

Com a la llosa, res

Les transformacions alimentàries al Pallars Sobirà i a l'Alt Urgell

Elena Espeitx

Juanjo Cáceres

Toní Massanés



Com a la llosa, res

*Transformacions alimentàries al Pallars Sobirà
i a l'Alt Urgell*



Centre de Promoció de la Cultura Popular
i Tradicional Catalana

Com a la llosa, res

*Transformacions alimentàries al Pallars Sobirà
i a l'Alt Urgell*

Elena Espeitx
Juanjo Cáceres
Toni Massanés

Pròleg de Jesús Contreras

Biblioteca de Catalunya. Dades CIP

Espeitx, Elena

Com a la llosa res : transformacions alimentàries al Pallars Sobirà i a l'Alt Urgell
(Temes d'etnologia de Catalunya ; 3)

A la part superior de la portada:

Centre de Promoció de la Cultura Popular i Tradicional Catalana. — Bibliografia

ISBN 84-393-5523-8

I. Cáceres, Juanjo

II. Massanés, Toni, 1965-

III. Catalunya. Departament de Cultura

IV. Centre de Promoció de la Cultura Popular i Tradicional Catalana

V. Títol

VI. Col·lecció: Temes d'etnologia de Catalunya; 3.

1. Hàbits alimentaris — Pallars Jussà

2. Hàbits alieimntaris — Alt Urgell

3. Cuina — Pallars Sobirà

4. Cuina — Alt Urgell

641(467.1 PaS+UrA)

© 2001: Elena Espeitx, Juanjo Cáceres, Toni Massanés

© d'aquesta edició: Generalitat de Catalunya, Departament de Cultura

Direcció de la col·lecció: Joan Prat i Carós

Disseny de la col·lecció: Azúa / Ancochea

Fotografia de la coberta: Takushi Katafuchi

Tiratge: 800 exemplars

Impressió: Printing Súria SL

Dipòsit legal: B. 42.206-2001

SUMARI

Pròleg / 7

Introducció / 15

El context socioeconòmic

Canvis socioeconòmics a les comarques dels Pirineus / 21

El despoblament / 21

Les àrees de mercat / 25

El turisme / 26

Les dones en el mercat de treball / 27

El Pallars Sobirà / 33

El territori / 33

La població / 34

Les activitats econòmiques / 40

L'Alt Urgell / 56

El territori / 56

La població / 57

Les activitats econòmiques / 59

Menjar a l'Alt Urgell i al Pallars Sobirà

El proveïment alimentari / 79

Les tècniques de conservació / 94

Els àpats a la llar / 106

L'alimentació quotidiana / 106

L'alimentació festiva / 138

Les diferències estacionals / 158

Els restaurants / 162

Un producte emblemàtic: la carn / 174

La caça / 174

Els canvis en el consum de carn / 178

La matança del porc / 182

Cuinar / 198

La transmissió i l'aprenentatge del coneixement culinari / 198

El temps dedicat a la cuina / 203

Alimentació i salut / 211

Les noves generacions: l'alimentació de nens i adolescents / 219

Els productes i la cuina tradicionals

Estratègies de valoració / 225

Les campanyes gastronòmiques / 225

Fires, festes i mercats alimentaris / 228

Altres activitats de promoció / 231

Els àpats populars / 233

Els productes tradicionals de l'Alt Urgell i del Pallars / 237

Els formatges artesans / 237

Els embotits tradicionals / 252

Els alliolis amb fruita / 260

La percepció local dels productes i la cuina tradicional / 262

Conclusions / 271

Bibliografia / 277

Receptari

Primers

I. Sopes / 279

II. Crema de fredolics / 279

III. Escudella barrejada o vianda / 279

IV. Amanida d'api i escarola / 280

V. Xicoies amanides / 281

- VI. Col confitada / 281
- VII. Rovellons petits en vinagre / 281
- VIII. Embotit de coll farcit / 282
- IX. Mongetes amb espinacs / 283
- X. Trumfada / 283
- XI. Trinxat, col i trumfes amb suc de rosta, verdura picada o verdura morena / 283
- XII. Patata bullida amb ceba, bacallà i allioli / 284
- XIII. Farcellets de col / 284
- XIV. Arròs a la cassola amb conill i costella de tocino / 285

Ous

- XV. Truita de carreretes / 286
- XVI. Truita de xicoies / 286
- XVII. Truita de patates / 286

Peix

- XVIII. Arengades confitades / 288
- XIX. Truita a la llosa / 288
- XX. Bacallà amb panses i ous durs en salsa blanca / 289
- XXI. Bacallà amb bunyols de bròquil / 289
- XXII. Bacallà amb samfaina / 290

Carns

- XXIII. Confitat / 291
- XXIV. Agredolç / 291
- XXV. Mandonguilles / 292
- XXVI. Peus de porc a la brasa / 293
- XXVII. Freginat / 293
- XXVIII. Cues d'ovella amb patates o "carn de bèstia viva" / 294
- XXIX. Palpís / 294
- XXX. Tall rodó de festa major / 295
- XXXI. Pollastre o gall amb bolets / 296
- XXXII. Conill amb samfaina / 296
- XXXIII. Conill farcit / 297
- XXXIV. Llebre en civet / 297

XXXV. Estofat de senglar / 298

Alliols

XXXVI. Allioli de poma / 299

XXXVII. Allioli de codony / 299

Postres

XXXVIII. Codonyat / 300

XXXIX. Flam / 300

XL. Crema de Sant Josep / 301

Agraïments / 302

PRÒLEG

El llibre que teniu a les mans forma part d'un projecte més ampli que, dins el marc de l'*Inventari del Patrimoni Etnològic de Catalunya*, ha consistit en la realització d'un inventari, una localització comarcal i una descripció dels «productes de la terra» i dels «plats tradicionals» de diferents comarques de Catalunya, que permetés, alhora, analitzar els aspectes patrimonials de la nostra alimentació en relació amb el medi, amb la història i amb la dinàmica de la nostra cultura considerada en el seu conjunt.

L'estudi de l'alimentació, en general, dels productes de la terra i de les receptes que donen lloc als plats habituals, en particular, presenta, avui, un gran interès sociocultural i econòmic, que ve donat pel fet que poden expressar una síntesi d'una bona part de la nostra cultura en perspectiva històrica i patrimonial. Això és així perquè el seu estudi implica tant l'anàlisi de la percepció i de la gestió del medi, com la dels processos econòmics, socials i culturals generats per la seva explotació.

El creixent interès pels productes de la terra i pels plats heretats del passat respon a diferents interessos i prioritats: els nous interessos dels consumidors, que reclamen més informació sobre els aliments que consumeixen; les transformacions en curs tant en l'agricultura i la ramaderia, com en les empreses transformadores i els canals de distribució; l'afany per crear un turisme solvent i culte, que no dubti a desplaçar-se per consumir *in situ* productes de qualitat i per conèixer l'entorn on sorgeixen; l'interès creixent, entre col·lectius cada cop més amplis, per la biodiversitat, els aspectes ecològics, la gestió del medi i tot el bagatge cultural que comporta.

Entorn als nombrosos components del patrimoni rural, els recursos agrícoles i alimentaris dits «de la terra» cristal·litzen avui els

interessos d'un nombre creixent d'actors. No hi ha cap plantejament que concerneixi a la gestió del territori, la defensa dels paisatges, la diversificació de l'agricultura, el microdesenvolupament econòmic o la lluita contra la banalització del gust, que no faci referència a aquests components i al paper que poden tenir. El moviment s'accelera amb la construcció d'Europa, que és un element motor, tant de la seva patrimonialització com de la seva normalització. La dimensió identitària que se'ls atorga és reivindicada per grups que, amb propòsits diversos, cerquen una imatge: els actors de la producció i de la distribució agroalimentària, els agents turístics i les col·lectivitats territorials. Els productes de la terra desperten per tot arreu un interès sense precedents. Gairebé desconeguts pels consumidors d'altres contrades, poc representats als grans mercats urbans, menystinguts, fins ahir mateix, pels centres oficials i privats de recerca agronòmica, han esdevingut avui l'objecte d'un interès sense precedents, en una conjuntura en la qual el món agrícola té cada cop més dificultats per fer previsions i defensar els seus interessos davant organitzacions fortament capitalitzades, amb accés als mitjans de comunicació social, creadores d'opinió. Els encarregats de la gestió del medi confereixen un paper real a aquestes produccions, dins el microdesenvolupament rural i la lluita contra la desertificació del camp. Les institucions pertinents s'interessen d'una forma creixent pel seu caràcter operatori dins el manteniment dels paisatges agraris i «naturals». Un fil conductor uneix els diferents punts esmentats: la relació amb el lloc.

D'altra banda, la posada al punt d'un mercat únic, l'esfondrament de les velles fronteres duaneres i la lliure concurrència dels productors i distribuïdors dels diferents països de la Comunitat Europea amenacen seriosament el futur d'aquestes produccions, que són específiques de cada país. Per tant, per tal d'evitar la seva desaparició, s'imposa la codificació precisa del seu origen i manera de fer, una tasca urgent que no podíem estalviar.

En un moment en què es tendeix a una progressiva estandardit-

zació dels hàbits alimentaris, a una homogeneïtzació del gust, a una pèrdua de la diversitat, el consumidor esdevé cada cop més conscient de l'existència d'un gran nombre de productes locals, que desitja recuperar. Hi ha un sector de consumidors que ja té constància de l'existència d'aquests productes i que reclama aquesta caracterització a tots nivells. Per a aquests consumidors, les exigències canvien. La qualitat d'un producte ja no la conceben com abans, en el sentit clàssic del terme, sinó que inclou, a més, elements que incideixen directament en les característiques físiques i organolèptiques dels productes. Es tracta d'aspectes com ara la producció tradicional, associada a un lloc, a un espai físic determinat, a un paisatge, a unes tradicions, i evocadora d'uns valors que ultrapassen la dimensió purament gastronòmica.

Pel que fa a la problemàtica de l'agricultura, no podem oblidar les noves directrius de la Política Agrícola Comunitària. Les tendències actuals insisteixen en la necessitat d'un microdesenvolupament rural, per tal de lluitar contra el despoblament de les zones amb més dificultats, especialment les comarques de muntanya, com ara les que han estat objecte d'aquesta monografia. Per tal d'assolir aquest objectiu, cal mantenir la producció local, especialitzada i diversificada. La reforma recent de la Política Agrària Comunitària ha donat una particular importància a aquesta concepció. Cal tenir en compte, doncs, que, des del punt de vista dels agricultors, els productors d'aliments, la cuina regional i els plats tradicionals poden adquirir un valor simbòlic, sobretot en aquelles zones que han patit un fort despoblament. Aquests agricultors que volen tenir un futur en el seu nucli de població són sensibles a les polítiques rurals locals, posen l'èmfasi en la noció de «país», del «terror», dit en altres paraules, es preocupen per la defensa i la promoció de la vida local. Aquesta promoció de la vida local passa, d'alguna manera, pel desenvolupament del turisme rural i gastronòmic.

El reconeixement de la importància dels aspectes culturals i patrimonials de l'alimentació pren forma a través de les pròpies produc-

cions. Dins el món rural, l'agricultura i la ramaderia han estat activitats productives, generadores de costums, de formes d'organització social i de l'espai, de jerarquies, d'oficis, d'usos gastronòmics i alimentaris. Representen, en la seva manifestació tradicional, la perfecta integració en un medi i la utilització sàvia i respectuosa dels seus recursos. Cada producte de la terra marca la seva especificitat (un assortiment varietal, maneres de fer, condicions climàtiques i pedològiques...). Un conreu tradicional és el resultat d'una acumulació d'informacions tant etnològiques com genètiques, que li confereixen els seus signes d'identitat i de distinció. Els usos alimentaris expliquen el manteniment de diverses plantes cultivades fins avui en dia. Al cap i a la fi, continuem cultivant un fruit o un llegum perquè entra dins la composició d'un plat, serveix per condimentar..., perquè es tracta, en definitiva, d'uns ingredients, d'uns plats i d'unes condimentacions que identifiquem i amb els quals ens identifiquem.

La tradició es pot redefinir segons el gust del moment. Pot ser reivindicada i adquirir una dimensió d'identitat. No per això deixa de basar-se en un substrat cultural inicial. És important d'avaluar fins a quin punt pot evolucionar un ús, i amb ell un paràmetre de producció. Quins són els elements que constitueixen el nucli d'una tradició, sobre els quals no es pot intervenir si no es vol posar en qüestió la seva pròpia existència? Aquesta qüestió es planteja avui dia amb molta intensitat. Ha de seguir sent debatuda pels transmissors d'aquests sabers, reinterpretada, modificada en el transcurs de les generacions, ja que constitueix una forma de propietat intel·lectual col·lectiva, derivada del fet d'inscriure's dins una cultura particular.

El manteniment, la valorització i l'eventual recuperació dels productes de la terra ha de tenir en compte la dimensió etnològica, subratllant la necessitat de respectar els usos. Tota la dificultat consisteix a definir-los. La noció d'usos fa referència a les pràctiques, les maneres de treballar pròpies d'un lloc, les quals es transmeten per

via essencialment oral, de generació en generació, i comporten, doncs, una dimensió històrica forta.

El respecte de la tradició consisteix menys a aplicar mecànicament receptes immutables que comprometre's a una ètica o a una actuació on la intervenció de l'home, com la dels elements naturals, conserva una preeminència sobre la sistematització mecànica. Això permet que el producte elaborat conservi la seva originalitat i, per què no?, la seva diversitat. Cal, doncs, admetre, que la preocupació per mantenir la tradició no exclou la utilització de tècniques noves, en la mesura que aquestes no trastoquen ni els valors ni la jerarquia dels criteris que estableixen el caràcter típic d'un producte. Així, la tradició pot ser considerada com un conjunt de pràctiques antigues persistint dintre de pràctiques noves. Fins i tot codificats, els usos es poden adaptar, transformar-se o caure en desús. Efectivament, si els recursos estan arrelats en el passat, han de ser resituats dins d'una perspectiva evolutiva, cosa que no sempre és evident. Cal esbrinar quins són els elements que constitueixen el nucli dur d'una tradició sobre els quals no es pot intervenir sense qüestionar l'existència de la tradició.

Els usos fan referència al conjunt de pràctiques definides com a pràctiques necessàries en l'elaboració dels productes, que són transmeses a fi de perpetuar-les. Aquest arrelament, aquesta historicitat, aquesta delimitació del territori són aspectes centrals i cal abordar-los curosament, tenint en compte els diferents aspectes econòmics, identitaris, polítics, que apareixen imbricats. Els aspectes etnològics en general, i també etnobiològics, ocupen un lloc important a l'hora d'analitzar aquests productes, ja que la seva òptica és indispensable per reconèixer-los i valorar-los.

Les nocions de terror, de tradició, d'autenticitat, de natural, s'utilitzen molt avui, sovint de manera abusiva. Els interessos lligats a la valorització dels recursos locals són importants, tenint en compte la situació agrícola actual. L'acumulació de coneixements, de pràctiques, els dóna una veritable dimensió patrimonial, i repre-

senta un capital que les zones desfavorides poden fer fructificar. Aquesta renda cultural, propietat col·lectiva d'una comunitat, representa sovint una de les poques possibilitats de desenvolupament per a les regions deprimides.

Sigui quin sigui el producte en qüestió, la seva identitat fa referència a un conjunt complex on s'associen condicions naturals, conreus, coneixements, maneres de fer, representacions, sabors i memòria. És essencial caracteritzar millor aquesta especificitat, atorgant per a això el lloc que mereix l'estudi etnològic. La desaparició d'aquests recursos es tradueix en una pèrdua de la diversitat etnobiològica i cultural. Intentar conèixer-los millor és contribuir a mantenir aquest patrimoni.

Hem partit del fet que l'anàlisi de l'alimentació, des d'un punt de vista antropològic, implica l'estudi de la transmissió i l'aprenentatge del *savoir-faire*/maneres de fer relatives als processos de la producció, transformació i consum. La transmissió/aprenentatge és la clau de volta de la reproducció social i de qualsevol mecanisme d'identificació. Per aquestes raons, aquests processos reflecteixen la dinàmica i les contradiccions de l'ordre socioeconòmic global; i, en aquesta mateixa mesura, el seu coneixement resulta del tot indispensable per reconèixer i comprendre el marc en què es desenvolupen les situacions de desavantatges (ecològiques, econòmiques, socials, culturals), per tal de poder establir les vies d'actuació oportunes.

S'ha de considerar, també, que les situacions de «desavantatges» són causa/conseqüència dels processos històrics concrets i que la manera de superar-les és, precisament, mitjançant el coneixement de les maneres de fer. Això és així perquè una de les característiques que defineixen l'actual moment economicosocial i cultural és, precisament, el de la ruptura produïda en la transmissió-aprenentatge de les maneres de fer relatives a la percepció i gestió del medi, així com en el coneixement dels productes i els seus usos alimentaris i culinaris. Conseqüentment, la revalorització, la difusió i la restitu-

ció del patrimoni cultural que gira entorn del fenomen global de la nostra alimentació serien les «vies» per disminuir les situacions de desavantatge. Així doncs, des d'aquesta perspectiva la necessitat de preservar el patrimoni és doble, ja que es tracta d'un patrimoni biològic i d'un patrimoni cultural. Els bancs de gens, fires de fruites i llegums oblidats, l'interès per la recuperació de receptaris culinaris, la valoració econòmica dels productes de la terra, etc., constitueixen les respostes a aquesta necessitat.

A Com a la llosa, res. L'alimentació al Pallars Sobirà i a l'Alt Urgell s'analitzen les transformacions que s'han produït en el decurs del segle XX en l'àmbit de l'alimentació. Dins del context de l'estudi de l'alimentació, dels productes alimentaris locals i de la cuina tradicional que ha guiat aquesta recerca, en aquesta obra es descriuen els comportaments alimentaris passats i presents en aquestes comarques, i la seva relació amb els canvis socioeconòmics i culturals. Per aquest motiu, la primera part del llibre es dedica a una presentació d'aquest marc, en què s'inscriuen la producció i el consum d'aliments. A la segona part, destinada a descriure els comportaments alimentaris –i això inclou des de les formes de proveïment o les tècniques de conservació fins als àpats quotidians o festius, passant per diverses qüestions, com són les consideracions sobre la relació de l'alimentació amb la salut– s'emfasitza la fractura, que els mateixos entrevistats manifesten de manera recurrent, entre el passat, que inclou aproximadament fins els anys 50, i el present, en constant evolució i que arriba fins els nostres dies. La tercera part es dedica exclusivament als productes de la terra i la cuina tradicional, des de la perspectiva del lloc que ocupen actualment en les estratègies de desenvolupament local i de preservació del patrimoni cultural. Un receptari, que inclou una mostra representativa de receptes dels plats tradicionals recollides en el decurs de la recerca, conclou l'obra.

Aquesta monografia forma part d'un projecte més ampli. Altres recerques s'han dut a terme a altres comarques, amb un objectiu comú, però adaptant-se en cada cas a les característiques de la zona

estudiada. El conjunt dels diferents estudis, la seva comparació, que evidencia els nombrosos elements comuns però també les especificitats comarcals, permeten una visió prou àmplia de l'alimentació tradicional i "moderna" a Catalunya.

JESÚS CONTRERAS

INTRODUCCIÓ

El propòsit del nostre llibre consisteix a oferir una aproximació a les pràctiques alimentàries de les comarques pirinenques de l'Alt Urgell i el Pallars Sobirà. No es tracta només de descriure uns plats o uns productes, sinó de tractar de mostrar de manera descriptiva diferents aspectes sobre les formes d'alimentar-se pròpia d'aquestes comarques pirinenques. Per aquesta raó, en aquest treball es donen cita diferents perspectives d'anàlisi: l'antropològica, la geogràfica, la gastronòmica i la històrica. Des de totes elles, encara que amb una incidència desigual, hem intentat descriure quines són les actituds i els comportaments propis d'aquestes comarques pirinenques davant el fet alimentari.

Per què el Pallars Sobirà i l'Alt Urgell? Per què el tractament conjunt d'ambdues comarques? Primer, per la necessitat d'emmarcar la recerca en un espai geogràfic abordable, però, sobretot, pels nombrosos trets que comparteixen. Es tracta de dues comarques de muntanya que exemplifiquen algunes de les especificitats dels territoris pirinencs. Hem optat per la comarca com a factor delimitador de l'espai perquè l'estructura comarcal és un fet administratiu a Catalunya, però també cultural i econòmic, encara que cadascuna de les comarques pot tenir diversos graus d'identitat. Amb tot, cal tenir en compte que les comarques de Catalunya no formen unitats territorials independents, sinó que acaben constituint una unitat territorial amb una ciutat que representa un paper polaritzador. A més l'espai català gira entorn de l'àrea barcelonina i dels agents socials localitzats en aquesta àrea. No només una part substantiva del turisme de les comarques pirinenques prové de les comarques barcelonines, sinó que els neorurals, que tenen un paper destacat en la recuperació de nombrosos productes alimentaris locals, també en provenen. La gran

mobilitat dels joves d'aquestes comarques de muntanya —essencialment per raó dels estudis— també fa que s'introdueixin altres models alimentaris. Així, si s'han agafat unes unitats administratives com a delimitadors, per tal de centrar i facilitar l'anàlisi, cal tenir present que cadascuna de les comarques s'integra en un context més ampli, i només dins d'aquest marc és possible la interpretació.

El nostre treball sorgeix des de la constatació que en les darreres dècades s'han anat produint un conjunt de transformacions socioeconòmiques que han comportat canvis en els comportaments alimentaris. En aquest treball volem analitzar aquests canvis. Malgrat l'associació estreta entre canvis socioeconòmics i canvis en els comportaments, els mecanismes mitjançant els quals es produeixen no són tan evidents, ni ho són les causes i les conseqüències. En aquest sentit, les especificitats, els trets propis de cada territori, tenen un paper central. Tant el Pallars Sobirà com l'Alt Urgell són comarques de muntanya, que han evolucionat durant el segle XX, des d'una estructura econòmica basada en l'agricultura i la ramaderia, pròpia de les comarques pirinenques catalanes, vers una economia centrada en els serveis, la qual cosa les diferencia de la major part de les comarques catalanes i genera unes dinàmiques pròpies en l'impacte d'aquestes transformacions en les formes d'alimentar-se.

D'altra banda, mentre les comarques s'enfronten a aquestes grans transformacions, es produeix un procés general d'homogeneïtzació territorial dels comportaments alimentaris que afecta el conjunt de Catalunya, alhora que s'observa un procés paral·lel d'heterogeneïtzació entre els diferents segments de la població dins d'un mateix territori. Al mateix temps, és evident que els diferents territoris catalans han presentat —i presenten encara en una certa mesura— unes especificitats, uns trets propis que els identifiquen en matèria alimentària. Cal veure, doncs, com aquests dos fets s'interrelacionen en els espais geogràfics estudiats.

Per això, el nostre treball consta de diferents parts. En primer lloc, hem fet incidència en les principals transformacions socioeconòmi-

ques que s'han produït en les comarques pirinenques, les quals permeten emmarcar el present d'aquestes comarques. Seguim amb una caracterització individual de les dues comarques estudiades: el Pallars Sobirà i l'Alt Urgell. Ambdues parts són imprescindibles per contextualitzar tot allò que s'exposa a continuació, ja que la relació entre l'alimentació i territori és indiscutible, tot i no ser mecànica i determinant. Cal, per tant, presentar el marc geogràfic. Poca cosa, però, ens indica un territori si no s'expliquen quines són les principals activitats econòmiques que es duen a terme i modelen aquest territori, i les relacions socials que s'hi estableixen. En aquest sentit, és necessari parlar de qüestions com l'evolució de la població. En aquesta monografia s'emfasitza en particular el turisme, ja que es tracta d'un fenomen amb àmplies repercussions en la societat en general i en els comportaments alimentaris en particular. Des de la perspectiva dels productes i de la cuina locals cal destacar el desenvolupament del turisme rural, i per això s'insisteix en aquesta qüestió.

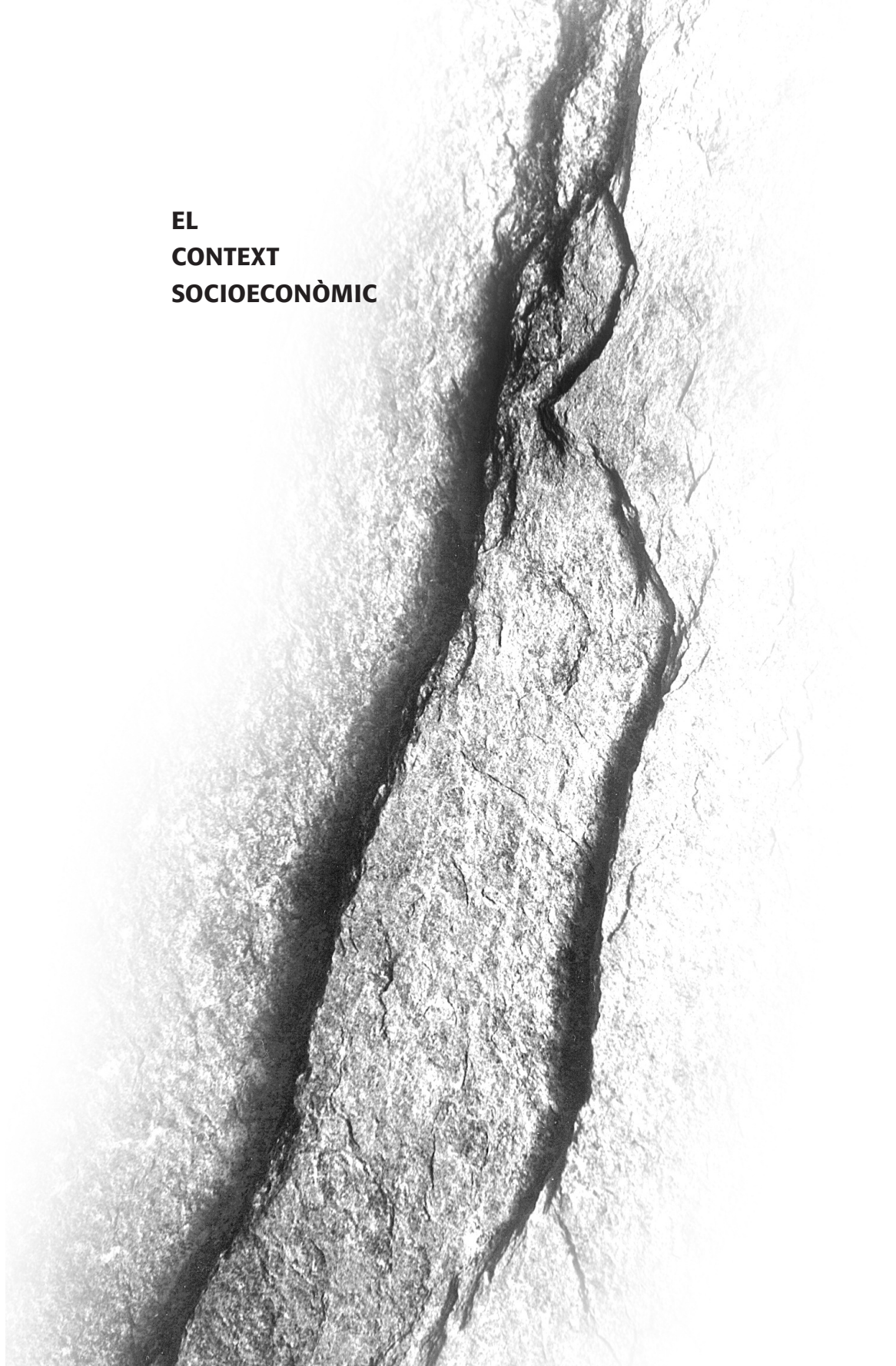
A continuació s'entra de ple en l'objecte d'estudi, és a dir, l'alimentació a l'Alt Urgell i al Pallars Sobirà. Per tal de donar aquesta visió àmplia que és l'objectiu del treball, s'aborden diferents aspectes que configuren el fet alimentari. Tots ells mereixerien ser tractats amb una major profunditat, justificada per la seva gran complexitat, però hem intentat descobrir quins són els elements més significatius en cada cas. Es tracta, doncs, d'intentar descriure un context ampli en el qual s'inscriuen els diferents comportaments alimentaris. Aquests comportaments inclouen aspectes com les formes de proveïment i les tècniques de conservació, la transmissió dels coneixements alimentaris i el temps dedicat a la cuina. Naturalment, es dedica un espai important als àpats i s'estableixen distincions entre els àpats ordinaris i els àpats festius, i entre el passat i el present. Quan es parla dels àpats també es tenen en compte les diferències estacionals. No es pot passar per alt la importància que té a hores d'ara l'alimentació fora de la llar, el recurs a la restauració, per la qual cosa es dedica una capítol a aquesta qüestió. Els res-

taurants aporten una informació molt útil, per dues raons. En primer lloc, tenen un paper central en la recuperació i la valoració d'allò que és més propi de la cuina d'aquestes comarques de muntanya, més específic i característic. A més, el fet d'"anar al restaurant", de menjar fora de casa, dóna moltes indicacions sobre els comportaments alimentaris de la població. Anar o no al restaurant, qui, com i quan s'hi va, per què, quines expectatives es tenen, què es menja i què no es menja en aquestes ocasions, etc., són elements que permeten completar la imatge sobre els comportaments alimentaris a la comarca. Es dedica també un capítol a la carn, ja que dins l'alimentació d'aquestes comarques la carn ocupa un espai particular, no només pel seu consum, força elevat, sinó per la importància que se li atorga com a producte emblemàtic de la zona. Les relacions entre la salut i l'alimentació estan avui al centre de moltes preocupacions i debats entorn al fet alimentari, i, per tant, ens ha semblat necessari incloure també aquesta qüestió. Per completar la comparació entre l'"ahir" i l'"avui" alimentari, es fa referència a l'alimentació dels nens i dels adolescents, màxims exponents de bona part dels canvis que s'han produït. Amb tot això intentem explicar quin és el panorama alimentari general en aquestes comarques, i, si bé no permet generar conclusions definitives, resulta prou indicatiu per assenyalar algunes tendències i donar una imatge de conjunt.

La tercera part de l'obra gira al voltant de l'alimentació tradicional, però des de la perspectiva actual. Es tracta de veure quin espai ocupa aquesta cuina tradicional en l'alimentació dels nostres dies, i quin paper se li dóna en les estratègies de desenvolupament local i de promoció turística. Es a dir, es tracta de veure com s'incorporen els productes alimentaris locals i la cuina tradicional en el procés de patrimonialització de la cultura local, convertida en atractiu turístic. Un receptari de plats representatius d'aquestes comarques de muntanya, citats pels informants i recollits a les entrevistes, conclou aquest estudi sobre l'alimentació al Pallars Sobirà i a l'Alt Urgell.

La metodologia utilitzada es basa en la recollida de dades etnogràfiques sobre el terreny. L'eina preponderant en el desenvolupament del treball és l'entrevista oberta en profunditat, encara que també s'han desenvolupat altres formes d'obtenció d'informació, com ara els grups de discussió. Les entrevistes s'han dut a terme a partir d'un guió previ, per orientar a l'entrevistador, però el mètode era d'entrevista oberta o semidirigida, per tal de deixar el màxim de veu a l'informant. També s'ha recorregut a altres fonts d'obtenció o de recollida d'informació, essencialment fonts bibliogràfiques i documentals (fullets promocionals de productes i plats, emissions publicitàries, etc.). Com a conseqüència d'aquest plantejament, hem volgut deixar un espai molt ampli a les citacions textuais, ja que aquest és el material rellevant, i a més a més hem volgut evidenciar que es tracta de la visió, de les experiències i de les percepcions individuals dels nostres informants.

**EL
CONTEXT
SOCIOECONÒMIC**



Canvis socioeconòmics a les comarques dels Pirineus

Abans de parlar de les dues comarques estudiades, ens referirem a alguns elements importants, algunes característiques que comparteixen, a grans trets, les comarques de muntanya. Els factors que enumerarem són rellevants a l'hora d'entendre els canvis socials i econòmics que s'han produït a la comarca en el decurs d'aquestes darreres dècades i la seva incidència en els comportaments alimentaris.

El despoblament

Dins del conjunt de les comarques catalanes, el Solsonès, l'Alt Urgell, l'Alta Ribagorça, el Pallars Jussà, el Pallars Sobirà i la Vall d'Aran es poden considerar comarques despoblades per les seves xifres de densitat. Aquestes sis comarques pirinenques no arriben en cap cas a 15 h/km², xifra que es podria considerar com un cert llindar crític de despoblament en el cas de Catalunya. Dins les comarques pirinenques el Pallars Sobirà representa el cas més extrem de despoblament, amb els seus 4 h/km². Aquesta densitat tan baixa porta a plantejar-se la possibilitat de la desertificació, ja que es correspon amb la de les zones més deshabitades del planeta.

L'emigració ha estat un factor clau de la recessió demogràfica. A les comarques del Pirineu occidental, les més despoblades, la recessió comença a mitjan segle XIX, moment en què s'assoleix el màxim poblacional. En molts casos, la població actual d'aquestes comarques representa menys de la meitat del contingent existent en els moments de màxim poblacional. El descens de la població és particularment intens en els anys que van del 1960 al 1975, que corresponen al període de màxim desenvolupament econòmic dels països

occidentals. El cas extrem el constitueix el Pallars Sobirà, que entre 1960-1975 perd anualment un 3,6% de la seva població. Aquest despoblament s'explica en bona mesura per l'emigració de les àrees rurals cap a les zones urbanes. Una bona part de la població nascuda a les comarques de muntanya emigra. Segons I. Aldomà (Aldomà: 1996), el Pallars Sobirà apareix com la comarca amb un saldo migratori més negatiu. Es calcula que en el període de vint anys comprès entre el 1956 i el 1975 el saldo migratori d'aquesta comarca suposà una pèrdua de 5.018 habitants; això significa que descomptats els casos d'immigrats, aproximadament dos terços dels nascuts a la comarca l'abandonaren en només vint anys.

Ara bé, si els grans trasbalsos demogràfics produïts abans de la meitat de la dècada de 1970 marquen la demografia d'aquestes comarques de muntanya, també és cert que d'aleshores ençà hi ha hagut canvis importants. Entre el 1975 i el 1996 la tendència demogràfica resulta menys negativa per aquestes comarques. Les pèrdues globals de població en els quinquennis recents rarament arriben a un 0,5% de la població i fins i tot es produeix alguna recuperació. Les previsions que es feien a principis dels anys vuitanta no s'han complert. En aquell moment s'afirmava: «A partir de l'evolució recent de la comarca i de l'estructura socioeconòmica actual del Pallars Sobirà, si cap factor extern no actua i continua la tendència seguida fins avui, hom pot preveure que, en pocs anys, se seguirà un fort procés de pèrdua de població. Fent una senzilla prospecció a partir de la piràmide d'edats i de la tendència de creixement, es pot estimar que la població del Pallars Sobirà l'any 2.000 es reduirà a 2.500 habitants, el 50% de la població actual» (Aldomà: 1983, 408)

A la meitat de la dècada de 1990 la població del Pallars Sobirà era de 5.418 habitants, i, per tant, aquestes previsions tan pessimistes no s'han complert. Pel que fa a la demografia, cal tenir en compte dos aspectes rellevants en aquestes comarques de muntanya: l'envel·liment de la població i les proporcions de solteria masculina. Les

comarques del Pirineu occidental es veuen greument afectades per l'envelliment de la població. A part de les seves connotacions socioeconòmiques, l'envelliment esdevé el símptoma de la manca de continuïtat de moltes famílies, i té un pes especial als municipis més rurals, on es relaciona amb el predomini de les activitats agràries. L'altre fenomen que contribueix de manera directa a accentuar aquesta manca de continuïtat social i econòmica, i alhora provoca un major envelliment de la població, és la solteria masculina.

Com assenyala I. Aldomà (Aldomà: 1996, 147), el casament ha constituït tradicionalment un moment important amb vista a la continuïtat familiar i de la població. Però trobar dona no és fàcil a moltes comarques rurals del país, on una part important dels homes s'han quedat solters. Des de l'any 1975 els censos i padrons de població presenten una situació força estable. Al Solsonès, l'Alt Urgell, els dos Pallars i la Vall d'Aran més de la cinquena part dels homes en edat de ser casats romanen solters, contra un 6%, per exemple, a les comarques a l'entorn de Barcelona. El Pallars Sobirà representa una situació extrema, amb més d'un 30% de solters en el conjunt de la comarca. Les proporcions de solteria masculina adquireixen nivells dramàtics en els nuclis petits i tenen una relació directa amb l'ocupació en les activitats agràries. Més de la quarta part dels pagesos de més de 35 anys són solters a les comarques pirinenques i la proporció s'acosta a la meitat en les comarques més allunyades. En els anys seixanta la major part dels solters corresponien encara a la figura tradicional del germà de l'hereu que restava fadrí i vivia i treballava sota el mateix sostre que l'hereu. Actualment, els solters són en molts casos els mateixos hereus que no arriben a casar-se.

Els darrers trenta anys l'envelliment i la solteria masculina esdevenen sinònims de famílies sense continuïtat. Algunes famílies optaren simplement per abandonar el poble d'origen tancant la casa pròpia; en altres famílies només els més joves abandonaren la casa i hi deixaren els vells, que, a poc a poc, es van acabant; altres cases,

tot i conservar un hereu, també estan condemnades al tancament, per manca d'un successor.

Una altra conseqüència és el fenomen dels pobles abandonats. Durant el període 1950-1981 els censos de població posen de relleu l'aparició de 41 noves entitats de població a les sis comarques muntanyenques. La majoria d'aquestes noves entitats es troben a les comarques de l'Alt Urgell i de la Cerdanya i es corresponen amb barris propers als nuclis urbans principals o amb urbanitzacions de segona residència. Però el fet més destacat del període és la desaparició d'unes 83 entitats de població, que sovint coincideixen amb nuclis o grups de masies que s'han despoblat. L'abandonament dels petits nuclis com a residència permanent resulta un fet crític, però no comporta de manera taxativa un abandonament del poble i de les terres del seu entorn. L'ocupació actual dels nuclis que han deixat d'estar habitats de manera permanent tampoc no és gaire diferent de la dels nuclis veïns que continuen habitats. Com assenyala I. Aldomà (Aldomà: 1996, 158):

1) Els aprofitaments silvopastorals es mantenen generalment. Això fa que com a mínim es mantinguin moltes infraestructures i hi hagi una certa presència humana sobre el territori. Els pastors o forestals poden també aprofitar algun edifici com a estatge temporal.

2) L'aprofitament agrícola de les terres dels voltants es manté amb relativa freqüència. En general són alguns antics habitants que s'han traslladat a viure a un centre veí més important els qui continuen conreant les terres o mantenen, fins i tot, alguna granja. Aquests pagesos utilitzen alguns edificis antics com a magatzems agrícoles i sovint resideixen temporalment a la pròpia casa en els moments de més feina. Aquest tipus de presència pot aturar el deteriorament de l'hàbitat i les infraestructures.

3) Les vivendes o una bona part poden quedar continuar ocupades temporalment. A part l'estada temporal dels pagesos o ramaders que continuen explotant les terres del poble, els antics residents,

que mantenen sovint els lligams amb el seu poble d'origen, i altres persones que aprecien la tranquil·litat d'aquests pobles, hi passen les temporades d'oci. La segona residència contribueix de manera decisiva a impedir el deteriorament d'aquests pobles.

Rarament es troben alguns nuclis abandonats que no mantinguin alguna de les tres ocupacions anteriors, de manera aïllada o complementària. En cas contrari, aquests pobles es veuen sotmesos a un procés de deteriorament que pot portar a l'enrunament en pocs anys. També cal tenir en compte el paper dels neorurals aquestes darreres dècades pel que fa a la reocupació i restauració de petits nuclis. Els neorurals han estat també, en determinats casos, agents molt actius de la recuperació de productes locals, com veurem en parlar dels formatges.

Les àrees de mercat

Els serveis de tipus comercial o administratiu fan que es constitueixin a l'entorn dels centres urbans de les comarques pirinenques autèntiques àrees de dimensions comarcals o quasi comarcals. A les comarques de muntanya els centres no sempre satisfan molts dels serveis requerits per la població. Els desplaçaments motivats pels mercats setmanals continuen vigents i són possiblement els que avui dia reproduïxen de manera més fidel els àmbits d'influència comarcals, els quals han variat molt poc. Les distàncies han contribuït a preservar les àrees d'influència dels mercats setmanals pirinencs, que apareixen relativament fragmentades entre centres de mercat de diversa categoria.

Existeixen uns centres que acumulen repetidament unes funcions que els caracteritzen com a centres de tipus comarcal. A les comarques de l'Alt Pirineu aquests centres han estat definits de manera bastant clara. La Seu d'Urgell, Puigcerdà, Tremp i la Pobla de Segur són, per aquest mateix ordre, les ciutats que acumulen un major nombre de funcions (o serveis públics i privats); darrere seu hi ha Vielha, Sort i el Pont de Suert, a més d'Isona i Oliana. A les

comarques pirinenques les àrees d'influència dels diversos centres apareixen relativament fragmentades per la multiplicació de llocs centrals, amb una jerarquia diferent. Als dos Pallars i a la Ribagorça la presència de centres relativament pròxims en competència, Tremp, la Pobla de Segur, Sort, el Pont de Suert i, fins i tot, els més petits com Esterrí d'Àneu i Isona, fa que les àrees d'influència es fragmentin i s'encavalquin en funció dels diversos serveis o activitats. Aquesta multiplicació d'àrees i límits de mercat és inferior a la Vall d'Aran, pel seu caràcter tancat, i a l'Alt Urgell i la Cerdanya, pel pes de les seves capitals.

Hi ha una gran competència per a la captació de funcions entre els centres comarcals i subcomarcals i els centres regionals veïns, que no es limita solament a serveis especialitzats. La millora de les comunicacions fa que les poblacions dels voltants dels centres comarcals prefereixin sovint acudir a les capitals regionals per procurar-se serveis o béns que es troben als primers. Als Pirineus, els habitants de la Cerdanya, l'Alt Urgell i la Vall d'Aran satisfan els serveis que no requereixen una alta especialització al centre comarcal, als dos Pallars i la Ribagorça hom es desplaça sovint a centres de comarques veïnes (especialment la Pobla de Segur per al Pallars Sobirà i la Ribagorça) o fins i tot als centres regionals com Lleida o Balaguer.

El turisme

El turisme ha estat un factor central en la terciarització de les comarques pirinenques. Des de finals dels anys seixanta aquestes comarques van començar a rebre una aflluència important de gent provinent de zones urbanes. Aquest procés, però, no ha estat homogeni a totes les comarques pirinenques. La Cerdanya i la Vall d'Aran són les més beneficiades d'aquesta presència, mentre que, quant a l'Alt Urgell i al Pallars Sobirà, la incidència ha estat menys intensa. Això no obstant, en aquestes comarques té un pes molt significatiu en els canvis socioeconòmics que s'han produït aquests darrers

anys. La Vall d'Aran és el cas més emblemàtic, ja que la població ocupada l'any 1991 en els serveis era inferior a la d'altres comarques pirinenques en xifres absolutes, però representava les dues tercers parts de la població activa, una proporció que és, amb molta diferència, la més elevada de Catalunya.

Aquest desenvolupament del sector dels serveis es fonamenta en el turisme. No és fàcil, però, detectar totes les seves ramificacions. El turisme genera activitats molt diverses, que varien segons els indrets i són difícils d'encasellar en la divisió en sectors econòmics utilitzada habitualment. Així, el pes de l'ocupació en el sector dels serveis que es dona a la Cerdanya, molt similar a la mitjana catalana, no és tan elevada com hom podria esperar. L'Alt Urgell, en canvi, sense tenir un sector turístic particularment poderós, presenta un percentatge destacat de l'ocupació en el sector dels serveis.

En el cas de la Cerdanya, per exemple, els efectes de l'activitat turística es noten en el sector de la construcció. La proporció dels actius ocupats en la construcció, l'any 1991, apareix com la més elevada de Catalunya, amb un 22,3% dels ocupats de la comarca. Això s'explica per la forta demanda de segona residència per part de la població de l'àrea metropolitana de Barcelona. A l'Alt Urgell, en canvi, on el pes del sector turístic és més reduït, l'elevat pes de l'ocupació terciària s'explica pel pes terciari específic de la capital comarcal, la Seu d'Urgell, i pel gran poder d'atracció d'Andorra, ja que un gran nombre de treballadors travessen quotidianament la frontera per ocupar-se en el potent sector terciari andorrà (Aldomà: 1996).

Les dones en el mercat de treball

Quan es parla dels canvis en els comportaments alimentaris que s'observen en l'actualitat, sempre s'esmenta la incorporació creixent de la dona al treball assalariat com un dels elements clau en aquestes transformacions. Per això cal parlar de les especificitats de l'ocupació de les dones en aquestes comarques.

Un primer fet que es destaca és que la tasca d'activitat és en aquestes comarques inferior a la mitjana catalana. Aquesta diferència s'explica per diferents raons, com ara el protagonisme de la dona en l'economia informal o l'especial dificultat per a l'ocupació de les dones a les contrades rurals. Però és particularment rellevant, actualment, en aquestes comarques de muntanya amb un pes creixent de les activitats econòmiques relacionades amb el turisme, la importància de les dones en les empreses familiars. L'empresa de tipus familiar s'hi troba molt estesa en aquestes comarques. Tant la grandària de les explotacions agràries com de bona part del comerç i dels establiments hotelers apunten cap aquesta característica (Padrell: 1994). Tal com el seu nom indica, l'empresa familiar és aquella que es nodreix de la mà d'obra dels membres de la família: cònjuges, fills, avis o altres parents, sigui o no remunerada. L'enquesta de la població activa recull aquest tipus de relació laboral a l'ítem «ajuda familiar» definint-la com la d'aquelles persones que treballen sense remuneració en diners en una empresa econòmica explotada per un altre membre de la família amb la qual conviu. Les dones superen els homes en aquesta situació. Segons les xifres proporcionades per l'Instituto de la Mujer relatives a l'àmbit estatal, sis de cada deu persones declarades com ajudes familiars són dones.

L'agricultura, el comerç, els restaurants i l'hostaleria són les branques d'activitat on es concentren pràcticament el total de les dones així declarades, concretament el 91,8%. Si tenim en compte que els pilars de l'economia d'aquestes comarques se centren precisament en aquestes activitats, és fàcil concloure que la presència de les dones en el treball familiar és fonamental. Però el que cal destacar és que les dones que s'autoqualifiquen «d'ajuda familiar» només representen una petita part de les que participen amb el seu treball en aquest tipus d'empresa. Posar una línia divisòria entre el treball domèstic i el que reverteix en la producció de béns o serveis per a l'intercanvi resulta tan difícil que davant la pregunta de quina és la

seva activitat principal les dones sovint prefereixen respondre que la de mestressa de casa. La coincidència freqüent de l'espai de treball amb el de residència encara afavoreix més aquesta dificultat per diferenciar el treball productiu del de reproducció i, per tant, per autoadjudicar-se la categoria d'activa o inactiva segons la terminologia estadística, diferenciació, d'altra banda, que pot resultar força arbitrària tant des del punt de vista de les mateixes afectades com de les qui recullen aquestes dades.

A més de l'agricultura i de la ramaderia, ja s'ha comentat que comerç, hostaleria i restauració són activitats on es concentra un elevat nombre de treball familiar femení. En el cas de l'hostaleria, veiem que el tipus d'establiments que predominen en aquestes comarques són les empreses de tipus familiar, amb una important presència de pensions i de residències-cases de pagès (RCP). La gestió de les pensions, petits hotels o fondes sol efectuar-se donant prioritat al tracte «directe i familiar» al client. Entre el marit, la dona i els fills —quan els períodes de vacances ho permeten, i que acostumen a coincidir amb els períodes de temporada alta del turisme— i de vegades, amb l'ajut dels avis i/o altres parents, es reparteixen les tasques de recepció, neteja, menjador i cafeteria. Sovint la família resideix a la mateixa pensió o fonda. Les tasques de la llar es transformen en les tasques del negoci, fet que produeix una absoluta confusió entre les unes i les altres.

L'altra forma d'allotjament esmentada, la residència-casa de pagès, també és molt representativa en aquest sentit (com veurem, aquest tipus d'allotjament té un paper rellevant en la valoració de la cuina local com a recurs turístic). En aquests casos l'atenció als hostes recau en major mesura en la dona, però si bé hi ha una consciència generalitzada a considerar que són les dones les qui s'ocupen d'aquesta tasca, veiem que a les comarques lleidatanes en general el nombre de titulars masculins supera els femenins. Si tenim en compte la filosofia que inspira les RCP, encara podem reforçar més aquesta idea. El Departament de Comerç i Turisme estableix com a

condició per a l'autorització d'aquesta modalitat d'allotjament turístic que el «titular de l'habitatge propietari o llogater— visqui al medi rural i treballi preferentment al sector agrari» (Decret 365/1983, DOC 9/XI/1983). Així doncs, l'activitat turística és entesa com a complementària i no com a substitutòria del treball agrari, acció que intenta no només evitar de desviar la mà d'obra del camp a altres sectors productius, sinó, fonamentalment, permetre la supervivència de les explotacions familiars. Com ja veurem, aquestes expectatives no es compleixen del tot, i en molts casos les RCP esdevenen l'activitat principal i les activitats agràries es converteixen en el complement.

L'altra activitat esmentada que se serveix del treball familiar és el comerç, al qual es poden aplicar les mateixes característiques assenyalades anteriorment: la dificultat de separar el treball productiu del domèstic, la coincidència de l'espai de treball amb el de residència i la realització simultània dels dos tipus d'activitat. També s'hi podria afegir una ocultació conscient del treball amb l'objectiu d'evitar les càrregues fiscals.

Un altre sector on predominen les petites empreses familiars és el de la producció artesana (embotits, formatges, mel i confitures, herbes, etc.). En aquests casos també és molt freqüent que les tasques es reparteixin entre els diferents membres de la unitat domèstica, i que obradors i residència estiguin junts. No és gens infreqüent tampoc que la comercialització dels productes es faci directament al lloc de producció, i per tant també està a càrrec dels membres de la família.

És a dir, com assenyala A. Padrell (Padrell: 1994), la major presència d'empreses de tipus familiar explica la major presència també de dones que es declaren mestresses de casa, la qual cosa no indica que no estiguin integrades en la producció. En un àmbit geogràfic on la gestió familiar està molt estesa s'entén que les xifres donin una visió infravalorada de la participació laboral de les dones i que aquestes puguin donar a entendre que, a diferència de la resta de

Catalunya, la inactivitat de les dones sigui més acusada en aquestes comarques.

Cal destacar que els canvis que s'han produït aquestes darreres dècades no han significat la desaparició del model d'activitats femenines tradicionals, però sí l'aparició de noves imatges i nous valors sobre el paper de la dona i el lloc que ocupa en l'organització del treball. Ara bé, encara es considera en molts casos el treball de la dona fora de l'àmbit estrictament domèstic més aviat com un ajut, sobretot pel que fa a les dones grans que han estat educades segons aquest model tradicional. Alhora, però, les dones més joves i amb un nivell de formació acadèmica més elevat, tenen trajectòries de vida més individualitzades, on la vida professional esdevé un element central. Així ens descriu la situació una informant del Pallars Sobirà:

Les dones que es dediquen aquí a l'agricultura no són normalment caps d'explotació. Es dediquen a cuidar els horts, als animals de granja i tot això. La dona ajuda a les tasques agrícoles però no porta tot el pes. I ara, penso, aquestes activitats són també una vàlvula d'escapament, si no fa una vida massa tancada. Llavors, ara, quan arriba la primavera, van a l'hort, és una manera de sortir i de trencar amb les feines domèstiques - molt menys feixugues del que van ser per les seves mares- i mentre que van i vénen de l'hort troben algú i poden parlar. Parlo, és clar, de les dones d'una certa edat, com que l'home és titular de l'explotació, encara que elles facin tasques agrícoles, cuidin l'hort i els animals de granja, elles consten com a mestresses de casa. Les dones joves són les que s'han incorporat al mercat laboral. Perquè ara, amb el turisme, feina n'hi ha, a l'hostaleria i al comerç, a totes les activitats relacionades amb el turisme. Això, clar les que no han marxat a estudiar i ja s'han quedat fora. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 17-3-1999)

Això genera noves actituds enfront les tasques domèstiques, i incideix per tant amb força en els comportaments alimentaris. Les

actituds i les representacions d'aquestes dones en relació a la responsabilitat de l'alimentació familiar no són, però, homogènies, sinó que són diverses i variades en funció de la situació personal, l'edat, la formació, l'ocupació, la situació socioeconòmica, el fet de tenir o no fills, etc. Amb tot, no es pot oblidar que aquests nous models femenins i familiars se sobreposen al model tradicional de les societats pirinenques. Àvies, mares i filles poden tenir idees força diferenciades sobre el rol de la dona i el treball, sobre les seves responsabilitats domèstiques i extradomèstiques. I tot això es reflecteix, naturalment, en les actituds i les pràctiques alimentàries.

El Pallars Sobirà

El territori

El Pallars Sobirà és la quarta comarca del país en extensió. Ocupa 1.355,2 km², que representen el 4,2% del territori català. Es tracta d'una comarca netament pirinenca, envoltada, tant a la capçalera com pels flancs, de cims de més de dos mil metres, que sovint voregen i fins i tot superen els tres mil. És la comarca més septentrional del vessant sud del Pirineu català. Gairebé tota ella es pot incloure dins el que s'anomena Pirineu axial a part central, més elevada i amb materials més antics de la gran alineació pirinenca, que assolix els 3.143 m a la pica d'Estats, a la part nord-oriental de la comarca. El punt més baix de la comarca el trobem al llit de la Noguera Pallaresa, al congost de Collegats, a vora 530 m sobre el nivell del mar, cosa que confereix al Pallars Sobirà una variació altitudinal de més de 2.600 m.

El territori comarcal està delimitat, a grans trets, per les carenes muntanyoses que serveixen de línia divisòria de les aigües de la conca de la Noguera Pallaresa. De fet, el Pallars Sobirà disposa d'uns eixos territorials vertebradors que són els cursos fluvials: Noguera Pallaresa, Noguera de Cardós i Noguera de Vallferrera. És en aquests eixos on s'ubiquen els principals nuclis de població. En les petites valls laterals que menen les aigües als cursos fluvials principals, es localitzen els nuclis més petits i de més altitud.

El clima del Pallars Sobirà s'inscriu a grans trets en el tipus de clima mediterrani d'alta muntanya, per bé que en les parts més elevades, pel damunt dels 1.500 m, té les característiques pròpies del clima alpí. Això vol dir que, pel que fa a les parts més baixes de la comarca, l'escassetat de precipitacions i la successió d'una estació calorosa i humida a l'estiu per una altra de freda i seca a l'hivern

són les característiques fonamentals del clima. Les precipitacions en forma de neu són freqüents i abundants. El règim dels rius està fortament influït pel desglaç de la neu a la primavera. Aquests rius, però, també pateixen crescudes amb les pluges de tardor que de vegades provoquen inundacions importants.

La influència del clima sobre les activitats humanes en una comarca de muntanya com el Pallars Sobirà és present en tots els aspectes i condiona multitud d'actuacions: des de la localització dels nuclis de població fins als models i els tipus de conreus, des del calendari de les activitats ramaderes fins als treballs al bosc. A més, tradicionalment ha condicionat migracions estacionals de mà d'obra, que a l'hivern, quan a muntanya la vida queda gairebé paralitzada, es desplaçava vers les planes occitanes i catalanes a la recerca del treball temporer, com a preludi de migracions més definitives. També dins cada municipi la variació climàtica vinculada a l'altitud ha motivat, i encara en queden algunes restes, migracions en vertical per tal de complementar els conreus de fons de vall amb els de muntanya mitjana i les pastures d'alta muntanya.

Els elements característics del medi natural a la muntanya els podem resumir en: un relleu accidentat; en el clima fred, que a l'hivern atura pràcticament totes les activitats humanes tradicionals però que a l'estiu afavoreix la pràctica d'activitats —com és ara el pastoreig a la muntanya, el regatge dels conreus i l'aprofitament del bosc— que no són possibles en altres comarques; en la presència de la neu, que possibilita la pràctica de l'esquí —amb el que això representa per al desenvolupament de les activitats turístiques— i en els rius de cabal abundant i constant, ideals per a l'aprofitament hidroelèctric.

La població¹

La població del Pallars Sobirà és de 5.815 habitants (1996). La comarca forma part de la província de Lleida i la componen quinze municipis. Els municipis actuals són el resultat de diversos proces-

sos de d'agregació portats a terme al segle XX (a principi del segle XX n'hi havia 34). L'estructura municipal del Pallars Sobirà es caracteritza per la gran extensió de molts dels seus municipis (set dels quinze existents tenen una superfície de més de 100 km²) i pel nombre baix d'habitants. Només un municipi té més de 1.000 habitants (la capital, Sort). De la resta, no n'hi ha cap que ultrapassi els 500 habitants. Per les característiques enunciades —molta extensió territorial, baixa densitat de població, gran nombre d'entitats de població, etc.— es pot deduir que la prestació de serveis i la gestió municipal presenten notables dificultats.

Atesa la feblesa demogràfica del Pallars Sobirà, és difícil distingir sistemes urbans que actuïn clarament. La capital, pel fet d'acollir gairebé un terç dels habitants de la comarca, exerceix el paper de centre urbà principal, tot i que Sort no és un centre de serveis importants com ho són altres capitals comarcals dels Pirineus. Fins i tot, sembla identificar-se un eix Rialp-Sort com a unitat territorial més dinàmica de la comarca. Al marge d'aquests nuclis, al Pallars Sobirà són les valls les que s'identifiquen com a unitats territorials, en algunes de les quals les relacions que s'hi estableixen i la identitat pròpia són més marcades, com les valls d'Àneu, amb Esterri d'Àneu com a centre, el segon municipi en població de la comarca.

