

L'oli **Antara** a la cuina  
OLI D'OLIVA



# **Olles, cassoles i tupins**

## **Els fogons a la Selva del Camp**

L'oli **Antara**<sup>®</sup> a la cuina  
OLI D'OLIVA

# **Olles, cassoles i tupins**

**Els fogons a la Selva del Camp**

Edició a cura de  
CAMIL FERRATER

**Cossetània**  
EDICIONS

  
**COSELVA**<sup>®</sup>  
FUNDADA EL 1960

Primera edició: abril del 2007

© Coselva

© Cossetània Edicions

Editen:

Coselva:

Cooperativa Agrícola i Caixa Agrària de la Selva del Camp, S. Coop. i C. Ltda.

C/ Major, 50 • 43470 La Selva del Camp

Cossetània Edicions

C/ de la Violeta, 6 • 43800 Valls

Tel. 977 60 25 91

Fax 977 61 43 57

cossetania@cossetania.com

www.cossetania.com

Coordinació: Camil Ferrater

Ajudant de coordinació: Esther Franquet

Assessorament: Jaume Fàbrega

Fotografia de la coberta: Toni Vargas

Fotografia de la contracoberta: família Ferrater-Vallès

Disseny i composició: Imatge-9, SL

Impressió: Romanyà-Valls, SA

ISBN: 978-84-9791-277-8

Dipòsit legal: B-20.409-2007

# Endreça

---

L'oli d'oliva —quin regal de la natura per a la nostra cuina!— ha estat important en la ja dilatada vida de la nostra Cooperativa; la collita dels socis tanca el seu cicle amb la recollida i elaboració final de l'oliva, l'oli.

En aquest camp, la cooperació en la nostra vila ha superat una munió de trencacolls. Però gràcies a l'esforç de molta gent s'han pogut capgirar les tornes. Aquell oli que just abastava per cobrir les necessitats dels colliters avui és un producte cabdal a casa nostra i mercats enllà. Una colla de reconeixements, entre els quals el de millor oli en l'àmbit estatal, avalen aquesta afirmació. Això que ens omple de satisfacció és mèrit de tots: d'una colla de consells rectors, tant dels que ens han precedit com de l'actual, de treballadors i tècnics, però, sobretot, dels socis, perquè han cregut en la bonesa d'aquest projecte.

I les mestresses de casa? Elles han estat les primeres de creure en el nostre oli demostrant que amb Antara es pot accedir a qualsevol tipus de cuina i amb certesa d'èxit. Amb constància han sabut recuperar receptes de la cuina de les àvies. Avui us n'oferim una mostra en aquest llibre.

Uns i altres felicitem-nos-en.

Pere Masdeu  
*President del Consell Rector de Coselva*

# Índex

.....

Presentació, <i>per Pere Ferré Masdeu</i> .....	13
Els conreus i l'alimentació a la Selva del Camp en la història, <i>per Josep M. T. Grau</i> .....	17
Davantall .....	23

## **L'esmorzar al tros**

<i>En apuntar el dia</i> .....	27
Amanida .....	28
Amanida verda de primavera.....	29
Arengada tot l'any .....	30
Arengada a temps de verema.....	30
Clotxa amb olives negres a la brasa .....	31
Sopicons de muntanya .....	32

## **Primers plats**

<i>Tardor</i> .....	35
Arròs amb trinxat i formatge.....	36
Coca amb recapte .....	37
Cols de Brussel·les .....	38
Crema calenta d'avellana .....	39
Espaguetis amb verdura i bolets .....	40
Fesols tous a la catalana .....	41
Moniato fregit .....	42
Sopa de bolets .....	43
Sopa de coliflor de la padrina .....	44
<i>Hivern</i> .....	45
Canelons .....	46
Canelons de pobre.....	48
Carabassa amb arròs.....	49
Carabassa amb fesols .....	50

Crema de llagostins.....	51
Escaldums de gallina.....	52
Fesols tous .....	53
<i>Migas</i> .....	54
Pasta amb productes de la terra i ceps.....	55
Pataques selvatanes al forn .....	56
Patates amb allada.....	57
Patates de pobre .....	58
Sopa de brosses.....	59
Sopa de ceba i farigola .....	60
Sopa de gallina .....	61
<b><i>Primavera</i></b> .....	62
Arròs a la cassola .....	63
Borres.....	65
Canelons d'espínacs .....	66
Canelons freds.....	67
Carxofes a la catalana.....	68
Carxofes amb cloïsses .....	69
Carxofes estofades amb pernil.....	70
Cigrons amb suc.....	71
Cigrons de quaresma.....	72
Coca d'espínacs .....	73
Crema de pèsols .....	74
Cuscús de pollastre i verdura.....	75
Escudella de fonoll I .....	76
Escudella de fonoll II.....	77
Escudella de fonoll III .....	78
Espínacs de l'àvia .....	79
Espínacs saltats.....	80
Faves a la cassola .....	81
Faves de gitano .....	82
Faves ofegades .....	83
Panadons.....	84
Patates farcides de carn i xampinyons.....	85
Sopa de tirabecs.....	86
<b><i>Estiu</i></b> .....	87
Albergínies amb tomàquet i beixamel .....	88
Amanida de pasta.....	89
Cassola d'arròs amb bacallà .....	90

Braç de pagès.....	91
Canelons freds d'estiu.....	92
Endívies amb salmó.....	93
Ensalada russa.....	94
Escalivada del temps.....	95
Escudella del tros.....	96
Espaguetis amb marisc.....	97
Espardenya.....	98
Fideus a la cassola.....	99
Gaspatxo.....	100
Pastís de colors.....	101
Pastís de salmó.....	102
Patates amb camisa.....	103
Verdura bullida.....	104
Verdura a la planxa.....	105

