

LA CUINA DELS BOLETS

SANTI SANTAMARIA I PUIG

1. ELS ORÍGENS DE LA CUINA GASTRONÒMICA DELS BOLETS

La història culinària dels bolets es remunta a les cultures grega i romana.

El tractat de cuina més antic, *De Re Coquinaria*, escrit en llatí al segle III després de Crist, però tret d'originals grecs i atribuït al cèlebre gourmet del segle I Apici, ja parla dels bolets al capítol XVè i de les tòfones al XVIè.

Els primers, però, que estudiaren els bolets i les seves propietats medicinals i nutritives foren els grecs Hipòcrates, del segle V a.C., el pare de la Medicina, i Dioscòrides, del segle I, que descriví les aptituds medicinals de nombroses plantes. Tant un com l'altre dediquen als bolets una bona part de la seva obra.

Tractat sobre la cuina catalana de l'època medieval, el llibre de Sent Soví, de Pere Felip, del segle XII i XIII, comenta com es fan uns bolets amb salsa, i el *Llibre de doctrina per a ben servir de tallar i d'art de coc*, de Rupert de Nola, del segle XV, parla de la preparació de les tòfones.

En un manuscrit del segle XVIII, de la Biblioteca del Seminari de Barcelona, hi ha un apartat en el qual es fa referència als bolets i la seva cocció.

Al nostre segle va ser el Dr. Pius Font i Quer el qui, com a director del Museu de Ciències Naturals, va promoure activitats destinades al coneixement científic i popular dels bolets.

En l'actualitat, podríem dir que en els dos últims decennis, la cuina dels bolets ha pres un relleu important arreu d'Europa.

És precisament a partir del naixement de la Societat Micològica Catalana, l'any 1972, quan en molts pobles de Catalunya, i sobretot a la ciutat de Barcelona, neixen moltes activitats relacionades amb els fongs i els bolets en general.

A Europa, el primer treball que podríem dir seriós, el primer receptari

de cuina de bolets que s'ha escrit, va ser a càrrec de Paul Romain, l'any 1954 i que s'anomenà *Mycogastronomie*.

A Catalunya hem estat molt receptius de tot aquest moviment culinari, la qual cosa ha permès el naixement de jornades gastronòmiques relatives a la cuina dels bolets.

2. LA CUINA DELS BOLETS: LA TERRA

En tombar el segle XX ens podem adonar que en la nostra cuina actual els bolets prenen un protagonisme important. Tant és així, que en la cuina pública, d'acord amb l'estació de l'any, sempre podem trobar-ne.

El Montseny i tota la seva falda són en aquest aspecte fonamentals; la superfície forestal produeix una flora micològica que en diversitat, quantitat i qualitat és una de les més riques de la Península Ibèrica. No és estrany, doncs, que la Societat Micològica de Catalunya ens ho recordi en les seves publicacions anuals, quan detalla l'indret on s'han fotografiat els diferents bolets que apareixen en les fitxes tècniques.

La nostra cuina dels bolets és, malgrat la tradició micòfaga, pobra, i pateix d'una indefinició que en perspectives de futur afavorirà, segurament, la diversitat culinària, al mateix temps que demostrarà la dificultat d'arrelament de receptes actuals en els receptaris tradicionals.

Fins avui s'han menjat molts bolets, amb un consum limitat, però, a algunes espècies, llevat la pagesia, que ha sabut certament aprofitar els recursos naturals en un sentit gastronòmic. Els avenços culinaris professionals obren un camp ampli perquè el conjunt de la població penetri en allò que P. Romain ja anomenà *Mycogastronomie*, i ho farà amb la curiositat de descobrir sabors i perfums de la terra.

La cuina dels bolets representa una renovació culinària de la cuina catalana: es tracta dels fruits del bosc sobre els fogons. Hem de reconèixer que durant molts anys els nostres cuiners han tingut l'obsessió de prestigiar la seva cuina incorporant-hi fruits de la mar; ara, amb els bolets, hom torna als orígens: la terra.