Com ja hem indicat abans, la demografia dels Pallars Sobirà està marcada pel procés de despoblament. Aquest fenomen va començar a produir-se, com en altres comarques pirinenques, a la segona meitat del segle XIX. La regressió demogràfica fou conseqüència de la modificació del sistema socioeconòmic tradicional i d'un important endarreriment en el ritme de creixement. Els darrers decennis (1960-1980) van ser crítics per a l'evolució demogràfica de la comarca, ja que aquesta va perdre 4.919 habitants, el 46,4% de la població censada l'any 1960.

¹ Les dades de població corresponen al Cens de Població de 1981, al Cens de Població de 1991 i a l'Estadística de Població de 1996, de l'Institut d'Estadística de Catalunya.

La dècada dels vuitanta va representar un canvi en la tendència de decreixement agut. Entre el 1981 i el 1991 la població pràcticament va estabilitzar-se en 5.400 habitants, i fins el 1996 va incrementar-se en unes 400 persones. El fenomen turístic, tant d'hivern com d'estiu, ha actuat de factor revitalitzador de la població. Si es considera l'evolució de la població en el període 1981-1991, el Pallars Sobirà se situa en un grup intermedi, el de les comarques de muntanya amb tendència a l'estancament. L'Alt Urgell i el Solsonès acompanyen el Pallars Sobirà en aquest grup. En la dècada dels anys noranta també s'ha frenat el procés de despoblament respecte a la dècada anterior. El creixement vegetatiu de la comarca en el període 1981-1991 va ser clarament negatiu, amb una taxa de natalitat 3,9 punts inferior a la de mortalitat, però el ritme de creixement de la natalitat s'ha accelerat cap al final de la dècada. Pel que fa a l'altre component del creixement, la comarca ha presentat tradicionalment un saldo migratori negatiu que sembla haver-se capgirat durant la darrera dècada. L'emigració ha tingut una influència decisiva en l'evolució demogràfica de la comarca. Segons una informant:

Em sembla que el fet d'emigrar, de marxar fora, ja va tocar fons, quan es va produir l'èxode rural massiu, aquí encara es va perllongar, es va seguir perdent població quan a altres zones ja no es perdia, però va arribar un moment que es va aturar. I ara, sembla ser que, més que no marxin, sinó que vénen de fora. I jo penso, i és una interpretació personal, que a mida que s'ha anat complicant el mercat laboral a zones urbanes, els d'aquí pensen: a on aniré, si està pitjor a altres llocs? I després, el fet que les grans ciutats s'hagin massificat excessivament... i una filosofia d'una vida menys estressada, més tranquil·la, de contacte amb la natura, que no deixa de ser corrents que van i vénen..., pues tot ajuda. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 17-3-1999)

La finalització de les obres hidroelèctriques i la crisi de l'agricul-

tura tradicional havia empès la població a emigrar a la recerca de treball, la qual cosa fa que aquesta emigració fos selectiva i afectés sobretot la població jove. Entre el 1981 i el 1991, el Pallars Sobirà va presentar per primer cop en molts anys un saldo migratori positiu. Els anys vuitanta han marcat un canvi significatiu en els comportaments migratoris a la comarca. Primer, s'han produït entrades de població: de caràcter neorural, treballadors de serveis turístics i funcionaris, ja que el creixement dels serveis públics ha estat molt notori. Així explica la situació, a finals dels noranta, una informant:

A grans trets, el perfil de la gent de fora que arriba ara a la comarca és, en primer lloc el grup dels funcionaris. Hi ha tot un bloc, arran de les millores en la sanitat, de metges, ATS, pediatres... Hi ha tots els ajuntaments amb els seus secretaris. I tot aquest bloc és una franja d'edat bastant jove. Alguns són parelles joves, altres potser arriben solters i es casen aquí, és a dir, és gent en edat de tenir fills, de fer família. I després els altres que arriben per pròpia iniciativa, a buscar-se la vida, però que no són funcionaris, que vénen a buscar-se la vida, normalment és gent jove i amb un perfil d'això que s'ha anomenat neorurals. És el mateix perfil de neorurals que estan venint des de fa anys. Hi ha de tot, alguns el primer que fan quan arriben és buscar feina. Perquè aquí feina se'n pot trobar. El que no et garantirà ningú és que trobis la feina que a tu t'agradi o el que estàs capacitat per fer, però si pots trobar feina a l'hostaleria, a la construcció... és a dir, els dos grans blocs són el sector turístic i la construcció. I llavors al principi fan això, el marit es dedica a la construcció, o a l'hostaleria, i la dona a l'hostaleria o al comerç, o també empreses d'esports d'aventura, que també ha sigut una gran injecció de gent jove que ha vingut. I alguns es queden així, la senyora de dependent i el senyor a la construcció, o a pistes i tal. Hi ha d'altres, que potser ja venien amb la idea d'una altra cosa i primer volen capitalitzar i llavors arriba un dia que, quan veuen possibilitats, ja volen muntar un negoci o alguna cosa. I és clar, veuen que ara per ara, el que dóna per viure és el sector turístic. O bé munten RCP, que n'hi ha, que no són de gent d'aquí, o bé

intenten fer algun producte agroalimentari, més que res això... Clar que no tots els que vénen de fora aguanten. N'hi ha que potser fracassen amb el negoci que volien muntar, però es queden treballant en altres coses, i hi ha altres que no, que marxen. Però jo diria que la majoria es queden, perquè hi ha l'opció aquesta, que si la teva idea inicial no la pots tirar endavant, com a mínim tens feina. A més, pensa que hi ha gent que per venir aquí s'ha venut el pis o ha deixat una feina, i clar, tornar enrere és difícil. Clar, això és a partir d'una certa edat, i si véns amb parella o amb família. Un altre tema és el de la gent dels esports d'aventura, que normalment és gent més jove, soltera, que no s'han venut res, només que se'ls va passar pel cap que volien marxar de casa, i vénen aquí i no exigeixen res, de vegades viuen una pila en un mateix pis, i mentre no els falti la feina -i els agrada fer de monitors- es queden, i compaginen fer de monitors de ràfting a l'estiu i d'esquí a l'hivern. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 17-3-1999)

D'una altra banda, hi ha hagut una generació poc propensa a emigrar, la qual ha pogut aprofitar la creació de llocs de treball en certs àmbits econòmics al Pallars Sobirà. Cada cop hi ha més gent de fora que es ve a instal·lar a la comarca. Si durant el període de construcció de les hidroelèctriques la immigració va ser peninsular (una part dels treballadors que van venir en aquell moment es van quedar i es van instal·lar definitivament a la zona), avui dia es tracta bàsicament de gent de l'àrea metropolitana de Barcelona. No hi ha incidència, ara per ara, d'immigració extrapeninsular, magrebina per exemple, com la que s'observa a altres comarques lleidatanes.

Respecte a l'estructura de la població, a partir dels anys vuitanta, la població del Pallars Sobirà ha patit un procés d'envelliment constant de la població. Els grups d'edat de menys de 15 anys i de 15 a 29 anys han perdut pes en termes absoluts i relatius i han passat en deu anys de representar conjuntament el 37% de la població al 31,9%. La població de més de 30 anys ha augmentat, especialment el grup de més de 65 anys, que representa gairebé un de cada qua-

tre habitants de la comarca. No hi ha cap municipi que s'escapi de l'envelliment i en molts casos la gent gran dobla la població infantil i jove. Tanmateix, aquest procés també s'ha vist atenuat en els anys noranta, amb la frenada de l'augment dels percentatges de població major de 65 anys i de la disminució dels menors de 14 (el 1996, representaven el 63,4% i el 12,1 % respectivament, mig punt més i un menys que el 1991).

Al desequilibri demogràfic que suposa l'envelliment de la població de la comarca, s'hi ha d'afegir el que existeix en la distribució per sexes de la població. L'índex de masculinitat del Pallars Sobirà s'ha estabilitzat entre el 1981 i el 1991. De tota manera, aquest índex continua estant molt per sobre de la mitjana catalana. Per grups d'edat, l'índex de masculinitat és especialment alt a la comarca entre la població adulta, principalment en el grup de 30 a 44 anys. D'altra banda, el desequilibri per sexes és més marcat a les poblacions més petites de la comarca. Cal recordar que l'índex de masculinitat elevat en els segments de població adulta es tradueix en un nivell de solteria masculina elevat, el qual hipoteca en bona part el futur demogràfic del Pallars Sobirà, i la pervivència de força explotacions agràries.

Pel que fa al volum de població activa, destaca en primer lloc la incorporació de la dona al mercat laboral. Mentre que l'any 1981 les dones eren la quarta part de la població activa de la comarca, l'any 1991 ja eren una tercera part. D'una altra banda, les taxes d'activitat han augmentat considerablement a la comarca encara que siguin les més baixes de les comarques de Catalunya. Un altre fet remarcable és l'augment del grup de jubilats i pensionistes, fruit de l'envelliment de la població comarcal. Hi ha hagut també una forta disminució del nombre d'estudiants i d'infants i, molt especialment, de mestresses de casa. En contrast amb la població inactiva, la població activa se situava el 1996 en 2.387 efectius i ha passat d'assolir el 36,1% de la població total el 1981, al 41% l'any 1996, percentatge similar al català.

El Pallars Sobirà ha sofert també profunds canvis en la seva estructura econòmica entre el 1981 i el 1996 i, consegüentment, aquests canvis han afectat també la distribució dels ocupats per sectors d'activitat. D'entrada, cal constatar la dràstica reducció de l'ocupació en el sector agrari, que en només quinze anys ha passat de ser la principal activitat de la comarca l'any 1981, amb el 42,2% dels ocupats, a situar-se en segon lloc l'any 1996, amb el 15,0%. En segon lloc es constata un fort augment de les activitats terciàries que han incrementat el nombre d'ocupats en detriment del sector agrari. En el període analitzat el sector ha passat d'ocupar el 35,4% de la població ocupada al 59,2%. Contràriament, la indústria ha experimentat un lleugeríssim augment i ha passat de representar un 11,1% a un 13,1% dels ocupats de la comarca, mentre que la construcció ha mantingut uns nivells d'ocupació similars en aquest període, entre l'11% i el 12%.

Per tant, la comarca ja se situa en uns nivells d'especialització terciària similars als de la resta de Catalunya: en els dos àmbits aquest sector supera la meitat del total d'ocupats. Pel que fa a l'ocupació agrària a la comarca, és cinc vegades superior a la del país. Amb tot, aquestes dades no reflecteixen del tot la situació real, perquè cada cop és més freqüent que aquesta població agrària depengui d'altres activitats vinculades al turisme, i el pes econòmic de les activitats agràries sigui molt inferior. A més, cal tenir en compte que moltes explotacions estan a càrrec de gent gran i que no està assegurada la successió.

Les activitats econòmiques

Les activitats econòmiques tradicionals —agricultura, ramaderia i explotació forestal— han experimentat, com ja hem indicat, un descens considerable, en benefici del desenvolupament de les activitats turístiques.

L'agricultura és avui una activitat molt inferior al que era dècades enrere. El Pallars Sobirà, malgrat ser una de les comarques amb

més superfície de Catalunya, presenta un relleu muntanyós i abrupte que dificulta l'activitat agrícola. D'altra banda, l'emigració contínua de la comarca ha tingut molt a veure amb l'abandonament dels camps. Els censos agraris corresponents indiquen que, entre el 1982 i el 1989, es va produir un fort increment dels conreus farratgers que ocupen el 79% de la superfície conreada. Aquesta especialització va estretament lligada a l'existència del sector boví.

Tanmateix, cal destacar que el desenvolupament del turisme als Pirineus aporta moltes oportunitats de treball en altres sectors de treball que el de base, l'agrari. El nombre de persones que tenen l'agricultura o ramaderia com a activitat complementària s'apropa avui dia al nombre d'aquelles que la tenen com a activitat principal. L'agricultura apareix, d'altra part, com l'activitat que figura més habitualment com a complementària. Més de la meitat de la població té una activitat complementària al Pallars Sobirà. Precisament en aquesta comarca, on s'ha experimentat un desenvolupament turístic inferior al de comarques com la Vall d'Aran o la Cerdanya, és on es troba un major percentatge de població que exerceix activitats complementàries. Segons això hom pot concloure que l'existència de bones oportunitats de treball, que provenen majoritàriament del turisme, tendeix a especialitzar la població en una determinada activitat. O, si més no, és la població local la que s'ocupa a un determinat ram, mentre que els nousvinguts realitzen preferentment les feines estacionals.

L'any 1989, aproximadament les dues terceres parts del marge brut total del sector agrari del Pallars Sobirà provenien del sector ramader. Aquesta especialització productiva dobla el pes de la ramaderia en el conjunt de la província de Lleida. Els conreus herbacis generen la tercera part restant del marge brut total comarcal i la seva producció està vinculada a l'existència del sector ramader. Cal destacar, doncs, la importància dels sectors boví i oví; els conreus herbacis es redueixen bàsicament als farratges, destinats al bestiar

boví comarcal. Amb tot, el bestiar boví i la mateixa producció lletera s'han reduït en els darrers anys. Les causes d'aquest fet han estat, en primer lloc, la crisi de l'empresa Lleteries de la Seu i, en segon lloc, la crisi global del sector.

El Pallars Sobirà ha patit tradicionalment la manca d'un sector transformador estable i competitiu. L'any 1932 es va fundar la Cooperativa Lletera del Pallars, que recollia la major part de la producció comarcal. L'any 1967 aquesta cooperativa va deixar d'elaborar formatge i es va dedicar a la comercialització de la llet. La pèrdua del principal client (una empresa de llet condensada) va portar la cooperativa a signar un conveni amb RAM, però això tampoc no va aconseguir salvar la situació. L'any 1976 es va dissoldre la secció lletera de la cooperativa i la major part dels seus socis s'unien a Lleteries de la Seu, que l'any 1986 comercialitzava el 63% de la producció comarcal. La crisi d'aquesta empresa l'any 1989 va ser dramàtica per a moltes explotacions de la comarca. A hores d'ara, Copirineu es presenta com l'única empresa comercialitzadora, que recull el 100% de la producció lletera comarcal.

En els darrers anys el sector lleter del Pallars Sobirà ha viscut un procés agut de recessió. Un nombre important d'explotacions lleteres s'han acollit als programes d'abandonament. El nombre de vaques lleteres ha baixat considerablement, i les explotacions fins a unes quaranta. De la mateixa manera s'ha reduït la producció lletera. La crisi del sector lleter ha provocat que, actualment, l'especificitat ramadera principal del Pallars Sobirà sigui el boví de carn. A la comarca hi ha unes 150 explotacions de boví de carn amb un total de 2.500 caps de vaca bruna dels Pirineus. L'explotació característica de vaca bruna és de caràcter extensiu, en què es combina el pasturatge a muntanya i a ribera. El nombre de caps de boví de carn s'ha mantingut estable, a grans trets, els darrers anys.

Convé assenyalar també que el boví mixt, per a carn i llet, que era tradicional a la comarca, es troba en vies de desaparició. En resta només un nombre molt reduït d'explotacions. Finalment, els altres

tipus de bestiar de la comarca més minoritaris són el porcí —és freqüent quan els titulars de les explotacions combinen tasques agràries amb altres serveis— i l'equí, que encara té un cert potencial de desenvolupament a la comarca.

Pel que fa a la infraestructura agroindustrial de la comarca, convé destacar el tancament progressiu dels escorxadors locals, motivat per la dificultat de satisfer les condicions exigides en les directrius de la Unió Europea.

Respecte a la superfície forestal del Pallars Sobirà, representa més del 95% del total de la superfície comarcal. Vers el 40% d'aquesta superfície correspon a superfície arbrada en què hi ha un clar predomini de les espècies pi roig i pi negre. La producció forestal de la comarca s'especialitza en aquestes espècies (80%), a molta distància se situa l'aprofitament de l'avet (prou significatiu) i del pollancre.

Al Pallars Sobirà la implantació industrial és feble. En conjunt, l'estructura industrial de la comarca està formada per una vintena d'empreses amb treballadors assalariats a les quals s'ha d'afegir un nombre considerable d'oficis industrials com ferrers, forners, fusters, etc. Les empreses són de dimensions molt reduïdes, i es detecta un predomini absolut de les activitats industrials lligades als recursos naturals propis.

L'any 1996 el nombre d'ocupats industrials a la comarca —exclosa la construcció— se situava entorn dels 300 ocupats, amb un lleuger increment respecte la dècada dels vuitanta. Tot i mantenir-se com la principal ocupació industrial, el sector d'energia i aigua —concretament la producció hidroelèctrica— ha reduït el nombre d'ocupats, mentre que el sector alimentari ha sofert un increment que el situa gairebé ja a nivells similars a l'anterior. El tercer i quart sectors en nombre d'ocupats —metall i fusta, respectivament— han incrementat lleugerament el nombre d'efectius.

Entre el 1988 i el 1992 s'observa un increment del nivell d'inversions industrials a la comarca. Amb tot, aquest nivell continua

sent modest, encara que s'assolissin els 200 milions l'any 1992. El Pallars Sobirà continua sent una de les darreres comarques catalanes en inversió industrial, però cal destacar que aquestes inversions es concentren principalment en el sector alimentari.

Els rius del Pallars Sobirà (i en especial la Noguera Pallaresa) ocupen un lloc rellevant dins el conjunt català pel que fa a la producció energètica. A les comarques de l'Alt Pirineu la indústria hidroelèctrica ha estat la gran generadora de les transformacions modernes. Les obres de canalització de les aigües dels llacs i rius de la comarca, i la construcció de les noves centrals, van crear llocs de treball temporals. Els efectes de la implantació de les companyies hidroelèctriques han estat diversos. La creació de llocs de treball va ser positiva per a la comarca, encara que aquesta ha patit impactes ambientals a causa del desviament de les aigües fluvials i de les dels llacs de muntanya, com també de la construcció de línies i altres construccions. Actualment el sector continua sent important, però l'acabament de les grans obres i la progressiva automatització de les instal·lacions han provocat una disminució dels llocs de treball.

La construcció és un sector important en l'economia de la comarca. Hi ha un nombre considerable d'empreses petites que ofereixen uns nivells d'ocupació gairebé equivalents al conjunt de branques del sector secundari. L'edificació de nous habitatges va experimentar un dinamisme destacat els anys vuitanta i manté un bon ritme al llarg dels anys 90. No hi ha cap dubte que l'increment dels fluxos turístics, que han comportat la construcció d'apartaments i d'algun hotel, i de la segona residència, han incidit en el dinamisme de la construcció al Pallars Sobirà. En un primer moment el fenomen de la segona residència a la comarca responia al perfil de fills del Pallars que havien marxat i que o bé restauraven la casa familiar o bé en construïen una de nova, per venir durant les vacances. Darrerament, però, ha anat creixent una demanda important de gent que no té cap mena d'arrelament a la comarca.

L'estructura del sector terciari és la següent: la principal activitat

terciària, amb un major nombre d'ocupats, és la dels serveis relacionats amb el turisme, la restauració i l'hostaleria. La segueixen els serveis d'atenció a la persona, com l'educació i la sanitat. La tercera branca en ocupats és el comerç. En conjunt, el sector terciari s'ha expandit durant els anys vuitanta i noranta. Actualment és el sector econòmic que ofereix més llocs de treball al Pallars Sobirà. El Pallars Sobirà és una comarca fonamentalment ramadera i turística, amb poca activitat industrial, llevat de la indústria hidroelèctrica, de condicionada localització. Aquesta situació afecta l'activitat comercial, de manera que aquesta s'orienta bàsicament a proveir la població i el turisme. L'alimentació és la branca que continua dominant l'estructura comercial de la comarca, seguida, a molta distància, del comerç de productes tèxtils. El comerç a l'engròs té molt escassa presència i es fa des de les comarques veïnes. L'increment dels fluxos turístics i l'estabilització demogràfica dels darrers anys han implicat un cert increment de l'activitat comercial al Pallars Sobirà.

En conjunt es pot afirmar que el sector comercial del Pallars Sobirà està poc desenvolupat, ja que, a més de centrar-se en el comerç quotidià, el sector s'ha renovat poc. Només pot destacar-se l'extensió dels autoserveis en comestibles a diversos municipis de la comarca. Al Pallars no es detecta, però, el procés de modernització i dinamització dels establiments comercials que s'ha produït en altres comarques de Catalunya. La gent de la comarca observa que han de fer moltes de les seves compres fora, per exemple la roba, ja que l'oferta és molt reduïda. S'aprofita sovint les sortides a la Seu, a Tremp, a Lleida, per anar al metge o a l'hospital, per fer part de les seves compres. Fins i tot la millora de les comunicacions fa que en alguns casos es vagi a comprar a Barcelona en determinats casos. Una informant ens destacava que, per exemple pel que fa a la roba infantil, a Barcelona no només troba una varietat molt més gran, sinó que els preus són més accessibles. El creixement del turisme fa que, als centres importants, com Esterrí d'Àneu o Sort, els preus siguin

elevats, siguin preus «turístics». D'altra banda, també s'observa que el comerç local s'adreça en bona mesura als clients de fora: botigues de records, de material esportiu, sobretot d'esquí, productes alimentaris artesans, etc.

D'altra banda, el creixement del turisme, que és ara per ara força estacional, també genera alguns problemes des del punt de vista del comerç i l'hostaleria. Com observa una informant:

Els dies de més afluència turística, com ara per Setmana Santa, o per l'agost, a tot arreu on vas has de fer cua. Ens afecta els que vivim aquí, que hem de perdre molt temps per comprar, per comprar qualsevol cosa has de fer una hora de cua. Però al turista també l'afecta, perquè no fa cap gràcia venir quatre dies i passar-te mig matí per comprar quatre coses, o que vagis a fer el vermut i t'hagis d'esperar mitja hora perquè t'atenguin... Però per quatre dies, com que és un turisme tan puntual, fa més difícil agafar més personal. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

No hi ha cap mercat permanent a la comarca, però es fan dos mercats setmanals: un a Esterri d'Àneu els diumenges i un altre a Sort, els dimarts. Pel que fa a les fires comercials, la majoria estan relacionades amb la ramaderia.

El sector turístic ha estat el veritable motor econòmic de la comarca els darrers anys. De fet, com s'observa a les dades d'ocupació, la comarca s'ha especialitzat decididament com un espai turístic amb dos atractius bàsics: l'entorn natural i els esports. La infraestructura turística s'ha incrementat molt notòriament a la comarca, i també s'ha diversificat.

La llunyania del Pallars Sobirà respecte a Barcelona motivà, malgrat les inquietuds dels naturalistes i dels excursionistes en les darreres dècades del segle XIX i en l'inici del segle XX, que la zona fos poc visitada i coneguda. A diferència d'altres comarques pirinenques, el Pallars Sobirà no tenia en les primeres dècades del segle XX uns recursos turístics que aleshores començaven a explotar-se, com els

balnearis a la Ribagorça o l'esquí a la Cerdanya. L'activitat turística a la comarca va anar adquirint importància a partir dels anys seixanta, amb un marcat caràcter estacional, amb una demanda concentrada sobretot a l'estiu. Ara bé, aquesta estacionalitat, malgrat les limitacions i els problemes que pugui representar, és per a molts pallaresos una forma de funcionament sobre la qual es basa un model d'organització empresarial que fa possible la viabilitat econòmica de les petites empreses familiars.

Cal destacar la notable implantació d'empreses dedicades als esports d'aventura. L'any 1999 funcionen 19 d'aquestes empreses: 1 a Esterrí d'Àneu, 1 a Lladrós, 4 a Llavorsí, 1 a Lleret, 4 a Rialp, 2 a Ribera de Cardós i 6 a Sort. Les iniciatives més reeixides, bàsicament relacionades amb els esports fluvials, es concentren en un tram d'uns quinze o vint quilòmetres del riu Noguera Pallaresa, concretament a l'eix Llavorsí-Sort. Amb tot, i malgrat totes les expectatives que desvetlla i les seves possibilitats d'expansió, aquest nou tipus de demanda no deixa d'inscriure's en l'àmbit del turisme estiüenc, tot i que permet d'allargar una mica la temporada, a la tardor i la primavera. Cal tenir en compte que bona part d'aquestes empreses estan en mans de gent de fora. En alguns casos els promotors o els propietaris de les empreses són de la comarca, però la major part dels treballadors són vinguts de fora.

El 1961 hi havia hotels a 7 pobles: Sorpe, Espot, Esterrí d'Àneu, la Guingueta d'Àneu, Llavorsí, Sort i Ribera de Cardós. L'any 1980 ja hi havia oferta hotelera a 14 nuclis de població. Les poblacions que havien augmentat més la seva capacitat hotelera van ser Sort, Esterrí d'Àneu i Espot. L'any 1999 l'oferta hotelera és de 51 hotels, repartits entre 20 nuclis de població. Els municipis que concentren més places hoteleres són: Esterrí d'Àneu, la Guingueta d'Àneu, Sort, Tavascan i València d'Àneu.

A banda dels establiments hotelers, a la comarca també s'han incrementat de manera considerable altres tipus d'allotjament. Així, el Pallars Sobirà compta actualment amb vint càmpings, de segona

i tercera categoria (el 1980 n'hi havia onze). Però el tipus d'allotjament que més ha incrementat la seva presència en els darrers anys al Pallars Sobirà han estat les residències-casa de pagès (RCP). L'Alta Ribagorça, la Vall d'Aran i el Pallars Sobirà són les tres comarques de Catalunya en què s'ha produït una major implantació d'aquest tipus d'establiment. Aquestes residències-cases de pagès constitueixen un element de diversificació turística per a la comarca, que obre el pas a l'agroturisme. L'any 1999 hi ha 43 residències-cases de pagès al Pallars Sobirà. La gran majoria de RCP està en mans de gent de la comarca, però també hi ha una part que han estat posades en marxa per gent vinguda de fora. Ara bé, l'ocupació de les RCP és de moment molt estacional. Segons una informant:

Fer una ampliació, no compensa. Perquè ara, per exemple per Setmana Santa, podries omplir quatre vegades més les places que tu pots tenir, però, i després... A l'estiu ja no ompliries, perquè es reparteix més la gent. Les vacances d'estiu ara han anat canviant, la gent ja no fa les vacances tan concentrades el mes d'agost, hi ha gent que les fa el mes de setembre, o es guarda dies a l'hivern per esquiar. I ampliar, fer habitacions, amb cambres de bany i tot el que necessites, et costa un dineral, i no compensa. Clar, els que viuen del turisme, què més voldrien que poder agafar més gent, ara per Setmana Santa, i els ponts i això, però no pot ser. Si has de demanar un crèdit, l'has de pagar cada mes, i no només per Setmana Santa o l'estiu. I hi ha mesos molt fluixos. I això que és veritat que la temporada s'allarga, però no és suficient per capitalitzar i invertir. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Aquesta estacionalitat genera problemes, com observa aquesta mateixa informant:

Això fa que tothom vulgui aprofitar, vulgui fer l'agost aquests dies de més feina, i pot acabar fent que hi hagi un mal servei, que la gent marxi descontenta. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Aquesta estacionalitat afecta sobretot les RCP, pel perfil dels clients habituals d'aquesta mena d'establiments, que vénen els caps

de setmana o en períodes de vacances. Però la temporada, en general, es va allargar, ja que es dirigeix a altres segments de clients.

El Pallars Sobirà disposa de cases de colònies, albergs, una escola de natura i un camp d'aprenentatge. Aquestes infraestructures han permès generar uns fluxos de joves i infants, la majoria escolars, que són essencials per a l'activitat terciària de la comarca. També es promou cada cop més el turisme de la Tercera Edat. Així ens descriu la situació una informant:

Aquí, de feina, n'hi ha, però no pots triar gaire, és a l'hostaleria, el comerç, el turisme en general. Sí que és una feina estacional, però cada cop ho és menys. Amb l'esport d'aventura s'ha pogut allargar la temporada, i també s'està treballant molt amb les escoles, les colònies i coses d'aquestes. Els albergs treballen molt amb les escoles, i després hi ha les setmanes blanques, i aquestes coses. I també ara s'allarga molt la temporada amb el turisme de la Tercera Edat. Tot setembre, octubre i novembre, està ple d'autocars de gent gran. Llavors, pel Pont de la Puríssima, si tot va bé, ja s'obren les pistes. Fins Setmana Santa, que s'acaba l'esquí. I ja estàs de cara a la primavera, on es torna amb els esports d'aventura, i de cara a l'estiu, que és la temporada forta. Sí que hi ha un parell de mesos que queda tot parat, però llavors és quan tothom aprofita per fer vacances, i és quan no pots ni anar a esmorzar, perquè està tot tancat. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

El segon tipus d'allotjament del Pallars Sobirà el constitueix la segona residència. L'aparició de les residències secundàries es va generalitzar a Catalunya durant la dècada dels setanta. A les àrees tradicionals localitzades al voltant de les grans ciutats i als antics nuclis turístics, es van afegir les àrees rurals de l'interior i també les comarques pirinenques. El 1970 les residències secundàries eren 366, cosa que representava el 19,5% dels habitatges principals i el 14,3% del total. L'any 1981 les residències secundàries eren 1.185, cosa que representava el 73,9% dels habitatges principals i el 30,8% del total. A la dècada dels noranta l'ús d'habitatges per a segona residència s'ha incrementat molt i té unes repercussions importants

sobre el sector de la construcció i sobre el comerç comarcal. Dels quinze municipis del Pallars Sobirà, pràcticament la meitat (set municipis) tenen una proporció de segona residència que assoleix la meitat del total d'habitatges del municipi, i en alguns casos la supera.

El principal atractiu turístic del Pallars Sobirà és l'entorn natural, el seu paisatge, l'equilibri amb què s'han mantingut les implantacions humanes a la comarca. Actualment hi ha 17 refugis. S'intenten promoure totes les activitats lligades al paisatge, com les excursions a cavall o el ràpel. El creixement de turisme interior i de muntanya a Catalunya aquests darrers anys, lligat a una valoració cada cop més gran dels recursos naturals com a atractiu turístic, han comportat un increment molt destacat dels fluxos de visitants al Pallars Sobirà. Com ja s'ha destacat, aquests fluxos es concentren sobretot els mesos d'estiu, coincidint amb l'època principal de vacances, però amb una tendència creixent a l'allargament de la temporada. Es considera que l'ocupació turística al Pallars Sobirà durant el mes d'agost és pràcticament del 100% i que també és molt elevada el mes de juliol. Fins fa poc, la gran majoria dels visitants eren de Catalunya. Actualment segueixen sent el gros més destacable, però ha augmentat notablement la presència dels turistes vinguts de Madrid, València i el País Basc. També té una certa importància el turisme de França. Aquest turisme provinent de França tradicionalment ha vingut a la comarca atret per la pesca. Quan és l'època de pesca l'afluència de turistes francesos és important.

Com assenyala S. Jiménez (Jiménez: 1997) a l'estructura empresarial del sector turístic hi conviuen dos models bàsics. D'una banda, el gros quantitativament més important està format per empreses de tipus familiar. Aquestes empreses tenen com a característiques principals ser de propietat familiar, estar gestionades totalment o parcialment per membres del grup domèstic i, en tot cas, funcionar a partir d'un grup reduït de persones, tenir poca capacitat d'acollida i oferir serveis complementaris limitats, fer poca o cap promoció

turística i no treballar amb majoristes ni agències de viatges. L'altre model, molt menys estès, està representat per les empreses propietat de societats mercantils, gestionades per tècnics (normalment de fora de la comarca) i una quantitat relativament alta de personal contractat. Aquestes empreses tenen una capacitat considerablement més gran que les empreses de tipus familiar i ofereixen un major nombre de serveis complementaris, fan campanyes de promoció turística i estan inserides en els circuits dels operadors turístics i agències de viatge. Entre aquests dos grans models «ideals» hi ha molts casos «mixtos», empreses que no s'ajusten estrictament ni a l'un ni a l'altre. En general, són negocis familiars (normalment d'antiga implantació) que han arribat a constituir empreses de dimensions considerables i que, per la seva pròpia dinàmica de funcionament, participen d'algunes de les característiques de les grans empreses extrafamiliars.

L'espai natural que exerceix un major reclam turístic és el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, l'únic parc nacional de Catalunya. És l'espai protegit més visitat de Catalunya i també, sens dubte, la zona més freqüentada del Pallars Sobirà. Des del 1985 el Parc és visitat anualment per més de 250.000 visitants. Tot i la importància del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, hi ha molts altres indrets a la comarca de gran valor paisatgístic que atrauen els visitants. L'excursionisme és àmpliament practicat al Pallars Sobirà i la caça i la pesca també tenen una influència destacable en la generació de fluxos turístics.

A finals dels anys seixanta es van iniciar al Pallars Sobirà les iniciatives turístiques relacionades amb els esports d'hivern. La primera estació de la comarca, Llessui, va obrir el 1967. Altres estacions són Super Esport i Port Ainé, la més recent, inaugurada la temporada 1986-87. Aquesta activitat ha permès una desestacionalització de la demanda turística a la comarca. Hi ha també tres petites estacions d'esquí de fons: Bonavé (Alòs d'Isil), la Pleta del Prat (Tavascan) i el Pla de Nègua (Esterrí de Cardós), de funcionament molt irregular i

que tenen una escassa repercussió en les seves àrees d'influència.

Un sector dels esports d'aventura —especialment la modalitat de descens en bot (ràfting)— ha tingut un desenvolupament extraordinari a la comarca. La primera iniciativa d'esports d'aventura al Pallars Sobirà s'inicia l'any 1987. Actualment el creixement del sector es materialitza en l'existència d'una vintena d'empreses i entitats d'esports d'aventura que ofereixen serveis a aproximadament unes 70.000 persones per temporada (estimació del 1993). El sector flexibilitza l'ocupació d'acord amb la demanda. En el moment de més activitat arriba a ocupar directament unes 200 persones i genera un impacte econòmic vital a la comarca. El panorama empresarial dels esports d'aventura es concreta en una munió d'iniciatives molt modestes i disperses en el territori. Aquest sector ha aconseguit generar una imatge de marca del Pallars Sobirà, i ha generat nous fluxos turístics de gran magnitud que han possibilitat un desenvolupament de l'oferta a la comarca i, com ja s'ha dit, també ha afavorit la seva desestacionalització. Tot i que l'estiu és l'època de màxima pràctica d'aquests esports, s'ha aconseguit estendre la temporada a part de la primavera i la tardor. Així, el Pallars Sobirà disposa d'una temporada turística que, tot i ser limitada, és cada cop més àmplia.

El turisme cultural és el darrer intent de diversificació i especialització de l'oferta turística que s'ha dut a terme a la comarca i que complementa la resta dels sectors turístics existents. La iniciativa sorgeix principalment del sector nord de la comarca i es concreta en la creació d'equipaments de tipus cultural, com el Museu de la Fusta al poble d'Areu o l'Ecomuseu d'Esterrí d'Àneu. La gastronomia local forma part d'aquesta oferta turística i s'aprofita d'aquests fluxos creixents de visitants, que constitueixen una part important dels clients de productes alimentaris «tradicionals» i que consideren la cuina local un atractiu més æi no el menys important— de la seva estada a la comarca. Per aquest motiu, hi ha RPC que venen als seus clients productes que ells mateixos elaboren i que els seus clients

aprecien perquè els han consumit durant les seves estades. Però aquesta venda no està legalitzada. Segons una informant:

Es fa d'amagat. Clar, les coses funcionen així. Des de l'administració s'exigeix que qualsevol activitat estigui legalitzada, però passa el que ha passat sempre, que hi ha coses que no ho estan, perquè no ho poden estar, perquè de vegades no es poden complir totes les condicions que es demanen. I llavors també s'ha d'entendre la situació del que té la casa de pagès. És tan fàcil, tens el client allí davant, que normalment és el client el que et demana que li venguis. És normal. Una cosa és el que l'administració diu, que les activitats han d'estar legalitzades i complir uns requisits, i tal. Però una altra cosa és la realitat, i la realitat és que no tot està legalitzat. I en el cas de les RCP s'entén, perquè és tan fàcil. Tenen el client allà, que potser per esmorzar ha menjat aquell formatge, aquell embotit o aquells ous, i abans de marxar diuen: no em pots vendre una dotzena? (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Això ens mostra que els productes alimentaris i la cuina són un element important de l'oferta de les RCP. S'ha intentat regular una mica aquesta situació. La iniciativa ha partit del Consell Comarcal. Sembla ser que des d'aquest àmbit s'havia intentat parlar amb els diferents actors interessats, per tal de buscar solucions o plantejar propostes, però aquest intent no ha tingut gaire resposta. La idea una mica de fons és que des de la perspectiva dels propietaris de les RCP no es percep gaire la necessitat d'actuar, ja que tal com ho tenen organitzat ja poden viure. Hi ha una Associació de RPC, impulsada per l'oficina comarcal del DARP (Departament de Agricultura, Ramaderia i Pesca) i el Consell Comarcal del Pallars Sobirà. Es va fer un fullet promocional de les RCP de la comarca, però va arribar un moment que l'associació es va desfer. Darrerament però sembla que hi torna haver un cert interès a recuperar aquesta associació i seguir el model de classificació per espigues que ja s'ha engegat a l'Alt Urgell. Una informant explica el menor interès, —en relació a comarques com l'Alt Urgell o el Pallars Jussà— que s'ha posat fins ara a promoure el turisme i les activitats associades a aquest per

les especificitats de la comarca:

Un dels motius d'aquestes diferències és que aquí la densitat de població és molt baixa. També hi ha un índex d'envelliment molt elevat i un índex d'ocupació molt alt, d'aturats pràcticament no hi ha, i en general, un bon nivell de vida. I això es nota amb tot. A l'Alt Urgell també tenen molt més dinamisme cultural, tenen l'UNED... a nivell cultural tenen molta més entitat, i això diu molt del dinamisme d'una comarca. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Efectivament, a l'Alt Urgell els diferents agents interessats a promoure les RCP i el turisme rural en general es mostren molt dinàmics.

Per concloure, vegem com defineix la situació actual de la comarca una informant:

Aquí, una font d'ingressos, o de creació de llocs de treball, van ser, en el seu moment, les hidroelèctriques. Ara ja no ho són, al contrari, ara van traient gent. Per tant, els que van entrar a treballar amb les elèctriques, ara per ara, si no han arribat encara a l'edat que et punxen perquè et prejubilis anticipadament, continuen mantenint el seu lloc de treball. Aleshores, en molts casos, les RCP, per exemple, acaben sent un complement d'aquesta gent. Hi ha moltes famílies que tenen més d'una, de dos i de tres fonts d'ingressos. Perquè el senyor treballa a la hidroelèctrica, la senyora pot ser que tingui una petita botiga, o que la família tingués un bar, i si l'home treballa una setmana al torn de dia, una setmana al torn de nit i una setmana fan festa, també ajuda a la botiga o el bar. I després, si han tingut possibilitats, a nivell econòmic o a nivell de patrimoni, amb el creixement turístic d'aquests darrers anys, han pogut fer un càmping, han pogut fer una RCP.

El que està clar és que la filosofia inicial de les RCP que entén les RCP com un complement de l'agricultura i la ramaderia no s'ha traduït així en els fets, amb el creixement del turisme. La pagesia i la ramaderia han anat a menys, el turisme ha anat a més. I hi ha gent una mica gran que et diuen que les quatre vaques les mantenen per poder cobrar el dia de demà la Seguretat Social, però que viuen més de les RCP que de l'agricultura. Aquí, ara, l'agricultura té poc pes a nivell econòmic. A nivell de

població ocupada, a nivell d'explotacions donades d'alta, encara té la seva importància. Però més que per una altra cosa és per tradició, perquè és una cosa que està arrelada a la família, al patrimoni de la casa. I es va mantenint.

Per exemple, la Seguretat Social Agrària, que és un règim especial que paguen menys, passarà a règim general. Llavors es diuen: «mentre no em posin la soga al coll, ho anirem mantenint. Per tant, a nivell d'explotacions donades d'alta, n'hi ha força, si tenim en compte que et diuen que no es pot viure de l'agricultura i de la ramaderia. Però tira... Suposo que costa molt, a un home gran, que ha viscut tradicionalment de la ramaderia i de l'agricultura, dir: deixo la cort buida, em venc els animals, deixo que els camps es facin malbé. Els dol a nivell sentimental, no perquè a nivell econòmic sigui realment rellevant.

I al final acaba sent al revés: és l'agricultura i la ramaderia la que acaba sent un petit complement d'altres activitats.

Els joves que es queden, molt pocs es queden exclusivament al front d'una explotació agrària. Hi ha joves fills de pagès que ara treballen també a altres sectors, com ara la construcció. I els que segueixen de pagès són els que no han marxat fora a estudiar, perquè no els ha agradat, o perquè no han pogut, o pel que sigui. Però els que han marxat i han estudiat, potser a casa seva han tingut vaques, però ells no se les han mirat mai. Per tant, estan arrelats a l'explotació aquells que no han pogut anar a fora. S'han buscat la vida per una altra banda i a més donen un cop de mà a l'explotació. I després, els que realment ho fan per vocació. És a dir, no és gens infreqüent que ara, joves que tenien fa pocs anys l'agricultura i la ramaderia com a activitat principal, ara tinguin una altra activitat, com la construcció o les asserradores, i a més fan de pagès com a complement. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3 1999)

L'Alt Urgell

El territori

La comarca de l'Alt Urgell està situada a la zona nord-occidental de Catalunya, li fan de límit les comarques de la Cerdanya, el Berguedà i el Solsonès per la banda de llevant, els dos Pallars per la banda de ponent, la Noguera i Andorra. És una comarca pirinenca de característiques clarament muntanyoses. Tot i això presenta una notable diversitat de relleu, ja que es poden distingir diverses unitats geomorfològiques, amb les seves característiques diferenciades de relleu, clima i vegetació. El sector nord forma part dels Pirineus axials, amb una vegetació de tipus alpí i subalpí i un clima sever. El sector meridional és clarament prepirinenc, amb vegetació poc frondosa i un relleu abrupte. L'extrem més meridional de la comarca s'endinsa cap a la Depressió Central amb relleus suaus característics d'aquesta unitat. El 63% de la superfície comarcal es troba entre els 1.000 i els 2.000 metres d'altitud, mentre que un 5,7% està per sobre dels 2.000 metres. El punt més elevat de l'Alt Urgell és el pic de Salòria, de 2.791 metres, mentre que la cota més baixa és la vall del Segre. L'orografia comarcal s'estructura entorn de l'eix que forma el riu Segre entre la Seu i la Ribera d'Oliana. En el recorregut del Segre s'han format planes més o menys extenses on s'han emplaçat els principals nuclis de població, com la Seu d'Urgell, Organyà i Oliana.

La diversitat altitudinal, de relleu i d'orientació de les diferents parts de la comarca comporta que les seves característiques climatològiques també siguin molt diverses, des de variacions més o menys lleugeres del clima mediterrani, a la ribera, fins a les modificacions de caràcter alpí i subalpí en els sectors més elevats. Aquesta variabilitat altitudinal i climàtica es tradueix en una varietat simi-

lar dels estats de vegetació, que comprenen des dels nivells més enlairats dels prats alpins fins a l'alzinar típicament mediterrani. Pel que fa a les temperatures els contrastos són forts, com correspon a climes continentals.

La superfície arbrada ocupa aproximadament la meitat del total comarcal. Això mostra el potencial forestal de què disposa l'Alt Urgell. La superfície forestal es completa amb les superfícies cobertes per matolls o arbusts que apleguen gairebé el 40% de la comarca. Els conreus constitueixen el segon ús del sòl amb gairebé 9.000 ha, una tercera part de les quals són de regadiu. Finalment, el sòl destinat a usos residencials, industrials i comercials constitueixen una extensió escassa de la comarca.

La població

La població de l'Alt Urgell era el 1996 de 19.006 persones. Entre el 1950 i el 1970 es va produir a la comarca un accelerat procés de decreixement i una situació demogràfica d'estancament des del 1970. Des del 1981 fins al 1986 s'observa una pèrdua d'efectius demogràfics, estabilitzat des del 1991. La comparació amb la resta de les comarques de muntanya situa l'Alt Urgell com la quarta comarca més poblada després de la Garrotxa, el Berguedà i el Ripollès.

La població es concentra a la capital comarcal, la Seu d'Urgell, i als municipis d'Oliana, Organyà i Coll de Nargó. Els casos extrems de despoblació corresponen a Cava, la Vansa i Fòrnols i Josa i Tuixén. Dotze municipis tenen menys de 500 habitants, dels quals set en tenen menys de 200. En deu municipis la densitat de població no assoleix els cinc habitants per km². Cal destacar, però, que els municipis de Josa i Tuixén i de la Vansa i Fòrnols s'observa aquests darrers anys un creixement positiu. En aquests casos hi ha incidència d'iniciatives econòmiques específiques (estació d'esquí de fons a Tuixén), com també altres increments de població (arribada de neorurals). En relació a la densitat de població podem distingir tres

zones: els municipis més poblats, que capitalitzen els serveis i les activitats productives no agràries; l'àrea de les riberes, amb una activitat agropecuària moderna, i la resta de municipis, poc poblats i totalment rurals, que ocupen les valls laterals del Segre.

La Seu d'Urgell s'ha anat convertint els darrers anys en un gran pol d'activitats, especialment centrades en el sector terciari, i és la ciutat més important del Pirineu occidental català. Els nuclis propers a la Seu són cada cop més part integrant d'un continu funcional urbà que, per un costat, va assumint activitats característiques de la capital (petites indústries, magatzems, tallers, etc.), i per l'altre, segueix un procés de suburbialització i de conversió en nuclis dormitori. Aquest procés d'extensió urbana es desenvolupa al llarg del fons de la vall del Segre seguint els eixos de comunicació que permeten una interconnexió ràpida amb el centre del sistema (Castellciutat, Poble Sec, Sant Antoni, Sant Pere, les Torres). També cal incloure els nuclis d'Oliana i d'Organyà, que actuen com a subcentres comarcals.

Aquests darrers anys s'ha produït un cert procés de creixement positiu en els municipis propers a la Seu i els situats a l'eix Cerdanya-Túnel del Cadí-Andorra. Possiblement la millora de les comunicacions té una incidència sobre la seva evolució demogràfica que cal afegir a la proximitat de la capital comarcal. Els nuclis situats a les riberes de la Seu d'Urgell i Oliana mostren una forta influència d'aquestes capitals pel que fa a l'extensió de les activitats secundàries i terciàries (moviments de treballadors cap a la Seu, Andorra, Oliana o Organyà, per una banda, i petites indústries, tallers, bars, i restaurants de carretera que es nodreixen del turisme de pas cap a Andorra), i a l'existència d'un sistema d'explotacions agràries productores de llet, sobretot a la meitat septentrional de la comarca (Montferrer, Alàs, Arfa, Adrall, el Pla de Sant Tirs, Coll de Nargó i Peramola). Els pobles enlairats sobre la plana conformen una categoria de transició entre els nuclis de la ribera i els pròpiament dits d'alta muntanya. Aquests pobles es caracteritzen per una dimensió

mitjana. Hi predominen les explotacions agràries del tipus explotació familiar i sovint hi ha una certa activitat complementària en relació amb un turisme més o menys estable, de residències secundàries i càmpings. Molts dels pobles d'aquest tipus són petites «capitals de valls» (Estamariu, Anserall, Castellbó, Noves de Segre, Arsèguel, Tuixén, Fígols i Ogern). Finalment, els pobles pròpiament dits d'alta muntanya, normalment per damunt de 1.000 metres d'altitud, apleguen menys del 10% de la població total de la comarca. La població està molt envellida i disminueix any rere any, llevat dels casos en què s'han instal·lat neorurals.

Les activitats econòmiques

A la comarca de l'Alt Urgell, el sector primari està experimentant importants modificacions estructurals, en un intent d'adaptar-se i estabilitzar-se davant els condicionaments externs que es deriven, bàsicament, de l'entrada a la UE. El sector terciari, en canvi, creix cada cop més. Dins d'aquest sector, cal destacar la importància del comerç i del turisme.

L'agricultura no es veu afavorida per la geografia de la comarca. Les terres de conreu són escasses a l'Alt Urgell i sovint difícils de cultivar, a causa de l'alçada, el clima i el pendent, i els rendiments són baixos. La superfície cultivada de l'Alt Urgell se situa lleugerament per sobre les 6.000 hectàrees, a les quals s'han d'afegir unes 18.000 hectàrees de pastures permanents. Si s'exclouen els prats, la pràctica totalitat de la superfície agrària està dedicada a farratges i cereals. S'observen certs contrastos territorials en la producció. En el sector meridional de la comarca predominen els conreus cerealístics. Això és particularment remarcable en el cas de Basella i Peramola. A la resta de la comarca, però especialment al sector septentrional, predominen els farratges i els prats, propis de l'especialització lletera.

La superfície forestal de la comarca és d'aproximadament 100.000 ha, equivalent al 70% de la superfície total. D'aquesta extensió, tres quartes parts corresponen a superfície arbrada. L'ex-

plotació del bosc al llarg del temps ha estat desigual, ja que si després de la guerra civil va ser sotmès a una tala abusiva, actualment s'explota per sota de les seves possibilitats. Fa uns anys hi havia moltes empreses que treballaven la fusta a la comarca, sobretot a la Seu i a Organyà, però també a Oliana i a Coll de Nargó, i moltes han anat plegant. La superfície forestal comprèn diverses ocupacions, a part de l'explotació de la fusta. Un aprofitament és la recollida de bolets i de tòfones; la venda de rovellons és en alguns casos una important font d'ingressos. La recollida de rovellons genera també uns fluxos turístics destacables. Finalment, un altre recurs que hi ha a la comarca són les pastures, l'aprofitament de les quals ha anat disminuint amb els anys, juntament amb la transhumància, i han deixat pas a una ramaderia productora de llet.

Quant a la ramaderia, destaca la producció de llet i de productes lactis. La ramaderia s'ha concentrat tradicionalment a les comarques dels Pirineus. Les diferents comarques de muntanya que comprenen els Pirineus han viscut dels ramats de cabres, ovelles i vaques fins a mitjan segle XX, en què les repetides crisis de l'agricultura tradicional de subsistència i el creixement industrial de l'àrea de Barcelona originaren una sèrie de fluxos migratoris que van produir un lent però continuat procés de despoblament.

La transformació de la llet ha estat el subsector agroalimentari més important. La incidència que ha tingut en la transformació de l'agricultura local ha estat molt gran. La primera de les dues indústries existents a la Seu va néixer el 1915, per iniciativa d'un propietari local, que, com tants altres, havia vist arruïnada la collita de vi per la fil·loxera, i amb ella va encetar-se un procés de transformació no tan sols de la indústria, sinó també de l'agricultura, amb la qual té estrets lligams. La Cooperativa Lletera del Cadí representava la primera iniciativa local industrialitzadora d'una certa envergadura nascuda a les comarques pirinenques. Alhora, la cooperativa es convertia en la impulsora d'una producció, la llet, que havia d'orientar els afanys modernitzadors dels pagesos i ramaders de la

zona. La Cooperativa Lletera del Cadí va perillar l'any 1923 per l'escissió d'un grup de socis. El 1930, mentre la nova empresa arrenca, la Cooperativa Cadí tenia només 150 socis dels 250 inicials i treballava la meitat de llet que abans de la divisió. Aquest mateix any s'incorporaren a la Cooperativa Cadí tots els socis de la Cooperativa de Bellver de Cerdanya, i el 1933 s'havia superat novament el miler de litres transformats. La guerra civil va trencar una altra vegada la producció ascendent, que començà a recuperar-se a partir del 1940 i ja no va parar la seva evolució.

La segona de les empreses va tenir una evolució diferent. Els set socis escindits de la Cooperativa Lletera Cadí van fundar l'any 1923 una societat anònima ILSA (Industria Lechera Sociedad Anónima). Més endavant s'associaria a la xarxa d'indústries lleteres de l'estat (PILSA), que fou adquirida per la indústria MG, de la multinacional Nestlé. L'any 1972 la indústria fou recuperada pels 400 socis aportadors i es convertí en un grup sindical de colonització, que més endavant va passar a ser una societat agrària de transformació. Finalment es convertí en una agrupació de productors agraris que s'anomenà Lleteries de la Seu. A la meitat de la dècada dels 80 Lleteries de la Seu va fer una gran inversió en una nova fàbrica, dotada de moderníssima maquinària i amb capacitat per transformar 250.000 litres de llet diaris. Però la iniciativa arribava tard, el procés d'abandonament de la producció làctia ja havia començat i els productors abandonaven de forma progressiva les seves explotacions. Això els va obligar a comprar llet francesa, més cara que la nacional, amb la qual cosa va minvar encara més la rendibilitat. A més, va ser impossible afrontar les despeses de modernització per culpa d'una insuficient ampliació de la quota de mercat, factors tots que van ser la causa de la fallida de l'empresa l'any 1989, després de més d'una aportació de capital per part dels aportadors, que van acabant perdent el cost de milers de litres de llet i les aportacions econòmiques que havien realitzat.

Com ja s'ha comentat, la producció lletera ha tingut un impacte

notable sobre l'agricultura i la ramaderia a la comarca. En alguns pobles de muntanya aquesta producció ha significat el pas d'una agricultura centrada en l'autoproveïment a una pagesia que ha reduït molt els seus efectius i que produeix molt poc per al seu consum. Abans es menjava a aquests petits nuclis de muntanya pràcticament allò que hom produïa, i ara es compra una proporció força elevada d'allò que hom menja. L'agricultura i la ramaderia es va decantar, a partir dels anys 50, per la vaca de llet. Els anys 20 es tenien una o dues vaques, que més aviat servien per a les feines del camp, més que no pas per al consum de carn. Quan a la Seu va començar la producció de llet, els interessava, quan la vaca havia acabat de criar, treure's el vedell ràpidament. Llavors, en els pobles de muntanya dels voltants de la Seu, quan es tenia una vaca que havia criat però que tenia llet en abundància, compraven un vedell acabat de néixer o de pocs dies, i la vaca en criava dos. D'aquesta manera produïen carn. Això va durar fins que les comunicacions van ser més fàcils, en començar a obrir carreteres a la Seu. A partir d'aquest moment es va anar abandonant aquesta modalitat de bestiar de carn, i es va començar a posar vaques per produir llet. El moment àlgid d'aquest sistema va durar dels anys setanta fins als noranta. Durant aquest període es va produir una especialització progressiva en la producció de llet. No va ser un període uniforme, però. Al principi una família tenia 4, 5 o 6 vaques. L'esquema consistia a conrear la terra i produir aliments per a l'hivern, i tenir bestiar tot l'any i produir llet tot l'any. Això va anar canviant. Així descriu un informant aquests canvis, a Tuixén:

A mesura que calien més diners per viure anava augmentant el nombre de vaques. Per dir-ho gràficament, quan van sortir les neveres s'havia de posar una vaca per la nevera, quan va sortir la televisió, una vaca per la televisió, i quan van sortir els cotxes, tres vaques pels cotxes. Una família que als començaments dels anys setanta amb 6 vaques feia, a partir de llavors n'havia de tenir deu, per això, perquè s'havia de comprar la nevera o el que fos. (Home, 59 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

Això es va traduir en una especialització quasi exclusiva en aquesta producció. A llocs com Tuixén, on hi havia hagut una producció important de patates per vendre, es van abandonar aquests conreus i la producció es va tornar a limitar a l'autoconsum. Aquesta situació es capgira a principis dels anys noranta amb la qüestió de les quotes lleteres i les subvencions per l'abandonament de la llet. A Tuixén, per exemple, ja no queda cap vaca de llet. Per explicar aquesta transformació tan ràpida cal tenir en compte la confluència de dos fenòmens. El tancament de Lleteries de la Seu va fer que alguns pagesos que portaven la llet a aquesta fàbrica pleguessin, en coincidir aquesta situació amb la primera campanya de subvencions per l'abandonament de la producció lletera. Alhora van aparèixer altres problemes, com el del cost del transport, que era més elevat als pobles més allunyats de la Seu i els feia menys competitius. A tot això cal afegir una població envellida, que va anar plegant en poc temps enfront d'aquesta situació. Tanmateix, actualment, la comarca de l'Alt Urgell és la màxima productora de llet entre les comarques lleidatanes i les deu comarques de muntanya.

El bestiar boví es concentra fonamentalment al nord de la comarca i el porcí ho fa predominantment al sud. L'oví es troba més repartit entre els diferents municipis, però les màximes concentracions es produeixen en alguns municipis que disposen de termes més extensos, com les Valls d'Aguilar, Montferrer i Castellbó i Coll de Nargó.

El desenvolupament industrial de l'Alt Urgell prové exclusivament dels empresaris de la comarca. Fins al moment no hi ha hagut implantacions industrials foranes. El cas de l'Alt Urgell suggereix una de les condicions més comunes de les empreses industrials de les comarques de muntanya: la importància de la vinculació local de l'empresari. La producció industrial està concentrada bàsicament en dos sectors: metall i material elèctric i indústria alimentària. Les branques que conformen els diferents sectors industrials també presenten un alt nivell de concentració. La producció de petits electrodomèstics de línia blanca concentra les activitats que es

desenvolupen en el sector del metall. En la indústria alimentària predomina l'elaboració de derivats lactis i són també significatives les indústries càrnies (escorxadors i fabricació d'embotits). Així, a l'Alt Urgell, tret de les dues empreses més grans, la resta de les indústries es relacionen amb la transformació de primeres matèries locals, sigui de l'agricultura i ramaderia, sigui d'altres recursos naturals, com la fusta i els subproductes forestals, les pedreres o les truites de riu. Aquests altres sectors industrials presents a la comarca se situen, però, a molta distància dels anteriors.

Després d'un període de crisi, el sector de la construcció mostra un relleu, tant pel que fa al nombre d'empreses del sector com al nombre de treballadors assalariats. La situació d'expansió econòmica que va comportar la designació de la Seu d'Urgell com a subseu dels Jocs Olímpics del 1992, i les obres que van suposar va estimular aquest relleu de la construcció. També cal tenir en compte la importància del turisme i la segona residència en els darrers anys a la comarca. D'altra banda, la proximitat d'Andorra és un dels motius pels quals el ritme de construcció d'habitatges a l'Alt Urgell no decreix. Un gran nombre de treballadors que van a Andorra diàriament resideixen a la comarca catalana, ja que els preus de l'habitatge són més baixos que a Andorra.