## **Segons plats**

<i>Caça i cargols</i> .....	109
Cargols a la llauna.....	110
Cargols amb conill i vi ranci.....	111
Cargols dolços i coents.....	112
Cargols dolços i coents amb cansalada.....	113
Cargols dolços i coents amb carns variades.....	114
Cargols dolços i coents amb conill i mel.....	115
Cargols llepats.....	116
Cargols per llepar.....	117
Conill a la cassola.....	118
Conill a la teula.....	119
Conill amb patates.....	120
Llebre estofada.....	121
Perdiu de la padrina Florència amb farcellets de col.....	122
Porc senglar al forn.....	123
Porc senglar amb castanyes.....	124
Porc senglar amb verdura.....	125
Porc senglar del Pere Sastre.....	126
Porc senglar de la Maria Napa.....	127
<i>Carns</i> .....	128
Bistec a la danesa.....	129
Bou a la cassola.....	130



Bunyols de cervell .....	131
Carn de corder.....	132
<i>Carpaccio</i> català de vedella .....	133
Cassola d'albergínia amb mandonguilles .....	134
Cassola de carn a muntanya .....	135
Cassola del tros.....	136
Conill rostit .....	137
Conill amb patacons .....	138
Cua de vedella amb sépia.....	139
Cuixes de pollastre farcides.....	140
Espatlla de corder al forn.....	141
Estofat de vedella .....	142
Fricandó de vedella de les Patxuel·les .....	143
Fricandó de vedella de la Padrina Farrera.....	144
Llom de porc amb avellanes .....	145
Llom de porc de la Lola (amb patates, cebes i prunes).....	146
Llom de porc del mas de Carnicer .....	148
Llom de porc farcit .....	149
Llonzats de porc.....	150
Peus de porc.....	151
Pit de pollastre amb crema de pastanaga .....	152
Pollastre a l'olla.....	153
Pollastre amb sífó .....	154
Pollastre amb cervesa al forn .....	155
Pollastre amb patates al forn.....	156
Pollastre amb xampinyons .....	157
Pollastre farcit.....	158
<b>Ous</b> .....	159
Ous al plat .....	160
Ous farcits .....	161
Truita amb suc .....	162
Truita amb suc del mas de Prats.....	163
Truita amb suc del Priorat .....	164
Truita de bacallà.....	165
Truita de colítxos.....	166
Truita de patata, ceba i carabassó .....	167
Truites farcides i gratinades .....	168
<b>Marisc, peix i pesca salada</b> .....	169
Bacallà a la cassola.....	170
Bacallà al forn.....	171





Bacallà al pil-pil .....	172
Bacallà amb albergínies i suc .....	173
Bacallà amb mel .....	174
Bacallà amb pebrot <i>del piquillo</i> .....	175
Bacallà amb picada de nous .....	176
Bacallà amb romesco i fesols .....	177
Bacallà de quaresma .....	178
Bacallà gratinat amb fesols .....	179
Besuc al forn amb raïm .....	180
Calamars farcits .....	181
Calamars picants .....	182
Calamars selvatans .....	183
Cassola de quaresma .....	184
Cassola de Setmana Santa .....	185
Cloïsses a la marinera .....	186
Croquetes de bacallà .....	187
Cues de lluç amb avellana .....	188
Ganyils amb ceba .....	189
Lluç amb salsa verda .....	190
Mandonguilles de bacallà a la catalana .....	191
<i>Marmitako</i> de tonyina .....	192
Musclos al vapor .....	193
Porrusalda .....	194
Rajada amb fesols i espinacs .....	195
Rap a la marinera .....	196
Rap amb all cremat .....	197
Rap amb avellanes .....	198
Rap amb gambes i sidra .....	199
Sardines en escabetx .....	200
Sarsuela de Festa Major .....	201
Sépia amb mandonguilles .....	202
Suquet de rap .....	203

## **Salses**

<i>Ara, remenem-ho?</i> .....	207
Allioli .....	208
Allioli amb llet .....	208
Allioli de codony .....	209
Allioli de codony d'Oliana .....	210
Beixamel per a canelons .....	210

Salsa d'alfàbrega .....	211
Salsa de romesco .....	212
Salsa per a calçots.....	213
Salsa per a cargols .....	214
Salsa per a espàrrecs .....	215
Salsa rosa .....	215
Salsa verda .....	216
Vinagreta .....	216

## **Làctics**

<i>La llet en la cuina familiar</i> .....	219
Concentrat de llet d'ametlla .....	220
Concentrat de llet d'ametlla o d'avellana .....	221
Crema d'avellanes .....	222
Crema de llimona.....	223
Crema de Sant Josep.....	224
Flam d'avellanes.....	225
Flam de cafè .....	226
Mató de Pedralbes .....	227
Menjar blanc .....	228
Menjar groc .....	229
Pastís de quallada .....	230

## **Postres**

<i>Llaminers, tanmateix</i> .....	233
Ametlles garapinyades .....	234
Ametlles o avellanes garapinyades .....	235
Arròs amb llet.....	236
Avellanes amb xocolata .....	237
Bescuit de marbre.....	238
Braç de gitano de taronja .....	239
<i>Brownie</i> .....	241
Cóc d'avellana .....	242
Cóc ràpid .....	243
Cóc ràpid del Perelló.....	244
Coca Maria.....	245
Coraçons d'ametlla.....	246
Flamets.....	247
Galetes d'ametlla.....	248

Galetes de xocolata .....	249
Galetes polsoses de la Pigada .....	250
Guilhermines d'ametlla.....	251
Magdalenes de l'avia Maria.....	252
Mona de Pasqua.....	253
Orelletes de brou.....	254
Orelletes de carabassa .....	255
Orelletes de la Quimeta.....	256
Panellets.....	257
Pastes de l'Abuelita Fidencia.....	258
Pastís borratxo .....	260
Pastís casolà de la mareta.....	262
Pastís d'avellana de Baviera .....	263
Pastís de formatge .....	264
Pastís de llimona o taronja.....	265
Pastís de pinya .....	267
Pastís de poma I .....	268
Pastís de poma II.....	269
Pastís de xocolata.....	270
Pastissets de cabell d'àngel.....	271
Púding de poma .....	272
Quallada de nous.....	273
Rosquilles de cal Bonito .....	274
Torrades amb mel i pinyons .....	275
Torrades de Santa Teresa .....	276
Torrades de Santa Teresa de la Matarrània.....	277
Torrans de crema.....	278
Torrans de massapà de Cadis .....	279
Trufes de xocolata .....	280

