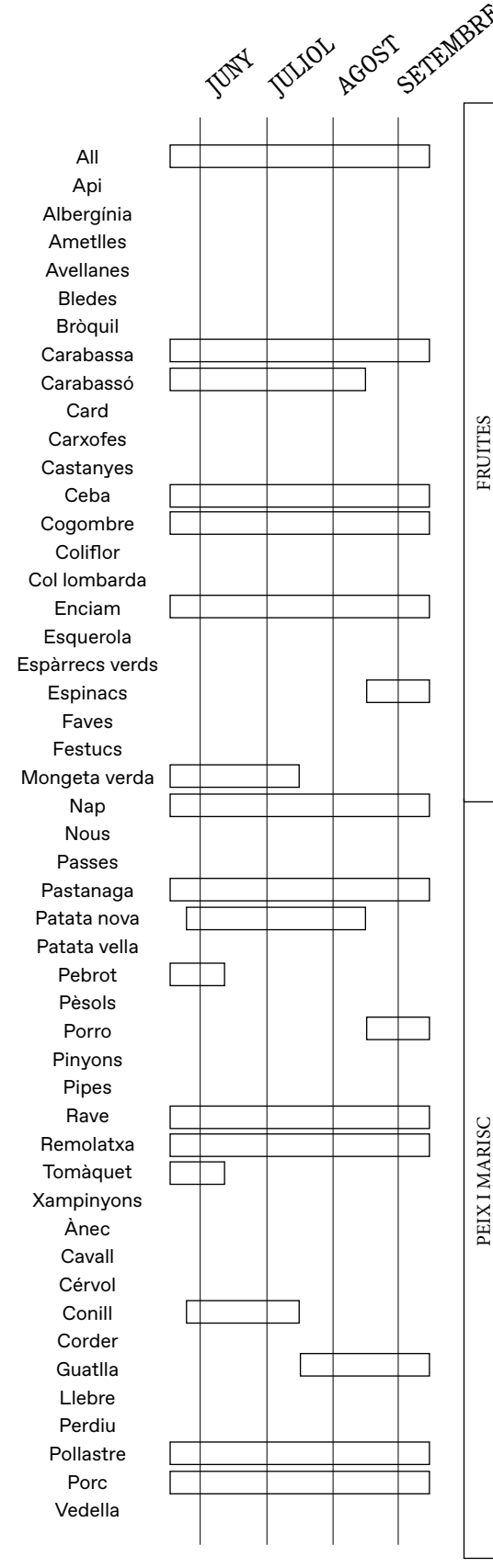
Les estrelles de l'estiu, el tomàquet i el meló, arriben al juliol.

El tomàquet és ric en vit. A, C i K, ferro i potassi. El meló, per part seva, aporta fòsfor, calci i magnesi. Altres productes de temporada d'aquest mes són: albercoc, maduixa, gerd, préssec, mora, nectarina, pera, síndria, bleada, all, albergínia, carabassó, mongeta, enciam, patata, cogombre, pebrot, remolatxa i pastanaga.

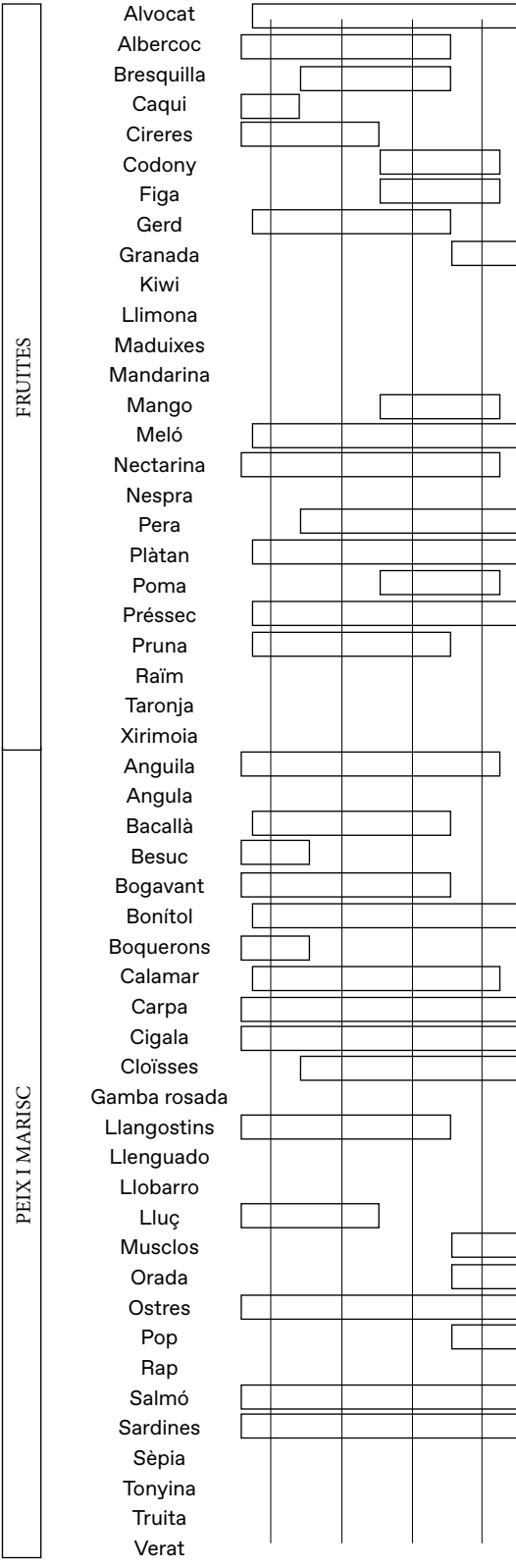
Agost és temporada de figues, rics en magnesi, manganès, calci, potassi, vit. C i K. També és recomanable consumir gerds, préssec, meló, mora, nectarina, pera, síndria, tomàquet, albergínia, carabassó, ceba, mongeta, enciam, patata, cogombre, pebrot, remolatxa i pastanaga.

CARNS I AUS

FRUITS SECS, VERDURES I HORTALISES



PEIXI MARISC



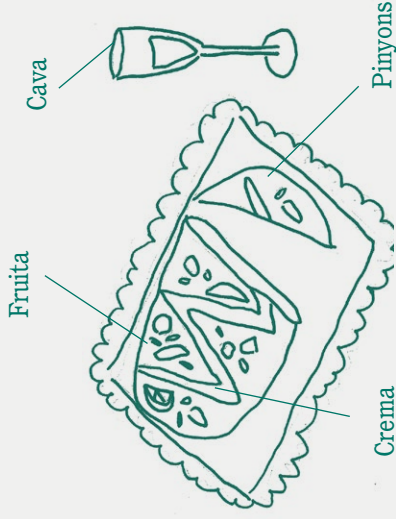
Escola Frederic
Godàs,
Cappont, Lleida

21.06.2010

Ha arribat el moment on per fi ens donen al menjador un menú que no és per a diabètics. M'he de fregar els ulls per a veure les caixes de pizza a les taules i m'he de barallar amb altres nens per aconseguir un gelat de gel. Penso en l'inevitable conflicte que moltes vegades implica la celebració i deixo de pensar-hi un instant més tard. Ja tindrè temps en el futur, ara solament soc una nena. Surto corrent cap al pati, llençant amb la mà encara enganxifosa el tros de pa dur que guardava aquesta setmana a la bata, i em ve a la ment el pastís que m'espera a casa per a celebrar l'aniversari de la mama. Visca!