Quan a l'artesania, a l'Alt Urgell hi ha una vintena d'artesans, la majoria dels quals estan especialitzats en productes alimentaris: formatges, embotits, pastisseria, herbes, mel, melmelades, etc. L'elaboració artesanal de formatge és en gran mesura el resultat de la confluència entre els neorurals instal·lats a la zona i el creixement del turisme d'origen urbà que valora aquesta artesania alimentària. Aquesta situació ha estat afavorida, en part, pel fracàs d'aquests neorurals de viure de la cria de bestiar i de la producció lletera, a causa dels problemes que aquesta producció ha presentat els darrers anys (quotes lleteres, crisi del sector, etc.). Enfront d'aquesta situació, unes noves alternatives substituïren les primeres activitats, amb la creació de petites formatgeries i la cria solament de ramats de

cabres. La majoria d'aquests neorurals estan en contacte freqüent i fins i tot s'ha creat l'Associació d'Artesans Alimentaris dels Pirineus, que agrupa set productors de la zona. Aquesta associació va néixer com una iniciativa d'un d'aquests productors, que els va animar per tal de fer una promoció conjunta dels seus productes. També realitzen conjuntament anàlisis periòdiques dels seus productes a un laboratori. Elaboren formatges de cabra i d'ovella, herbes per condimentar i per a infusions, condiments, salses, bolets i confitures. En un fullet publicitari d'aquesta associació es presenten els seus objectius:

L'Associació d'Artesans Alimentaris del Pirineu és la iniciativa d'un grup de productors, professionals de fa anys, aplegats en diverses comarques de muntanya, que té per objectius prioritaris, d'una banda fer conèixer la seva activitat al públic i de l'altra aconseguir una serietat en l'oferta, pel seu prestigi reconegut i pel seguiment d'un laboratori independent i oficial que avaluï la bondat dels productes. L'Anagrama de l'Associació, prou visible en tots els productes, garanteix al comprador que el que té a les mans ha estat elaborat artesanalment al Pirineu i té un control de qualitat.

Com veiem, el que es pretén emfasitzar és que una producció artesana no exclou la professionalitat dels productors ni el control estricte que garanteix una qualitat diferenciada. També, els mateixos integrants d'aquesta associació han programat una «Ruta dels Artesans» de l'Alt Urgell, en la qual ofereixen tot un recorregut per pobles de la comarca on estan instal·lats artesans de diferents sectors. Entre ells, a més de formatgers, hi ha un taller de puntaires, cistelleria, fusteria tornejada, elaboradors de pastisseria tradicional, tallers d'escultura, de ceràmica, ferro i llana. S'organitzen visites organitzades per tots aquests tallers d'artesanía. Amb la col·laboració del Consell Comarcal de l'Alt Urgell i de l'Oficina Comarcal de l'Alt Urgell del Departament d'Agricultura, Ramaderia i Pesca (DARP), han editat un tríptic en el qual apareixen els seus produc-

tes i les seves adreces i que encapçalen així: «Artesans de l'Alt Urgell. Els camins de l'Alt Urgell us portaran a casa seva. Visiteu-los i descobrireu els secrets del seu art i la bondat dels seus productes».

No tots els productors d'artesanía alimentària estan organitzats, però la majoria tenen interès a estar en contacte (com ho demostren l'Associació d'Artesans del Pirineu i la ruta dels Artesans de l'Alt Urgell). Des del Consell Comarcal i amb la col·laboració del DARP i de l'Escola de Capacitació Agrària s'intenta promocionar aquesta artesanía comarcal (a més de l'Associació de Formatgers Artesans del Pirineu, hi ha dues associacions més: Auró Ausassociació, dedicada a la divulgació i promoció de l'artesanía pirinenca, i l'Associació Narabesc, en el camp de l'art i la natura).

Actualment les branques d'activitat lligades al turisme com són el comerç, la restauració, l'hoteleria, el transport i les comunicacions són les que ocupen un major nombre de treballadors en el sector terciari (representa el 58% del total de la població ocupada al sector). Una gran part d'aquestes activitats es concentren a la Seu d'Urgell i als municipis d'Oliana i Organyà, que actuen com a subcentres, i en conjunt acumulen prop del 80% del total de la població de la comarca ocupada en el sector terciari. Les empreses acostumen a ser de poca grandària, especialment les de comerç.

Cal assenyalar que el sector dels serveis té una importància particular a l'Alt Urgell i, sobretot, que el desenvolupament econòmic i demogràfic d'aquesta comarca no es pot comprendre sense tenir en compte el veïnatge d'Andorra. L'expansió econòmica d'Andorra serveix de sosteniment a l'economía comarcal, que orienta part de la seva indústria i serveis al subministrament d'Andorra. I els més de 700 habitants de l'Alt Urgell que treballen a Andorra tampoc no esgoten els canals per on arriba la incidència econòmica andorrana. No es pot passar per alt, d'altra banda, el pes del contraban.

Tot i que l'ocupació en el sector comercial semblava estancat entre el 1975 i el 1986, mesurat en nombre de llicències fiscals comercials, ha augmentat aquests darrers anys de manera notable.

Tots els sectors del comerç van incrementar la seva presència en nombre de llicències fiscals a l'Alt Urgell durant els anys vuitanta. El sector alimentari continua sent clarament majoritari pel nombre de llicències, seguit de la branca del tèxtil, la confecció i la pell, i en tercera posició, de comerç de maquinària. L'any 1998 l'Ajuntament concedeix 70 llicències d'obertura de nous establiments comercials i industrials. Es calcula que, entre el 1994 i el 1998, l'obertura d'establiments a la Seu s'ha incrementat en més del 70%.

D'entre els establiments oberts durant el 1998 a la Seu d'Urgell predominen els comerços minoristes en general (21 establiments nous, el 36% del total), seguits dels negocis relacionats amb l'hostaleria (restaurants, plats precuinats, bars), amb 7 establiments (el 12%). De tallers i obradors de pa i pastisseria se n'han obert quatre de cada especialitat; les llicències per a oficines, explotacions ramaderes i establiments d'electricitat han estat 3 per a cada sector. En l'apartat "altres" hi figuren 9 establiments. Cal tenir present que l'Ajuntament aplica des de fa uns anys un seguit d'incentius per a la implantació i regulació d'activitats comercials, professionals i industrials que consisteixen en la subvenció del cost de les llicències municipals d'obertura. La subvenció arriba al 50% quan el titular d'una nova activitat és menor de 30 anys. En tots els casos s'exclou d'aquests ajuts les àrees comercials concentrades, supermercats, bars, restaurants, discoteques, pubs i similars. Dins la política general que duu a terme l'Ajuntament per promocionar el centre històric s'han establert també unes línies d'ajut per potenciar l'obertura i millora d'establiments comercials a aquesta zona de la capital urgel·lenca.

Pel que fa a la distribució territorial del sector comercial hi ha un clar predomini de la Seu d'Urgell respecte a la resta de les poblacions. La Seu d'Urgell no és, però, l'únic nucli que atrau comercialment els habitants d'altres poblacions. A l'Alt Urgell es distingeixen dues àrees comercials més, bé que molt reduïdes, centrades a Organyà i a Oliana. S'ha d'assenyalar que també es produeixen

algunes fugues comercials cap a la Cerdanya, Solsona i Ponts. Tot i així, la Seu d'Urgell exerceix una forta atracció sobre pràcticament tots els municipis de la comarca.

A l'Alt Urgell no hi ha cap mercat permanent. De mercats setmanals n'hi ha quatre. Dos se celebren a la Seu d'Urgell: un el dimarts i l'altre el dissabte. Oliana i Organyà són els altres dos municipis de la comarca on hi ha mercat setmanal: el d'Oliana se celebra els dissabtes i el d'Organyà es fa els diumenges. També són aquests tres municipis els únics que celebren fires de caràcter anual. En aquest sentit cal destacar la Fira de Sant Ermengol, que se celebra a la Seu d'Urgell. El segon dia de mercat setmanal a la Seu d'Urgell va canviar l'any 1996. Abans es feia el divendres, i a partir d'aquest any es passa al dissabte. En el moment d'introduir aquest canvi l'Ajuntament de la Seu va fer una enquesta per veure quin era el grau d'acceptació de la població d'aquest desplaçament del dia de mercat. Segons els resultats de l'enquesta, un 87,60% dels consumidors preferien que el segon mercat de la ciutat se celebrés el dissabte. Només un 6,6% ho considerava negatiu i la resta, el 5,79% es mostrava indiferent. L'apreciació positiva en relació al canvi de dia de mercat de divendres a dissabte és més accentuat entre les dones de 25 a 40 anys (94,83%). Les dones de 41 a 55 anys consideren en un 86,49% que el canvi és positiu, de la mateixa manera que el 73,08% de les dones de 55 a 70 anys.-Aquesta-mateixa enquesta va permetre confirmar la tendència a realitzar la compra setmanal els dissabtes, llevat d'alguns productes de primera necessitat. Aquesta tendència és més pronunciada a les famílies més joves.

El sector de l'hoteleria de la Seu estava a favor, en general, d'aquest canvi. Els hotelers urgellencs consideraven que calia tenir en compte els canvis que s'han produït en els costums de la població i que en l'actualitat hi ha un gran nombre de dones que treballen fora de casa i que s'ha reduït el nombre de pagesos que es dediquen en exclusiva a l'agricultura i la ramaderia. Un altre factor a tenir en compte, segons l'Associació d'hoteleria, és que els caps de setmana

un nombre important de ciutadans de la Seu es desplacen a les poblacions veïnes que tenen mercat, com és el cas dels diumenges a Puigcerdà i Organyà. L'existència d'un mercat els dissabtes permet que molts turistes que es desplacen a Andorra el cap de setmana facin aturada a la Seu atrets pel seu mercat. El mateix es pot dir dels residents a Andorra que fan festa els dissabtes i diumenges. També el mercat en dissabte pot convertir en clients potencials la gent que disposa de segones residències a l'Alt Urgell, la Cerdanya i Andorra, on van normalment els caps de setmana.

Finalment, cal destacar que la proximitat amb Andorra provoca fugues comercials molt importants i repercuteix sobre l'estructura comercial de l'Alt Urgell. Així, a la Seu d'Urgell és reduïda l'oferta d'autoserveis i supermercats, ja que és molt difícil competir amb aquest tipus d'estructura comercial que està ben representada a Andorra.

Pel que fa al sector turístic, com a conseqüència de l'evolució històrica de la comarca, marcada pel despoblament i l'envelliment de la població, juntament amb el fet d'haver estat d'alguna manera «comarca de pas» cap a la Vall d'Aran o el Pallars, no s'havia desenvolupat un sector turístic fort. Aquests darrers anys, impulsada per diferents instàncies públiques i privades, s'ha generat una variada oferta turística que, com la resta del Pirineu, basa el seu atractiu en el concepte de «turisme rural». Actualment, el turisme és un veritable sector preeminent de l'economia comarcal, en tant que ha experimentat un important creixement, i al seu entorn es concentren els principals esforços comercials, inversors i de promoció.

La capital de la comarca, la Seu d'Urgell, engloba la seva oferta en un paquet que integra turisme d'hivern i d'estiu. Als voltants de la Seu d'Urgell hi ha la major oferta d'estacions d'esquí nòrdic del vessant sud del Pirineu. Sant Joan de l'Erm i Lles, amb Tuixén-Llavansa i Aransa tenen més de 120 quilòmetres de pistes i formen la Mancomunitat de Municipis per a la Promoció d'Esquí Nòrdic. Pel que fa a la temporada d'estiu, cal destacar la creació del Parc del

Segre, un conjunt d'aigües braves i tranquil·les i de jardins que esdevé un centre d'esports d'aigua com el piragüisme, el ràfting i l'hidroneu. A més, l'ala de pendent, el vol lliure, l'aviació esportiva, el passeig en globus, la bicicleta tot terreny, l'excursionisme, l'escalada i les marxas a cavall són algunes de les activitats que es poden practicar a la Seu d'Urgell i a les Valls del Cadí. A tot això s'afegeix la promoció del Parc Natural del Cadí-Moixeró, l'espai protegit més gran de Catalunya.

L'any 1999, l'Ajuntament de la Seu d'Urgell ha decidit posar en marxa un nou producte de màrqueting —d'acord amb les empreses i professionals del sector— que s'anomena «Xec Pirineu» amb l'objectiu de «promoure de manera conjunta, durant la temporada de primavera i estiu, l'oferta turística i comercial de la Seu i les Valls del Cadí». El «Xec Pirineu» pretén especialment donar a conèixer la Seu d'Urgell i la zona de les Valls del Cadí a un dels segments de públic potencial més directe: els ciutadans de Barcelona i l'àrea metropolitana, «difonent-hi els valors més característics d'aquesta regió del Pirineu: qualitat de vida, activitats a la natura, patrimoni natural i cultura, gastronomia, comerç diferenciat...» L'eix central de la proposta preveu l'elaboració d'un fullet que unifiqui l'oferta turística i comercial de la zona (allotjaments, restaurants, activitats, artesans, museus, comerços, serveis, etc.) amb l'estímul d'ofertes, descomptes i promocions per a la utilització d'aquests serveis durant una època determinada (preferentment en temporada baixa). El fullet s'estructura en forma de talonari de xecs, on cada plana ha de contenir una oferta diferenciada, que podria ser d'una sola empresa o englobar un conjunt d'empreses (per exemple, un menú turístic que sigui presentat per diversos restaurants). El fullet conté, a més, dues planes explicatives de la Seu i les Valls del Cadí, i una plana que dóna dret a participar en un sorteig de caps de setmana amb un paquet d'activitats per als visitants. Un dels elements centrals del «Xec Pirineu» consisteix en una oferta conjunta d'activitats d'aigua al Parc Olímpic del Segre, gastronomia i allotjament. Això

il·lustra quins són els elements més valorats en relació al turisme en aquestes zones de muntanya: esports, naturalesa i gastronomia.

En un fullet de promoció turística de l'Alt Urgell tornem a trobar aquests elements centrals, amb el lema de «Vine i pirineja!». Veiem quins són els aspectes que es mobilitzen per tal d'atreure visitants:

Ens hem hagut d'inventar un mot: PIRINEJAR. No sabem com anomenar l'oferta de serveis i d'activitats que la nostra comarca —l'Alt Urgell— ofereix als visitants. PIRINEJAR és passejar i relaxar-se, respirant l'aire sa i net de les nostres muntanyes, és gaudir d'una gastronomia elaborada amb productes de la terra; és admirar la puresa del romànic arreu de les nostres contrades. PIRINEJAR és sentir les emocions de la cacera i de la pesca; és delectar-se cercant bolets en els nostres boscos. PIRINEJAR és practicar l'excursionisme, el ciclisme, el 4X4, sense oblidar l'equitació o l'esquí de fons, en alguns dels més bells indrets naturals. PIRINEJAR és vibrar amb el neguit dels esports d'aventura. Des del ràfting al piragüisme als canals olímpics, fins a volar amb l'ala delta o ala de pendent. PIRINEJAR, en fi, és gaudir de l'amabilitat i les atencions que la gent de l'Alt Urgell ofereix als visitants. Si vols gaudir de la natura... Vine i pirineja!.

Retrobem doncs la trilogia esports, natura i gastronomia, emfasitzant, pel que fa a la gastronomia, la qualitat dels productes de la terra, associats a un paisatge sa i net. També es destaquen altres productes locals, molt vinculats al territori, com la caça, la pesca i els bolets. Dins d'aquest fullet es dedica un apartat a la gastronomia local, on s'insisteix més en el caràcter tradicional de la cuina i en els productes autòctons que la integren. I el que és més important, es destaca que són els restaurants els qui conserven i són el principal aparador d'aquesta cuina i d'aquests productes:

La cuina de l'Alt Urgell és una cuina **ESSENCIALMENT RURAL**, que prové de LA MASIA I DEL SEU ENTORN. En aquestes cases de pagès, les cols i les patates eren l'única verdura dels hiverns crus i llargs. La fruita es convertia en compota o servia per acompanyar els guisats de caça o bestiar de corral. El porc, d'on sortien la llonganissa, els bulls, el pèril i el «con-

fitat», assegurava les provisions per a tot l'any. Els embotits estaven en funció del nivell de vida de la gent que els feia. Un dels plats més característics és l'agredolç, que sorprèn els que l'han tastat. ELEMENTS TÍPICS SÓN la truita de riu, abundant i exquisida, la caça i els bolets com els ceps, les murgues, les carreroles. Pel que fa a les postres, SÓN PRÒPIES les cremes i els flams, elaborats de maneres diverses, i els codonyats, sense oblidar la nata, TOTALMENT AUTÒCTONA. Molts plats d'aquesta cuina TRADICIONAL I CASOLANA els podem trobar avui en els restaurants de la comarca. (el subratllat és nostre)

En un altre fullet de promoció turística es parla d'alguns productes locals des d'aquesta perspectiva d'atractiu turístic:

Un dels millors records que us podeu endur d'Estamariu són els seus embotits. Elaborats artesanalment amb carn de porcs criats al mateix municipi, n'hi ha de diverses varietats: bulls, llonganisses, fuets, botifarres... Els podeu assaborir amb la seguretat de tastar un producte artesanal i de qualitat.

L'elaboració mateixa de productes alimentaris artesans també pot tenir aquest caràcter de reclam, i en determinats casos s'inclouen en itineraris turístics:

A la casa de la Penella, situada al nord del terme, elaboren artesanalment formatge curat i de tupí i també mató, que es comercialitzen amb la marca Castell-llebre. Es fan visites comentades de mitja hora per a grups de 2 a 20 persones. Prèviament cal concertar hora trucant per telèfon. Aquests productes formen part també de l'exquisida oferta gastronòmica del municipi.

O bé:

L'artesà Miquel Romeu elabora neules artesanes al Pla de Sant Tirs. Es fan visites comentades de mitja hora per a un màxim de 20 persones. Cal concertar visita prèviament per telèfon.

D'altra banda, i això és important, aquesta oferta està adreçada sobretot a la clientela potencial de l'àrea metropolitana de Barcelo-

na, la qual cosa ens parla del caràcter d'aquest turisme rural i de la profunda integració econòmica entre les diferents comarques catalanes. No és casual que es promocióni aquest «Xec Pirineu» a l'Illa Diagonal de Barcelona, on es distribueixen de manera gratuïta aquests xecs en una primera iniciativa promocional.

A l'Alt Urgell s'està fent un important esforç per impulsar l'anomenat turisme rural. En un fullet promocional d'aquest tipus de turisme se'l defineix de la següent manera:

El turisme rural és el conjunt d'activitats de lleure, d'allotjament i de restauració que ofereix el medi rural a partir dels seus recursos naturals, humans, econòmics i culturals. L'Alt Urgell és una de les comarques per excel·lència per gaudir del turisme rural al Pirineu. Aquí hi trobareu tot l'any una bona cuina, bon repòs, activitat de natura i d'aventura, productes artesans i mostres de la nostra cultura...

Les diferents propostes d'aquest turisme rural són les següents:

Casa de poble: residència-casa de pagès situada en un nucli habitat, que ofereix pensió completa, mitja pensió o dormir i esmorzar. El lema publicitari és «El caliu de les nostres cases».

Allotjament rural independent: residència-casa de pagès que ofereix una casa independent i totalment equipada.

Masia: residència-casa de pagès aïllada, que ofereix pensió completa, mitja pensió o dormir i esmorzar.

Restaurants de muntanya: restaurant rural, amb un mínim d'un 50% de la carta amb productes i plats de casa i del país, decoració rústica i places limitades. «Els plaers de la nostra taula». Aquest any 1999 s'inclouen 6 restaurants dins aquesta rúbrica a la comarca. Es presenten les següents especialitats: ternasco, canelons, caça, truita de riu en escabetx, pollastre de casa cuinat, crema de ceps, cua de bou, pinya amb crema, cargols a la llauna i carn a la brasa, gall de pagès, civet de senglar, embotits casolans, arròs de muntanya i pollastre amb bolets.

Fondes i hostals de muntanya: fondes i hostals tradicionals amb un mínim d'un 50% de la carta amb productes de caça i del país, decoració rústica i places limitades de menjador i allotjament. «El renom de la nostra hospitalitat». A la llista s'inclouen 2, i els plats proposats són: arròs de muntanya i tiró amb naps, llom agredolç amb prunes.

Activitats de natura i d'aventura: activitats d'esbarjo, de coneixement de l'entorn i d'esports de muntanya, amb taxi 4x4, rutes a cavall, gossos de trineu, guies de muntanya, etc., amb grups reduïts i el màxim respecte per la natura. «La riquesa del nostre entorn».

Càmpings rurals: càmpings rurals en plena natura, amb places limitades i totalment integrats a la muntanya. «L'aire de la nostra llibertat».

Albergs i cases de colònies: establiments per a grups de joves i adults, amb programa d'activitats, restauració i allotjament. «L'encant de la nostra joventut».

Cafès tradicionals: cafès antics o reformats, amb decoració rústica, que mantenen un ambient propi de muntanya. «El racó de les nostres tertúlies».

Botigues d'artesanía o agrobotigues: botigues amb una secció fixa i especialitzada en productes artesans dels Pirineus. «El posella dels nostres productes». S'inclouen tres establiments a la llista de 1999. Els productes que és proposen són els següents: especialitats en embotits i formatges dels Pirineus i vins; artesanía i productes de la zona; herbes per a cuinar, per a infusions i flor seca.

Artesans: artesans que treballen amb matèries de primera qualitat i preferentment del país. Qualitat contrastada. «La tradició dels nostres productes». A la llista de l'any 1999 apareixen 5 productors artesans, amb aquestes especialitats: formatge amb oli, madurat i tupí; formatge madurat i tupí; formatge madurat, pebrat i tupí; infusions i condiments; neules, vanos, cubanos i tulipes.

Museus i mostres de cultura popular: petits museus; exposicions i col·leccions particulars d'eines, objectes o productes; exemples vius

d'activitats tradicionals...»Les arrels de la nostra cultura».

Veiem, doncs, quins són els principals elements que es mobilitzen a l'hora de promoure i promocionar el turisme rural. L'atractiu de la gastronomia i dels productes alimentaris sembla tenir un paper destacat, com s'observa en els lemes publicitaris: «els plaers de la nostra taula»; «la tradició dels nostres productes». Efectivament, com s'observa des del TRAU (Turisme Rural de l'Alt Urgell), la cuina local és molt valorada a les RCP i els restaurants de muntanya basen la seva oferta en aquesta cuina i aquests productes «tradicionals». Els diferents agents que intervenen en aquesta promoció del turisme rural estan d'acord en aquest punt, com afirma un informant de l'Escola de Capacitació Agrària que participa activament en aquest procés:

Pel turisme rural és un element clau la cuina local i els plats locals. Una RCP extraordinàriament ben decorada, extraordinàriament ben muntada, però amb una mala gastronomia és un fracàs assegurat. Una RCP amb una infraestructura que podríem dir gairebé deficient —aquell armari que no tanca bé, aquella porta que no ajusta gaire, que s'hauria de pintar una mica...— però amb una gastronomia excel·lent, és l'èxit assegurat. Per tant, dins el turisme rural la gastronomia té un paper fonamental. Les RCP més ben valorades en el conjunt del Pirineu són les que tenen una bona gastronomia. I no és minoritari, a la majoria de les cases que fan turisme rural hi ha una bona gastronomia. A veure, un turista rural que se'n va a una casa de pagès, i que li facin una pizza, això seria una cosa que faria caure automàticament el prestigi al 100% de la casa. (Home, 43 anys, la Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

A l'Alt Urgell s'ha creat una Associació de Turisme Rural molt activa, amb moltes ganes de tirar endavant el projecte, integrada pels propietaris de bona part de les RCP de la comarca. Els membres són força actius i s'ha establert una bona col·laboració entre ells. Així ho destaca aquest mateix informant:

Hi ha una dinàmica molt viva d'intercanvi, entre ells parlen, no paren

de fer coses, d'estimular-se constantment. Ja estan sortint coses. Per exemple, a la vall de la Vansa estan sortint uns paquets turístics. Nosaltres hem insistit molt en aquest tema, i espontàniament n'ha sortit un, i si ha sortit un en sortiran més, perquè la gent per si sola ja s'activa, surten col·laboracions entre ells. Per exemple, un que té a casa seva un obrador de productes del porc, ja s'ajunten 3 o 4 d'ells i fan conjuntament la valoració i s'envien clients els uns als altres. La relació és molt bona entre els que formen el nucli més actiu. (Home, 43 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Es considera que el turisme rural pot contribuir en certa mesura a mantenir la població jove a la comarca, a proporcionar alternatives a una agricultura i una ramaderia que cada cop permeten viure a menys gent. Amb tot, el turisme rural permet desenvolupar activitats complementàries, però en pocs casos es pot viure d'un sola d'aquestes activitats. Per exemple, en un cas una sola família porta una RCP i apartaments per llogar, el bar del poble i una agrobotiga, i el conjunt de totes aquestes activitats fa viable el projecte. La necessitat de combinar diferents activitats es manifesta sovint:

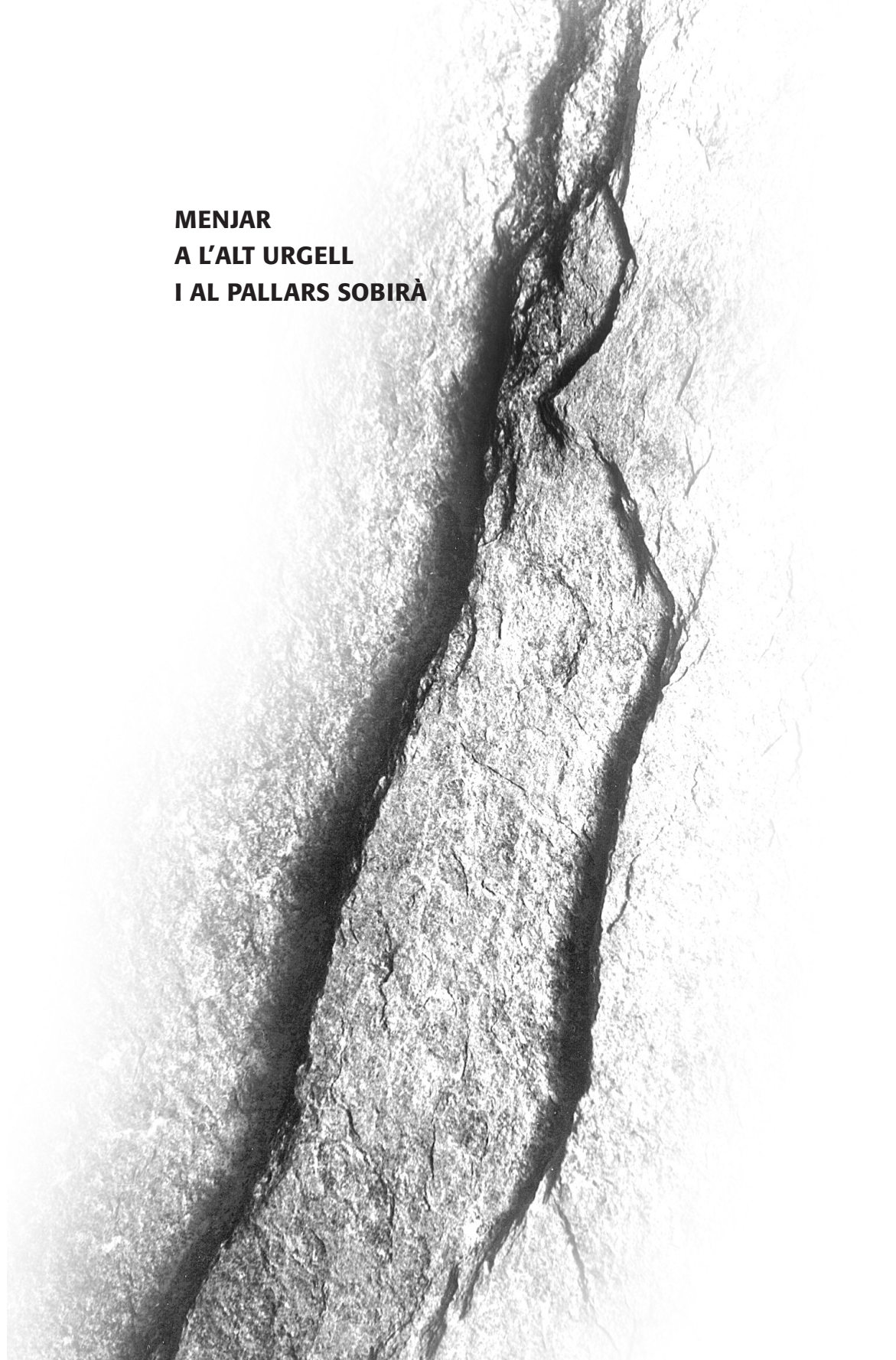
Tenint en compte tot el que entenem per turisme rural, càmping rural, botigues d'artesanía, museus... sí que hi ha més gent jove que es queda. Hi ha opcions que el jovent es quedi si es creen empreses mixtes de turisme rural, com per exemple una RCP, una activitat artesanal i la possibilitat que el jove pugui fer de monitor d'esquí durant l'hivern. Així, complementant dues o tres activitats, això sí que és atractiu, perquè la residència la poden portar els pares, l'artesanía la poden fer tots i la part de monitor la fa el jove. I això fa que arribin ingressos de diferents fonts i fa que els joves es puguin quedar. Si només agafes una RCP és impossible, la RCP només és un complement a l'activitat principal. Sí que hi ha en aquests moments RCP que estan obtenint uns ingressos importants, però són les que treballen moltíssim, les que ho tenen molt bé i ho tenen molt clar. Però en general les RCP són un complement. Si no fas una empresa mixta, de diferents modalitats de turisme rural que es complementen les unes amb les altres, o bé una activitat d'estiu i una d'hivern complementant l'activitat de la casa, és difícil sortir-se'n. Ara, aquests models poden funcionar bé i són una font per centrar gent jove

al país. Però només amb una RCP no és possible. (Home, 43 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

En aquest context, a més de la valoració de la cuina i els productes locals, la invocació de la tradició i les arrels culturals és també present i té un paper destacable, com la té també la valoració del territori, del medi natural.

El patrimoni cultural és considerat cada cop més un atractiu turístic, sobretot quan es vol potenciar el turisme rural. En aquest sentit, s'intenta donar a conèixer tot allò que constitueix aquest patrimoni a l'Alt Urgell. Un dels elements més destacats d'aquest patrimoni cultural és el romànic. Hi ha més d'un centenar d'esglésies romàniques a la comarca, amb exemples tan representatius com la catedral de Santa Maria, a la Seu, Sant Serni de Tavèrnoles, a Anserall, i Sant Climent, a Coll de Nargó, tots tres declarats monuments d'interès historicoartístic. Altres esglésies que destaquen per la seva singularitat són Sant Martí d'Ars, Sant Romà de Valldarques i el campanar de Bescaran, entre altres. Una quarantena de monuments de l'Alt Urgell estan inclosos a la Via Romànica, ruta transfronterera del romànic pirinenc. D'altra banda, el Consell Comarcal proposa una ruta etnogràfica que inclou diversos espais temàtics com ara el museu dels raiers de Coll de Nargó, el dels trementinaires de Tuixén, el de la Vinya i el Vi de Pont de Bar, la farinera de Montferrer i el pou de gel d'Oliana, a més del museu de l'Acordió i la fàbrica de llanes, tots dos a Arsèguel i que ja es troben oberts al públic des de fa uns anys. També s'inclouen dins d'aquests patrimoni cultural les diverses celebracions tradicionals, com ara la calderada de Sant Antoni a la Seu, les Caramelles a la Seu i Oliana, el dijous gras a Castellciutat, els ranxos de Carnaval a Coll de Nargó, Oliana, Organyà i Peramola, la festa de les Carrosses a Organyà, la trobada d'Acordionistes a Arsèguel i la Baixada de Rais a Coll de Nargó.

**MENJAR
A L'ALT URGELL
I AL PALLARS SOBIRÀ**



El proveïment alimentari

En parlar de proveïment cal establir una diferència clara entre autoproveïment i tot allò que hom adquireix en el mercat. El pes de l'autoproveïment ha disminuït d'una manera dràstica a la nostra societat aquestes darreres dècades, i això es tradueix amb força i es manifesta de moltes maneres en els comportaments alimentaris. No cal insistir gaire en aspectes com el pes de l'estacionalitat, molt important quan es depèn d'allò que hom produeix i molt marginal quan es pot adquirir qualsevol producte, en qualsevol moment. Però les diferències són de més abast, i inclouen tant les formes d'aprofitament i el grau d'aprofitament i de malbaratament dels productes com la manera mateixa com es perceben els aliments i la relació que hom té amb ells. Amb tot, si bé a altres zones de Catalunya, com Barcelona o les altres ciutats importants, l'autoproveïment té un paper molt poc rellevant a l'hora d'analitzar els comportaments alimentaris, a comarques com el Pallars Sobirà i l'Alt Urgell encara ocupa un lloc que cal considerar. Tot i que la seva importància és decreixent des de fa anys, i ara per ara no sembla que aquesta tendència s'inverteixi. Els informants de 60 a 80 anys han viscut aquests canvis directament i recorden molt bé un passat en què es comprava poc i es depenia sobretot d'allò que es produïa a les cases:

Abans no es comprava gaire cosa. Mira, de carn, aquí, a Tírvia, hi havia una carnisseria que matava un cop a la setmana. I llavors algú anava a comprar, però no tothom. Sobretot es menjava el que es tenia a les cases. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Una altra informant destaca la importància que havia tingut l'autoproveïment en el passat, la varietat de productes en què es basa-

va, contraposant-ho a la situació actual:

A casa dels meus pares a la carnisseria s'hi anava molt poc. Tenies els conills, els pollastres i nosaltres també teníem ramats i matàvem. Quan el meu pare li semblava, matàvem un cabrit o un corder. Però no es menjava seguit, com ara, que quan vols carn, te'n vas a la carnisseria i llestos. Llavors tiràvem més amb el tocino, matàvem dos tocinos, molt macos, i tiràvem tot l'any dels tocinos. I després de la llet, que també ens la fèiem nosaltres. I formatge, també ens els fèiem nosaltres. Els formatges ens els fèiem de cabra i d'ovella. Que per cert era molt bo. Llavors no calia anar a comprar gaire cosa. També teníem hort, ens el cuidàvem nosaltres i teníem de tot. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Aquest canvi l'emfasitzen tots els informants que han viscut aquesta transformació:

No teníem necessitat d'anar a comprar, perquè teníem uns rebosts fantàstics. Es conservava tot molt bé, Teníem tocinos per tot l'any, perquè en matàvem tres o quatre. I teníem pollastres i conills, i ens fèiem el formatge... A fora només havíem de comprar el bacallà, l'oli, el cafè... Sempre hi havia alguna cosa per comprar, però podies passar un mes sense necessitar res. Perquè ja compraves coses que es guardaven. Per exemple el bacallà, no compràvem mai un bacallà petit, en compràvem dos, i grossos. És un dels canvis més grossos amb abans. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Els canvis en els mitjans de transport i les formes de distribució tenen una gran incidència en el proveïment. S'insisteix sovint que només es consumia la carn dels animals que es mataven, els porcs de la matança, els corders sovint per festa major, i els conills i els pollastres. La facilitat actual en els transports i en el proveïment es valora molt positivament:

Llavors, com no hi havia cap mitjà de transport, a l'hivern havies de tenir la teva pròpia carn. No és pot comparar ara amb llavors. Avui no hi ha

cap problema, perquè com aquell qui diu surts cada dia. Abans no sortíem mai i vivíem del que teníem. Si anaves a Gerri, que està més avall, havies d'anar caminant... (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Les dificultats en els transports no només incidien en el proveïment sinó també en la venda. Portar els propis productes al mercat exigia temps i un esforç considerable. Amb tot, no manquen les consideracions negatives relatives a la situació actual:

És que hi ha moltes coses per explicar, sobre això. Abans, que fèiem tota la feina a mà, teníem temps per tot. Anàvem al poble, a tres hores de caminar d'aquí, anàvem el dimecres a mercat i passàvem tot el dia entre anar i tornar. Portàvem ous i conills, i pollastres, i moltes coses. I era penós, perquè ho havíem de dur en carros o al coll... Però hi havia temps per tot. I avui a la casa que no hi ha dos cotxes n'hi ha tres, i no es té temps per a res. Mira, nosaltres ahir vam anar a Tremp, avui hem hagut de tornar per un enterrament i demà hem de tornar per dur el nen al dentista. I sempre a córrer, a córrer... Ha canviat per un costat per bo i dolent per l'altre. Avui no hi ha temps per viure. (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Ara bé, la situació no era la mateixa a les poblacions més importants que als pobles més petits i aïllats. A l'Alt Urgell cal distingir entre la riba, amb una varietat més gran de recursos, i les zones més altes. A la vora del riu la terra donava més llegums i verdures, i també la gent de la ribera intercanviava més aliments que la dels pobles de muntanya, perquè les comunicacions eren millors, i per tant el comerç era més fàcil. Els habitants dels pobles de muntanya només baixaven un cop a la setmana a la Seu. Això feia que l'alimentació fos menys variada. Tot i que les coses han canviat molt i les comunicacions avui són ràpides i fàcils, un informant observa que, encara avui, la cuina dels pobles de muntanya presenta alguns trets diferenciadors en relació a la riba:

Encara ara, si vas a una residència casa de pagès o a un restaurant rural

als pobles de muntanya, es menja molt bé, però amb menys varietat de productes i de plats, i en canvi a un restaurant de la zona del pla es troba més varietat. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Quan les comunicacions eren encara difícils a aquestes zones, la producció se centrava en l'autoconsum. Es conreava blat, civada, patates i els productes de l'hort: cols, mongetes, tomàquets..., però en quantitats reduïdes, ja que no es destinaven a la venda. També hi havia els traginers, mitjançant els quals es venia la carn de porc i s'adquiria arròs o altres productes que no es podien produir a la zona. A les cases es criaven porcs, en mataven 3, 4, o 5, se'n quedaven un part per a ells i les parts més bones les venien. Aquestes dificultats per vendre i per comprar comencen a canviar a partir dels anys 55-60, quan comencen a obrir-se carreteres. Quan es té ja la possibilitat d'adquirir productes a fora, s'abandonen alguns conreus, com els arbres fruiters, i la producció s'especialitza.

Actualment és habitual adquirir una àmplia gamma de productes en el mercat. Tant al Pallars Sobirà com a l'Alt Urgell o als pobles l'oferta és bastant reduïda. Al Pallars Sobirà, Sort és un pol d'atracció comercial important, i els dies de mercat atreu gent de tota la comarca:

Ara només hi ha una botigueta, aquí al poble. Però aquí no es compra gaire. Tothom va normalment al mercat, a Sort. Hi ha més tria i és més barat. A més també passen per aquí amb un camió, a vendre fruites i congelats. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Però les facilitats en les comunicacions fan que, avui dia, el proveïment no depengui d'un únic nucli, i sovint es compra fora de la comarca, a Tremp, a Lleida o a Andorra. El recurs de comprar a Andorra és molt més habitual a l'Alt Urgell, però també es dona sovint al Pallars Sobirà, sobretot entre la gent jove. La manca de botigues als pobles petits fa que s'utilitzin molt altres formes de distribució:

Aquí ara no hi ha forn ni res. Ara ens porten el pa. El porten d'abaix, de Gerri, però el fan a Sort, ara. A Gerri han plegat perquè tampoc hi havia gent. I ara el fan a Sort i el baixen, el mateix pastisser de Gerri el va a buscar, dos cops a la setmana. Es guarda bé, perquè és pa de pagès. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Els camions que passen pels pobles per vendre fruita, peix i congelats tenen també un paper destacable en les formes de proveïment. La freqüència de pas del camió de la fruita sol ser setmanal i el del peix és sovint quinzenal, però a alguns pobles és també setmanal. El desenvolupament d'aquesta forma de distribució ha estat associat amb la progressiva implantació de neveres i de congeladors a la major part de les llars. La congelació, que ha esdevingut la forma de conservació per excel·lència, facilita aquestes formes de distribució i de proveïment. Això fa que, als pobles petits, es consideri que aquests canvis han incidit positivament en el consum de peix i han fet que augmenti. La congelació incideix també amb força en la freqüència del proveïment. Permet concentrar la compra uns dies a la setmana i mantenir un consum regular de determinats productes, com el peix:

Només compro el peix. Tinc un bon congelador. Els dimarts i els divendres sí que congelo molt. Dimarts i divendres compro fresc per menjar-me'l fresc. Però sempre en tinc congelat: popets, sípia... tot de coses així, com a reserva, per sopar. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

La reduïda oferta comercial i el recurs al congelador es reflecteix en el volum de les compres. Sovint es compren quantitats importants de carn o de peix, aprofitant un desplaçament a Sort o a un altre lloc, i es congela:

Sovint compro una peça sencera de salmó —ens agrada menjar peix per sopar—, la faig tallar i la congelo. I quan vaig a Rialp compro mig corder, me'l tallen i el congelo, també, en paquets d'una ració. Sempre tirem

de congelador, a la nevera no hi tenim mai gairebé res. (Dona, 43 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Tot i aquestes facilitats, les carències en la distribució poden influir en els comportaments alimentaris, que depenen, també, òbviament, d'altres factors com l'hàbit de consum:

Mengem molta més carn que peix. Pensa que aquí a Esterri no hi ha cap peixateria. Hem d'anar a Sort, i de vegades et va bé i de vegades no. Aquí trobes peix congelat, lluç, rap, sípies, i encara hi ha dies que en trobes i dies que no. Fa poc van tancar un supermercat que tenien molt més assortiment. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Aquesta tendència s'accentua quan es tracta de poblacions molt petites, on hi ha com a molt una o dues botigues petites i poc assortides. Els habitants dels petits nuclis de muntanya adeqüen els seus hàbits alimentaris a aquestes limitacions en el proveïment i en les possibilitats que obre la congelació. Tot i que es compren productes frescos a les poblacions més properes, on es va a comprar més o menys regularment, s'observa una clara tendència a dependre molt d'aquesta tècnica de conservació:

La majoria de la gent s'ha estès cap a menjar que es poden congelar. El peix, per exemple. Peix que no sigui congelat pràcticament no se'n pot menjar. Es pot menjar algun dia, quan van a la Seu o a Solsona. Però peix fresc molt poc. De peix se'n menja poc, i del poc que es menja, el 90% és congelat. I amb la verdura és exactament igual. (Home, 59 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

En general, a les botigues dels pobles només se solen fer les petites compres puntuals, quotidianes o quasi, o per cobrir les necessitats d'un moment determinat, però no ocupen un espai gaire important en el proveïment global de les llars. A més de la reduïda oferta comercial als pobles —no només hi ha poques botigues sinó que també l'oferta es concentra uns dies i unes hores a la setmana—, també s'afirma sovint que tot surt molt més car que als centres més

importants, tant de dins com de fora de la comarca. Per aquest motiu se solen fer les compres més importants fora.

A les poblacions més importants, com la Seu d'Urgell o Sort, és molt més freqüent fer compres quasi bé diàries a les botigues i supermercats més propers, a més d'anar a mercat els dies corresponents. La proximitat dels punts de venda facilita aquest proveïment diari, i, tot i que és un model més estès entre les mestresses de casa més grans, també és força freqüent entre dones joves que treballen fora de casa. Amb tot, en aquest darrer cas el dia de mercat se sol fer una compra més important, i la resta de dies de la setmana es compren només alguns productes puntuals. Val a dir, però, que també s'observen comportaments situats en els dos extrems de l'espectre: famílies que concentren totes les compres un dia a la setmana —fins i tot el pa, que congelen— i famílies que decideixen dia a dia el seu menú i fan pràcticament totes les compres quotidianament. Aquesta diversitat de comportaments és la mateixa que es troba a totes les zones urbanes de Catalunya.

Com ja s'ha comentat, és indiscutible la incidència que té a l'Alt Urgell la proximitat d'Andorra, pel que fa al proveïment. Per a la gent de la Seu d'Urgell, Andorra constitueix un pol comercial destacable, sobretot pel que fa a alguns productes com el formatge:

Jo havia treballat a la fàbrica de formatge de la Seu. Sempre havíem menjat aquest formatge. El de la Cooperativa del Cadí és un formatge superior, d'aquí, del país. És boníssim, un formatge que té sabor. Però des que m'he jubilat, compro molts formatges a Andorra, que surt més barat. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

També es mantenen altres formes de proveïment dels productes alimentaris, basades en l'intercanvi, o bé directament de productes o bé a canvi de determinats serveis. Per exemple, una informant de Sort ens explicava que feia anys que no comprava pollastres i conills, perquè els hi donava una dona que en criava però no se'ls sabia matar. Ella l'ajudava a matar-los i a canvi rebia pollastres i

conills, i per tant no n'havia de comprar. Els productes de l'hort també solen ser objectes d'intercanvi.

Com ja s'ha destacat, és indiscutible que ha disminuït la quantitat i la varietat de producció per a l'autoconsum, però encara conserva una certa incidència, encara que sigui una producció marginal en relació al consum total. En aquest sentit cal destacar el manteniment dels horts. L'opinió generalitzada és que no surt a compte mantenir l'hort, és més barat comprar al mercat. Alhora, però, quasi tothom coincideix que la qualitat dels productes és molt diferent, i des d'aquesta perspectiva sí que es valora aquesta activitat:

Aquí quasi tothom té hort, sí. Cada dia menys, però... De joves ja no hi ha ningú que en cuidi cap. No és rendible, tampoc. Nosaltres perquè ja estem jubilats, i encara ens serveix de distracció. I al mateix temps menyes una mica ecològic. Vull dir, que tu t'ho culls i... Encara que també s'ha d'ensulfatar una mica, però vaja... També arbres fruiters, maduixes... i mira. I és molt més bo, i tant. Jo, una mata d'enciam d'aquestes que venen, jo no li trobo gust. Ara, una mata de l'hort, és una altra cosa. Es nota molt la diferència en tot, molt. Però els joves no aguanten els horts, perquè estan treballant, i si s'han de passar el temps a l'hort, no val la pena. (Home, 75 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

La davallada de la població que viu del camp ha estat molt acusada, queden molt pocs joves que visquin exclusivament de l'agricultura. En treballar en altres branques d'activitat, la disposició a dedicar hores de feina a tenir cura de l'hort és, en general, escassa. A hores d'ara, però, encara hi ha molts pares que ajuden els fills treballant els seus horts i per això se'n mantenen molts. En general aquests consideren les tasques de l'hort com una distracció que els manté ocupats. Caldrà veure com evoluciona aquesta situació quan desaparegui la generació que s'encarrega d'aquesta activitat:

Sí, encara queden molts horts, però la gent jove, no. És que de pagès

només queda la gent gran. Com que no dóna per viure, has de fer el que toca. La meua filla i el seu marit tenen hort, jo no en tinc. Però ells el cuiden molt poc. El cuidem el meu consogre i jo. Llavors tots collim i tots fem coses. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

En altres casos el fet d'ajudar els fills que treballen en altres activitats, sovint fora de la comarca —molts van marxar a estudiar a Barcelona i ja s'hi han quedat després en trobar feina i formar una família—, provoca l'abandonament del propi hort, per manca de temps:

L'hort vol molta dedicació, i també demana més gent jove que gent gran, perquè l'hort cansa molt. Nosaltres en tenim un, d'hort, però no el portem, perquè nosaltres cada estiu marxem amb la filla, a cuidar-li la canalla. Perquè ella és professora, i té tres fills. I quan acaben d'escola, es queden tancats al pis. I també és una pena que puguent ajudar no els ajudem. Llavors nosaltres ens arranquem, i anem amb la canalla a Torredembarra, que tenen un apartament. Ells puguen i baixen perquè només hi ha una horeta des de Barcelona. De vegades puguen la meitat de la setmana, a lo millor, segons tenen la feina, no puguen fins el dissabte o el divendres a la nit... I així, clar, al principi l'hort el teníem, però el teníem a mitges. Quan tornàvem teníem unes feinades... creixien més les herbes que les plantes que teníem. I quan tornava tenia unes enrabades! Perquè quan tornàvem ells venien amb nosaltres i ens ajuntàvem vuit de colla. I jo m'havia de llevar a les set per anar-me'n a l'hort. Fins les nou. I quan tornava ja estaven tots aixecats, i volien esmorzar tots alhora... I em fèiem tornar mig ximple. Així que vaig pensar que era millor deixar-ho córrer. Només per nosaltres dos, ja no val la pena. Compro i ja està. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Actualment encara hi ha força horts, però en molts casos els manté la dona més gran de la casa. En general les dones més joves no se n'ocupen, però això no vol dir que arribat el moment no puguin decidir fer-se'n càrrec. En el que sí que coincideix tothom és que a nivell estrictament econòmic no resulta rendible, ja que els productes surten més a compte comprats, si es considera la quantitat d'hores de feina que exigeix el manteniment dels horts. El que

passa és que, d'una banda, es valora molt positivament la qualitat dels productes que hom produeix, sobretot quan es contraposa amb aquells que hom pot adquirir al mercat; de l'altra, s'observa molta afecció per aquesta activitat, molta tradició. Ara, però, no és tant una activitat econòmica necessària per a la subsistència de la família, com era fa només unes dècades, sinó que té un caràcter de distracció, d'activitat complementària. Per a les dones que viuen a pagès, anar a tenir cura l'hort és una possibilitat de sortir de casa i de relacionar-se amb altra gent. Per a molts homes que ja s'han jubilat, és una forma de distreure's i de mantenir-se ocupats. Se'n van a l'hort, s'enduen el berenar i passen la tarda; quan es cansen, s'aturen. El que abans era una obligació s'ha convertit més aviat en una afecció que permet fer exercici i estar en contacte amb la natura, a més de proporcionar uns productes de més qualitat, «més naturals»:

Per mi l'hort és un hobby. Jo sóc fill de pagès però no he treballat mai de pagès. He treballat sempre a la indústria. Després em vaig jubilar. Però l'hort ja el teníem d'abans. Aquí venim la dona i jo quan ens sembla, i si passen vuit dies sense venir tampoc no passa res. La majoria d'horts que hi ha per aquí, no hi ha ningú que ho tingui per a fer negoci, ni per fer «quartos». Si vas a comptar, l'hort és ruïnós, perquè el mercat està saturat de coses, i per cent pessetes et donen tres mates d'enciam. Però si venim aquí sortim de casa i fem exercici. A més, tot és més bo. (Home, 75 anys, Sort, 23-3-1999).

La meva mare té 76 anys, i amb aquesta edat encara disfruta anant a l'hort. Li fóra molt més fàcil anar a comprar a una botiga, però aquelles quatre coses que ella es planta, la satisfacció que li dóna és enorme. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Tot i que, en general, com ja s'ha observat, és la gent gran qui manté la major part dels horts, aquesta tendència a considerar el seu manteniment més com una afecció que com una activitat productiva, sí que s'observa entre la gent més jove, que sovint treballa fora

de casa, i que manté l'hort durant les estones d'oci. Fins i tot en alguns casos viuen a fora, però mantenen l'hort els caps de setmana. Així, al mateix temps que gent que sempre havia tingut hort ho ha anat deixant progressivament, hi ha gent jove que no n'havia tingut mai i que ara en mantenen un. Ara bé, aquesta ocupació intermitent no deixa de ser problemàtica:

L'hort requereix una dedicació diària, i no serveix que el diumenge o el dissabte li dediquis 10 o 15 hores. És millor dues hores cada dia. I això la gent jove que treballa no pot fer-ho. La gent jove que treballa de dilluns a divendres no podem cuidar bé l'hort... però ens agrada. (Dona, 35 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

Als nuclis petits de muntanya, on el nombre de persones que es dedica a l'agricultura és cada cop més reduït, la dedicació als horts decreix de manera dràstica. En canvi, és freqüent que la gent que té una segona residència en aquests pobles mantinguin un hort, tot i els problemes, ja esmentats, de poder-se dedicar només de manera intermitent a aquesta activitat:

Abans quasi totes les cases tenien hort, i ara pràcticament han desaparegut tots. Fan més horts la gent de segona residència, de Barcelona, de Terrassa, de Sabadell... que pugen amb aquella il·lusió el cap de setmana a conrear l'hort. (Home, 55 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

Pràcticament, com observa un informant de l'Alt Urgell, la cura dels horts és pot considerar gairebé com un esport comarcal. Als afores de la Seu d'Urgell hi ha una zona d'horts, al marge del riu, al costat del Parc del Segre. L'any 1982 hi van haver unes inundacions que van arrasar tota aquesta zona. Arran dels Jocs Olímpics de l'any 1992 i de la construcció del Parc del Segre es va condicionar, es van fer camins i es va parcel·lar:

Aquí hi va haver un aiguat que ho va arrasar tot. Des d'aquelles granges que hi ha a l'altra banda fins la carretera de Puigcerdà, que és a l'altre

costat, això era un llac. Nosaltres teníem una caseta a aquelles muntanyes d'allà, també se la va endur l'aigua. Llavors van muntar això del Parc del Segre, i ens van donar el terreny que tenim. I ho vam tornar a pujar. Vam aixecar aquestes casetes, que n'hi ha a tots els horts. Si tens una colla per dinar, aquí tens un lloc per venir a passar l'estona. Per això serveixen aquestes casetes, tens menjador...: ens van exigir que féssim totes les casetes uniformes, de la mateixa alçada i tot igual, segons el terreny. Si tenies un jornal de terra, et podies fer una barraca de 40 m². Si no arribava a un jornal de terra, només la podies fer de 30 m². (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

Està prohibit tenir bestiar —tot i que hi ha qui en té, gallines per exemple— i tampoc es poden edificar habitatges. En general es considera que aquest control de l'Ajuntament és positiu, ja que s'ha aconseguit rehabilitar la zona:

Si no estigués controlat, això seria un «abandono». Perquè abans de fer tot això que s'ha fet ara, això era un niu de porqueria, barraques de qual-sevol manera, bestiar per aquí i bestiar per allà, i molta porqueria pertot arreu. Ara aquesta zona d'hortos està molt bé. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

Com al Pallars, és sobretot la gent gran la que s'encarrega de l'hort. Aquesta situació és una conseqüència de l'abandonament de les tasques agrícoles per part del joves:

Sí, m'ajuden els meus germans, la meva germana ve de vegades, però el jovent no. Avui el jovent no està per horts. No veus que els pagesos estan plegant? Abans al poble hi havia quaranta cases que feien de pagès, ara només en queden set. (Home, 75 anys, Alàs, Alt Urgell, 19-3-1999)

Pel que fa a la cura dels horts com a activitat econòmica, la situació és la mateixa que al Pallars Sobirà:

Nosaltres l'hort el conserven per menjar nosaltres. Per vendre no surt a compte. Ara, jo, de verdura, no n'he de comprar mai, a nosaltres ens sobra la verdura. I en tenim per tot l'any. És per a nosaltres, també la

donem a la família, i els amics se n'emporten. Això no és per a fer negoci. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell)

Se sol insistir en les nombroses tasques que suposa el manteniment de l'hort i el gran nombre d'hores de dedicació que exigeix, alhora que s'emfasitza la qualitat i la varietat de productes que s'obtenen, així com el seu caràcter «natural»:

A l'hort tothom fa el mateix. En general plantem verdura, mongeta tendra, que és el que es fa més aviat. I enciams. Perquè aquí a l'hivern no pots fer res, les temperatures són molt baixes, aquest any han baixat fins a catorze graus sota zero. Fins el novembre aguanta el que hi ha plantat, encara hi ha tomàquets i això. I ara, a finals de març i primers d'abril, cal arreglar la terra per les patates, llaurar i després sembrar les patates. Les plantem ara i fins a finals de juliol no les collim, aquí. I com que la meva família és d'Alàs, el meu germà, que és l'hereu, em baixa fems, com els sobra... Fan un carro cada dia, té 40 o 50 vaques, sempre n'hi ha, de fem. Llavors, plantem patates, cebes, porros... i hortalisses per casa, carotes, pèsols i faves. També tinc presseguers, i aquest és un cirerer, que està a punt de florir. Aquests més petits són perers, i aquella del mig és una prunera. Hi ha una mica de tot. I tot això és molt bo per a menjar, i és completament natural. Vull dir, que no hi ha conservants ni res.

I jo, de verdura, no n'he de comprar mai, a nosaltres ens sobra la verdura. I en tenim per tot l'any. La patata per tot l'any, i la ceba també, perquè quan la collim la pengem i es guarda... La fruita no, la que aguanta més és la poma, la poma la culls el setembre i a mitjans de Nadal encara menges poma. En canvi, la pera i el préssec es passa en quinze dies i les cireres igual, s'han de menjar al dia. També em faig el raïm, i el vi. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

També hi ha restaurants que es proveeixen en part dels seus propis horts. Destaquen la qualitat superior dels seus productes, tot i que no és aquest l'únic factor. S'addueix l'avantatge que suposa no haver de comprar tots els productes que se serveixen: «no com aquests restaurants, que han de comprar fins i tot el julivert», i finalment, consideren que les tasques de manteniment de l'hort els per-

meten «descansar» de les feines del restaurant.

Als pobles també és freqüent encara criar els propis pollastres, gallines i conills. La matança del porc és una pràctica que es manté a força cases, tot i que decreix cada cop més el seu nombre.

Pel que fa a l'autoproveïment cal destacar les diverses formes de recol·lecció, força vigents. És freqüent anar a buscar cargols i són bastant apreciats en general. Abans aquesta era una pràctica molt estesa, ja que a la primavera, quan plovia, se'n feien molts a l'hort i feien mal. Per tant, calia collir-los per netejar l'hort i a més eren apreciats per menjar-los. Es collien i es guardaven i quan se'n tenia una bona quantitat, es feia una cassola grossa.