## **Berenars**

<i>A mitja tarda</i> .....	283
----------------------------	-----

## **Confitures i melmelades**

<i>Una mica més de sucre</i> .....	287
Arrop .....	288
Cireres negretes .....	289
Codonyat .....	290
Confitat de meló .....	291
Confitura de cabell d'àngel.....	293

Confitura de síndria.....	294
Conserves de fruita .....	295
Melmelada de tomàquet.....	296
Melmelades de fruita .....	297
Prunes borratxes.....	298
Taronges confitades.....	299

## **Conserves i sabons**

<i>Amb temps i palla...</i> .....	303
Conserva d'escalivada .....	304
Figues (per assecar) .....	305
Olives arbequines confitades .....	306
Olives confitades amb sosa I .....	307
Olives confitades amb sosa II.....	308
Panses (per fer).....	309
Rovellons amb oli.....	310
Rovellons amb vinagre .....	311
Sabó cru.....	312
Sabó cuit.....	313
Sabó moll.....	314
Sardines en oli .....	315
Tupina de llonganissa, llom i costella.....	316

## **Begudes**

<i>Fem un cigaló</i> .....	319
Llimonada .....	320
Mistela.....	321
Ratafia de codony.....	322
Ratafia de magnòlia .....	323
Ratafia de poniol .....	324
Ratafia del mas del Sord .....	325
Refresc de codony .....	326
Sangria .....	327
Sucs de fruita natural .....	328
Cafè, copa i... ..	329
Vocabulari.....	331
Col·laboradores i col·laboradors .....	335
La teva recepta .....	337



# Presentació

---

Penso que qualsevol empresa d'economia social també ha de treballar per donar a conèixer els seus productes, en el nostre cas, l'excel·lent oli que produïm, per situar-los amb avantatge al mercat. Ara fa deu anys buscàvem un nom que identifiqués de manera inequívoca el que volíem que fos el producte cabdal en aquest camp. Vaig encarregar a l'Andreu Ollé que cerqués aquell que en definís millor l'arrelament selvatà i, al mateix temps, que tingués relació amb el món de l'oli. Finalment, el que vàrem trobar més apropiat fou *Antara*, perquè referenciava el nostre oli amb el lloc on es conreen els olivers a casa nostra. Deixeu-me dir que *Antara* és un nom d'origen grec que significa 'partió'; a la nostra vila és la porció de terra on es plantaven els olivers més amples per fer més fàcil l'activitat de llaurar la vinya.

Tot i que només representa el 10% de l'activitat de la Cooperativa, la secció de l'oli és la que més satisfaccions ens ha donat en els darrers temps. Hem obtingut dos premis al Millor Oli Verge Extra d'Oliva d'Espanya (les dues úniques vegades que ens hi hem presentat). Amb el temps, aquest producte ens ha comportat més beneficis: hem aconseguit envasar gairebé la totalitat de la seva collita ja que la seva qualitat té una gran acceptació. Això fa que el productor conreï les oliveres amb més il·lusió.

El primer record sobre el món de l'oli em ve de ben petit, quan a les tardes, en temps de collita, en sortir d'escola, no em deixaven anar a jugar perquè havia d'ajudar a triar les olives que durant el dia havien collit enfilats als olivers —amb aquelles escales de fusta tan pesades, que de tan altes semblava que no s'acabaven mai—, pentinant-los amb les rasquetes i fent caure les olives a les borrasses fetes de sac de jute o de roba. Un cop a casa, a l'entrada, descarregàvem el carro

i fèiem la tria de les olives tirant-les a senalles al purgador per treure'n les fulles, carregar-les, un cop netes, i portar-les a la Cooperativa. Aquella feina, que per mi llavors era força feixuga, ara la recordo amb simpatia —per sort avui la tenim totalment mecanitzada. I se'm barregen els records d'aquella olor de les olives amb el bocí de pa que, un cop a la premsa, torràvem a l'estufa, fregàvem amb un gra d'all i, amb la sal corresponent, sucàvem a les piques de decantació del molí. Era tot un plaer.

En aquesta línia de records, també veig l'avi Fermí, ajupit a peu de purgador traient les fulles de les olives mentre ens explicava que els comerciants del poble deien que el pagès era com la premsa: com més s'estreny, més raja. Jo no entenia què volia dir; amb el temps, però, he comprès el sentit profund de les seves paraules.

En plena crisi de l'entitat el 1985, un dels dies que portava les olives a la Cooperativa, i quan feia ben poc que havia perdut el pare, jo només tenia 26 anys, vaig sentir un pagès que deia: “pobre, s'ha quedat sense pare i ara no cobrarà les olives”. Potser ara no és el moment adequat de fer l'anàlisi d'aquella situació, però el temps sempre clarifica les coses. El món empresarial té moltes fórmules societàries, ara bé, dintre l'economia social d'una vila com la nostra considero un greu error que, com a conseqüència d'aquella crisi, aparegués una altra cooperativa. Arran d'una “esquirolada” motivada per no acceptar la decisió d'una assemblea —tal com s'havia pactat—, es va muntar una altra estructura idèntica a la de la Cooperativa en un acte de deserció i discòrdia mesquina en el sector agrari de la vila. En un món cada cop més competitiu, en què les empreses s'agrupen per unir esforços, aquí, per motivacions polítiques i personals, s'agafa la direcció contrària. Sembla que l'avi Fermí feia diana.