UN TÍPIC POSTRE

DE SANT JOAN



© LES COQUES DE SANT JOAN DE CATALUNYA

De la tradició de les coques catalanes, una bona part la protagonitzen les coques dolces. Són el postre per excel·lència, sobretot el dia de Sant Joan, quan els postres els presideix la coca de Sant Joan.

Aquesta coca pot ser de diferents classes: confitada amb massapà, crema o nata i ornada amb pinyons, lardons o fruita confitada. Normalment sempre va acompanyada de cava o vi dolç o ranci.

23.06.2016

La Júlia m'ha convidat a casa seva de Cubelles a passar Sant Joan amb ella, la seva família i l'altra Júlia. Després de fer-me un tomb amb el descapotable, son pare ha preparat una truita de patates amb xoriço amb la Thermomix i ha resultat ésser, inconscientment, la combinació guanyadora per a enamorar-me.

Observo com ella intenta treure-li el títol de xef argumentant que ho ha fet tocant tres botons, però jo solament penso en la meva panxa contenta. L'hora de les postres la ha protagonitzat la COCA DE SANT JOAN® i jo, havent-ho oblidat, me l'he mirat amb els ulls de qui acaba d'engolir la quarta llesca de pa de més. Suposo que algun forat trobaré. Per educació, suposo.

**Cubelles,
Barcelona**

**Viveros,
València**

27.06.2019

La Serena en res torna a Trento i amb l'Àlex hem organitzat un dia-comiat per a cuinar tots tres junts. Ella prepara una de les seves delícies apreses a Itàlia o en el seu fantasiós grau de ciències gastronòmiques, ell porta preparant ORXATA CASOLANA des d'ahir, i jo repeteixo, incansable, en el clarinet vell de l'Àlex, l'única melodia que sé fer sonar. Mai va malament tenir algú que amenitzi el procés. Avui he assumit aquest rol i ningú em convencerà per a cap altra tasca.

15.08.2021

L'Uri ha vingut a València i ens hem inflat a fartons i menjar. Avui li he preparat una de les últimes receptes que he descobert, la PASTA AMB SALSAS DE PERA I FORMATGE GORGONZOLA, i li ha meravellat. Podria haver-me ficat més seria, com quan vaig fer tres tipus de pasta amb tres salses diferents amb l'Eloi, però fa calor i la migdiada amb ventilador m'espera.

**Benimaclet,
València**

**Benimaclet,
València**

23.07.2020

Què cansat és pensar què menjar. Li he demanat a la mama que m'envii algun menú setmanal seu, per a inspirar-me. Últimament està una mica repetitiva. Crec que solament ho vull per apreciar les contribucions del papa. "Frankfurt, bikini, hamburguesa, truita francesa, panini." El premi i+D se'l va emportar amb les PIZZETES APROFITADES DE LA MASSA DE TORTILLA. Subtileza ràpida i mandrosa però amb gran enginy. Un gran hit entre els meus amics des que ho vaig difondre.

27.08.2019

L'Àlex, el Pablo i jo hem arribat per fi a Trento i se'ns il·luminen els ulls amb l'hort de Serena. Veig tomàquets, alfàbrega, cebes; una tenda de campanya i un espantaocells acompanyant aquí; a l'horitzó roca i muntanya. Avui ha plogut i no hem pogut anar a escalar, però ens ha fet SPÄTZLE i no ens ha importat.

**Trento,
Trentino-Tirol
del sud, Itàlia**

21.09 – 21.12

VERDURA PER LA TARDOR, PER A TU I PER A MI, NO

ALIMENTS DE /Tardor TEMPORADA

Consumir aliments de temporada suposa millor salut, economia i ecologia. La textura, l'olor i el sabor d'aquests aliments sempre són més recomenables i de qualitat superior.

A continuació trobaràs indicats en una taula els aliments de temporada de l'estació corresponent. Pinta els espais segons les teves preferències; si t'agraden els aliments indicats, pinta-ho en verd, pel contrari, pinta-ho en vermell.

Comença setembre i l'estrella és la carabassa. La meitat de les carabasses consumides a Espanya es conreen a Canàries i Andalusia i hi ha una producció més petita en la costa mediterrània (Catalunya, València i Múrcia). Altres aliments que estan de temporada són: gerdos, magrana, figa, poma, préssec, meló, mora, pera, tomàquet, raim, bleda, albergínia, enciam, ceba, endívia, espinac, mongeta, blat de moro, cogombre,

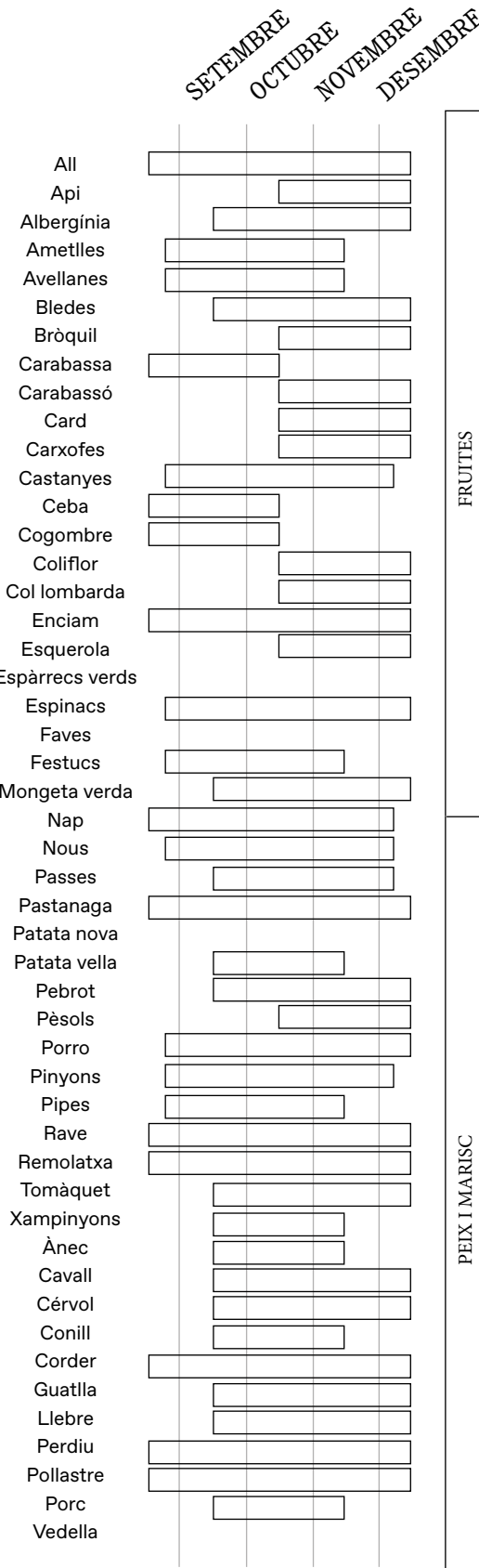
pebrot, porro i pastanaga.

