Maria Nicolau

CUINA!
O barbàrie

arallibres

Primera edició: febrer del 2022
Setena edició: març del 2025

© Dels textos: Maria Nicolau, 2022
© De l'epíleg: Josep Roca i Fontané, 2022

© D'aquesta edició:
Ara Llibres
Perú, 186
08020 - Barcelona
www.arallibres.cat

.
Direcció editorial: Joan Carles Girbés
Edició: Raquel Martínez
Edició de taula i producció: Mònica N. Irún
Disseny de coberta: Duró
Correcció: Gemma Garrigosa i Elisabet Kamal
Maquetació: Llibresimés

ISBN: 978-84-18928-29-1
Dipòsit Legal: B 2072-2022

Tots els drets reservats als titulars del *copyright*.

Aquest llibre està dedicat a tots els qui, com jo,
viuen amb la por d'encendre un dia el forn sense pensar
i fondre tots els mànecs de les paelles.

Introducció

«Cuina!», diu ella al títol. I es queda tan ampla.

Prou que us ho han dit, que cuineu, aquestes darreres dues dècades, per activa, per passiva i per tots els mitjans haguts i per haver, amb paper o sense. Tenim les lleixes de la prestatgeria del menjador i les pestanyes de favorits dels navegadors d'internet de mig país plenes de receptaris, de manuals de trucs infal·libles, de reculls de receptes exòtiques per impressionar els convidats, de secrets de xef famós, de planificacions setmanals i d'estudis sobre els secrets de l'ingredient miraculós de moda. Vivim el moment històric en què tenim més informació culinària a mà, en què una simple cerca a Google de la paraula *fricandó* dona com a resultat 280.000 pàgines plenes de fórmules i d'informació en només 0,47 segons.

I vosaltres ja feu, ja. Trieu d'entre totes aquestes webs, *blogs* i llibres que teniu a disposició el plat que ha de venir a salvar-vos de la persistent necessitat de fer el sopar un dia més: aquell que heu clissat a Instagram, aquell que heu vist fer a algú altre, i en caceu la recepta. Doneu una ullada a ingredients i quantitats, i prepareu la llista per anar a comprar. Aneu al supermercat. Amunt i avall pels passadissos, i de pressa, que el temps no us sobra. Davant de la dificultat d'aconseguir exactament els trenta-dos

grams de pebre vermell dolç que, posem per cas, indiquen les instruccions, en compreu un pot sencer. En arribar a casa us adonareu que ja en teníeu un de caducat del 1996, però bé, no avancem esdeveniments. Feu el mateix amb tots els elements de la llista i us planteu a casa amb mitja nevera plena de bosses començades tancades amb gomes de pollastre, pots oberts, brics a mig gastar, mitges hortalisses, llimones sense pela, i la bossa de bosses penjada rere la porta plena a rebentar.

Aquest procés es repeteix amb més o menys freqüència i amb l'ànim i la força d'esperit de qui decideix tenir una tarda de manualitats, amb receptes més o menys complexes. La tercera tarda de cinc, ja teniu els ingredients del primer dia tots mig pansits a la nevera o ranciejant al calaix de la pasta i l'arròs. Quan facin mosquetes, els llençareu.

Compreu coses que no sabeu ni què són només perquè ho diuen unes instruccions; congeleu tard; rebutgeu més del que feu servir —sense comptar envasos, plàstics, espines, escates, ossos i fulles—. I la inversió de temps i diners que demana fer tot això, amanida amb una micona d'aquell sentiment de frustració i de culpa que us provoca saber que no ho acabeu de fer mai del tot bé ni com voldríeu, que no arribeu mai a assolir completament allò que la Cuina espera de vosaltres, no compensa el resultat que en traieu, de cuinar. No compensa gens, i encara menys sabent que, a quatre passes o a un toc de telèfon, us esperen una pila d'empreses disposades a salvar-vos del penós inconvenient d'haver de fer el sopar cada sant dia, venent-vos una solució en blíster individual i amb instruccions de reescalfat senzillíssimes, i per menys del que us ha costat un sol dels ingredients de la recepta en qüestió. Si fins i tot us ho porten a casa!

Des d'aquesta perspectiva, la cuina no és sinó un destorb, una font absurda i innecessària de problemes i complicacions, una activitat profundament incòmoda tant per a la vida i la logística particulars de cada família com per a la vida i la sostenibilitat de la societat a gran escala. La cuina és un problema que no s'entén com és possible que alguns ens puguem entestar a no deixar morir.

Per sort, però, cuinar no és això.