La xicoia és un altre producte de recol·lecció molt consumit a les amanides i que se sol anar a buscar. Les pageses també en venen al mercat. Anar a buscar móres és una pràctica freqüent, i després en molts casos se'n fa melmelada. També es van a collir herbes, com la farigola, per fer sopes, l'orenga, el llorer... Es va a collir a l'estiu, quan floreix, i s'asseca per tot l'any. Ara bé, aquests productes no tenen un paper central a la dieta i moltes vegades es van a collir pel plaer de passejar i de collir-se un mateix aquests productes:

De xicoia de vegades n'anem a collir, també cullo farigola, sàlvia, oren-ga, gerds, móres, alguna nou verda per a fer licor. D'aquestes coses que cullo no en compro perquè són coses que no són necessàries. És a dir, que si en trobo i en cullo, bé, però si no, no passa res. Això serveix per a distreure't una mica, no m'ho imposo com una obligació. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Amb tot, aquestes pràctiques, tot i ser força esteses, no són tan generalitzades com anar a collir bolets. S'observa en general un gran coneixement i valoració de les diferents varietats de bolets, amb un predomini dels bolets per guisar. Són molt apreciats els ceps, les múrgoles, el moixernó, les carreretes, les llanegues, el peu de rata... El rovelló no sembla ser tan apreciat en general, tot i que se'n fa força conserva. La pràctica de collir bolets, està molt estesa en

aquestes comarques de muntanya:

Collir bolets, sí, molts. Aquestes muntanyes d'aquí les he seguides totes. Jo només recullo els que conec: el rovelló, el fredolic, la mucosa æla llanega, que en diuen a baixæ, el russinyol... La mucosa és molt bona, i les carrerrols, i el cama-sec. S'agafa molt per aquí. Veus per aquí tot el bosc ple de gent. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

Ara bé, els bolets no es cullen només per a l'autoconsum, també es venen. Els que es dediquen a aquesta activitat no són sempre gent de la zona:

Molta gent que busca bolets, després els venen. Pensa que no te'ls pots menjar tots... pots baixar una cistella de 14 o 15 quilos de bolets, de rovellons, que és el que es paga millor. Els que vénen a buscar-los són gent de Barcelona, de Terrassa, de tot arreu. I es dediquen a la compra i venda. (Home, 50 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Amb tot, és indiscutible que collir bolets per vendre'ls és una activitat econòmica amb una certa importància a la zona. Són uns ingressos complementaris que s'utilitzen en un consum que no és bàsic, i segons observa un informant, les fires se'n ressenten els anys que no hi ha bolets, perquè s'observa una disminució en les vendes. Se sol dir: «aquest any no es ven tant, aquest any no hi ha hagut bolets.» La gent de la mitja i alta muntanya és la que més es dedica a aquesta activitat. A la Seu també hi ha col·lectius per als quals la recol·lecció i venda de bolets és una activitat de primer ordre.

Les tècniques de conservació

Com per tots els aspectes relatius a l'alimentació en aquestes comarques, en les tècniques de conservació s'estableix un frontera clara entre un «abans», que fa referència als anys trenta, quaranta i cinquanta, i la situació present, que és el resultat d'una evolució que s'enceta els anys seixanta-setanta i que s'ha accelerat els anys vuitanta i sobretot els noranta.

Tradicionalment ha estat molt estesa la pràctica de fer conserves. Amb la fruita es feien melmelades, i la conserva de tomàquet es considerava essencial. També tenia un paper destacat la conservació dels productes de la matança. L'elaboració d'embotits, l'adobament dels pernills, l'elaboració de tupines de costella i de botifarra amb oli, la conservació de la cansalada en sal, etc., eren activitats fonamentals per al proveïment alimentari de les unitats domèstiques. Al llarg de l'any hi havia tot un cicle de la conserva, a cada moment li corresponia una activitat diferent en aquest sentit. Quan es collien els tomàquets, calia fer-ne conserva, després venia la matança del porc, central a nivell alimentari, ja que havia de garantir el proveïment per tot l'any, a la primavera es feien les coques i les mones, per aprofitar l'abundància d'ous a aquesta estació, a l'estiu la melmelada de les fruites d'estiu, a la tardor les conserves de bolets...

Quan es parla de l'«abans» es posa molt èmfasi en aquestes tasques, la qual cosa palesa la seva importància, tant a nivell del consum alimentari com del temps que exigien i la quantitat de feina que suposaven:

A casa meva teníem molta fruita, de tota, i clar, fèiem conserves. Però amb molta pena, perquè la fèiem amb botelles, no hi havia pots d'aquests que hi ha ara. Fèiem les melmelades en botelles. Primer les fèiem

a unes olles, però a les olles s'hagués acabat fent malbé i per poder-les guardar, les posàvem en botelles. Després s'havien de tapar, de lligar amb unes cordes, i al bany maria... donava molta feina. En fèiem de fruites i de tomàquet, que era indispensable. (Dona, 61 anys, Sort, 22-3-1999)

També s'insisteix molt en què allò que es conservava havia de garantir el proveïment per tot l'any, i per tant calia prendre molta cura d'aquestes tasques de conservació:

La cansalada la penjàvem al rebost, salada, i cada dia agafàvem un trosset per ficar-la a l'olla per fer una mica de caldo, i havia de durar per tot l'any. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

La tècnica del confitat apareix a totes les entrevistes. Normalment s'esmenta el confit de *tocino*, bàsicament botifarra i costella, però també es fa referència al confitat d'altres carns. Abans per a fer-lo s'utilitzaven sovint oli i llard barrejats.

Abans, per la matança, es feien les tupines de costella, que es guardava per tot l'any. Es posava la costella talladeta a trossets, i es guardava coberta d'oli, amb sal i pebre, i anava coent. Quan ja estava cuïta es posava en tupines, a un lloc fresc, i per tapadora una llosa. Havia de ser un oli bo, oli d'oliva. També posàvem una mica de llard. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

A casa nostra fèiem confitat, no només de tocino, també d'ànec, d'oca, de tot. Quan matàvem el tocino, les costelles totes confitades. Ens deixaven quasi una setmana penjades, perquè perdessin l'aigua, llavors es tallava a talls que es pogués menjar, sal i pebre i es posaven a una caldera i es feien coure. Quan estava ben cuit es posava en terrines de terrissa, i després ben tapat, amb un paper d'estrassa i un plat a sobre, i al rebost. Es conservava molt bé, però havia d'estar ben cobert d'oli. També s'hi posava greix dolç, que es el greix del porc, que el trituraven, el feien bullir i era com una mantega. I al confitat se'n posava, tant com d'oli, perquè l'oli s'havia de comprar i això ja ho tenien. I tant els ànecs, com les oques, tot es fa igual, això. Tot es pot confitar. Nosaltres sempre tení-

em bones tupines, el rebost donava gust, de tant menjar. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

També es recorden altres formes de conservació, tot i que no se citen tan sovint com les anteriors. Aquest és el cas dels ous conservats en calç. Es tracta simplement de posar calç dins d'un recipient i guardar els ous dins. Això es feia per guardar els ous, abundants de gener fins a Pasqua, fins l'estiu. El mes de juny es treien, ja que a l'època de la sega calia menjar més i es posaven ous durs a les amanides. El problema era que a l'hora de treure'ls molts es trencaven.

A moltes cases se segueixen fent conserves de tomàquet, melmelades i confitat, tot i que la seva funció i el seu paper dins la dieta ha canviat força. Les dones grans són les que conserven aquesta pràctica. En general s'observen algunes diferències en relació al passat. En primer lloc, es destaca la simplificació de les tasques. Per exemple, resulta més fàcil actualment envasar les conserves perquè es poden comprar pots de vidre de coll ample. Aquests pots, a més, tanquen hermèticament, i per tant hi ha un risc menor que es faci malbé la conserva:

Abans ho fèiem en botelles, però ara hi ha aquests pots macos, que encara que passin tres anys, es conserva igual de bé. I és molt més fàcil. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

El confitat de costella i de botifarra segueix sent una pràctica habitual, però la diferència en relació al passat és que ara es conserva exclusivament amb oli, ja no es barreja amb llard. Aquesta pràctica es manté sobretot a les cases que se segueix fent la matança, però no només en aquest cas. Dones que havien fet la matança de joves, però que ja fa temps no la fan, compren encara la costella i la botifarra per fer el confitat a casa. Ara ja no es tracta, per tant, d'una forma de conservació, ja que poden comprar aquests productes tot l'any, sinó que ho fan perquè els agrada el sabor i també

per mantenir una pràctica que havia tingut una gran importància per a elles temps enrere. Els joves, en canvi, no se'n solen fer, encara que els agradi. Com pel que fa als horts, aquestes tasques recauen encara en les mares, i ens podem preguntar si quan aquestes faltin els fills les prendran al seu càrrec, si compraran en canvi el confit ja preparat a les botigues, —actualment a les botigues de la comarca se'n pot adquirir— o si senzillament en deixaran de consumir. La cita següent il·lustra molt bé la situació actual:

La meva filla no se'n fa, però se'n faria, perquè li agrada. Però no té temps. A més, ja li faig jo. Jo n'he continuat fent sempre, de confit, però ja no hi poso greix dolç, només oli. Ara, però, ho he de comprar, perquè ja no tinc granja. Faig un pot de llonganissa, un de costella, i el dono a la canalla, més que res. Jo només en menjo el dia que en faig. A les meves filles els agrada, però elles no en fan mai. (Dona, 61 anys, Sort)

En molts casos s'han deixat de banda altres tècniques de conservació, com la conserva de tomàquet, però es conserva el confitat de carn de porc, perquè se segueix fent la matança:

Ja no fem res més, ni de tomàquet, ni de fruita ni de res. Però el confitat sí. La costella de tocino. Posem la sal necessària, i la deixem estar quatre o cinc dies. I les llonganisses les pengem i les deixem estar quatre o cinc dies. Tallem tota la costella a talls i la posem amb oli, i uns grans d'all. Que bulli. La costella ha d'estar ben cuita. Si s'ha de guardar, ha d'estar molt ben cuita. Hi ha gent que no ho saben i l'han de llençar. Llavors quan està fred es posa en pots. I els omplim bé amb oli. I es conserva molt bé bastants mesos. (Dona, 75 anys, Esterrí d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999).

A les cases on encara es treballa l'hort sí que es manté la pràctica de fer conserva de tomàquet i d'altres productes. Es tracta majoritàriament de dones grans:

Fem conserva del tomàquet que collim de l'hort. Normalment bullit al

bany maria, poquet, un quart d'hora o així. També faig samfaina preparada. I se'ns aguanta bé. Tavelles, també en conserva. Les poso en pots, les bullo un moment i ja està. Hi ha gent que les fa escaldades, i després les bull més estona. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Com en el cas al confitat, la conserva de tomàquet i altres hortalisses respon a diferents motivacions, no exclusivament a una lògica estrictament de conservació. En determinats casos que es compra el tomàquet per fer conserva, no es tracta de conservar per a tot l'any la producció estacional d'un producte. La principal raó adduïda és la qualitat, concepte que inclou tant el fet de poder controlar allò que es posa i com s'elabora, com el sabor, les característiques organolèptiques, que es consideren molt superiors en les conserves domèstiques. Aquestes, contraposades a les conserves industrials, són considerades més bones i inspiren més confiança:

De tomàquet en conservo molt. L'any passat en vaig fer 50 quilos. El tomàquet dona molta feina. Vaig al mercat i li dic a les noies, que ja em coneixen, que em guardin tomàquets per fer en conserva. I aquesta conserva de tomàquet que em faig jo és boníssima. No té res a veure amb la que es ven ja preparada, que és tot aigua. A més, si n'hi ha alguna de podrida, jo no la poso. I en l'altre no ho sé, si la posen o no. No ho veiem, el que posen. La meva néta, quan s'acaba la que faig jo ja no en vol menjar cap més. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 2-3-1999)

La forma de preparar la conserva de tomàquet és bastant similar en tots els casos, encara que es puguin introduir lleugeres variants individuals. En primer lloc s'escalden una mica. Cal vigilar, i quan es fa una escletxa a la pell del tomàquet, es treu i ja es pot pelar. Quan ja s'ha pelat es posa en una escorredora. Després es treuen les llavors a raig d'aixeta i es tornen a escórrer. En alguns casos, no sempre, es fregeix una ceba amb oli d'oliva, a foc lent. Quan ja està punt, s'aboca el tomàquet. Es va remenant durant una estona, per tal que no s'enganxi. Al cap d'aproximadament mitja hora ja es pot deixar de remenar, tot i que cal seguir vigilant que no s'enganxi. Es

deixa bullir una hora. Després es treu del foc i es deixa refredar. Quan ja és fred es passa pel minipimer fins a obtenir una sèmola de tomàquet. Llavors es posa sal, sucre i una mica de pebre, al gust. Finalment s'introdueix en pots de vidre i es torna a fer arrencar el bull, uns cinc minuts.

Però, tot i que moltes dones grans que no tenen hort actualment compren els productes per fer-se les conserves, aquest comportament no és gaire freqüent entre les dones més joves. Consideren, en general, que no val la pena comprar per fer conserves, ja que el nivell de consum és baix i no compensa per la feina que dóna:

De vegades faig codonyat, si hem regalen codonys. Només si me'ls regalen. Perquè per comprar-ne, fer una quantitat exagerada del que sigui, tampoc no es consumeix. Abans era diferent, perquè la gent no tenia res més i anava menjant del que es preparava. Ara, en canvi... El que està clar és que el codonyat restreny molt, i llavors un berenar, o si el barreges amb formatge blanc... però no en menges molt sovint. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Un altre producte que es conserva de manera generalitzada són els bolets, ja que la pràctica de collir-ne és molt estesa. Les carreretes i les múrgoles se solen conservar al bany maria. Es posen en una cassola, preferentment de terrissa, i s'hi afegeix sal. Es deixen reposar tota la nit. L'endemà es posen en pots, primer les carreretes o les múrgoles, i després l'aigua. No han d'estar massa atapeïdes, perquè es conservin bé. A continuació es posen al bany maria, aproximadament durant una hora. Després cal canviar sovint les tapes, perquè quan no queden ben tapades és quan es fan malbé. Una altra tècnica de conservació dels bolets és l'assecatge. S'assequen i després es posen a remullar quan es necessiten. Els rovellons es conserven sovint en vinagre. En aquests cas convé que els rovellons siguin petits. S'escalden i es posen en un pot. Hi ha qui hi posa només vinagre, i qui barreja meitat vi blanc meitat vinagre. Es pot afegir un all, pebre negre, llorer, i sal. Els rovellons en vinagre es

posen de vegades a les amanides, però és més habitual menjar-los per l'aperitiu.

Amb tot, cal tenir en compte que actualment la forma de conservació més estesa és la congelació. Es congelen les verdures, la carn, el peix, els bolets... Els rovellons són els únics bolets que no s'acostumen a congelar, perquè diuen que perden molt. Ara bé, també hi ha qui afirma que es poden congelar tots els bolets, fins i tot els rovellons, que el que cal es fer-ho bé:

Amb això de congelar els bolets el que passa és que cal saber-ne una mica. Si tu els agafes i els poses allà directament, no queden bé, és clar. Però nosaltres agafem les carreretes i aquestes coses i les posem dins una bossa i es bull una mica. Llavors treu una mica d'aigua. Si es congela així, després en treure-les conserven bastant el gust. El que no es pot fer és agafar uns rovellons i posar-los dins del congelador. Es tornen de suro. En canvi, si els agafes i els fas escalivats, que deixin una mica d'oli i els congeles, queden molt bé. (Home, 59 anys, Llavorsí. Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Hi ha qui pensa, en canvi, que no és convenient congelar cap bolet:

A mi el congelador, per als bolets, no m'agrada, penso que perden molt. A mi m'agraden sobretot en pots, al bany maria, però es fan molt malbé, sobretot la carrereta, que és molt empipadora. Al congelador perd molt. Jo en general penso que val més envasar al buit que congelar. Penso que tots hauríem de tenir màquines d'envasar al buit, dona molta més qualitat que el congelador. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

La congelació s'utilitza de diverses maneres. Es poden comprar ja productes congelats, però està molt estesa la pràctica de comprar fresc per congelar. Se sol fer una distinció clara entre comprar productes congelats i congelar el que s'ha comprat fresc. El primer cas està connotat més negativament que el segon. Sovint s'esmenta la

compra d'algun producte congelat com quelcom excepcional:

Jo no compro mai coses congelades. Sempre fresques i les congelo. Però aquest dia vaig anar al supermercat i vaig comprar una pizza, i la vaig posar al congelador. Però normalment congelo jo. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

També es congelen aquells productes que no es poden consumir immediatament:

Sí, també congelem alguna cosa que no te la pots menjar al dia, per exemple un conill. Et baixen un conill del poble a casa, el meu germà té conillsæ i el poses al congelador. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

A pagès la pràctica de la congelació està molt més estesa i té un paper més important. A les cases de pagès solen haver-hi com a mínim un arcò per congelar, i sovint n'hi més d'un. A les altres cases és molt més freqüent que només es tingui el congelador del combi o de la nevera. La introducció de la congelació ha estat molt important a pagès, ja que ha simplificat extraordinàriament les tasques de conservació, sobretot en relació a la matança del porc i la conservació de les carns en general. Els productes de l'hort es conserven també molt sovint amb aquesta tècnica:

La mongeta tendra la congelem, en fem molta i la congelem, i llavors t'estalvies de comprar-ne durant l'any. Tenim congeladors grans, i congelem. Els espinacs també. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

L'estacionalitat dels productes havia marcat sempre uns límits a la producció i determinava uns ritmes en les formes de consum. L'estacionalitat es mirava de superar mitjançant les conserves, però això es feia amb força limitacions i amb molta feina. El fet de poder congelar a facilitat el trencament d'aquestes limitacions i aquests rit-

mes estacionals. És possible menjar mongeta tendra amb patates durant tot l'any, i, com observa un informant:

Llavors no podies sembrar tant, només sembraves el que menjaves, ara, com que ho poden congelar tot, és diferent. (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà 23-3-99)

La congelació es considera molt sovint com una tècnica amb clars avantatges enfront altres tècniques de conservació:

Ara hi ha un gran avantatge amb la caça. Abans s'havia de deixar la carn de caça vuit dies «al sereno». I clar, després de vuit dies, allò era un niu de cucs. I ara va molt bé amb els congeladors. Tens la carn de senglar dos o tres mesos al congelador, i és guisar-la i ja està, no hi ha cap problema. (Home, 59 anys, Llavorsí, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Jo penso que la congelació va molt bé, tant des del punt higiènic com nutricional, ja que els aliments conserven totes les seves propietats. A més és molt pràctic, perquè jo treballo tota la setmana. (Dona, 35 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

Ara bé, no sempre té aquestes connotacions tan positives. La valoració que es fa d'aquesta tècnica de conservació depèn en part de les facilitats del proveïment. Pels qui viuen a pobles de muntanya que s'han de desplaçar per comprar, o per aquells que tenen uns horaris laborals ajustats que no els deixen gaire temps lliure, la congelació es veu com un gran avantatge. Però si es viu en un lloc ben proveït, com la Seu, i els horaris ho permeten, no se sol recórrer tant a la congelació i fins i tot es pot veure força negativament:

No congelem res. El concepte de congelat va relacionat amb un tipus de menjar més ràpid, «de les presses». Carn congelada no té sentit, la bona és l'altra. Peix congelat no té sentit, el bo és el fresc. Verdura congelada no té sentit, la bona és la fresca. (Home, 55 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

D'altra banda, la congelació facilita molt el reaprofitament. En molts casos es congela la carn del caldo per fer croquetes. Quan es compra un pollastre es congela la carcanada, el coll i les potes per fer caldo. També és molt utilitzada aquesta tècnica per conservar allò que s'ha cuinat en grans quantitats, ja que s'estalvien moltes hores de feina. És freqüent fer força canelons d'un cop, per exemple, i guardar-los en racions al congelador per quan facin falta. O bé cuinar els dies que es té més temps, per exemple els caps de setmana, i congelar per poder preparar el menjar d'una manera ràpida al llarg de la setmana.

En parlar de tècniques de conservació els informants emfasitzen molt sovint una diferència fonamental entre l'«ara» i l'«abans»: abans s'aprofitava tot, ara es malbarata molt, moltes coses es llenquen perquè ja no es valoren, com subproductes de la matança:

Abans s'aprofitava tot, absolutament tot. Del corder s'aprofitava tot, es feia la girella, s'aprofitava la sang, es feia sang i fetge, que en dèiem freginat... També s'aprofitaven els ossos, per posar a l'esquella de les ovelles, i també uns ossos articulats petits que ens donaven a la canalla per jugar a un joc que ja no recordo com es diu. Però recordo haver jugat a aquest joc amb unes boles que fèiem amb els ossos de corder. (Home, 59 anys, Llavorsí, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Pel que fa a l'aprofitament, però, la matança del porc n'és el paradigma:

Nosaltres del tocino ho aprofitàvem tot. La bufeta de l'orina s'omplia de greix i se'n feia llard. I els testicles s'estiraven, es penjaven, i es feien servir per les sabates. El meu pare sempre ho deia, que del tocino s'aprofitava completament tot i era l'animal amb més gustos dels món. S'aprofitava la sang, amb pa, amb els ous de les gallines es feia una botifarra d'ou, i amb pa i una mica de greix del tocino i una mica de matafaluga, de la sang amb pa en feien croquetes... D'un tocino te'n treien tres, perquè s'aprofitava tot. (Home, 66 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

El grau d'aprofitament depenia també dels recursos de cada família, ja que si es gaudia d'una major abundància s'aprofitava menys. El tipus de subproductes de la matança indicaven quina era la situació econòmica:

Jo recordo que aquí teníem una cambrera que quan matàvem ens demanava si es podia endur la sang. I hi posava pa sec que sobrava, l'esmicolava dins el pot de sang i se l'enduia a casa seva. I allí l'embotien i la coïen. En canvi nosaltres només posàvem una mica de pa i la resta tot era greix i carns. (Dona, 60 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Aquesta idea del contrast entre l'aprofitament d'abans i el malbaratament actual apareix de manera recurrent entre la gent gran, que recorda molt bé com abans s'aprofitava tot. Per exemple, aprofitar les pells de taronja per posar-les als guisats. Alguns informants recorden que, de petits, la mare els deia d'anar amb compte amb la pell de la taronja, quan en menjaven, de no fer-la malbé, perquè després les enfilaven, les penjaven i les assecaven. Així en tenien per tot l'any i s'utilitzaven per donar sabor als guisats.

Tot i que en general es considera que, pel que fa a l'abundància alimentària, la situació actual és molt millor, també s'observa una certa desaprovació envers unes pràctiques excessivament malbaratadores:

Quan hi ha misèria tot s'aprofita. Jo de vegades li dic a la canalla que m'agradaria que passessin només que fos un mes, com els d'abans. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-99)

D'altra banda, també hi ha qui considera que la situació d'abans exigia de les mestresses una gran imaginació i un gran nombre de coneixements per tal de poder treure el màxim profit dels recursos limitats de què disposaven. En aquest sentit, es considera que les mestresses actuals han perdut aquesta capacitat i aquests sabers que permetien un aprofitament integral alhora que afavoria la recerca

de formes diferents de maximització dels recursos:

El que passa és que s'ha perdut aquella cuina tan imaginativa d'aquí. Jo recordo que quan era petita li van donar a la meva mare un dia conill i arròs, i res més. Bé, cebes i patates i això, però només conill i arròs. I va fer dos plats. Va fer un arròs de conill i verdures i de segon, conill guisat. Ara, la imaginació s'ha perdut, perquè la gent ho té molt fàcil. Obren un sobre, i pim, pam, pum. Només se saben aprofitar els talls més macos, dels altres ni se sap que es poden menjar: el coll del pollastre, els menuts... tot això que és de pobresa, però que obligava a imaginar. (Dona, 60 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Ara bé, si bé és veritat que entre els joves no s'aprofita tant el menjar, moltes dones grans emfasitzen la seva capacitat d'aprofitar-ho tot i valoren molt negativament el malbaratament:

Jo no faig malbé res. Els porros els compro amb tota la fulla. Rento les fulles més fosques i les poso a part i les deixo escórrer. Quan ja estan escorregudes les poso dins d'una bossa de plàstic, les que necessito cada cop pel caldo, i les congelo. I la part grossa del porro la guardo pels guisats i per fer puré de porros. Quan faig cigrons no llenço mai l'aigua dels cigrons. L'aprofito. La poso en pots de vidre i la congelo. I quan faig escudella barrejada, que de vegades compres els cigrons cuits, llavors poso un pot d'aquella aigua. M'allarga el caldo i queda més bo. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Els àpats a la llar

En parlar dels àpats cal distingir entre l'alimentació quotidiana, la dels dies feiners, i l'alimentació festiva, extraordinària. Les diferències entre ambdues són prou remarcables, en general, tant pel que fa a la composició dels àpats, la seva estructura, com pel temps que hom dedica a preparar els plats, etc.

L'alimentació quotidiana

L'alimentació quotidiana ha anat canviant molt en el decurs d'aquest segle. Per això convé distingir entre l'alimentació quotidiana d'"abans», tal com la recorden la gent d'aquestes comarques que han viscut aquests canvis, i l'alimentació quotidiana d'»avui», tal com la viuen els informants actualment. Quan parlem d'alimentació ens referim no només a allò que es menja sinó també a com i quan, i inclou aspectes com el proveïment, la transmissió dels coneixements culinaris, etc. En tots aquests aspectes s'observen nombroses diferències entre l'"abans", és a dir, durant la primera meitat del segle XX, i l'"avui", època de grans transformacions en tots aquests àmbits, que s'inicia en la dècada de 1950 i que arriba fins als nostres dies. Al llarg de la primera meitat del segle XX s'observen poques modificacions, en general, fins a la Guerra Civil. A partir dels anys 50 i principis dels 60, els canvis es comencen a generalitzar. És evident que aquest "avui" no és un període homogeni, sinó que els comportaments i les pràctiques alimentàries no han deixat de modificar-se al llarg d'aquests anys i continua fent-ho, però sí que es diferencia prou, en conjunt, de l'època anterior. Per aquest motiu, en parlar de l'alimentació cal establir distincions entre l'"abans" i l'"ara", és a dir, l'"abans" tal com el recorda la gent gran d'aquestes comarques, i l'alimentació d'"avui", tal com la viuen els informants de totes les edats actualment.

L'alimentació quotidiana «ahir»

Les diferències entre l'«abans» i l'«ara» en relació a l'alimentació quotidiana s'emfasitzen molt. Quan parlem de l'alimentació d'«abans» o del passat, ens referim a allò que ens expliquen els informants quan parlen dels seus records d'infància i de joventut, en alguns casos també de maduresa. Els records més llunyans fan referència als anys vint i trenta, i el període que consideren com l'«ahir» inclou els anys quaranta i cinquanta, fins i tot principis dels seixanta, que és quan es comencen a produir les importants transformacions que ens han dut a les formes actuals d'alimentació. Abans de la guerra, la base de l'alimentació depenia de les principals activitats econòmiques en aquestes comarques, l'agricultura i la ramaderia. Les possibilitats d'intercanvi eren reduïdes, sobretot a les zones de muntanya, ja que a les valls el comerç era més actiu. Es treballava a l'aire lliure, exposats a les inclemències del temps, i les tasques agrícoles no estaven mecanitzades. A les cases no hi havia calefacció ni electrodomèstics. S'anava a peu a tot arreu, ja que normalment no hi havia cotxes ni transports públics a l'abast. Tot això es traduïa en una despesa energètica molt superior a l'actual, i, per tant, també de les necessitats calòriques. Els informants, en parlar de l'alimentació durant aquell període, solen emfasitzar aquesta situació i insisteixen que llavors, el que es menjava, es cremava. Les condicions de vida eren molt diferents a les actuals i això s'ha de reflectir per força en l'alimentació. La base de l'alimentació eren els aliments farinosos, com les patates, els llegums, l'arròs, els fideus, el blat de moro. Les verdures i les hortalisses abundaven a la dieta. Els plats de carn es reservaven per als dies festius i els dies de cada dia es menjaven petites porcions de carn, "tallicons", que acompanyaven els aliments farinosos o vegetals. Es menjava el peix autòcton, la truita de riu, quan era l'època, al bon temps, i a la tardor i a l'hivern, arengades i bacallà. De fruites se'n menjaven tot l'any, les fresques, durant la temporada, i també fruites seques, confitades i en almívar. Es menjaven formatges frescos i adobats, que s'elaboraven

a les cases, però cal tenir en compte que no sempre se'n menjaven gaires, ja que bona part dels formatges i dels ous es venien. Per tant, el seu consum depenia dels recursos de cada llar.

Els informants de més edat destaquen sempre els canvis que s'han produït en l'alimentació, que es perceben profunds. Amb tot, les consideracions que es fan sobre el passat poden variar força. En alguns casos es destaca l'escassetat i la manca de diversitat dels aliments, i es valora molt positivament la situació actual:

Abans menjàvem malament. Només allò que teníem a casa i para de comptar. Per Nadal matàvem els tocinos i en teníem per tot l'any. La cansalada era el tall, i a viure del que collies. Teníem blat, i darrere del blat teníem mongetes. Teníem blat i vaques i l'hort, que ens proveïa de patates per tot l'any. I també hi havia un molí que portaves el blat i feien la farina. A casa meva teníem un forn. Ma mare feia el pa a casa amb un forn, un forn de llenya. I els plats que menjàvem? Trinxat de col amb patata, molta escudella, quasi bé cada dia escudella. I la carn només la vèiem quan la festa del porc. I el pollastre... així com ara es menja sempre que es vol, abans només en menjaven els rics. (Home, 75 anys, Alàs, Alt Urgell, 19-3-1999)

En alguns casos no es parla de monotonia de la dieta o de manca d'abundància, sinó directament de passar gana:

Mare de Déu, si hi ha diferència de com menjàvem abans a com mengem ara! Abans de la guerra, això era el tercer món, el tercer món... I després de la guerra, també es va passar bastant negre, aquí. De menjar, malament. Hi havia cases que encara anaven fent, però el noranta per cent, a passar gana. Després de la guerra, fins que la gent va començar a collir patates i llegums i tot allò... molta misèria. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

També es destaquen les dificultats que tenien les mestresses de casa per poder alimentar unes famílies que, en la major part dels casos, eren nombroses:

Abans, per atipar tanta gent, costava. Que ara a les cases hi ha poca gent, però abans a totes de seguida hi havia 10 o 12 persones. Jo sempre ho dic, que les dones eren ben esclaves. Perquè ara també has de fer menjar, però com a mínim, tens més teca. Abans, primer és que no hi havia cèntims, però és que tampoc no hi havia tanta cosa per comprar com ara. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Tant a l'Alt Urgell com al Pallars Sobirà es recorda l'«abans» com una època d'escassetat alimentària, no s'observen diferències destacables entre ambdues comarques. A l'Alt Urgell es destaca la posada en marxa de la fàbrica de llet com un moment en què millora una mica la situació econòmica. Ara bé, la conjuntura general, la guerra i la postguerra, incideixen a tota la zona amb la mateixa virulència. Es destaca, amb tot, l'avantatge que representava per als pagesos el fet de produir ells mateixos els seus aliments, que els permetia si més no defugir la gana:

El temps de la misèria era abans de la guerra, quan nosaltres érem petits, i llavors ni els rics ni els pobres menjaven bé. Ningú tenia res, vivíem del que collíem. Els pobres tots menjàvem igual. Fins que la fàbrica de llet es va posar en marxa... I després, a la postguerra, encara hi havia més misèria. Es va quedar la gent sense un duro. No hi havia diners per a comprar menjar. Els que teníem terra menjàvem, perquè els «quartos» ja no valien. Havies de menjar allò que tenies a casa. Teníem mongetes, patates, tocino... i algun pollastre i algun conill. Això, als pagesos encara no ens faltava. I el pa ens el fèiem i el vi ens el collíem. I això els afortunats... els afortunats, perquè fora d'aquí no hi havia res, ni això tenien. Ho van passar més malament que nosaltres. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

Alguns plats que es recorden de l'època evoquen aquesta escassetat:

Una cosa que es menjava molt a casa meua era la «trumpfada». Posaven a bullir patates a una olla. Quan estaven cuites es treia l'aigua i es posava llet crua. Després s'aixafava, i ja estava a punt. A l'hivern, si estaves

encostipat o així, anava molt bé. Ara això ja no es fa mai. I abans també, per passar-nos la gana, farinetes. Agafaven caldo, tiraven farina, i s'anava barrejant, barrejant. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Durant la postguerra, els anys 40 i 50, es menjava la fulla de la remolatxa com a verdura. Ara ja no. Nosaltres fins i tot havíem posat patates a la farina. El pa no pujava tant, quedava més primet, però era bo. Com que la farina era tan escassa... Coïem un bon grapat de patates, les rentàvem ben rentades, les aixafàvem amb les mans i les barrejàvem amb la farina. Quan hi ha misèria, tot s'aprofita. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Ara bé, no tothom té els mateixos records d'aquella època. Hi ha qui considera que, malgrat les restriccions i les dificultats, no van arribar a passar gana durant la guerra i la postguerra:

Aquí ni vam viure una guerra tan, tan dolenta. Aquí misèria de debò tampoc no vam passar. Perquè de menjar en teníem, ous, conills.... El pa sí que ens costava molt de fer-lo, perquè no deixaven fer farina, estaven precintades les moles. Teníem blat però no teníem farina. Però gana, gana, no.... (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

En aquest sentit és il·lustrativa la consideració que fa sobre aquesta qüestió una informant que va passar la guerra i el principi de la postguerra a Barcelona:

Jo quan estava a Barcelona, recordava la vianda que la meva mare donava als gats, i m'he l'hagués menjada. Aquí també hi havia privacions, però era diferent, perquè se seguien matant els tocinos, les gallines, els conills, hi havien ous... No es podien comprar algunes coses, però et feies el pa. Aquí no van conèixer la guerra. Jo vaig conèixer la guerra perquè vaig anar a Barcelona. ¡I tinc tant mals records de Barcelona! Vaig passar molta gana. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Els pagesos més benestants no patien les mateixes restriccions alimentàries. Tot i que en aquest cas no s'esmenta l'escassetat, més aviat es posa l'èmfasi en l'abundància i la qualitat d'allò que es menjava, la composició dels àpats sembla ser força regular, no s'observen grans variacions llevat de les estrictament estacionals:

De joveneta, a casa cuinaven les meves germanes i jo, quan va faltar la meva mare. El meu pare va voler posar criada, però nosaltres no van voler. A la nit ja pelaven les patates i les posaven que no es fessin negres. Al matí ja posàvem l'olla al foc, tallàvem les patates, posàvem una mica de tocino, i la sopa de pa. També fèiem una truita, i una amanida de ceba i tomàquet. I també uns talls de confitat, o de pernil. Per dinar, tornàvem a fer una olla d'escudella, però llavors ja hi havia tall. Tallàvem la cansalada, la botifarra. Altres carns no, que llavors no existia la carn. Als pobles no hi havia carnisseria. I encara que es tinguessin «quartos», s'havia d'estalviar. Els pagesos era molt diferent que ara. Però nosaltres menjàvem molt bé. Després, el berenar, que ara quasi bé no existeix ja el berenar, però llavors sí. Per berenar unes bones safates d'enciam, i de pernil, formatge, un bon tall cada un. El formatge, com el feien a casa, d'ovella, tant com en volguéssim. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

En determinats casos es recorda l'alimentació del passat com millor que l'actual:

Amb el que menjàvem estàvem ben contents. Tot era bo, llavors. Contents i ben alimentats. Perquè abans es menjava més natural, més bo. No era tant de pinsos, com ara. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Sempre diem que abans no es menjava tan bé, però a segons quines èpoques es menjava millor que ara. A l'estiu, a l'època de segar i de batre, es menjava molt bé, millor que ara (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

D'altra banda, tot i que es pot considerar que en alguns aspectes

l'alimentació ha millorat molt, es perceben en alguns casos desavantatges en els canvis que s'han produït:

Sí que es menja més variat i es menja més. Hi ha més abundàncies. Però per un altre costat ha empitjorat. Aquí hi havia molta més il·lusió llavors que ara, molta més alegria. La gent quan venia de segar, cantava. Ara ja no canta ningú. Ara la gent va sempre amunt i avall, i a córrer... (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

La idea que avui l'alimentació ha millorat perquè és variada, enfront de la monotonia d'abans, és àmpliament compartida, però també aquesta percepció es veu temperada per aspectes de l'alimentació actual que es consideren negatius:

Ara es menja molt millor, més variat, més equilibrat. Es menja de tot. Perquè abans cada dia menjàvem el mateix. Mongetes i patates, i fideus i arròs, i a treballar... Ara, els productes potser sí que eren més autèntics llavors, això sí. Nosaltres potser no ho notem tant, perquè les verdures ens les fem totes nosaltres, però potser la gent que abans estava acostumada d'una altra manera i ara tot ho han de comprar, sí que ho deuen notar més. (Dona, 62 anys, Sort, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

L'escudella era el plat principal, al voltant del qual s'estructurava l'alimentació quotidiana. També se'n deia vianda. Es menjava per dinar. Aquesta escudella era plat únic i incorporava llegums, verdures i hortalisses, variant segons l'estació, i productes del porc. L'escudella que es recorda de més temps enrere és l'escudella de blat de moro pelat (Betriu: 1999, 85). Es posava l'escudella amb l'aigua al foc, amb tots els ingredients (bàsicament os de pernil, botifarra negra, blat de moro pelat, cansalada blanca o sagí, patata, arròs o a vegades carabassa, os de l'espina de porc, fulla de col, mongeta seca roja). Es penjava el perol penjat al foc a terra i sempre contenia aquesta escudella. Quan es buidava, afegien més ingredients i, si més no, d'escudella sempre n'hi havia damunt del foc. Aquesta escudella era també molt adient per al tupí de pastor, que se l'en-

duia a la muntanya quan havia de passar-hi llargues temporades. Els ingredients són tots secs o conservats amb sal, com els ossos, i es conserven bé. Aquest plat exemplifica el bon aprofitament dels recursos disponibles, en èpoques de pocs recursos proteics animals. La combinació de cereals amb llegums i verdures i una mica de greix animal i sang, tot i ser un plat pobre, és equilibrat i nutritiu. L'escudella quotidiana que descriuen més sovint els informants es basava també en els cereals, vegetals i llegums, però se substituïa el blat de moro pels fideus i l'arròs. Es posava tot a bullir a l'olla penjada al foc a terra de bon matí, per ordre de duresa del producte, l'arròs i els fideus al final. La part proteica era escassa, basada en productes del porc. Es posava tot allò que es tenia a mà, a vegades un os de l'espínada conservat en sal o un os de pernil enlloc de sagí o cansalada. Ara bé, a partir d'aquesta base comuna, es podien posar més o menys ingredients segons els recursos de cada llar:

La meva mare deia que quan ella era petita menjaven escudella cada dia, llevat dels dies de festa major, que es feia sopa. Però allò habitual era l'escudella, que hi posaven de tot, patates, arròs, fideus, mongetes o cigrons, el que tinguessin. (Dona, 34 anys, Esterrí d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El dinar era l'escudella, vianda que se'n deia, i un tros de cansalada... Aquest era el plat que no fallava mai. Això es menjava cada dia. I moltes cases deixaven l'olla al foc i tot el dia anaven tirant de la mateixa olla. (Dona, 63 anys, Tírvia, 24-3-1999)

Llavors es menjava molta escudella, a mi no m'agradava, perquè era massa forta. Hi posaven molt tocino, perquè hi hagués un tall per cadascú. Hi posaven bull d'ou, bull de sang, cansalada, verdures i cigrons, després una amanida i ja està. Un altre dia es feia sopa, i a la sopa quasi sempre hi posaven pilota tallada a talls. Hi havia també molts conills, i si no n'hi havia a casa n'hi havia als camps. La meva mare li deia al meu pare que anés a buscar un parell de conills, i el meu pare els caçava i cap a casa. I les cuixes, els treia la carn, les passava per la màquina, un tall de pernil, a lo millor un tall de llonganissa del confitat... i feia dues pilotes

ben grosses. Clar, érem set germans. I era boníssim, plat únic. (Dona, 61 anys, Sort, 22-3-1999)

El sopar acostumava a ser més lleuger. A l'hivern es podien fer unes sopes (de pa, de farigola...), ous al caliu, trinxat de col amb patates; a l'estiu es feien plats de verdura, mongeta tendra amb patata i costella i botifarra del confit. L'estacionalitat dels productes es palesa en les descripcions que es donen dels àpats quotidians del passat, i aquesta és una diferència substancial amb les descripcions dels àpats actuals:

A casa sempre aprofitàvem l'oli del confitat per fer patates... i molta verdura i moltes amanides. De verdura fèiem una que no he menjat mai més, de fulla de remolatxa, bullida amb patates. Resulta que plantàvem moltes remolatxes pels tocinos, i aquella verdura venia molt a l'estiu, era una verdura d'estiu, i feia unes fulles molt maques. Mai més he menjat verdura com aquella, tan bona. També menjàvem col amb patates, a l'hivern, tot trinxat. De mongeta tendra només de juliol a setembre, que és quan hi havia mongeta tendra. La resta de l'any col i bledes, i aquesta verdura de la remolatxa, que estava boníssima. I no n'he menjat mai més. I era una verdura excel·lent, més que la bleada i més que la col, menjada al seu temps. (Dona, 61 anys, Sort, 22-3-1999)

L'amanida era un element molt present en l'alimentació quotidiana, tant per dinar com per sopar, però també depenia de l'estacionalitat. Un plat amb enciam, tomàquet, ceba i olives. A l'estiu, a més, cogombre i pebrot. A l'hivern, escarola i a vegades api. A cada època de l'any, el que hi havia als horts. Ja se servia amanit des de la cuina i els comensals se servien directament de la plata.

Se sol insistir en el fet que abans s'aprofitava tot, no només pel que fa als productes, com s'ha comentat en parlar de les tècniques de conservació, sinó pel que fa a la cuina d'aprofitament. Per exemple, per recuperar la verdura del dia abans, que podia ser mongetes, col i patata, es feia un sofregit a part. Sovint s'aprofitava l'oli que s'havia fet servir per fregir pernil per esmorzar. En aquest sofregit

es posava també pernil, cansalada i alls picats. Si sobrava, l'endemà s'aixafava, es podia posar un ou a sobre i es duia per esmorzar. Si un dia es feien mongetes amb patates i sobraven, l'endemà se'n feia una truita. Un altre plat que es feia per recuperar era el pernil amb mel i vinagre, l'agredolç. Es feia quan algun pernil havia quedat mal adobat i s'havia fet malbé. Aquesta preparació feia que aquest pernil es pogués menjar:

Avui si un pernil et queda mal curat, el llences i ja està. Però abans, com que s'aprofitava molt més tot, els pernills que no quedaven ben curats, es feia el pernil amb mel i vinagre. I jo ho faig, i és curiós, però queda millor i tot amb aquest pernil, que ara no ens menjaríem de cap manera. L'olor que fa quan està mal curat desapareix totalment, i fins i tot el paladar és més gustós que quan és un pernil ben assecat. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El consum de vi era força elevat. Per berenar se solia fer pa amb vi i sucre. El consum de vi també responia a una certa estacionalitat, ja que depenia de les tasques agrícoles:

Però tampoc teníem vi tot l'any. Aquí no se'n feia, el compràvem a la Conca de Tremp. I era molt bo. I se'n bevia molt, molt. Hi havia cases que tenien tones de 300 o 400 litres, i es bevia tot. Normalment es bevia a l'estiu. Teníem uns barrils grans, els omplíem el mes de març, i l'estiu es començava, a l'hora d'anar a treballar, de segar i així..., i bé, duraven dos mesos, i quan s'havia acabat s'havia acabat. El vi es considerava un aliment, per treballar. I ja el cremàvem, ja, que es treballava de sol a sol. Es llevaven al matí, i ja es prenién un gotet, abans d'anar a treballar. (Dona, 63 anys, Tírvia, 24-3-1999)

L'època de la sega era un moment de l'any molt important a nivell alimentari. Entre maig i juny s'organitzaven les quadrilles de segadors. De cada poble en sortien un o dos i anaven passant per les cases que se'ls requeria. A aquests segadors se'ls tractava molt bé pel que fa a la seva alimentació, ja que la sega era una activitat econò-

mica central. Feien 5 àpats al dia. Els principals eren l'esmorzar, les «deu hores», i el berenar. Aquests dos àpats es feien al camp. Al matí, abans de marxar de casa era freqüent menjar un tros de pa i prendre una copa d'anís. També es podia prendre coca amb moscatell o barreja, o qualsevol altra cosa així, una mica dolça. També hi ha qui diu que menjava xocolata i un got de vi. En alguns casos es menjaven «sopes» o un got de cafè amb llet. Les mestresses preparaven el menjar, quan els homes estaven al camp, i els nens els hi portaven. Els dies de la sega eren dies de molta feina per a les dones de la casa:

Els aliments dels segadors eren una cosa! Les mestresses tot el dia anaven de bòlit. Jo recordo l'àvia, les meves ties, la meva mare, que es passaven el dia amb el menjar. Els dies de la sega hi havia una feinada terrible. (Dona, 46 anys, Coll de Nargó, Alt Urgell, 29-6-1999)

Eren àpats consistents, ja que la feina era dura, i es cremava. El dinar i el sopar eren més lleugers i es consumien a les cases. L'hora de dinar era més que res per descansar, i s'aprofitava per fer la migdiada. Es feia un dinar fluixet, normalment escudella, però també de vegades macarrons o llegums. Per sopar es feia una bona amanida d'escarola o enciam, i verdura, normalment espinacs i bledes, ja que l'època de la sega coincideix amb l'època que als horts hi ha força verdura tendra. Per les «deu hores» es preparava primer amanida, amb ceba i tomàquet i després pernil, embotits i formatge. També es podia menjar llonganissa confitada, mongetes, bacallà, ous durs amb beixamel... Un altre producte que es portava al camp, per a les «deu hores», eren les regoles, que es feien quan es matava el corder. Per berenar es podia fer, a més, algun conill rostit. És freqüent recordar l'època de la sega com el moment de l'any en què es menjava millor, llevat de moments puntuals com la matança del porc. El fet de treballar més intensament a l'estiu feia que s'incrementés el consum, durant aquest període, de determinats productes, com el confit de costella i de botifarra, els embotits i els format-

ges. En molts casos es reservaven per a aquest moment. Una informant evoca el conill que es preparava per berenar al tros:

Tot allò més bo es menjava a l'estiu. En començar a treballar més es guardava allò millor. Per exemple, feien un conill farcit per berenar que era boníssim. Es farcia del mateix fetge, un tall de cansalada i pernil. El pernil dona molt bon gust, i com que sempre n'hi havia, es posava una bona trencada de pernil, pa i ous. I all i julivert. Llavors feien un forat a la panxa del conill, i ben farcit i cosit, es rostia sencer. Amb unes cebetes i unes pastanagues. La canalla ho dúiem al camp. I estava molt bo. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Aquesta pràctica de dur el menjar al camp durant l'època de més intensitat de les tasques agrícoles s'evoca sovint, de vegades amb nostàlgia:

Antigament, al poble, la gent era tot el dia al camp. També hi anaven les dones, a entrecavar les mongetes i això. Però els homes marxaven de matí i les dones tot el dia havien d'anar per aquests camps a portar-los el menjar, tot el dia: al matí l'esmorzar, al migdia els portaven el dinar, després, a les quatre o a les cinc els portaven el berenar. Tot el dia menjaven, però s'aixecaven el matí a punta de dia i fins la nit no tornaven a casa. I les dones, les veies tot el dia per aquests camins, amb un cistell. Era bonic allò, és una cosa que també s'ha perdut. Ara ja no veus ningú al camp. Els tractors se'n van allà, i també agafen el cotxe. Perquè ara tothom té cotxe, i ja no veus ningú pels camins. (Dona, 80 anys, Alàs, Alt Urgell, 19-3-1999)

La carn més consumida era la de porc. També es consumien pollastres i conills, com hem vist, però el seu consum era menys freqüent. El mateix es pot dir del corder, que només es menjava en moments puntuals. Tot i així, se citen sovint receptes de carn de corder, la qual cosa palesa la seva importància, si no tant pel que fa al consum, sí pel que fa a la valoració que se'n feia:

Es feia el palpís, que era una cuixa de be que es desossava, i es posava a la cassola a fer xup-xup, amb all i julivert i una mica de cansalada. Un altre plat que es feia, que era temporal, es feia quan s'escuaven les ovelles. Se'ls tallava la cua i es feia amb patates o amb arròs. (Home, 59 anys, Llavorsí, Alt Urgell, 23-3-1999)

Compràvem potetes de corder, que eren boníssimes. Primer es feia bullir l'aigua, s'escaldaven i es pelaven. Després es coïen amb aigua, amb una fulla de llorer i all. Es podien menjar així mateix, o amb una salsa... i quedaven tan esponjoses! Eren boníssimes. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

El consum de peix era baix, i es concentrava bàsicament en el bacallà i les arengades. En això coincideixen tots els informants.

Abans no es menjava peix, perquè aquí dalt no estava a l'abast, i tampoc hi havia cèntims. El que sí que hi havia eren arengades... i sobretot bacallà. Nosaltres, a casa meva, sempre en teníem penjat al rebost. Eren uns bacallans molt grossos, ara ja no se'n veuen de tan grossos. El des-salaven, l'enfarinaven, el fregien i el feien amb una salseta de ceba i tomata. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

El bacallà dessalat, a més de preparar-se amb tomàquet i ceba, alls trinxats i julivert, també es consumia sovint en l'estofat de patates. Les formes de cuinar-lo variaven, però estaven en funció dels recursos de què hom disposava:

Aquí abans es collien molts prinyons, petitons però molt gustosos. I se'n collien molts. Ara també n'hi ha, però ja no es cullen. Es fan malbé als camps. També es feien prunes verdes, molt bones, i se'n feien moltíssimes. Les portàvem a panerades. Llavors les partíem i les posàvem en purgadors i les deixàvem assecar. I a l'hivern les cuinàvem amb bacallà. Així com ara es posen panses i coses així, abans es posaven pinyons i prunes. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Altres informants amplien una mica el ventall de peix, però sempre dins d'uns límits força estrets:

Jo me'n recordo després de la guerra que només veies truita, bacallà, congre i arengades. I fresc, quan va començar a arribar, arribava una caixa de sardina a la setmana. Tothom a comprar-lo, bé, no tothom, el que podia. No tothom podia comprar sardines. (Home, 59 anys, Llavorsí, Alt Urgell, 23-3-1999)

Tot i que tothom recorda el consum de bacallà i d'arengades, no sempre s'evoça de la mateixa manera. Tant es pot catalogar com un consum «de pobres»:

Abans, de peix, només bacallà, molt bacallà. Era menjar de pobre. I sardines de llauna, i arengades, i res més. Arengades a la tardor. I sardines qui en podia comprar, perquè no tothom en podia comprar. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

com recordar-se com un producte molt bo:

A casa nostra menjàvem les arengades, que eren boníssimes. La meva mare feia unes cassoles de terrissa..., primer les posava a dessalar, unes 24 hores, com que ens agradava molt la sal, menys de 24 hores no les deixava. Anava fent capes a la cassola, amb unes bones trencades d'all i julivert, i vinagre i oli, i després una altre capa, i vinagre i oli... I sempre que volies una arengada la tenies. I estaven tan bones! (Dona, 63 anys Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El consum de truita de riu era molt inferior, però cal tenir en compte que tenia un pes més important a les zones properes als rius on eren més abundants i gustoses. La truita de riu, el peix d'aquestes comarques de muntanya, era un dels pocs peixos autòctons i sens dubte el més consumit. Es pescava durant la temporada, aproximadament de març a setembre. Normalment es menjaven fresques, acabades de pescar, simplement enfarinades i fregides o a la llosa Llevat d'aquestes zones, en general es recorden les truites autòctones molt més saboroses que les actuals, de viver, però no tenien un paper important a la dieta.

A les zones on es trobava la truita autòctona, el consum era regular:

Tothom, més o menys, quan un dia tenia ganes, anava a pescar, i tenien truites per menjar i es feien de tant en tant. Llavors tampoc hi havia vigilància, ni tampoc venia gent de fora que vingués a pescar. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Normalment es preparava fregida o a la llosa. La cocció que als Pirineus i als llocs de muntanya anomenem “a la llosa” consisteix en una mena de pissarra que serveix per confeccionar la teulada de les cases, de color negre i planes. Quan reben l’escalfor del foc que s’hi posa a sota, sigui de llenya o de carbó, s’escalfen a una temperatura que permet coure-hi peix o carn, en el cas del peix, sobretot les truites dels rius de muntanya. Se salen, s’unten amb oli i es col·loquen sobre la llosa ben calenta. Es considera sovint que aquesta és la millor manera de menjar-la per apreciar bé el seu sabor:

Abans es feia així, i us asseguro que és el millor. Com més senzilla millor. La meva mare sempre ho deia, i altres cuineres també: Com a la llosa, res! Això es feia normalment quan es feia una festa als prats, que de vegades es trobaven les famílies i feien una festa, i es feia a la llosa. Si així no pot ser, la millor manera és fer-la a la paella. Jo sempre havia sentit dir a la meva mare que fer-la d’una altra manera era una ximpleria, perquè perdia gust. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

D’altra banda, la major part de les truites que es pescaven eren per vendre. Algunes famílies es passaven tres o quatre mesos pescant truites i després les venien a algun hotel. Com ja s’ha indicat, quan s’acabava la temporada de les truites només es menjava peix salat o enllaunat, bacallà salat, arengades salades o de la costa i sardines i anxoves en llauna. A partir dels anys seixanta comencen a arribar peixos congelats de tota mena.

Les fruites seques eren uns postres habituals a la tardor i a l’hivern. Normalment es menjaven ametlles i avellanes, i també pan-

ses i algunes nous. A moltes cases es tenien ametllers.

Per concloure aquest apartat sobre l'alimentació d'abans, és il·lustrativa aquesta cita, que reflecteix la varietat de productes que es feien a les cases i dóna una imatge positiva de l'alimentació del passat. Al mateix temps enllaça amb l'alimentació actual, perquè també mostra les pràctiques que es mantenen en l'actualitat i algunes de les transformacions que s'han produït:

A casa menjàvem molt bé. Es mataben les berres, que tenien uns pernills molt grans. Ens el menjàvem amb pa sucacat amb tomàquet, quan teníem tomàquets. Girella també en fèiem, a casa. Ara encara en faig. Compró les coses netes i faig girella. Les meves filles, menjar-se-la sí, però fer-la no. Farcit de carnaval també en feia, mentre va viure el meu marit. Després ja no. Per mi sola no m'interessa menjar-ne, i la canalla només en mengen un trosset petit i ja està. Però quan el meu marit vivia i les nenes eren petites sí que en feia.

Jo ja no en faig, però en vaig menjar el dia de Carnaval, perquè fan la calderada, i algú en va portar. Abans, quan era petita, a casa també feien botifarra de sang, ampla, però no només l'estreta per l'escudella, també ampla. Aquesta ampla la tallàvem a talls i la fèiem fregida a la paella, i estava molt bona. A les carnisseries ja no en fan. A les carnisseries el que encara continuen fent és botifarra traïdora. I bull de llengua, que se'n fa a les cases i a les botigues també. El que passa és que és molt diferent. A la botiga a lo millor amb una llengua faran una pila de bulls. I a casa, si de cada porc en feies tres o quatre, ja en feies prou. I amb carn bona. Era més autèntica. I era boníssima. Als joves també els agrada molt, ara. Però ja no en fan. Aquí ara vas a un restaurant i te'n donen. Quan era petita menjava força formatge, perquè la meva mare en feia. De vaca. A la primavera sempre agafaven un mes o dos i feien una quantitat de formatges que n'hi havia per tot l'any. I en menjàvem sempre. Perquè es conservessin es colgaven de blat. I es conservaven bé, perquè el blat és molt fresc. A casa també fèiem ratafia. Es feia amb moltes herbes. Ho fèiem el mes de juny, per Sant Joan, perquè és l'època de les herbes, que pots anar a collir. Ara ho segueixo fent igual. Sortim amb la meva filla a buscar les herbes i preparo la ratafia. Aquí dalt encara se'n fa molta gent. Ja s'ho feia la meva mare i la meva sogra, i la meva filla també se'n fa. Els agrada molt de fer-se-la ells. També disfruten d'anar a collir les herbes.

És tot un ritual fer la ratafia. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Aquesta cita palesa l'existència de tot un seguit de productes que s'elaborava a les cases tradicionalment i que s'estan deixant de produir progressivament a nivell domèstic. Alguns ja pràcticament no es fan, com els formatges, i altres es poden seguir fent en alguns casos, com la girella o el farcit de carnaval, si hi ha dones grans a les cases disposades a fer-ho. Els joves valoren en general aquests productes, i en continuen consumint si els elabora la mare, però no mostren, ara per ara, cap disposició a fer-ho ells mateix. Paral·lelament les carnisseries i els restaurants es van fent càrrec d'aquesta producció, i els mateixos joves que tenen l'hàbit de consum d'aquests productes i els valoren però no estan disposats a elaborar-los ells mateixos els poden adquirir a les botigues o demanar-los puntualment al restaurant. D'altra banda, és interessant el cas de la ratafia, l'interès que desperta la seva elaboració, tot i que el seu consum, pel que s'ha vist a les entrevistes, no és gaire elevat. Potser influeix en aquest cas el fet que l'elaboració no és laboriosa i una de les activitats associades, anar a buscar les herbes, pot resultar molt agradable.

