—Parlem tu i jo—

Ens ENTAULEM?

Comprem, cuinem, mengem, netegem, compartim, bevem, xerrem...

L'arròs del dijous

Ramon Solsona

Tàijíquán

L'art de la meditació en moviment

David Parcerisa i Ungé

VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA

Aquest és el tercer quadern de la col·lecció —**Parlem tu i jo**—, que té per objectiu facilitar el diàleg i la conversa entre les persones aprenentes i les voluntàries que formen part del programa Voluntariat per la llengua. Voldríem que el quadern servís per fer més amenes les trobades i ajudés a compartir projectes i il·lusions.

El tema central d'aquest tercer quadern és el menjar i el beure. S'organitza en cinc apartats amb propostes per conversar i intercanviar opinions, coneixements i experiències.

S'inicia amb el TEXT d'un autor català.

El tema del CÒMIC es basa en algun dels elements culturals dels països d'origen dels aprenents.

DE QUÈ PARLEM? proposa temes de conversa, webs de consulta, llibres per llegir i vídeos, tots relacionats amb el menjar i el beure.

A LLEGIM... EN VEU ALTA? hi trobareu fragments de textos d'autors catalans.

Al final, a VOCABULARI I EXPRESSIONS hi ha les definicions d'algunes de les paraules que surten al text.

Agraïm la participació de totes les parelles lingüístiques, que contribueixen activament a fer presents les converses en català al carrer.

L'ARRÒS DEL DIJOUS
RAMON SOLSONA
p. 3

TÀIJÍQUÁN. L'ART DE LA MEDITACIÓ EN MOVIMENT
DAVID PARCERISA I UNGÉ
p. 6

DE QUÈ PARLEM?
PARLEM DEL MENJAR I DEL BEURE; PARLEM DE GASTRONOMIA
p. 10

LLEGIM... EN VEU ALTA?
p. 12

VOCABULARI I EXPRESSIONS
p. 14

Ramon Solsona

L'arròs del dijous

No ho puc evitar, sempre que parlo de la família, me l'imagino entaulada. Som molts, perquè tenir fills és una mena de tradició. Tinc cinc germans i divuit cosins, i amb tots he compartit grans àpats en què tothom xerrava i discutia. Però hi ha una figura que no me la sé imaginar asseguda, em refereixo a l'àvia, que pràcticament vivia a la cuina.

Alimentar tota aquella tropa era una feinada que l'àvia començava a primera hora del matí anant a la plaça. Després pelava, tallava, triava, bullia, enfarinava, fregia, remenava, tastava i omplia unes platerades que ella mateixa servia amb la silenciosa diligència d'una minyona. A penes s'asseia a taula, menjava amb una esgarrapada i tornava a feinejar de seguida a la cuina. No es treia el davantal ni pel dinar de Nadal. Era una gran cuinera, de les d'abans, d'aquelles mestresses de casa que feien plats apetitosos per dinar i sopar cada dia a base d'amor i treball. En canvi la mare era un desastre. Tot li quedava cru o cremat. Calia que de tant en tant la mare fes un dels seus dinars lamentables perquè apreciéssim la mà experta de l'àvia.

Al capdavant dels meus plats preferits hi ha sense cap dubte l'arròs del dijous. I després, els canelons de Sant Esteve, els ma-

carrons gratinats, el pollastre rostit, la truita de fredolics, les torrades de Santa Teresa, els calamars a la romana, les sardines escabetxades, els fideus amb tall, la crema de Sant Josep, els bunyols de Quaresma... Ah, i l'escudella! I la sopa de peix, que, amb les sopes, l'àvia hi tenia la mà trencada. Però, sobretot, l'arròs del dijous.

No sé per què, a les cases i a les fondes era costum de fer arròs a la cassola cada dijous. O paella, que s'hi assembla molt, però a casa meva no se'n feia mai, de paella. Sempre arròs a la cassola, que podia ser de carn, de peix, de verdura, de bolets, de bacallà... No vam menjar mai dos arrossos iguals. Unes carxofes o una simple coliflor, per exemple, canviaven la personalitat d'un arròs.

