

Els significats d'un carretó

Mariona Quadrada

Llicenciada en Filologia Catalana i mestra de cuina.

Al supermercat

Un matí qualsevol en un supermercat convencional: sóc a la cua de la caixa i davant meu una dona no té prou cèntims per pagar el que porta. Prova una targeta i res; en prova una altra i ara sí, pot pagar. Entremig dels intents, tinc temps d'examinar-li el carretó ple fins dalt. La dona se'n va. La caixera, que em coneix, se'm gira i diu: «Fixa-t'hi, més de 90 € i no hi ha res per menjar».

Efectivament, al carretó hi havia tot de begudes ensucrades i gasoses, begudes alcohòliques, combinats de fruita amb iogurt, flams, una muntanya de pizzes, frankfurts, bacó, delícies de pollastre, unes quantes llaunes, tomaca fregida, i tot això que se'n diuen snacks de qualsevol tipus. Moltes persones més o menys sensibilitzades en l'alimentació i la cuina ens podríem posar les mans al cap davant d'aquesta fotografia i trobar-la horrorosa, fer mil comentaris tòpics sobre com ha canviat tot i que malament que mengem. Això, però, es queda en una anècdota de sobretaula o de cafè si no som capaços d'analitzar-ne les causes, els processos, les conseqüències i, més enllà, les alternatives.

De moment, ens podríem preguntar si aquest carretó és freqüent o ocasional. En el segon cas, només hauríem de ser conscients que aquell o aquells dies mengem «marranades», sabent que no ens estem alimentant, sinó gaudint de la mateixa contradicció del gust «marranada», perquè, pel que sigui, ho hem triat així. En cas que el carretó de la foto fos freqüent, apareixen diversos problemes o, si més no, dubtes. Per què no tothom és capaç de fer-se aquesta pregunta?

Qui n'és capaç?

En èpoques anteriors a la d'ara, l'alimentació, el consum de productes o d'una manera determinada de fer cuina es podien visualitzar, depenent de la classe social de pertinença. Avui, aquesta idea ha canviat i no es mesura tant pel fet de pertànyer a un col·lectiu amb trets i vida similars, sinó per l'educació que hàgim pogut rebre. En alguns casos és degut al poder adquisitiu, però en molts d'altres, no. Fills de famílies benestants poden haver estat educats en una alimentació i uns gustos homogenis i globalitzats, i no tenir ni idea del seu paisatge, del seu entorn, dels seus costums. Tanmateix, els més perjudicats són, en molts casos, persones que, veient que un pot de tomaca fregida és més econòmic que fer-ne la salsa a casa, es decantin per la primera opció. Una contradicció en tota regla.

La teoria: analitzem els valors dels actes de menjar i cuinar

Menjar és un acte universal que fem no tan sols les persones, sinó tots els éssers vius, de manera indefugible i amb una freqüència que mena a la quotidianitat. És una de les obligacions més permanents i més freqüents des que comencem a existir. Els requeriments per poder ser subjectes d'aquesta acció no són altres, doncs, que la mateixa existència.

Menjar respon a la necessitat d'alimentar el cos perquè no defalleixi. En aquest sentit, el menjar aconsegueix una funció nutricional que no depèn de la voluntat de la persona i que es desenvolupa al marge de la raó. En determinats moments, però, en relació amb el temps que transcorre des de l'última ingesta, l'organisme sent un buit que identifiquem com a gana. La gana és una sensació física que pot arribar a ser desagradable, fins i tot desesperant en casos

extremes, i que, d'una manera conscient, podem pal·liar. El menjar, quan tenim gana, ens produeix una satisfacció purament física i irracional.

Un cop les necessitats bàsiques estan cobertes, menjar esdevé un acte conscient en què, a més, intervenen la decisió, l'opinió i la recreació. És la totalitat de la persona, amb tots els seus sentits, la que s'implica en aquesta funció bàsicament lúdica i de plaer. Podem decidir entre menjar-nos una poma o optar per una llagosta o un plat d'arròs; estem en disposició de fer judicis de valor i de qualificar els plats des de posicions subjectives (com «m'agrada» o «no m'agrada») o des d'òptiques objectives («el peix és fresc» o «el peix és passat»); ens permetem i ens inclinem al gaudi que ens proporcionen les menges que hem triat. És un acte absolutament voluntari.