3. ELS BOLETS GASTRONÒMICS DEL MONTSENY

Hem elaborat una relació dels bolets més coneguts i apreciats en gastronomia: de tots en podem trobar al Montseny i a la seva comarca, i alguns posseeixen una classificació perfectament homologable en tots els països micò-

fags. Per citar-ne alguns, direm que el sureny, tant en la cuina que es fa a França (cep) com a Itàlia (porcino) té múltiples aplicacions.

La tòfona –el diamant de la cuina segons Brillat-Savarin– és universal, i l'ou de reig, la rabassola, el rossinyol, el cama-sec..., són considerats una menja excel·lent per tot Europa. Contràriament, els nostres rovellons i pinatells són molt locals, i més locals són encara els carlets, que per a la gent del Montseny ocupen tanmateix un lloc preferent en la conserva dels bolets per a guisar. Els apagallums, les puagres llores, les trompetes de la mort o rossinyols negres tenen a Catalunya poc valor culinari i en altres països gaudeixen de molt bona fama. Aquestes preferències per determinar espècies té sovint raons qualitatives, com en el cas dels rovellons, però també, vénen marcades pels trets diferencials que les cuines tenen entre elles. No només és qüestió de mètodes de cocció, sinó també d'hàbits en la consumició dels fruits del bosc. Els bolets, geogràficament, limiten els pobles.



Rovellons

***	Cama-sec	Marasmius oreades	**	***	**	**	***	**	—
**	Trompeta de la mort	Craterellus cornucopioides	*	**	*	*	*	**	—
**	Gírgoles de bruc	Lyophyllum decastes	*	—	—	—	***	*	—
**	Pinatell i rovelló	Lactarius deliciosus, sanguifluus	—	—	*	*	***	—	—
**	Orellana	Pleurotus ostreatus	*	—	—	—	**	*	—
**	Carlet	Hygrophorus russula	*	—	—	—	***	—	—
*	Fredolic	Tricholoma terreum	*	—	—	—	—	—	—
*	Apagallums	Macrolepiota procera	—	—	—	—	*	—	*
*	Camagroc	Chantarellus lutesceus	—	*	*	*	***	**	—
*	Puagra Llorà	Russula cyanoxantha	—	—	—	*	*	*	—
*	Mocosa-Llenega	Hygrophorus dichrous	—	**	***	—	***	**	—
*	Mollerica	Juillius granulatus	*	—	*	—	*	*	—
*	Peu de Rata	Ramaria aurea	**	—	—	—	*	—	—
*	Camperol	Agaricus campestris	*	*	*	*	**	*	—
*	Alzinoi	Armillariella mellea	—	—	—	—	*	—	*
**	Orella de Judes ¹	Hirneola auricula-judae	***	—	—	—	*	*	—
***	Moixernó ²	Calocybe gambosa	—	—	—	**	***	*	—

(1) Bolet no utilitzat en la cuina catalana i sí en canvi en l'oriental.

(2) Bolet de St. Jordi, es fa en prats d'Alta Muntanya.

5. LLISTAT DE RECEPTES

5.1. *Sopa de fredolics*

Ingredients:

- fredolics,
- ceba,
- brou d'aviram,
- sal.

Primerament netejarem els fredolics, ben nets, amb diverses rentades, perquè no hi quedi gens de sorra, i en reservarem uns quants, els més petitons i durs.

Sofregirem dues cebes tallades a rodanxes ben fines i, quan siguin rosses, hi afegirem els fredolics, que deixarem coure durant una hora, afegint-hi brou d'aviram. A l'últim moment hi afegirem una picada d'ametlles.

Una vegada cuits els passarem pel «turmix».

Ofegarem els bolets petits que haurem deixat a part i els hi afegirem. Ho rectificarem tot de sal i ja tenim la sopa llesta per a servir.

5.2. *Escabetx fred o tebi amb tots els bolets de primavera*

Ingredients:

- bolets de primavera: orellanes, múrgoles, rabassoles, moixerons, cama-secs, camperols, xampinyons de cultiu i rossinyols.
- alls, cebes,
- pastanagues, espàrrecs de bosc,
- vinagre de xerès i vi blanc,
- llorer i farigola,
- sal i pebre en gra.

