



Entrevistem al professor i gastrònom,

Jaume Fàbraga

«...al món, per desgràcia la cuina catalana hi és pràcticament inexistent, ja que es projecta com a cuina espanyola»



Avui el nostre convidat és en Jaume Fàbraga i Colom (Vilavenut, Pla de l'Estany, 1948). En Jaume és historiador, crític d'art i professor de gastronomia a l'Escola de Turisme i Direcció Hotelera de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB).

Reconegut internacionalment com el primer escriptor gastronòmic de Catalunya, ha estat guardonat en cinc ocasions amb els "Gourmand World Cookbook Awards", el premi al millor llibre de cuina del món i amb diversos premis d'assaig a Catalunya, Andorra i el País Valencià. Ha publicat una seixantena de llibres sobre gastronomia, entre ells *La cuina mediterrània-La cuina catalana*, en 11 volums.

Col·labora en revistes i diaris com *El Temps*, *Serra d'Or*, *Diari de Girona*, entre altres publicacions.

Imparteix cursos i conferències a la Universitat de València, Universitat d'Alacant, Universitat Autònoma de Barcelona, Universitat Catalana d'Estiu, Universitat Rovira i Virgili i en altres centres culturals i acadèmics, així com cursos de Doctorat a l'Hospital Trias i Pujol, màsters a la Universitat de Vic, etc.

És membre de l'AICA (Associació Internacional de Crítics d'Art), de la FIJET (Federació Internacional de Periodistes de Turisme) i soci d'honor de l'AELC (Associació d'Escriptors en Llengua Catalana).

En aquesta entrevista, les seves paraules, ben segur, no deixaran indiferent a ningú.

Com comença a interessar-se per la cuina catalana i la seva història?

El primer treball que vaig fer eren classes de reciclatge de mestres, i impartia una assignatura que es deia Coneixement de Catalunya. Al programa hi havia un apartat de cultura popular, que vaig dedicar a la cuina i als aliments, i els mestres hi van respondre de forma molt positiva. A poc a poc, em vaig anar interessant per la cuina en els seus aspectes lingüístics, culturals, antropològics i històrics. Durant anys, vaig ser professor de gastronomia i Vins a l' Escola d' Hosteleria i Direcció Hotelera de la UAB.

Breument, quin és el tema més important o central del vostre darrer llibre publicat "69 maneres de fer-ho"?

És un treball sobre la cuina eròtica en la història, amb un particular èmfasi sobre la tradició històrica catalana, no debades la nostra llengua és la primera d'Europa que compta amb un text eròtic com l'*Speculum al foder*, del s. XV. He reconstruït receptes històriques d'aquests llibres o dels reis de la Corona catalana, de convents (sic), etc. Però després d'aquest llibre n'he publicat 5 més, a part de diversos estudis: *Conserves casolanes*, *La ratafia i licors d'herbes dels Països Catalans*, *Esmorzars de forquilla i entrepans*, *100 Receptes a la catalana* -amb un llarg estudi històric i un manifest de la cuina nacional-, *La cuina de la patata*, *Els rostits*, *Cassola, forn i brasa* i *La cuina de Lleida* També he col·laborat en obres col·lectives com *El cançonero de Riudellots*, amb un estudi sobre els menjar en aquest remarcable cançonero del segle XVI (*Tant bo vos sap lo menjar?*). Tinc en preparació un llibre sobre els ous, un altre sobre les postres tradicionals i un altre sobre la cuina d'abans. Vaig de l'assaig de tipus històric als receptaris tradicionals, sempre reivindicant la cuina catalana.

Podríeu explicar per què dieu que l'aportació més important que Catalunya ha fet a la cultura europea és la cuina?

A l'edat mitjana, malgrat l'escassa població, és la nació que aporta més a la cultura culinària europea, fet reconegut a la Itàlia medieval i del Renaixement. No solament per la presència catalana a Itàlia i l'influx que la seva cuina va exercir en el país alpi, sinó també perquè els primers llibres de gastronomia, de tots els gèneres- dels receptaris a llibres de productes, de teoria gastronòmica, d'etiqueta alimentària al palau reial, de nutrició, etc. són en català.

Qui era Mestre Robert?