*Economia social*, un concepte molt ampli avui força utilitzat, principalment per la *gauche*. El món cooperatiu ha hagut d'obtenir una certificació avalada per la Unió Europea que ajudi a discernir qui és qui en aquesta qüestió. Coselva participa en un programa pilot de la Unió Europea per treballar aquest tema.

La cooperació és tan vella com l'home. Sabem que en la prehistòria l'home s'agrupava per mantenir el foc o per caçar, tasques massa difícils per fer-les de forma individual. La col·laboració mútua ha anat evolucionant en el decurs de la història amb diversitat de formes. Sense anar més lluny, en tenim exemples clars a la nostra vila: a l'època medieval els molins de farina i els forns de pa eren del comú.

El cooperativisme, tal com ens ha arribat als nostres dies, neix a finals del 1844 a la Gran Bretanya amb Rochdale. El 1895, a Londres, es funda l'Aliança Cooperativa Internacional. Cenyint-nos a la base dels principis del cooperativisme, destacariem:

- Portes obertes.
- Un home, un vot, en gestió democràtica.

- La retribució del capital no li dóna dret a més vots.
- El benefici pertany als socis i, si es reparteix, es fa proporcionalment a la participació de cada soci en les operacions socials.
- Formació cooperativa.
- Intercooperació.

Aquests són els principis que han regit els 107 anys d'existència de la Cooperativa, que n'avalen la continuïtat i que hem de preservar.

Després d'aquesta marrada, anem pel que som aquí. La idea de fer aquest llibre sorgeix per la consolidació de la marca d'oli verge extra d'oliva Antara, de Coselva. Ja sé que la gastronomia dóna per omplir les biblioteques que vulgueu. Però amb aquesta edició hem volgut cenyir-nos a un recull de receptes de la cuina selvatana en homenatge de les nostres mares, àvies o besàvies. Elles ens han fet arribar tot aquest llegat culinari, del qual, juntament amb el que ens han aportat altres selvatanes d'adopció, volem deixar constància amb aquesta publicació.

Finalment, vull expressar el meu agraïment de forma molt especial a tots aquells que han col·laborat en aquest llibre, que ha estat obert a tot el poble. El meu agraïment al Grup de Dones de la Selva, sense elles aquesta empresa no hauria estat possible; al Camil Ferrater, que l'ha estructurat i enriquit amb els seus textos; a l'Esther Franquet, que ha coordinat el treball, i al Josep M. T. Grau i a la Roser Puig, que l'han documentat històricament. Una entusiasta i valuosa col·laboració que agraeixo a tots ells i elles en nom de la Junta. Aquest llibre constitueix un record i celebració d'aquesta gran família unida i acollidora que formem i, al mateix temps, deixa constància d'una part de la cultura de la vila per a futures generacions.

Pere Ferré i Masdeu



# Els conreus i l'alimentació a la Selva del Camp en la història

---

## Edat mitjana

L'alimentació dels pagesos a l'edat mitjana es basava en el pa. La dieta cerealística s'acompanyava de llegums, fruita, verdura, carn, llet i vi. L'agricultura s'orientava especialment vers l'autosubsistència; així, a la comarca del Vallès, en els segles x i xi, el cereal preferit era l'ordi, a causa de la seva resistència i poca exigència de conreu. Es consumia en forma de sopes o de farinetes i també se'n feien coques, tot i no ser gaire apte per a la panificació: per fer pa es barrejava amb blat. El problema dels cereals eren les secades periòdiques que obligaven a comprar blat fora vila. En el segle xiv, a la Selva, hi havia tres forns de pa: el de més amunt, el mitjà i el d'avall, on anaven a coure les dones un cop a la setmana el compost cerealístic pastat per elles mateixes. El règim d'explotació era l'arrendament. Altres serveis comunals eren la carnisseria i la taverna, el control del mercat l'exercia el mostassaf.

## Edat moderna

En un article del tarragoní Josep Recasens sobre les despeses del consell municipal de Tarragona en el segle xvi per inspeccionar l'aigua del riu Francolí al seu pas per Alcover i la Masó, relaciona minuciosament els ingredients dels àpats, la quantitat i el preu. Un dinar constava d'un primer plat compost per arròs i fideus; un segon amb carn, de porc (porcell, cansalada, llonganissa), moltó, cabrits, aus (gallines, polles, perdius, francolíns i ous), i, de postres, formatges d'Aragó o Mallorca, torrons d'avellana, ametlles, pinyons, panses, pinyonada de sucre, taronges i magranes. El primer plat de sopar era sempre igual: una amanida d'enciam amb oli, vinagre i ceba, acompanyada de bròquil. El segon

era de proteïna animal: perdius, gallines, anyell, moltó, porcell, cansalada i ous. Les postres eren menys caldriques que les de dinar: fruita dolça (taronges), mel i formatges. Les espècies utilitzades per condimentar eren la canyella, el clavell, el safrà i el gingebre. L'herba aromàtica usual era el julivert. No hi faltava el pa ni tampoc el vi (blanc macabeu i vermell).