L'alimentació quotidiana «avui»

Tot i els canvis que s'han produït en les pràctiques alimentàries aquestes darreres dècades, no incideixen tots de la mateixa manera ni en tots els individus amb la mateixa intensitat. Malgrat la indiscutible introducció de productes nous, de les noves formes de conservació (bàsicament la refrigeració i la congelació), de les facilitats en els transports que permeten un proveïment regular de tota mena de productes, dels canvis en les estructures de la llar i en les activitats productives, etc., és freqüent trobar informants que consideren que segueixen cuinant els mateixos aliments i de la mateixa manera. Es tracta de gent d'una certa edat, que conserva força fidelment els seus hàbits alimentaris. Amb tot, consideren que el seu model

alimentari no és compartit per altres sectors de la població:

Jo ara menjo igual que abans, cuino de la mateixa manera. Si faig escudella, la faig ben bona. Si faig verdura, també. I a tota la família els agrada molt tot el que faig. (Dona, 75 anys, Esterrí d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Jo cuino molt a l'antiga, la cuina d'abans. No sé, si de vegades vull fer alguna cosa nova, em diuen que no, que ja està bé com ho faig. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

A casa nostra, a la casa pairal, sempre hem menjat igual. No fem res d'aquests menjars que es fan ara, sofisticats... Nosaltres no, la tradició, la tradició. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

L'escudella se segueix consumint regularment a moltes cases, però no amb la freqüència d'abans. A l'hivern es pot fer un cop a la setmana, i a l'estiu es redueix força aquest consum. Ara bé, el consum setmanal d'escudella no és compartit per tothom, és molt més freqüent entre la gent gran que entre els més joves.

El consum de verdura i d'amanides apareix a totes les entrevistes. Les amanides solen ser de consum quotidià. Normalment són amanides d'enciam, tomàquet i ceba, però es poden afegir també pebrot vermell, blat de moro, remolatxa, olives... També se citen sovint les amanides de xicoia. La col és una de les més citades, bullida amb patates i en trinxat.

La mongeta tendra també apareix amb molta freqüència, normalment mongeta bullida amb patates, tot i que també s'esmenten amanides de mongeta tendra a la primavera i a l'estiu. De pèsols i faves se'n consumeixen, però en menor proporció. El consum de bròquil i de coliflor és força estès. Les bledes s'esmenten també habitualment, però en alguns casos associades amb la malaltia, és a dir, es considera com una verdura convenient per quan s'està malalt. En aquest cas es menja bullida amb patates, però també es consu-

meix el trinxat de bledes:

Avui per dinar he fet trinxat de bledes. Primer s'ha de coure la verdura i després se li treu l'aigua. Quan comença a bullir trenco un all i tiro un rajolinet d'oli. A les meves filles els poso un tall de bacon. La verdura ben amanida amb oli i la rosta al costat. I aquesta verdura ja fa una olor diferent. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Una altra manera de menjar la verdura tradicional a l'Alt Urgell, i que es fa encara a moltes cases, és la verdura bullida i amanida amb un sofregit. S'escorre bé la verdura, es fa un sofregit amb oli, talls de cansalada, talls de botifarra i de costella i es tira tot per damunt de la verdura amb patata. La verdura no es passa per la paella. S'amaneix amb el sofregit, no es refregeix.

El consum de patata sembla força elevat, i les cebes s'integren a una gran part de les receptes i a les amanides. Alguns informants han recordat que la beina de les faves es feia abans bullida, com a verdura. El consum de carxofes sembla estar també força generalitzat, de diverses maneres: bullides, amanides, al forn, guisades, i el d'espàrrecs verds, quan és temporada. La verdura se sol consumir bullida amb patates i amanida amb oli, però també es presenten altres receptes:

Nosaltres anem molt de verdura, molta verdura. Faig trinxat de col, altres dies faig carxofes amanides, altres vegades faig pèsols o mongetes tendres, bullides i amb patata. Quan tenia l'hort, que em venien moltes mongetes de cop, les feia amb carn picada. Eren boníssimes. Les feia amb un bon sofregit. Per a mi la ceba és la base principal, la poso quasi a tot arreu. Jo, sense ceba i all no sé cuinar. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

La important presència de la verdura a taula s'emfasitza molt sovint:

Verdures en faig sempre. Els diumenges puc fer coliflor amb beixamel o

canelons d'espínacs, i a l'estiu faig amanides de tavelles, o cremes fredes de verdures, però les verdures sempre estan presents. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Els espínacs bullits amanits amb oli es consumeixen força, però també s'esmenten altres receptes:

Hi ha dies que faig espínacs amb beixamel. L'altre dia els vaig fer amb mongetes. Vaig coure els espínacs, els vaig posar a la paella amb uns grans alls i una mica de cansalada. I llavors fregeixo els espínacs i faig així com una truita, i els poso en una safata. Després faig els fesols, que ara els faig servir de pot, els rento ben rentats, poso la sal i ho presento tot junt. (Dona, 75 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

El consum de «sopes» està força estès, en particular entre la gent més gran. Cal destacar, però, que aquest consum se circumscriu bastant a un determinat grup d'edat. Normalment es mengen per sopar, llevat que es prenguin per molèsties de salut. Llavors es prenen quasi com a medicament i es poden menjar per dinar. Sovint es comenta que, tot i que es mengen regularment, no es fan sopes per als fills o els néts. Es fan de diverses maneres, però les de pa són les més citades.

Cada nit, per sopar, nosaltres fem sopes. Durant tot l'any. Si som nosaltres dos sols, sopes. Si estan els fills o els néts, sopa de pasta, o verdura o una altra cosa. Però si som nosaltres dos sols, sopes. Ens agraden molt. Una cosa de calent, el cos ho agraeix. Me les faig de tot. Del caldo de la verdura, o quan no tinc res agafo una ceba bastant grosseta i la faig bullir i quan la ceba és cuïta poso el pa. I és boníssim. Per sopar normalment menjo això. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

El caldo de bullir les verdures s'utilitza sovint per fer «sopes»:

Aprofito l'aigua de la verdura per fer sopes, que és molt sa. El dia que faig verdura ja tinc caldo per sopar tota la setmana. (Dona, 61 anys, Sort)

L'aigua de la verdura també s'utilitza per cuinar altres plats:

Jo faig arròs bullit, i el trobo molt bo com el faig. Si tinc caldo de verdura el poso, però si no en tinc poso aigua clara. Llavors poso una ceba trencadeta menuda, i una patata trencadeta menudeta. I quan fa una estona que bull, poso l'arròs. I un rajolinet d'oli i la sal corresponent. I aquest caldet espès que fa la patata ens agrada. Una cosa tan senzilla, i està molt bona. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Els llegums es mengen regularment, aproximadament un cop a la setmana. Tot i que en molts casos s'afirma coure els llegums a casa, la pràctica de fer servir pots de llegums cuits està força estesa. Els llegums es cuinen de diferents maneres:

A mi les mongetes m'agraden molt amb una vinagreta, o amb una picada d'all i julivert i ou dur. Així, amanides. Però a la meva filla així no li agraden, i les fem amb col, o amb espinacs, barrejades. Els cigrons, també. Les lleties normalment les mengem amb sípia, els cigrons de vegades amb farcidets de col, altres vegades amb mandonguilles i ou dur. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, 23-3-1999)

Els restauradors comenten que no solen incloure gaire plats de llegums als seus menús, ja que la gent els considera un plat quotidià per menjar a casa. Amb tot, en serveixen a determinats plats, com l'escudella barrejada o la botifarra amb mongetes.

El consum de pasta és elevat, sobretot a les cases on hi han nens i adolescents, però també és destacable en altres grups d'edat. Els macarrons i els espaguetis són els plats de pasta més citats, i la sopa de pasta. Amb tot, i sobretot entre la gent més jove, també s'esmenten sovint les amanides de pasta.

El consum de bolets és destacable. Tot i que es tracta d'un producte estacional, es consumeixen tot l'any perquè s'utilitzen diverses tècniques de conservació que garanteixen un accés continuat a aquest consum. Les carreretes, les múrgoles, els ceps, els moixerons s'integren sobretot en els guisats, es mengen però també d'al-

tres maneres, com per exemple en truita, o la carrereta que es posa també al palpís. També es fan sopes i cremes de bolets. Els rovellons es conserven en vinagre i es mengen com entrant, a les amanides, o com aperitiu, o bé es fan a la brasa. També es fan servir assecats i triturats, sobretot els ceps, com a condiment.

Està força estesa la pràctica de collir bolets, però no sempre s'han apreciat les mateixes varietats. Actualment tothom té les seves preferències:

De bolets en collim molts, el meu pare sobretot té molta afició. Rovellons, múrgoles, ceps. Trobo que els ceps van molt bé per cuinar, els poso a la carn, al conill, a la sopa... Abans aquí el cep no es feia servir per cuinar, com a mínim en aquesta vall. Això ho han dut els francesos, que n'eren molt afeccionats i els venien a buscar aquí. D'això ja fa anys, però quan jo era petita no es feien servir. La gent deia: jaquests francesos que vénen a collir aquests boletots!... perquè no es valoraven. Però ara sí, jo els faig servir molt. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Els bolets de primavera ens agraden molt. Els fem servir per guisar i també molt en truita. La carrereta en truitada és boníssima. Ens agrada collir-ne però només collim carreretes i múrgoles. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El consum de carn és important, i segueix sent força més elevat que el de peix. Les carns més consumides són el porc i el corder, tot i que la vedella s'ha anat introduint progressivament i s'ha integrat en els hàbits de consum. Malgrat el clar predomini de la carn sobre el peix, que es manté a hores d'ara, cal destacar una tendència aquests darrers anys a disminuir les racions de carn, tendència que d'altra banda s'observa arreu. Això ho destaca el propietari d'un restaurant:

Abans els talls de carn eren més grans, ara s'han reduït bastant. Ara cada vegada volen més guarnició i un tall de carn més petit, i més verdures i patates al voltant. Això sí que ha canviat. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Aquests darrers anys també s'ha introduït la carn de poltre, però no deixa de ser un consum inferior al del porc, el corder i la vedella:

De potro en mengem de tant en tant, des de fa uns anys. Abans aquí no se'n menjava, de potro, i per això no hi ha gaire tirada, per aquí. Per al meu gust és una mica forta, aquesta carn. No es pot menjar gaire sovint. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Malgrat això, un restaurador comenta que el consum de poltre està augmentant molt i que ja forma part de l'oferta regular del seu restaurant.

Es consumeix força pollastre i conill, amb regularitat. Juntament amb el porc, són les carns que apareixen a totes les entrevistes. Amb el conill és freqüent fer arròs:

Ahir mateix vaig fer un arròs. El diumenge havíem matat conills. I amb això vaig fer l'arròs: amb un fetge i un cap, tot ben trinxadet. Ho vaig fregir amb una mica d'oli, una mica de ceba i tomàquet. I em va sortir un arròs boníssim. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

L'arròs amb conill i costella de tocino sembla ser el més estès, tot i que no és infreqüent afegir també al conill i la costella algunes gambes o calamars. També es posa girella a l'arròs.

El consum de peix és, en general, força inferior al de carn. Se sol menjar per sopar i s'observa un consum més regular a les llars on els pares tenen entre 25 i 45 anys aproximadament, amb fills, i en les dones grans d'àmbit urbà. En el conjunt de la població l'únic peix que apareix amb regularitat en els menús setmanals és el bacallà. Així com els altres peixos es reserven bàsicament pels vespres o, en determinats casos, per les celebracions, el bacallà es considera en general un segon plat adient per dinar. Apareix a totes les entrevistes i es cuina de diferents maneres, però arrebossat i amb samfaina són les formes més citades. Cal destacar que s'estableix en molts casos una distinció entre el peix en general i el bacallà. Hi ha qui

afirma no menjar mai peix, però sí que parla del bacallà com d'un producte de consum regular. Sense arribar a aquest extrem, normalment se cita el seu consum separat del d'altres tipus de peix:

Normalment mengem molta més carn que peix, potser peix no arriba ni a un cop a la setmana. També faig bacallà un dia a la setmana. I algun dia congelat, també. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Una prova de la importància que té el consum de bacallà és que se citen formes molt diverses de consum:

Jo el bacallà l'aprofito molt. Les ganyes, les cues, tot. Amb tot això es pot fer un estofat de patates amb bacallà, o patata bullida amb ceba, bacallà i allioli, o un arròs de bacallà. Després deixo uns trossos de bacallà per fer esqueixada, i uns altres per fer bacallà amb ceba i tomàquet. Compro una peça sencera. Normalment el faig amb tomàquet i ceba, de vegades amb pebrots, de vegades amb panses i pinyons al forn. El bacallà el faig per dinar, però de vegades per sopar faig bunyols de bacallà. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

D'altra banda, cal tenir en compte que per comprar peix fresc cal desplaçar-se a Sort o fora de la comarca, i per això el bacallà salat segueix present a moltes llars:

Aquí dalt, si vols menjar peix ha de ser bacallà dessalat. Jo penso que sí, que a les cases se segueix comprant bacallà salat, potser els joves no tant, però les famílies segueixen comprant totes el seu bacallà. Jo aquí tinc sempre bacallà salat, i quan fa falta el dessalo i cuino. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

La truita de riu autòctona, considerada molt saborosa, pràcticament ha desaparegut. Hi ha hagut molta repoblació, però la consideració general és que la qualitat és inferior. La truita de viver, de Tavascan, és la que, segons alguns informants, més s'assembla a la del país. Passa el riu pel mig i és una truita en aigua freda que s'assembla a l'autòctona, però no és tan apreciada. Les truites de repo-

blació i les de viver són més fosques, l'autòctona era més clara, i tenia uns puntets negres i vermells, també era més esvelta, amb un cap més allargat. El consum de truita actual no sembla molt elevat, però és regular i significatiu. S'esmenten diferents maneres de cuinar-la: al forn, amb una mica de cansalada, fregida, farcida de pernil, etc.:

A veure, la truita de riu, abans es menjava fregideta i prou, fregida en oli 'oliva i ja no calen més històries. Després ja va començar a sortir la truita a la Navarra amb un tall de pernil a dins i en fi, ara s'han sofisticat, nosaltres fem la truita amb suc de llimona... amb ametlles. (Home, 52 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

A l'hora de parlar de freqüència de consum cal tenir en compte la qüestió del proveïment, ja que no sempre se'n troba en el mercat. El recurs més freqüent és anar-les a buscar a la piscifactoria :

A part que aquí tampoc n'hi ha, de vegades a la carnisseria en tenen, a lo millor de tant en tant. En tot cas has d'anar a Tavascan, que hi ha la piscifactoria, o quan es temporada de pesca si coneixes algun pescador te'n ven... però no és una cosa regular. Jo, quan era petita, a casa meva en menjava molt més. El meu pare era pescador, i quan tenia temps en pescava (Dona, 34 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Ara bé, els qui estaven acostumats a la truita de riu autòctona consideren que la de viver no té res a veure i es lamenten de la dificultat de poder comprar truita actualment als pescadors. De la mateixa manera, els propietaris de restaurants que valoren la truita de riu per damunt de la de viver i preferirien poder oferir aquesta al seus clients, es lamenten que els pescadors no les volen vendre, se les queden per al seu propi consum. En cas de poder-ne comprar, és només de tant en tant, i en petites quantitats, només quatre o cinc quilos; per tant, no és possible garantir una oferta regular als clients.

Als restaurants es reflecteix aquesta preferència per la carn, ja

que és força més elevada que la de peix. Els clients de la zona tendeixen a menjar carn al restaurant i a reservar el peix per a ocasions especials. Pel que fa als clients de fora, si bé quan estan de visita a la comarca solen demanar carn, segons els restauradors es cansen més aviat de menjar cada dia carn i demanen més sovint peix. Segons el propietari d'un restaurant:

La gent de fora, quan porten quatre dies aquí demanen alguna cosa de peix, canvien, perquè cada dia carn, carn, carn, també els cansa més que a nosaltres. Per exemple, nosaltres de tant en tant fem un peix, però tornes a la carn... (Home, 59 anys, Llavorsí, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

El consum d'arengades segueix sent elevat entre la gent gran, per acompanyar el trinxat de col, com a tall per sopar, per acompanyar les patates bullides, i a pagès també per esmorzar, etc. També es mengen a llars més joves, per sopar, però el consum és menys regular.

Amb tot hi ha excepcions i també hi ha qui afirma que consumeix molt peix. La majoria dels qui afirmen menjar més peix que carn són dones. Ara bé, la percepció general és que a la comarca el consum de peix és molt inferior al de la carn:

Jo menjo molt peix. Avui he fet salmó. Per aquí en general es menja molta més carn que peix, però jo no. Jo només menjo conill i pollastre. I molt peix. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

D'altra banda, es considera que cal menjar peix, i sovint es menja sobretot per consideracions dietètiques i pels consells mèdics:

Peix en mengem regularment, cada setmana, el que passa és que no ens agrada gaire. En mengem perquè se n'ha de menjar, però ens estimem més la carn. El fem a la planxa, perquè ens convé, perquè el meu marit té colesterol i el meu fill està alt de pressió. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Els cargols semblen força valorats, encara que el consum no és molt elevat. Se solen fer guisats, bullits i amb una salsa de tomàquet, amb tomàquet, ceba i pebrot. També es fan a la llauna en molts casos, o bullits amb menta i un os de pernil, per acompanyar el conill o el confitat.

El consum de fruita està estès, apareix en pràcticament tots els casos. Aquest és un consum molt marcat per l'estacionalitat, i se sol menjar la fruita de la temporada. La varietat de fruita que es troba en el mercat és força àmplia. Se sol menjar com a postres, i també per esmorzar o entre hores. La gent gran, a pagès, no té tant l'hàbit de menjar la fruita per postres, i és més freqüent menjar-ne entre hores.

La pràctica de menjar fruita per esmorzar sol respondre a preocupacions dietètiques, a persones que tenen un desig explícit de menjar «sa». En determinats casos la fruita pot substituir el sopar. No és rar menjar per la nit només fruita o fruita i un iogurt, o pernil dolç, per tal de menjar «lleuger». La fruita seca gaudeix també d'una presència destacada. La fruita seca són unes postres valorades i apareixen sovint. Sobretot la gent gran té molt integrat l'hàbit de consumir fruites seques. Amb tot, en molts casos es restringeix el seu consum per consideracions de salut o d'estètica, ja que es considera que engreixen molt:

Jo menjo molta fruita. Ara, des de març fins que s'acaba la temporada, maduixes, moltes maduixes. Me les menjo soles, sense amanir. I també molta fruita seca de postres: orelletes, prunes, dàtils... Però en menjo poc, perquè encara que va molt bé, engreixa. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Normalment els àpats són l'esmorzar, el dinar i el sopar. La importància de l'esmorzar varia, i pot anar d'un simple cafè o cafè amb llet a un àpat força més complet, de plat. S'observen diferències considerables entre els habitants dels petits nuclis, que es dediquen encara a l'agricultura i la ramaderia, i els dels nuclis més grans

que treballen sobretot en els serveis, pel que fa a la composició dels esmorzars.

Els pagesos segueixen fent, sovint, un esmorzar complet. Aquest àpat se sol fer aproximadament a les deu o quarts d'onze, després d'unes hores d'activitat. En molts casos no es menja res fins a aquesta hora, en d'altres es pren en llevar-se cafè, cafè amb llet o infusions. A mig matí ja es té gana de fer un bon esmorzar. Aquests esmorzars poden incloure amanides d'enciam i tomàquet, sardines, embotits i formatge, truites de patates o d'espínacs, ous, verdura, etc., sovint s'acaba amb un cafè o un cafè amb llet:

Per esmorzar fem sovint un ou ferrat o dos i uns talls de bull de pa i ous. (Dona, 66 anys, Peramea. Pallars Sobirà. 23-3-99)

Jo per esmorzar menjo pràcticament el mateix que per dinar. Si m'ha sobrat del sopar alguna cosa, tant si és verdura, com si és sopa, com si és qualsevol altra cosa, patates estofades... pues ho menjo per esmorzar. I el meu pare també, i es fa «sopes», sovint. (Dona, 39 anys, Guingueta d'Àneu. Pallars Sobirà. 24-3-99)

Sovint s'observa, a les famílies en què els fills ja han marxat, que els esmorzars es poden simplificar i reduir-se a pa amb mantega i melmelada, i tornar-se a fer complets quan els fills tornen, els caps de setmana o per vacances. La reducció dels membres de la unitat domèstica incideix en la composició dels àpats:

Quan la canalla era petita, a l'estiu, quan no hi havia escola, per esmorzar fèiem paellades de patates fregides i ous ferrats. I ara, quan hi som tots, també faig ous ferrats. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

En canvi, els que es dediquen a una altra mena d'ocupacions, solen fer un esmorzar menys consistent. En alguns casos un entrepà amb un tallat o un cafè amb llet, o bé una pasta amb tallat o cafè amb llet. Les persones grans, que havien viscut a pagès de joves, destaquen el contrast entre els esmorzars actuals i els del passat:

Per esmorzar, molt senzillet. No esmorzem tots junts, cadascú s'espavilla. Jo em menjo una torrada amb oli i all, el meu gendre només una torrada i un got de llet... Al poble tot era diferent. Abans, per esmorzar, el pagès menjava: ou ferrat, verdura de la nit anterior passada per la paella, truitades, sopes, mongetes estofades, de tot... per esmorzar, llonganissa confitada, pernil, patates fregides i un trago de vi. Aquí és molt diferent. (Dona, 62 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Aquests models urbans actuals d'esmorzar es caracteritzen per la seva tendència a la individualització. L'esmorzar no se sol fer tota la família a taula, menjant el mateix, sinó que els diferents membres de la casa esmorzen coses diferents:

Al matí les nenes mengen llet amb cereals, o suc de fruita i cereals, i després s'emporten un entrepà al col·legi. El meu home es menja alguna galeta i llet, i després s'emporta un entrepà. Jo hem prenc un «desgraciat», que és un cafè descafeïnat amb llet descremada, dues llesques de pa torrat i un formatget. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El dinar és l'àpat principal. Com pel que fa a l'esmorzar, s'observen clares diferències en funció de l'ocupació i de l'edat. A les cases pageses, on la proporció de gent gran és superior, es conserven molt més els models tradicionals, tot i que s'acostuma a destacar que les quantitats tenen tendència a disminuir.

A les cases urbanes els dinars consisteixen generalment en un primer plat que alterna verdura, pasta, amanides, sopa, arròs i llegums i un segon plat que molt sovint consisteix en un tall de carn, de pollastre o de conill a la planxa. Si hi han nens, apareixen més sovint el pollastre o el llom arrebossat. Els dies feiners no se sol menjar gaires guisats o altres plats elaborats, tot i que sovint es combina, de tant en tant, amb algun plat elaborat, que en molts casos, sobretot si la dona treballa fora de casa, es prepara els caps de setmana i es congela o es deixa a punt molt aviat, al matí, abans d'anar a treballar. Aquest model, tot i que admet moltes variacions

individuals que palesen l'heterogeneïtat de l'alimentació actual, és el mateix que es troba a qualsevol altre lloc de la Catalunya urbana:

A veure, treballant, de segon, carn de corder o pollastre a la planxa. Però de vegades faig coses més elaborades, que les puc deixar fetes, com el conill rostit o el pollastre al forn. De vegades deixo el dinar preparat la nit abans, i moltes vegades pel matí, a les 6,30. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El sopar sol ser molt més lleuger, i és quan apareixen sobretot les truites i productes com el pernil dolç, el iogurt o el formatge, sovint acompanyats de pa amb tomàquet. Sopa, sopes, verdures i amanides són també freqüents per sopar. Menjar sopes per sopar és una pràctica freqüent entre la gent gran, però no tant entre els joves. Fins i tot a cases on es feien habitualment s'han anat deixant de fer:

Abans, quan estava la canalla, per sopar normalment feia verdura o sopes. Escaldades o bullides amb un gra d'all, o una fregideta d'all i tomàquet i passat pel passapuré. Mentre que va viure l'àvia ho fèiem, perquè li agradaven molt, i com que no tenia gaire bona boca... però ara no. Com ara som pocs, fem truites a la francesa, de patates, pernil, formatge, xolís i pa amb tomàquet. (Dona, 66 anys, Peramea, 23-3-1999)

Allò que sempre s'afirma, en tots els casos, és que el sopar és més lleuger que el dinar, i sovint també s'aprofiten per sopar restes del dinar. Com ja s'ha comentat, és més habitual menjar peix per sopar que per dinar, llevat dels dies de festa.

Durant els àpats és més freqüent el consum d'aigua que de vi. Aquest se sol reservar més aviat per als àpats festius. El consum d'aigua a l'hora dels àpats és àmpliament generalitzat en les dones, els dies feiners, i hi ha un cert nombre d'homes que beuen vi. El cava es consumeix, en general, només per les celebracions. Amb tot, cal destacar que entre adolescents i joves es comencen a observar comportaments diferents, com per exemple, beure Coca-Cola o suc a

l'hora de dinar. Ara bé, aquestes pràctiques no semblen ser les més habituals.

Tot i que abans s'utilitzava força el llard per cuinar, actualment el greix que més es fa servir és l'oli d'oliva. A molts pobles hi ha havia un molí d'oli, i aquests darrers anys han pres una nova embranzida, ja que l'oli d'oliva es torna a valorar molt. Durant els anys setanta i primers vuitanta es van posar de moda altres olis, com el de girasol i el de soja. Durant aquells anys la introducció massiva de productes de fora va fer que es deixessin de valorar els productes autòctons, i de la mateixa manera que es van deixar una mica de banda els llegums també es va deixar parcialment l'oli d'oliva. Aquests darrers anys s'ha tornat a revalorar i ara tornen a funcionar els molins a molts pobles. Es fa oli verge de primera premsada de gran qualitat:

Aquí al poble l'oli és boníssim. L'olor és de l'oliva. Te'l poses a la boca i és com si mengessis oliva matxacada. (Dona, 46 anys, Coll de Nargó, Alt Urgell, 29-6-1999)

Finalment, per concloure aquest apartat sobre l'alimentació quotidiana, són molt il·lustratives les cites següents. La primera reflecteix algunes de les tendències generals apuntades i alhora il·lustra la incidència de la situació familiar i laboral en allò que es menja:

Jo he anat canviant al llarg del temps, segons les circumstàncies. Quan vivia a casa dels pares sempre s'havia fet un primer plat, que podia ser verdura, macarrons, qualsevol cosa de pasta o caldo... A més, a casa meva érem molt «soperos» tots. Després, al passar a compartir pis, hi havia mestres, estava jo que treballa a l'Ajuntament i llavors els horaris no eren gaire compatibles, i anaves més d'amanides i coses així, molt ràpides, i un segon. I ara que visc en parella, treballa una setmana les tardes i una no. La setmana que no treballa les tardes el dia abans ja preparo el dinar, perquè a més em fa molta ràbia posar-me a la cuina a fer un bistec a la planxa. I la setmana que treballa a la tarda, si ens quedem el cap de setmana, igual em tanco el dissabte a la tarda a la cuina i estic tota la tarda a la cuina. Llavors faig caldo, preparo, si un dia vull fer pae-

lla, em deixo tot preparat, el peix, el sofregit, que només calgui tirar l'arròs o si faig fideus a la cassola faig coure la costella de tocino, tot això, per tenir-ho avançat.

Sí, és diferent el que preparo per dinar que per sopar. Normalment el migdia és verdura, o pasta, arròs, mongetes, llegums... els llegums ens agraden molt. Si tinc temps, m'agrada coure me'ls, però si no tinc temps tiro dels llegums cuits, i llavors faig un sofregit, si són lleties les acostumo a fer amb xoriço vermell, cansalada i el sofregit de ceba i tomàquet i alls.. I una cosa que m'agrada molt posar-hi, que ja ho havia vist fer a la meva mare, és un ou dur ratllat, perquè fa el suc molt més espès, el fa més consistent i més bo. A mi la verdura que m'agrada més és la mongeta tendra, però a la meva parella no li agrada gens, així que procuro no fer-ne gaire sovint. Potser la que fem més és col. Col amb patata. El que passa és que a ell la verdura bullida amb un raig d'oli, no li agrada. Se la menja, perquè mai diu no a res, però no li agrada. Llavors, normalment, si la fem, l'acostumem a fer fregida amb alls i cansalada. De segon a mi m'agraden molt els guisats... Per anar més ràpid i no engreixar és millor la planxa, però jo, si tinc temps, prefereixo fer-ho guisat. Si tinc temps el dissabte compro un pollastre sencer, trec la carcanada pel caldo i aquests coses i la resta el faig guisat amb prunes, o amb xampinyons. Conill també en faig. Conill potser és el que més m'agrada per menjar a la brasa, amb allioli, però fer alguna cosa a la planxa i ja està, no acostumo a fer-ho.

Mengem molta més carn que peix. Aquí no en venen, però a més tampoc no sé tant de cuinar-lo, el peix. Perquè quan jo era petita, aquí dalt l'únic peix que menjaves era, a part del lluç congelat o alguna cosa així, doncs bacallà... Bacallà sí que en faig, amb samfaina, però aquí no hi ha gaire tradició de peix. De petita en menjava molt poc, i ja t'acostumes de petita així i després, fora de les gambes «al ajillo» o quatre coses així, o la paella... Truita de riu, només de tant en tant.

Les carns que mengem més són pollastre, conill i el que més de tot, porc. És que clar, tens des de la llonganissa, els embotits, que els embotits ens agraden molt. Per sopar no ens matem tant, i per sopar és més normal fer una amanida i pa amb tomàquet i embotit i una truita amb patates o amb espinacs. El sopar acostuma a ser molt més lleuger que el dinar. D'embotit el que més ens agrada és el pernil. Perquè a més recordes els embotits de quan es feia la matança a casa... (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Aquesta citació reflecteix també una situació àmpliament majoritària: la dona és l'encarregada de l'alimentació familiar de manera quasi exclusiva. La citació següent és força suggerent, ja que la informant és una gran coneixedora de la cuina tradicional, la seva mare ja ho era, i la sap apreciar. De petita ja s'havia acostumat a aquesta cuina i des que es dedica professionalment a cuinar ha après a valorar-la encara més i ha adquirit més capacitat d'apreciar no només els productes i les receptes, sinó les tècniques de conservació i de preparació de la cuina tradicional. A la seva residència-casa de pagès s'esforça per oferir aquests plats locals, preparats amb productes del país. La preparació dels seus plats sol ser lenta i laboriosa. La carn és dels propis ramats, els embotits i el confit de la pròpia matança, les ratafies se les elabora ella mateixa, etc. Amb tot, quan parla de la seva alimentació quotidiana, les coses varien una mica:

Ara m'he fet el paladar fi. Abans no m'agradava gens la cuina, i em menjava qualsevol cosa, sobretot quan vivia sola, a Barcelona, però ara no. Ara sé apreciar més el que és bo. Amb tot, per fer el menjar per a mi sóc molt pràctica. Avui encara he menjat bé, macarrons amb salsa i costella de vedella a la brasa. Però sovint em faig menjars molt lleugers. La pasta m'agrada molt. Faig una cuina molt senzilla: pasta, verdures, sopa de verdures, brous... Per a mi també faig servir algues marines, coses així... Però són coses que faig servir per a mi, no per als clients. Faig també molt menjar vegetarià, no perquè sigui vegetariana sinó perquè m'agrada. Per a mi faig una cuina bastant oposada a la que faig per als clients. Perquè el que faig aquí és massa pesat per menjar cada dia. Això que, quan jo era petita, menjava d'aquesta manera, i també m'agrada, però és que jo també sóc d'engreixar... A més, jo he viscut molt a fora, i quan cuinava per a mi sola menjava molta pasta, carn a la graella, coses així, fàcils de fer i ràpides. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

L'alimentació festiva

L'alimentació festiva té unes característiques pròpies, en general tant «ara» com «abans», tot i que, com veurem, els àpats extraordinaris també han anat canviant al llarg del temps. Actualment ha

augmentat la diversitat de plats associats a la festa, mentre que alguns productes que abans l'assenyalaven d'una manera particular, com el pollastre, avui s'han convertit de consum quotidià.

L'alimentació festiva «ahir»

Pel que fa a l'alimentació festiva ens trobem també amb una divisió clara entre l'«abans» i l'«ara». Els canvis que es perceben en relació als dies de festa no fan referència exclusivament a l'alimentació, encara que aquests canvis hi estiguin estretament vinculats. Per a molta gent gran, aquestes transformacions representen una pèrdua:

Els dies de festa, mira, esperàvem els diumenges, que pujava el meu cosí amb un acordió al coll, amb bicicleta, i amb aquest acordió ballàvem tota la tarda, allà a la plaça. Els dies de Quaresma no deixaven ballar. Per Sant Josep sí que es podia ballar. Ara no es podria fer el que fèiem abans, agafàvem els nois i les noies del poble, perquè abans hi havia moltes noies de Llivia, i havia força gent aquí, i ens posàvem a la carretera que no baixava cap cotxe. El cotxe que hi havia per pujar a la Seu i para de compartir... El metge que tenia cotxe. Dos o tres cotxes a la comarca. Podies anar de la Seu a Alàs, que no t'atropellaria ningú. Llavors anàvem a la carretera i quan marxava el sol, les parelles se n'anaven cap al poble. I la festa que fèiem més bona era quan matàvem els tocinos. Anàvem les famílies, una casa ajudava l'altra i ens ajudàvem. Però tot això s'ha perdut (Home, 75 anys, Alàs, Alt Urgell, 19-3-1999)

Quan es parla de l'«abans» es distingeix força entre l'alimentació dels dies laborables i la dels diumenges. Aquests venien marcats per uns plats específics, que assenyalaven la festa:

Els pagesos treballaven pràcticament igual els dies de cada dia que els dies de festa. La única cosa que assenyalava la festa era la taula (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

L'arròs era un dels plats més recurrents, sovint amb conill o amb

pollastre. També s'esmenten la sopa i el rostit com a plats propis de diumenge. Se sol destacar l'abundància dels dinars d'aquest dia:

Abans, els diumenges fèiem arròs, arròs amb conill, o amb pollastre, perquè criàvem molts pollastres. Però així com ara fem arròs i ja no mengem res més, bé, arròs i una amanida, llavors no, fèiem arròs i fèiem tall. Teníem gallines, i en menjàvem moltes. Les fèiem a la «pepitòria», però no recordo com es feia, perquè jo no n'he fet més. Com que no tinc gallines... (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Tot i que l'escudella, quan es parla de l'abans, se cita normalment com un plat quotidià, també hi ha qui considera que era un plat de dia festiu. El que li atorgava aquest caràcter especial era una major abundància i varietat dels elements que la componien:

Els dies de festa fèiem escudella, una escudella molt completa. Posàvem arròs, patata, fideus, cigrons... I, a més, hi havia el tall: la botifarra, la cansalada, el peu de porc, l'orella de tocino... Totes aquestes coses eren el tall. (Dona, 80 anys, Alàs. Alt Urgell)

Hi havia, doncs, una escudella pròpia de les festivitats (Betriu: 1999, 86), que contenia més ingredients que l'escudella quotidiana. S'hi posava gallina, os de pernil, morro, pollastre, os de l'espina, orella, cansalada, botifarra negra, botifarra blanca, arròs, api, col, ceba, patates, fesols, fideus i pilota. En aquest cas es colava el brou. Es feia sopa amb arròs i fideus i es menjava de primer plat. De segon se servien les carns i les verdures a part, i s'acostumava a acompanyar amb una plata d'amanida. Aquesta escudella es reservava per a les festivitats, les cases que podien. Segons les possibilitats, es podia reservar només per a les diades més assenyalades o menjar-se més sovint, en els àpats festius. Cal tenir en compte que l'escudella quotidiana podia oscil·lar, segons els recursos de cada llar, entre les formes més austeres ja citades, i aquesta, molt més completa. Els ingredients són molt comuns a totes les comarques de muntanya, amb molt poques variacions. Aquesta escudella de les festivitats és la

forma que més ha perdurat fins els nostres dies com a recepta tradicional de l'escudella.

Les postres pròpies de diumenge eren el flam i la crema. Hi ha força unanimitat en aquest sentit:

I per postres, els dies de festa, a les cases de pagès es feia crema o flam. Com que es tenia llet i es tenien ous... es feia això. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

I quan era petita, els diumenges, sempre flam o crema. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Quan jo era petita, els dies de festa es feia crema. La clara es posava a part, i es pujava. Llavors es posaven unes culleradetes de llet a una cassola i sucre. I quan ja estava bullit i desfet, s'hi tirava la clara pujada, que semblava nata. I s'anava aixecant molt a poc a poc, perquè agafés el sucre. Llavors ho tiraven damunt uns «bizcochos» i posaven una mica de sucre desfet a sobre. I la crema, normal, amb rovells d'ou, la llet i una mica de midó, perquè quedés fina. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

La festa major és la que desperta evocacions més immediates relatives a l'alimentació, ja que es tractava d'una de les festivitats centrals de l'any. La festa major era un trencament en relació a la vida quotidiana, no només pel que fa al menjar:

Abans, la festa major del poble se celebrava molt. Es netejava tota la casa, els dies abans, es feia la bugada de tots els llençols i la roba, al riu... Es feia la fornada del pa, també es pastava. El dia de la festa major, tothom es llevava molt aviat, per acabar de fer la neteja, perquè la casa havia d'estar molt polida, els llits tots canviats, amb cobrellits i llençols brodats... Aquell dia sortia tot el milloret. Es posava un ram de flors... Perquè aquella nit es quedava molta gent a dormir, a casa. Llavors, com que no hi havia carreteres, la gent venia caminant, i es quedava a dormir, es posaven matalassos a terra... Allò era una festa completa. (...) Llavors es parava taula. Es posaven estovalles brodades, ben planxades i tants plats

com hi cabien. Tot a punt, les mestresses ben pentinades, tot estava net i planxat, quan començaven a arribar els parents. Feia molta il·lusió veure'ns i les converses eren molt animades, perquè durant l'any no ens vèiem, i ens explicàvem el que havia passat durant l'any. Per veure, porrons de vi, i porrons de xampany. El xampany el posàvem també en porró, perquè així, amb una ampolla n'hi havia per tots. Preparar els porrons era feina dels homes. Aquests dinars de festa major duraven molt, i s'explicaven moltes coses, si es casa fulano, si s'ha mort aquell altre... De vegades s'ajuntaven 7 o 8 germans, que no es veien normalment... i venien caminant. Per això es passaven tantes hores entaulats. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Era habitual començar l'àpat de festa major amb brou i uns entremesos molt complets. A més de l'amanida d'enciam i hortalisses també s'afegien sardines i embotits. L'abundància d'aquests entremesos s'emfasitza molt. Segons les cases es podien fer més o menys complicats, però a totes les entrevistes es destaca la importància dels entremesos aquestes diades:

Es feien uns entremesos boníssims, per festa major. Fins i tot es feien els colls de les gallines. Guardaven la pell del coll, i es feia carn triturada, de la que hagués a casa, de pollastre o de gallina, i sempre barrejat amb pernil i amb llonganissa del confitat. Amb tot això triturat i barrejat farcien els colls. I això ho posaven al caldo, i després ho deixaven refredar i ho posaven a l'entremès. Així que aquests colls farcits, freds, semblava fiambre. Ara això ja no es fa. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà)

Una dona més jove recorda també l'abundància i la diversitat dels entremesos de festa major de la seva infància, els anys 50-60:

Els entremesos de festa major eren molt curiosos. Ara demanes un entremès i normalment et posen un plat ple d'embotit. Però llavors no, era molt variat. Al mig sempre l'«ensaladilla russa», que llavors es feia molt i era molt natural. Perquè la trumfa era de casa, i el pèsol i la mongeta tendra. Clar, era un plat d'estiu, perquè a l'hivern no hi havia pèsols ni mongeta tendra. Es feia amb maionesa feta a casa. També es feien uns ous durs, que se'ls donava forma d'home. Agafaves un ou dur, li talla-

ves una mica de sota, perquè s'aguantés. Amb allò que havies tallat li feies un barret clavat amb un escuradents, i amb una tira de pebrot vermell se li feia una bufandeta. Això es posava als entremesos de festa major. A més, sempre es posava una sardina de llauna, els embotits més nobles: el pernil, la llonganissa bona, el bull de la llengua, el fuet, un altre bull més primet, el llom embotit. També es posaven bolets confitats de la tardor anterior. Totes aquestes coses no podien faltar. (Dona, 46 anys, Coll de Nargó, 29-6-1999)

Per festa major se solia matar un corder. Es matava el dia abans, i es triava una ovella que no hagués criat, que fos ben grossa i bona. Els àpats giraven força al voltant del corder, ja que es posava al brou, es feia palpís amb la cuixa i s'acostumaven a fer girelles. Altres informants afirmen que es feia farcit de Carnaval aquests dies:

Abans, per la festa major, matàvem un corder... fins i tot fèiem girelles, el menut del corder, que ens agradava molt, la tripa, la freixura... i amb això fèiem les girelles, que eren boníssimes. També fèiem el farcit de Carnaval. El dissabte a la nit ja el posàvem a coure. Havia de coure molt, perquè l'estómac del tocino té la pell molt gruixuda i costava molt coure's. Llavors el diumenge, abans d'anar a missa, ja fèiem les sopes de pa. I en sortir de missa ens menjàvem un plat de sopes tots, i aquell farcit. I disfrutàvem molt. Això era una vegada l'any. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Per festa major també fèiem la «tripeta», que ara es diu girella, amb la freixura del corder. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

També es feien pollastres i conills rostits. S'esmenta la coca de festa major com un element que no podia faltar. Es feia la massa de pa, que normalment es coïa als forns, però es mirava de posar el millor blat i s'afegien ous i sucre. Aquesta coca es destaca, ja que es considera molt important, perquè s'oferia a tots els parents que venien. Per postres, es feien les habituals dels dies de festa: flams i crema. Unes altres postres que s'esmenten, tot i que no amb tanta freqüència, és el mostillo de mel. Es feia bullir la mel, i s'hi posava una mica de farina i nous.

Per acabar amb els àpats de festa major del passat, la cita següent els descriu d'una manera molt vívida:

Per dinar, posàvem l'olla gran al foc, per fer caldo. Per primer plat sempre fèiem caldo. Hi posàvem molta carn del corder i pollastre. Aquest primer plat no podia faltar. Tot seguit preparàvem rostit, conill i pollastre, que es coïen sencers a la cassola, cassoles de ferro, damunt del foc, i es portaven sencers a taula. L'amo de la casa els tallava i els partia. Mentre tot això s'anava fent, les mestresses preparaven unes grans plates d'entremesos: sardines, tomàquets, olives, ceba, pebrot, pernil, xoriço... Tampoc podia faltar el guisat de carns amb bolets. I després, l'últim que es treia era el pollastre. El pollastre que guardàvem de casa... era un luxe de pollastre. El fèiem senceret, amb la cassola de ferro al foc que s'anés fent a poc a poc, i fins i tot li posàvem caliu per sobre, i una mica de cebeta, com tots els rostits. També es feia freginat, amb sang i fetge. Es fregia amb sang i fetge i es posava a una tupina de terrissa, i es posava vinagre i vi... i anava fent xup-xup. També es preparaven unes grans safates de crema catalana, guarnida amb pinyols de clara d'ou pujades. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Una altra festa que es destaca molt a nivell alimentari és la matança del porc, però d'aquesta es parla en un capítol a part. Per la matança del corder també es feien plats especials. Les costelles es menjaven a la brasa, i la cuixa sovint es feia guisada. En alguns llocs de la Seu d'Urgell —no a tot arreu, hi ha llocs on no es coneix aquest plat— es feia el «cap i peus de corder». Actualment es fa en alguns restaurants i en algunes cases:

Per la matança del corder es feia el «cap i peus de corder». Es pelaven els peus, la tripa, el cap. Al cap no se li treia la pell, s'escaldava, se li treia la llana i es feia bullir. I es feia el «cap i peus de corder». I allò era deliciós. Això sí que ho he trobat a faltar sempre. Perquè ara, encara que compris cap i peus, és diferent, no té el mateix gust. (Dona, 65 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Per Nadal s'esmenta de manera generalitzada la sopa i el rostit.

La carn més citada és el pollastre, però també s'esmenten altres, com el gall dindi. Aquest es cuinava tant rostit com farcit. Per postres, eren habituals els torrons i les figues i les panses, però també se n'expliquen altres:

Per Nadal, la meua mare feia braços de gitano. Teníem forn propi. La mantega també ens la fèiem nosaltres i la posàvem al braç de gitano. S'hi posava cafè amb sucre, ben dolç, ben dolç. I anaves aixafant la mantega a un plat, que estigués ja ben tova, i s'anaven tirant cullerades de cafè i un rovell d'ou. I anaves remenant, remenant, i allò creixia... I quedava de por, el cafè. Tenia un gust molt especial. Era boníssim. (Dona, 61 anys, Sort)

En alguns casos es destaca com a beguda pròpia del Nadal el cava, però en altres es parla del vi cremat com a beguda característica dels àpats nadalencs. Es posava a escalfar el vi, i calia que fos un vi bo, el millor possible. S'afegia bastant sucre i uns quants grans de cafè. A continuació es cremava, de manera que es rebaixés l'alcohol. També se'n donava als nens. Les consideracions generals que es fan sobre l'àpat del dia de Nadal, tot i que pot variar l'abundància i la varietat de menjar que s'evoca, sempre són positives:

Per Nadal abans fèiem un bon caldo, i rostit... i torrons. Per Nadal, torrons a manta, i panses i figues, i el que hi havia. Ja anàvem bé, ja, en aquell temps. I la gent estàvem més forts que ara. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu)

Durant uns anys només hi havia tres varietats de torrons: el de massapà amb fruites confitades, el d'Alacant i el de Xixona. Totes les altres varietats (coco, xocolata, crema, licor, etc.) es van començar a difondre els anys 70. Els torrons es menjaven sovint amb pa, però no el dia de Nadal, ja que l'àpat era ja prou abundant.

Per Quaresma el producte central era el bacallà, cuinat de diferents maneres, però normalment més elaborat que el bacallà que es menjava els dies feiners. Una recepta de bacallà que es preparava

per la Quaresma era el bacallà amb bunyols de bròquil. De vegades es posaven al costat de bacallà unes truites fetes amb farina i una mica de julivert, les «truites amb trampa». Es feia per estalviar un tall de bacallà, es posava un tall de bacallà i un tall de truita amb trampa. Aquestes no sempre es recorden amb plaer:

Les truites amb trampa que la meva mare feia per la Quaresma, a mi no m'agradaven. Jo estava acostumada a menjar unes bones truites de patata, i aquelles amb farina no m'agradaven gens. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Per Setmana Santa es feien les coques i les mones. Es preparaven una setmana abans de Setmana Santa, i se n'encarregaven les dones de la casa, normalment les àvies i els nens, ja que coincidia amb les vacances de Setmana Santa. S'anaven a coure als forns públics i les dones es duïen de casa els ingredients. Agafaven un recipient molt gran de fusta, la pastera, que també es feia servir per la matança del porc i per transportar coses amunt i avall. S'enduïen de casa el llard de la matança, els ous i el sucre. Els fornors posaven la farina i el llevat, ja que cada casa, a l'època de la sega, portaven el gra al forn. El forner era en moltes ocasions també el moliner. Es lliurava el gra i s'anotava en una llibreta la quantitat de gra. Durant l'any s'anava a buscar el gra i s'anotava a la llibreta la quantitat de pa, que es descomptava del gra que s'havia portat. Al forn s'amassava la farina amb el llard, els ous i el sucre i es deixava «llevar». Calia tornar al cap de 3 o 4 hores. S'aprofitava llavors per anar a casa a fer el dinar. A mitja tarda es tornava per posar les coques al forn. Llavors ja havien llevat i se'ls donava forma, i el forner amb una pala les anava enforant. Les àvies i els nens esperaven llavors que les coques sortissin del forn. Aquesta era una ocasió per reunir-se i per xerrar les dones i els nens per jugar:

Anàvem amb les àvies al forn, ens ho passàvem molt bé, perquè ens encantava tot això de la massa, d'ajudar a amassar. I mentre que espe-

ràvem que sortissin del forn, com que s'ajuntaven unes quantes àvies i la canalla, allò era una festa. (Dona, 46 anys, Coll de Nargó, Alt Urgell, 29-6-1999)

A aquestes coques se'ls posaven molts ous, la proporció podia arribar a ser de 12 ous per mig quilo de farina. Tot i que aquestes coques es consideraven típiques de pasqua, també es feien per la festa major i per Nadal, és a dir, per totes les festes grosses. Les coques de festa major es podien fer de dos tipus: o bé se'ls posava sucre per damunt, abans d'enfornar-les, o podien ser llises. Les que tenien sucre quedava tot el granissat per damunt i les llises es pintaven d'ou, i quedava com un brioix. Se'n feien moltes, la pastera plena. En podien sortir unes 20, i s'anaven menjant fins que s'acabaven. Es guardaven als cellers, tapades amb un drap. Això es va fer fins entrats els anys setanta.

Les mones que les padrines de bateig regalaven a les criatures el Dilluns de Pasqua no eren de pastisseria, com ara. Es feien amb la mateixa massa de la coca, però en aquest cas es feien rodones. Es posaven tants ous durs de gallina al damunt com anys tenia el nen a qui anava dirigida. Després es van començar a introduir els ous de xocolata i es combinaven els ous durs amb els de xocolata. Al mig es posava un ou de xocolata, que es menjaven els nens, i els adults es menjaven els ous durs, perquè els nens dels anys 50 ja havien tastat la xocolata i els caramels i no volien saber res dels ous durs. Els ous de la mona s'adornaven amb sucre cremat. Aquest costum de decorar els ous es recorda com una activitat molt plaent:

A casa meva, això de decorar les mones ho feia la meva mare, i això sí que era una gran festa. Quan ja estaven les mones fetes les guardaven, i el Dissabte de Pasqua a la nit, quan ja teníem tota la feina de casa feta, ens posàvem a la cuina l'àvia, la mare i la canalla, que estàvem per allà al mig. Llavors posaven sucre al foc fins que estigués gairebé cremat. Quan el sucre estava tovet servia per enganxar. Llavors agafàvem ametlles ensucrades, i les anàvem enganxant amb el sucre als ous. I quedaven unes mones precioses. I nosaltres el que ens menjàvem eren les lla-

minadures de sobre, perquè la mona, la veritat... (Dona, 46 anys, Coll de Nargó, Alt Urgell, 29-6-1999)

Com que la mona i les coques s'anaven assecant, els nens les menjaven per esmorzar sucades amb moscatell. Els diumenges al matí, abans d'anar a missa, es feia xocolata desfeta, talls de mona o de coca, i un raget de moscatell a la tassa per sucar.

Finalment cal parlar dels enterraments, que si bé no són festivitats, sí que es traduïen en àpats extraordinaris. Com per les festes majors, no era possible assistir a l'enterrament i tornar a marxar, ja que s'anava a peu. Els assistents a l'enterrament s'havien de quedar a menjar:

Abans, als enterraments, es feien uns àpats de vegades més grossos que els de la festa major. Ara ja no, perquè tothom té cotxe, va a l'enterrament i torna a marxar, però abans, el que estava convidat a l'enterrament també estava convidat a dinar. (Home, 59 anys, Llavorsí, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

L'única condició és que no es podien menjar animals de ploma, ja que aquests, el pollastre bàsicament, assenyalaven els dies de festa i aquell no era un dia de festa. A part d'això, es podien servir altres carns (porc, corder, conill, senglar), amanides, ous, escudella... I vi. Per postres se solien menjar fruites seques; allò més característic dels enterraments eren les panses amb ametlles.

Alimentació festiva «avui»

Quan es parla del present, es parla del àpats festius amb menys èmfasi. En primer lloc, no sembla ser tant freqüent la presència d'uns plats fixos per a cada data assenyalada, i la composició i l'estructura semblen variar molt més. D'altra banda, no se celebren amb tanta intensitat ni tenen tanta rellevància.

És que ara tampoc no tens aquella il·lusió per menjar alguna cosa en especial... vas variant més. Si més no a casa nostra. És que abans la gent

esperava el dia de festa per menjar, perquè tot l'any anaves una mica justet. Però ara no. Ara es menja tot l'any, i ja no esperes el dia de festa. (Dona, 63 anys, Tírvia. Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Un dels factors que incideixen més en aquesta devaluació de la festa és la pèrdua del seu caràcter de reunió excepcional de tota la família:

Ara, per la festa major és molt diferent. Ja no hi ha aquella eufòria que hi havia llavors. Ara la família ens veiem cada dia, amb els cotxes... ja no s'espera amb aquella dèria que s'esperava. Es fa una mica d'extraordinari, vénen quatre convidats, però no allò que no es cabia a les cases. No és allò, aquella tradició que hi havia abans... No fas sempre el mateix, depèn de la gent que ve fas una cosa o una altra. Potser sí que sovint comences amb una sopa, però no és com la de llavors... Una la farà de peix, l'altra de verdura. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Tot i que per festa major se segueix fent un àpat especial, no se segueix un model precís ni s'utilitzen uns productes o unes receptes concretes. A totes les cases hi ha un grup de plats que es consideren festius, perquè agraden particularment, perquè inclouen productes prestigiosos o cars que no es mengen habitualment o perquè la seva preparació és més laboriosa i no es cuinen els dies laborables per qüestions de temps.

En aquestes comarques de muntanya on el consum de peix és en general baix, aquest producte adquireix sovint el caràcter de festiu. La sopa de peix, el peix al forn o a la graella, la sarsuela, etc., es converteixen en plats centrals de festa major. Per exemple, l'arròs es converteix en un plat festiu quan és de peix, mentre que es considera quotidià quan és de pollastre o de conill. Això es reflecteix també en els restaurants.

De peix se'n va menjant, però més aviat és per una festa. Si es fa una comunió o alguna cosa així, és bo que entri un plat de peix. Pot ser

marisc, o, per exemple, l'altre dia que vam fer un «despido de solters», vam fer una crema de ceps i després un llamàntol fred amb salsa, i al darrere cabrit. (Home, 59 anys, Llavorsí, Pallars Sobirà)

El peix assenyala en bona mesura la festa, més encara els productes més prestigiosos i cars, com el marisc. Ara bé, fins i tot en aquests àpats extraordinaris que inclouen peix solen incloure també carn.

Els plats de carn segueixen ocupant un lloc central, i se citen sovint el fricandó, les carns guisades amb bolets, l'espàtlla de xai al forn, etc. Les postres ja no són de manera quasi exclusiva, com abans, els flams o la crema. Ara es parla de gelats i de pastissos com a postres dels dies de festa.

Els plats que s'esmenten per la festa major són aproximadament els mateixos que se citen pels dies festius en general, inclosos els diumenges. Tampoc es pot dir que hi hagi uns plats fixos per diumenge, sinó que en general es varia força, sempre dins del ventall de les preferències familiars. Sí que és general la pràctica de fer quelcom «extraordinari», és a dir, es manté en general la diferenciació entre dies laborables i dies feiners. La paella conserva el seu caràcter de plat festiu: paella de carn, amb costella i conill, de peix amb sípia, musclos, gambes, calamars, o de carn i peix. L'arròs de muntanya és un plat característic de diumenge. Un arròs de muntanya és un arròs amb costella i conill, al qual es poden afegir cargols, bolets o verdures, segons les preferències. No hi ha una sola recepta d'aquest arròs, sinó que es basa en un sofregit, uns elements centrals que acostumen a ser la costella i el porc, i uns elements que varien, com els bolets, els cargols o les verdures. És indiscutible que l'arròs conserva un caràcter marcadament festiu. A moltes llars, l'arròs assenyala la festa.