A l'octubre ja pots ficar en la teva cistella de la compra moniatos i brècolis, dos ingredients que aporten fibra, ferro, potassi, zinc, vit. A i C. A més, aquesta època també es troben kiwi, bleda, carabassa, ceba, col, endívia, espinac, enciam, porro, rave, remolatxa i pastanaga.

Al novembre tornen els cítrics: llimona, llima, mandarina, taronja, kiwi... Perfectes per a nodrir amb vit. C. Encara que cal no oblidar-se d'aquests productes: alvocat, mandarina, bleda, moniato, brècoli, card, xampinyó, col, coliflor, endívia, espinac, enciam, nap, porro, rave, remolatxa i pastanaga.

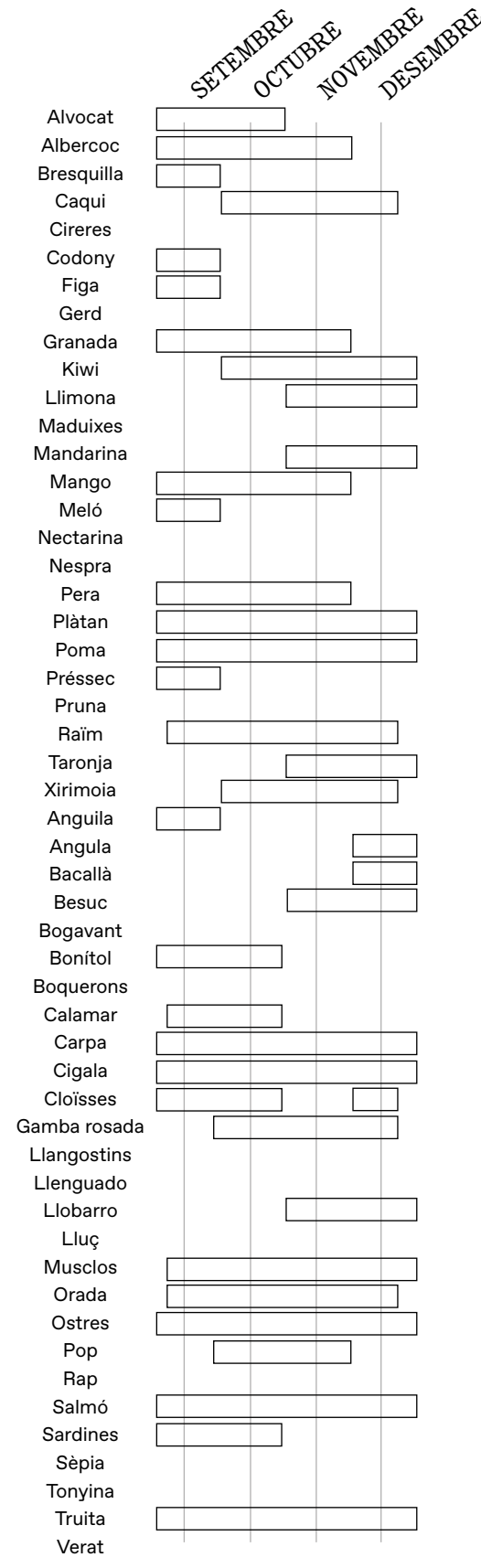
CARNS I AUS

FRUITS SECS, VERDURES I HORTALISSES



PEIX I MARISC

FRUITES



© L'ESMORZARET DE VALENCIA

L'esmorzaret, juntament amb les falles, és la major religió de molts valencians. Entre les 9h i les 12h, en alguns bars del territori ofereixen una picaeta (aperitiu), basada en un bon plat de cacaus, un altre d'olives i, segons el bar, també tramussos i adobats. Tot

seguit, és el torn de l'entrepà i la cervesa. D'entre els més populars, hi ha l'Almussafes, el blanc i negre o el Chivito. Finalment, l'àpat acaba amb un cafè cremaet, que porta canyella, pell de llimona, grans de cafè i ron cremat.

UN TÍPIC ESMORZARET

Entrepà



Cafè
cremaet



Olives



Cacaus



Cervesa
Túria

DE CAP DE SETMANA

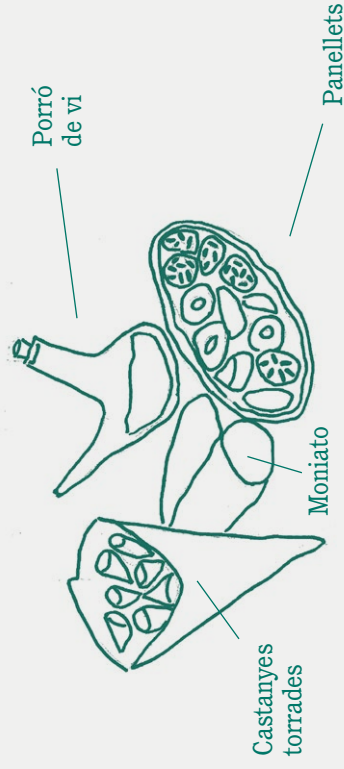
(Bar amb solera)

© LA CASTANYADA DE CATALUNYA

La Castanyada és una festa tradicional amb més de tres segles d'història que se celebra la vigília de Tots Sants, a la nit. És un dinar de tardor amb un sentit metafòric de comunió amb els difunts, on es considera l'acte de rostir les castanyes com un

acte de connexió amb les ànimes difuntes. L'àpat, normalment, s'acompanya amb moniats al forn i panellets, uns dolços molt populars que tenen com a base la patata.

UN TÍPIC ÀPAT



DE CASTANYADA

Bar El Pastoret,
Nàquera,
València

21.09.2021

Avui, a les 9:30h, una canya, unes olives, uns cacauets, un entrepà i un cafè m'han atansat a aquesta terra. Avui el descobriment més important des que visc a València m'ha trobat i m'ha abraçat. Avui he conegut L'ESMORZARET VALENCIÀ®. I m'he enamorat.

Benvingut a la meua vida, t'acabes de fer un gran forat al meu estómac.

15.10.2010

Dec tenir ja 11 anys i 8 mesos i puc dedicar tota la tarda en començar i acabar de llegir aquell llibre de més de 100 pàgines. Tinc temps i permís per a embriagar-me d'un llibre o d'un bloc de dibuix durant hores. L'escenari pot modificar-se alguns dies, tot i que normalment roman igual; una taula plena de fulls, colors pastel i bastonets de cotó per a difuminar. Fins i tot un esprai fixador pels pigments -el vaig demanar per reis- i, puntualment, llapis aquarellables. L'habitació, molt a contracor d'alguns membres de la família, sempre es manté desordenada i a través de la finestra observo els arbres verds que es despullen ballant davant de casa. "A dinar! El POLLASTRE es refreda", exclama la mama. Es creu que no ho sé. L'olor de les patates al caliu m'ho està anunciant d'ençà una mitja hora ben llarga. Deixo a mitges el dibuix.