La cuina és l'arma més poderosa, útil i revolucionària que tenim tots i cadascun de nosaltres a l'abast per fer realitat ara i aquí el món que volem. Cuinar, lluny de ser un acte més de consum autoconclusiu o un esport de cap de setmana, és el que converteix la nostra vida a la natura en porosa i permeable; és el que ens incorpora a aquest sistema de sistemes vius i bategants que és el món on vivim, com un membre útil més, com un òrgan vital, un tentacle, un tendrum, un pàncrees o un intestí, que transforma el que la natura li ofereix i hi retorna el que li sobra. Aquest procés de transformació ens canvia a nosaltres i al nostre entorn, i genera cultura i plaer a palades.

Jo dic que acumular receptes com si fossin exercicis de cal·ligrafia i executar-les no és cuinar, sinó obeir. Que no cal saber cuinar per seguir instruccions de manera eficient, i que no hem vingut a la vida a ser soldats ni clients, sinó a ser lliures. Que saber cuinar és una altra cosa. I aquesta *altra cosa* és l'única que m'interessa.

De la mateixa manera que sense les històries i les vides no tindríem literatura, sinó manuals de gramàtica i diccionaris; sense les històries i les vides culinàries, sense la vostra acció viva de cuinar, expressada de manera diferent, particular i genuïna en cada casa, no tindríem cuina, sinó només química i receptaris. Aquest, doncs, no és un llibre de receptes més. No vol ser-ho. A dins hi trobareu receptes, sí, però aquestes receptes són només una excusa, un pal de paller de cada capítol, que ens serveix per explicar coses. Són *aquestes coses* el que dona a les receptes un sentit de ser aquí: el veritable valor de cuinar aflora a les històries que habiten a l'interior i al voltant de cada recepta.

En alguns casos, els capítols es despleguen en forma de petites dosis de física i química senzilles que ens ajuden a entendre què fem quan cuinem i per què ho fem. En d'altres explico una mica de tècnica culinària, quan em sembla realment útil. Aquí i allà faig referència a l'aprovisionament del rebost, cosa, aquesta sí, que és la veritable mare dels ous i germen original de l'acte de cuinar. De tant en tant trobareu una mica d'història o d'antropologia, quan aquestes ciències ajuden a entendre què són les coses i per què les trobo apassionants. Les batalletes personals

que amaneixen alguns capítols poden tenir gràcia més que res per allò que te'n recordes de les receptes que feia l'àvia perquè te'n recordes de l'àvia, allò de l'emoció com a cola dels records; allò que fa, en definitiva, que retinguem certes imatges —receptes, olles, olors, guisats— atrapades a la memòria, mentre en descartem d'altres.

La vida culinària que comparteixo aquí és la meva; els fets concrets són personals i intransferibles, però les emocions que despertin aquestes imatges quan les llegiu esdevindran vostres, i, així, d'alguna manera, la cuina haurà passat de mà en mà. Haurem restaurat la baula perduda d'aquesta cadena de transmissió de coneixement que es va trencar el dia que vam deixar de compartir la vida a la cuina amb les generacions anteriors.

Des d'aquestes línies interpel·lo qui creu que la cuina no fa per ell, qui no gosa, qui pensa que no té temps, qui no en sap. Potser podem obrir una porta allà on semblava haver-hi només mur. I també parlo a qui declara que no li interessa cuinar: no ens podem desvincular totalment de la cuina, tots hem de menjar cada dia per poder seguir vius, i per poder menjar hem de preparar els aliments. Directament o indirecta tots som *éssers cuinants*. Fins i tot aquells que no voleu sentir parlar de cuinar. Entendre les repercussions de l'acte de cuinar d'una manera o una altra potser us ajudarà a fiscalitzar millor les vostres decisions de consum de productes precuinats. Al cap i a la fi, vosaltres també sou part del cercle; les vostres decisions ens afecten a tots.

Amb infinit respecte em dirigeixo a tots aquells que ja esteu avesats a brandar la cullera, a vosaltres que guiseu habitualment i sabeu la veritat secreta: que la majoria de llibres de cuina són bastant avorrits de llegir; que aquells que són realment útils acaben sent els quatre de sempre arrugats i tacats per l'ús; que les receptes a casa s'acaben confegint per aproximació; que la meitat de l'art és improvisació, i que, sovint, ni un mateix sap ben bé per què queden bé les coses quan hi queden; que la fórmula infal·lible de les rosquilles és la que hi ha enganxada amb un imant a la porta de la nevera des de fa quinze anys i que ningú recorda d'on va sortir.

Les receptes, per si soles, no m'interessen. «La cuina» com a substantiu no m'interessa.

M'interessa l'acte de cuinar, poderós i transformador —els guixots als marges de la recepta!

Aquest no és ni un (enèsim) llibre de cuina, ni el llibre de cuina definitiu.

Aquest és un llibre de cuinar.