El diumenge sempre fem un dinar més distingit. Moltes vegades faig paella el diumenge, i si els nens vénen al dissabte, la faig el dissabte. (Dona, 66 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Una altra manera de marcar el caràcter festiu d'un àpat consisteix a fer uns entrants o un aperitiu més o menys abundants:

Ara els diumenges ens hem acostumat a fer uns entrants. Poso pa torrat amb allioli de codony, i l'acompanyem amb xolís i formatge. Aquests entrants són bastants complets, perquè també hi poso olives, tomàquets partits per la meitat... (Dona, 66 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Els canelons tenen una presència destacada els dies de festa, i sovint constitueix el menú fix del dia de Sant Esteve:

Per Sant Esteve canelons, i darrere tall rodó. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Els diumenges faig sovint canelons. Jo els faig amb cap de llom. El poso a fregir amb herbes, ben fregidet, i amb uns quants fetges de pollastre. Primer ho pico, els fetges de formatge a part. Pico la carn i la fregeixo amb força ceba, i els fetgets tot just passats per la paella, que no quedin durs. Quan està picada agafo els fetges i la carn i l'oli del rostit, i amb la mà de morter faig la pasta, ben fina, i ho deixo. Hi poso una mica de formatge, una mica de mantega i ja està, no hi poso res més. I són els millors canelons que he menjat a la vida, ja li dic jo. (Dona, 80 anys, Alàs, Alt Urgell, 19-3-1999)

D'altra banda, apareixen amb freqüència variants diferents de fer els canelons:

Ara els dies de festa fem... no sé, ànec amb figues, canelons, canelons d'espínacs. Els canelons d'espínacs els faig amb molta tonyina, ous durs. També es talla una mica de pernil i la beixamel. També faig canelons de bolets. Amb carreretes, moixermons, múrgoles. De múrgoles se n'ha de posar menys quantitat, perquè són molt fortes. I llavors també amb beixamel, i són boníssims. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Els bolets no s'integren només als canelons, sinó que són un dels components freqüents en les receptes festives, ja que se solen posar en les receptes de carn més elaborades que es reserven per als diu-

menges i també en altres receptes:

Els diumenges també faig molta sopa de fredolics. Faig un bon sofregit de ceba, una mica de mantega i de patata, a bullir amb fredolics. I un rajolinet d'oli. I ho poso pel minipimer. I això ens agrada molt, ho faig molts diumenges. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

L'escudella, o vianda, que havia estat el plat quotidià, en molts casos esdevé un plat de dia festiu:

Jo, el dia que cuino més de gust és el dia que faig vianda. Com que els diumenges ens ajuntem més família, moltes vegades faig vianda els diumenges, perquè a tots ens agrada. I ells, que treballen a Barcelona, només en mengen quan vénen aquí. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El fet que plats que abans eren quotidians esdevinguin festius no és infreqüent i se solen fer arran de les reunions familiars:

L'escudella ens agrada moltíssim. Ara, per a nosaltres, s'ha convertit quasi en un plat de festa major. El dia que ens reunim tots els germans, només demanen això. Escudella i trinxat, són dos plats exquisits. Per a ells, aquests plats és el millor que els pots donar. (Dona, 62 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

L'element que sembla incidir més en els àpats dels diumenges és el fet de ajuntar-se o no en família:

Per nosaltres dos sols no faig gaire cosa, però si ens ajuntem família — tinc set germans — és diferent. Quasi tots els caps de setmana dinem junts. I com que quasi tots viuen a Barcelona i normalment fan dinars d'escapades, llavors faig dinars laboriosos, com farcidents de col o coses així. (Dona, 60 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1993)

No sempre es reserven els plats més elaborats pels diumenges. Es comença a observar la tendència a simplificar els àpats festius, ja que és el dia de descans i moltes dones, en particular les més joves i les

que treballen fora de casa, que no desitgen passar hores a la cuina. Es tendeix en aquests casos o bé a menjar fora de casa o a simplificar el menú:

Jo sempre havia fet coses especials els diumenges. Però ara fa uns anys que vaig a dinar a casa de la meva filla, i fem sempre coses a la brasa. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Els caps de setmana és quan més malament mengem, perquè com que no treballo, sortim a caminar i cuino menys. I quan arribem a casa, una amanida i un bistec i el dinar ja està fet. O una tassa de caldo, que sempre en tinc fet. (Dona, 43 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Les postres també marquen la diferència amb els dies feiners. Si els dies laborables la fruita és la protagonista, i en menor mesura els iogurts o el formatge, els dies festius apareixen més sovint les postres dolces. Flams, crema i coca semblen força habituals. També està estesa la pràctica d'elaborar a casa pastissos, normalment quan el diumenge és el dia de reunió familiar:

Els dies de festa també faig pastissos. Els faig jo, no els compro mai. Per exemple, compro galetes «maria», un paquet de les més bones, torrades. Llavors, en aquests motllos que es desmunten pel costat, pues ho engruno allí ben engrunadet amb els dits. Agafo una pastilla de mantega i ho vaig aixafant. Llavors faig la crema pastissera i la poso a sobre. Després tallo les pomes a làmines fines, que quedi ben tapat, i ho poso a gratinar al forn. Quan ho trec faig un almívar de sucre, amb una cullerada de melmelada, i ho poso a dalt i ja està. Però això ho faig per a la meva filla i el seu marit, jo no en menjo, perquè no en puc menjar. Mira, el diumenge vam fer una calçotada i vaig fer un pastís d'aquestos. Sempre és per coses així, que hi hagi més gent. Per a mi sola no ho faig, no. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Ara bé, no s'acostumen a preparar postres dolces si no hi ha convidats:

Abans els dies festius fèiem coques de pinyons, coques de llardons, pa de pèssic... El que no fèiem mai era comprar un pastís. Però ara ja no en fem, per a nosaltres dues soles. A més, per la fruita a mi sempre em queda gana, però per al dolç no. (Dona, 43 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Però si es reuneix més família sí que s'acostumen a preparar unes postres especials:

Els dies festius, si estem tots, m'agrada fer bunyols de poma. Amb ous i farina, ben batut. Quan veus que tens els ous i la farina batut en una massa espesseta, que veus que la pots agafar amb una cullera bé i que no cau, s'hi posen les pomes. Les pomes ja han estat macerades amb anís o amb ratafia, o amb el que vulguis. També s'hi posa Royal, i es fregeix amb molt oli. Això ho faig un dia així de festa, perquè ja no ho fa ningú, això. Aquests bunyols no els menjava de petita, vaig aprendre a fer-los de més gran. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

També ha augmentat de manera considerable, aquests darrers anys, la tendència d'adquirir productes a les pastisseries els dies festius, i també s'està incorporant la pràctica de comprar postres dolces associades a dates concretes. En alguns casos es tracta de comprar productes que abans es feien a casa, com els panellets o la mona, en d'altres es tracta d'innovacions, com els pastissos de «Sant Valentí». Segons una pastissera de Sort, de 71 anys, que ha treballat a la pastisseria familiar tota la vida i que per tant coneix bé els canvis que s'han produït aquestes darreres dècades:

Els divendres de Quaresma fem els bunyols: de bacallà, de nata, de crema, de trufa... Després fem les rosques de moscatell i d'anís. I panadons d'espinaç i panses i pinyons. I el dia dels enamorats fem els pastissos del cor... Totes aquestes coses abans no les fèiem. Ara sí, ara fem de tot, i panellets, mones, tortells de Reis..., abans no.. (Dona, 71 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

En general, les postres de pastisseria es reserven per quan hi han

convidats o es reuneix tota la família. En canvi, els dolços associats a diades concretes es compren en molts casos sense que calgui tenir convidats. En aquest sentit els més citats són els torrons per Nadal (no exclusivament pel dia de Nadal, sinó que molt sovint el consum d'aquest producte s'estén al llarg de 3 o 4 setmanes), el tortell de Reis, la mona de Pasqua, els panellets, els bunyols de Quaresma, el tortell de Sant Antoni i les coques de Sant Joan.

Però en parlar dels caps de setmana cal distingir entre els dinars i els sopars. Si el dinar de cap de setmana sol ser més elaborat que el dels dies feiners, al vespre la situació s'inverteix sovint, i els sopars se simplifiquen.

A moltes cases que se sopa normalment un primer plat de verdura, sopa o amanida, i un segon, que pot consistir en una truita, peix o carn, els dissabtes o el diumenge a la nit substitueixen aquest menú per pa amb tomàquet i embotit o formatge, o per una pizza, o altres coses que no demanin gaire temps de preparació. En molts casos es reserva pel sopar dels dies de cap de setmana la possibilitat de menjar mirant la televisió. També és freqüent menjar la nit del diumenge les restes del dinar, o menjar només un iogurt o una fruita. Els diumenges s'acostuma a dinar més i més tard, i per això el sopar perd molta importància.

El dissabte normalment pa amb tomàquet i embotits; el diumenge generalment el que ha quedat de dinar. Normalment ja procuro que quedi per la nit. O si s'ha fet molt dinar, només iogurt o fruita. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Nadal és, de totes les dates assenyalades, la que sembla que conserva més la tendència a repetir un menú fix al llarg dels anys, encara que aquest menú varia segons les cases. L'escudella, els canelons i la sopa de galets amb mandonguilles apareixen amb una força regularitat. De segon és bastant recurrent la presència del gall dindi farcit, del pollastre de pagès farcit i de l'ànec. L'ànec té l'avantatge de ser més petit, i com és un dia caracteritzat per l'abundància, i se

sol menjar més del compte, això representa un avantatge:

Jo faig ànec a la taronja, després de la sopa de galets. Com que ja portes a sobre molt greix, em sembla que és una carn una mica més suau. No n'acostumo a fer gaire, només per Nadal. A més, l'ànec és petit i em va bé, perquè el gall dindi és massa gran i no ens el podem acabar. (Dona, 60 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

També apareixen sovint la cuixa o les espatlles de corder i el tall rodó. Als pobles en molts casos es crien galls dindis o pollastres especialment per al dia de Nadal:

Per Nadal sempre fem gall dindi. El de Nadal sempre ens el criem nosaltres, perquè ens fa molta il·lusió. Ens el comprem a l'estiu, el mes de juliol, i es fan de 15 quilos. I queden boníssims. (Dona, 50 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

Tot i que el model del dia de Nadal consistent en sopa de galets i gall dindi o pollastre farcit està força estès, també pot incloure altres plats, com fer primer un entrant de marisc —això és força freqüent— o canelons després de la sopa i abans del pollastre farcit o del gall dindi. També se sol fer una amanida molt completa per acompanyar el tall. En tot cas, quasi sempre l'àpat de Nadal conclou amb els torrons.

També en alguns casos se celebra, la nit anterior, la Nit de Nadal ("Nochebuena"), amb un menú més o menys fix i invariable. Per aquesta nit és més freqüent fer algun plat de peix, no només com a segon sinó també sopa de peix de primer. Fer de primer consomé, sopa de peix o cremes de verdures i de segon peix (rap, llenguado, truites, etc.) és un model bastant habitual:

La nit abans de Nadal tenim costum i a tots ens agrada, i sempre hem fet això: consomé. I després truites de riu. Que les faig molt bones. Primer, quan les vaig a comprar, faig que em treguin les espines. Llavors jo, a casa, amb unes pinces, les acabo de treure totes bé. Tinc una bona feina. Després les obro i poso un bon raig de llimona, la sal corresponent,

i les torno a tancar. I les poso a la safata preparades. Llavors poso un raget de llet, farina, una mica d'oli, xerès sec, i faig com una salseta, com si fos beixamel, però amb xerès sec, una mica clareta, i la tiro per damunt de les truites. Ho poso al forn una bona estona, perquè es dorin una mica. Aquesta és un recepta meva. Primer fèiem les truites amb pernil, però em semblava que quedaven massa fortes. Ara les faig sempre així, i ens agrada fer-les aquest dia, cada any. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

D'altra banda, en molts casos s'afirma no tenir cap menú fix per al dia de Nadal, i, tot i que es fa un àpat extraordinari sempre, aquest varia d'un any a l'altre:

Per Nadal no tenim cap plat fix, es menja una mica més, però no... Ens reunim tota la família, i un any potser farem sarsuela, un altre farem sopa de peix... Després també fem cuixa de corder, o pollastre, o un tall de llom, o costelles de cabrit arrebossades. No sé, anem variant. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

El dia de Nadal vaig variant, no faig sempre el mateix. Aquest any vaig fer una tassa de consomé, entremesos i gall dindi farcit amb carn de porc, prunes, panses i pinyons. Però no faig sempre això, vaig variant. Jo crec que tothom fa de tot, ningú segueix un patró. (Dona, 71 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

A més que no se segueix un menú fix i tot i que en general l'àpat de Nadal segueix sent extraordinari, s'observa força sovint una tendència a reduir les quantitats de menjar per aquestes diades:

Per Nadal ens ajuntem molta colla. Però no fem sempre el mateix. Hi ha anys que hem fet canelons per Nadal, però normalment els fem per Sant Esteve, que també som gent. Algun any hem fet garrí al forn, però és una cosa que sempre queda, perquè costa tant de menjar. Com que sempre sobra, ja fa anys que no fem tanta cosa. Aquest any hem fet consomé i coses per picar. (Dona, 43 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

També cal considerar àpats extraordinaris els sopars en què es

conviden els amics, pràctica molt estesa els caps de setmana, sobretot entre els grups d'edat de 25 a 45 anys aproximadament, tot i que tampoc és infreqüent en gent més gran. Cal distingir entre els sopars entre amics una mica improvisats i espontanis, que se solen resoldre amb pa amb tomàquet i embotits, formatges o patés, les torrades amb escalivada o les pizzes, i els sopars una mica més formals, en els que se sol preparar quelcom més elaborat, la mena de plats que es reserven per als dies festius. Sovint per a aquestes ocasions es preparen plats no tan elaborats com per a celebracions més assenyalades, però no tan senzills com els de la cuina quotidiana. És a dir, que siguin una mica «especials», però que no demani gaire temps i gaire feina preparar-los:

Si tenim convidats la meva dona té tendència a fer un plat semielaborat. Per exemple un salmó amb salsa, una crema de carabassa o una crema d'espàrrecs, llom amb crema de pastanaga... Ni aquella elaboració tan complexa, però que tinguin una certa gràcia. Sense gran complicació, però que quedin bé. (Home, 43 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Les diferències estacionals

Les diferències estacionals, que abans eren tan marcades, en dependre l'alimentació d'allò que hom disposava a cada moment de l'any, s'ha anat diluint progressivament. També ha desaparegut l'estacionalitat relativa a les feines agrícoles, ja que la penositat d'aquestes és ara molt inferior, i no cal reservar els aliments més consistents per als moments de màxim esforç del cicle agrícola, com la sega. Es destaca sovint aquest fenomen, com una de les diferències més destacades amb «abans»:

Aquesta és la principal diferència amb abans, quan vivíem a la casa pairal. Quan estàvem a Jou, a la nit sempre menjàvem, tot l'hivern, verdures i una rosta. I al davant «sopes», de pa o del caldo de la verdura. I a l'estiu prescindíem de la rosta. La rosta de cansalada, a l'estiu, no. A l'estiu ou al caliu. Ara no hi ha gaire diferència entre el que sopem a l'hi-

vern i a l'estiu (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

L'estacionalitat es manifestava en el consum de molts productes. Ja s'ha comentat que l'amanida era sempre present, tant en l'alimentació quotidiana com en la festiva, però depenia força de l'estacionalitat. A l'hivern era d'escarola i api i a l'estiu d'enciam. Però sempre hi havia un període a l'any que no s'acabava d'enllaçar. I llavors no s'anava a comprar, a les botigues de comestibles no se'n trobava, com a mínim fins els anys 60-70. Quan s'acabaven els tomàquets de la tomaquera venia una altra varietat de tomàquets més petits, que es feien penjats i es tenien per sucar pa tot l'hivern. Però sempre hi havia aquell moment en què no es podia enllaçar i es feia el pa amb tomàquet amb tomàquet en conserva, que llavors era de conserva pròpia.

Amb tot, encara hi ha productes, com els bolets, que conserven el seu caràcter estacional. El senglar se segueix considerant un plat d'hivern, malgrat que ara, amb la congelació, és possible consumir-ne tot l'any. També es conserva, més o menys, l'estacionalitat de les carxofes i els espàrrecs verds, que es mengen a la primavera. Un altre producte que es menjava sobretot a la primavera eren els cargols, però ara aquesta estacionalitat ja no es respecta gaire. Un informant, propietari d'un restaurant, lamenta aquesta pèrdua de respecte dels moments òptims de consum de cada producte:

Els costums han canviat tant... Ara tot l'any hi ha de tot. I els pèsols i les faves te les demanen el més d'octubre, i ara (mes de març) que és quan són més bones, no te les volen. Hi ha hagut un canvi general en l'alimentació, una desconeixença general. Ara, els pèsols i les faves comencen a venir, són més bones, si les agafes de primera collita, més bones i més barates. Després, encara que les puguis comprar barates, perquè són congelades, estan manipulades i no són tan bones. La gent vénen i et diuen: avui vull fresons amb nata, el mes de desembre, o faves a la catalana... (Home, 59 anys, Llavorsí, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

En general, les úniques diferències estacionals s'estableixen entre hivern i estiu, en funció de la temperatura que fa que vinguin més de gust unes coses que unes altres. L'escudella, la sopa, són pròpies de l'hivern; les amanides i les cremes fredes i el «gaspatxo», de l'estiu. Això no obstant, no existeix una frontera ben delimitada, ja que se segueixen menjant amanides l'hivern i sopa a l'estiu, sovint per sopar. La pasta i els llegums es consumeixen tot l'any, com a molt canvien les formes de preparació. A l'hivern els llegums es cuinen més forts, a l'estiu es poden menjar només amanits, i la pasta a l'hivern es menja preferentment amb un sofregit de tomàquet i carn, o a la carbonara, mentre que a l'estiu és habitual preparar-la en forma d'amanides fredes. Les amanides d'arròs també són pròpies de l'estiu.

A l'estiu faig cremes fredes, de carabassó o de porros. Preparo amanides fredes, d'arròs, de pasta, de patata, de cigrons... Continuem menjant el mateix, però en fred. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El plat més citat com a exclusivament d'hivern és la col d'hivern amb patates. L'escudella és el que més sovint se cita com poc adient per a l'estiu. La girella és considerada també força sovint exclusivament d'hivern, i els xolís com un producte que està al punt a la primavera i a l'estiu, però no sempre se segueixen aquests criteris, i és possible adquirir xolís o girella a qualsevol moment de l'any.

La col amb trufes és d'hivern, les escudelles també. Quan fa calor, les escudelles no van bé. Altres plats d'hivern són el civet de senglar, la girella. A l'estiu, només les amanides i coses d'aquestes, però, així, plats només d'estiu, no. Home, de primavera-estiu hi ha el xolís, que s'ha de menjar a la primavera i a l'estiu. (Home, 52 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Amb tot, moltes dones afirmen tenir en compte l'estacionalitat a l'hora de comprar, no només perquè els productes són més bons,

sinó també perquè són més barats. La gestió del pressupost sembla ser actualment un element central a l'hora d'escollir els productes de temporada.

Els restaurants

Els propietaris dels diferents restaurants de la zona destaquen que en el decurs d'aquests darrers trenta o trenta-cinc anys, la seva cuina ha anat evolucionant, adaptant-se a les importants transformacions socioeconòmiques que s'han produït. Observen que se segueixen fent un bon nombre dels plats de sempre, però que també s'incorpora progressivament una cuina una mica més sofisticada, es fan plats més actuals. Amb tot, destaquen l'interès d'una bona part de la clientela per aquells plats i aquells productes que es poden considerar locals i tradicionals:

La gent et demana allò que li poses a la carta, però si hi ha una bona escudella barrejada te la demanaran més que els llagostins. (Home, 52 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Aquesta opinió ens la confirma un altre informant, que ens dóna el seu parer com a client:

Si vols menjar escudella bona encara ara, aquí al meu poble, vés a aquest restaurant, i menjaràs una escudella i carn d'olla, que és «néctar divíno». Ja comencen que el tocino és de casa, el bull, el peu de porc que ell ha cuidat, netejat, salat d'una manera especial, el bull aquell de la llengua... Tot, tot, i riu-te'n de cap altra escudella! (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell)

Aquests clients són gent de la comarca, que cada cop tenen més tendència a sortir a dinar i a sopar fora de casa, i també gent de fora, atrets pel paisatge, l'esquí i els esports d'aventura. Aquests plats tradicionals agraden als clients locals, que els coneixen però que molt sovint ja no els cuinen a casa seva, i busquen al restaurant els plats que sempre han consumit, preparats de la manera que els és fami-

liar. És a dir, volen la cuina que ells consideren casolana. També agraden als visitants, per diferents raons. Sovint aquests volen tastar els plats tradicionals de la zona, no perquè sigui la mena de cuina a què estan habituats, sinó precisament perquè no formen part del seu inventari alimentari quotidià. L'interès per la cuina tradicional és compartida per totes les edats, llevat dels més joves, és a dir, aproximadament a partir dels vint-i-cinc anys. Un restaurador local descriu així la seva oferta:

Una de les especialitats nostres, més que res, és la recuperació de la cuina, de la cuina que es feia abans a casa —perquè tots aquests plats es feien a les cases, el que no es feia és als restaurants— i una mica d'innovació, si és possible amb productes del país.. (Home, 59 anys, Llabor-sí, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Pel que fa als productes, el fet d'utilitzar els que són autòctons és vist molt positivament per la gent del país:

Aquí a prop hi ha un restaurant que per a mi és el millor restaurant rural del país. Utilitzen productes locals, o de la seva pròpia explotació. Tenen vaques, tenen bestiar, o bé productes elaborats aquí. Per exemple, tenen la llet de les seves pròpies vaques, la mel procuren que sigui autòctona, el formatge i els iogurts també. Jo crec que el 90% dels productes que utilitzen són de la seva pròpia explotació o elaborats aquí. I una bona part de la seva clientela és gent d'aquí. Quan se surt a sopar, tothom pensa en un restaurant autòcton del país. Aquí la gent valora molt el restaurant del país que fa servir productes del país. (Home, 43 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Aquest tipus de cuina que combina plats tradicionals amb una oferta que intenta ajustar-se al canvis en les preferències alimentàries és el més habitual en els restaurants de la comarca. Aquesta adaptació es manifesta a tots els nivells. Per exemple, la xicoia amanida és un producte que s'ha consumit tradicionalment a la zona. Ara es presenta als restaurants, però ara l'amanida inclou altres ingredients, com diversos embotits, nous o altres fruites seques.

També es fan truites de xicoia, que abans no es feien. És a dir, s'utilitzen sovint els productes més tradicionals del lloc però preparats de formes diferents. O un altre exemple, la carabassa, també és un producte que es feia als horts de la zona, i es posava sovint a l'escudella i ara un restaurant local proposa botifarra amb mongeta dins la carabassa, al forn.

La propietària d'una residència-casa de pagès que ofereix als seus clients cuina tradicional de la zona, observa que, tot i que es mantenen les receptes bàsiques, sempre es van introduint petits canvis. Ella intenta recuperar plats que s'estan perdent, però considera que és difícil saber si s'està fent la recepta de sempre o si és una adaptació, ja que entre la cuina d'abans i la cuina d'ara hi ha coses que canvien, perquè canvien els gustos i les preferències de la gent. Un dels canvis més evidents és que ja no fa servir el llard per cuinar, perquè sembla que dona un gust massa fort i queda massa greixós per als gustos actuals:

Són petites coses que van variant, ja no hi poso greix dolç. Jo a molts guisats poso l'oli de la costella confitada. L'oli del confitat és oli d'oliva. Es fa amb bon oli, perquè, si no, no es guarda. I a mi m'agrada que estigui com a mínim tres mesos en repòs abans de servir-lo. Aquest oli agafa molt gust del tocino i amb aquest oli cuino bastant. Però no és el mateix que cuinar directament amb greix dolç. Ara el trobem massa fort, potser perquè no hi estem acostumats, però també perquè ara no cremem tant. Abans, com tothom eren pagesos i anaven al camp, podien beure i podien menjar fort, i tot es cremava, però ara no. Per això cal anar canviant algunes coses de la cuina tradicional. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Aquesta concepció dels restaurants com a garants de la cuina tradicional que al mateix temps la transformen es troba sovint:

Aquí abans les mestresses cuinaven molt bé. Clar que era una cuina sense presses i amb productes molt bons. I aquesta tradició s'ha conservat a alguns restaurants. Per aquí hi ha alguns restaurants que cuinen molt bé. Aquest d'aquí ho fa molt bé. Una de les coses en què s'ha espe-

cialitzat i que els surt molt bo són els peus de porc a la llosa, que també volen feina, fer el foc, posar-los a escalfar a la llosa... I això és una mica una innovació. Això aquí no es feia. Sí que es feia peu de porc, però quasi sempre acompanyat amb patates, i potser disfrutàvem tant amb les patates com amb els peus de porc... Però a la llosa no es feien. (Home, 59 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

Òbviament també han anat canviant les formes de cuinar. Per exemple, el palpís, que és un plat tradicional de la zona, abans es feia amb les «tres potes», unes olles antigues per posar damunt del foc a terra, les «cocottes». Si es fa amb aquestes olles cal estar molt pendent perquè no es rosteixi massa, ja que la intensitat del foc varia. Per aquest motiu ara es fa amb unes «cocottes» sense potes, per poder cuinar amb gas. Resulta més fàcil i no cal estar vigilant tota l'estona. A més, queda més presentable, ja que el foc és més regular i no queden trossos més cremats que altres. Per a aquesta cuinera, aquests canvis en la tècnica es reflecteixen en el resultat, es tradueixen en una pèrdua de sabor. Amb tot, ha introduït aquestes modificacions, ja que considera que, en general, els seus clients no valoren de manera significativa aquesta diferència:

Jo penso que la diferència es nota. Amb el foc queda diferent, no té el mateix paladar. Però la major part de la gent no ho sap apreciar. De vegades crec que agrada més fet amb butà, ja que queda més tendret perquè tu controles més. I amb el foc a terra et queda més dur per fora i tendre per dintre... Però es nota al paladar. Però la gent no ho aprecia, i per això m'he passat al butà. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

D'altra banda, un altre dels canvis que no es pot deixar de banda és el context en què es mengen avui dia aquests plats tradicionals. Actualment, plats com el palpís se serveixen sovint als restaurants de la zona, però no eren ni de bon tros tan habituals trenta o trenta cinc anys enrere. Paral·lelament al procés d'abandonament d'aquests plats a les cases, ha anat augmentat la seva presència en la restauració. Això no vol dir que no se segueixin fent, els dies de

festa, a les cases de sempre, sobretot quan es tracta de gent gran. La presència d'aquesta cuina tradicional ha disminuït a les taules de la gent més jove, i sobretot de la de la part important de la població que aquestes darreres dècades s'ha desplaçat a les ciutats:

Molta gent d'aquí ha marxat, i han canviat la seva cuina, ja no fan la d'abans. Perquè jo hem trobo amb molta gent que hem diuen que són fills d'aquí, del Pallars, i que els fa molta gràcia menjar la cuina d'aquí, perquè ells ja no s'ho fan. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Alguns plats es basen en receptes tradicionals de la zona, però s'introdueixen petits canvis, com per exemple el corder amb vi, que sembla ser era un plat que es feia a les cases per les festes, i que ara aquesta cuinera ha convertit en «corder al cava»:

També faig un corder que feia la meva mare, però jo l'he reformat. Jo li'n dic «corder al cava». Jo el faig com el feia la meva mare. L'única diferència és que ella ficava caldo i jo el faig totalment amb cava. Jo no sé si és antic, però ella deia que el feia de joveneta a les cases, però en lloc de cava hi posava vi. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Ara bé, no tots els restaurants centren la seva oferta en la recuperació de la cuina tradicional, darrerament comencen a aparèixer altres propostes, com per exemple la d'un restaurant de Sort que es posa en funcionament a principis dels noranta. Aquesta iniciativa parteix d'una parella jove, de la comarca, amb l'objectiu de renovar el panorama gastronòmic a la zona, amb una oferta alternativa:

Nosaltres tenim un tipus de cuina que és diferent del que fan els demés. La nostra és una cuina d'innovació. No és que la cuina tradicional no sigui bona, el que passa és que hi ha d'haver la possibilitat de menjar també diferent, perquè tot cansa. (Home, 39 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Ara bé, aquest plantejament no ha tingut una acceptació imme-

diata. A la gent de la comarca li costa assumir aquest tipus de cuina, que d'altra banda els sembla excessivament car. Segons aquest informant, s'utilitza una primera matèria que té uns preus que la gent de la zona no està acostumada a pagar. Els clients d'aquests establiments són d'un nivell mitjà-alt i majoritàriament de fora. Els propietaris consideren que, tot i que ara per ara el potencial és molt restringit, a la comarca s'està començant a desenvolupar un tipus de turisme que pot valorar la seva oferta:

A nosaltres ens ve, per exemple, un grup d'empresaris que estan fent una setmana de ràfting, i que a part d'anar a menjar allò més típic, la carn a la brasa o el paté, diuen: ja estem cansats d'això. ¿Hi ha alguna oferta diferent? I llavors és quan entrem nosaltres. (Home, Sort, 39 anys, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Malgrat el caràcter innovador de la cuina que proposa aquest restaurant, s'emfasitza l'origen local de molts dels productes que s'utilitzen. Afirmar el propietari que la política de la casa és treballar amb productes de màxima qualitat, i molt amb primeres matèries de la comarca, però mirant de donar un toc nou, sempre basat en la primera matèria del Pallars: el poltre, la vedella, les carns en general. S'ofereixen, per tant, carn a la brasa, civet de senglar o peus de porc, però d'una manera innovadora, treballant amb «foie», amb aromes, amb vins, amb formatges francesos. Per tant, les primeres matèries són en part locals i en part de fora. De la comarca són sobretot les carns, els formatges locals, els bolets i les hortalisses; de fora inclouen força productes francesos, fruites exòtiques, condiments, etc. Malgrat la indiscutible presència de productes forans en els plats, s'insisteix que la base és autòctona:

Hem creat un plat, basat en un coca de farigola, per sobre hem posat ceba confitada, una «concassée» de tomàquet i a sobre hem posat uns tallets de formatge de la cooperativa d'aquí de Sort, amb un toquet de confitura de taronja catalana. És a dir, els productes són tots d'aquí, però transformats, amb les noves tècniques, amb el nou concepte de la cuina.

(Home, 39 anys, Sort, 25-3-1999)

Destaca també que tant la clientela de fora, majoritària, com la de la comarca té tendència de buscar allò tradicional del lloc. Observa que la gent de la comarca ve de vegades al seu restaurant a menjar una escudella, i que resulta difícil convèncer-los que agafin una cosa diferent: «Va home, tasta aquestes múrgoles amb salsa de foie amb una punta d'Armagnac i d'Oporto... I et contesten que et deixis estar de ximpleries, que ells volen escudella!» Per aquest motiu, la seva oferta es divideix clarament en una carta on proposen la seva oferta específica, que és la que ells valoren més i amb la que obtenen més satisfacció, i un menú on es juga amb els plats tradicionals, com la girella, el xai, el xurrasco, les galtes de porc amb carquinyolis, etc. Per exemple, els peus de porc del menú són fets a la brasa, amb all i julivert i una picada d'ametlles, que és una manera tradicional d'elaborar-los a la zona. A la carta, en canvi, els presenten farcits amb ceps, amb una salsa fosca, amb trossets de tòfona amb herbes del Périgord, i una mica de ceba caramel·litzada, un carabassó fet al vapor farcit d'una mica de brandada de bacallà. Segons el propietari d'aquest restaurant —la dona és la cuinera—, es tracta d'agafar el mateix tall de carn que ofereixen als restaurants més tradicionals de la zona, però transformant-lo, donant una mica de color, fent-lo més «divertit». El menú amb plats tradicionals és viscut com una necessitat, com una obligació per poder mantenir el restaurant, però és amb la carta amb la que «gaudeixen». Aquest desig d'oferir els productes tradicionals de la zona però cuinats d'una manera diferent és una constant en la seva carta:

A la carta jugues, per exemple, amb el bacallà, que és un plat de muntanya de tota la vida, que és obligatori tenir algun plat de bacallà, però en lloc de fer-lo amb samfaina com fa tothom, fas un mil fulles, intercalles amb una mousse de pebrot escalivat i el regues amb una mica de vinagreta feta amb tapenada, i finalment li fiques una crema d'ametlles amb all decorat... És el bacallà de sempre però treballat, elaborat i complicant-te la vida (Home, 39 anys, Sort, 25-3-1999)

D'altra banda, no neguen la qualitat de la cuina tradicional local:

No és que la cuina tradicional d'aquí no sigui bona, el que passa és que hi ha d'haver la possibilitat de menjar també diferent, perquè tot cansa. Un trinxat, un bon ou ferrat, un bon confitat, un bon xolís... Això és boníssim, això no s'ha de perdre mai! (Home, 39 anys, Sort, 25-3-1999)

En aquest restaurant també es dóna una certa importància al peix. A la carta sempre apareixen alguns plats de peix i aquesta oferta s'amplia els caps de setmana, incloent marisc. Tot i que són conscients que la major part dels visitants de la zona tenen tendència a demanar carn, ja que és el que es considera propi del lloc, pensen que una oferta massa uniforme pot provocar cansament, i una proposta àmplia de peix els caps de setmana és una bona alternativa per introduir varietat. Cal destacar, però, que observen que els millors clients de peix són els de fora, mentre que els de la comarca no mostren, en general, el mateix interès.

Pel que fa a l'hàbit d'anar a dinar i sopar a fora, el propietari d'aquest restaurant considera que encara no està gaire estès a la comarca. Naturalment, ells tenen la limitació del preu del cobert, que exclou una part de clientela potencial. Els joves són, en general, els que tenen més incorporada la pràctica de menjar fora de casa, però normalment el seu poder adquisitiu és baix, i com observa l'informant «la cultura gastronòmica també s'adquireix amb el temps, com moltes coses». Per tant, el grup d'edat que sol sortir més tendeix a escollir altres propostes, com les pizzes, el pa amb tomàquet amb embotits o formatges o les carns a la brasa amb allioli. Pel que fa als grups d'edat que es poden sentir més interessats per aquest tipus de cuina, d'aproximadament trenta anys en endavant, constitueixen el gros de clients, però es tracta sobretot de gent de fora. La gent de la comarca es mostra més reticent, tingui l'edat que tingui, tot i que sembla que a poc a poc aquesta reticència va perdent intensitat. Per als propietaris del restaurant l'explicació rau bàsicament en el preu, ja que no existeix encara una predisposició a pagar més

per aquest afegit d'innovació i d'imaginació que ells proposen:

Hi ha aquest client de la comarca que era reaci a venir perquè l'únic que veia és que venir a aquesta casa costava cinc o sis mil pessetes. Fins i tot el comentari típic de la gent del poble: allà és molt car. Però a poc a poc veus que aquest mateix client un dia ho prova, un dia que té un compromís pensa en tu, vol quedar bé amb algú i pensa en el nostre restaurant. D'alguna manera comencen a valorar una cuina que és una mica diferent i que és un servei més que hi ha al Pallars. (Home, 39 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Aquesta opinió coincideix amb la d'altres informants locals, que han comentat que l'oferta d'aquest restaurant és prou suggerent, però massa cara per anar-hi sovint. Consideren, doncs, que és un lloc només per anar-hi les ocasions especials.

Les postres tenen també un paper destacat en aquest restaurant, amb una oferta molt allunyada de la tradicional a la zona. La manera com explica el propietari d'aquest restaurant les seves postres reflecteix tota una visió de la cuina i dels plaers que aquesta pot proporcionar molt pròpia d'un determinat moment socioeconòmic i cultural:

Amb les postres treballem amb la mateixa línia. Ara hem introduït el «Bavarois», que és una base de praliné presentada amb una crema de maracuyà, després una teula que fem que és bastant voluminosa, o sigui que és un plat espectacular, fava de cacau incrustada... I tot això, què passa? Que si vols fer aquest plat, has de tenir a casa quinze referències, quinze productes. Clar, això és complicar-se la vida, però a nosaltres ens agrada. Ens agrada estudiar quin plat posaràs, quin color, qui tamany, perquè aquell plat, quan li posi davant del comensal a la taula, aquella primera sensació sigui: !Ostres, que bonic! I evidentment allò després ha d'estar bo. I tot té un sentit. Té un sentit que t'hagi servit la musselina de formatge fresc amb la mermelada de gerds a sota, perquè a l'hora de menjar, en arrossegant-la amb la cullera, vulguis o no arrossegues una mica d'aquella confitura, i ja tens pensat la textura de la musselina i la dolçor en funció que agafaràs la confitura de baix. I aquest sabor que

produeix t'invita a agafar una altra vegada un altre trosset. I quan ja n'has pres dos o tres, et comences a trobar una mica ple, i aquí entra la idea del gelat de mel fred. I agafes el gelat, i aquell contrast entre els dos productes és la idea del postre. Però has de ficar a més a més una crema anglesa a l'aroma de canyella, amb uns pètals de violeta i de rosa cristal·litzats amb sucre, i de tant en tant un toc d'una fruita refrescant... Tot té un sentit. No es tracta de dir, té molts colors, i ja lliga. No, no, has de fer lligar el concepte del plat en si. I aquesta és la nostra preocupació, de la nostra cuina. (Home, 39 anys, Sort, 25-3-1999)

Aquest discurs contrasta vivament amb el dels nostres informants més grans, que han mantingut en el decurs de la seva vida una relació força diferents amb els productes i amb l'alimentació. A la base d'aquesta diferència està la distinció radical que suposa el fet de produir un mateix una part molt important d'allò que hom consumeix, que es tradueix en una posició diferent en relació al fet alimentari.

És també convenient veure quins plats se serveixen als restaurants de poble que atenen més aviat una clientela local, com els treballadors de la construcció, per exemple, ja que el tipus de cuina que preparen és més casolana, té més a veure amb el que s'ha menjat i es menja encara a les llars normalment. Cal destacar el protagonisme de la carn; l'únic peix que trobem ben representat és el bacallà, que, cuinat de diferents maneres, apareix regularment en els menús. Les receptes més freqüents de bacallà són amb samfaina o arrebossat. La carn de porc té una importància destacable. Apareixen sovint diferents talls del porc com el llom, els peus, el cap de porc o la costella. Les mandonguilles fetes amb cap de llom formen part de l'oferta habitual. La botifarra és un producte recurrent, tant com a tall com per fer el sofregit d'altres plats molt habituals, com els macarrons, i també s'integra a l'escudella. Aquesta presència de la carn de porc apareix sovint a les entrevistes:

Avui faré cap de tocino. El faig coure ben cuit, i preparo una maionesa, de casa, ben feta. Ho poso a escalfar, ho poso al plat i poso la maionesa. I això els agrada molt. Les mandonguilles, que també agraden molt, les faig de cap de llom. Trinxo la carn. Després, a una cassola trinxo all i juli-

vert, poso pebre i sal. Faig les mandonguilles i les fregeixo a una paella. Llavors faig una salsa amb tomàquet. Queden boníssimes... La diferència és que alguns les fan amb carn de qualsevol manera, i queden molt diferents. De llom també en faig molt, amb salsa de tomàquet. El peu de porc sí que em surt de meravella. El faig ben cuit, i quan el tinc ben cuit, a l'olla a pressió, el desosso. Llavors el fregeixo, enfarinat. També tinc la salsa feta amb ceba, i la vaig afegint. Llavors poso un grapat de pèsols. I poso pebre i llorer, i surten boníssims. Aquí, a la gent els agraden molt. (Dona, Esterri d'Àneu, 75 anys, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El conill i el pollastre són productes que apareixen invariablement als menús dels restaurants. Les formes de preparació varien. El conill es pot fer a la brasa, arrebossat, guisat; el pollastre es prepara sovint a la cassola. La carn de corder està també molt ben representada. Una de les presentacions més habituals és l'espatlla al forn o rostida. En alguns casos es fa farcida, desossada i amb un farcit de pebrots, olives, ou dur i cansalada. Amb la cuixa es fa el palpís.

Les amanides no poden faltar mai. Les verdures més representades són la col, en forma de trinxat, i la mongeta tendra amb patates. L'escudella apareix sempre i és molt apreciada:

També faig bon caldo, amb un bon tall de carn, botifarra, cansalada, una mica de garró, però no gaire, perquè el fa massa fort, perquè tant tocino ara a la gent no els agrada. També poso porros, pastanagues, xirivies i api, i faig un bon caldo. Quan el caldo està colat poso col i patata, i quan bull poso un grapat de fideus i un grapat d'arròs. Jo d'això en dic vianda de pagès, de l'escudella. Abans també fèiem unes mandonguilles petites i les tiràvem a la sopa. I això era boníssim. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu)

Per postres se serveix bàsicament la fruita de la temporada, però també s'ofereixen els flams i la crema.

També cal tenir en compte les diferències generacionals a l'hora de parlar de les expectatives dels clients quan van als restaurants. En termes generals, la gent més gran només va al restaurant per les

celebracions, per dates assenyalades o aniversaris i festes familiars. Els joves —aproximadament entre els 25-30 anys fins als 40-45 anys— solen anar-hi més sovint, en molts casos, quan es disposa d'uns ingressos estables, es pot convertir en una pràctica regular, pràcticament setmanal, sobretot les nits de dissabte o diumenge. A grans trets, la gent més gran va més al restaurant el dia 1 de gener, i amb tota la família, i els més joves la nit de Cap d'Any, i en parella o amb amics. Òbviament es tracta només de tendències observables però que admeten tota mena d'excepcions.

Un producte emblemàtic: la carn

La carn és per moltes raons un producte emblemàtic dels Pirineus. N'hem parlat àmpliament als capítols anteriors. Hem de distingir entre la carn de caça i la resta de carn. Es parla molt de la carn de caça, però se'n menja poca, i tanmateix gaudeix d'un estatus especial, se la considera d'alguna manera un producte representatiu de la zona. Pel que fa a la resta de carn, la situació és diferent. De carn se'n parla, però també se'n menja. D'altra banda, la matança del porc ha estat un element massa central en la dieta tradicional com per no parlar-ne a part. Evoca en tots aquells que l'havien viscuda com una pràctica habitual un gran nombre de records i de reflexions en relació als canvis que s'han produït en els comportaments alimentaris.

La caça

Al Pallars Sobirà, així com per la pesca vénen molts turistes francesos, la caça és viu més a nivell comarcal. Cada poble té la seva associació de caçadors, i tot i que en aquestes associacions també es trobin membres de Barcelona o d'altres llocs de Catalunya, la major part són gent de la zona. La caça ha estat una activitat tradicional a la comarca. També a l'Alt Urgell la caça ha estat un fet viu, tot i que, en ser una comarca de rius, ha predominat més la pesca que la caça. Sempre s'havia menjat carn de caça, amb més o menys freqüència, però s'observen canvis aquests darrers anys. Un temps enrere es caçaven sobretot llebres, perdius, guatilles, conills. Actualment, però, es caça molt senglar, és la caça més abundant, mentre que pràcticament no es troben conills ni llebres. També es caçaven abans esquirols, però van desaparèixer tots. Ara en tornen a haver alguns, però no en quantitats significatives:

De senglar ara n'hi ha més que abans, molt més. Jo diria que abans de senglar quasi ni se'n sentia parlar... Home, de caça sí, abans senties parlar de llebre, de perdiu i de guatlles. Aquesta era la caça que hi havia. Jabalí, potser de tant en tant, i isard també, de tant en tant. En canvi, ara això s'ha invertit i l'únic que hi ha és jabalí. (Home, 52 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Abans, quan es matava un senglar d'aquests, era un esdeveniment a un poble, perquè no n'hi havia. Però ara, amb uns anys, ha proliferat d'una forma exagerada. No saps per què, és un fenomen estrany. I de conills, abans n'hi havia, però va venir una pesta. I ara fa uns anys que no se'n veu cap. De llebres també va arribar un moment que no n'hi havia cap. Per mi que devia ser la pesta aquella..., perquè van desaparèixer. Aquí tot l'hivern es caça senglar, que és l'única caça que queda, ja no queda res més. Aquí, durant quatre o cinc mesos, cada dissabte i diumenge. Se'n cacen molts. Llavors es mata, es limpia, i es reparteixen entre els catorze o quinze que han anat a caçar. (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

A l'Alt Urgell s'observa la mateixa situació:

Aquí conills ja no se'n cacen. Aquí els conills s'han perdut tots. Abans n'hi havia molts. Jo havia anat a caçar amb el meu cunyat i n'havíem mort molts en un dia, que no els podíem ni portar. Ara no en veus ni un. El que sí hi ha ara és senglar. I la gent els va a caçar. I se'n cacen moltíssims. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 19-3-1999)

Per tant, abans es menjava sobretot conill, llebre, perdiu i guatlles, mentre que ara la carn de caça que es menja majoritàriament és el senglar, fins al punt que el civet de senglar s'ha convertit en un dels plats emblemàtics de les zones de muntanya.

De caça, quan era petita, en menjàvem molta. Menjàvem perdiu, menjàvem guatlles, conills, llebres... Senglar, quan jo era petita, no n'hi havia. Senglar n'he menjat de gran. Ara, cada any me'n porten. Ara n'hi ha molt. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

La caça es cuina de diverses maneres a les cases; als restaurants, però, normalment només s'ofereix el civet de senglar, quan és temporada. Tot i que el consum no sembla en cap cas gaire elevat, quasi tothom explica alguna recepta de senglar o altres carns de caça:

Abans l'estofat de senglar o de llebre, el fèiem amb una cassola d'aquelles a terra, que va millor. Però ara ho faig amb l'olla a pressió, perquè aquí hi ha molta feina, i va més ràpid. Agafo la carn i la faig a talls. Primer s'ha de deixar un dia o dos perquè estigui a punt i després li poso una mica de sal. Hi ha qui hi posa herbes i coses. Jo no, i em resulta millor. El faig a talls, un cop tallada l'enfarino i el fregeixo en una paella. Després de fregida la carn, la tiro a l'olla a pressió. Llavors hi poso una mica d'orenga, jo. Hi ha qui en posa moltes d'herbes, jo només hi poso orenga i llorer, i una cabeça d'all i una ceba, una mica de pebre. Xocolata no, hi ha qui posa xocolata, jo no, perquè no m'agrada. No m'agrada el gust que dona. També un raig de vi. Conyac no, així com hi ha qui posa conyac, jo no li poso. També li poso julivert, així en un feixet amb el llorer. Faig de la mateixa manera l'estofat de llebre que el de jabalí. Les guatlles les faig molt bones, sempre hem diu que enlloc les fan tan bones com jo. Les fregeixo, i també vol un raig de vinagre, però no massa. A l'estofat de senglar o de llebre no en poso mai, però a les guatlles sí. Quan les he fregides, faig una salsa, perquè això no cal estofar. Fregeixo ceba, i una mica de tomàquet, poc. (Dona, 75 anys, Esterrí d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999).

Jo, el senglar, diuen que el faig molt bo. El tallo i l'amaneixo, primer. Després el faig fregit, i quan ja està una mica fregit, ceba, molta ceba, i alls, una mica de carotes, llorer, timó, i llavors vi, conyac i anís. I això ha de coure unes tres hores. I després salsa, abans ficava ceba ratllada, amb una mica de fetge picat, unes ametlles, xocolata... Això és sempre l'últim toc. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

A casa, el senglar i la llebre els fem igual. Tallem la carn a rodanxes, i la posem a terra a marinar, és a dir, amb vi negre, herbes i ceba tallada, 24 hores. Llavors, quan està marinat es talla, es rosteix una mica amb totes les herbes, i que es vagi fent, amb vi i tot. I a última hora, quan ja és ben

cuit, una picada de xocolata i fetge. També ametlles i all i julivert. (Dona, 80 anys, Alàs, Alt Urgell, 19-3-1999)

També hi ha qui fa el senglar confitat, com el porc, però això no és freqüent, ja que la carn del senglar és més eixuta i no queda tan bé:

El senglar el faig fins i tot confitat. El que passa és que no queda tan bé com la carn de porc, perquè la de senglar és més eixuta. La part que queda bona per fer confit és la part de les costelles. I barrejat amb les costelles també hi poses algun tros més mollut. (Dona, 61 anys, Sort)

Efectivament, és bastant general l'opinió que la carn de senglar és eixuta i massa forta de gust, i això limita força el seu consum. En cap cas es pot dir que es tracti d'un consum seguit i regular, sinó més aviat puntual i reduït, malgrat la seva abundància actual. Un altre inconvenient que presenta aquesta carn és la seva dificultat de cocció. La preparació d'un plat de senglar demana temps:

De caça, poca. El meu pare de vegades anava a caçar, però no és una cosa que li agradés massa. De vegades sortia, i agafava l'escopeta i mira, si trobava un conill o una llebre... Però caça així, més grossa, no. I ara tampoc, molt ocasionalment. Perquè, a més, és una carn que costa molt cuinar-la, és qüestió de molta paciència, molt temps, i a part d'això és molt difícil de digerir. És molt pesada. És una carn que en pots menjar un dia però no habitualment. (Dona, 34 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà)

D'altra banda, tot i que actualment la caça forma part de l'oferta gastronòmica local, com a producte tradicional de la zona, des de la perspectiva local això respon més a un esforç de promoció turística que a una realitat alimentària local:

El que passa és que amb la història d'allò típic, s'ha promocionat molt la carn de caça, sobretot el senglar, i s'ha confós l'acte de caçar, que sí era tradicional, amb el consum de carn de senglar. Jo de petita no recordo haver-ne menjat, potser alguna llebre sí, però senglar no. A casa no. I al restaurant no ho teníem com una oferta pròpia per a la gent. Eren els caçadors que portaven la presa i demanaven si els podies coure aquella

peça i se la venien a menjar. Ara això ha canviat, perquè a quasi totes les cartes tenen això. I es demana, la gent de fora però la del país també, sobretot la gent jove que no han conegut massa el fenomen autèntic. Però és més aviat una cosa creada, un afegit. La caça no era tan important com a recurs alimentari, era més un esport. La caça era important per a les relacions que s'establien entre els caçadors, per les festes que organitzaven i tot això. Però l'oferta gastronòmica sí és postissa. (Dona, 46 anys, Coll de Nargó, Alt Urgell, 29-6-1999)

Aquesta visió es correspon bastant amb els comentaris en relació a aquesta qüestió recollits a les entrevistes. En parlar del passat no se cita com un consum destacable, i, en tot cas, se cita sobretot la llebre, la perdiu i de vegades el cérvol, però molt poc el senglar. Pel que fa al present es parla d'un consum limitat en el temps i reduït en quantitat, i que depèn molt del fet que molt sovint es rep com a regal i per això s'aprofita. La disposició a comprar-ne no sembla gaire gran.

Els canvis en el consum de carn

La carn té un paper central en aquestes comarques de muntanya. Es considera un producte totalment imprescindible, tant pel que fa a l'alimentació quotidiana com per la festiva. Entre aquestes carns cal destacar-ne tres tipus: la de porc, la de vedella i la de xai i corder.

En aquestes comarques s'ha intentat promoure la vedella dels Pirineus. L'opinió general és que es tracta d'una carn de molta qualitat, i això fa que el consum augmenti. L'intent de promoció de la vedella dels Pirineus resulta de la confluència de tot un seguit d'elements. Així explica aquest fenomen al Pallars Sobirà una informant:

Quan la pagesia va començar a anar malament, amb tot això de la llet, i amb tot l'escàndol de les vaques boges, va ser una mica com un catalitzador. Els preus van baixar en picat, els intermediaris van fer molt soroll, que en última instància són els que tenen més força, perquè el productor sempre té les de perdre, perquè li paguen quatre duros... Però les

cadena intermediària, les carnisseries, que és quan ja els productes s'encareixen... quan aquests van veure que les coses es posaven negres, es van organitzar, que ja ho estaven, en gremis i tot això, cosa que els productors no, els pagesos no estan organitzats. Aleshores es va començar a fer molt soroll, i aquí ens vam apuntar al carro. I llavors es va veure la necessitat de buscar alternatives. La comercialització de la vedella, com s'està fent a Berga, en podia ser una. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Llavors, però, va sorgir el problema de l'escorxador. Es va encarregar un estudi a una empresa per veure la viabilitat de fer un escorxador que complís la normativa vigent i es va considerar que, pel nombre de bestiar que es matava, no era viable econòmicament. Després, la comercialització a un punt tan allunyat de les grans zones urbanes també ho encaria molt, ho feia poc rendible. El resultat de l'estudi, que aconsellava que no es fes l'escorxador, es va afegir al problema de la normativa sanitària, que exigeix un control molt gran sobre l'animal des que neix. A més, es va considerar que el temps que es trigava a transportar l'animal li provocava un estrès que semblava que afectava la qualitat de la carn. Arran de totes aquestes dificultats es va deixar el projecte una mica de banda.

Al Pallars Sobirà s'afegeix el problema de l'envelliment de la població dedicada a l'agricultura, que dificulta la dinamització d'aquesta mena de projectes, més si es té en compte que la normativa sanitària és força estricta i exigeix un pla de sanejament que suposa un cost considerable en alguns casos:

Com que als pagesos els falta també organització, de tenir-ho clar, de tenir un interès, arrossegueu aquesta mentalitat de només produir i vendre, de quedar-se en el primer graó del procés. És clar, en el sector de l'agricultura hi ha molta gent envellida, ja només estan esperant jubilar-se d'aquí 4, 6 o 8 anys. Arran de les vaques boges els Consells Comarcals es van posar en contacte amb comarques que són ramaderes per tal de fer un sopar reivindicatiu del tema de la vedella. Es tractava de fer arribar al consumidor la idea que les vaques ingleses podien estar boges, però les d'aquí no. El producte d'aquí es bo, i cal fer comprendre al con-

sumidor que aquí no passa res. I llavors es va organitzar, a alguns llocs va ser dinar i a altres sopar amb vedella del Pirineu. Es va organitzar aquí, a l'Alt Urgell, al Pallars Jussà, a l'Alta Ribagorça... I es va organitzar un àpat reivindicatiu on la vedella havia de ser el plat principal. També es va fer un manifest, que es va firmar a totes les comarques... Però les coses es van anar aigualint, el tema de les vaques boges es va anar apagant, i ara sembla que tot això s'ha oblidat. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

La situació no és la mateixa a totes les comarques implicades. Sobre la qüestió de la Denominació de la vedella a altres comarques s'ha fet més, són els promotors d'aquesta denominació. Una diferència important entre ambdues comarques és que al Pallars Sobirà només es produeix però no es comercialitza, mentre que a l'Alt Urgell sí que hi ha intenció de comercialitzar. Aquests conjunt de factors fa que la promoció de la vedella dels Pirineus no tingui la mateixa força al Pallars Sobirà que a l'Alt Urgell:

Aquí no es vol fer res de tot això... Es veu que de l'Alt Urgell van enviar un manifest per signar, d'això de la vedella, i sé que allí ho tenen molt més treballat, que hi ha una associació de ramaders que la comercialitzen, que la vedella la presenten d'una manera diferenciada... Però aquí estem a anys llum. I és perquè aquí no s'ha sabut fer el pas següent, el de la comercialització. I és per tot aquest conjunt de factors: l'envelliment de la pagesia, el clima també influeix, a veure, resulta més rentable una explotació a Berga que aquí, perquè aquí has de tenir el bestiar tancat tres o quatre mesos l'any. També segurament, pel mateix territori, aquí les explotacions no poden ser tan grans. I prats d'alta muntanya, que només s'hi pot anar a l'estiu o la primavera molt avançada..., i clar, tot ajuda. (Dona, 32 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Les carns més consumides tradicionalment en aquestes comarques són el porc i el corder. Com ja s'ha comentat, per Nadal es matava corder. Fins els anys seixanta aproximadament, no es va començar a estendre el consum de vedella. Amb les hidroelèctriques, en venir molta gent de fora a treballar, els carnisseres es van començar a animar a matar vedella. En alguns restaurants es va

començar a servir aquesta carn arran de les hidroelèctriques, abans servien només carn de corder, pollastre i conill. Actualment el consum de vedella s'ha anat introduint, sobretot darrerament amb l'intent de promocionar la vaca bruna dels Pirineus:

Aquí abans es menjava molta carn de tocino. Ara potser es mengen més altres carns, de vedella sobretot. Jo recordo haver sentit explicar a uns veïns que una vaca li va clavar un cop a un vedell. El pobre es veu que anava a mamar però no era la seva mare. I la vaca li va donar un cop i el vedell va caure fulminat. Pues aquell vedell ja no el van aprofitar. I no és allò de dir que havia estat malalt o així, però no, s'havia mort d'un cop. Però el van llençar, perquè aquí no hi havia tradició de menjar vedella. Ha estat aquests darrers anys que s'ha introduït. Ara sí que se'n menja molta. A més, s'està incentivant el consum de vedella perquè hi ha tot això de la vedella dels Pirineus, però fa vint o vint-i-cinc anys enrere no es menjava. Hi havia una gent que, pobres, tenien més gana que coneixement, que havien vingut de Múrcia, i aquella gent, quan van sentir que anaven a tirar el vedell, van dir que no el llencessin, que ells l'aprofitarien. I tot el poble se'ls mirava com si fossin «bitxos rars». (Dona, 34 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

A l'Alt Urgell, la gent d'alta muntanya probablement encara avui menja més carn de porc i més xai que no pas vedella. En canvi, la gent del fons de la vall menja més vedella, mentre que disminueix progressivament el consum de porc i de xai, tot i ser encara força elevat. Els models alimentaris de la gent de la vall són més urbans i això fa que estiguin més esteses les consideracions dietètiques que propugnen que la carn de vedella és més saludable que la de porc. La promoció de la vedella dels Pirineus incideix en la bona consideració de la vedella local, que es considera de molt bona qualitat. Qüestions com la de les «vaques boges» incideixen en aquesta valoració positiva del bestiar autòcton en contraposició a les carns vingudes «de fora», que «no se sap d'on vénen». Des de la perspectiva de la gent de fora, la carn té també connotacions positives en el sentit de ser d'una qualitat superior:

Aquí la gent de fora té tendència a demanar carn. Quan es va a muntanya, es vol menjar carn bona. (Home, 39 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

Per la seva banda, els restauradors consideren que la carn és un element bàsic en la seva oferta, i sovint insisteixen en l'origen local de la que serveixen als seus restaurants. També s'insisteix en altres aspectes que incideixen en la qualitat del producte:

Jo, el corder, el compro a la carnisseria que hi ha a Rialp, me'l faig tallar amb punyal. Perquè una carn ben tallada o mal tallada canvia moltíssim. Per exemple, la carn de corder, per anar més ràpid, hi ha qui la talla amb la serra. Però la serra sempre fa una mica de «serradures», i allò s'agafa a la carn, i la fa malbé més aviat, i a part pot alterar el sabor. En canvi, tu agafes aquell pany de costella i tens la paciència de tallar de costella en costella —un professional ho fa en un moment, també— i la carn ja és una altra cosa. El problema és que tota la gent això no ho valora. I vas a un lloc, i demanes corder a la brasa i veus que té un gust estrany... Però hi ha gent que vol ser enganyada, i que et diu: he anat a un lloc, i m'ha costat tan barat, i he menjat molt bé, i un plat així de gran!. (Home, 40 anys, Sort, 17-3-1999)

La matança del porc

La matança del porc és una pràctica que ha tingut una gran transcendència a nivell alimentari. Quan es parla de la matança «abans» es recorda com un dels moments culminants de l'any pel que fa a l'alimentació, no només pel que es menjava aquest dia sinó per la seguretat i la relativa abundància que garantia per tot l'any. Se sol destacar l'intens aprofitament que es feia dels porcs i la gran varietat de productes que en resultava:

A casa dels meus pares matàvem tocinos. Els compràvem a les fires, i els engreixàvem a casa, amb patates, amb cols de l'hort, amb blat bullit, blat de moro... Anaven molt ben alimentats. Quan eren prou grossos els matàvem. I amb dos ja teníem per tot l'any. I a aquella època es feia molt el confit, es feia una varietat de tries. Es feien també botifarres de fetge.

Bé, de fetge i greix i carns, una barreja, perquè, si no, no haurien valgut res. Eren bastant bones, però no es podien deixar assecar. Eren les primeres que ens menjàvem. També es feien els xolissos, que eren boníssims... S'aprofitava tot, la cansalada, fèiem botifarra d'ous, la botifarra de la sang, les que en diuen traïdores... del greix del tocino en fèiem greix dolç, els pernils... No es feia malbé res. I durava tot l'any. (Dona, 65 anys, Sort, 21-3-1999)

S'emfasitza molt, en general, l'alimentació que es donava als porcs, per assenyalar la qualitat de la carn i el sabor de tots els productes que s'elaboraven per aquesta ocasió:

Llavors necessitaves dos anys, per matar un tocino de 120 o 130 quilos. Els donaves patates, remolatxa, tot el que tenies a casa. I a última hora, quan ja els volies matar, els donaves una mica de farina. I els mataves allà per Nadal. I eren uns tocinos boníssims. Ara ja no són igual. (Dona, 63 anys Tírvia, 23-3-1999).

