
Alumna: Mireia Solans Viladrich

Tutora: Llum Ruiz Capdevila

Història de la rebosteria catalana

Presentació

El perquè d'aquest treball és molt senzill: a mi m'agrada molt cuinar, ho faig des de ben petita, i des d'aleshores no he parat de fer receptes, tant dolces com salades. La cuina és tan original, que pots crear tant com vulguis, és un món obert que t'ajuda a ser més imaginativa, creativa i, finalment, a obtenir un resultat que de ben segur agrada a molta gent. A mi la cuina m'aporta felicitat i llibertat per crear, ja que quan estic fent alguna recepta només estic pensant en allò, desconnecto molt de la rutina i és un moment en el qual em venen ganes de provar coses noves i de llibertat creativa.

Metodologia

La cuina sempre ha estat present en la història, i cada civilització tenia les seves pròpies receptes que ells mateixos havien creat, amb els ingredients que tenien en aquelles èpoques, que eren bastant limitats, i tot i això van arribar a fer unes receptes meravelloses d'algunes de les quals podem gaudir avui en dia, encara que no siguin exactament iguals.

La cuina també està molt relacionada amb la família i les tradicions, ja que quan ens reunim amb la família acostumem a fer un àpat, i aquest fet es compleix enca-



ra més quan se celebra alguna cosa; jo crec que ho solem fer perquè el menjar ens proporciona felicitat i plaer, i si a més hi sumem la felicitat de veure la família la felicitat es duplica.

En aquest treball parlaré de la història de la rebosteria catalana, i de totes les receptes i ingredients que hi han anat deixant les civilitzacions al llarg dels segles. Les civilitzacions de les quals parlaré són els ibers, els grecs, els romans, els visigots, els francs, els àrabs i també les civilitzacions precolombines, que malgrat que no van passar per casa nostra directament, sí que hi van deixar una petjada indirectament amb l'aportació del cacau i tot el que això va suposar.

Catalunya és i ha estat una terra d'acollida, de contrastos, oberta a tothom i amb una clara vocació integradora de tots aquells aspectes que cada civilització ens ha deixat, fruit del seu pas per les nostres contrades i de l'empremta que ha estat capaç de deixar-nos.

Amb aquest treball m'agradaria poder transmetre la meva passió per la cuina, la qual no és només seguir una simple recepta, sinó que és un món molt creatiu, i a més a més aconseguir que es puguin apreciar les receptes que es feien abans, ja que han servit d'inspiració per a les fascinants creacions que trobem avui en dia.

Cos del treball

En aquest treball parlo de les diferents civilitzacions que han estat a Catalunya i algunes de les seves receptes més dolces, d'algunes de les quals encara en tenim constància. De cada civilització explico com va arribar a Catalunya, alguns dels seus costums i com ha incidit en la nostra gastronomia actual.

En primer lloc cal destacar la recepta del *pastís de mató*, que els Ibers ja realitzaven gràcies a la cambra de cocció. Cal destacar que aquesta elaboració encara continua present en la nostra gastronomia, si bé conserva l'essència amb la incorporació de la mel com a edulcorant natural.

Tot seguit, trobem la civilització grega, que dona un altre sentit a la gastronomia i que ja recull les receptes. Com a plat, cal esmentar el *phthois*, que eren unes galetes elaborades amb ingredients tradicionals i també amb la mel com a edulcorant natural. Aquestes postres també es poden acompanyar amb figues.

A continuació i amb la lectura del llibre d'Apici *L'art de la cuina*, un dels primers receptari, com a postres destacades he fet una recerca sobre les *torrades de Santa Teresa*, un dels dolços que encara avui en dia continua present a les nostres taules. Aquesta recepta forma part també de la cuina d'aprofitament.

Els visigots entren en la nostra història gastronòmica amb unes postres anomenades *melimela*, que consisteixen en una crema que es pot servir calenta o freda i que es pot acompanyar de diversos fruits secs.



