

Rutas con sabor



Besalú.



Iglesia de Sant Climent.



Lleida.



Balaguer.



Reus.



Tarragona.



Salou.





Cadaqués.



Figueres.



Girona.



Vic.



Arenys de Mar.



Barcelona.



Playa de la Barceloneta. Barcelona.

Cataluña, como casi toda España, es país extraordinariamente complejo en cuanto a su estructura territorial y paisajística, que se extiende, y ello nos aporta ya alguna clave, desde la alta cabecera pirenaica hasta las templadas orillas del mar Mediterráneo. En Cataluña se hacen presentes las altas cordilleras de nieves perpetuas, las montañas mediadas y los macizos de formas pesadas, los llanos interiores semiáridos y bordes descarnados, los valles fértiles y rumorosos, las estrechas depresiones, las costas bravas y polícromas, las playas amenas y los llanos litorales, los deltas y estuarios, las marismas y los pantanos. Y de ese paisaje sale una cocina compleja, sin duda la más antigua y rica en matices de las regionales españolas, porque no en vano el *Llibre de Sent Soví* aventaja en medio siglo al recetario francés *Le Viander*, considerado hasta hace no mucho como el tratado culinario más antiguo de la historia de Occidente.

La cocina catalana ha recogido y conservado herencias de los fogones cristianos, musulmanes y sefardíes, de la cocina francesa e italiana, y de todo lo que se coció durante siglos en las riberas de la balsa mediterránea. El chef Joseph Mercader, solía decir que en Cataluña sobreviven tres tipos de cocina: la de mar, la de montaña y la del llano, siendo la primera la más frágil, exquisita y refinada, de contundencia y empaque la segunda, y riquísima por excelencia la tercera.



Sant Climent de Taüll.



Restaurante Joan Gatell. Cambrils (Tarragona).

DE MAR Y MONTAÑA VERITAS

Hoy, que en la cocina se fusiona todo y con frecuencia si más raíz y fundamento que el buen tuntún, Cataluña puede seguir presumiendo de no haber abandonado jamás los principios de la vieja cocina medieval y renacentista en la que se combinaban lo dulce, lo salado, lo agrio y lo picante, en proporciones entre mágicas y aúricas. De ahí viene la cocina de mar y montaña real y ajena a las mistificaciones de las pasajeras modas moleculares o tecnomocionales, y de ahí viene un plato como el pollo con langosta sobre el que Pla, en su libro *Lo que hemos comido*, escribe: “Si se acierta, la combinación de elementos tan opuestos, casi aberrantes, bien ligados por el sofrito, una de las señas de identidad de nuestra cocina, puede resultar agradable. () Cuando explicamos este plato a un forastero –y no digamos a un extranjero– lo primero que podemos apreciar es que se lleva las manos a la cabeza. ‘Es imposible –os dicen–. La mezcla es absurda y los resultados han de ser fatalmente catastróficos. Cosas tan diferentes no se pueden combinar’. De acuerdo. Y no obstante...

La teoría es una cosa. La práctica, otra, generalmente distinta”. Y la práctica nos dice que la cosa funciona estupendamente. En el mar y en la montaña.

MÁS IMAGINACIÓN QUE PURISMO

Refiriéndose a la culinaria catalana, el divulgador gastronómico Carlos Pascual concluye que en ella: “...cuenta más la imaginación que el purismo”, pero la aseveración no debiera llevar a la idea de que la improvisación sustituye a los cánones, sino a la de que las gentes de esta tierra supieron como pocas hacer sincretismo de todo aquello que les excitaba la pituitaria y el paladar, por lejano que pudiera parecer a sus modelos.

Entre las **ensaladas o amanidas**, luce la escalivada de pimientos rojos, berenjenas, cebollas y tomates asados; la *exqueixada de bacallà*, a base de bacalao desmigado, huevo duro, cebolla, aceitunas negras, aceite, vinagre y perejil picado; y el *xatò* de Sitges, con escarola aliñada con ajos, pimentón y guindilla.