La casa es va anar buidant a mesura que els germans ens emancipàvem. No sé com va ser que, sense adonar-nos-en, el dijous es va convertir en el dia dels cosins. Jo crec que ho va maquinar l'àvia, sabia que el reclam d'un bon arròs era l'excusa perfecta per veure'ns. La casa s'alegrava amb un enrenou puntual cada vuit dies i després del cafè cadascú tornava a les seves ocupacions amb la certesa que el dijous següent tornaríem a compartir taula i xerinola. Avui puc afirmar que si la meva família està unida com una pinya és gràcies a aquells arrossos memorables.

Diuen que no valores les coses bones fins que les perds i exactament això em va passar a mi. Vaig estudiar un postgrau d'informàtica i càlcul de probabilitats a la University of West Georgia, propera a Atlanta. El règim alimentari era depriment i jo trobava a faltar els requisits casolans, pensava en els plats de l'àvia com si fossin deliris febrils de la meva imaginació. Com enyorava l'arròs del dijous!

Un dia vaig localitzar un parell de catalans que estudiaven a la mateixa universitat i al cap d'una estona ens vam adonar que només parlàvem del pa amb tomàquet i de truites de patates. Evocar això tan senzill produïa salivera i enyorança al mateix temps. Des d'aleshores em vaig considerar un emigrant i vaig sentir una comunió fraternal amb la gent que, a pesar de les distàncies, es manté lligada a la seva terra a través del menjar. Ara sé que no hi ha cap diferència entre un senegalès que malda per preparar-se un *tiebou dienne*, un argentí que no pot viure sense un *asado* i un català que pateix la síndrome d'abstinència del pa amb tomàquet.

Quan vaig tornar d'Atlanta l'àvia havia caigut greument malalta i només vaig ser a temps de veure-la per última vegada a l'hospital. Després de l'enterrament vaig pensar que els cosins estàvem obligats a continuar la seva obra. Però va resultar que ningú no coneixia els trucs de la cuina de l'àvia. Em vaig passar setmanes trucant i enviant correus electrònics als germans i als cosins per reconstruir les receptes, però només vaig aplegar quatre dades esparses: que posava una punta de xocolata al conill rostit, que tirava un raig de conyac al pollastre de Nadal, que el secret eren les picades i els sofregits...

Doncs ho faré jo, vaig decidir solemnement. Per poder fer feliços els altres aprendré a cuinar des de zero, hi posaré voluntat, no em cansaré mai. Seré abnegat, generós i humil com ella, em deia a mi mateix. Vaig comprar olles, cassoles, paelles i uns quants llibres de cuina per dur a terme el meu propòsit, però no me'n surto. Es veu que he heretat la poca traça culinària de la mare. A mi també em queda tot cremat o cru.

No em dono per vençut. Com que no vull renunciar a l'alta missió que m'he proposat, he pres un determini transcendental. Si jo no puc emular l'àvia, buscaré una noia que sàpiga mantenir les tradicions de la cuina. I també la tradició familiar de tenir molts fills i néts perquè al cap dels anys una bona colla de joves s'assegui al voltant d'un arròs amb aquella alegria de la joventut. M'he traçat un camí i el seguiré en línia recta. S'ha acabat allò de lligar amb una noia i sortir amb ella un temps sense cap mena de compromís. Ara sé què busco, tot i que a vegades potser vaig massa directe al gra. He desconcertat algunes noies preguntant sense embuts: "Tu què en penses dels sofregits?" I també els dic: "Jo vull tenir molts fills, i tu?" S'espanten i fugen.

La persistència té premi. Fa unes dies que vaig conèixer una noia en un bar de copes i li vaig dir:

—Què en penses dels sofregits?

—Depèn. Segons perquè els vulguis.

—Saps cuinar?

—Només conec la cuina casolana, la que feien les àvies.

Una mica més i salto d'alegria! Vaig continuar preguntant amb el cor accelerat:

—Què t'estimes més, l'arròs a la cassola o la paella?

—Tot m'agrada, però et diré un secret. A l'arròs de conill hi afegeixo un branquilló de romaní, i al de peix, uns brots de menta fresca.

