

Ada Parellada, restauradora y pedagoga del buen comer



VÍCTOR-M. AMELA

IMA SANCHIS

LLUÍS AMIGUET

Tengo 43 años. **Nací en Granollers.** Soy restauradora y educadora de la mesa: **¿alguien tiene que enseñar a los niños a comer bien! Estoy casada y tengo dos hijos, Santiago (14) y Francesca (12).** ¿Política? La del más votado. **Prefiero la religión a la autoayuda.** Cada día nado

“Creemos comer alimentos, pero comemos emociones”



XAVIER CERVERA

Cuál su plato favorito? Los menudillos. Las vísceras. Lengua de ternera, oreja de cerdo, callos, tripas...

¿Sí?

¡Qué placer, llegar a la cocina con una lengua bajo el brazo! Y meterla a hervir tres horas en una olla de 15 litros...

¿Qué pasa tres horas después?

Que la lengua dice: “¡Me rindo!” Era rebelde, no soltaba prenda, y tres horas después ¡ya se puede hablar con ella! Es que la cocina transforma lo muerto en vivo...

Y luego, ¡ñam!, te lo comes.

Claro, y así le das vida. ¡Por eso debería ser obligatorio que todos los niños viviesen una matanza del cerdo!

¿Sí? ¿Algo tan cruento?

Así entenderían que matamos animales para vivir nosotros. ¡Es muy educativo! A mis hijos les gusta mucho el desollamiento... ¡Una matanza transmite muchos valores!

¿Por ejemplo?

El trabajo en grupo, la cooperación entre todos sin reparar en clases sociales, la austeridad y aprovechamiento de la carne y vísceras para la despensa de todo el año...

¿Qué más aconseja para formar a nuestros hijos?

Que vayáis juntos a la universidad del gusto:

el mercado. Los catedráticos están en cada puesto. Cada uno es el experto máximo en lo suyo. Y la pescadera, además de venderte pescado, te pasará una receta...

Es verdad.

Y en la cola los niños aprenderán tolerancia: “¿Quién es el último?” O a hacerse valer: “Perdone, señora, pero no se cuele”. Y aprenderán a mirar pesos, precios...

¿No estamos educando correctamente a los hijos en la asignatura del comer?

Hay quien dice: “Debería haber una asignatura de cocina en la escuela”. ¡Sería odioso!

Ah. ¿Qué convendría hacer, entonces?

Poner la mesa. En casa. Y sentarse a cenar juntos. Y que salga algún plato a la mesa. Lo que sea: pan con tomate o unas croquetas precocinadas. ¡Es la mesa lo que forma!

Pero si sacas verdurita, ay...

Una simple judía verde puede prepararse de tantas maneras... salteada, a la papillote, con bechamel, con salsa, en *trinxat*...

Aun así...

Para que llegue a gustarte un alimento debes probarlo antes diez veces. Por eso, si al niño quejica le cambias el plato... ¡le maleducas! Y acabas eliminando ese plato de la dieta familiar, empobreciéndolo. No: el menú lo deciden los padres, ¡no el capricho del niño! Hoy en casa toca esto, ¡y se come esto!

Pequeños cocineros

Nació en la bicentenario Fonda Europa, tataranietta de restauradores: veía pasar platos ante sus narices y no se distinguía vida y fonda. “Tú tienes que ser clienta”, le ordenó su padre, y la obligó a estudiar Derecho, pero ella volvió a las mesas. “Me encanta atender al cliente”, y denuncia el mal: “Si a la hora de comer en casa dices que hoy se come ‘cualquier cosa’, eso es hacerlo en ‘cualquier sitio’ a ‘cualquier hora’, ¡y todo se hunde!”

Ahora publica *Grandes chefs, pequeños cocineros* (Grijalbo), recetas de grandes chefs para cocinar con niños. Su receta favorita: patatas chafadas. “De niña, cuando enfermaba, mi mamá me las traía a la cama: ¡oh, me hacía caso! Comemos emociones...”

Aunque arruguen la nariz.

El truco: si has compartido con tus niños momentos divertidos en la cocina, y si el trato en la mesa es festivo, y si no les obligas a comérselo todo... ¡ellos estarán encantados!

Enséñeme un plato que pueda elaborar con niños.

Tomates rellenos, por ejemplo. Que los corten por la mitad y...

Uy, el niño se va a cortar, a pinchar...

¡Está bien que los niños de vez en cuando se corten o se quemen un poco! Así aprenden. Procurando que no se mutilen, claro, ja, ja...

Tenemos el tomate cortado...

El niño puede vaciarlo con una cuchara. Otro niño puede deshilar un trozo de bacalao desalado. Otro (12 años), hervir arroz o guisantes, y colarlos. Otro (10 años), ligar mayonesa. Otro (8 años), chafar arroz, guisantes, bacalao y mayonesa. Otro (5 años), rellenar con esta pasta los tomates. Otro, emplatarlos sobre una base de lechuga. Y otro (1 año), echar una pizca de orégano.

Humm...

La comida entra por el placer. No comes mejor por conocer los nutrientes, o por comer mucha cantidad. ¡No! Son preferibles dos lentejas paladeadas y gozadas que un plato entero a la fuerza. ¿O por qué cree que a los niños les gustan tanto los aperitivos?

¿Por qué?

¡Porque han visto a los mayores prepararlos con alborozo y disfrutarlos con alegría! ¡Por eso! Es eso lo que convence a los niños de que eso es bueno... Creemos comer materias, ¡pero comemos emociones! La comida no contiene nutrientes, ¡contiene placeres!

¿Eróticos, también?

Sexuales, directamente. El comer bien y el buen sexo solemos dejarlos para días especiales, pero deberíamos integrarlos en nuestro día a día.

Inspíreme.

Ella se unta aceite de trufa en las corvas, nata en los pechos, chocolate o mermelada de fresa en la vagina... Y su pareja, con los ojos vendados, que la busque por el olor, que la lama y que adivine qué es lo que lame. Y, si no lo adivina... ¡que vuelva a lamer!

Olé.

¡Esto anima mucho un matrimonio! Otra buena idea es cocinar la cena juntos, ambos desnuditos, sólo con mandil. Y una copa de cava, un plato sencillo, vino fresco...

¿Alguna otra idea?

Una para contribuir a que el matrimonio dure: ¡mi teoría del yogur! El yogur de casa sigue vivo siempre, pero se acidifica... y apetece a veces comerse un yogur fresco, ¿no? Algún amante esporádico vivificará la pareja.

Deles de comer a esos amantes.

Que él y ella vayan chupando hojas de alcachofa, el uno frente al otro... Y verás esa gresca que le discurre por la comisura del labio, y puedes acercarte y lamérsela...

Cuánto sabe usted...

En la mesa, y en el sexo, y en todo, lo que importa es la actitud...

VÍCTOR-M. AMELA

Hoy, vale descuento de la pieza intercambiable



Recorta este vale descuento



AVUI 13.25 H

ARUCITYS

ENTREVISTES. ACTUALITAT. BON HUMOR
TENIM ELS MIGDIES MÉS ENTRETINGUTS

ALFONS ARÚS

8tv
LA PRIVADA DE CATALUNYA