En el capítulo de **sopas y potajes** hay que situar en lugar de premi-

nencia la *escudella i carn d'olla*, aunque Pla ya decía que era plato venido a menos y en decadencia; las *monjetes a la lleidatana*, con sus alubias, su col, sus cebollas, sus butifarras, sus patatas, y su azafrán; las *monjetes estofades*, a base de vino rancio; el *farro* de Tarragona, que lleva costilla de cerdo, fideos gruesos, guisantes y habas frescas; los *cigrons* (garbanzos) a la catalana; las lentejas en poti-poti, con pasta de pan frito, ajo y zumo de limón; la sopa de rap (Rape); la sopa de langosta, y el suquet de pescado.

Canelones se hacen con bechamel y de vigilia; y los **caracoles (cargols)** a la *llauna*, mientras que en **arroces** triunfan el *arros negre amb sepia*; con *bolets*, en Barcelona; con mejillones, calamares y cigalas, en la Costa Brava; con langosta troceada, gambas y mejillones, en l'Empordà, y el negro de alcachofas y cebolla, típico de Parfrugell.

Verduras y hortalizas están presentes en los *calçots*, cebolletas tiernas doradas y churruscadas al fuego de llama viva; en los *pebrots farcits*, pimientos rellenos; en las *espinacs amb pansas i pinyols*, espinacas con pasas y piñones; en las



Restaurante Joan Gatell. Cambrils (Tarragona).



Restaurante Hispania. Arenys de Mar.



Guisantes al vapor con cebolla tierna y butifarra negra.

fabes a la catalana; en el *trinxat de la Cerdayna*, de col y patata; en los *pensols* (guisantes) a la catalana; en los *farçelletes de col i carn* (atillos de col rellena de carne), y en los calabacines al horno.

Notables platos de **pescado** son las anguilas del delta del Ebro; la parrillada de *peix y marisc*; el *rap amb salsa d'amellets* (almendras), y la zarzuela de *peix i marisc*, y en el ítem de inclasificables, *mar i montayna*, pollo con langostinos; *mandonguilles amb sèpia i pesols* (albóndigas de sepia y guisantes).

Platos singulares de **carne** son la pierna de cordero o el cabrito a la cazuela; la *mitjana* de ternera; el *fricandó*; *vedèlla* (ternera) *amb bolets*; ternera en cazuela; y el lomo de *cerdo amb monjetes*; *conill* (conejo) *amb cargols* y a la brasa *amb all i oli*; *anéc mud* (pato mudo) del Penedés; *peus de porc* (manitas de cerdo) a la catalana, y *oca amb peras*.

En los **postres** y a lo **dulce** mandan la proverbial crema catalana; las peras rellenas de Alella, los *bufants* (buñuelos) del Vendrell; el *menjar blanc* de Reus; *carquinyolis* y *panellets*, y el *mel* (miel) *i mató*.

CAMINOS DE ROMÁNICO, PAN Y VINO

El periplo comienza en **Arenys de Mar**, villa marinera de la comarca del Maresme, donde el viajero puede empezar visitando, sin el más mínimo atisbo morboso, el cementerio marino de Sirera, Turó de la Pietat, inmortalizado en el verso suave de Salvador Espriu: "*Pels portals de Sinera/ passo captant engruñeis/ de vells records*". Después, mirando al azul, un pollo de payés, en escabeche con su vinito blanco petillante de Alella y un "... *de menos nos hizo Dios*". Local a visitar, el restaurante **Hispania**, resumen de todo lo gastronómicamente interesante de la zona.

De un salto a **Barcelona**, "... archivo de la poesía, albergue de los extranjeros, hospital de los pobres, patria de los valientes, venganza de los ofendidos y correspondencia grata de firmes amistades, y en sitio y belleza, única", al decir del caballero Quijano. Visita atenta al barrio gótico y a su catedral, paseo por las ramblas, curioso por la Sagrada Familia y el Puerto Olímpico. Luego, picoteo en alguno o algunos