Jo estava a punt de plorar, m'exaltava a mesura que ella explicava tot de receptes clàssiques. Vinga a parlar d'escalivades, de rostits, de suquets de peix, de salses. Es va girar la truita, ara era ella qui no parava de preguntar:

—T'agrada el romesco?

—M'encanta! Per cert, t'has plantejat tenir fills?

—Sí, molts. I tu?

Des d'aleshores no hem deixat de veure'ns i tot em fa pensar que la meva vida està ben encarrilada. Veig el futur ple d'arrossos.

Ramon Solsona

Tàijíquán

L'ART DE LA MEDITACIÓ EN MOVIMENT!!!!

DING! DONG! ... DING! DONG!

UN MOMENT...

JA VINC!!

QUE D'HORA QUE VÉNS!!

A LA XINA NO SÉ COM HO FEU...

BON DIA!!

...PERÒ AQUÍ ÉS CAP DE SETMANA!!

I AIXÒ VOL DIR LLEVAR-SE TARD!!

ENCARA VAS EN PIJAMA?

GRATA!! GRATA!! GRATA!!

SÍ, ÉS EL QUE ET DEIA... HE, HE, HE!!

AH!! AQUEST ÉS EL YANG D'AQUESTA CASA!!

QUE NO T'ENRECORDAVES QUE ANÀVEM A FER TAI-TXI AQUEST MATÍ?

DONCS NO!!

HI, HI HI!!

PENSAVA DUTXAR-ME, PERÒ NO HO FARÉ!!

VAIG A CANVIAR-ME I SORTIM. D'ACORD?

MOLT BÉ!!

HI ANEM CORRENTS?

SÍ, PER AIXÒ HAVÍEM QUEDAT A CASA TEVA,...

...EL GRUP DE TAI-TXI ES REUNEIX A LA PLATJA DE SANT SEBASTIÀ!!

MIRA'LS!!

MIRA MONTSE!! AQUEST ÉS EL MESTRE!!

HOLA!!

MOLT DE GUST!!

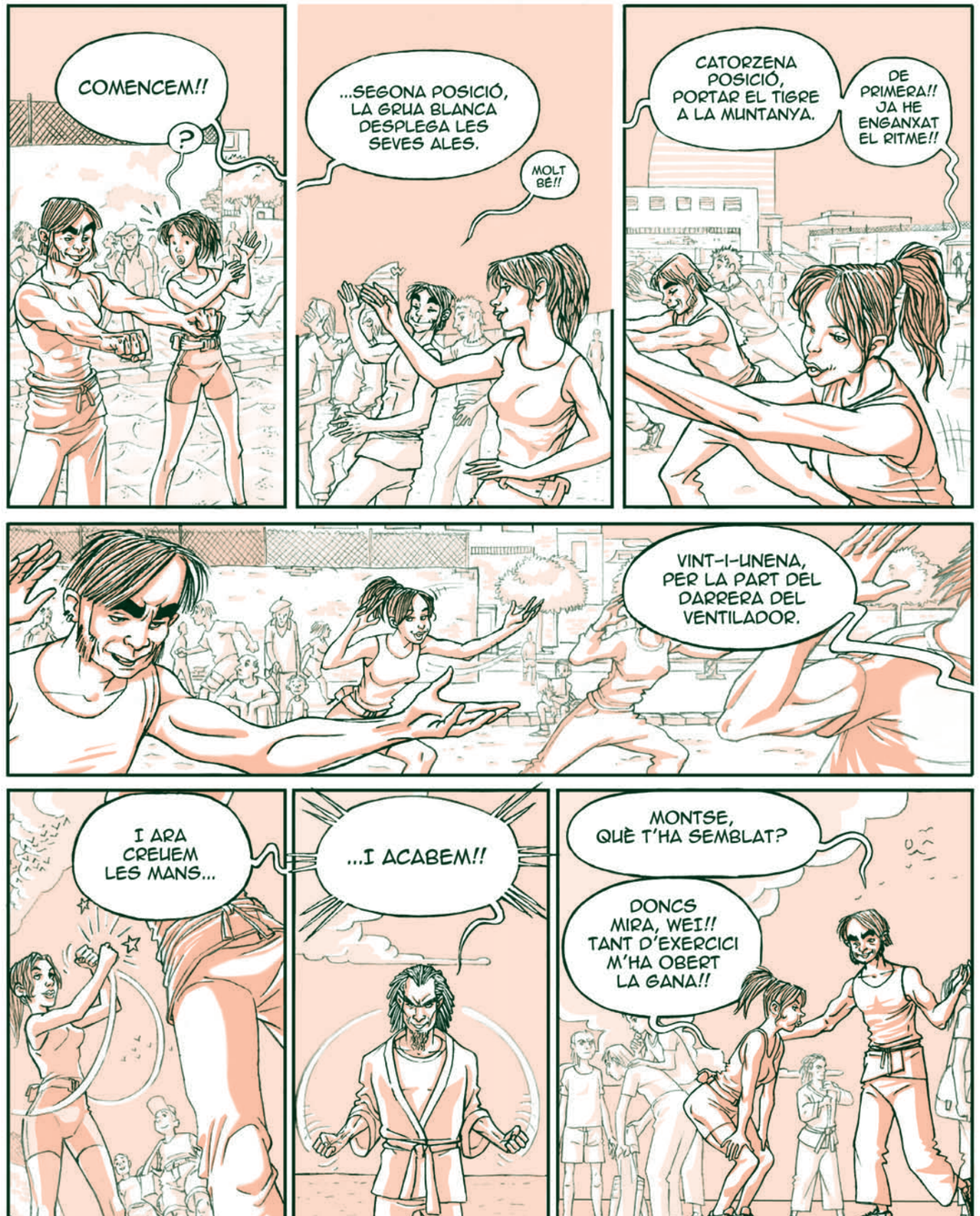
POSEU-VOS AMB LA RESTA, SI US PLAU!!