El context en què s'esdevé l'acte de menjar i de cuinar té també conseqüències directes en la manera com aquestes dues accions es duen a terme. D'un determinat clima i paisatge en surten uns plats concrets. Si és terra d'oliveres, per exemple, amanim amb oli d'oliva.

Els aspectes de tipus social i cultural també tenen incidències directes: en qualsevol ocasió festiva o com a pretext per a trobades, es convoca una taula al voltant de la qual es parla, es discuteix o es riu.

Per la seva banda, les funcions afectives, psicològiques i relacionals lliguen un plat a un sentiment, i per això el que es cou a l'olla de casa nostra no és diferent del que es cou a l'olla de la casa del costat, que fa bullir una altra persona amb la qual no ens uneixen els mateixos lligams. Un plat associat a un context concret o a una vivència personal esdevé un record inesborrable en la nostra biografia personal.

El menjar aconsegueix, alhora, una funció íntima, a través de la qual entrem en contacte amb nosaltres mateixos amb la satisfacció de la plenitud de l'abaltiment del cos i de la ment.

El record del plat tastat, en el seu context de relació i de sensacions, amb un aspecte valoratiu, confereix un coneixement que ens permet de rebutjar o de desitjar novament allò que memoritzem. Implica coneixement del producte a utilitzar. A partir d'aquest coneixement es pot fer una elecció, i escollir i canviar són factors decisius per evitar la monotonia i l'avorriment, tant per a la persona que cuina com per a la qui menja. L'adequació a l'època de l'any, tant en relació amb el producte com amb el clima del moment, és un element que incideix en les possibilitats de variació (tomaques a l'estiu, cols a l'hivern). També cal tenir en compte la naturalesa dels aliments des del punt de vista nutricional i les seves possibles combinacions per a un equilibri alimentari adequat, així com l'origen, la durada i les possibilitats de conservació dels productes, siguin de la classe que siguin. Tots aquests factors configuren l'objecte de la cuina.

La transformació dels aliments per l'acció de la calor o en cru és fonamental a l'hora de decidir quin procés cal utilitzar per a cada producte. Són el que anomenem les tècniques bàsiques de la cuina, que donen seguretat i domini en l'acte de cuinar o, si més no, ens transmeten el poder de la crítica o l'autocrítica perquè estem en posició de diferenciar «això ben fet d'allò mal fet». Són l'aprenentatge de la cuina.

La situació correcta en un context ajuda a entendre i a respectar millor els perquè de certes fórmules o costums culinaris. La relació dels productes amb el seu paisatge i els plats a què donen lloc són un punt d'orientació important de cara als resultats que es volen obtenir, tant si són fidels al context com si se'n surten. És la ubicació de la cuina.

L'acte de menjar, doncs, és satisfactori i plaent, no tan sols perquè ens alimenta i ens omple els sentits, sinó també perquè és efímer, com tots els grans plaers. La felicitat que ens aporta no és permanent sinó fugissera. La creació culinària, en conseqüència, té la característica

essencial que, per gaudir-ne plenament, l'hem de destruir, o més aviat, diguem-ne, incorporar en el sentit més literal de la paraula: *in corpore*. Ens transforma des del punt de vista fisiològic i també sensitiu, a semblança de com ho fa l'acte amorós, quan ens incorporem a un altre cos també d'una manera efímera i passatgera.

És precisament aquesta sensació de fugida, de desaparició, de no poder retenir el plaer, el que genera el desig de la repetició i la reiteració i ens acosta a la millora i a l'experimentació. Tot això, és evident, al marge de la simple satisfacció de la gana, d'una sensació purament física, desproveïda d'espiritualitat i de creativitat.

La realitat del dia. La trampa del concepte temps

«No cuino perquè no tinc temps». El temps del qual disposem les persones és una cosa immaterial i abstracta que nosaltres concretem segons la tria d'accions a fer. La distribució de les hores com a espais d'execució d'accions és una qüestió personal que depèn de les nostres prioritats. Podem triar entre fer un bon sofregit per elaborar un arròs, per exemple, o estabornir-nos davant de la televisió facin el que facin, també per exemple.