de los bares de tapas recomendados, para seguir y dejarse caer a continuación por **Casa Leopoldo**, en el barrio chino que ahora llaman El Raval. Allí está Rosita, hija y esposa de toreros buenos, que atenderá cualquier requerimiento culinario o se dejará guiar por la fórmula que proponía Pepe Carvallo, el detective coquinaro de Manolo Vázquez Montalbán: "Usted vaya allí de mi parte y que le pongan lo que quieran". Otros valores seguros son **Ca l'Isidre**, con carta que se elabora cada día en función del empuje del mercado, y **Abac**, donde Xavier Pellericé, a más a más de rabiosa vanguardia, hace cosas que son portentoso y maravilla para los sentidos. En tono generalista, no hay que dejar pasar los cargols a la llauna o a la brutasca, la esqueixada con piñones, las monjetes amb butifarra y el bacalao a la llauna, con riego generoso siempre de algún blanco de Alella, rosado del Penedés o tinto del Priorato.

Siguiente alto en **Sitges**, enclave turístico, cinematográfico y cultural, con Museo Cau Ferrat incluido (obras de El Greco, Ramón Casas, Picasso y otros), forma parte de la

El lirismo de una cebolleta al fuego

No son muchos los platos que ostentan firma de autor y muchísimos menos si se trata de preparaciones culinarias sencillas y humildes, pero el calçot, esa cebolleta tierna, blanca y dulce que se asa o quema a la llama viva y se come acompañada de salsa romesco o de salbitxada, parece que fue invento de un agricultor de Valls, Tarragona, llamado Xat de Benaiques. No se sabe si el cambio trascendental de la brasa a la llama fue un descuido al alimentar el fuego o una genial ocurrencia de Xat, pero el caso es que el labriego, viendo que la cebolleta se había carbonizado, la peló, quitándole la capa quemada, y se embauló el tierno y sabroso interior, mojando en una salsa e introduciéndolo en el gaznate por gravedad. Así nació el calçot (voz que viene del verbo catalán calçar que significa acollar o atchar con tierra el pie de los árboles, ya que, al igual que se hace con los espárragos, para producirlo se amontona tierra alrededor de los brotes de cebolla y éstos crecen alargados, blancos y tiernos), aunque no son pocos los que atribuyen la peripecia a un pagés valenciano, éste anónimo, afincado en Vallmoll, muni-



cipio vecino de Valls, pero nada, en un caso y otro, ha quedado escrito o certificado.

Desde 1892 se tienen noticias de fiestas de calçots en Valls, capital de la comarca catalana del Alt Camp, y desde hace tiempo la villa celebra su calçotada el último domingo de enero con un menú a base de calçots, butifarras, carnes a la brasa, longaniza de Valls a la brasa y con alioli, pan de payés, vino tinto de la tierra en porrón, naranjas, dulces o crema catalana, cava, café y licores. Los calçots se churruscan al fuego, se envuelven en papel de periódico para que

conserven el calor y, con el mismo propósito, se sirven sobre una teja caliente. Se acompañan, ya se ha dicho, de romesco o de salbitxada, dos salsas muy similares pero con alguna variante, ya que la de salbitxada no lleva avellanas como el romesco; sólo almendras y algo de perejil picado, el cual no se utiliza en la salsa romesco.

El calçot cuenta con indicación geográfica protegida y su zona de producción se extiende, además de por el Alt Camp, por las comarcas catalanas del Baix Camp, el Tarragonés y el Baix Penedés, aunque también se cultiva en otras zonas como la Conca de Barberà o el Maresme.

ruta del xató, porque lo que procede comenzar la pitanza con esta exquisita ensalada o amanida catalana, y seguir, pongamos por caso, con una cassola d'arròs a la sitgetana o un rodaballo en salsa romescu y deslizarse hasta los postres con alto en los evanescentes bunyols de vent o con la tradicional crema catalana.

De Sitges, junto al mar, **Vilafranca del Penedès**, capital de la comarca interior del Alt Penedès, centro comercial y paso de la romana vía Augusta, en la que estuvo instalada la *urbs Olerdulas*, de la que se conservan ruinas en Conjunto histórico y monumental. Al condumio, conejo con caracoles y sepia con albóndi-

gas, en respetuoso maridaje con vinos de la zona, y para echar al zurrón peregrino, catànies, dulce típico del lugar, que son almendras bañadas en chocolate blanco y recubiertas de chocolate negro en polvo. Siguiendo parada en **Sabadell**, tradicional emporio industrial y lanero, capital del Vallés Occidental, a orillas del Ripoll y lugar propicio para disfrutar de un solomillo con fesolets (habichuelas), un platillo de gírgoles (una variedad de setas de cardo), un potente bacalao con all i oli y un dulce de crema catalana caramelizada.