Elaboració amb crema

Dels francs podem recuperar la *mousse*, encara que originàriament no s'elaborava amb xocolata, ja que aquesta no va arribar a casa nostra fins a finals del segle XV o principis del XVI. Aquestes postres es feien de llimona o de safrà.

Finalment, i abans de l'arribada de la xocolata, ens queda la civilització àrab, que ens va aportar moltes coses a nivell gastronòmic. Per destacar-ne alguna, citarem el *menjar blanc*, que és una crema d'ametlles i que se servia condimentada amb canyella i pell de llimona, que li donava un aire més fresc.

Amb el descobriment del Nou Món arriba a nosaltres un dels productes estrella, la xocolata. Quan va arribar a casa nostra, aquest producte era picant, ja que s'acompanyava amb xili. Però als europeus aquest sabor no els va acabar de convèncer i van decidir afegir-hi sucre per donar-li un toc més dolç. Amb aquest fet s'iniciava un nou camí dins la rebosteria catalana i europea.

A partir d'aquí vaig decidir enfocar la meua part pràctica, que va consistir a treballar en l'obrador d'una pastisseria i mirar de portar a la pràctica algunes de les elabora-

cions, i aprendre les tècniques tradicionals i més modernes amb la xocolata i amb la mantega. Com a resultat d'aquesta pràctica vaig poder fer tots els passos per a l'elaboració d'una carta de pastissets de rebosteria. Aquesta part va suposar moltes hores de formació i monitoratge a càrrec del mestre pastisser Pere Graells, de Balaguer.

Conclusions

Quan em van encomanar el TDR jo vaig tenir molt clar que volia fer una ampliació del PDR que vaig fer a quart d'ESO, dedicat a la rebosteria, ja que m'agrada molt cuinar tant plats dolços com salats. Però si hagués de triar em quedaria amb la part dolça ja que és un món molt més artístic, més original, amb molta creativitat i on les matemàtiques hi tenen molta importància, ja que les quantitats han de ser exactes perquè et surti el resultat desitjat.

Per fer les postres s'utilitzen molts ingredients procedents de diferents llocs del món, i gràcies a les civilitzacions que al llarg dels segles hi ha hagut avui en dia en podem gaudir. Ara ho tenim molt fàcil ja que ho trobem tot als supermercats, però en aquelles èpoques era molt difícil aconseguir certs ingredients i només algunes persones podien gaudir d'aquests privilegis; avui en dia això ha canviat i ara tots i totes podem gaudir del dolç. En diferent quantitat, a tothom li agrada el dolç, a tots ens agrada endolcir la nostra vida. Encara més, gairebé tothom després de dinar deixa un espai per a les postres, i he arribat a sentir que hi ha gent que comença per les postres perquè diuen que és la millor part de l'àpat.

Cada civilització va aportar uns ingredients amb els quals s'han pogut arribar a fer unes receptes, i gràcies a la recerca d'aquest treball les he pogut conèixer. Algunes d'elles s'han perdut amb el pas dels anys, però n'hi ha d'altres que s'han anat perfeccionant durant els darrers anys i les podem degustar avui en dia.

A més a més dels ingredients, també he pogut descobrir que moltes de les elaboracions que avui en dia fem a les nostres cases provenen d'aquestes civilitzacions, que van deixar una petjada culinària en els nostres àpats.

Aquí a Catalunya tenim una molt bona base de cuina i una història molt llarga, a la qual hem d'agrair molts dels tresors de la rebosteria actual.