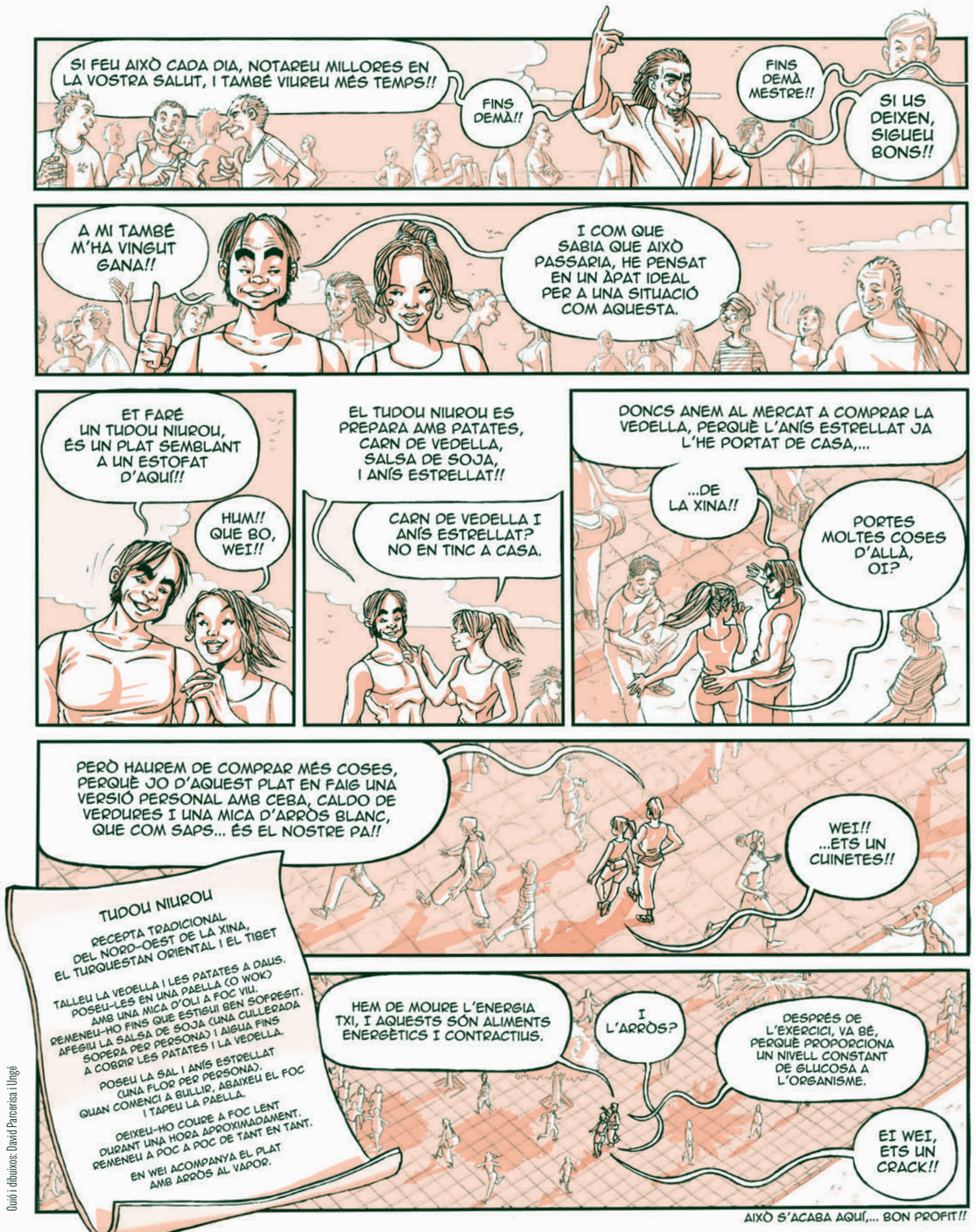
PERÒ WEI, JO NO HE FET MAI TAI-TXI!!