Nueva y siguiente perspectiva en **Vic**, en la comarca de Osona, para visitar de inicio su catedral que re-

corre estilos, del románico al neoclásico, y cuenta con pinturas de Josep M. Sert. Al picoteo y a lo que haga falta, embutidos de raza y sello propios, como el fuet, el bull y la somalla, terminando bizcocho esponjoso que el pà de pessic. Para el camino, el consabido salchichón, butifarras de huevo y un dulce que llaman tortades.

Final de trayecto en **Berga**, capital de la comarca del Berguedà y generosa en arte románico civil y religioso. A la mesa, y para el recuerdo, buena carne con denominación de calidad, setas en temporada y un plato inolvidable, las patates enmascarades, a base de sangre de cerdo y tocino.

SENDEROS EN POS DE PLA Y DE DALÍ

Recorrido por la provincia de Girona, con salida en **Olot**, capital de la comarca de La Garrotxa y lugar donde se produce un fenómeno geológico, *els bufadors*, del que conviene estar avisado y que consiste en soplos de aire que salen de las entrañas de la tierra. En el condumio hay que hacer los honores a varias especialidades locales, la coca de *llardons*, el *tortell adobat de matalafuga*, y diversos embutidos artesanos. A la mochila una o dos botellas de *ratafia*, licor típico hecho con hierbas y nueces verdes.

De Olot, a la capital de la provincia, **Girona**, embutida y airosa entre los ríos Ter y Oñar, propicia al paseo y al disfrute de las coloridas casas del Onyar, de la catedral (que custodia la única mesa de vidriero medieval que se conoce en el orbe), y de la antigua judería, conocida como el Call. A la mesa, un ante de anchoas de L'Escala, un facellet de foie-gras con salsa de vino dulce, un suquet de pescado y una langosta con caracoles. Restaurante referencial, **El Cellar de Can Roca**, donde siempre procede un menú-degustación, normalmente ajustado en calidad-precio.

Siguiente parada en **Palafrugell**, en la comarca del Baix Empordà, con casco antiguo medieval y lugar de prestigio en la Costa Brava. Palafrugell, que no en vano suena a muy próximo a Pantagruel, es lugar de notabilísimo saque, según Josep Pla, residente habitual que lo fuera del sitio, quien en este punto escribió: "*És in comptable el nombre de persones de Palafrugell (...) que només pensen a fer àpats. Fer un esmorzar; un dinar; un berenar, un sopar, de vegades un berenar-sopar. Aquest és l'ideal*". Para el viajero, baste y sobre con una cazuela de pescado con arroz, una brocheta de conejo con caracoles, la lubina



Restaurante Casa Leopoldo. Barcelona.

de Fornells al horno, rabo de buey con trufas, canelones de pescado y unos buñuelos de chocolate.

De Palafrugell a **Roses**, que entre el Cap de Creus y el macizo de Montgrí mira al golfo del mismo nombre, a sus calas, acantilados y extensos arenales, todo de singular belleza.

Para empezar, una vuelta por el castillo renacentista de la Trinitat y luego una prueba larga de la cassola de peix o de la caldereta de cigalas. En la cala Montjoi está **El Bulli**, dicen que el mejor restaurante del mundo, donde se puede hacer una reserva para el 2035 Odissea en el espacio.

Meta en **Figueres**, para visitar su castillo de San Fernando, arropado por una muralla que presume de ser la más larga de Europa, y su Museo Dalí, de todo punto imprescindible y con muros y torres coronados por huevos, que son símbolo antiguo de resurrección. A la hora del aperitivo, una butifarra dolía y a continuación un buen plato de *menuts amb bolets*, que son menudillos con setas, y unas manzanas rellenas o *pomes farcides*. Al postre y para el camino, unos *xuxos*, buñuelos rellenos de crema.