L'any 1714, tot just acabada la Guerra de Successió, a la Selva del Camp, en una resposta a un qüestionari borbònic, es comptabilitzen 3.549 jornals llaurats (76,5%) i 1.090 jornals de bosc, botjar i terra inculta (23,5%). Dels primers, un 31,8% eren avellaners, un 31,2% vinya, un 27,7% sembradura (es treballava en règim de guaret, un any per altre), un 9% oliveres i un petit 0,3% hort. Aleshores, a la vila, hi vivien 1.676 persones, repartides en 372 famílies (4,5 membres per cada una) i 349 cases habitades (4,8 persones per casa). Posteriorment, i gràcies a l'estudi de Maria Recasens sobre el cadastre de 1733, disposem d'altres dades agrícoles: en aquest any, del total de 4.744,25 jornals declarats fiscalment, solament un 11% no estaven conreats. La distribució dels conreus (4.225,25 jornals) era la següent: un 32% vinya, un 27% cereals, un 25% avellaners, un 15% oliveres i l'horta era insignificant (segurament a causa de la seva elevada tributació, el document presenta ocultacions). A l'horta es feien generalment dues collites, la primera d'ordi i la segona de llegums (per exemple, fesols). La conclusió és ben clara: més de la meitat dels conreus s'orientaven a la comercialització (avellanes, vi i aiguardent). El 1741, a la vila, tributen 11 fàbriques o olles d'aiguardent. Els períodes més crítics, sens dubte, foren en temps de guerra, en què calia afegir els allotjaments de tropes, a més de les irregularitats de les collites, a causa de la climatologia mediterrània, que suposaven períodes de fam i carestia periòdics, més difícils de passar per les classes baixes. Les comunicacions eren fonamentals per als proveïments d'aliments bàsics i la comercialització de la producció agrària local. En els segles xvii i xviii, el port de Salou era una de les sortides marítimes més properes per rebre blat, bacallà, arròs, tabac, pesca salada, cacau, sucre, espècies i matèries primeres (cuir, fusta, cotó) via Reus i, ensems, per expedir mercaderies vers el Mediterrani, el nord d'Europa i Amèrica. Entre els anys 1691 i 1695, segons Jordi Andreu, s'embarcaren anualment 1.026 quarteres d'avellanes; el 1800, segons Agustí Segarra, ja foren 28.944 quarteres d'avellanes en closca i 734 quintars en gra. En els intercanvis comercials sobresortia però l'aiguardent, destil·lació del vi que en facilitava el transport (ocupava menys volum) i la conservació, a més d'obtenir valor afegit en les exportacions. La Selva entrava en una economia de mercat capitalista i internacional gràcies a l'orientació comercial de la seva producció agrícola. La proximitat a Reus, segona ciutat de Catalunya en el mil set-cents, fou clau. Més endavant, el port de Tarragona substituirà el de Salou.

Una forma de finançar els ajuntaments durant l'Antic Règim era arrendar en pública subhasta drets privatis de venda a la menuda o la transformació

de productes. En el mil set-cents hi havia dues botigues de venda d'oli i pesca salada, una d'aiguardent i refresc (venda de neu), a més de dues tavernes de vi. El 1766 hi havia tres premses d'oli municipals: la Patava (prop del portal de Sant Antoni), la de les vinyes (carrer Carnisseria) i la premsa vella (carrer Clavegueres). El molí fariner comunal, a causa de la manca d'aigua, s'ubicava al terme de la Masó. L'hostal era un altre monopoli del municipi, així com el palol, els tres forns de pa, dues carnisseries (una de moltó i l'altra de bou) i una peixateria de peix fresc. Finalment, la sal era una altra privativa: el govern municipal exigia, a canvi, als arrendataris el proveïment de productes bàsics als vilatans i en regulava els preus de venda.

## **Edat contemporània**

Els oficis relacionats amb l'alimentació l'any 1830 a la Selva eren els següents: tres confiters, dos xocolaters, dos forners, dos carnisseres, un peixater, un venedor de pesca salada i, finalment, dos moliners.

Segons xifres de Joan Verdet, el 1848, a la Selva, els jornals treballats pels pagesos eren 3.778, dels quals un 49% es dedicaven a vinya, un 28% a avellaners, un 11% a cereals, un 10% a oliveres, un 0,8% a garrofers i un 0,6% a horta de regadiu. L'evolució en el segle XIX fou l'especialització vinícola, però mantenint els percentatges dels arbres destinats a produir avellanes i olives. En aquella data solament un jornal estava plantat d'ametllers.

En la collita de 1859 s'anota que s'aconseguien 2.600 roves de patates, 8 quarteres de cigrons, 26 de fesols, 10 de faves i 2 de llenties. De fruita, s'arreglegaren 100 roves de llimones, 60 de taronges, 50 de figues, 12 quarteres de nous i 12 més d'ametlles i d'avellanes se'n plegaren 12.500, el valor de les quals gairebé igualava el de tot el vi. En un informe municipal sobre l'agricultura local de 1888 es comenta que la majoria d'oliveres eren arbequines "y solo se encuentran en muy escaso número los [olivos] denominados vidiells". Sobre aquests arbres s'anota:

El olivo resiste algún tanto la sequedad, pero como la base de los terrenos que componen el terreno son en mayor parte areniscos, pedregosos y quisquillosos por la floquedad de los mismos, luego se resienten de la sequía.

Sobre els efectes del clima continua explicant que

se goza de una temperatura muy templada a propósito para la vegetación del olivo, sólo que algunas veces los fuertes vientos comprometen la vegetación de este árbol y época de la floración que empieza en abril y la maduración del fruto empieza en octubre.

Sobre la qualitat dels sòl afegeix:

[...] en la parte llana es la que en general se hallan plantados los olivos. La parte llana en su mayor parte se compone de una mezcla de arena, arcilla bastante pedregosa en cuyos terrenos prueba bien el olivo y da fruto. En los terrenos que predomina la arcilla despliega

más ramaje que fruto, en los calcáreos tampoco fructifican y se obtiene buen fruto, y los pocos olivos que hay en la montaña dan bastante fruto, producen aceite muy fino, pero no despliegan tanto ramaje.

També es parla dels mètodes de treball agrícola dels olivers. La forma de plantar-los era a través de plançons:

los plantones bien cultivados tardan en producir regularmente unos diez años, y treinta en plena producción. Las labores indispensables y que se practican en los olivares consisten en labrar y cavar lo menos dos veces al año [...]. Ordinariamente los olivos se abonan con estiércoles vegetales [formiguers].