Mestre Robert era un cuiner de la cort de Nàpols al segle XV. És l'autor del *Llibre del Coch*, el primer llibre de la cuina occidental d'un cuiner-autor literari. No sabem si era català o napolità, però el cert que va escriure la seva obra en català, que en aquells moments, a la refinada cort de Nàpols, era la llengua de la gastronomia. Li he dedicat un assaig titulat *El Convit del Tirant*, on mostro la seva importància històrica i la continuïtat del seu model de cuina d'autor fins a Ferran Adrià. Per desgràcia, se l'ha espanyolitzat amb el Nom de Ruperto o Robert de Nola, noms que no va utilitzar mai. Fins i tot la Generalitat, en una exposició comissariada per Núria Bàguena va utilitzar aquest nom espuri.

Que va significar la cuina catalana medieval a la península i a tota Europa?

Ja he dit que la cuina catalana va tenir una gran projecció a tot Europa, començant per Itàlia. Al segle XV l'humanista Bartolomeo dei Sacchi, conegut com *il Platina*, al llibre *De honesta voluptate et valetudine* lloa la cuina i els cuiners catalans com els millors del món, i diu que es delecta amb els plats catalans, que, altrament, apareixen als receptaris italians i europeus. A més, amb el Borja instal·lats a Roma, la cuina dels Països Catalans assoleix una difusió enorme un gran prestigi, com explico al meu llibre *A la catalana*.



Com va ser el ressorgiment l'any 1835 de la cuina catalana?

Durant l'època de l'anomenada "Decadència" (període al qual li he dedicat diversos llibres, com *La cuina de 1714*, *La cuina del rector de Vallfogona*, etc. amb la prohibició d'editar en llengua catalana per part d'Espanya, la cuina catalana està a punt de desaparèixer, ja que només amb transmissió oral, i sense fonts escrites, no es crea ni es perpetua cap model culinari. No obstant són els monjos, al redós dels convents, els qui continuen escrivint manuscrits de cuina catalana, que enllacen la cuina medieval amb la moderna. Amb la Renaixença, un intel·lectual escriu *La cuynera catalana*, que és un dels primers llibres europeus d'una cuina "regional" o nacional (vers 1835), que per burlar la llei, es publica en fascicles, que després s'apleguen en un llibre. Aquest llibre tindrà un enorme èxit i, al llarg del segle, se'n faran diverses edicions. Jo mateix en vaig trobar un exemplar, molt usat, a la meua casa pairal, malgrat que la meua família era il·letrada. Aquest llibre enllaça amb una altra publicació memorable, *El llibre de la cuina catalana*, publicat per Ferran Agulló, un altre intel·lectual, el 1928.

Com ha evolucionat la cuina catalana actual? És aquesta encara, l'herència d'aquella?

Naturalment, totes les cuines evolucionen, i la catalana també. Després dels intents de genocidi franquista, la cuina catalana es torna a recuperar, si bé ja no assolirà l'esplendor que va tenir a l'època del Modernisme, el Noucentisme i la República. Això no obstant, en la cuina d'autor es produeix un esclat enorme amb figures com Ferran Adrià, els germans Roca o Carme Ruscalleda. Tanmateix, tal com assenyalo al meu llibre *A la catalana*, aquesta projecció es fa com a cuina espanyola, no catalana. Altres fenòmens, com la globalització i la substitució demogràfica accelerada fan que la cuina catalana estigui en alerta roja. A Barcelona, i en moltes ciutats de Catalunya, és més fàcil menjar un Risotto que no pas un Arròs a la cassola, o un Cebiche que no pas una Esqueixada de bacallà, o un Ramen que una Escudella barrejada. Només en els esmorzars de forquilla- als quals he dedicat un llibre- es manté la cuina catalana tradicional amb una certa salut, i encara!. Es produeix una espanyolització de plats com la Pota i tripa de xai o les Tripes a la catalana, substituïts pel nom espanyol de "*Callos*". I certs cuiners renuncien a noms tradicionals, com les Galtes, i els substitueixen per un absurd "*Melós*" i altres galindaines.

Quins són els trets que encara es mantenen?

Aquesta pregunta crec que ja queda contestada. La cuina tradicional es manté més o menys bé en algunes comarques, i sobretot en l'àmbit dels esmorzars de forquilla. En canvi, l'àmbit del qual jo anomeno *Alta Cuina Tradicional* queda més orfe, a diferència, per exemple, del que s'escau a França, a Itàlia i Portugal, on estan molt orgullosos del seu repertori de cuina tradicional, i mantenen els seus restaurants, *osterie* i *trattorie* o *bouchons* i *bistros*. Aquí les venerables fondes quasi han desaparegut, i el relleu generacional ha apartat la cuina tradicional.