L'argument «no tinc temps», doncs, no és vàlid des de la reflexió intel·lectual; però, en canvi, en la realitat del dia a dia es viu així. No hi ha temps per cuinar i gairebé tampoc de menjar en el sentit de l'aturada necessària. Durant anys ens hem refugiat sota l'argument que la incorporació de la dona al món del treball n'ha estat la causa. Però, dubtem-ho.

En les classes benestants, les minyones o les ajudants de casa han estat i són les qui transformen els aliments en plats, si més no en part. En les classes populars o pageses, la dona s'ha fet un fart de treballar fora i dins de la llar amb la cuina inclosa. Per què? Doncs perquè no hi havia cap altra cosa ni cap més remei, o senzillament era normal. Perquè cuinar no era una opció com ara, en què entrem a les botigues que ens proveeixen i, només obrint un armari refrigerador o alçant la mà cap a un prestatge, ho trobem tot fet. Cuinar ha passat de ser una obligació a ser una opció. Si una persona creu que per a ell és millor distribuir-se el temps sense fer-hi cabre el menjar, ja fa una opció. Però n'hi ha una altra: creure's que el menjar no és solament un fet rutinari, sinó que és una de les bases de la nostra salut i una font de plaer per a la recreació dels sentits. Per tant, no tinc temps no és una excusa.

El contingut del carretó: la indústria alimentària

Ja fa uns quants anys, en un diari conegut, es publicava un article signat pel fundador de l'ecogastronomia (*slow food*) titulat «Le hemos robado el alma a la cocina». Altres mitjans han introduït temes relacionats que parlen dels perills de l'ús i l'excés de greixos saturats i trans en determinats aliments tan usuals com les hamburgueses de menjar ràpid (*fast food*), les crispetes, les patates congelades per fregir o la rebosteria industrial, cosa que ja pot semblar tòpica de tant que se n'ha parlat i contra la qual s'ha lluitat, per exemple, des de l'estament dels mestres que tenen la voluntat d'educar els alumnes d'una manera integral. Aquestes afirmacions ens condueixen a concloure que alguna cosa no gaire bona està passant.

D'altra banda, hem dit i sabem que els mitjans de comunicació no paren de parlar de cuina, d'avenços en aquest sentit, d'invencions, de cuiners excelsos que s'han convertit en icones de la nostra societat i que se'ns proposen com a model a imitar. Ens omplen de programes de cuina, de revistes, de blogs i webs sobre la importància del menjar i la salut o de les acrobàcies i les proeses culinàries d'alguns, etc.

En aquest sentit, els mateixos mitjans continuen traient enquestes i estudis sobre l'increment d'una de les malalties derivades de l'alimentació: l'obesitat. Fins ara i des d'aquí, ho vèiem com un mal endèmic de països com ara els EUA, en què el règim alimentari se'ns venia com a

nefast, desequilibrat, ple de greixos saturats i aliments sense origen ni identitat. A l'altra cara de la moneda apareixiem els mediterranis com a exemple de dieta sana, equilibrada, gairebé miraculosa, gràcies a l'ús, entre d'altres, de l'oli d'oliva, i de la varietat d'aliments vegetals que el clima ens aporta. Doncs bé, ara resulta que l'Estat espanyol, del qual, de moment, forma part la nostra nació, és el país europeu en què més casos se'n donen, sobretot entre la població infantil i juvenil. Només cal reüllar. Davant d'aquests fets, la sanitat pública encén el far d'alarma i adverteix la població sobre els perills evidents d'aquesta malaltia. Però no solament això, sinó que el llum s'encén amb més intensitat quan passem comptes del que això suposa de despesa econòmica als organismes competents de la salut i, al capdavant, a nosaltres mateixos. Els motius d'aquest increment de persones extremadament grasses, diuen, es deu, entre d'altres, a la mala alimentació i a l'estrès; aquesta malaltia amb nom modern que només vol dir que la persona no dóna per a més, físicament o psicològicament o totes dues coses.