Cada oliver rebia 30 quilos d'adobs naturals, la qual cosa equivalia a 3.000 quilos per hectàrea, que s'escampaven per sota, entre octubre i novembre; després, es llaurava la terra. Es podaven un cop acabada la recol·lecció, entre febrer i març. El mètode que s'emprava era:

talando las ramas innecesarias que salen de los troncos y ramas mayores que absorven la savia del ramaje, practicándola con hachas y cortando con tijeras o podadera las ramitas más pequeñas, de modo que el centro del árbol quede despejado, repartiendo el ramaje a fin de que fructifique en todo entorno, dándoles forma regular a fin de facilitar su recolección, siendo operación muy entretenida.

Sobre la productivitat segueix:

como la cosecha de aceitunas es tan irregular, puesto que a veces están los olivos tres años sin fructificar, debe escogerse el término medio, y aproximadamente debe estimarse que la hectárea produce anualmente 10 hectolitros de aceitunas. Se conceptua para obtener un hectolitro de aceite se necesitan 4 hectolitros de aceituna.

La mòlta s'efectuava entre gener i març. Sobre la rendibilitat de l'any 1888, hom calculava que les despeses per hectàrea (jornals i adobs) eren de 153 pessetes i els ingressos, de 270 pessetes, per la qual cosa els guanys per hectàrea eren de 127 pessetes. Al molí d'oli es pagava a 80 pessetes l'hectolitre i la superfície total d'oliveres era de 366 hectàrees (de secà) (Arxiu Històric Municipal de la Selva del Camp [AHMSC], reg. 7891).

## **El segle XX**

Per conèixer els conreus del segle xx hem analitzat un amillament de l'any 1947 conservat a l'Arxiu de la Diputació de Tarragona (Intervenció, cpf. 47). Segons aquesta font fiscal, de les 3.507 ha del terme selvatà, es llauraven un 88,5% de les terres. D'aquestes (3.103 ha), un 38,7% eren avellaners, dels quals més de la meitat eren de regadiu (un 58,6%). Els olivers ocupaven un 26,3% de la superfície, els arbres fruiters un 13% (entre els quals els ametllers), la vinya un 10%, l'horta un 7%, els garrofers un 2% i els cereals un 2% més. L'agricultura s'intensifica amb l'aportació d'aigua al conreu de l'avellaner per fer-lo més productiu, es fan pous i es construeixen basses i xarxes de recs.

El 1999 les terres d'ús agrícola eren 2.054 ha, de les quals tres quartes parts eren avellaners (un 80% regadiu), l'olivera representa un 16% de la superfície treballada, la vinya un 0,5% i l'horta un 0,6%.

L'any 2001 un 10% de la població activa selvatana es dedicava a l'agricultura, el doble de la mitjana comarcal. Avui la mecanització és absoluta. El cooperativisme no només intervé en la producció sinó també en la transformació i comercialització. La creació d'una marca associada amb el segell de qualitat és un referent per al mercat, tant a l'engròs com a la menuda. Fins i tot s'ofereix la venda directa a l'agrobotiga.

## La ramaderia

La ramaderia sempre ha estat una activitat complementària, ja que l'elevat índex de conreu no permetia una gran cabanya. El bestiar major es dedicava bàsicament al treball (llaurar i transportar), i el menor, a l'alimentació. El 1715 se censsen 28 porcs, 250 ovelles de cria, 240 anyells, 101 moltons i 50 bacives (ovelles no destinades a la reproducció) (AHMSC, reg. 2916).

Una estadística pecuària de l'any 1865 informa que a la Selva es criaven 3 vaques, 80 cabres (75 femelles, 1 mascle i 4 castrats), 158 porcs (dels quals un 49% eren femelles) i 405 moltons. Un altre recompte ramader de 1884 relaciona 200 gallines, 80 coloms, 35 porcs, 60 ovelles, 30 cabres i 3 vaques (AHMSC, reg. 788). El bestiar s'ha dedicat, amb algunes excepcions, a l'autoconsum.

## La cuina

Seguint la descripció d'Eufemià Fort, la casa selvatana del clos emmurallat constava de planta i tres pisos. A peu pla hi havia l'estable, el celler i el cup. En el primer pis, hi trobem la cuina, l'estança principal de l'immoble, per la qual cosa no hi faltava la llum de l'exterior a través de finestres. La peça central de la cuina era la llar de foc; al mig, una taula; a un costat, la pastera; a una banda, un armari per guardar la vaixel·la; l'aigüera; el rasteller dels plats i, a sobre, diversos prestatges o lleixes on es guardaven les olles i els recipients d'aram. No hi faltava una petita habitació dedicada al rebost. Les golfes o porxo servien per guardar els fruits (avellaners, ametlles, gra, figues seques o secallons, raïms pansers, pomes, peres, prunes, cebes, alls, tomacons, patates, palla, llenya, etc.).

Fins a l'arribada de l'aigua potable als domicilis, a través de canonades de plom, les dones se n'havien de proveir a les fonts públiques, de les quals les més antigues són: la Font del Castell (1448) i la Font de Mitja Vila, abans dita Font Nova (1519).

Els desequilibris seculars entre població i recursos fan que arrel·li en la consciència de les cuineres uns costums o pràctiques de reciclatge i aprofitament màxim a la vegada que exalten els àpats abundants. En l'actualitat, el treball o

els estudis obliguen a menjar fora de casa, a part dels residents; la publicitat ens introdueix noves presentacions dels aliments però encara hi ha persones que tenen la possibilitat de cuinar diàriament a casa o, almenys, el cap de setmana: conservar les tradicions i, a la vegada, consumir productes de la terra suposa qualitat de vida i un manteniment de la nostra identitat com a poble.