Com afecten les xarxes socials a la cuina actual? Perduren els receptaris?

Les xarxes socials- on hi soc molt actiu- poden tenir efectes tant positius com negatius. Entre aquests darrers hi ha l'escassa formació de molts periodistes i *influencers*, que arriben a escriure autèntiques bestieses- com la d'una *influencer* murciana que, sense cap prova, deia que el pa amb tomàquet era d'origen murcià. En un llibre sobre el pa amb tomàquet ja vaig demostrar l'origen històric català inqüestionable d'aquesta preparació. De fet, vaig ser convidat al programa *La Selva* de TV3, amb Xavier Grasset, a debatre aquesta qüestió. En aquestes publicacions s'hi traspua una certa catalanofòbia, i gairebé sempre una profunda ignorància sobre la cuina catalana. Els receptaris es mantenen, i tant un servidor com altres autors continuem publicant, en el meu cas sempre centrat en la cuina tradicional dels Països Catalans, que tenen un fons inacabable- cuina de les dones, dels pescadors, dels pastors, etc.-, col·lectius als quals he dedicat diversos llibres.

Per què hauríem de ser conscients que, juntament amb la llengua, la cuina és un tret nacional molt important?

La llengua, igual que és el nervi de la nació, també ho és de la cuina. Comptat i debatut, sense llengua catalana no hi pot haver cuina catalana, i ho faig extensiu a tots els Països Catalans. Tota la meua obra s'ha centrat en aquesta qüestió.



Què opineu de la polèmica del "pa amb tomàquet", ara que se'l volen apropiat d'altres regions d'Espanya o per exemple, veient que Madrid l'ha anat integrant cada vegada més en els darrers anys, en l'oferta dels seus entrepans?

En totes les cultures catalanes- i en la catalana també- hi ha trasbalsaments de coneixements i receptes. El pa amb tomàquet sembla que ha arribat a Madrid, i amb la seva paranoia arriben a dir

que fan el millor "*pantumaca*" del món. És clar, també fan la millor Paella i els millors "*calcots*" (sic)!. Dir-ne *Pantumaca*, d'entrada, ja és una prova d'ignorància i catalanofòbia. A més l'han desnaturalitzat totalment: en pa amb tomàquet regular de sempre, el pa -que ha de ser de pagès- no es torra, no s'hi posa all, i el tomàquet se suca, mentre que a Espanya el presenten en forma de puré, i no fan servir tomacons o tomàquets de penjar. El dolent d'això, és que aquesta desnaturalització espanyola contamina els autors i *influencers* d'arreu -com s'ha vist en el cas d'un *influencer* britànic- que volen parlar del pa amb tomàquet o altres plats catalans.

En què es diferencia la cuina catalana de les altres?

He publicat diversos assaigs mostrant les concordances i alhora les diferències del sistema culinari català amb d'altres. La cuina catalana és una gastronomia rica, diversa, plural, estesa a tots els Països Catalans, i amb arrels molt antigues -dels ibers als grecs, passant pels àrabs, els occitans i la cuina medieval i barroca, els italians i els francesos-. Es basa en ingredients de proximitat i de temporada, i d'altres d'adoptats, com el bacallà, i combina productes del mar i de muntanya, amb sabors equilibrats i una gran varietat de plats tradicionals i preparacions bàsiques, com el Pa amb tomàquet o el Pa amb oli...

- Marisc, peix, carn, verdures, bolets, llegums, arròs, pasta, fruita seca i oli d'oliva són les primeres matèries fonamentals, amb amanides singulars- com l'Esqueixada- o grans plats de verdures- com el *Trinxat* o els Espinacs amb panses i pinyons, grans olles valencianes i catalanes, com l'*Escudella* i carn d'olla, el *Putxero*, el *Bullit*, l'*Escudella barrejada*... i grans plats d'arròs o pasta, com la *Paella* o l'arròs a la cassola, els *Macarrons* o *Canelons* a la catalana i la *Fideuada*.
- Fusió de mar i muntanya: plats com el pollastre amb llagosta o els peus de porc o el conill amb gambes, els caragols amb conill i sépia o calamars, el *Niu*, etc. en són exemples clàssics.
- Salses tradicionals com el sofregit, la picada, el romesco o l'allioli, la *Salmoreta* alacantina, de les primeres de la Mediterrània
- Ús de la brasa, dels bullits i dels guisats lents: cuina de xup-xup, amb plats elaborats a foc lent, de la carn o el peix i marisc a la brasa als suquets, i simples bullits de verdures, que només retrobem a Portugal
- Festes gastronòmiques en què s'exalta la convivialitat: *Nadal*, *Calçotades*, *Costellades*, etc.
- Dolços i postres de referència: *Torrons*, bunyols, tortades, coques i cócs, cocarrois, *Crema catalana*, *Ensaïmada*, *Braç de gitano*, *Xuixo*...