Bibliografia i bibliografia web

LLIBRES: - Apici [en línia]: <http://www.hs-augsburg.de/~harsch/Chronologia/Lspost04/Apicius/api_re00.html> - Albert Cogul. *La cuina dolça tradicional*. Lleida: Pagès Editors, 2013. ISBN: 978-84-9779-018-5. - Carme Picas y Anna Vagatà. *Elaboracions de pastisseria i rebosteria en cuina*. Editorial Síntesis, S.A. ISBN: 978-84-995898-0-0. WEBS: - <<https://faros.hsjdbcn.org/ca/recomendacion/com-cuinar-forn>> - <<https://www.laboscana.net/blog/12-tecniques-culinaries-de-lalta-gastronomia-iii/>> - <<https://pladenadalyacimientovisigodo.wordpress.com>>

com/2016/07/22/que-comia-teodomiro-y-los-visigodos-gastronomia-y-dieta-mediterranea-hace-1300-anos> - <<http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoblog/nuclmed/>> - <<https://prezi.com/mupd71289xjv/la-rebosteria-catalana/>> - <<https://burgospedia1.wordpress.com/2018/07/06/2-la-gastronomia-con-los-romanos-y-los-visigodos-por-francisco-blanco/>> - <<https://www.valenciaturisme.org/blog/recetas-visigodas/>> - <<https://sites.google.com/site/historiaalimentacion/la-cocina-en-los-pueblos-brbaros-los-visigodos>> - <https://www.cuina.cat/receptari/7-postres-per-tastar-l-epoca-medieval_202028_102.html> - <<https://books.google.es/books?id=6iCL7Ir00KQC&pg=PA191&lpg=PA191&dq=postres+dels+%C3%A0rabs+a+catalunya&source=bl&ots=hg9G5jSTdi&sig=ACFU3U360ZWauDgrjyckQ8s3TBgQ8jrVuW&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwj74sXbx8rqAhXrAGMBHZN-TAFEQ6AEwC3oECAYQAQ#v=onepage&q=postres%20dels%20%C3%A0rabs%20a%20catalunya&f=false>> - <<https://www.chocolateamatller.com/chocolate-amatller/cronologia-historica/>> - <<https://catalunyacuina.com/lLista-de-receptes/totes-receptes-pastisseria/>> - <<https://www.pasteleria.com/noticia/202006/3720-copa-maya-pasteleria-2020-cancela>> - <<https://www.animalgourmet.com/2019/08/22/chefs-reposteros-ganadores-premios-internacionales/>> - <<https://www.leonoticias.com/culturas/gastronomia/premios-academia-gastronomia-20200203234419-ntrc.html?ref=<https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F> - <https://www.pageseditors.cat/ca/la-cuina-dolca-tradicional.html>> - <<https://www.goconqr.com/quiz/4639334/test-luces-de-bohemia>> - <<https://blocs.mesvilaweb.cat/jaumefabrega/?p=267830>> - <<http://classicsalaromana.blogspot.com/2018/06/el-menjar-lantiga-grecia.html>> - <<https://blocs.xtec.cat/aracnefilaifa/2012/11/11/postres-romanes/>> - <<https://escasateva.catalunya.com/cuina-ferran-adria-lantiga-roma/>> - <http://www.hs-augsburg.de/~harsch/Chronologia/Lspost04/Apicius/api_re00.html> - <<https://www.elperiodicodeaqui.com/epda-noticias/riba-roja-revela-en-un-llibre-de-cuina-que-les-elits-visigodes-ja-menjaven-en-el-s-vii-tres-voltes-al-dia-productes-de-dieta-mediterrania-202651>> - <<https://ca.wikipedia.org/wiki/Rebosteria>> - <<https://oci.regio7.cat/gastronomia/noticias/nws-225608-cuina-dautor-les-tecniques-mes-innovadores.html>> - <<https://prezi.com/mupd71289xjv/la-rebosteria-catalana/>> - <<https://www.caroube.net/gb/articulo/20-tecnicas-de-reposteria>> - <<https://gastronomicainter nacional.com/articulos-culinarios/reposteria/tecnicas-de-reposteria/>> - <<https://mexipan.com.mx/tecnicas-basicas-en-reposteria/>> - <<https://es-es.facebook.com/pastisseriesiagraells/>>
