[redacted]
taquillea Taquillea
Abrir

MENGEM XEFS

Cuina catalana

Helena Garcia Melero: “La meva iaia Rosa em feia entrepans de croquetes i de llucet de bou, i sempre vaig pensar que jo era l’estranya”

L’Acadèmia Catalana de Gastronomia i Nutrició organitza una taula rodona sota el títol “Dona i gastronomia catalana. El talent no té gènere”

Leer en castellano Read in English

La periodista Helena Garcia Melero va explicar els records de la cuina familiar, i també de la seva actual.
ACADÈMIA / CEDIDA

Trinitat Gilbert Martínez 11/11/2025

5 min 4 Regala aquest article

BARCELONA La periodista Helena Garcia Melero va invocar la seva iaia Rosa, nascuda a Terol, per recordar els entrepans que li feia quan anava a l’escola. Els preparava amb el que havia sobrat en el sopar de la nit anterior, així que n’hi ”feia de croquetes i de llucet de bou amb olives”. ”Sempre vaig pensar que jo era l’estranya, perquè la resta de companys de classe en portaven de pa de motlle”, va explicar. Ara bé, tot va canviar un dia que la seva millor amiga, la Meri, li va demanar si la iaia n’hi podia fer també per a ella. A partir de llavors, Garcia Melero en va portar dos a l’escola. Aquesta anècdota, juntament amb moltes altres, les va explicar la periodista de TV3 en una taula rodona organitzada per l’Acadèmia Catalana de Gastronomia i Nutrició, en què també va participar les cuineres Carme Ruscalleda i Carlota Puigvert i la mestressa de casa Casilda Agenjo. El títol era “Dona i gastronomia. El talent no té gènere”, i en va fer la moderació el periodista Antoni Bassas, qui també va explicar una anècdota personal relacionada amb les aromes de quan cuinen brou, que alegren els fills tan bon punt entren a casa. Tot plegat va tenir lloc a l’Espai Francesca Bonnemaison, la

Una Immersió Ràpida

mecenes que va fundar una biblioteca perquè les dones sortissin de casa.

Les quatre ponents van coincidir a dir que a les cases qui havia cuinat eren les mares o les àvies. “A casa meva les regnes de la cuina les portaven la mare i la tieta àvia, i la nena, jo, com totes les nenes, vaig néixer amb una motxilla en què em tocava ajudar-les també”, va explicar la cuinera Carme Ruscalleda, la dona amb més estrelles Michelin del món. “En una edat molt tendra vaig començar a fer el sopar de tota la família, perquè la meva mare es va adonar que jo m’ho passava bé, mentre que ella cuinava perquè tocava”, va dir. En aquells sopars d’infància cada vespre hi havia mongeta, de diferents varietats, i peixet de platja. Per la seva banda, la cuinera Carlota Puigvert va afirmar que va tenir “la sort de menjar amb l’àvia perquè els pares treballaven”. Ella i les seves germanes s’estaven amb l’àvia, la veien cuinar i n’aprenien la paciència i les receptes de reaprofitament. “Si un dia cuinava fesols, ja mirava que per a l’endemà també n’hi hagués”, va dir, i va afegir que l’àvia també els va transmetre estima pel que cuines. Casilda Agenjo, mestressa de casa, va assegurar que al principi no li agradava cuinar però que havia volgut reproduir les olors amb què havia crescut a la cuina de la mare i de l’àvia.

Gran audiència de receptes

Garcia Melero també va assegurar que la cuina interessa molt socialment, si més no és el que li indiquen les audiències de la secció de cuina del programa que dirigeix a TV3, *Tot es mou*. A partir de la una del migdia, la cuinera Carme Ruscalleda i les germanes Puigvert hi expliquen receptes, i aleshores noten que l’audiència és alta per l’allau de consultes i preguntes que els fan. A l’*Ara Mengem*, per cert, també podeu trobar-hi receptes de totes dues. Justament des que la periodista fa aquesta secció amb cuiners s’ha adonat que la intuïció que tenia la seva iaia Rosa era bona. “La Carme Ruscalleda ens explica que si un dia fem tall rodó, l’endemà ens en podem fer un entrepà”, i això és el que aplicava la seva àvia, però aleshores ella pensava que “era l’estranya, perquè a l’escola tots portaven pa de motlle per esmorzar”.

1. Els participants a la taula rodona organitzada per l'Acàdemia Catalana de Gastronomia: Antoni Bassas, Carme Ruscalleda, Carlota Puigvert, Helena Garcia Melero i Casilda Agenjo. ACADÈMIA/CEDIDA 2. La cuinera Carme Ruscalleda en un moment del debat, que va tenir lloc a l'auditori de la Biblioteca Francesca Bonnemaison de Barcelona. ACADÈMIA

A la pregunta de si hi ha un trencament de la transmissió cultural de la cuina a les cases, la cuinera Carme Ruscalleda va respondre que sí, perquè "a la cuina domèstica hi ha hagut un canvi d'actituds, fet que no passa a la cuina professional, que està garantida, amb gent que n'ha sentit la crida i s'ha enamorat de l'ofici". En canvi, a les cases no es cuina, malgrat totes les facilitats que hi ha en estris de cuina. "Aleshores dic d'acord, no us preocupeu, la indústria alimentària cuinarà per a vosaltres, però aleshores sigueu-hi exigents, conegueu la temporalitat dels productes i demaneu a la indústria alimentària que cuini el que toca en cada temporada de l'any". Saber la temporalitat dels productes va lligat amb el coneixement, i justament això és el que entrarà a les escoles. "L'assignatura de cuina i nutrició serà curricular, perquè el Govern ha pres la decisió que hi entri com a formació", va dir Ruscalleda, que sempre havia fet aquesta reivindicació, juntament amb el cuiner Ferran Adrià. Tots dos són potser dels cuiners que fa més anys que demanaven que a les escoles hi hagués l'assignatura de cuina.