Quan es parla d'un plat, quina relació hi ha entre la llengua i la cuina? Podeu posar un exemple?

En posaré un exemple occitanocatalà, la *Brandada*. Aquest plat d'origen provençal- *Brandada de bacallà*, *Brandada de merluça*, *Brandade*, segons si tirem el català, l'occità o el francès- és popular arreu: es troba a força restaurants i es ven, fins i tot, com a plat preparat i es fa servir per a canapès, farciments de pebrots del piquillo, etc. A Catalunya, la *Brandada de bacallà* és un plat antic: comença a aparèixer al segle XVIII, amb el nom de "*Bacallà a la provençal*", tal com podem veure en algun receptari monacal. En un manuscrit en català titulat *Guisados bàrios* (1831) editat per *La Magrana*, de la família del marquès de Balanzó s'anomena "*Bacallà a la marselesa*". Però abans surt al llibre de José Maillol -editat a Barcelona- *El confitero moderno* (1851) amb el nom de "*Bacalao a la provenzal llamado brandada*". Fins i tot, n'hi ha versions tradicionals -en forma de bacallà aixafat, amb all, oli d'oliva, etc.- a vegades amb la inclusió de patates -sota diversos noms pintorescos: "*Bacallà a la grandi colloni*" (Vallès, Maresme; bacallà, patates

aixafades, ous, all...), "*Bacallà a la sacsacollons*" (Plana Baixa), nord enllà, a la Ligúria, el "*Baccalà brand de cujun*", que en parlar lligur vol dir el mateix que volen dir els pescadors del Maresme o de la costa de Castelló. Un plat similar, a la manera manxega rep el nom d'"Atascaburras". Tots a base de bacallà desfet i , generalment, amb patates, per allargar.

Doncs bé, l'innocent "*brandar*", significació zero en francès, en occità i català, vol dir, segons el DCVB, "*moure alternativament de banda a banda*", i, també, o tocar les campanes. Segons el Diccionari Occità de Loís Alibert, "*brandar*" vol dir el mateix, i "*brandada*", l'acció d'agitar, moure, bellugar. En occità, a més, pot tenir el sentit de masturbar-se-, en francès se branler-. I què és el que brandem quan toquem - o toquen- les campanes? Naturalment, el *batall*. Aquest adminicle, tant pels seus moviments com per la seva morfologia, és allò que de més distintiu tenen els senyors, enfront de les senyores. I, a la vegada, té una forma força similar al boix o mà de morter, que és també el "*batall*" amb què es confecciona la brandada, tradicionalment elaborat pels homes. Tothom sap, a més, que el batall masculí és acompanyat per dues boles, que quan fem aquest plat, un allioli- la confecció del qual, tradicionalment, també era reservada al gènere pelut-, tot plegat "*branda*". Aquesta reflexió la podem traslladar a l'*Allioli*, que en la cultura tradicional té connotacions masculines i eròtiques.



Es valora més a fora que a casa nostra la cuina catalana?

Això de la valoració de la cuina catalana és molt subjectiu, i depèn de les zones o de les edats. A Barcelona- que és una *world city* -podem considerar que la cuina catalana és minoritària i fins desconeguda. A les comarques potser resisteix millor, però tampoc n'hi ha per tirar coets. I difícilment es pot valorar a fora- a Espanya molt poc, a causa de la catalanofòbia, cosa que, en canvi, no passa amb els bascos- i al món, per desgràcia la cuina catalana hi és pràcticament inexistent, ja que es projecta com a cuina espanyola. Per això centro tots els meus esforços, començant per una perspectiva històrica, a estudiar-la i difondre-la, perquè estic convençut del seu valor cultural, i naturalment, lúdic.

Carme G. Camins – abril 2025