I pregunta clau: algú aturarà les multinacionals de la indústria alimentària i regularà l'ús de productes amb què s'elaboren aliments i menjars preparats absolutament a punt de servir que trobem a tots els supermercats? Algú promourà, fomentarà o, fins i tot, subvencionarà que el temps de fer-se el menjar a casa, sabent què estem cuinant, és un temps de gust i salut? Doncs, segons es veu, no.

És clar que la finalitat d'aquesta indústria avalada pels governs de tot arreu no és ajudar perquè cuinar a casa sigui una tasca més lleu, no vetlla per la bona alimentació, ben al contrari. El que fa és dissenyar productes, crear nous gustos i combinacions, i, sobretot, que se'n venguin molts, tant se val com estiguin elaborats. I en el com hi entra l'on, la procedència: d'on venen els productes que consumim? Quants quilòmetres han fet per arribar fins aquí? Quan de temps han jagut en una càmera? Qui els ha produït i en quines condicions? Vet aquí la doble moral.

Tot això passa en un moment en què ens diuen que un dels pilars sobre els quals es basa la construcció de la societat és, justament, aquest, la «protecció» de les persones des que naixem, utilitzant com a arguments el control de la cadena. Nosaltres restem impassibles i meravellats davant l'oferta, sense cap rastre d'opinió ni sentit crític ni autonomia. No tenim eines per triar. Però, i l'educació?

L'educació en el menjar

Situació en un restaurant:

—Sí, per a nosaltres, milfulls de patata amb escuma de foie-gras i escates de tòfona, i després cruixent d'ànec amb ceba caramel·litzada i núvol de coco. I per als nens què tenen, si us plau?

Contestaré amb un suposat monòleg interior de criatura:

—Papa i mama, per què dubteu de la meva capacitat degustadora?

—Per què no puc gaudir de tot això que mengeu vosaltres?

—Per què pressuposeu que m'estimo més unes delícies de pollastre de fregidora, barreja de conglomerat d'un pollastre intuït, que una patata i bajoca de temporada amb oli bo o d'un milfulls del que sigui?

—Quan seré prou gran per poder menjar una altra cosa que no siguin espaguetis?

Les criatures, pobretes, ens arriben despullades i som els adults els qui els hem d'anar vestint tota la infantesa i la primera joventut fins que ells, també, arribin a la maduresa suficient per triar el vestit que més els escau.

Immersos en el proteccionisme i el dubte que segurament no hem escollit, però amb els quals convivim, no ens adonem que estem privant la criatura dels gustos i de les sensacions pròpies de la seva cultura, del seu paisatge, del seu entorn. I més encara, no li brindem l'oportunitat de sentir com el menjar —sobretot aquell que es cuina a casa— transmet, a més de la proximitat amb els productes i la terra, l'elaboració i els gustos per delectar-se, els afectes i els lligams sentimentals amb els individus i amb la comunitat; al capdavall, amor, identitat i respecte.

Així, doncs, sentida aquesta veu de ficció, sembla que, en lloc d'esperonar-lo cap a la sorpresa, l'aventura, el plaer i el risc del tast, cap a formar la seva capacitat crítica i de tria, cap a la seguretat del m'agrada o no m'agrada, l'estem desposseint de saber escollir i decidir, en resum, de responsabilitat i d'autonomia.

Per què actuem així?

En part pel desenvolupament, dins la nostra societat capitalista, d'una indústria del menjar, d'estètica ianqui, que ens diu que menjar d'una determinada manera és ser més modern i que transmet el missatge de joventut com a valor suprem en tots els àmbits. Fa vint anys més, ara això ja és un substrat: «Si menges hamburgueses, seràs més jove i dinàmic...». En aquest ordre de coses la cuina tradicional de les cases també va estar passada de moda. En la nostra societat s'ha de ser jove, jove per sempre i, per tant, hem d'acceptar el menjar globalitzat que s'ofereix als joves, un menjar sense ànima, sense filiació i sempre amb els mateixos gustos repetits. Passa el mateix amb les pràctiques relacionades amb el culte al cos (a falta del cultiu de l'esperit), que també ens serveixen d'exemple perquè s'interpreten no com una etapa de la vida, sinó com un estat permanent. Fem tot el que calgui per aturar el temps, per homogeneïtzar-lo.