RUTAS DE CARGOLS Y TUPÍ

Puesta en marcha a los pies de la catedral de **Lleida**, sobre una colina en uno de los márgenes del río Segre. Paseo para excitar el apetito y



El Cellar de Can Roca. Girona.



Bar de tapas Ciudad Condal. Barcelona.

manos a la obra con unos *cargols a la llauna*, que dará seguramente paso a una coca pallaresa, a un arroz con conejo, a una *cassolada*, a unas inefables manitas de cerdo, *peus de porc*, con langosta y caracoles, y a unos panadons. De penúltimo, un *fromatge llenguat* y para golosos unos granados de clara de huevo, almendras y azúcar.

De la capital provincial a **Balaguer**, capital de la comarca de Noguera, junto al Segre y lugar de interés monumental arquitectónico. Visita al castillo de los condes de Urgell y al claustro gótico del monasterio de Santo Domingo. Merecido descanso y un entrante de coca de sanfaina, unos caracoles a la brutesca y una sepia con caracoles. Hecho el correspondiente apetito, alguno de los varios platos de perdiz y un chupito o dos de ratafía.

Siguiente parada en **Tàrrega**, que en tiempos fue aljama judía y que hoy llama a la vista y el deambule por la iglesia de Santa María de l'Alba, por la Plaza Mayor y por el coquetón Museo Comarcal. A la hora de la mantenencia, más caracoles, esta vez a la gormanda, y un festín de originales embutidos, como el xolí, que pudiera recordar al salchichón bueno, y la girella, que se prepara con cordero, sebo,

arroz, huevos, ajo, perejil, azafrán, sal y pimienta.

De Tàrrega a **Solsona**, capital de la comarca del Solsonés, donde el patrimonio artístico románico y gótico compite en buena lid con soberbios paisajes. Aquí, las estrellas gastronómicas son el *blat pelat a la cassola* (trigo pelado a la cazuela), la butifarra a la llosa o a la losa, y la fideuà con sepia y almejas. Para llevar o consumir *in situ*, las típicas *bales de trabuc*, que son almendras recubiertas de azúcar líquido, y el *pastis de Solsonés*, hecho a base de miel y requesón.

Último destino de esta ruta en **La Seu d'Urgell**, en un llano y flanqueada por los ríos Segre y Valira, con un potentísimo conjunto monumental y una oferta gastronómica que incluye la escudella de cordero, el cabrito a las hierbas y el queso fresco que responde al nombre de *fromatge serrat d'ovella*, que en su versión fermentada se llama *tupí*. Para el camino y el recuerdo, la *coca maurada* y los *nargonins*.

PASOS Y HUELLAS DE LA CATALUÑA NUEVA

Ruta por la provincia de Tarragona, que es Cataluña Nueva, con salida

en **L'Espluga de Francolí**, abrazado por los ríos Miláns y Francolí, y donde después de saborear los vinos de su cooperativa y visitar su Museo del Vino, hay que dirigirse al celeberrimo monasterio de Poblet, que es Patrimonio de la Humanidad y que sólo dista un par de kilómetros.

Del monasterio a **Montblanc**, que otrora fue sede de la nobleza catalana y que conserva un bello recinto amurallado, una notable plaza Mayor, y unos deliciosos buñuelos y albóndigas de bacalao.

Siguiente parada en **Valls**, capital de la comarca del Alt Camp, del calçot y de los xiquets que forman audaces torres humanas. Si es época (y si no se hace como si lo fuera) hay que empezar, seguir y terminar con una calçotada, incluidos todos sus succulentos aditamentos, que es comida total y recreo sumo para los sentidos.

De Valls a **Reus**, capital de la comarca de Baix Camp y famosa por sus alcoholes, especialmente el vermú, por sus frutos secos y por su aceite DO Siurana. A la mesa, un entrecot de Bruneta del Pirineo y el plato insignia local, *menjar blanc*, hecho con almendras, almidón en flor, azúcar, canela y limón. Para el camino conviene hacer generosa provisión de *panellets* de yema y de *flocs* de avellana.