Cappont,
Lleida,
Catalunya

Carrer Major
de Lleida,
Catalunya

31.10.2011

O, lai, la. La CASTANYADA©. Els de 6è ens hem disfressat de castanyers i castanyeres i hem venut (sorpresa) castanyes. No sé per què ens les compren a nosaltres, si al Carrer Major n'hi ha de més calentetes i acabades de fer. Aquests dies, a Lleida l'olor del fred es barreja amb la del fum de les castanyes i els boniatos, i l'aroma resultant és molt concret, sembla el tret d'inici de l'hivern ponentí. Quan la boira et nega la vista, el nas es torna vermell i, de sobte, desperta.

Epíleg

Des de menuts entenem que el menjar i la cuina formen una part fonamental de la nostra vida, i, per tant, del nostre dia a dia. Tantes cançons dedicades a ensenyar-nos els aliments i les fruites i verdures de temporada, no poden ser casualitat. I que si “La Masereta” de Paco Muñoz va al mercat i no al supermercat, és per alguna raó. Entenem que cal seguir la piràmide de l'alimentació i menjar de tot i quan toca, que si al menjador t'ofereixen una dieta variada i saludable i no et deixen alçar fins que el plat és buit és amb raó i no cal discutir-ne més.

A alguns més a altres menys, però menjar ens agrada, ens agrada tant com ens agrada celebrar i, sort la nostra perquè, totes les grans celebracions van acompanyades d'un bon dinar, o sopar, o dinar que es prolonga fins a l'hora de sopar i, per tant, es converteix en això mateix també. En aquests casos, no és tant el que mengem, que també, sinó amb qui ho compartim i els moments que vivim. I sense adonar-nos-en, lliguem menjars amb tradicions, i evoquem moments del passat i enyorem èpoques i sembla que hi ha plats que estan fets per a un cert context. I tot plegat, es crea un imaginari en nosaltres que esdevé el nostre propi receptari i alhora dietari personal, el nostre propi Quadern Verdell.

Quadern Verdell és un exercici de memòria, recerca i conceptualització, però sobretot, de molta estima i dedicació per la cuina, el menjar i les unions que estableixen amb persones, llocs i records. És donar importància a la cuina que es transmet de generació en generació i de cultura en cultura.

És comprendre que la gran majoria del nostre temps el passem socialitzant entorn la taula parada, i que els punts claus per a un bon àpat són la conversa que concep i compartir el màxim possible (no per estalviar, sinó per provar més!).

El viatge que suposa indagar en aquest Quadern Verdell és equivalent al viatge que ha suposat fer-lo néixer. Reunir tots els fragments per tal de fer que siga una peça única, pròpia i personal, però útil i accessible a tothom. També es correspon al viatge que és conèixer a una persona, en aquest cas, mitjançant els seus reculls culinaris que es transformen en records; en altres, a les estones de xerrada després d'un esmorzar, o al sopar que anava a ser solament “unes birres”.

Conversant amb la Sílvia, percep indirectament que cuinar, tot i que sembla un ritu prou comú i banal, és un acte ple d'amor i cura, de voler cuidar-se i cuidar a qui estimes. I que, a les persones que et cuinen, com les que et cuiden, has de mantenir-les a prop, i cuidar-les, perquè potser cuinar-les amb el mateix nivell, és difícil... Sent també que Sílvia és una de les persones que compleixen a la perfecció "A la taula i al llit, al primer crit" i que tal vegada, és una d'eixes dites que són un constant a la teua vida i que com més gran et fas més les aprecies i retornes a elles. I dit així, note que és això el que ens passa amb la cuina, com més grans ens fem, més sentim la necessitat d'apropar-nos a ella i saber imitar i versionar els plats que ens han fet créixer i mantenir vives persones i records. I a vegades, si vols viatjar o tornar a casa, sols necessites una cuina i un plat.