NO IMPORTA, ÉS MOLT SENZILL,...

...VÉS MIRANT COM ANEM FENT ELS EXERCICIS...

...MENTRE TU TAMBÉ ELS VAS FENT!!





Guió i dibuixos: David Parcerisa i Ungé

De què parlem?

PARLEM DEL MENJAR I DEL BEURE, PARLEM DE GASTRONOMIA[1]

EL MENJAR I LA BEGUDA A LA TAULA

Menjar i beure amb mida allarguen la vida

Quins són els teus plats preferits? Tens en compte el tipus de beguda segons l'ocasió? Hi ha algun plat que no posaries mai a taula? Cuines o et fan el menjar? Quin plat és la teva especialitat? Si cuines, fas servir algun truc? M'expliques una recepta? Quina beguda recomanaries per servir-la? Quin detall no pot faltar mai a la teva taula?

LES OLORS I ELS COLORS A LA TAULA

Quan la boca put, el ventre és brut

La cuina dels diferents països del món fa la mateixa olor a tot arreu?Hi ha alguna olor especial que relacionis amb el teu lloc de naixement o amb algun lloc que hagis visitat? Quins menjars creus que fan olors especialment agradables? Hi ha olors que no suportis? Recordes alguna anècdota d'algun menjar relacionada amb el sentit de l'olfacte? Quin color dels aliments t'atrau més? Has fet mai un tast de vins o altres begudes?

LES FESTES I LES TRADICIONS A LA TAULA

Per Nadal capons, neules i torrons

Quin menjar identifiques amb una celebració social? Com és la taula un dia de festa a casa teva? Coneixes alguna tradició familiar que hagi passat de generació en generació? Tens records relacionats amb el menjar per la celebració d'alguna festa especial? Coneixes alguna tradició en què el menjar en sigui el protagonista? Preparem un plat de festa junts?

ELS RÈGIMS I LES DIETES A LA TAULA

Esmorzar de rei, dinar de príncep, i sopar de pidolaire

T'agrada menjar de tot? Has fet mai algun règim? Què en penses de les dietes? Per quins motius creus que cal seguir una dieta? N'has fet mai cap? Com valores l'experiència? Penses que cal tenir en compte l'alimentació que fem segons l'edat? Coneixes persones que hagin tingut problemes de salut per haver seguit una dieta?