Siguiente parada en **Tarragona**, capital hoy de la provincia y antaño de la Hispania Citerior romana, de cuyo tiempo queda el segundo acueducto más importante de España y restos de un anfiteatro. Además, una catedral, la más grande de Cataluña, con ábside románico. En la mesa, el popular romesco de pescado o de conejo, los arroces a la tarraconense, y el pataco, chanfaina con caracoles, patatas y su buena picada de almendras.

Nuevo destino en **Salou**, destino turístico por excelencia y epicentro

de la Costa Dourada. Playas y platos, que pueden ser pulpitos (pops) a l'all i oli, bull de tonyina (tripa de atún, alubias y caracoles), o bacalao con escalivada.

Y punto final en **Cambrils** y más playas hermosas, además de casco

antiguo amurallado en parte. A la mesa, ensalada de rape y langostinos, arroz con bogavante, salteado de verduras con almejas y langostinos, bogavante en potaje de garbanzos, tosta de atún con cebolla y *espardenyes* o chipirones con habi-

tas tiernas. Local a considerar, por su portentosa cocina de barca, **Joan Gatell** y algo tan aparentemente elemental como pulpitos con cebolla y laurel.

MIGUEL ÁNGEL ALMODÓVAR

Del emergente y potente tapeo capitalino

Aunque en Barcelona nadie renuncia al clásico y muy difundido *pa amb tomaquet i pernil*, la tradicionalmente más cosmopolita de las capitales españolas ha transitado en tiempo récord desde el taco de tortilla de patata, los bocatas y las conservas de los colmaos hacia un extraordinario despliegue del tapeo creativo que, sin abandonar la tradición, le ha situado en puestos de vanguardia de esta nueva tendencia. Algunos ejemplos de la realidad del tapeo barcelonés de ayer y de hoy se reflejan en los siguientes locales:

Pinocho, emblema de la ciudad en el Mercado de la Boquería de Las Ramblas, donde se tapea con los guisos y el humor del día de Juan Ballén.

Cal Pep, con las tapas mediterráneas más geniales *urbe et orbi* y unos espléndidos mejillones de roca al vapor.

Abasolo, con estupendas croquetas.

Roble, con más de un siglo a sus espaldas y tapas de siempre como los callos o las albóndigas.

Ciudad Condal, de barra larguísima y especialista en alcachofas laminadas, almejas marineras, montados y brandadas.

Quimet & Quimet, legendario establecimiento del Paralelo, su gran especialidad es la bicicleta de patatas y carne.

Taktika Berri, gran surtido de tapas recién hechas entre las que sobresalen las de bacalao, merluza y morcilla de Burgos.

La Plata, notable en sus frituras de pescado y ensaladitas con anchoas, acompañado todo con porroncitos de vino.

Arketipus, con un buen repertorio de medias raciones de propuestas de cocina creativa.

Bilbao Berria, mirando a la catedral, es notable por su cabeza de jabalí con roquefort y otras audaces propuestas.

Inopia, de Albert Adrià, que en el último campeonato nacional de tapas Ciudad de Valladolid ganó el premio al mejor concepto de pincho.

La Estrella de Plata, local de moda donde Didac López hace alta cocina en miniatura y cosas como mató con anchoas o crujiente de buey.

Cervecería Bona Sort, instalada en un edificio renacentista y en la que se pueden degustar más de medio centenar de tapas.

De Tapa Madre, de ambiente castellano recio y con propuestas de farinato y las patatas a la importancia.



Euskal Etxea, precursor de los bares de pinchos del Borne, junto a la iglesia de Santa María del Mar, donde se reproduce al detalle el tono y la variedad del "chiquiteo" donostiarra.

Gran Bodega, con extensa lista de tapas, destacando las patatas bravas, las bombas picantes y los choricitos al Jerez.

Bodega Sepúlveda, todo un clásico donde brillan las anchoas de Orio, el atún picante y la tortilla de bacalao.

Sureny, en el corazón del barrio de Gràcia, con tapas que atienden a los productos de temporada.

Tiriñuelo, con excelentes cazuelitas de bacalao, de albóndigas y de habitas, en el Born y hasta las tantas de la madrugada.



Taberna Inopia. Barcelona.