Bullirem primerament les verdures i, un cop cuites «al dente», és a dir encara cruixents, les refrescarem amb aigua freda perquè quedin de colors ben vius. Prendrem els bolets i els col·locarem dins una cassola amb oli d'oliva abundant i deixarem que es coquin juntament amb força alls, cebes «platillo», una fulla de llorer i farigola. Hi afegirem, amb un rajolí de vinagre de xerès i un gotet de vi blanc, les verdures, i ho deixarem coure conjuntament uns 12 minuts. Ho salarem i hi posarem pebre en gra.

Es pot servir tebi o fred de nevera. Tebi, guanya en aroma i gust.

5.3. *Arròs a la cassola amb colomí, rabassoles i espàrrecs de bosc*

Arròs de muntanya, molt de pagès, fet a la cassola de terrisa de Breda, recepta del meu pare Joan Santamaria, pagès d'ofici.

Ingredients:

- colomí,
- rabassoles,
- espàrrecs de bosc,
- arròs,
- ceba i tomàquet per al sofregit,
- oli d'oliva,
- sal.

Rostiui el colomí amb oli d'oliva. Un cop cuit, afegiu-hi rabassoles tallades per la meitat i un bon grapat d'espàrrecs de bosc, utilitzant només la part més tendra.

Un cop ben ofegat retireu-lo del foc i, amb l'oli que queda, feu un sofregit amb la ceba i el tomàquet. Afegiu-hi l'arròs i rossegeu-lo abans de tirar-hi l'aigua o brou de pollastre si en disposeu. Poseu-hi també el colomí, els bolets i els espàrrecs.

Podeu millorar-lo amb uns brins de safrà i un xic de paprika.

Deixeu-lo coure uns 20 minuts, però tingueu compte de posar-hi l'aigua o brou suficients perquè l'arròs quedi sucós. Cal servir-lo al cap d'uns tres minuts de treure'l del foc. Com diu el meu pare, perquè sigui bo s'ha de deixar «revenir».

5.4. *Els rossinyols amb formatge de cabra Baix Montseny*

Ingredients:

- rossinyols,
- formatge de cabra,
- mantega,
- sal i pebre.

Un cop nets els rossinyols els farem treure l'aigua posant-los al foc en una cassola amb una mica de mantega. Els escorrerem reservant el suc, els salarem i els pebrerem.

En el brou resultant hi fondrem formatge de cabra fins a aconseguir una crema ben emulsionada.

Col·loquem els rossinyols en una safata que pugui anar al forn i els gratinarem amb la crema de formatge escampada per sobre.

Perfum ben associat aquest del formatge de cabra amb rossinyols!

Rovellons



Fredolics



Cama-secs



5.5. *Ous de reig al forn a la sal gruixuda*

Ingredients:

- ous de reig,
- oli d'oliva,
- sal gruixuda.

Aquest plat, que vaig preparar per primera vegada una matinada, té molt bons records per a mi i els meus comensals, amb qui vaig compartir la taula.

Vaig prendre els barrets d'uns ous de reig que ens havien portat aquella tarda de Maçanet, i els vaig coure al forn sense cap altre ingredient que un rajoli d'oli d'oliva. En portar-los a taula vaig aconsellar els amics que cadascú s'hi escampés al damunt sal gruixuda.

Aquells bolets, poc cuits, molsuts, dolços, amb l'aigua que ells mateixos havien tret i la sal crocant per sobre, eren tot un poema.

5.6. *Puré de patates amb fredolics i brou de tòfones*

Ingredients:

- patates,
- fredolics,
- tòfones,
- brou de carn,
- sal.

Bullirem les patates, en farem un puré ben fi, hi afegirem una mica d'oli d'oliva i uns fredolics que haurem ofegat abans a la paella.

En un brou de carn poc espès, sense greixos ni impureses, hi bullirem dues tòfones de 60 g (totes dues) per dos litres de brou, que deixarem concentrar.

Per servir prendrem un plat fondo, hi posarem unes cullerades de puré i, al damunt, la tòfona picada. Finalment ho regarem amb el brou i el servirem.