Tot i que donava molta feina, sovint es recorda amb nostàlgia la matança del porc i es destaca el seu caràcter de celebració, de festa:

La matança era una festa tremenda. Un tocino ja marxava pràcticament aquell dia, perquè ens ajuntàvem molta gent. Ens passàvem el dia menjant, era divertidíssim. Val la pena recordar tot això, perquè s'ha perdut. I de veritat que era maco. (Dona, 60 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Hi havia un menú, els dies de matança, que pràcticament era fix. Podien haver petites variacions, però pràcticament a totes les cases es feia el mateix, i era el menú de la matança. Calia llevar-se molt aviat, al matí, a les set o quarts de vuit. El dia que tocava la matança a la pròpia casa era més pesat, perquè calia matinar força per tenir-ho tot a punt. El primer que es feia era encendre el foc. S'encenia el foc i es posava la caldera. Havien d'encendre el foc molt aviat, perquè estigués a punt quan venien, allà les vuit, els veïns a aguantar el porc. També venia el matador. De vegades n'hi havia

més d'un en un poble i cada un d'ells anava regularment a unes quantes cases a fer la matança. Una dona, la «mandonguera», s'en-carregava de posar la sal i el pebre als productes, als embotits, i anava a altres cases a fer aquesta tasca. Quan arribaven els homes que havien d'aguantar el porc i el matador, ja havia d'haver brases suficients per fer les torrades.

El menú del dia de la matança havia estat molt institucionalitzat; després, des de la meitat dels anys seixanta aproximadament ja es van anar introduint altres coses. Abans, per esmorzar, es preparaven torrades sucades amb allioli de codony o només amb oli, all i una mica de sal. També es podia menjar xocolata i beure «barreja», que era vi amb anís, conyac o moscatell. Després es feia cafè o cafè amb llet. Aquest primer àpat es feia entre quarts de vuit i les vuit.

El dia abans s'havien de fer les «sopes» amb pa. S'agafaven tres o quatre pans de dos quilos, per fer la botifarra negra, la de la sang, i el bull d'ou. El bull d'ou es feia amb greix del porc, tallat petitet, pa, ous, i de vegades s'hi posava una mica de carn. I si es feia el farcit de Carnaval es posava pa, ous, greix i panses. Per tant, el dia abans calia haver preparat ja les sopes.

El matí del dia de la matança, quan els homes ja estaven menjant, la mestressa de la casa, que era la que normalment anava a collir la sang, amb una galleda, posava fins a tres quartes parts de la galleda plenes de pa d'aquest tallat de les sopes. Llavors s'anava a matar el porc. L'agafaven, si podia ser entre quatre homes, per agafar cada un d'ells una pota de l'animal i tenir-lo ben subjecte. I el matador era el que punxava, el que el degollava, i la mestressa havia d'estar a sota amb el cubell per recollir la sang. Després, quan ja s'havia fet això, es portava de seguida la sang a casa i s'havia de remenar de seguida amb el pa, perquè la sang era calenta i el pa es desfeia. Aquesta operació havia de fer-se immediatament perquè, si no, la sang es quallava i després costava molt més fer la barreja. La mestressa, ben arremangada, deixava la sang preparada.

Per esmorzar, el dia de la matança, també es podia fer el freginat.

Es feia amb la sang del porc. Es remenava perquè no quallés de seguida. Després, quan ja havia quallat un mica, la tallaven a trossets i es fregia amb molta ceba i amb trossets de fetge de porc. També es podien afegir panses, però no tothom les posava, la base era la sang, el fetge i la ceba. Això és el primer que es menjava del porc, perquè era el que es podia fer malbé més aviat. Després del freginat era habitual prendre un «carajillo» d'anís.

Entretant els homes anaven pelant el porc. Aquesta operació es duia a terme a la pastera. La pastera era el lloc on posaven el porc. Es tractava d'un recipient més aviat rectangular, més ample de dalt que de baix, de fusta, que servia per contenir l'aigua. Abans es pelava amb aigua bullent, però després es va començar a fer amb alcohol de cremar o amb el bufador. Es feia així per aprofitar el pèl, que després es venia. Es tirava damunt del porc l'aigua bullent i s'anava rasant amb el ganivet, i així, a poc a poc, anava sortint el pèl. Després, quan ja el tenien net —també se li treien les peülles—, l'agafaven i tiraven l'aigua de la pastera. Llavors es recollia el pèl. El recollien amb el paner, una mena de colador fet amb escorça d'avellaner. En acabar, es girava la pastera i es posava el porc a sobre.

Després de tallar-li les potes el portaven cap a casa, per desfer-lo. Aquesta era una tasca que normalment també assumia el matador, que era la persona més experta. Primer li tallaven el cap i les potes i li posaven a sota perquè no es bellugués, amb el porc de panxa a terra i les potes pels costats per fer de falca. Quan ja li havien tallat el cap, el giraven i li obrien la panxa. Treien tots els budells, i havien d'anar molt en compte de no rebentar els budells. Després se separaven els lloms i els panys de costella. Amb un punyal anaven tallant on s'ajuntaven les costelles a la columna vertebral, i treien la columna, que s'anomenava el «carriscle».

Un cop ja estava el porc desfet el matador ja havia acabat la feina. Ja podien els altres anar de bòlit, que ell ja no feia res més. Ell ja havia acabat, i si no era de la casa normalment dinava i marxava cap a casa seva. Fins i tot si era de la casa no participava en res més, ja

que a la majoria de cases de pagès hi havia animals de què s'havia de tenir cura, i ell tenia feina.

Les costelles es penjaven. Eren per fer confit, però això es feia uns dies més tard, perquè interessava que perdessin la humitat. Es deixaven com a mínim una setmana penjades, i llavors ja es podia fer el confitat. Quan ja estava la tripa a fora venien les altres dones a ajudar, entre les onze i les dotze. Llavors se separaven els budells grossos dels petits, perquè també es netejaven diferent. Els budells grossos que no eren massa amples es feien servir per al xolís, els més amples s'utilitzaven per la botifarra negra. Després s'havia de treure el que s'anomenava el «cabés», és a dir, el que aguanta els budells petits. Es tallava amb unes tisoretetes per separar-ho dels budells, perquè era greixós i també s'aprofitava. Aquest greix només es podia posar als embotits que es feien coure després. Amb els budells grossos el que s'havia de fer era buidar la porqueria, passar-hi aigua quatre o cinc cops, i després es giraven de revés, per tal que l'embotit mai no toqués la part de dins dels budells. Llavors es posaven en una galleda amb sal i vinagre, durant una estona, més que res perquè perdessin el seu tuf característic. Els budells petits, es buidaven també primer, i després, abans de girar-los es feien el que s'anomenava «les dues tripes». El budell petit era bastant gruixut i se separava com si fossin dos. Els de fora quedaven molt primets, es deien els «budells del greixet», i aquests es feien servir si es necessitaven, si no es necessitaven es llençaven i prou. Més que res era per si faltaven un parell de metres de budell. Es feien servir sobretot per al bull d'ou, ja que en bullir-lo l'ou qualla, i encara que rebenti el budell no passa res. En canvi, la botifarra negra —a la qual també es posa ceba—, si rebenta, no es pot aprofitar, ja que queda absolutament tot desfet.

Després de girar els budells es rascaven totes les vellositats intestinals amb una agulla de monyo. Quan ja estava la tripa neta, ja s'anava a dinar. Normalment la mestressa de la casa no anava a netejar les tripes, d'això s'encarregaven les altres dones —les cunyades,

les germanes, alguna veïna—, perquè mentrestant ella anava acabant de preparar el dinar:

Les dones que anaven a rentar les tripes passaven un fred! Jo recordo que les rentaven al safareig. Per començar les rentaven amb aigua calenta, però s'havia d'acabar amb aigua freda. I la canalla els baixava vi i sucre calent, pel fred. (Dona, 60 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Es tractava més aviat d'un esmorzar dinar, ja que la torrada de primera hora del matí no es considerava un esmorzar complet. Per dinar s'acostumava a fer quasi sempre caldo de primer, escudella, tot i que més recentment es va començar a fer sopa:

De primer es feia sopa. Jo recordo que la meva mare m'havia explicat que la sopa era un plat de luxe, perquè allò habitual era, quan ella era jove, és que hi hagués escudella. Llavors la sopa es considerava una cosa una mica més sofisticada que no pas l'escudella, que es menjava cada dia. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu).

També es podia fer arròs amb costella de la matança. Després se servien amanides. A partir dels anys setanta, aproximadament, al Pallars Sobirà, ja s'anava al mercat de Sort i les amanides eren força variades. Abans, però, es feien només amb els productes de què es disposava en aquesta època de l'any. Llavors es feien les amanides amb col confitada amb vinagre, sardines en llauna, ceba, xicoies o escarola. Al migdia l'amanida era més variada, perquè a la nit només es menjava escarola i api:

Al migdia es posava més coses, si t'havia sobrat una mica de xoriç de l'any passat, xicoies, ou dur, sardines. Des que jo me'n recordo ja posaven tomàquet, pebrot i de tot. Però abans no. (Dona, 34 anys Esterri d'Àneu, 24-3-1999)

Calia servir també algun producte de la matança de l'any anterior, com un bull, una orella de porc, un peu, una mica de botifa-

rra..., per demostrar que s'havia administrat bé al llarg de l'any. Després s'acostumava a fer pollastre o conill guisat i es tastava la carn del porc. Es tallaven finets els «solomillos» (els filets) i es feien fregits, i se'n deien «xulles». A moltes cases es feien grans paelles de costella i llom fregit. I després fetge. Per acabar, es menjava el fetge de porc fregit, amb una mica d'all i julivert. Així, per dinar hi havia quatre plats: el caldo, l'amanida, el conill o pollastre guisat i per acabar la carn del porc. Tampoc no podia faltar l'allioli de codony. Encara que també es feia per altres ocasions, se solien guardar codonys i peres per al dia de la matança. Alguns informants destaquen la diferència existent entre els codonys d'«abans» i els d'«ara»:

Per la matança, allioli de codony. Aquí al poble no n'hi havia, de codony, s'havia d'anar a buscar. Ara te'n venen, però els que venen no tenen res a veure amb els d'aquí, res a veure. Jo en tinc a l'hort, que en vaig comprar a mercat, i s'han fet grossos, però de gust no tenen res a veure. El d'aquí, agafaves un codony i el posaves a una habitació, i ¡feia una olor! I aquest d'ara res, però res. Molt gros i molt bonic, però ni olor ni gust, però és que ara ho estant manipulant tot.... (Home, 70 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

I de postres, com que llavors de fruita no n'hi havia massa, allò habitual era tenir préssecs i pinyes en almívar. O això, o flam, si hi havia prou ous a casa, ja que també se'n necessitaven molts per fer el bull d'ou. Si se'n tenien bastants, es feia flam o crema, i si no, fruita amb almívar, préssec o pinya. Per postres també es menjaven fruites seques. I cafè.

Després de dinar la mestressa es quedava fregant plats i s'iniciava el procés de triturar la carn. Es triava en primer lloc les carns. Els lloms es guardaven per fregir i també se'n podia reservar per fer confit. I la resta s'utilitzava per fer el xolís. El xolís es feia amb llom, que era considerada la carn més bona. Després les espatlles normalment es desfeien, no es guardaven com a pernils, sinó que es desfeien. Les potes de darrere sí que eren els pernils, però les espat-

lles no. Es guardaven per elaborar la llonganissa crua. Es podia fer de dos tipus. Una que en deien «la bona», la que es feia amb carn de l'espalla, evitant que hi hagués cap tros de tendó. Bàsicament era això, carn d'espalla i de vegades algun trosset que quedava de carn del coll. I després es feia una altra, la que s'anomenava la «traïdora», on es posava la carn més vermella, és a dir la carn del coll, per exemple, ja que en degollar l'animal aquesta carn era més fosca de color, i els trossos que tenien més tendons. També es posaven els pulmons. Els pulmons del porc no s'anomenaven pulmons, sinó freixura. També es posava el cor, i de la carn del cap es treia el que es deia la careta i la papada, i la resta es feia bullir. Amb aquesta carn cuïta, els ronyons, tot això que es considerava de menys qualitat, es feia la llonganissa traïdora. Aquesta llonganissa o bé s'assecava o bé es deixava per menjar a la brasa. També es feia en confitat. El que passa és que aquesta, tant si es volia gastar tendra com si es volia per assecar o fer-ne confitat, és la que s'havia de gastar primer, perquè era més greixosa i es feia rància més aviat. La botifarra traïdora era molt bona els primers dies, fins i tot es considerava que era millor que no pas l'altra. De la botifarra «bona» se'n menjava una a la nit, el dia de la matança, però com que feia poques hores que s'havia salpebrat no tenia encara gaire sabor, mentre que la traïdora era més gustosa aquest primer dia.

També es feia llonganissa de fetge; a la carn de porc, normalment la carn considerada de qualitat inferior, s'afegia el fetge, all i julivert i s'escaldava. Amb el fetge també es podien fer patés:

A casa sempre ens han agradat molt els patés, i la meva mare feia patés. Però hi havia cases que feien botifarres de fetge.. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El primer que es feia era la botifarra de llengua. Per elaborar-la s'utilitzava el mateix tipus de carn que per fer el xoliç, la més bona, però a més s'hi posava la llengua. Primer calia escaldar-la. Es tirava un moment a la caldera, i, després, o bé es podia tallar a tires i posar-

la al mig de l'embotit, o bé es triturava i s'embotia barrejada amb la resta de la carn. I aquesta es feia sempre amb un bull concret, el que seria el tros del recte. La botifarra de llengua era molt bona, una mica més greixosa que el xolís. Aquest interessava que fos magre, per evitar que es fes ranci. Els xolissos eren molt delicats a l'hora d'embotir, perquè si entrava aire a la màquina es podien fer malbé fàcilment. Era una tasca que es reservava als que dominaven la tècnica. Pel que fa la resta, com que es feia coure, no calia vigilar tant. Mentre que uns embotien els altres tallaven el greix. S'agafava part de la cansalada i es treia la cotna. Les cotnes també s'havien de fer bullir. Es posaven a la botifarra negra i el bull d'ou. Normalment, si es feia llonganissa de fetge, primer s'havia d'elaborar el bull d'ou. La botifarra sempre es feia al final, perquè quedava tota la màquina plena de sang. Per estalviar-se la feina de desmuntar i netejar cada cop, era la darrera cosa que es feia. I si s'elaborava llonganissa de fetge, es deixava per just abans de la botifarra, perquè el fetge també embrutava. El bull d'ou normalment s'embotia en budell estret, perquè era una dels productes que s'aprofitaven per al caldo. També se'n feien uns quants amb budell ample, però no gaires. El bull d'ou es menjava fregit o a la brasa els primers dies. Hi ha qui diu posar actualment de nou a deu rovells d'ou per bull, però observen que abans se'n posaven menys perquè no se'n podien gastar tants i calia «estirar» per a tot l'any. Els amples, que només se'n feien tres o quatre, es consumien, i els altres es penjaven i es guardaven per al caldo. La botifarra ampla es preparava per consumir aviat i després se'n feia una altra, que era pràcticament igual, però amb la diferència que s'hi afegia ceba. Aquesta també es posava al caldo, i s'embotia al budell estret. Es penjaven al rebost i es guardaven per posar al caldo durant tot l'any:

Es guardaven pel caldo, i de vegades recordo que a l'estiu s'havia de posar papers de diari a sota, perquè regalimava suquet. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

De vegades, si s'acabaven els budells, amb la mantellina es feien els «gossos», que era la botifarra normal embolicada amb la mantellina. També s'aprofitava la bufeta de l'orina, que es girava del revés, i s'aprofitava per embotir botifarra, si s'havia fet curt. La mantellina també s'utilitzava per als patés:

A casa en fèiem uns quants amb mantellina, per menjar aviat, i després amb pots, al bany maria, per guardar. Després el que feia ma mare, que a mi m'agradava molt, eren els ronyons. A casa no els posaven mai a la llonganissa traïdora, i la melsa tampoc. La melsa, darrerament, ja era una cosa que la majoria de la gent llençava. La meua mare tallava els ronyons a trossos, i posava, a un trosset de mantellina, posava una mena de membrana que hi ha al costat del fetge, el que aguanta el fetge com si diguéssim, posava això, el ronyó, all, julivert, sal i pebre, embolicat amb la mantellina, i ho deixava vuit o deu dies, i es posava a l'escudella. I després es menja, és com carn d'olla. La melsa també dona molt bon gust a l'escudella, però després no es menja, es llença, és per als gats i els gossos. Però feia un caldo boníssim. (Dona, 32 anys, Esterrí d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Normalment a mitja tarda es parava un estona per berenar, una mica de pa amb xolís o el que fos, i després ja es posava la caldera al foc amb aigua per anar coent les botifarres, la botifarra de fetge i el bull d'ou. Els bulls s'havien de deixar bullir uns vint minuts. Calia vigilar que estiguessin ben cuits, perquè si no es podien fer malbé. La botifarra, si estava poc cuita, no es podia aprofitar, i la botifarra d'ou, si l'ou estava poc cuit, es feia agra. Normalment els bulls estrets i les botifarres havien de bullir uns vint minuts. A l'hora de bullir, les botifarres també eren sempre les últimes. Les botifarres embotides en el budell més ample, en el que va enganxat l'apèndix, havien de bullir quasi una hora.

I quan ja estava tot acabat se sopava. Per sopar s'acostumava a fer verdura, normalment en aquella època l'única verdura que hi havia eren cols. Després, com que ja tothom tenia congeladors, ja es podia fer mongeta, o qualsevol altra verdura, però quan s'havia de fer la

verdura del temps normalment es menjava col. Perquè la matança es feia des de desembre fins a mig febrer. A partir de llavors ja no anava bé, perquè ja feia més calor i a l'embotit ja li costava més d'assecar-se. I en aquesta època de l'any només hi havia cols. Després es feia una safata d'api i escarola, i si algú no tenia api, l'anava a demanar, perquè era impensable que es pogués sopar sense api i escarola:

Per la matança era impensable sopar sense api i escarola. I a lo millor feia un mes que no n'havien menjat, i passaria un mes que no en tornarien a menjar, però aquell dia tocava. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

A continuació es menjava llonganissa, una de cada, és a dir una «bona» i una «traïdora». Una o les que calguessin, perquè de seguida s'ajuntaven com a mínim una dotzena de persones.

Per postres, es menjaven normalment torrons. Abans només els del tipus xixona i alacant. Progressivament es van anar introduint les altres varietats que es trobaven al mercat, com els de crema, de xocolata, de massapà, etc. Amb tot, els de xixona i alacant no podien faltar.

A la nit també es feia cafè, i s'acostumava a obrir una ampolleta de cava. Després de sopar s'acabaven de coure els embotits:

I després, doncs sentats tots al voltant de la caldera. Esperant que acabessin de coure... I de vegades et podien donar les dues o les tres de la matinada. Era tot un dia dedicat a això, perquè et podies haver aixecat a les sis o a les sis i mitja i acabaves de matinada. Acabar abans de la una normalment era difícil. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Com que els embotits acabats de coure cremaven, per treure'ls de la caldera s'emprava una mena de sedàs dels que s'utilitzaven per separar el gra, es posava un drap a sobre i es posaven les botifarres allí. S'anaven traient de la caldera i s'anaven col·locant. Es buscava

un lloc, normalment al rebost mateix, o en qualsevol lloc tancat on es poguessin instal·lar unes fustes. Penjar-los de seguida no era aconsellable, perquè en podia haver algun que estigués una mica ressentit i es podia trencar, i quan ja estava fred estava més dur i resistent. D'altra banda, es considerava que no s'havien de posar de seguida al rebost, ja que el vapor que desprenien podia perjudicar els altres productes que hi havia. Allò més habitual era posar unes fustes a terra en alguna habitació, amb sacs de paper a sobre, procurant que quedessin amb la forma adient, que quedessin ben posats. Perquè si es deixaven tots amuntegats quan estaven freds ja no era possible canviar la forma que havien adoptat, i llavors no es podien penjar bé. Per tant, es deixaven ben col·locats, i l'endemà es penjaven i ja no calia fer res més.

Les llonganisses i el xoliços s'anaven canviant, es penjaven un dia per una banda i un dia per l'altra, durant una setmana. Quan els xoliços es començaven a assecar, se'ls posava un pes a sobre, normalment acostumava a ser un maó. Això es feia per donar-los la seva forma característica, però també per compactar més la carn. Es posava un drap a sota, i s'anaven fent arrugues amb el drap perquè els xoliços no toquessin els uns amb els altres. O bé es posava un maó al damunt de cada xoliç, o bé es posava una fusta amb uns quants maons a sobre, perquè així ja es premsaven tots de cop. Es deixaven dos o tres dies a la premsa i després ja es penjaven.

Els pernills també s'havien de salar i posar-los a la premsa. Als pernills sí que s'havia de posar un bon pes a sobre. Posaven una fusta i al damunt una pedra ben grossa. I s'havien de girar; primer es posaven d'una banda i després de l'altra, ben bé durant quinze dies o més. Després, quan ja estaven salats, es penjaven. Els ossos també s'havien de salar, per fer caldo. Hi havia qui deia que als ossos s'hi havia de deixar una mica de carn, perquè donés més gust. Però també hi havia gent que deia que l'os era l'os, i que tota la carn que es pogués pelar era carn que podia anar a fer una mica més d'embotit. Sobretot la gent gran, intentaven aprofitar-ho tot. Fins i tot

l'espina es mirava de repelar bé amb un ganivet. No es feia així, amb tot, a totes les cases:

Nosaltres no ho repelàvem tant, perquè els ossos del carriscle, si els deixaves amb carn, després els tallaves a trossos i els guisaves amb patates i estaven boníssims. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

La setmana després de matar el porc encara hi havia molta feina. Calia rentar els draps. S'havien de posar en remull, amb aigua calenta, amb sabó, amb lleixiu, perquè estaven molt greixosos i ensangonats. Primer es netejava la sang i després es rentaven amb aigua calenta, sabó i lleixiu. Després s'havia de netejar el rebost, tots els ganivets, les màquines per picar la carn i per embotir, etc.

També s'havia de preparar el confitat de la llonganissa i de la costella, i en algunes cases també de llom. El llom, però, quedava més greixós, per això era més freqüent confitar només la costella i la botifarra. Quan feia una setmana que les costelles estaven penjades es tallaven d'una en una i després se'n feien dos o tres trossos de cada. Llavors es feia bullir amb oli, pebre en gra, fulles de llorer i alls. Quan ja estava cuit es deixava refredar i a continuació es tupinava. Abans es posava en tupines de terrissa i més tard en olles de porcellana esmaltades. Després es van introduir els pots de vidre. Quan ja s'havia tupinat s'acabava d'omplir el pot amb oli, per conservar. Darrerament aquesta operació ja pràcticament no es fa, ja que es guarda directament al congelador. Les llonganisses es feien coure senceres i després s'agafaven amb pinces i s'anaven tallant per anar-les guardant a les tupines, s'omplien d'oli i es tapaven. El confitat es feia durar ben bé fins a finals d'estiu.

Actualment la matança del porc ha canviat força. En primer lloc, a la major part de les cases s'ha deixat de fer, per diverses raons:

Ara ja hi ha molt poca gent que segueixi fent la matança. A casa sempre s'havia fet, fins fa 7 o 8 anys. Ho vam deixar perquè el meu germà i la

meva cunyada van posar una carnisseria, i llavors clar, tenint-ne cada dia... Clar que no és el mateix, però... (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Sovint s'addueix que dóna massa feina i que les cases d'avui no estan ben condicionades per a aquesta pràctica:

Abans nosaltres en matàvem força, de tocinos, però ja no. Dóna massa feina, i les cases ja no són com abans. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

També es comenta sovint que ara no convé menjar tant tocino, i es fa referència al colesterol:

La gent gran en general ja no està per tanta feina, i a més no els convé gens menjar tocino. La meva mare no en pot menjar, perquè té colesterol. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Fins i tot a les cases on se segueix fent, s'observen diferències notables. Des del punt de vista dels àpats propis d'aquest dia ja no segueix l'estructura invariable d'abans. Tot i que es fa un bon dinar, el menú pot variar i tampoc és tan abundant, encara que se segueix fent un tast dels productes de la matança. D'altra banda, determinades activitats, com elaborar el confit, es deixen de fer perquè per conservar s'utilitza la congelació, i, com ja s'ha observat, es llencen les parts menys valorades com el fetge:

La matança s'ha perdut molt. Perquè ja no es tenen les cases acondicionades, i no es reuneix la gent que es reunia llavors, que una preparava la tripa i l'altra coïa el bull... I es feien tres o quatre tocinos en un dia. Ara com a molt se'n fa un. Ara la conserva i això ja no es fa, les tupines i tot això. Home, hi ha gent que potser sí que ho fa, però la majoria no. És que no cal. Avui vas a la carnisseria i compres el que vols. Ja no hi ha aquella necessitat de conservar. I després, que hi ha molta gent que congela, que tenen bons congeladors. O sigui que és molt diferent, la matança. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

També, de la mateixa manera que s'han deixat d'elaborar alguns productes de la matança, també se'n fan altres que abans no s'acostumaven a elaborar, com el paté. A cases on no se n'havia fet mai æel fetge es reservava per a la botifarra de fetgeæ ara se'n fa normalment. Es barreja carn i greix amb una proporció lleugerament inferior de fetge. S'afegeixen 4 o 5 ous i un bol de llet, pebre i sal. Es remena bé i s'introdueix dins de pots de vidre. Aquest paté es conserva bé durant uns dos anys. Es menja per sopar, per esmorzar, per fer entrepans.

D'altra banda, ha canviat també, en força casos, la lògica de la matança. Ja no és un dels elements importants per assegurar l'alimentació durant l'any, sinó que ha adquirit, sovint, un caràcter més lúdic, sobretot entre els joves:

Aquí s'havia perdut molt, això de la matança. Ara sembla que es torna a fer, però d'una altra manera. Mira, ara al meu fill gran, que treballa a Barcelona, el van convidar a una casa, i es van ajuntar força colla, els amics, i la van fer... Com una festa. Però no és com abans. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà)

Sí que hi ha gent que ho fa, per fer la festa. Nosaltres, per exemple, amb uns amics, fa tres o quatre anys, encara ho vam fer. Vam comprar un porc a mitges i ho vam fer..., però és allò que et fa il·lusió fer-ho, i tenir l'embotit de casa, i tot això. I sí, fa tres o quatre anys encara ho vam fer. (Dona, 30 anys, Sort, Pallars Sobirà, 21-3-1999)

I la gent jove, ja no hi ha les condicions per fer-ho. I és una llàstima. Fa un parell d'anys, uns amics nostres de Balaguer, que tenen un granja de porcs, i se'ls va acudir de matar el porc. I nosaltres cap allà, a ajudar, perquè ens feia molta gràcia tornar-ho a fer. A mi, si em diuen que demà hi ha una matança, jo m'apuntaria ràpidament. Però en general s'ha perdut molt. (Dona, 34 anys, Esterrí d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Sovint aquests joves es lamenten d'aquesta pèrdua, ja que en guarden un bon record:

Ja no val la pena fer la matança, però jo era un dels dies que m'ho passava més bé. A mi m'encantava. A més, la meva mare també anava a casa dels veïns. Era la que posava la sal i el pebre, i anava a quatre o cinc cases. I jo anava amb ella. I la meva màxima il·lusió era arremangar-me i posar-me a remenar. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, 24-3-1999)

També s'observa que plats i productes —és el cas també d'alguns embotits— que es feien per la matança, en deixar de fer-se aquesta també s'han deixat de fer o es coneixen menys. Una informant, que és cuinera a Esterri d'Àneu, diu no saber fer freginat, tot i que sap que abans es feia per la matança, però ella no en fa mai per als seus clients ni per casa:

Jo no en sé fer, de freginat. Abans el freginat es feia molt quan mataven els tocinos. Posaven fetge, feien coure una mica de sang, allí a la caldera, i llavors ho barrejaven tot i trinxaven ceba, i feien fer un xup-xup a la cassola. I això hem sembla que era el freginat. Però jo no en sé fer, i com que ja fa molts anys que hem deixat de fer la matança... (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Cuinar

La transmissió i l'aprenentatge del coneixement culinari

Tot i que les preferències alimentàries es construeixen habitualment dins del marc familiar durant la infància, no es pot dir el mateix de l'aprenentatge de la cuina. Naturalment, hi ha unes bases que sí que s'adquireixen a la llar i que marquen molt les pràctiques alimentàries i les formes de cuinar, però en general sembla que l'aprenentatge de la cuina s'iniciï molt sovint en marxar de casa i assumir les tasques domèstiques, i que és un aprenentatge que continua en el decurs de tota la vida, ja que es van incorporant nous productes i noves tècniques, es produeixen adaptacions a les preferències dels altres membres de la unitat domèstica (en primer lloc el marit i més tard els fills, normalment, però també en molts casos els sogres o altres familiars amb qui es conviu), i també a les circumstàncies vitals canviants, sent l'edat un dels factors clau (no es menja de la mateixa manera durant la joventut que durant la maduresa, i la vellesa sol introduir canvis destacables). Al llarg de la vida canvien les formes de cuinar, en funció d'altres aspectes, com la composició de la família. La presència de nens petits, que els fills encara visquin a casa o no, cuinar per a una sola persona o per més, etc., suposen comportaments diferents i l'adaptació a aquestes situacions diverses implica uns aprenentatges continuats. Les malalties són un altre element fonamental, ja que en determinats casos es tradueixen en uns canvis profunds en l'alimentació. En aquest cas la necessitat d'aprendre noves formes de cuinar i la introducció de nous productes esdevé més imperiosa.

El fet d'aprendre a cuinar en marxar de casa és molt freqüent entre els joves. En la major part dels casos no havien participat mai en aquestes tasques mentre vivien amb els pares, i es veuen obligats

a aprendre'n quan viuen sols. Aquesta situació es produeix sovint entre els joves de la comarca quan comencen els estudis universitaris, ja que es veuen obligats a desplaçar-se a altres llocs per poder estudiar. El fet de casar-se o anar a viure en parella significa també sovint la necessitat d'aprendre a cuinar (i totes les altres tasques associades a l'alimentació, com el proveïment):

La meva filla, ara, des de que s'ha casat, sí que sap cuinar. S'ha espavilat molt, però quan era a casa no sabia fer res. No es pot dir que l'hagi ensenyada jo. A après pel seu compte, de receptes, de llibres... Jo sí que vaig aprendre de la meva mare, que era molt apanyada. També faig servir llibres de receptes, perquè a les meves filles els agrada molt menjar així, de receptes de llibres. (Dona, 63 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Amb tot, i encara que es comenci a cuinar en marxar de casa els pares, no es pot negar la influència de les formes de cuinar i de les pràctiques alimentàries que s'han interioritzat des de la infància dins la família. S'observa una clara tendència a seguir unes pautes bàsiques generals «apreses» en el context familiar, que tenen una influència molt important en les pràctiques alimentàries, tot i el pes que puguin tenir posteriorment els altres factors ja esmentats. Tot i així, les dones joves acostumen a incorporar plats i tècniques que no han après a casa, i que s'adapten millor als seus gustos o als seus interessos dietètics:

Sí, la meva filla va aprendre a cuinar amb mi, però ella fa més coses que jo, no sé, com llom a la sal o coses així. Fa més coses. Li agrada posar-s'hi, i fer coses que no ha fet mai. No és que tingui molt temps, perquè treballa i té dos crios... Però quan té temps li agrada provar coses noves. (Dona, 62 anys, Sort Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Ara bé, el fet de casar-se o de marxar de casa no sempre es tradueix en l'assumpció de la responsabilitat de l'alimentació familiar. En graus diversos, s'observa en molts casos que les mares i àvies són

responsables en bona mesura de l'alimentació de fills i néts:

Les meves filles, quan estaven a casa, no cuinaven. I ara, que estan casades, les dues treballen i no estan gaire a casa. Els dies de festa ens reunim i ho faig tot jo. I els altres dies, a la que viu més a prop cada dia li faig el primer plat jo. A l'altra no, perquè no dina a casa. Dina a un bar, al costat de la feina. I els nens mengen a escola. Només fan el sopar a casa. Jo ja les havia volgut ensenyar a cuinar, però elles no han volgut aprendre mai. No tenen afició. Jo sempre li dic al meu marit que quan jo no hi sigui, els diumenges aniran a dinar al restaurant. (Dona, 66 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

D'altra banda, no són només els joves els qui afirmen que no s'han relacionat amb la cuina fins que ho han necessitat. És molt freqüent que dones més grans assegurin que van haver d'aprendre'n per necessitat, sobre la marxa, en el moment d'assumir, per diferents raons, la responsabilitat de la seva l'alimentació o de l'alimentació familiar:

La meva cunyada sí que cuinava de meravella, però a mi no m'havien ensenyat mai res. Em deien que ja n'aprendria i quan va faltar ma mare, jo i les meves germanes ens vam haver d'espavilar. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Les dones grans sovint observen que l'alimentació ha canviat molt, que l'abundància i la varietat actuals no tenen res a veure amb la situació de quan elles eren joves, i, per tant, han hagut de reaprendre i d'introduir noves formes de cuinar i nous productes:

A casa meva pots comptar el que em van ensenyar. A fer escudella i patates, patates bullides, patates fregides, truites de patates... (Dona, 78 anys, Gerri de la sal, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

El fet d'introduir canvis en les pautes alimentàries apreses durant la infància no és exclusiu d'aquesta generació, ja que ens trobem amb una situació semblant entre les dones més joves:

La meua filla, des que no viu a casa, s'ha hagut d'espavilar. El que passa és que el jovent sí que ha canviat molt el tipus de menjar. Molts plats d'espaguetis, el que compta és que hi hagi molta pasta, pit de pollastre arrebossat, llom arrebossat, coses d'aquestes. Ara encara fa de tant en tant algun guisat, però li costa molt acostumar-se a fer guisats. I està criada a casa, però a l'hora de fer-s'ho ella, canvia. (Dona, 50 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

En altres casos s'afirma haver après a casa, de la mare. Encara que després s'ampliïn els coneixements i s'incorporin noves receptes i noves formes de fer, es té molt clar el pes de l'aprenentatge fet al costat de la mare:

Jo he après a cuinar de la meua mare, sobretot de la meua mare. Però també faig servir llibres de cuina, molts plats els he estudiat jo. Bé, potser no gaires, però m'agrada consultar llibres de cuina i així, però la base és la d'abans, la de la meua mare. Sí, sí, diuen que sóc molt bona cuinera, però no ho sóc tant, eh. M'agrada la cuina molt natural. M'agrada una primera matèria bona. Tot això que es fan tantes barreges i tot això, no m'agrada gens. Que tingui gust de la cosa, del que hi ha. Per això segueixo molt el que m'ha ensenyat la meua mare, i dels llibres i així només agafo algunes coses. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Ara bé, tot i admetre que l'aprenentatge primer i bàsic el deuen a la mare, altres informants emfasitzen la importància dels coneixements que han anat adquirint personalment al llarg del temps:

Quan hem vaig casar cuinava la mare del meu marit. Al principi ho feia ella, i després ja ho vaig anar fent jo. Jo a casa de la meua mare ja havia après a cuinar, però aquelles coses d'abans. Es podia menys que ara. Jo he anat aprenent amb el temps. Hi ha moltes coses que me les he anat inventant jo. Perquè el cuinar, si cuines, un dia ho fas d'una manera i un altre dia ho fas de la mateixa manera i no te'n surts. I no saps per què. Es va fent sobre la marxa, proves d'una manera, proves d'una altra... (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

En aquest sentit és il·lustratiu el cas de dues dones joves que es

dediquen avui professionalment a la cuina. En ambdós casos no havien fet un aprenentatge a casa, de joves, al costat de la mare, ja que havien marxat a estudiar fora. Quan descobreixen que els agrada la cuina, més tard, per diferents circumstàncies personals, i decideixen fer-ne la seva professió, llavors sí que recuperen els coneixements de la mare i completen el seu aprenentatge amb altres fonts i amb l'experiència fruit de la mateixa pràctica.

La cuinera és la meva dona. I és autodidacta. Quan ens vam casar ella estava estudiant, i això de l'hostaleria no li venia de res. Jo estava treballant a un bar a aquella època, i va sortir la possibilitat de llogar aquell bar. Resulta que va ser els primers anys que es feien esports d'aventura i jo tenia una relació molt directa amb tot això, i vaig tenir molta sort i vam treballar moltíssim. Llavors vam començar la experiència de servir quatre «tapes», perquè vam veure que aquest producte interessava. Es va informar de la seva mare i de la meva, que són gent de casa de tota la vida, i així va descobrir que li agradava la cuina, fins al punt de dir-me de muntar un restaurant nostre. Va començar a comprar llibres, a experimentar a casa... Jo, personalment, era el conillet d'índies.. (Home, 38 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1993)

Jo sóc d'aquí, però no hi havia posat mai gaire atenció, fins que la meva mare va estar molt malalta. Ella feia la cuina que servien aquí, li agradava molt. La meva mare feia molts plats que és una llàstima que no els aprenguéssim, perquè pensava que no m'agradaria la cuina. Feia la cuina antiga, perquè de molt jove ja va començar a treballar, a cuinar a les cases. Tres mesos abans de morir em va dir que en posés a la cuina jo. Jo em vaig posar per fer-la contenta, però no sabia que m'agradaria. I em va agradar molt. Abans no havia cuinat gens. Cuinava només quan tenia un sopar d'amics, agafava un llibre o una revista, una recepta, i la feia servir com estava escrita. Però arran d'això de la meva mare, em va ensenyar plats seus. Em va ensenyar tots els plats de la cuina tradicional que tenien èxit. I em va agradar. A mi tot el que és creatiu m'agrada molt, però la cuina, potser perquè de petita me la van voler imposar, com el cosir, no li havia trobat el gust. Però amb això de la meva mare li he agafat el gust molt ràpid. He agafat una part de la seva cuina, però ella se'n va anar amb moltes receptes que jo no he pogut aprendre. Després

jo també he après receptes pel meu compte i he agafat receptes que em van bé, que m'he inventat o he canviat. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

També és freqüent que altres persones intervinguin en l'aprenentatge, en la major part dels casos la sogra. De vegades perquè es conviu amb ella, en casar-se, que és moment de començar a cuinar per la major part de les dones. Altres vegades, perquè el marit està molt acostumat a la cuina de la seva mare i demana que s'introdueixin els plats i les formes de cuinar d'aquesta. En aquest cas sovint la jove demana receptes i s'informa directament de la seva sogra per satisfer les exigències del marit. En altres ocasions, la sogra és molt bona cuinera i la jove té força interès a aprendre d'ella:

La meva sogra en sap molt, de cuinar. És que li agrada, sempre s'ajunten colla a menjar a casa, els fills solters amb les nòvies, els casats... Ella també me n'ha ensenyat molt. I de tant en tant, quan tinc algun dubte, la truco: iaia, que hem pot dir com es fa, això? (Dona, 50 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

No és infreqüent que es consideri que no es van saber aprofitar a temps els coneixements de la mare, perquè en aquells moments no es valoraven, i quan s'han volgut recuperar ja no ha estat possible:

Mira, avui vull fer crema catalana, perquè demà és Sant Josep. I jo no l'he feta mai, perquè fins fa dos anys la feia la meva mare, que la feia superbona. I ara li he anat a preguntar i ja no se'n recorda, ja té 86 anys. Ja no se'n recorda de res. Jo, una de les coses que més recordo de la meva mare és un conill amb suc que feia, que era boníssim. I a més el feia molt ràpid. I jo en aquells moments no em fixava. I ara ja no puc saber com es feia, precisament aquest no sé com es feia. (Dona, 50 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

El temps dedicat a la cuina

En primer lloc cal establir una diferència entre el temps dedicat a la cuina els dies feiners i els dies festius. Com ja s'ha comentat en

parlar d'àpats extraordinaris, se sol reservar la cuina més elaborada per als dies festius, per la qual cosa s'incrementa considerablement el temps dedicat a la cuina.

D'altra banda, com també s'ha observat, la disposició de cuinar més els diumenges decreix entre les dones més joves i les que treballen jornades completes fora de casa, que consideren el diumenge el seu dia de descans setmanal. Cal tenir en compte que les tasques domèstiques són percebudes avui dia com a particularment feixugues, com una càrrega afegida a la pròpia càrrega laboral. D'altra banda, estan particularment desvaloritzades pel fet que segueixen recaient majoritàriament sobre les dones.

Amb tot, i això és important, de totes les tasques domèstiques, la cuina, juntament amb la cura dels nens, és la menys desvaloritzada, i més si es considera la gran importància que s'atorga a l'alimentació per conservar no només la salut, sinó també la forma física, l'aparença de joventut i la bellesa. També, en força casos, l'alimentació es viu com un plaer i per tant resulta gratificant dedicar temps a la preparació del menjar, molt més que altres feines de la casa:

Jo reconec que sóc una mica egoista, perquè li dic al meu marit que jo faig el dinar i ell que renti els plats. I com que cuinar m'agrada molt, reconec que sóc egoista. Però és que cuinar és creatiu i fregar no. (Dona, 65 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Per aquest motiu, no és rar trobar dones joves que treballen fora de casa amb una bona disposició a dedicar temps a la cuina:

De les feines de la casa, l'única que m'agrada és la cuina. El temps que li dedico varia, és difícil de calcular. Igual un divendres o un dissabte a la tarda o una tarda que no treballo, m'hi passo tota la tarda. Però llavors la setmana següent, com que ja ho tens tot molt preparadet, potser m'estic mitja hora o tres quarts, com a molt, per preparar el dinar. Però què a més pensa que arribo a les tres, i llavors ja tens gana. I si a aquella hora t'has de posar a fer segons què, ja et passen les ganes. (Dona, 32 anys, Esterri d'Àneu, 25-3-1999)

Entre les dones que treballen és freqüent destinar força hores del cap de setmana i dels dies festius a cuinar, per tal de simplificar la feina els dies feiners, en què es disposa de poc temps per a aquestes tasques:

El cap de setmana em dedico tot un dia a cuinar bastanta quantitat. Sí que és veritat que hem passat tot un dia o una tarda esclavitzada, però després la resta de la setmana m'estalvio temps i diners. (Dona, 35 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

Ara bé, encara que hi hagi una bona disposició entre aquestes dones joves que treballen fora de casa a dedicar temps a la cuina, se sol establir una distinció clara entre l'alimentació quotidiana, que ha de ser senzilla i ràpida de preparar, i la cuina festiva o excepcional, a la qual és pot dedicar més temps i atenció:

Penso que normalment s'han de menjar senzill i equilibrat, i dedicar un temps raonable a cuinar, perquè tinc moltes altres coses a fer. Però un dia que celebres alguna cosa —perquè el menjar és una bona manera de celebrar— fas una cosa més elaborada. Si cada dia cuines molt elaborat, tampoc saps distingir els àpats extraordinaris dels altres. Un dia fer alguna cosa especial, perquè celebres alguna cosa, o simplement perquè et dóna la gana, penso que està molt bé. Però cada dia no. No es pot passar tantes hores a la cuina, tampoc. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

També el temps que s'està disposat a passar a la cuina varia en funció d'allò que s'ha de preparar:

Jo, com que treballo, passo més temps a la cuina els diumenges, però passaré més temps fent unes postres que fent un segon plat. Les postres és el que més m'agrada fer. Aquestes receptes me les miro molt més que si faig una altra cosa. (Dona, 56 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

D'altra banda, el temps destinat a la preparació del menjar varia

molt en funció del nombre i l'edat dels membres de la família. Si la dona no treballa fora de casa sol dedicar més temps diari a la cuina. En general es parla d'entre una i dues hores al migdia i mitja hora o fins i tot menys per sopar. Amb tot, en general la dedicació pot variar molt d'un dia a l'altre, i un dia s'hi pot dedicar tot el matí, i deixar preparades coses per a altres dies, i un altre enllestir el dinar en vint minuts.

Jo, en general, passo moltes hores a la cuina, però no sempre, depèn de les ganes, o del que he comprat. L'altre dia vaig fer vuitanta canelons. Anava molt bé de preu la carn de vedella, i vaig comprar-ne mig quilo i mig de tocino. Em vaig passar tot el matí a la cuina, però els congelo i ja els tens per un altre dia. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

El temps que es dedica diàriament a la cuina, si no es treballa a fora de casa, depèn també de la disposició i les ganes que es tenen en cada moment. El fet d'estar-se a casa no sempre es tradueix en més temps a la cuina:

El temps que dedico a cuinar? Depèn, perquè no sempre en tinc ganes. Els dies que no en tinc, faig un plat de verdura i un bistec a la planxa. Però si en tinc ganes m'entretinc molt a la cuina. Els dies que m'avoreixo vaig al congelador i miro el que puc fer. I faig un plat, encara que sigui per congelar. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, 24-3-1999)

El fet de no treballar fora de casa i dedicar més temps a la cuina se sol traduir en un major reaprofitament del menjar; per exemple, és més freqüent l'elaboració de croquetes per aprofitar la carn del caldo:

Quan faig croquetes és per aprofitar coses. Comprar expressament per fer croquetes, no. Les faig amb el bullit del caldo, i de vegades poso un tros de llonganissa. O un tros de pollastre que ha sobrat i ja no et ve de gust. Per aprofitar, perquè no estem en temps de tirar res. També poso una mica de pernil, per donar gust. Quan en faig, en faig una bona quantitat. Les poso en safates, dins de bosses, i al congelador. I si un dia

som una colla i no sé que fer, fem unes patates fregides i unes croquetes o una amanida amb croquetes i ja està, tens un dinar o un sopar. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

A les cases on hi ha nens es cuina força més que en aquelles on no n'hi ha, en termes generals. El naixement de fills o de néts sol introduir canvis en els comportaments alimentaris. En l'altre extrem, el fet de ser només una parella o una persona sola —el fenomen és molt més accentuat en aquest darrer cas— el temps dedicat a la cuina es redueix d'una manera dràstica la major part de les vegades:

Jo em passo molt poca estona a la cuina. Per a mi sola... no em cal passar-hi gaire estona. Planxa, amanides, caldo vegetal. Perquè a més he de vigilar i fer règim. A mi no em fa mandra cuinar i no miro el temps que passo cuinant. Però per a mi sola... (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

En d'altres casos no es cuina al llarg de la setmana, només els caps de setmana. Aquesta situació se sol produir en dones joves que treballen fora de casa. Durant la setmana cuina la mare (en alguns casos viuen amb ella però en altres no, i només hi van a dinar) i els caps de setmana cuinen elles.

Una de les fórmules per disminuir el temps dedicat a la cuina és recórrer al menjar preparat. El consum de plats preparats no sembla ser elevat al Pallars Sobirà, llevat d'alguns congelats, com les croquetes o les crestes. D'altra banda tampoc sembla haver-hi una oferta destacable de precuinats, si es compara amb altres zones de Catalunya on els precuinats estan molt més implantats. Sovint s'observa una certa prevenció enfront d'aquests productes:

Plats preparats? ¡No! Un cop vam comprar unes llaunes de sopa i ens van caducar. Les va comprar la meva filla a Andorra, i allí es van quedar. Només ens vam menjar la d'espàrrecs i la resta van caducar. I és que és molt més bona la crema d'espàrrecs que fem nosaltres. No pots comparar aquests pots amb la que fem. Croquetes congelades tampoc, me les

faig jo, les croquetes. De preparades només n'he menjat un cop i no em van agradar. I això que eren de les bones. Però a mi em va semblar que tot era farina. Eren de gambes i em van dir que eren molt bones, jo sigui que encara n'hi havia de pitjors! No sé, això preparat, si treballes i un dia tens una emergència... Però jo, com queestic a casa, sempre hi ha alguna cosa, el congelador sempre està ple. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

A la Seu d'Urgell s'observa una incidència més alta d'aquest tipus d'oferta i hi ha establiments dedicat als precuinats. Amb tot, a les entrevistes no apareix gaire aquest consum, que sembla reservar-se per a ocasions puntuals: un pizza de tant en tant per resoldre un sopar de cap de setmana, un pollastre a l'ast els diumenges que es vol sortir, unes croquetes congelades o unes cresques per a una urgència, quan es disposa de poc temps per cuinar. No apareix en termes generals com un consum regular. Ara bé, la incidència del menjar preparat és prou gran perquè hi hagi qui considera que això és una prova que les dones d'avui no volen o no saben cuinar:

Jo em quedo parada quan veig aquestes botigues que venen menjar per emportar. I penso que és una pena. Hi ha dones que fins i tot compren l'escalivada feta. I penso: ¿com pot ser que aquesta dona es compri l'escalivada preparada, si amb 10 minuts la té feta? Jo no sé si es per mandra o perquè no se la saben fer. (Dona, 60 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

El que sí que sembla més freqüent és encomanar plats preparats als restaurants per als dies festius i les dates assenyalades:

Els restaurants s'han convertit en els conservadors de la cuina tradicional. Per les festes més assenyalades, que abans les mestresses cuinaven molt, ara ho encarreguen al restaurant. La gent, encara que ja no sàpiga cuinar, per les dates assenyalades vol menjar allò propi d'aquells dies. Per exemple, per Sant Esteve encomanen canelons, i per festa major, espatlla de xai. El que més encomanen són guisats. Perquè no saben cui-

nar o perquè la mestressa de casa també vol sortir i fer festa aquell dia. (Dona, 60 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Aquesta tendència d'encomanar plats elaborats als restaurants per les diades s'observa arreu, a tot Catalunya. Tot i que per les diades se segueix cuinant a casa majoritàriament, sí que hi ha un sector de la població que tendeix cada cop més a considerar que els dies de festa més assenyalats són precisament això, festius, i per tant es volen simplificar les tasques domèstiques tant com sigui possible. Tot i que és veritat que són sobretot les dones que treballen fora de casa les que escullen aquesta opció, també hi ha un nombre significatiu de mestresses de casa, de totes les edats, que consideren que elles també tenen dret a tenir festa aquests dies, com la resta de la família. En molts casos s'opta per anar al restaurant, però en d'altres s'escull aquesta solució intermitja, que no suprimeix totes les tasques associades a l'alimentació —cal parar taula, rentar plats, etc.— però presenta els avantatges de poder seguir celebrant la festa a casa, allargar tant com es vulgui la sobretaula, etc., és a dir, conservar els elements que donen caràcter de celebració familiar a l'àpat. D'altra banda, se sol encomanar només el segon plat, el més elaborat, i es prepara a casa la resta, que poden ser uns entrants o un aperitiu abundant, que no exigeixin hores de cuina. D'aquesta manera, es delega només una part de la feina però es conserva la responsabilitat general sobre l'àpat.

Independentment dels plats preparats per als dies festius, i les solucions ràpides per als àpats quotidians (sopes de sobre, croquetes i altres productes congelats a punt de fregir, pizzes, etc.), l'increment de la demanda de servei incorporat és indiscutible:

Abans a les carnisseries et venien les peces quasi senceres, i ara ja te les donen pràcticament a punt per posar al foc. Jo penso que aquests canvis han fet canviar molt les actituds dels botiguers. Abans els botiguers et venien les coses i tu te les havies d'arreglar a casa, i ara cada vegada et venen les coses més arreglades, netejades. Abans et venien la col grossa sencera, i ara pràcticament et venen el cor de la col. T'emportes menys

pes a casa i no se t'omple d'escombreries. Les patates sempre han portat terra, i ara te les venen rentades. Abans els pollastres te'ls venien sencers, perquè abans les potes es feien servir pel caldo. Ara els pollastres ja no se saben aprofitar i te'ls venen filetejats, sense ossos. Per als botiguers la feina ara està en vendre les coses cada cop més arreglades. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Efectivament, a les botigues es venen força productes semipreparats: carn arrebossada a punt per fregir, llibrets de llom preparats, croquetes, cuixes de pollastre farcides a punt per posar al forn... Aquesta mena de productes que simplifiquen la feina i redueixen el temps que cal passar a la cuina solen utilitzar-se d'una manera més quotidiana que els plats precuinats. El recurs a aquesta mena de servei incorporat és més freqüent entre les dones que treballen fora de casa i que tenen poc temps al migdia per preparar el dinar i menjar.

Alimentació i salut

Actualment, quan es parla d'alimentació, sovint es parla també de salut. Aquesta relació entre alimentació i salut sol tenir-se molt present. Alhora, el concepte mateix de salut ha anat ampliant els seus continguts. En general, no l'entendem simplement com absència de malaltia, sinó que ha anat adquirint una dimensió més positiva. Considerar que es gaudeix d'un bon estat de salut fa referència, més que mai, a allò que anomenem "qualitat de vida". El benestar, l'"estar en forma", fins i tot la bellesa i el perllongament de la joventut, són aspectes que s'inclouen en aquest concepte ampliat. L'alimentació és percebuda com un dels factors més rellevants per assolir aquest estat "saludable" desitjat. Així, cada cop més, es considera que una alimentació "sana" i "equilibrada" és una de les vies preferents per gaudir d'un nivell òptim de benestar físic i mental. Els termes d'equilibri i de varietat apareixen de manera recurrent quan es parla d'alimentació, i els conceptes de "natural" i "sa" s'associen sovint als productes alimentaris, amb una connotació clarament positiva. Ara bé, l'alimentació avui té també connotacions negatives, també pot ser percebuda com a portadora de riscos per a la salut, com un obstacle per aconseguir aquest ideal de plenitud física i també, en gran mesura, estètica. Avui, la desconfiança que desperten determinades pràctiques agrícoles i ramaderes (ús excessiu de plaguicides i insecticides, utilització abusiva d'antibiòtics i d'hormones de creixement en la cria del bestiar, etc.) i també l'agroindústria (els additius, conservants, colorants, etc. no sempre són ben vistos, com tampoc altres tècniques de manipulació dels aliments), incrementada pels temors que desperten alguns fenòmens puntuals ("vaques boges", "contaminació" de la Coca-Cola, crisi dels pollastres belgues, etc.) fan que l'alimentació es per-

cebi també com una font de perills. Alhora, de la mateixa que una bona alimentació, una alimentació “correcta”, és considerada una garantia per conservar la salut, una alimentació incorrecta pot incrementar en gran mesura el risc de patir nombroses trastorns i malalties. Els metges, els mitjans de comunicació i la publicitat difonen àmpliament aquest missatge. La relació entre l’alimentació i les malalties cardiovasculars, els tumors, la diabetis, l’osteoporosi, entre altres, és àmpliament coneguda per la població. També la relació entre l’alimentació i el tan temut sobrepès resulta evident per a tothom. Encara que existeixin altres factors que intervinguin en l’excés de pes (factors genètics, hàbits de vida, etc.) cap sembla tan evident com aquest. I en aquesta societat d’abundància alimentària i de gran preocupació per l’aspecte físic, les conseqüències d’allò que anomenem una alimentació “incorrecta” són molt indesitjades per amplis sectors de la població. Aquesta situació es reflecteix en una actitud ambivalent en relació a l’alimentació, font de salut i de benestar, i alhora plena de perills potencials per a aquesta salut i aquest benestar.

Les consideracions que es fan al voltant d’aquestes qüestions al Pallars Sobirà i a l’Alt Urgell no són diferents de les que es fan a la resta de Catalunya. Els conceptes de dieta equilibrada i saludable està força difós, i el de “contaminació” alimentària, també. La preocupació per les conseqüències d’una “mala alimentació” afecta, com a tot arreu, amplis segments de la població.

La gent gran sol esmentar la necessitat de vigilar la seva alimentació per motius de salut. Es parla sovint del colesterol, i, sobretot les dones, de l’osteoporosi:

Jo quan era petita era molt llatinera, però ara he de mirar molt. Estic malament dels ossos, tinc osteoporosi. No em convé gens augmentar de pes, i he de vigilar molt. Tan prima com havia estat tota la meua vida, i ara, des de la menopausa, només faig que posar-me quilos a sobre. I sóc de vida, tot ho trobo bo... És una llàstima. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 21-3-1999)

Això provoca que es modifiqui la dieta, que es disminueixi o s'elimini totalment algun consum, o que se substitueixi per un altre:

Ous, passa setmanes que no en menjo. Pel colesterol, que el tinc una mica alt. I això que els ous m'agraden molt, molt. Jo, un ou ferrat amb tomàquet del que em faig jo, en conserva, me'n faria un fart. Però no pot ser, pel colesterol. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

De peix el que més m'agradava era el lluç i el rap, i ara són els que menys menjo. Perquè m'interessa més menjar peix blau, que té més calci, per l'osteoporosi. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Aquestes petites modificacions en la dieta es fan sovint seguint les recomanacions dels metges:

La llet la bevem semidesnatada, perquè el metge diu que convé més. Ell sempre diu que la desnatada té tot el mateix, llevat del greix. El greix per què el volem? Però la semidesnatada té una mica més gust. És que nosaltres sempre havíem tingut vaques, i estàvem acostumats a la llet de vaca. Però si això és el que més convé... I com que tot s'ha de comprar, compres el que millor et va. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

La percepció d'una relació estreta entre l'alimentació i la salut fa que, en determinats casos, els aliments es considerin pràcticament medicaments, o bé com a substituïts d'aquests:

Jo, quan de vegades no em trobo bé, que no estic bé, em faig un platet de sopes de timonets. Agafo l'aigua, la poso al foc, poso un grapat de timonets que jo mateixa me'ls vaig a collir —el mes de maig en cullo, i en tinc per tot l'any— els timonets, l'aigua i un raquet d'oli cru al damunt. I això... escolta, em torna de morta a viva. I pel restrenyiment, res de pastilles: un kiwi en dejú i un suc de taronja. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Prefereixo prendre menys medicaments i menjar allò que més em convé.