ELS PRODUCTES DELS MERCATS A LA TAULA

El dilluns, mercat i vi

Trobes que hi ha diferències entre els mercats dels països del món? Recordes algun mercat que t'agradi especialment? Saps alguna història relacionada amb alguns productes que hi ha al mercat que hagin arribat d'altres llocs com ara el cafè, les patates, el sucre...? T'agrada anar a comprar el menjar? Com és la teva parada preferida? Anem a comprar?

ELS RESTAURANTS

A la taula i al llit, al primer crit

T'agrada menjar fora de casa? Quan surts, a quin tipus de restaurant t'agrada anar? Què tens en compte principalment quan vas a menjar en un restaurant? Quan vas a un restaurant et fixes en els detalls: com està parada la taula, la decoració, l'ambient, la música...? Recordes algun restaurant en especial? Si tinguessis un restaurant, com seria la cuina?

http://

www.gastroteca.cat/
www.cuinaencatala.blogspot.com/
www.cuina.cat

TV
www.rtve.es/television/lescuines/
www.rodaplats.cat/
www.tv3.cat/3alacarta/
www.tv3.cat/karakia
www.tv3.cat/benvingutsalhort
www.tv3.cat/enclaudevi

RÀDIO
www.catradio.cat/.../Cuina-catalana.../
www.catradio.cat/programa/1188/Tapias-fresques

[1]**gastronomia**, *nom f.*
1 Coneixement de tot el que té a veure amb la cuina, l'elaboració i composició dels plats, l'art de degustar i apreciar els menjars i les begudes.
2 Qualitat de gastrònom.

http://bibliotecavirtula.dib.cat/guies-de-lectura
(Cerqueu per categoria: cuina i gastronomia)

http://cuinadelmon.blogspot.com.es/

www.youtube.com/watch?v=T8X4u-AADoI

Podeu accedir a les adreces per mitjà dels enllaços de la versió digital de la revista que trobareu a

www.gencat.cat/llengua/parlemtuijo/

El celler
Noah Gordon
Barcelona: Roca, 2007

Dinars de tàper
Ada Parellada
Barcelona: Labutxaca, 2010

La cuina de les comarques catalanes
Miquel Sen i Joan Vinyoli
Barcelona: Empúries, 2001

Diccionari del vi i del beure
Joan Maria Romaní i Oliver
Valls: Cossentània, 2009

El gran llibre de la cuina catalana
Josep Lladonosa
Barcelona: Empúries, 1992

Menja bé, viu millor. Receptes i consells per a una vida més sana
Quim Marqués i Dra. Natàlia Flores
Barcelona: Columna, 2009

Raons de pes. Pesem el que sentim
Pilar Senpau
Barcelona: Pòrtic, 2009

Cuinar per ser feliç
Carme Ruscalleda
Barcelona: Labutxaca, 2008

Sal de vainilla
Ada Perellada
Barcelona: Planeta, 2012.
(Col·lecció: Ramon Llull)

Llegim... en veu alta?

Plaers

BRINDIS

Poema 'Brindis' per a un cava rosat de
Sans & Travé. Cal Travé (Núvol_Vilaweb)

Més junts del que ningú no sabrà mai,
alcem les dues copes amb el cava.
Veiem la nostra llum, cadascú als ulls de l'altre.
Un home i una dona, en un instant,
poden equivocar-se.
Però l'instant no tornarà mai més.

Joan Margarit (Sanahuja 1938)

XOCOLATA DESFETA

Al carrer Petritxol, m'agrada sobretot anar-hi a prendre xocolata, m'encanta la xocolata, però ha de ser desfeta, és clar, líquida però espessa, sí, calenta per força, en una tassa, sí, xocolata desfeta, se'n diu, quan és així, espessa i líquida i ben calenta, com m'agrada a mi i vaig a prendre'n un cop al mes, més exactament cada primer dijous de mes. Així, doncs, hi vaig i m'ho passo molt bé, ben segur, molt bé, perquè la xocolata desfeta m'encanta, és una delícia i la prenc ben calenta, sí, i a poc a poc, també, així, faig durar el plaer, que les coses que duren donen més satisfacció, crec, i per això la prenc lentament, la meva xocolata desfeta del primer dijous de cada mes.
(...)