Per acabar, el debat va lligar l'arquitectura de les cases amb la cuina. Hi ha un corrent que col·loca les cuines en espais petits, perquè les cases ja són petites d'entrada, i per tant a les cuines gairebé només hi ha espai per a un microones. "Si antigament les cuines estaven apartades de les altres estances, i fa uns anys van passar a ser obertes i connectades amb el menjador, perquè la persona que hi cuinava no s'hi sentís aïllada, en el futur seran espais petits, només pensats per escalfar menjar preparat", va dir Garcia Melero, que va afegir que "ens empobrim culturalment si això passa, perquè alimentar-nos no és només donar benzina al cos, sinó també ser feliços, perquè menjar també ens dona felicitat". En aquest sentit, Casilda Agenjo va afegir que aquesta tendència s'entén si es té en compte que cars que són els productes frescos, perquè el cistell de la compra ha augmentat molt de preu en els últims anys.

Perquè tot això no passi, cal donar importància a la cuina. Es tracta de prioritzar-la entre les activitats diàries. "Jo els dic a les

Engany, manipulació, intoxicació... o informació.
No totes les notícies que ens arriben són fiables.
Només el periodisme professional contrasta i verifica una notícia abans d'editar-la i publicar-la
LA VANGUARDIA elPeriódico ara.cat Diari de Tarragona
SPORT MUNDO DEPORTIVO Regió7 SEGRE La Mañana
Diari de Sabadell EL NOU
Diari de Girona Diari de Terrassa
Associació Catalana d'Editors de Diari
Confia en els mitjans que treballen amb responsabilitat

parelles joves amb fills que són responsables de donar-los valors i de fer-los descobrir el sabor dels aliments, que a casa hi han de passar els 40 principals sabors de la nostra cuina, perquè l'alimentació ha de ser a la llista important de la vida", va dir Ruscalleda, que va comentar que sap que hi ha gent que competeix per quantes sèries ha vist a la televisió, i això vol dir haver-hi invertit una gran quantitat d'hores. Els últims minuts de la taula rodona les ponents els van dedicar a les seves receptes preferides. I d'entre totes va destacar la d'Agenjo, que va dir que la família sempre li demana els macarrons. Carme Ruscalleda va confessar que l'escudella és la que aplegava tothom a la taula familiar, fins i tot els diumenges d'estiu. I perquè quedés ben clar el perquè, Ruscalleda va deixar bocabadat a tothom amb la recepta detallada de l'escudella i la carn d'olla.

+Mares de cuiners

VEURE 4 COMENTARIS

Avisa'ns si detectes algun error

CUINA CATALANA | CARME RUSCALLEDA | HELENA GARCIA MELERO

MÉS DE LA SECCIÓ

Xefs

Els pescadors que pugen a cavall per entrar al mar del Nord i pescar gambes

La pizzeria que va començar en un pàrquing obrirà dos locals nous, a Barcelona i a Madrid

Helena Garcia Melero: "La meva iaia Rosa em feia entrepans de croquetes i de llucet de bou, i sempre vaig pensar que jo era l'estranya"

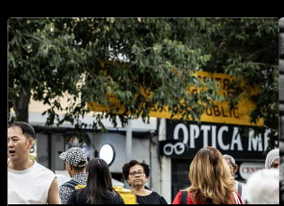
Marc Ribas obre una xarcuteria: "No trobes un bon entrepà de llonganissa, però sí crestes argentines"

EL MÉS POPULAR

EL MÉS VIST		EL MÉS COMENTAT	
Marc Ribas obre una xarcuteria: "No trobes un bon entrepà de...	1.	Marc Ribas obre una xarcuteria: "No trobes un bon entrepà de...	1.
Nandu Jubany: "Quan penso en els trenta anys del restaurant e...	2.	S'incendia el restaurant Mas Marroch dels germans Roca a...	2.
Helena Garcia Melero: "La meva iaia Rosa em feia entrepans de...	3.	Ferran Adrià: "Soc jo, el culpable que no hi hagi restaurants de cuina...	3.
El restaurant que fa brillar una estrella durant 40 anys tot i...	4.	Nadal sense peix: avís de la Generalitat a la UE si no autoritza més...	4.
Joan Manubens: "Acabem d'obrir el bar del Passadís del Pep,...	5.	Helena Garcia Melero: "La meva iaia Rosa em feia entrepans de...	5.

DESCOBREIX

VEURE'N MÉS



Gairebé 800.000 ciutadans arribats en

Diana Silva
SOCIETAT

+ L'anàlisi de l'ADN d'Adolf Hitler demostra

Quim Aranda
HISTÒRIA

ara

Periodisme lliure i compromès, per estar ben informat

Manifest Qui som Firmes Temes RSS Punts de venda Publicitat Ajuda Contacta

App: IOS Android

© ARA 2025 Privacitat Condicions Cookies

Col·laboradors

Generalitat de Catalunya Departament de la Presidència

Conselleria de Turisme, Cultura i Esports Institut d'Estudis Baleàrics

GENERALITAT VALENCIANA

SEMPRE TEUA La teua llengua

ACCIÓ Catalonia Trade & Investment

Generalitat de Catalunya