5.7. *Ceps amb macarrons*

Ingredients:

- macarrons,
- ceba o escalunyes,
- ceps,
- mantega,
- crema de llet,
- formatge gruyère,
- sal.

Bullirem la pasta amb aigua abundant i sal. Un cop cuïta «al dente», els escorrerem sense passar-los per l'aigua freda.

En una cassola untada amb mantega hi sofregirem ceba o escalunyes i els ceps tallats a quaters i, un cop cuïts, hi afegirem els macarrons.

Una vegada ben amorosits per la mantega hi posarem dos gots de crema de llet que deixarem reduir.

A l'últim moment, abans de servir, els enforbarem i gratinarem amb un bon formatge gruyère.

5.8. *Estofat de calamarsets amb trompetes de la mort*

Ingredients:

- calamarsets,
- trompetes,
- fumet de peix,
- sal i pebre.

Es netegen ben nets els calamarsets i les trompetes, se sofregeixen amb oli d'oliva i es deixen estofar durant 40 minuts afegint-hi uns cullerots de fumet de peix. Al final es rectifica de sal i s'hi posa una mica de pebre.

També es pot preparar sofregint els bolets i els calamarsets sense ofegar.

Resulta un plat extraordinari.

5.9. *Apagallums arrebossats*

Ingredients:

- apagallums,
- ou,
- farina,
- llet,
- llimona,
- sucre,
- sal.

Tallarem en juliana els barrets dels apagallums i en desestimarem els peus, que són durs i fibrosos.

Prepararem una pasta d'arrebossar amb ou, farina, llet i sal, i hi arrebossarem els bolets. Els servirem amb una rodanxa de llimona i amb el saler, per si algú ho desitja.

5.10. *Peus de rata a l'oli d'oliva*

Ingredients:

- peus de rata,
- oli d'oliva,
- vinagre,
- cebes, pastanagues, alls,
- llorer i farigola,
- sal i pebre.

Prendrem peus de rata que siguin ben tendres i els courem sencers amb abundant oli d'oliva, un rajolí de vinagre i les verdures (cebes, pastanagues, i alls), una fulla de llorer i una mica de farigola. Una vegada fred ens quedarà com un escabetx.

Els servirem freds, tallats en fines làmines, o bé amb les verdures. També es poden servir com a components d'una amanida verda.

6. BIBLIOGRAFIA BÀSICA SOBRE LA CUINA DELS BOLETS

AITONA, S. Q. d'. *Maneres de guisar bolets*. Institut Botànic de Barcelona, 1969.

(Reimpressió de l'opuscle publicat la tardor de 1932 amb motiu de l'Exposició de Bolets organitzada per l'Institut Botànic de Barcelona).

APICIO. Ed. Coloquio. Madrid, 1986.

BAUDIN, P. *La cuisine des champignons*. Ed. Ch. Corlet, 1981.

BECKER, G., SABATIER, R. *Le gratin des champignons*. Glénat.

BOLETS DE CATALUNYA. Col·lecció Societat Catalana de Micologia. Vol I al VIII.

CELINE VENCE. *El gran libro de las conservas, de las confituras y de la congelación*. Ed. Planeta, 1982.

CODINA VINYES, J. *Bolets bons i bolets que maten*. Anglès, 1950.

CUINA CATALANA SEGLE XVIII. Akribos Edicions, 1988.

COSTANTIN, M. J., DUFOUR, M. L. *Nouvelle flore des champignons*. Librairie Générale de l'Enseignement, 1967.

CREWE, R. *Llibre de Sent Sovi*. Barcino, 1979.

CONGRÈS CATALÀ DE LA CUINA. Generalitat de Catalunya, 1981-1982.

DARD, P. *Savoir préparer les champignons*. CréaLivres, 1984.

DE BLAUNAC, Y. *Les champignons et leurs recettes*. M. A. Editions. París, 1986.

LAVAL, E. D., DELAGRAVE, Ch. Libraire. *Les champignons d'après nature*. Doctor E. Laval, 1912.

DELU, C. *La cuisine aux champignons*. Solar, 1983.