Josep M. T. Grau

## Bibliografia

- Cardó, Josefina: *Evolució dels conreus del Camp de Tarragona a partir del segle XVIII*. Valls, 1983.
- Cavallé Busquets, Joan: “Algunes notes sobre la introducció i progrés de l’avellaner al terme d’Alcover”, *Butlletí del Centre d’Estudis Alcoverencs* (Alcover) 63 (1993), ps. 21-29.
- Cussó, Xavier; Ramon Garrabou: “La transició nutricional a la Catalunya contemporània: una primera aproximació”, *Recerques* (Barcelona) 47-48 (2003-2004), ps. 51-80.
- Fort Cogul, Eufemià: *Costumari de la Selva del Camp*. Reus, 1961.
- : *La vida en una vila del Camp de Tarragona al segle XIV*. Barcelona, 1964.
- Grau, Josep M.; Roser Puig: “El menjablanc del Divendres Sant (La Selva del Camp)”, *Girona Gastronòmica* (Girona) 31 (1989), ps. 8-9.
- : “La celebració de la mort: els àpats en els enterraments de les contrades gironines a començaments del set-cents”, *Girona Gastronòmica* (Girona) 38 (1989), ps. 9-11.
- Grau, Josep M.; Gabriel Serra: “Els arrendaments públics a la Selva del Camp: 1766-87”, *Penell. Revista d’Història* (Reus) 3 (1989), ps. 101-123.
- Pié Faidell a, Joan: *Annals inèdits de la vila de la Selva del Camp de Tarragona*. Tarragona, 1984. Reimpresió de l’obra de 1899-1914.
- Recasens Comes, Josep M. : “El menú dels expedicionaris que participaven en l’anada de les aigües a la primera meitat del segle xvi”, *TAG* (Tarragona) 21 (2001), ps. 18-21.
- Recasens Rovira, Maria: *La Selva del Camp en el segle XVIII (Població, societat i economia)*. Reus, 1992.
- Soronellas, Montserrat: *Cooperació agrària a la Selva del Camp 1900-2000*. Tarragona, 2000.
- Vilaginés, Jaume: *El paisatge, la societat i l’alimentació al Vallès Oriental (segles X-XII)*. Barcelona, 2001.
- Vernet, Joan: *El Sexenni revolucionari a la Selva del Camp: 1868-1874*. Reus, 1989.

# Davantal

---

La cuina rural, com la d'arreu, té l'autenticitat pròpia del seu paisatge, la seva llum, el seu microclima, les seves olors, les seves coordenades espai-temps, dels seus homes i dones. Uns i altres tenen alguna cosa a veure amb la seva singularitat. Fem-hi un cop d'ull.

La Selva, bastida en una cruïlla de camins —un el de Tarragona a Prades—, des dels seus inicis ha estat sensible a la moguda humana i oberta als qui s'hi han establert, fossin nobles, menestrals o conventuals, o gent d'Al-Andalus, de les Extremadures o del Magrib, o d'altres ètnies de més ençà, de manera que ha anat obrint un ventall de races noves per aquests verals.

Uns i altres han deixat rastre de les seves cultures i, de retruc, de la seva gastronomia, que anem incorporant a l'autòctona. Fixeu-vos-hi: la nostra singularitat enriquida esdevé més universal, malgrat el seu localisme concret.

D'altra banda, la pagesia havia basat la seva economia en la diversificació de collites: gra, fruits secs, vi, oli i, encara, garrofes. El nostre home, que no és pagès d'horta, també tindria en el seu bancal de verdura per a la casa un altre element d'estalvi; i encara trobaria un racó dins del clos familiar o al mas per tenir una mica de corral amb quatre conills, una cabra i mitja dotzena de gallines. La mestressa de casa ha fet mans i mànigues per fornir la taula rural d'aliments mengívols, engrescadors, amb un toc imaginatiu, d'olors suggeridores —ai, aquelles pomes al caliu!—, valent-se dels productes que ha tingut a mà. Conscient de la importància de la taula, ha maldat perquè la menja sigui motiu de trobada familiar.

Temps enrere no tots els vilatans eren pagesos. Uns havien buscat feina en els obradors menestrals que s'hi establien; altres, enduts potser per la importància



del mercat del vi, s'havien arriscat amb la instal·lació d'olles d'aiguardent. Sortosament, el nivell de vida ha millorat, també a la ruralia. La dedicació de la majoria de vilatans, homes i dones, a la indústria, comerç o serveis ha millorat sensiblement l'economia de les cases. Aquesta millora, però, ha cobrat un peatge: plantejaments nous en les jornades de treball dificulten les trobades familiars. Diríem que el rellotge condiciona qualsevol activitat, fins i tot, l'alimentària. Allò que era quotidià —trobar-se a taula— es torna esporàdic, en el millor dels casos, setmanal, massa vegades acaba amb menjador alternatiu. Fa una mica de llàstima perdre les arrels que ens lliguen a la taula familiar. I d'aquí a perdre gust per la cuina i el seu *modus operandi* només hi ha un pas. Ja hi ha qui treballa perquè ens acostumem al menjar precuinat.

De bracet amb les mestresses de casa del Grup de Dones de la Selva hem agafat receptes. Un munt. Hem agrupat els primers plats indicant-ne la ubicació estacional, començant per la tardor, que és època de recollida de fruits per a la gent del Camp. Potser aquesta subdivisió us semblarà arbitrària, precisament avui que tenim tota mena de verdura tot l'any. Agafeu-vos-ho pel cantó bo: és un homenatge a les mares, àvies i besàvies que ens han transmès tot aquest bagatge cultural. Veureu que algunes receptes no indiquen les quantitats en els ingredients o/ni el nombre de comensals; les mestresses que ens han fet arribar aquestes receptes prefereixen deixar les proporcions a la creativitat de cada u d'acord amb les persones que hi hagi d'haver a taula. No hi podia faltar una mostra d'esmorzars al tros ni de berenars de quan anàvem a escola. Els segons plats —el tall— els hem agrupat d'acord amb la base de cada plat. No hem menystingut les postres, ni les conserves, ni les salses, ni els refrescos o les ratafies. En l'apartat de conserves també hem dedicat una mica d'espai a la preparació de sabó casolà, que aprofitava morques. També hi hem afegit un vocabulari que segueix l'ordre alfabètic. Encara hi hem deixat pàgines en blanc perquè hi anoteu les vostres receptes, aquelles que us encaterinen més, i us el facin més personal. Al final, hem posat un ex-libris perquè cada generació deixi constància de propietat d'aquest exemplar.