Jana Beneito Molina

FIRMA

DIFICULTAT

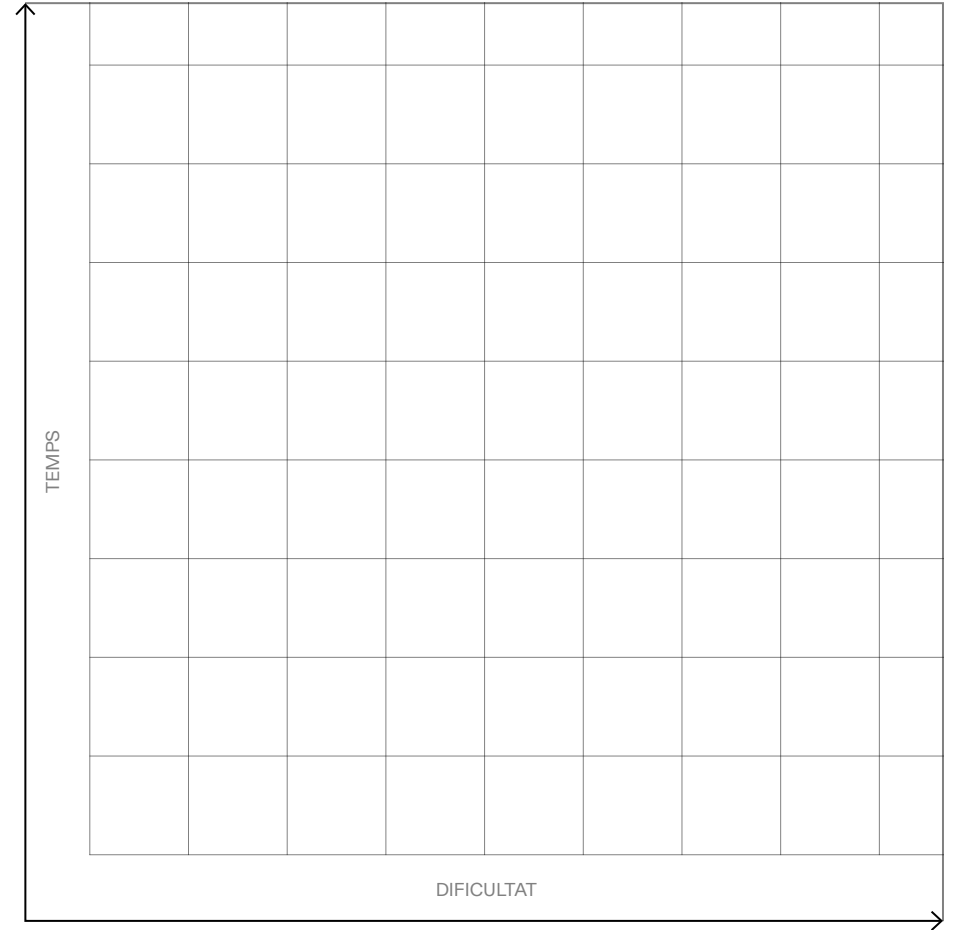
TEMPS

TEMPORADA

QUANTITAT

PREU

MARIDATGE



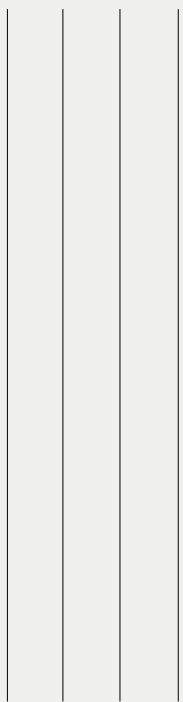
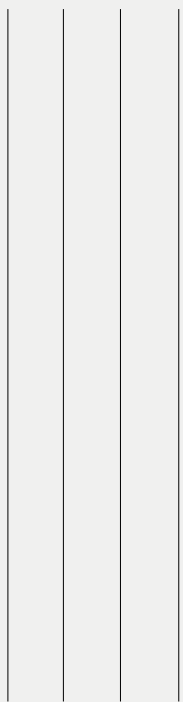
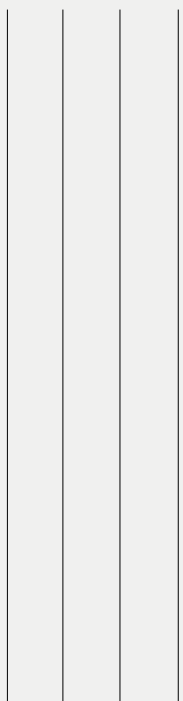
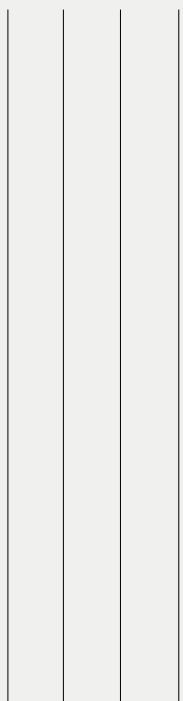
DESCRIPCIÓ DE LA GRÀFICA

DIA / MES / ANY

UBICACIÓ

UBICACIÓ

DIA / MES / ANY



ANNEX II

QUADERN VERDELL

ENQUESTA

Facultat de Belles Arts de Sant Carles
Grau en Disseny i Tecnologies Creatives
Curs 2021-2022



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



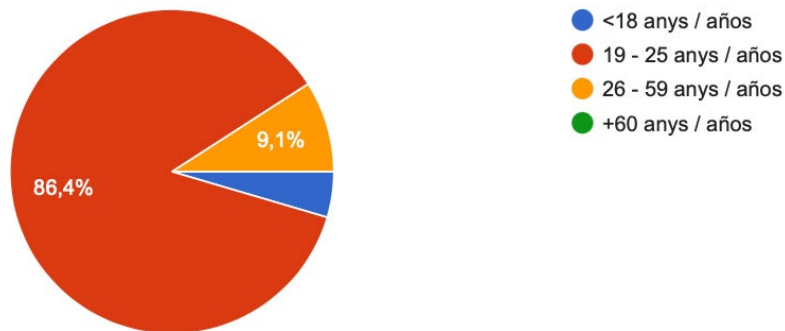
UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA
FACULTAT DE BELLES ARTS DE SANT CARLES

ANNEX II ENQUESTA

A continuació es mostren les respostes i percentatges recollits en l'enquesta realitzada per al treball de final de grau Quadern Verdell. Aquests son els resultats recollits.

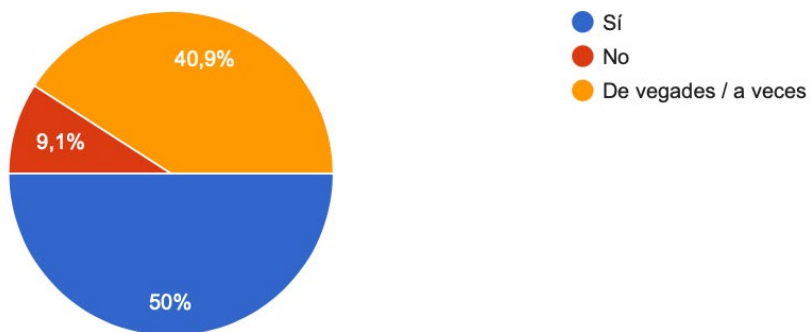
Quina edat tens? / ¿Qué edad tienes?

22 respuestas



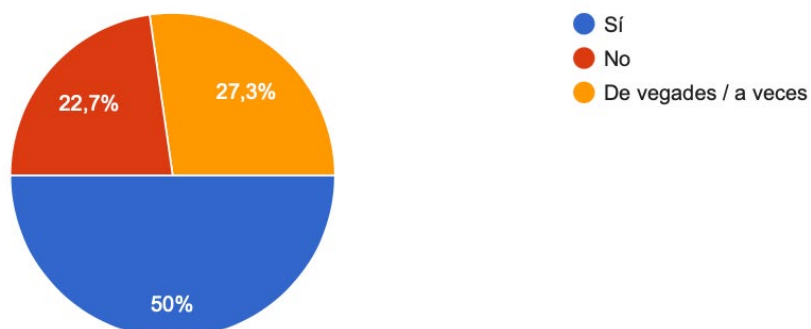
T'agrada cuinar? / ¿Te gusta cocinar?

22 respuestas

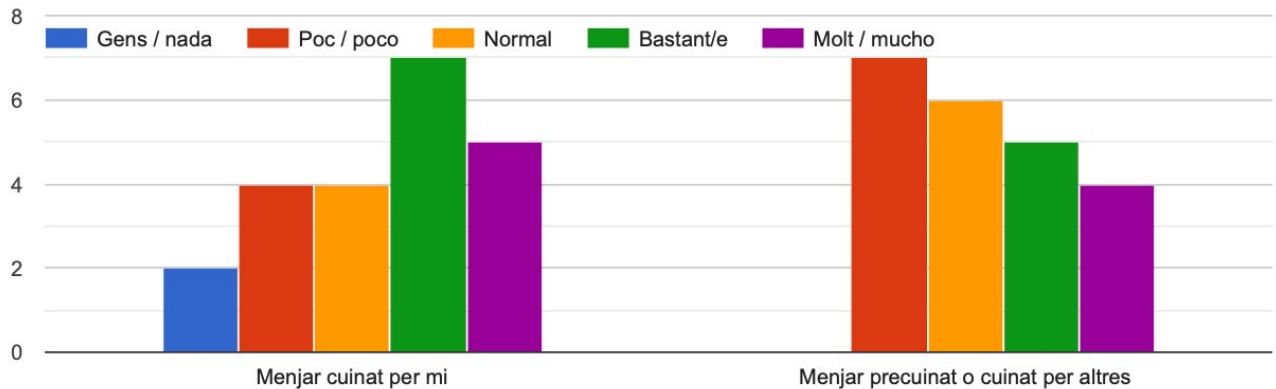


Acostumes a cuinar? / ¿Sueles cocinar?