Joan-Lluís Lluís (Perpinyà, 1963)

Menjars

EL QUE HEM MENJAT

Trobo la recepta clàssica de l'allioli en el llibre de la cuina provençal, que és com segueix: primer es pelen els grans de la cabeça d'all i s'obren en canal per treure'n el tall o germen que contenen; després es posen en el morter, i amb la mà d'aquest estri s'aixafen fins a formar una massa llisa i compacta, i s'hi afegeix una mica de sal. A aquesta pasta, s'hi va afegint oli a poc a poc, fins a formar, tot plegat, una integració espessa i consistent. S'hi pot afegir una mica de suc de llimona —no gaire i sempre segons el gust de la casa, naturalment. S'esdevé, però, molt sovint que l'allioli es trenca, vull dir que es nega —que és el que diuen en el país: vull dir que es deixata la consistència i es desfibra. Per a prevenir aquest fet existeix el vell costum d'afegir als alls del morter un o dos rovells d'ou crus, producte que sembla tenir una virtut favorable a mantenir la consistència. Però jo he vist negar-se també l'allioli malgrat aquest reforç. Llavors s'hi solen afegir, encara, unes engrunes de pa per tractar de tornar a la consistència. I la fórmula s'acaba aquí. L'allioli ha de quedar, per a ésser de llei, molt espès. Si s'hi enfonsa una cullera ha de quedar dreta.

EL QUADERN GRIS

Hi ha tres plats del país, sobretot, que fan rodar el cap a la gent. La fascinació que produeixen és tant gran que moltes persones, per tenir-los, farien dues hores de camí, sense el que ací en diem rumiar. Aquests plats són: l'arròs negre amb marisc i un bon sofregit; el niu amb peixopalo, tripes de bacallà, un colomí i allioli; la llagosta amb pollastre.
Nosaltres mateixos, el grup dels meus amics, concedim a aquestes coses una considerable importància. Si, per la raó que fos, ens veiéssim obligats a prescindir del ressopó que la Marieta ens serveix a la matinada, trobaríem que la vida a penes té sentit, que és absurda i amarga.

Josep Pla (Palafrugell, 1897 - Llofriu, 1981)

ENDEVINA

La meva tia és una ceba,
m'has de coure a foc ben viu,
després suca'm al romesco,
i menja'm abans de l'estiu.

ELS OUS FERRATS

Quan es couen, quins esclats,
els ous ferrats,
fins i tot, si no es vigila,
poden fer alguns disbarats.

I un cop cuits, ben presentats,
els ous ferrats,
se'ls mengen sense ganyotes
fins i tot els desganats.

Miquel Martí i Pol (Barcelona, 1929 - Vic, 2003)

La meva recepta

Records

PA NEGRE

És que el pa negre que encara els donen de racionament no es pot menjar! Un cop va venir una pobra dona i em va portar un crostó d'aquesta mena de pa perquè em fes càrrec del que havien de menjar. Gairebé vaig plorar de pena, era com un tros de carbó o de serradures brutes. Vaig pensar que la maleïda guerra arriba fins i tot a fer malbé el pa, mata el pa i tot, perquè alló no era pa, allò era un pa mort, sense ànima i sense virtut. El vaig guardar, aquell mos de pa negra, no gosava llençar-lo, i el vaig posar als peus de la Mare de Déu del canterano, a la sala, a veure si els de dalt feien un miracle com el d'aquelles bodes, quan Jesús va convertir l'aigua en vi perquè la seva mare li va demanar, que ell ni se n'adonava que el vi s'havia acabat i els convidats bevien qualsevol cosa.

Emili Teixidor (Roda de Ter, 1933-Barcelona, 2012)

Vocabulari i expressions

Xerinola, *nom f.*
Acció de divertir-se sorollosament. *Fer gresca i xerinola.*

Escalivar, *v. tr.*
1 Coure al caliu. *Escalivar pebrots, albergínies.*

Ou ferrat [o ou estrellat], *nom m.* Ou fregit tirant-lo sencer sobre oli, llard, etc., bullent i tenint-l'hi fins a prendre's la clara.