I, en part, també per aquesta desorganització del sistema familiar actual en què la transmissió ha desaparegut força i tot i ho hem d'aprendre fora de casa, i, per tant, sense la transmissió de sentiments. Si no hi ha conciliació familiar i laboral no hi ha menjar a casa. Som en una època de trànsit cap a nous models que encara no hem pogut modelar i que ja és hora de definir-los.

Així, doncs, el model que impera és aquell que ens empeny a no ser els amos de la nostra alimentació, sinó súbdits d'allò que el mercat ens ofereix.

On arribem, doncs?

L'homogeneïtzació del gust de menjars elaborats en fàbriques i el no-temps, no-lloc per a l'alimentació a casa, du com a conseqüència el desconeixement dels productes essencials, la seva vinculació amb el nostre territori, el moment de l'any en què són òptims i, per descomptat, la manera bàsica d'elaborar-los. Això fa que perdem la capacitat de gaudir dels matisos, dels detalls que configuren una cuina identificada amb el seu medi, una cuina amb ànima, una cuina triada i estimada.

I encara més, perquè l'existència avui de productes trets del seu context temporal habitual es converteix en una oferta permanent: maduixes tant al maig com al desembre, carxofes tant al gener com a l'agost. L'efecte globalitzador ha convertit el mercat en un mercat únic, sense fronteres ni distàncies, sense matisos ni trets identificadors.

Aquesta omnipresència ens aboca de cap al desconeixement i a la pèrdua de la sorpresa, un espai fonamental per mantenir la tensió entre desig i plaer. Les maduixes són un exemple de la voluntat capitalista de voler crear aquest desig permanentment insatisfet que només amansirà el consum frenètic. Els ordinadors ens sotmeten a la necessitat compulsiva de tenir una cosa, i, tot just l'hem aconseguida, en desitgem una altra, sense pausa, sense descans i sobretot sense

gaudi, sense plaer. No tenim dret al plaer de la pausa: un cop creat el desig, si el volem fer realitat en forma de plaer, hi hem de donar temps per existir.

Així, doncs, com podem gaudir de l'acte de menjar?

Només ens resta, doncs, proposar l'educació del paladar dins l'àmbit de la sorpresa que ens aporta encara la Mediterrània (en un altre lloc, un altre àmbit), que, gràcies als canvis de clima i de paisatge al llarg de l'any, ens deixa espai per al desig d'allò que ens aporta la nova temporada: maduixes, cireres, etc., amb la pausa necessària.

La nòmina de productes d'estació, que expressen la correlació directa amb el cicle de la natura en què s'inscriu l'instant present, pot ser l'única coartada de plaer possible. Un recer momentani a partir de l'emmirallament en l'instant, en la seqüència temporal fragmentària en què la satisfacció del nostre desig pot existir, en què hi ha lloc per al gaudi i el plaer. Un espai que ens permeti, encara que sigui de manera puntual, assajar de ser feliços.

D'altra banda, aquest instant representa un petit simulacre de certesa en un panorama general d'incertesa absoluta, de crisi de les grans ideologies i els grans models, de manca de referències amb validesa universal i, potser, d'aquesta relació directa entre productes d'estació i el moment present; potser això ens ajudarà a resoldre el conflicte bàsic que determina el nou subjecte social nascut de la globalització: la definició de la pròpia identitat.

Hem d'acostar, una altra vegada, la cuina a les persones i a la Mediterrània, que, si no l'acabem de destrossar, ens l'ofereix en tot el seu esplendor. La hi hem d'apropar cuinant a casa, anant a comprar i sabent quins productes són millors en cada època i d'on surten, i ensenyar-ho a la gent que ens succeeix. D'aquesta manera transmetrem el patrimoni des de l'estimació i podrem conquerir la nostra sobirania alimentària.

Per acabar, només amb el sentiment de pertinença a un indret i la comunió simbòlica amb els productes i els hàbits que genera, podrem identificar-nos amb un espai geogràfic, una tradició cultural i una història col·lectiva, referent bàsic per establir diàleg amb les altres cultures que avui ens són properes en un món sense fronteres amb el repte de la multiculturalitat al davant.

Mariona Quadrada

Llicenciada en Filologia Catalana i mestra de cuina

Setembre 2016