22 respuestas



Indica amb quina freqüència setmanal menges el següent. / Indica con qué frecuencia semanal comes lo siguiente.



Quin és el teu menjar preferit? (opcional) / ¿Cuál es tu comida favorita? (opcional)

21 respostes.

Els cereals rellenos de leche hacendado

sopa

Paella

Canelons

Cocido

Mhmmm... l'arròs en bogavant

Empanadas

qualquier cosa con queso

Ratatouille

El formatge

Fideus

Corder al forn

Carxofes en salseta i pernil

Albergínies cuinades de totes les maneres

La coca de recapte

la coca de recapte de ma mare

noodles de arroz con verduras salteadas y tofu

Imposible elegir jaja

gazpacho manchego

Fideua

Lassanya

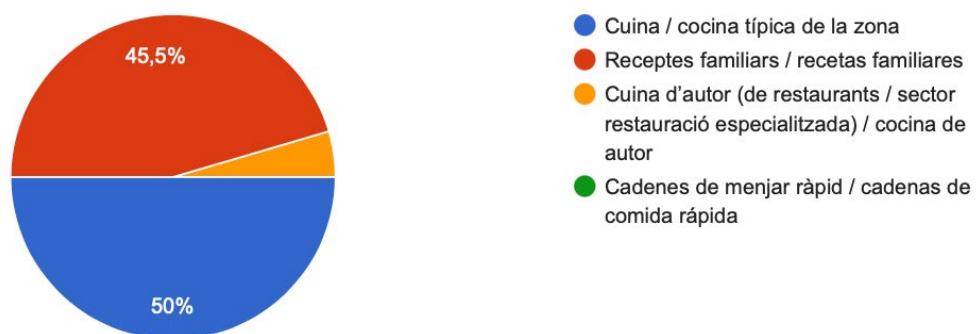
Quin era el teu menjar preferit en la infància? (opcional) / ¿Cuál era tu comida favorita en la infancia? (opcional)

18 respostes

- Macarrons amb tomàquet fregit
- hamburguess
- Carne rebozada
- Arroz con acelgas y caracoles. Ñama!
- Spaghetti al curry amb mango, amb pollastre i fruits secs
- Tortilla de patatas + carne con tomate
- los palitos de merluza del pescanova
- Fideos con limón
- Fideus :)
- Canalons
- Calamars a la romana
- Les croquetes
- Els macarrons de la meva avia
- Pasta (con cualquier salsa)
- Pasta a la carbonara
- Espaguetis a la carbonara
- Macarrons
- Espaguetis bolonyesa

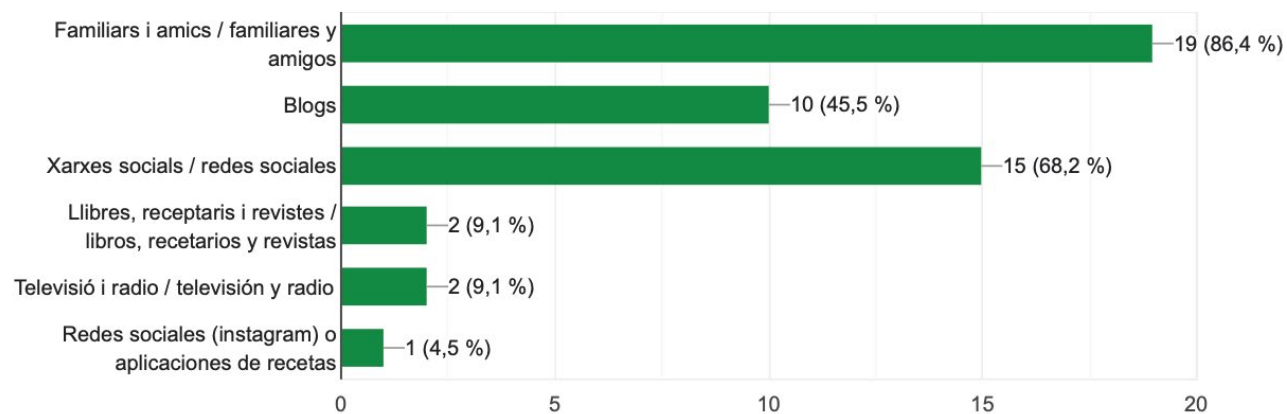
Què menges en celebracions? / ¿Qué comes en celebraciones?

22 respuestas



D'on obtens les receptes que utilitzes? / ¿De dónde obtienes las recetas que utilizas?

22 respuestas



ANNEX III

QUADERN VERDELL

ALGUNS DOCUMENTS RELACIONATS AMB EL RECORD GAS-
TRONÒMIC INCLOSOS EN EL LLIBRE

Facultat de Belles Arts de Sant Carles
Grau en Disseny i Tecnologies Creatives
Curs 2021-2022



UNIVERSITAT
POLITÈCNICA
DE VALÈNCIA



UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA
FACULTAT DE BELLES ARTS DE SANT CARLES

Nom i Cognoms: Sílvia Corral
 Data: 15/05/2022

CARN ARREBOSSADA

La gent gran i la mainada
 mengen carn arrebossada
 que per fora sembla dura
 i és per dins com confitura
 de tant florja i delectable.
 Un bon plat, tant agradable
 que si algú encara
 no el coneix
 quan el tastia repeteix.

La gent gran i la mainada
 mengen carn arrebossada
 que per fora sembla dura
 i és per dins com confitura
 de tant florja i delectable.
 Un bon plat, tant agradable
 que si algú encara
 no el coneix
 quan el tastia repeteix.

MIQUEL, MARTÍ I POL

1-Intenta tu fer un poema similar sobre un plat de menjar que t'agradi força.
 Et convertiràs amb un poeta i signaràs amb el teu nom.
 Per això has de pensar primer el plat que vols i després busca paraules que
 rimin.

2-A qui es refereix quan el poeta diu la mainada?

3-T'agrada la carn arrebossada? Saps com és fer?

ELS ALIMENTS

ELS MEUS ALIMENTS PREFERITS SÓN:

. Patates Fregides

. Gelat

. Macarrons i Patates

. Cacaquetes

. Pollastre a la servesa

. Peix Raf



Nom i cognom Sílvia Corral

Nochevieja, 31

- 1- Formatges i paté + torradetes + raïm
- 2- Emulsió patates amb pulpo
- 3- gambes a la plouxa.

