

Avui mengem barba de caputxí

Dc, 8/08/2018 per Catalunya Religió



(*Ramon Bassas - CR*) Fra Valentí Serra de Manresa, arxiver dels caputxins, és un pou de ciència, com saben els lectors de [Catalunya Religió](#), d'[altres mitjans](#), de la web [Calendari de l'Ermità](#) o dels seus més de vint llibres, molts ells de cuina. Per concretar una mica li vam demanar que triés un dels productes alimentaris per aquesta secció. Estudiós de la cultura popular i de les tradicions hortícoles i culinàries dels caputxins, ha triat parlar de l'escarola "barba de caputxí". «És una hortalissa conreada en les antigues hortes dels caputxins, de mata molt ufanosa i en forma de barba florida, de textura molt agradable al paladar i d'un gust lleugerament amarg, però molt refrescant.» Sens dubte, el que necessitaríem aquest estiu. Fra Valentí ens adverteix l'escarola, de fet tant la llisa com l'arissada, especialment aquesta variant "barba de caputxí", és molt agraciada amb la provitamina A. Ja sabeu, la que va bé per la vista.

¿Quina relació hi té, l'escarola "barba de caputxí", amb el món caputxí pròpiament, més enllà del nom? «El cultiu d'aquesta escarola compta amb l'aval de la llarga tradició hortícola i gastronòmica dels caputxins». Però fra Valentí anima no tan sols a menjar-ne sinó a atrevir-se a cultivar-la a casa nostra. «El seu conreu és força fàcil i és molt recomanable per a plantar-ne en els horts urbans per al consum familiar. Cal tenir present que és una hortalissa que li plau molt la terra fresca i ben adobada, però no excessivament humida», avisa. Però si no us atreviu, es pot comprar amb facilitat «no és massa difícil de trobar-la en els mercats i fruiteries, especialment en temps d'hivern i primavera».

El xató

¿Aquesta hortalissa és habitual a les taules de les famílies? «Sí, gaudeix de molt bona acollida, ja que és molt vistosa i, sobretot, apta per a preparar una bona xatonada», ens diu el caputxí. ¿Com es prepara? «En les amanides és una menja molt refrescant i, si l'amanim amb oli d'oliva, fa de més bon pair i, segurament, per aquest motiu, l'escarola forma part integrant del xató o xatonada.»

El xató és originari de terres vitivinícoles, la seva paternitat se la disputen El Vendrell, Sitges i Vilanova i la Geltrú i és un signe d'identitat que es promou amb iniciatives turístiques com la [Ruta del Xató](#). Tot i així, el xató s'ha popularitzat i se'n prepara a les cuines d'arreu de Catalunya. «Sí, és una amanida catalana molt popular», en reconeix fra Valentí, «que hom prepara amb una bona esqueixada de bacallà dessalat, olives, ceba tendre, api, filets d'anxova i bocins d'escarola blanca ben macerada amb romesco, que és una de les salses més antigues i tradicionals de casa nostra, feta amb bitxo, alls picats, julivert, oli i vinagre.» Una recepta ben senzilla per fer a casa, de fet. O al convent.