- DEVIGNES, A. Reconnaître 30 champignons comestibles. Ed. de l'Amitié Hatier, 1985.
- DUFOUR, L. *Les mauvais et les bons champignons*. Librairie Générale de l'Enseignement, 1967.
- DUMAS, A. *Le grand dictionnaire de cuisine*. Henri Veyrier, 1987.
- FERICGLA, J. M. *El bolet i la gènesi de les cultures*. Ed. Altafulla. Barcelona, 1985.
- FISCHER, P. *Cuisiner les champignons*. Delta 2000 Saba, 1982.
- FONTENEAU, S., JOLY, P. 60 *Champignons 190 recettes*. Dargaud, 1978.
- GRINO, D. *El llibre dels bolets*. Biblioteca popular catalana, Vell i Nou. Ed. Millà, 1977.
- LANGE, J. E., LANGE, D. M., LLIMONA, X. *Guia de campo de los hongos de Europa*. Ed. Omega. Barcelona, 1981.
- LUCIANO ALESSIO, C. *Il porcino*. Edagricole, 1978.
- LUPI, S., SORZIO, A. *Le livre des conserves*. Pierre et fils, éditeurs, 1987.
- LLOPART, D. *El rebost*. Ed. Altafulla, 1979.
- MAXIMIN, J., NEYRAT, P. *La santé gourmande*. Éditions Jean-Claude Lattès, 1988.
- MESTRE ROBERT. *Llibre del Cosh*. Curial, 1977.
- MOREAU, C. *Larousse des champignons*. Larousse, 1978.
- MORENO, G., GARCÍA MANJON, J. L., ZUGAZA, A. *Guía de Incafo de los hongos de la Península Ibérica*. Ed. Incafo. Madrid, 1986.
- PEBYRE, P. J. et J., LANGLOIS, G. *Le grand livre de la truffe*. Ed. Daniel Briand/Robert Laffont. Paris, 1987.
- PEGLER, D. N. *Guía de las setas*. Folio, 1981.
- RARIS, F. et T. *I funghi*. G. E. Fabbri, 1973.
- REBIERE, J. *La truffe du périgod*. Pierre Faulac, 1967.
- ROUX SAGET, M., DEL PLANGUE, L. P. *Nous 20 meilleurs champignons et leurs amis*. Aubanel, 1985.
- SALVIA, M. *L'art de ben menjar*. Ed. Aedos.
- SERRANO, V. *Manuel del boletaire català*. Ed. Barcino. Barcelona, 1969.
- TOHARIA, M. *El libro de las setas*. Alianza Editorial, 1985.
- URBANI, A. *Profundo di tartufo*. Forte editore, 1983.
- URRIALAE GARZON, T. *Recetario de setas*. Caralt, 1983.

BIBLIOGRAFIA SOBRE LA CUINA DELS BOLETS

- BOMBI, A., SANTAMARIA, S. *Brots de Salut*, Vol. 7, 8, 9. CYAN Edicions. Barcelona, 1988.

- LAPITZ, J. J. *Manual de las setas*. Penthalon. Madrid, 1983.
- DUFOUR, L. *Atlas des Champignons comestibles et vénéneux*. Paris, 1891.
- ZELTIRER, Renate. *Nueva cocina de las setas*. Everest, 1986.
- JOLY, P. *Des champignons*. RMC edition, 1988.
- CARLES I FONT, J. *Aneim a buscar bolets*. Altafulla, 1988.
- CARLUCCIO, A. *Pasión por las setas*. Martínez Rosa, 1989.
- ROMAIN, P. *Mycogastronomie*. Jeanne Laffitte, 1979.
- LOGGUIN, M. *Petite flore des champignons de France*. Paris, 1956.
- LOGGUIN, M. *Le nez des champignons*. Editions Jean Lennoir, 1986.
- PASCUAL, R. *Els fongs, els bolets i l'home*. Pol·len edicions, 1982.
- CUELLO, P., CUELLO, J. *La cuina dels bolets*. Altafulla, 1988.
- JAQUETAT, E. *Les Morilles*. E. Piantanida. Larousse-S, 1984.

Les fotografies i dibuixos que il·lustren aquest article han estat tretes del llibre De boletaires, boletades i bolets i han estat cedides per Manuel Company, editors.