Gelat Sirena

Any Nou, 1

- 1- Picuets piquillo rellenos brandada de bacallao
- Selouillo plouxa amb salsa d'opoto amb aub velo. paneta i bingé betes Pedro Xivenez
- 2- Vassos mascarpone con muesli, crupiente y chocolate

Nit Reis, 5

Calamares romana, taula formatges + melmelada, pernil bo, pa de vidre, sobrasada + ou, massa + verdures

Reis, 6

- 1- Amanida amb fruita i vinagreta
- 2- Bacallao Club Ramero
- Rescò

Nochebuena, 24

- 1- Crema tibida espàrregos amb berberechos
- 2- Montadito berenjana y queso amb cebolla caramelizada
- Zarzuela

Torrons

Nadal, 25

- 1- Coctel de langostines amb vinagreta cítrica catalans
- 2- Tarta de crema catalana a la naranja

St. Esteban, 26

- 1- Carpaccio meló / tomata ?
- 2- corder al forn
- 3- Vassó de fruites, llimon curd y merengues

Sílvia



El dijous llarder,
botifarra, botifarra,
el dijous llarder,
botifarra menjaré.

ds 23	beraijeuas a la panissaua corder Gisella moniatos	repis	saluó i queirocans	ds 30	• lletjes • pastís • mandouquilles graella	pizzeta, torta castanyes panelles buiates
ds 24	pollastre restit	biqini	crema verdura	dg 31	Fora: patates, tomats, patates, porra	coques de verdura
dl 25	verdura (vol) llouganissa M → crema verdura salitxes	truita francesa		DL 1	verdura de mular pechuga ambossada	truita francesa
dlm 26	sopa mandouquilles	arramida peix/calamars		DM 2	col amb bacon salitxes llouganissa	sopa llouci adobat
de 27	verdura (mougets)	sopa pavo		bc 3	estofat 9:00 h	arramida peix
dy 28	llentils	espinaçes a la crema + ou	Tux	DS 4	peix amb verdura	truita patates
dv 29	macarons			DS 5	arris a la calzone	

POEMA: LA MONA.

LA MONA RODONA

AVIAT MENJAREM

GALETES ENSUCRADES

I XOCOLATA CALENT.

MARIA DALMURADA

NOM: SÍLVIA CORRAL



M.M. Catering 2003, S.L.
Alimentació per a col·lectivitats

PLANIFICACIÓ DIETÈTICA

Mes: FEBRER		Menú: NORMAL	
DIVENDRES 2	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3
	Mongeta verda i patata al vapor x Rosbit de gall d'indi x Fruita	Arros amb salsa de tomàquet i ou dur x Filet de lluç amb enciam x Iogurt	Sopa de gallina x Hamburguesa amb patates rostides x Fruita
DILLUNS 7	DIMARTS 8	DIMECRES 9	DIJOUS 10
Arros a la cassola x Lluc amb salsa de tomàquet x Pinya amb aïnívar	Lentilles a la riojana x Truita de patata i ceba x Fruita	Sopa de fideus x Pollastre al forn x Fruita	Macarrons beanyesa x Filet de perca a la maniera x Iogurt
DILLUNS 14	DIMARTS 15	DIMECRES 16	DIJOUS 17
Sopa de peix amb fideus x Escrofet de vedella x Fruita	Espaguetis carbonera x Filet de tonyina amb salsa de tomàquet x Fruita	Cigrions guisats x Truita d'espàrrec i patata x Fruita	Minestra de verdins x mandonguilles a la jardinera x Fruita
DILLUNS 21	DIMARTS 22	DIMECRES 23	DIJOUS 24
Fideuà amb aïolí x Llonganissa amb salsa de tomàquet x Prèssec amb aïnívar	Mongeta verda i patata al vapor x Llom rostit x Fruita	Arros a la cassola x Lluc amb salsa verda x Iogurt	Lentilles guisades x truita de pernil i xampinyons x Fruita
DILLUNS 28	DIMARTS 1	DIMECRES 2	DIJOUS 3
Cigrions a la catalana x Filet de llenguado amb salsa x Iogurt			
			DIVENDRES 9
			Mongeta verda i patata al vapor x Cap de llom rostit x Fruita
			DIVENDRES 16
			Patates a la riojana x Filet de lluç empanat x Fruita
			DIVENDRES 25
			Sopa de piscions x Pernillets de pollastre amb samfaina x Fruita

M.M. CATERING 2003, S.L. - SANTA MARIA, 15. 25560 ALCOLEGE - TEL. 679 96 19 15. 609 18 38 45
e-mail: mmcatering@ya.com

Sílvia

Corta de queso (Juan)

En el molde, una capa de sobaos, todos apretados, que no queden espacios entre ellos → chafarlos con la mano del otro lado.
En un vaso con dos o tres dedos de leche, deshacer, 2 sobres de cuajada en polvo, y dos cucharadas de azúcar, y reservar.
En una cacerola, se pone a calentar 1 litro de nata de montar, hasta su ebullición, cuando empieza a hervir, echale el vaso con la cuajada y dejar hervir unos minutos.
Verter la mezcla encima de los sobaos y dejar enfriar.
Después colocar una capa de mermelada a tu gusto, y la pones en el frigorífico y a comer.

(Bon Profit) segue →

vigilar que no se pegue en la olla

CANÇÓ

LA MASOVERA

LA MASOVERA SE'N VA AL MERCAT.
LA MASOVERA SE'N VA AL MERCAT.

EL MERCAT ÉS **EL DILLUNS I EL DILLUNS** EN COMPRA LLUMS.
LLUMS!... OI-DÀ, LA, LA MASOVERA, LA MASOVERA.
OI-DÀ, LA, LA MASOVERA SE'N VA AL MERCAT.

LA MASOVERA SE'N VA AL MERCAT.
LA MASOVERA SE'N VA AL MERCAT.

EL MERCAT ÉS **EL DIMARTS I EL DIMARTS** EN COMPRA NAPS.
LLUMS!, NAPS!...

EL MERCAT ÉS **EL DIMECRES I EL DIMECRES** COMPRA NESPRES.
LLUMS!, NAPS!, NESPRES!...

EL MERCAT ÉS **EL DIJOUS I EL DIJOUS** EN COMPRA NOUS.
LLUMS!, NAPS!, NESPRES!, NOUS!...

EL MERCAT ÉS **EL DIVENDRES I EL DIVENDRES** FAVES TENDRES.
LLUMS!, NAPS!, NESPRES!, FAVES TENDRES!...

EL MERCAT ÉS **EL DISSABTE I EL DISSABTE** TOT S'HO GASTA.
LLUMS!, NAPS!, NESPRES!, NOUS!, FAVES TENDRES!, TOT S'HO GASTA!...

EL MERCAT ÉS **EL DIUMENGE I EL DIUMENGE** TOT S'HO MENJA.
LLUMS!, NAPS!, NESPRES!, NOUS!. FAVES TENDRES!, TOT S'HO GASTA!,
TOT S'HO MENJA!...

Ritmat Sol Sol Sol
La ma-so-ve-ra se'n va al mer-cat. El mer-
cat és el di-lluns. El di-lluns en com-pra
llums. Llums! (Naps! Nes-pres!) OI-
dà, la ma-so-ve-ra, la ma-so-ve-ra;
oi-dà, la ma-so-ve-ra se'n va al mer-cat.