Tot passejant per aquestes pàgines, podreu trobar suggeriments de moltes menes, una mica de tot. Però hi ha una cosa que és molt vostra, que només vosaltres, individualment, podeu afegir-hi: l'estimació. Amb una culleradeta de les de cafè, tindrem el plet guanyat; si la cullerada en qüestió és sopera, gust i aroma saltaran finestra avall fins al cap del carrer.

Bon profit!

# **L'esmorzar al tros**



## En apuntar el dia

Amb les primeres clarors del dia, sotrats de carros a les llambordes, que protegien de còrrecs la pujada del carrer Major, eren testimonis sonors del començament de la jornada dels nostres pagesos: cap a muntanya uns, altres cap al pla. Era l'inici d'un dia —massa vegades endurit per un temperi fred o per la calda— que no acabaria fins a ben passats els dos foscants.

Gràcies a Déu els avenços de la tècnica han permès millorar el transport i el ritme de treball en tots els oficis, cosa que ens ha proporcionat una qualitat de vida millor, també al camp. Això ha comportat un canvi d'usos i costums, que eren afectats per la roda inqüestionable de les quatre estacions, determinants en l'alimentació de pagès, segons les feines o les temperatures —no era el mateix plegar avellanes que collir olives o llaurar.

A títol indicatiu, hem seleccionat una petita mostra d'esmorzars al tros, algun dels quals encara avui és excusa per fer una trobada festiva d'amics.

# Amanida

## Ingredients

3 tomàquets no gaire madurs  
1 pebrot mitjà, més aviat petit  
1 ceba mitjana  
1/2 cogombre  
1 grapat d'olives arbequines confitades  
1 arengada crua estellada o 1 tall de bacallà estellat i dessalat  
oli verge extra d'oliva arbequina  
sal  
vinagre

## Elaboració

Renteu ben neta la verdura. Traieu les dues o tres primeres capes de la ceba, talleu-la com si fos a la juliana, però a talls més gruixuts, i renteu-la bé per treure'n la primera fortor. Talleu el pebrot a tires, peleu el cogombre i talleu-lo a rodanxes no gaire gruixudes. Emplateu-ho i saleu-ho. Si acompanyeu l'amanida de bacallà, un cop el tingueu dessalat i estellat, ajunteu-lo amb la verdura i amaniu-ho tot amb vinagre. Afegiu-hi els tomàquets partits pel mig, saleu-los al vostre gust i amaniu-ho tot amb un bon raig d'oli extra d'oliva arbequina. Si en comptes de bacallà hi poseu arengada, quan ho tingueu tot a punt per amanir amb l'oli, netegeu l'arengada de cap, ganya i escata, esmicoleu-la a trossos no gaire petits i afegiu-los al plat. Arrodoniu-ho amb un raig d'oli ben generós.

No us oblideu de les olives confitades.

## Observacions

Per netejar l'arengada, poseu-la dintre de mig full de diari doblegat i feu-hi pressió amb el galze d'una porta; veureu que es neteja molt fàcilment.

# Amanida verda de primavera

## Ingredients

cosconilles  
créixens  
ceballots o ceba  
xicoires  
olives arbequines  
oli verge extra d'oliva arbequina  
vinagre  
sal

## Elaboració

Per preparar aquesta amanida, en primer lloc, netegeu les herbes de manera que desprenguin la terra que puguin portar adherida i traieu-ne les fulles que tinguin malmeses. Un cop feta aquesta tria, passeu-les per aigua un parell de vegades a fi de deixar-les ben netes. Netegeu també el ceba-llot: tal·leu-ne la part de les arrels, traieu-ne la primera fulla que l'envolta i tal·leu-ne les fulles de manera que només quedi la part tendra del tronc. Si voleu, podeu substituir el ceba-llot per la ceba.

Emplateu-ho amb una certa gràcia juntament amb els trossos de ceba-llot, que prèviament heu tallat a la juliana, afegiu-hi un grapat d'olives arbequines confitades i amaniu-ho amb un pols de sal, vinagre i un bon raig d'oli d'oliva.

## **Arengada tot l'any**

### **Ingredients (per persona)**

1 arengada  
1 tomàquet i mig madurs  
4 o 5 alls amb la pell neta de pellerofa  
all i julivert trinxats  
1 ceba petita  
oli verge extra d'oliva arbequina  
vinagre  
un polsim de sal

### **Elaboració**

Neta l'arengada de cap i ganya, passeu-la per la paella amb oli abundant i els alls per pelar.

Mentrestant, netegeu la ceba, talleu-la a llesques fines i amaniu-la amb sal i vinagre. Un cop fregida l'arengada i els alls, traieu-ho tot de la paella i, amb el mateix oli calent, escaldeu la ceba, però guardeu prou oli per fregir el tomàquet tallat a meitats i empolsat amb l'all i julivert trinxats.

## **Arengada en temps de verema**

### **Ingredients (per persona)**

1 arengada  
5 o 6 alls amb la pell i nets de pellerofa  
un parell de llesques de pa de pagès  
oli verge extra d'oliva arbequina  
1 raïm fresc

### **Elaboració**

Ben neta l'arengada, fregiu-la juntament amb els alls, però tingueu cura que tot plegat no es recremi gaire. Quan sigui cuit, traieu-ho tot de la paella i passeu per l'oli calent les dues llesques de pa per les dues bandes.

Mengeu-vos-ho amb el raïm fresc.