Sense embuts
Dir les coses sense donar-hi voltes, directament.

Picada, *nom f.*
Conjunt d'ingredients picats en un morter, que s'afegeixen a una salsa o un guisat. *Una picada d'ametlles, d'alls.*

Àpat, *nom m.*
1 Menjada d'una certa consistència que hom fa diàriament a hores fixades, com són l'esmorzar, el dinar o el sopar. *Fer dos àpats el dia. No bec mai vi fora d'àpat. Menjar alguna cosa entre àpat i àpat.*
2 Esmorzar, dinar o sopar per a celebrar una festa, un aplec, una trobada, etc., en honor d'algú o d'alguna cosa. *L'àpat de bodes.*

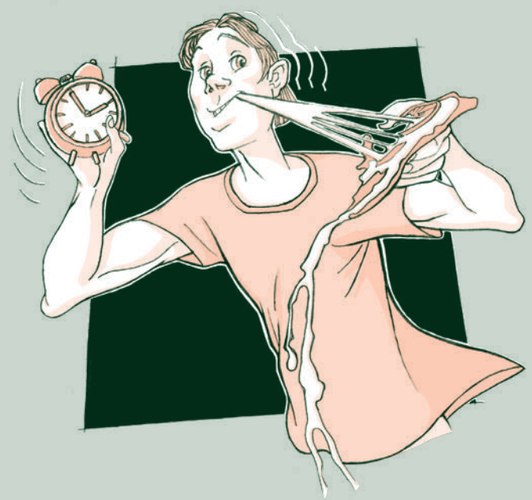
Menjar en una esgarrapada
Menjar de pressa i de qualsevol manera.

Traça, *nom f.*
Habilitat a fer quelcom. *És una cosa feta amb molta traça. Tenir poca traça, molta traça. No té traça a fer vestits.*

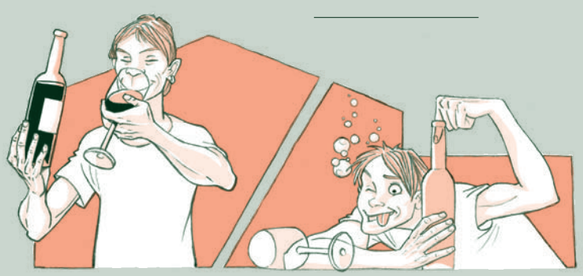
Xerrar, *v. intr.*
1 Parlar molt i sense substància, pel sol gust de parlar, fora de propòsit. *Es passa tot el dia xerrant amb el veïnat. Xerra més que setze.* tr. *2* Dir, contar (alguna cosa), indiscretament, mancant a la reserva deguda. *D'això, no li'n diguis res, que ho xerraria.*

Papissota
Papissot -a, adj. i m. i f.
Persona que pronuncia amb dificultat les esses, fent-hi un so que frega entre les dents.

Enrenou, *nom m.*
1 Soroll 1 .
2 Agitació, bullícia, moviment de coses que es porten d'un lloc a l'altre. *Sense fer renou ni brogit. Fer-ho anar tot en renou.*



Bo és poc vi, molt és verí



Parar la taula
Posar els estris necessaris a la taula per menjar: plats, coberts, tovallons, gots, etc.

Tenir-hi la mà trencada
Tenir habilitat i pràctica en alguna cosa.

3

© Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura. Direcció General de Política Lingüística

http://www.gencat.cat/llengua
http://cpnl.cat/

© de les il·lustracions i la historieta gràfica *David Parcerisa i Ungé*

© de la narració *Ramon Solsona*

© dels pictogrames *The Noun Project*

Disseny *Carol van Waart*

Impressió *Tallers Gràfics Soler, S.A.*

DL / B-31332-2012

Barcelona, 2012

Imprès en paper ecològic

BY NC ND

—Parlem tu i jo—

VOLUNTARIAT PER LA LLENGUA

www.gencat.cat/llengua/voluntariat

Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura
Direcció General de Política Lingüística

CONSORCI PER A
LA NORMALITZACIÓ
LINGÜÍSTICA