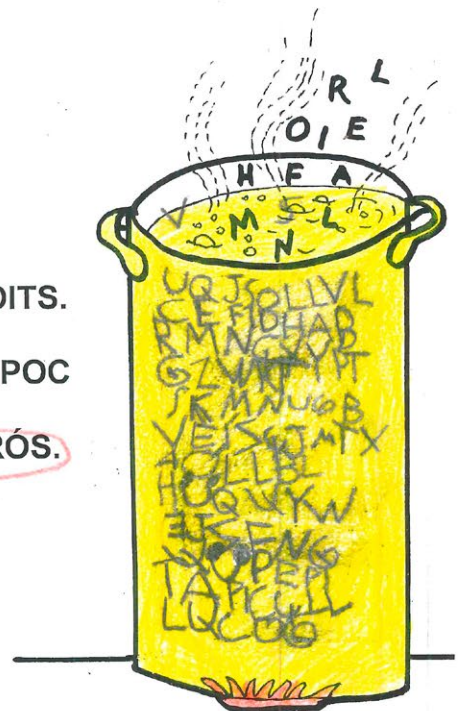


CANÇÓ

SÓC UN CUINER

SÓC UN CUINER QUE REMENA LES CASSOLES,
FAIG BONS MENJARS I TOTHOM SE'N LLEPA ELS DITS.
LES CASSOLES EN EL FOC VAN BULLINT A POC A POC
I FREGEIXO LES VERDURES, LES PATATES I L'ARRÓS.

Sóc un cui-ner que re-mena les cas-so-les, faig bons men-jars i tot -hom s'en lle-pa els dits. Le-s
ol-des i els pots van bu-llint a poc a poc i fre-gei-xo les ver-du-res, les pa-ta-tes i l'ar-ròs.



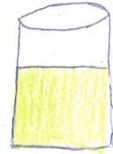
Nom: Sílvia Corral Fernández
 Data: 5-12-06

Endevinalla

Escriu l'endevinalla. Si no trobes la solució aixeca el full.
 Pinta el dibuix.



safata amb pors.



suc de pera



CONSELLS D'UTILITZACIÓ EN FORN ELÈCTRIC / GAS

PRODUCTE	Descongelació (seu i hori)	Temperatura Forne elèctric	Temperatura Forne a gas	Temps coccio
 Pasta fullada de formatge	15 minuts	220°	7,5	23 a 25 m.
 Pasta fullada d'espinaç	15 minuts	220°	7,5	23 a 25 m.
 Pasta fullada de pernil i formatge	15 minuts	220°	7,5	23 a 25 m.
 Pasta fullada de frankfurt	15 minuts	220°	7,5	23 a 25 m.
 Quiche Lorraine	15 minuts	210°	7	10 a 12 m.
 Quiche de Porros	15 minuts	210°	7	10 a 12 m.

Observar la coccio fins a obtenir un daurat uniforme.



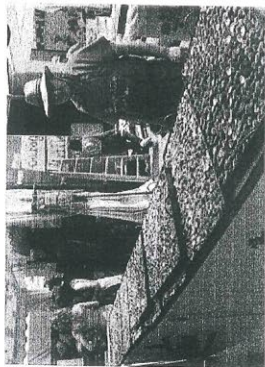


Setembre assoleiat
 bon vi assegurat

Nom: Sílvia

Data: 22-05-07

Aplec del Caragol



En l'actualitat, l'Aplec és una gran festa coneguda arreu de l'Estat i d'Europa, agermanada amb altres festes i oberta a tot aquell que tingui ganes de passar-ho bé, conèixer la nostra gastronomia, la nostra ciutat i, com no, els lleidatans.

L'Aplec del Caragol de Lleida és una festa gastronòmica organitzada al voltant de la cuina del caragol que se celebra a la ciutat de Lleida a la fi de maig. Declarada té els seus orígens al 1980, en una primera caragolada celebrada per un grup d'amics a la vora del riu Segre.

Els àpats de l'Aplec tenen com a principal ingredient el caragol, és per això que el seu consum es dispara de forma espectacular durant el mes de maig. De la resta de la península, del nord d'Àfrica, de Sudamèrica... de tot arreu arriben caragols a Lleida per a satisfer col·listes i visitants.

EXPLICA COM VEUS TU LA FESTA DE L'APLEC.

Em sembla bé perquè és una tradició de Lleida.

Hi ha caragols de diferents varietats.

Es mengen caragols del nord d'Àfrica,

de Sudamèrica etc. Però tenen gust

diferent però a mi em sembla que

tots els caragols tenen el mateix gust.



NOM: Sílvia Corral Família
DATA: 19-01-07

LA MEVA CURTA HISTÒRIA

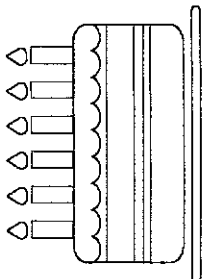
Ja de petita vaig néixer en una clínica de Lleida.
Primer menjava papillotes però com encara que no
tingués dents. També aspirava el raspap
però no arribar un dia en el que m'ho vaig quedar.
Em van tancar molt a créixer les dents.
Al cap d'uns anys ja vaig anar a la guarderia.
Tenia una professora amable Pepa.
Fins que un dia el dia d'amar a l' escola.
I finalment vaig fer moltes amics.

GUARDERIA



INGREDIENTS:

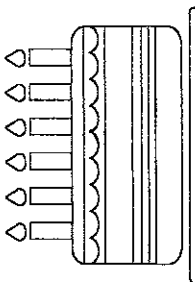
- 125 g. de farina (3 cullerades)
- 125g. de Maizena (4 cullerades)
- 3 cullerades de sucre
- 65 g. de llet
- 125 g. d'oli
- 2 ous
- raspadura de llimó
- 1/2 sobre de Royal



Madalenes "Cap Pont"

PREPARACIÓ:

- Es bat tot (batedora)
- Es posa als motlles fins la meitat (aprox.)
- Posar una mica de sucre per sobre (si voleu)
- Es posa al forn fort 7 minuts (aprox.)



Madalenes "Cap Pont"

PREPARACIÓ

- Es bat tot (batedora)
- Es posa als motlles fins la meitat (aprox.)
- Posar una mica de sucre per sobre (si voleu)
- Es posa al forn fort 7 minuts (aprox.)

RETALLA EL TEXT I ENGANXA'L AL LLOC CORRESPONENT



CULLEN LES OLIVES



PORTEN LES OLIVES AL MOLÍ



DE LES OLIVES EN SURT L'OLI

NOM Sílvia

Nom: Sílvia Corral Verdell Data: 1-12-06

Nit de Nadal

Jo vull la taula parada
com al temps en què era avui
a prop de la llar guimerà
baix el sostre mollet

Poseu un cap de taula,
la cadira del parlar
i en l'altre cap la del pare
i la de la mare al mig.

Angel Guimerà