Prefereixo fer règim que medicaments, que fan malbé l'estómac. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

A mi el metge em va dir que em feia molta falta el potassi, perquè el medicament que prenc es menja molt el potassi. I el metge em va dir que o em prenia cada dia una pastilla de potassi o que podia menjar plàtans, tomàquets o patates, que duen molt potassi. I penso que és millor menjar això que prendre una pastilla. (Dona, 70 anys, Guingueta d'Àneu, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Aquesta funció mèdica d'alguns aliments no sempre s'adopta arran d'una malaltia, sinó que sovint és preventiva. Alguns àpats tenen plenament aquesta funció —de preservar la salut— i s'inclouen dins d'unes pautes alimentàries ajustades a aquest criteri:

Quan em llevo em faig un suc. A èpoques com ara un caldet de verdures que ja tinc fet a la nevera. Al fer la verdura, bledes per exemple, faig una mica llarg perquè em sobri caldo. I llavors li afegeixo un floc de civada, llevat de cervesa, lecitina de soja i germen de blat i unes gotetes d'oli cru. Prenc això i me'n vaig. A mig matí ja esmorzo. (Home, 55 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

L'arròs bullit amb ceba i all amanit amb oli es considera també des d'aquesta perspectiva terapèutica, per al mal de panxa. També hi ha qui afirma només consumir bledes quan està malalt, «més aviat com un medicament».

De vegades la dieta es modifica d'una manera més profunda, sobretot si se segueixen prescripcions mèdiques. En aquest sentit s'observa el pes de les indicacions dels metges naturistes:

Jo vaig fer una temporada la vida vegetariana. Jo no em trobava bé, no sabia el que tenia, sempre tenia les cames inflades, sempre em trobava cansada, no em trobava bé, sempre neguitosa... I em van dir, vés a aquest metge. Era un metge naturista. Hi vaig anar æera a Lleidaæ i em va fer un règim molt rigoròs, molt. No era vegetarià del tot, em deixava menjar carn dos cops a la setmana, o pollastre o vedella. De tocino i del demés, res. I mai m'havia trobat tan bé com llavors. Peix en podia men-

jar, i ous un a la setmana. I em va anar molt i molt bé. I algunes coses encara les segueixo. No ho faig tan estricte com llavors, perquè llavors m'havia de fer el menjar a part només per a mi. I me'n cansava. Aquest metge em va curar amb l'alimentació, i amb moltes herbes, també. Moltes, moltes herbes. A mi m'ha anat molt bé, la lecitina de soja ja no l'he deixada de prendre mai. I des de que vaig començar això del vegetarià, cada matí quan em llevo em prenc en dejú una cullerada d'oli d'oliva. I em va molt bé, sento que em neteja. I després em prenc una cullerada de lecitina de soja, mastegada. Llavors em menjo un kiwi, perquè tinc tendència a anar bastant restreta. Un kiwi i una poma. Hi ha dies, que si no menjo el kiwi i la poma, agafo un granet d'all i me'l trenco ben menut amb una cullera i llavors agafo dues taronges i les escorro i m'ho prenc junt. Llavors em prenc llevat de cervesa, germen de blat, pol·len, i tot això ho barrejo amb el iogurt. I amb això ja vaig servida fins al migdia, i no tinc pas gana. I després l'all... l'all jo penso que va molt bé. Penso que és molt bo per la salut. I el metge naturista em va dir que all i ceba en mengés tant com en volgués. I la ceba més crua que cuita. (Dona, 65 anys, Sort, 21-3-1999)

La influència dels metges naturistes en l'adopció de canvis en les dietes —observable a tot Catalunya— és força destacable també en aquestes comarques:

Arran d'una malaltia del meu home vam anar a consultar un metge naturòpata, i ell ens va anar orientant vers una altra manera de menjar, un altre tipus de dieta. No s'ha tractat tant de fer una dieta en el sentit estricte de la paraula, sinó de seguir unes pautes alimentàries més naturals, més sanes. (Dona, 35 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

Les malalties solen ser el motiu inicial per canviar les pautes alimentàries per a molta gent, però no sempre és així. Com observa un informant que té una botiga de productes dietètics:

Jo diria que tinc bàsicament dos tipus de clients: el que ja està fotut, i es vol curar, i el que no vol estar fotut; el que es cuida perquè no vol estar malalt, i el que ja està malalt i s'ha de cuidar. Entre aquest sector que es cuiden hi ha sobretot gent jove... Jo tinc 55 anys, per a mi jove és fins a quaranta anys. Està pujant gent, i amb això es nota el canvi generacio-

nal, que es preocupa de l'alimentació. (Home, 55 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

La preocupació per dur una alimentació sana i, sobretot, equilibrada és recurrent entre les dones responsables de l'alimentació domèstica. El fet de tenir fills és un dels elements que influeix indiscutiblement en la preocupació per l'alimentació. S'observa amb més intensitat entre les dones més joves, però no exclusivament. En general s'interioritzen tot un seguit de coneixements dietètics que es tenen en compte a l'hora de dissenyar els menús, i que incideixen en major o menor mesura en la composició dels àpats. La consideració general és que una alimentació equilibrada ha de ser sobretot variada, incloure aliments de tots els grups, i sobretot, cal limitar els greixos:

Algun diumenge faig escudella, sí. Però aquestes coses que carreguen tant... A veure, jo penso que és molt més sa menjar verdura i un bistec, o verdura o el que sigui, i una amanida al costat o ceba arrebossada per acompanyar, o qualsevol verdura escalivada. No és que no sigui equilibrada l'olla barrejada, però només es pot menjar de tant en tant, perquè porta molt de greix. I jo penso que el greix no és sa. La verdura i la fruita han de ser la base, però s'han de menjar tots els grups d'aliments, però d'una manera racional. Potser millor peix que carn. Tot són proteïnes igual, però el peix porta iode. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Afirmar que la cuina tradicional és excessivament calòrica, que conté un excés de greixos i que costa de pair és molt freqüent avui dia. Se sol distingir entre els temps en què «podien menjar així, perquè treballaven dur i ho cremaven», i la situació actual, en què no es tenen les mateixes necessitats energètiques i cal menjar d'una altra manera. Aquestes consideracions dietètiques incideixen en el disseny dels àpats, ja que en molts casos s'intenta que el conjunt dels diferents plats que componen un àpat sigui equilibrat:

Jo penso que una alimentació equilibrada ha de ser molt variada. I

incloure molta verdura. I penso que si un dia fas uns macarrons, després cal fer una cosa suau. Jo cada vegada procuro fer una cuina més equilibrada. Ara, si de primer faig uns macarrons o uns cigrons a la catalana, després a darrere no faré un plat guisat, sinó que faré pollastre a la planxa o peix. (Dona, 50 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

Si faig uns espaguetis a la carbonara, que ja porta tots els nutrients, que ja porta proteïnes i hidrats, ja és un plat força complet. Llavors procuro acompanyar-lo amb una amanida. Si un dia faig uns espaguetis a la napolitana, que no són tan complets, ja que són uns espaguetis només amb salsa de tomàquet, llavors faig un tall de carn a la planxa, normalment pollastre. (Dona, 35 anys, Seu Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

Aquesta mena de consideracions estan, doncs, força esteses en aquestes comarques i reflecteixen unes actituds enfront l'alimentació que retrobem arreu a Catalunya. Amb tot, cal tenir en compte que s'insereixen en un context determinat, i no es pot menystenir el pes dels hàbits alimentaris adquirits, de la pervivència en el temps de determinades pràctiques, de les tradicions alimentàries locals, és a dir, del "passat alimentari" d'aquestes comarques. És evident que al llarg del segle XX els comportaments alimentaris han viscut una important transformació, a l'Alt Urgell i al Pallars Sobirà com a la resta de Catalunya. A partir dels anys 50 i, d'una manera més generalitzada, a la dècada dels seixanta, s'observen unes tendències generals: decreix el consum de cereals, hortalisses i verdures fresques i el consum de peix es manté baix. Augmenta en canvi el consum de carns i derivats i de productes lactis. Els consum d'embotits i ous és elevat. Alhora s'introdueixen progressivament els productes processats de l'agroindústria, que ocupen un lloc creixent dins la dieta. El consum d'aliments amb fibra dóna pas als aliments refinats, i en molts casos se substitueix l'oli d'oliva per greixos animals, margarina, greixos vegetals hidrogenats. L'elevat consum de pa d'èpoques anteriors dóna pas a un important consum de pastisseria i brioixeria industrial, amb sucres senzills i greixos poc saludables (Betriu: 1999, 17). Cal destacar, però, que algunes d'aquestes ten-

dències apunten a una certa inversió a la dècada dels noranta. El prestigi creixent de l'oli d'oliva, tant des del punt de vista del sabor com de les seves propietats beneficioses per a l'organisme, fa que es recuperi el seu consum en detriment d'altres greixos. També s'observa una certa tendència en l'estancament del consum de carn, sobretot en determinats sectors de la població, i un lleuger increment del consum de peix en aquestes comarques, tot i que segueix sent força inferior al de la carn. El fet que el consum de verdures i hortalisses hagi estat tradicionalment elevat a la zona segurament és un factor que intervé en els comportaments alimentaris actuals, ja que se segueix consumint més que en altres llocs, i l'amanida sol estar present a la major part dels àpats (amb la diferència que avui es converteix sovint en un primer plat, enlloc de ser un complement de tots els àpats, com era abans). Els embotits segueixen ocupant un paper important en la dieta. És a dir, tot i que els comportaments alimentaris en aquestes comarques segueixen els mateixos models que a la resta de Catalunya, el substrat cultural i l'alimentació tradicional deixen encara la seva empremta.

Les noves generacions: l'alimentació dels nens i dels adolescents

L'alimentació dels nens i dels adolescents, tot i que no es pot reduir a un model únic, sí que presenta unes tendències generals diferenciades de l'alimentació dels adults, que permeten parlar-ne de manera separada. En primer lloc, a les cases on hi ha nens, s'introdueixen modificacions en l'alimentació. Moltes vegades el fet de tenir un fill fa que les mares introdueixin pràctiques noves (no és rar que s'afirmi haver començat a fer brou a partir del naixement del primer fill) i es preocupin més per l'alimentació de la família. Sovint també es deixen d'utilitzar determinat productes o es canvien formes de preparació per tal d'acomodar-se a les demandes dels nens i aconseguir que la seva alimentació resulti més fàcil. El desig d'evitar conflictes apareix sovint com la causa principal d'aquests canvis:

La néta petita, que té tretze anys, no vol trobar ceba enlloc. No li agrada gens. I jo, per no buscar raons i no sentir soroll, la faig fregir, i quan és fregida hi poso una miqueta de caldo, perquè no sigui tan eixuta, i passo el minipimer, perquè quedi ben desfet. I llavors, ja està, ja no la troben enlloc, i jo tinc pau. Se la mengen i no la troben. Faig arròs a la paella i ho faig així, també. Si faig croquetes igual. Déu em guardi de que trobin un tallet de ceba! Així tots contents, ho passo pel minipimer i ja està. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 21-3-1999)

Les preferències alimentàries dels nens i dels adolescents són les mateixes que arreu. La pasta, la carn arrebossada i el pollastre ocupen un lloc preferencial. La propietària d'un restaurant, que ha observat bé, al llarg dels anys, el comportament dels nens quan van a menjar fora, descriu alguns dels comportaments més habituals:

Els nens en general es tornen bojos per la pasta. Jo no recordo que de petita en mengéssim tanta. Macarrons un cop a la setmana, i arròs un altre cop. I els dies de festa potser menjava canelons o un plat de sopa. Però ara les criatures sempre volen pasta. Amb salsa de tomàquet només, i si pot ser quètxup, i amb molt formatge. I després només els agrada el pollastre o la carn arrebossada. Les criatures no volen guisats, no volen suc de cap mena, volen la cosa pelada, sola. En general el peix no el poden veure. Bé, n'hi ha que sí, però en general ha de ser arrebossat i sense espines. I si la carn té una mica de greix, l'has de treure, i del pernil també. I atrapen un duro i és per comprar «xuxes» o “bolleria industrial”. Això que per aquí encara hi ha moltes mares que els fan menjar entrepà per esmorzar i per berenar, però ells prefereixen la «bolleria industrial», i això que als pobles es fa coca tots els dies. Al restaurant et ve una nota i de seguida veus si hi ha una criatura. I això no només els nens, els adolescents igual. I de postres, iogurts i molts gelats, i com més artificials siguin, millor. (Dona, 46 anys, Coll de Nargó, Alt Urgell, 29-6-1999)

Amb tot, cal tenir en compte que, quan es va als restaurants, els pares acostumen a deixar demanar els fills allò que més els agrada, per evitar problemes. A les cases normalment se'ls obliga a ampliar una mica l'inventari alimentari, i incloure verdures, llegums i fruita, encara que siguin racions petites. No es pot extrapolar allò que els nens mengen fora de casa, perquè, com pel que fa als pares, no coincideix amb el model de l'alimentació quotidiana.

En general tots els restauradors solen coincidir en el fet que la major part del nens es limiten a menjar macarrons o espaguetis i pollastre a la planxa i patates fregides. També observen que és difícil que un nen apreciï un pollastre de corral, ja que estan acostumats al pollastre de cria intensiva, que té un sabor menys pronunciat i la carn és més tendra, menys eixuta. En aquest sentit insisteixen sovint en la necessitat d'«educar» el paladar dels nens i dels adolescents:

Jo fa temps vaig llegir que a França s'havia fet una campanya, que als

restaurants no se'ls cobrava la carn als nens, perquè s'acostumessin a que en mengessin. Perquè es trobaven que només sabien menjar hamburgueses, frankfurts, espaguetis i macarrons. Cal educar els nens, que aprenguin a menjar més coses. (Home, 59 anys, Llavorsí, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Comenten que cal tenir macarrons a la carta, perquè si no els nens no volen menjar res i troben tot el menjar dolent. També solen coincidir en el rebuig dels guisats, de les carns estofades. D'altra banda, també observen que aquest comportament no és exclusiu dels nens i que és freqüent que nois de més de vint anys demanin habitualment macarrons als restaurants.

Les preferències alimentàries dels nens i dels adolescents en aquestes comarques són, a grans trets, les mateixes que arreu. Tot i que molt sovint els pares manifesten haver fet un gran esforç perquè els seus fills mengin de tot, és molt habitual que a l'adolescència aquests canviïn els seus comportaments i rebutgin pràctiques que havien seguit durant la infància:

Les nenes sempre han menjat molta fruita. A casa sempre s'ha menjat de tot. I ara, que la gran té 15 anys, és una batalla campal, ja no vol menjar fruita. (Dona, 37 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

A través dels nens, i sobretot dels adolescents, se solen introduir productes que no havien estat mai presents a casa:

A casa no havia entrat mai el quètxup, fins fa 5 o 6 anys, que els meus fills el van començar a demanar. Perquè anaven fora i menjaven hamburgueses amb quètxup i coses d'aquestes. I ara, per a no res fan anar el quètxup. I els poses un bistec ben «maco» i ells han de tenir l'ampolla de quètxup al costat. I sap una mica de greu. Han canviat. Suposo que és per això, el jovent van més a fora i han anat introduint altres gustos. Jo el quètxup no el tasto mai, i ells, en canvi, encantats de la vida (Dona, 50 anys, Tuixén, Alt Urgell, 18-3-1999)

Ara bé, el fet d'assenyalar unes tendències generals no vol dir que

no s'observin altres models de comportament. Una família que doni una gran importància a l'alimentació i que es preocupi molt perquè aquesta sigui sana i equilibrada es tradueix en una interiorització més o més gran per part dels fills d'aquest discurs, que es palesa en unes pràctiques diferents de les apuntades anteriorment:

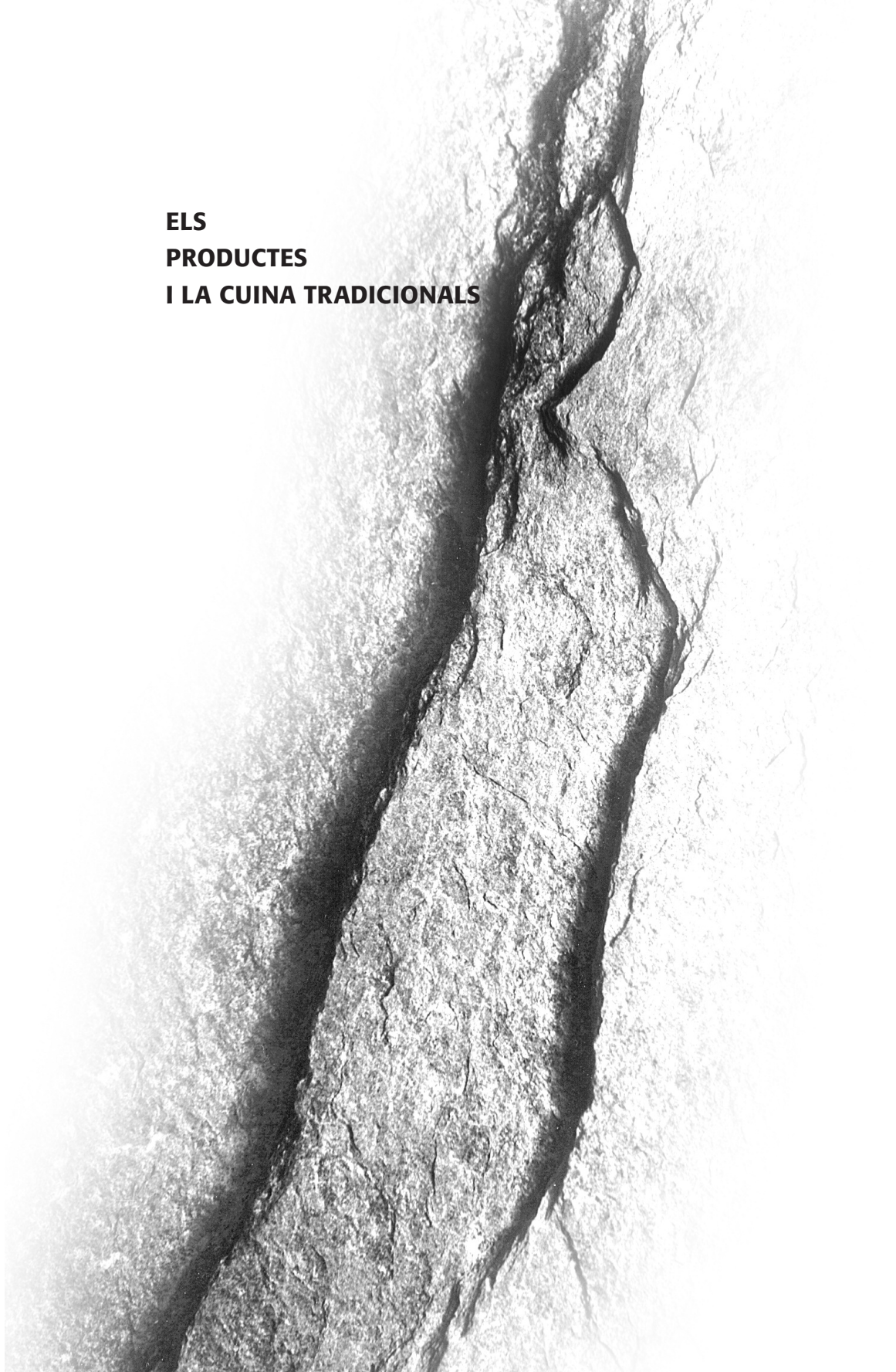
El meu fill sempre ha vist com a casa vigilem l'alimentació. De petit li permetíem de tant en tant menjar un «bollicao» o un «donut», perquè tots els seus amics portaven això i ell duia un entrepà i no ho entenia, i el pobre es traumatitzava una mica. Ara ja està acostumat i sap que el que menja és millor, ja no li és cap problema. Si va a casa d'algun amic i tots mengen un entrepà de xoriço, a ell ja no li fa res demanar fruita. Encara es permet el luxe de donar consells als seus amics sobre com s'han d'alimentar. (Dona, 35 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

A més, tot i que s'observen, a grans trets, unes tendències generals en les preferències i les pràctiques dels nens i els adolescents en l'actualitat, en el sentit d'una certa limitació dels inventaris alimentaris, d'un consum molt elevat dels plats preferits (pasta, pollastre, pizzes, consum de refrescos gasosos, «xuxeries» i bolleria industrial, etc.) i molt reduït d'altres productes, com les verdures, les hortalisses i les fruites, això no permet concloure que aquestes són les pautes que seguiran al llarg de la seva vida. De la mateixa manera, pel que fa a les formes de cuinar, el rebuig dels plats elaborats, dels guisats, i la preferència per fregits o arrebossats és una tendència general que, com s'observa en generacions anteriors, sol canviar amb els anys:

Els meus hàbits alimentaris han canviat. Abans de casar-me menjava bastants fregits, molta carn, moltes cosetes amb maionesa... perquè era molt «tiquis-miquis» per menjar, i havia de disfressar les coses. Menjava moltes porqueries. Ara miro enrere i em poso les mans al cap. (Dona, 35 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 16-3-1999)

L'afirmació que l'apetència per les verdures i les amanides han anat augmentant amb els anys apareix amb molta freqüència a les entrevistes, així com el fet que amb el temps es va aprenent a apreciar i valorar els plats més elaborats. Aquest és un fet que cal tenir en compte a l'hora de valorar l'alimentació dels nens i adolescents d'avui.

**ELS
PRODUCTES
I LA CUINA TRADICIONALS**



Estratègies de valoració

En parlar de l'alimentació quotidiana i festiva en el passat ja se citen alguns dels elements clau de la cuina tradicional a aquestes contrades. Ara ens referirem a la cuina tradicional des d'una altra perspectiva. Els productes locals i la cuina local s'inclouen actualment en les estratègies de desenvolupament local i en les campanyes de promoció turística. Se'ls atorga així no només un nou paper en l'alimentació —els plats es reserven sovint a l'alimentació festiva i es consumeixen sobretot als restaurants i els productes tradicionals s'adquireixen la major part de les vegades a les botigues, enlloc de ser elaborats a les cases— sinó que adquireixen a més a més una nova funció, com a objectes patrimonials, és a dir, com a exponents de la cultura tradicional local. Els plats i els productes així patrimonialitzats es converteixen en un atractiu turístic, de gran relleu en el context de promoció del turisme rural a les zones de muntanya.

Les campanyes gastronòmiques

Aquest fenomen de patrimonialització de la cuina i els productes locals es produeix arreu a Catalunya, sobretot a les comarques on el sector turístic té un paper molt significatiu, com per exemple les comarques empordaneses. No ens trobem, però, amb la mateixa situació a les dues comarques estudiades. A l'Alt Urgell trobem aquest fenomen en plena expansió, al Pallars Sobirà, però, la situació és lleugerament diferent:

Aquí a aquesta comarca, el Consell Comarcal és conscient que cal fer coses d'aquestes, per promocionar els productes autòctons, però a la part privada... li costa molt. Aquí, aconseguir que la gent s'associï i s'organitzi una mica és molt difícil, no ha funcionat mai. Històricament ja s'ha

arrossegat això i tot continua igual. I jo veig que les generacions més joves pateixen el mateix mal. Només s'ajunten per anar en contra de l'administració. Però juntar-se perquè es tingui una visió constructiva, això, aquí, no. (Dona, 32 anys, Sort, 25-3-1999)

Amb tot, s'organitzen les Jornades Gastronòmiques del Pallars. Com sempre en aquesta mena de celebracions, s'intenten presentar propostes innovadores, que en alguns casos s'acaben convertint en «clàssics» a la carta dels restaurants que els ofereixen:

Aquest és un plat creat a les Jornades Gastronòmiques, que vam presentar fa quatre anys, el gelat de bolets i tòfones. I va agradar, i des de llavors ja el mantenim com un plat clàssic a casa nostra. (Home, 39 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

A l'Alt Urgell se celebren les Jornades Gastronòmiques des del 1993. L'any 1999, any en què es va desenvolupar el nostre estudi, van tenir lloc entre els dies 16 d'abril i 30 de maig i van participar quinze establiments d'hostaleria. Aquests van presentar una mostra variada de menús, entre els quals cal destacar l'agredolç i el jarret de bruneta a base de vedella del país. Aquest any, com a novetat, van presentar també com a postres el pastís de mató del Cadí, amb mel, salsa de nous i vi ranci. Aquestes jornades són impulsades per l'Associació d'Hostaleria de l'Alt Urgell, en col·laboració amb l'Ajuntament de la Seu d'Urgell i amb el Consell Comarcal. Com és comú en aquest tipus de Jornades Gastronòmiques, es tracta alhora de promocionar la cuina local i estimular el turisme. En aquest sentit s'afirma:

Les jornades es plantegen com un fet divulgador de la nostra gastronomia, però va molt més enllà, ja que constitueixen també per a molta gent un incentiu afegit per visitar i conèixer amb deteniment els nostres pobles i les nostres contrades urgellenques..

Com s'observa sovint a aquesta mena d'iniciatives, per una banda es posa l'èmfasi en la cuina tradicional i per l'altra es parla d'inno-

vació, d'introducció de receptes «imaginatives i actuals»:

Les Jornades Gastronòmiques de l'Alt Urgell permetran a la gent de la comarca i als nostres visitants de conèixer i assaborir una important mostra de la cuina pirinenca, formada tant per aquells plats tradicionals que porten el segell de l'arrelament a la terra com per aquelles altres composicions fruit del saber i de la imaginació dels nostres cuiners d'avui..

Arran d'aquestes jornades es van publicar algunes d'aquestes receptes en fullets promocionals, que es reparteixen normalment als hotels i restaurants. Dins el fullet amb la recepta de Jarret de Bruneta s'inclou una auca, l'Auca de la Bruneta, el text de la qual es prou significatiu:

La Bruneta, filla de bona vedella creix sana popant de la mamella.
Es cria sempre en plena natura i menja herba de la millor pastura.
Li donen «bouquet» de la Cooperativa perquè visqui com si fos una diva.
Fins i tot quan arriba el sacrifici és en mans de gent de molt ofici.
La seva carn, fresca i de primera, és un orgull per a la carnissera
Cuinat amb gust, gràcia i traça el jarret de Bruneta és massa!

Veiem, doncs, quins són els arguments centrals que es mobilitzen per demostrar que aquesta vedella és d'una qualitat diferenciada. Creix sana, alletant de la vaca i es cria en plena natura, amb bones pastures «naturals», s'emfasitza la qualitat de la seva alimentació — li donen «bouquet»— per contraposar-la a les carns de bestiar alimentat amb pinsos industrials, força desacreditats aquests darrers temps pels diferents escàndols alimentaris (qüestió de les vaques boges, contaminació dels pinsos amb dioxines, etc.), i també es fa referència a les formes de sacrifici del bestiar, en referència a les toxines que es trobaven a la carn dels animals matats als escorxadors industrials, a causa de l'estrès que produeixen aquestes formes de sacrifici. A la recepta també es destaca el fet que la vedella bruna dels Pirineus gaudeix de la Denominació de Qualitat.

Fires, festes i mercats alimentaris

Les fires i festes alimentàries tenen també aquesta funció promocional dels productes autòctons i tradicionals. A l'Alt Urgell cal destacar la fira de Sant Ermengol.

La Fira de Sant Ermengol

Els canvis que s'han anat produint al llarg dels anys en la celebració d'aquesta fira són interessants en el sentit que il·lustren els canvis socioeconòmics que han caracteritzat aquestes darreres dècades. S'afirma que aquesta fira és mil·lenària, però la Fira de Sant Ermengol, en la seva configuració actual, es va engegar a principis dels anys setanta, amb l'impuls del Sindicat d'Iniciatives i Turisme, les Cambres Agràries i de Comerç i l'Ajuntament de la Seu d'Urgell. La fira de bestiar aèla primera raó de la mostraæ va anar tenint, al llarg dels anys, una presència cada cop més irregular, fins a desaparèixer totalment. L'any 1982 es va recuperar l'exposició i venda de bestiar boví, que es va celebrar al Camp de Codina. També hi va haver bestiar l'any 1983, però la gran novetat va ser la primera edició del «Mercat de Productes Artesans del Pirineu». Sota els porxos de Carrer Major es van arrencar les parades dels artesans que venien formatges, pastissos, licors, herbes, bolets, etc. L'anomenada Fira Industrial es va instal·lar al Camp de Codina. L'any 1987 la Unió Hotelera va organitzar una «Mostra de cava», però no va tenir continuïtat a causa de la seva escassa acceptació. La fira del 1992 va atreure més comerciants que mai i a la zona de vianants es van instal·lar diverses parades amb productes artesans, agroalimentaris i esportius dels Pirineus. L'any 1993 passa a celebrar-se el tercer diumenge d'octubre, per evitar la coincidència amb les fires de Puigcerdà i Andorra la Vella. L'any 1994 una gran carpa va acollir una Fira de l'esquí nòrdic i al costat de l'Ajuntament es va instal·lar un mercat de productes turístics i artesans. L'any 1995 l'aflluència de visitants a la Fira es calcula entre 45.000 i 50.000. La Seu d'Urgell es va omplir de visitants i als procedents tradicionalment de l'Alt

Urgell, Cerdanya i Andorra se'n van afegir molts altres dels Pallars, la Noguera, del Solsonès, del Bages i el Berguedà i de l'àrea de Barcelona. Es va consolidar la fira de l'esquí nòrdic, amb la presència d'estands d'11 estacions de Catalunya, Aragó i França. Amb tot, el centre de la fira va ser la Primera Fira de Formatges Artesans dels Pirineus. La Fira s'ha seguit celebrant els anys successius fins l'actualitat.

La Fira de Formatges Artesans del Pirineu

L'any 1995, dins la Fira de Sant Ermengol, se celebra la 1a Fira de Formatges Artesans del Pirineu. S'instal·la una gran carpa, a la Plaça dels Oms, al costat de la Catedral i de l'Ajuntament. Els formatges artesans que participen provenen de les dues bandes dels Pirineus, 25 d'Espanya i 14 de França, i competeixen en el concurs en diverses modalitats, segons la seva elaboració i la llet utilitzada (de cabra, d'ovella, i de vaca). Les diferents seccions són: formatge d'ovella, formatges de cabra de pasta premsada, formatges de cabra de pasta tova, formatges frescos, formatges de tupí, formatges de vaca. Els visitants de la Fira poden tastar els formatges, mitjançant uns tiquets que permeten cinc consumicions de formatge o vi. Des del 1995 fins ara s'ha seguit celebrant cada any. Arran de la Fira de Formatges s'edita un fullet on es presenten les formatgeries que han participat a la fira i al concurs i quins han estat els guanyadors de les diferents seccions. És interessant veure com es presenta la primera edició de la Fira de Formatges Artesans del Pirineu:

Amb la Fira de Formatges Artesans, la Fira de Sant Ermengol de la Seu d'Urgell ha trobat el seu element singularitzador. Les fires comercials de les ciutats petites són un garbuix de mercats ambulants i experiències més o menys afortunades on és difícil trobar un tema monogràfic que les singularitzi. Les fires locals tenen la complicada vocació d'esdevenir com a mínim d'abast regional i de representar un paper de dinamitzador socioeconòmic del territori.

I ha tingut sentit que el formatge en sigui el protagonista. La Seu d'Ur-

gell, ciutat pionera del cooperativisme lleter i hereva de la tradició formatgera del Pirineu català, pot jugar amb la seva fira de formatges un interessant rol d'aparador d'un sector productiu minoritari i fins avui d'escàs abast, però que pot tenir en el futur un transcendent paper en la supervivència econòmica i demogràfica de molts petits nuclis d'alta muntanya. La fira pot ajudar a popularitzar els formatges artesans, posant a disposició dels productors unes possibilitats força més àmplies de comercialització.

A aquesta presentació es destaca la necessitat d'atorgar caràcter, de singularitzar la Fira de Sant Ermengol, per tal que pugui tenir un paper dinamitzador dins el context socioeconòmic de la comarca, mitjançant aquesta celebració de la Fira de Formatges Artesans, i alhora promoure un sector que pot tenir un espai dins de les noves tendències del desenvolupament a les zones de muntanya. Cal tenir en compte que a l'Alt Urgell l'interès per activar el turisme rural és gran i dins aquest model de turisme els productes alimentaris artesans i la cuina local tenen un paper important. D'altra banda, en un context demogràfic de progressiu despoblament dels pobles petits, els neorurals, els principals productors de formatges artesans, han estat els principals artífexs del manteniment d'alguns d'aquests nuclis.

Al fullet promocional de la segona edició de la Fira, l'any 1996, podem llegir:

Poques tradicions singularitzen la muntanya europea i, en especial el Pirineu, com la tradició formatgera. Formatges de cabra, d'ovella, de vaca, mixtos, han protagonitzat les menges dels nostres avantpassats del vessant nord i del vessant de la serralada comuna.

La Fira de Formatges Artesans del Pirineu de la Seu d'Urgell s'ha consolidat com l'aparador especialitzat idoni per als productors i els comerciants, a redós del prestigi de la gairebé mil·lenària fira de Sant Ermengol. La Seu d'Urgell, ciutat pionera del cooperativisme lleter, s'ofereix com a plataforma de futur d'una de les produccions més selectes de les valls de muntanya d'abans, d'avui i de demà.

En aquesta presentació ja intervenen els arguments que es mobilitzen en parlar dels productes tradicionals: la tradició, l'associació a un paisatge i a un territori, la muntanya i el Pirineu, s'evoca la profunditat històrica, es parla dels avantpassats, de la fira mil·lenària... Alhora s'assenyala un altre tret comú als productes de la terra, la seva nova valoració i prestigi, «produccions més selectes de les valls de muntanya» i les noves formes com s'insereixen aquestes antigues produccions en el present i en el futur.

Els fullets de la tercera i quarta edició presenten la fira amb el mateix text:

La societat de finals de segle, densa i urbanitzada, necessita punts de referència basats en l'autenticitat i la tradició. Quan hem situat en llocs de privilegi dins l'escala de valors vigent, els elements lligats al respecte pel medi ambient i l'explotació intel·ligent i acurada dels recursos naturals, La Fira de Formatges Artesans del Pirineu de la Seu d'Urgell apareix com una plataforma per presentar a l'opinió pública i al món de la gastronomia selecta un dels productes amb més valor afegit d'autenticitat, de tradició i d'aprofitament dels recursos naturals que aporta la muntanya: el formatge de qualitat.

A aquests darrers fullets s'introdueixen altres elements que s'inclouen en els discursos al voltant dels productes de la terra: l'autenticitat i la tradició contraposades a les actuals formes urbanes de vida; el respecte pel medi ambient, la utilització intel·ligent dels recursos naturals. I es presenta aquest producte tradicional artesà plenament valorat dins d'aquest context, com un producte de qualitat diferenciada, allunyat de la producció industrial.

Altres activitats de promoció

Al marge dels concursos de productes o de receptes, les jornades gastronòmiques o fires, també es generen altres activitats, centrades sempre al voltant de l'hostaleria i el turisme. Per exemple, un hotel restaurant, a Peramola, juntament amb una empresa d'esports d'a-

ventura, van organitzar, l'any 1996, uns «banquets de luxe a l'alta muntanya». Es tracta d'uns paquets que inclouen excursions tot terreny, bicicleta o cavall, i àpats de luxe en plena natura. Les sortides, amb diferents mitjans rodats, es combinen també amb la utilització de l'helicòpter per traslladar els turistes als inaccessibles punts triats. El servei de càtering compta amb tots els ingredients d'un banquet d'alt estànding: plats de porcellana, copes de cristall i menús que explica el propietari del restaurant: «amb productes autòctons com patés, guisats de caça, truites de riu, cigrons amb cabrit, fabes amb morro i orella de porc, i sempre banyats amb vins de la terra amb denominació d'origen Costers del Segre. Es tracta de promocionar la cuina del país, i, tot i ser sempre plats de categoria, fugim de la sofisticació».

En aquest cas es combinen productes locals i cuina tradicional amb consum d'elit. Aquesta plats tradicionals es presenten en un context de luxe, amb una presentació molt acurada. Alhora, es barreja la valoració del paisatge, de la natura, de l'àmbit rural, amb tota mena de comoditats perfectament urbanes. Es tracta d'una forma diferent de valoració del patrimoni gastronòmic i paisatgístic. Aquests productes «autòctons», locals, es mostren profundament vinculats a un territori, a un paisatge. Els productes donen prestigi al territori i el territori dona prestigi als productes: «Amb l'objectiu d'oferir tranquil·litat i natura, es trien llocs gairebé inaccessibles pel ciutadà mortal per muntar els àpats, que es fa a unes carpes instal·lades especialment per a l'esdeveniment o a cases de pagès abandonades.»

Els àpats populars

Els àpats populars tenen un caràcter diferent que les campanyes gastronòmiques o les fires de productes. No tenen una funció purament promocional, tot i que moltes vegades giren entorn de plats o productes típics locals, sinó que tenen també una funció relacional i festiva.

Calderada de Carnaval a Sort

A Sort se celebra, per Carnaval, una calderada popular. L'element central de la festa és l'escudella, plat tradicional per excel·lència a la zona. A més de l'escudella que es reparteix entre els participants, la gent de Sort porten postres, truites de patata i altres plats que preparen a casa. Cadascú ja té el seu grup, la seva colla amb qui compartir taula. Els que vénen de fora mengen l'escudella i truites de patates, que també se'n fan. Es preparen sis calderes ben grosses d'escudella i els assistents afirmen que és molt bona. Observen, però, que cada cop es fa més suau, perquè ja no agrada tan forta com abans. Les noves tendències en les preferències alimentàries es reflecteixen també en aquestes celebracions.

Aquesta calderada té força èxit i l'assistència és nombrosa. Els habitants de Sort participen en la preparació d'aquest àpat popular:

La gent passa a replegar tot el menjar que els dones, i després, a la nit, anem uns quants, a pelar les patates i tot això. I els cuiners ja ho calculen. Es compra molt pollastre, trossets de corder, el pa d'ous i la botifarra de sang. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 21-3-1999)

La calderada és una bona ocasió per compartir receptes, donar a tastar les pròpies especialitats i conèixer les dels altres:

Ara ja no hi vaig a la calderada de Carnaval. Perquè al meu home no li agrada, li agrada seure còmode... I deixar-lo sol a ell em sap greu. Però quan baixava a la calderada, sempre portava una coca de les que faig jo. La portava molt grossa, perquè mengés tothom que en volgués. Mentre n'hi hagués, que mengessin. I em troben a faltar: Què vindrà a la calderada?, porta la coca. (Dona, 65 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

Calderada a la Seu d'Urgell

El dia de Sant Antoni se celebra a la Seu d'Urgell una calderada que aplega més de mil persones. Es tracta d'una tradició arrelada que se segueix mantenint. Ara hi ha més dificultats per conservar-la perquè cada cop hi ha menys gent a la Confraria de pagesos, que és la que s'encarrega d'organitzar-la:

Abans a la Confraria de pagesos potser hi havia 100 membres, i d'aquests 100, 50 estaven disposats a treballar les hores que calgués per tirar endavant això. I ara potser hi ha només 50 membres, la meitat són grans i a lo millor només n'hi ha 10 disposats a col·laborar. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Amb tot, per als membres de la Confraria la Calderada és una excel·lent ocasió per passar-ho bé. El dia abans ja es fa una festa a la nit, però a més tot el temps de preparació de la calderada és ja una excusa per celebrar. Els preparatius comencen un parell de mesos abans, i es viuen de manera plaent:

Abans jo havia estat de la Confraria i recordo que molt abans ja començaven els preparatius, i era una festa cada dia. A les nits ens reuníem i xerràvem... Ja era agradable, no només el dia, sinó tota la preparació. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Calderada a Peramea

El dia de Carnaval s'organitza també una calderada a Peramea i en altres pobles. Aquesta celebració aplega molta gent de fora al poble: caçadors, familiars que viuen arreu... El dia abans es passa

per les cases a buscar els ous, la botifarra, les patates, les cebes, etc. El diumenge, les dones del poble, amb l'ajut d'alguns homes, pelen les patates i preparen el caldo en una caldera. Es compren set o vuit quilos de carn d'olla, i es fan pilotes i mandonguilles. També es fan truites de patates. Com que sol sobrar molt menjar, el dimarts es fa un àpat per a només la gent del poble:

El sopar del dimarts és diferent, és més... Es posen set o vuit quilos de llonganissa o carn a la brasa. I tenim un equip de música d'aquests moderns, i ja es fa una bona tertúlia. (Dona, 66 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Sardinada a Peramea

A l'estiu hi ha molta més gent al poble, perquè hi ha un bon nombre d'estiuejants i també hi van els fills i els néts que viuen a fora la resta de l'any. Aquesta sardinada l'organitzen els estiuejants. Passen per les cases, per saber quanta gent hi ha, i s'encarreguen de comprar les sardines i de preparar-les. Paren les taules a la plaça i es fa un sopar amb tota la gent del poble. Als pobles també s'organitzen xocolatades, per exemple a l'estiu, que és quan hi ha més nens, però també en altres ocasions. Com tots aquests àpats populars, són excel·lents ocasions per fer vida social:

Xocolatades, aquí se'n fan de tant en tant. L'altre dia es va fer una pels vells. Quaranta jubilats, que som una associació de jubilats i ens reunim així. I com que sempre es compra més del compte, el divendres encara ens vam tornar a reunir els dels poble, amb coca. És que aquí...¿què vols fer? La gent gran no surten. Nosaltres encara sortim, però hi ha gent gran que no surt mai. I així, reunint-nos tots, tothom s'ho passa més bé. (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

La trobada del dilluns de Pasqua

A l'Alt Urgell hi ha molta tradició de fer aplecs, àpats al camp, al voltant d'una ermita. En el cas de la Seu es tracta de l'ermita de

Montferrer, que és la trobada més important, i se celebra el Dilluns de Pasqua, però també es fa en altres llocs, com a Castell-llebre o a Coll de Nargó. La gent es duia el dinar i tots els camps dels voltants s'omplien per aquesta diada. Aquesta tradició es manté, però la gent ja no es concentra exclusivament al voltant de l'ermita, sinó que es tracta bàsicament de fer un àpat al camp aquest dia. Normalment es menja carn a la brasa, però també hi ha qui es porta un arròs de casa. També se sol dur la mona de Pasqua per menjar-la amb els amics. Encara queda gent que fa la mona a casa, però cada cop és més freqüent comprar-la feta. Els joves acostumen a reunir-se en colles, separats dels pares. També és habitual que aquestes colles de joves se'n vagin a dormir al camp el dia abans, amb tendes de campanya. Aquests àpats als camps també se celebren per altres ocasions. Per exemple, per Sant Jaume, a Tuixén, es fa un àpat al camp al voltant d'una ermita. Aquesta festa se celebrava en acabar el període més intens de feines agrícoles, que s'estenia tot el mes de juny i la primera quinzena de juliol. Aquest dinar al camp consistia bàsicament en amanides, ensaladilla russa i la carn, que era l'element central. Aquests darrers anys això ha canviat a causa de la previsió d'incendis. Fins a principis dels noranta es podien fer 10 o 12 focs controlats per coure la carn. Ara la gent es porta el menjar preparat de casa. A Coll de Nargó s'anava a passar el dia de Sant Miquel a una església romànica. Abans no es duia carn per aquest dia, sinó amanides, truites... El costum de portar carn va venir més tard, els anys setanta.

Els productes tradicionals de l'Alt Urgell i del Pallars Sobirà

Hi ha tot un seguit de productes que són considerats tradicionals en aquestes zones de muntanya. Es troben a ambdues comarques, encara que, segons la població local, uns poden ser més propis d'un lloc que d'un altre. Havien estat elaborats tradicionalment a les cases de pagès, però les profundes transformacions socioeconòmiques dels anys seixanta, setanta i vuitanta havien fet que es deixessin d'elaborar progressivament. Tot i que encara se seguïen fent en algunes cases, ja no eren consumits de manera habitual per la població en general. Ara bé, aquests darrers anys s'ha produït un procés de recuperació i valoració d'aquests productes, que fa que es tornin a elaborar, tot i que en un altre context. Aquest procés s'integra dins d'un fenomen de valoració d'allò propi i específic d'un territori, que no es redueix als productes considerats «típics» d'un lloc, sinó que inclou tot allò que és d'origen conegut, que es pot identificar:

Jo sóc un entusiasta dels productes del país, si un producte és del país és molt millor. És com la vedella, si no saps a quin pagès li compres la vedella... No hi ha res com el producte del país per quedar bé.. (Home, 52 anys, Sort, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Els formatges artesans

En primer lloc parlarem dels formatges tradicionals, ja que es tracta d'un cas molt il·lustratiu del procés de recuperació a què ens referíem. La història d'aquests formatges tradicionals està estretament relacionada amb un procés històric que s'ha produït al Pirineu català al llarg del segle XX. És per això que cal analitzar la situació

que ha portat aquests formatges al seu estatus actual. Aquests formatges, com el serrat o el de «tupí», s'elaboraven quasi exclusivament per a l'autoconsum fins fa relativament poc temps, fins la dràstica disminució dels pastors al Pirineu i l'abandonament de les pràctiques de ramaderia transhumant per instal·lar-se en granges estables. El formatge tradicional dels Pirineus era el formatge d'ovella i l'elaboraven els mateixos pastors. A les cases on hi havia ramat se'n feia. Els ramats marxaven a la tardor cap a l'Urgell, perquè al Pallars Sobirà feia molt de fred i a l'Urgell només per adobar les terres es mantenien les ovelles tot l'hivern. Ara és a l'inrevés, ja que hi ha més ovelles a l'Urgell que al Pallars Sobirà. Amb la llet de les ovelles s'elaborava formatge, de mitjans de maig a finals de juny. Es munyien les ovelles, dues vegades, al matí i a la nit. S'agafava la llet de la nit, i calia que estigués molt neta. Es colava amb un drap de cotó, per tal que no quedessin restes, i es guardava. Llavors, al matí, es tornava a colar i es remenava. Es posava al costat del foc, que es posés una mica tèbia, uns trenta graus aproximadament. Es posava herbacol en aigua, aproximadament durant una hora. Es picava i es deixava al costat del foc fins que quallava. Quan ja estava a punt es remenava, amb una cullera gran, i es posava un plat a sobre, i es triava el xerigot. Amb les mans s'anava prement per treure'l. Després es posava a la formatgera, i es feia el formatge. La formatgera era d'un quilo, i el formatge que s'elaborava normalment era de quilo, tot i que també se'n feien de mig quilo i fins de quatre o cinc quilos la peça. La formatgera era de fusta, de pi, feta a casa, tallada amb ganivet, però també n'hi havia de terrissa. Quan estava el formatge fet es deixava a la formatgera vint-i-quatre hores. A l'endemà es posava en sal i es deixava damunt d'una taula. A continuació calia vigilar tot el procés d'assecatge. Al cap d'un mes ja estava a punt per ser consumit. A les cases durava aproximadament un any. El xerigot que quedava es posava a bullir, i quan arrencava el bull s'hi anava tirant aigua freda, per obtenir el brossat. El brossat només es podia guardar un dia o dos.

Si algun d'aquests formatges s'assecava massa, o si es començava a fer malbé perquè s'hi havia posat la mosca, es feia formatge de tupí. Es posaven aquests formatges en una tupina, i s'hi afegia oli i aiguardent. Els primers nou o deu dies s'havia d'anar remenant. El formatge de tupí durava molt, es podia conservar un parell d'anys. Es tractava d'un formatge molt fort i es consumia sobretot a l'hivern:

Nosaltres ens menjàvem el tupí a la tardor i a l'hivern, quan feia fred. Perquè a la tardor ja no hi havia tall, ja no hi havia gaire tall per aquí. Llavors el que havia era formatget d'aquest bo i una mica de pernil si n'havia quedat... (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

El formatge d'ovella era un formatge de muntanya, de subsistència. La llet d'ovella era un producte terciari de l'ovella (carn, llana, llet). Els ramats d'ovella eren destinats a la producció de carn, però aquesta carn es venia, no era per a l'autoconsum. El formatge d'ovella, i de tupí, i també el de vaca a les cases on hi havia vaques, no es venia ni es comprava, s'elaborava a les cases per al propi consum. Constituïa una important font de proteïnes en un moment en què eren més aviat escasses a les dietes dels pobles de muntanya. Com ha passat amb altres productes d'elaboració domèstica, el formatge d'ovella s'havia deixat progressivament d'elaborar, arran de les transformacions socioeconòmiques que han canviat profundament les comarques pirinenques. Un informant ens descriu la situació actual:

Sí, abans, quan jo era jove, alguna dona feia formatges, perquè hi havia cases que tenien ramat d'ovelles, i el formatge d'ovella és el millor que hi ha, eh? El formatge d'ovella és superior, es feien uns formatges artesans de debò. Això ara ha desaparegut, ja no ho saben fer, això. Encara en fan per la banda d'allà darrere, del Cadí, a Llosa, a Tuixén. Encara hi ha alguna casa que en fa. Jo tinc família allà dalt, uns amics a Llosa. Hi ha una senyora que és gran i cada vegada que baixa aquí a la Seu baixa formatges d'ovella. I és molt bo. És un formatge diferent, molt bo. (Home, 75 anys, Seu d'Urgell, 19-3-1999)

També es lamenta d'aquesta pèrdua un altre informant, gran coneixedor dels productes tradicionals, amb caràcter patrimonial:

El formatge d'ovella és una mostra de la mala traça de la manera de tractar aquests productes des de l'administració. Ara es torna a fer serrat d'ovella artesà, però l'administració segueix fent molt poc en favor d'aquesta recuperació. La seva actuació és nefasta a l'hora de valorar i de recuperar aquests productes. Aquest és un dels problemes de la Q de Qualitat, que es van anar recollint productes indiscriminadament, sense cap criteri. Aquest formatge, amb una bona política, hagués pogut ser un formatge amb caràcter emblemàtic per Catalunya, pel seu caràcter de producte pirinenc, amb arrels històriques. Però a aquest país, les coses van com van. S'ha posat com a objectiu prioritari el tema de la sanitat. Enlloc de facilitar la feina als formatgers artesans, es posen pedres a les rodes pel tema de la sanitat i així s'afavoreixen els formatges industrials. S'han arribat a repartir pasteuritzadors als formatgers artesans! Els qui han volgut fer formatges de qualitat han hagut de mirar cap a França, cap al País Basc, per aprendre tècniques... Un basc instal·lat a la comarca del Ripollès, paradoxalment, és qui ha recuperat i qui manté una mica el formatge serrat d'ovella, que és un formatge que podria ser emblemàtic. Aquí no s'ha sabut fer el que han fet els bascos, per exemple, amb el formatge Idiazabal. A més, aquí també s'ha perdut la tradició de menjar aquest tipus de formatge. (Home, 40, la Seu d'Urgell, 17-3-1999).

Actualment, però, s'està produint una recuperació dels formatges artesans. Ara, als Pallars, hi ha productors que tornen a elaborar aquest tipus de formatge, amb vista a la seva comercialització. L'elaboració domèstica ha desaparegut pràcticament tota, però es recupera aquesta producció per a la comercialització. Els consumidors coneixedors de la comarca, aquells que havien menjat aquest formatge a casa seva perquè en feien, consideren que la qualitat del formatge d'ovella que es ven ara és prou bona, però en general els sembla una mica massa car:

El formatge d'ovella que fa aquesta noia de Gerri de la Sal també és molt

bo. S'assembla molt al que fèiem nosaltres. El fa bastant natural... És clar, ella fa molta quantitat, i ja té la caldera graduada, i ja té la càmera per assecar, que pot controlar la temperatura... Ja fa uns quants anys que no hi hem anat, però durant uns anys en compràvem i era molt bo. Però és clar, és que les seves ovelles també pasturaven al camp. Perquè és molt important el que menja l'ovella. Ara fa una anys que no en comprem, perquè surt car. També fan tupí, ara, i és força bo, però és més suau que el que fèiem nosaltres, perquè és més tendre. A nosaltres ens agrada i en comprem de tant en tant. (Dona, 63 anys, Tírvia, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Aquest procés de recuperació ha anat acompanyat, de forma recent, per una recuperació de l'espai rural, tant des de les instàncies públiques (promoció del turisme rural i ajuts per a la creació d'empreses rurals, des de l'administració) com des de les iniciatives privades (aparició del fenomen neorural). Algunes de les poblacions on es van instal·lar, com per exemple Ossera, a l'Alt Urgell, s'haurien despoblats si no hagués estat per l'arribada d'aquests. La gent gran que quedava a meitat dels vuitanta, quan aquests arriben, s'ha anat morint i els seus fills van marxar a ciutat. Actualment a Ossera viuen unes 20 persones, gairebé totes de fora. Ja fa més de vint anys que els anomenats neorurals van iniciar un desplaçament reduït però constant cap a les comarques del Pirineu català. La majoria d'aquests amb qui hem parlat es dedicaven, abans d'instal·lar-se a aquesta zona, a professions liberals, i tenien un bon nombre d'ells un nivell de formació elevat. Sovint comenten que al principi ni tenien la intenció de dedicar-se a l'elaboració de formatges. En termes generals, aquests productors de formatges artesans procedeixen de situacions semblants. Es tracta habitualment de professionals d'origen urbà, de l'àrea metropolitana de Barcelona, que entre els anys 70 i 80 van decidir abandonar la seva professió o els seus negocis per instal·lar-se als Pirineus. Una bona part dels qui es van instal·lar als Pirineus catalans van intentar viure en un principi dels ramats de vaques i ovelles i de la venda de la seva producció làctia, però van acabar abandonant de forma progressiva aquestes

activitats per dedicar-se exclusivament als ramats de cabres i a l'elaboració de formatges:

Les cabres no necessiten quasi res, s'adapten al terreny que troben..., i nosaltres ens podem guanyar la vida amb els formatges. (Home, 43, la Seu d'Urgell, 18-3-1999)

A aquesta situació s'arriba a causa dels problemes que ha presentat aquests darrers anys la producció làctia (quotes lleteres, crisi del sector, etc.). Es busquen noves alternatives per substituir les activitats inicials, i es creen petites formatgeries. Aquest canvi no resulta sorprenent si tenim en compte que la població, sobretot pastors i ramaders, ha abandonat progressivament la muntanya per les dificultats que presentava (preus baixos de la llet, terres cada cop més cares, manca d'instal·lacions bàsiques, etc.). Era previsible que una nova generació de població no podria reprendre les activitats caigudes en desús. Calien noves alternatives adaptades a les noves situacions. Com s'assenyala en un fullet publicitari de l'Associació d'Artesans Alimentaris del Pirineu:

D'uns anys ençà s'observa al Pirineu el creixement d'un seguit d'activitats íntimament lligades al medi. Són unes formes de producció ancestrals, recuperades i modernitzades, mitjançant petites explotacions.

Els anys 80 els neorurals es dediquen sobretot als formatges de llet de cabra, mentre que els anys 90 s'elaboren també formatges amb llet de vaca, tant de pastes toves com de pastes premsades. L'antic serrat d'ovella s'ha recuperat també ara amb llet de vaca. Els neorurals, doncs, han transformat la situació de la producció dels formatges tradicionals. S'ha produït una renaixença aquests darrers 15-18 anys d'aquestes produccions, ja que es tracta de gent amb un elevat nivell de formació que han sabut recuperar un nombre important de formatges de gran qualitat. Sobretot han intentat recuperar, en un primer moment, els formatges tradicionals de la zona, i després cada productor ha anat fent el seu tipus de format-

ge. Aquest procés no s'ha aturat i continuen arribant gent de fora que decideixen emprendre l'elaboració de formatges com a activitat principal. Es troben pobles que han vist reduïda la seva població a un terç aquestes darreres dècades, però on vénen a instal·lar-se darrerament gent provinent de la conurbació barcelonina:

Aquí han pujat tres matrimonis joves. Són de Terrassa i de Mataró. El matrimoni de Terrassa van venir, van comprar unes ovelles i estan fent formatge d'ovella. Fan formatge d'ovella, d'ovella veritable... per vendre i així. (Home, 69 anys, Peramea, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

En un fullet publicitari d'un productor de formatges artesans, en parlar d'un d'aquests formatges, el de tupí, es destaca aquesta tasca de recuperació i de valoració dels formatges locals tradicionals:

El formatge de tupí, encara que poc conegut, representa una de les joies de la gastronomia catalana de muntanya. És el típic formatge que acompanyava els pastors en les seves llargues i dures jornades i un clar exemple de l'economia agropastoril de subsistència.

Les primeres fires de formatge eren mercats clandestins, ja que es tractava de productes sense registre sanitari. Les fires actuals han permès legalitzar aquestes petites produccions i treure-les de la clandestinitat. Com comenta una d'aquestes productores de formatges artesans, instal·lada des de principis dels vuitanta a Ossera:

Vaig habilitar una part de la casa per elaborar-hi el formatge. He hagut d'acceptar totes les normatives higièniques, fer un registre sanitari i portar un control de la producció. A partir del moment que fas això, és quan el producte té un preu.

Efectivament, aquests productors pensen que estan recuperant un saber, una tècnica, uns usos formatgers tradicionals, però emparats per la legislació vigent. En un primer moment eren una mica reticents a aquesta reglamentació, ja que els remetia novament a una «forma de funcionar urbana», però finalment la realitat s'ha

imposat i han hagut d'emmotllar-se, tot i que en graus diferents. Així, en un fullet promocional podem llegir:

...fem, a partir de la nostra pròpia llet, una producció de formatges. Tot això, evidentment amb els grans canvis higiènics i mecànics obligats en els temps actuals, però seguint la personalitat i la cura que dóna el treball limitat i fet amb gust...

Així, tot i que viuen en masies antigues, en cada cas ens trobem amb unes instal·lacions condicionades, amb el sistema mecanitzat per a la introducció de la llet en els dipòsits, control de la temperatura per als formatges, motllos per a la quallada, etc. Pel que fa a la comercialització, cal destacar que en alguns casos el 95% de la producció es ven directament al mateix lloc on s'elaboren els formatges. Cal tenir en compte que aquesta forma de comercialització resulta força atractiva per a un tipus de clientela majoritari, que és el consumidor de fora, urbà. Com afirma un dels productors:

El poder tastar un formatge fet a casa és més valorat pels qui viuen a ciutat que no pels propis veïns de l'artesà. Per tant, qui serà el principal consumidor? El turista, que ve expressament al lloc per comprar-ne. A més, i això els agrada molt, poden aprofitar per veure com el fem, preguntar una mica i tot això. (Home, 43 anys, Peramea, Alt Urgell, 20-3-1999)

Un veí del poble fa una observació en el mateix sentit:

Sí, ja sé que aquí n'hi ha qui en fa, per vendre, però no en comprem quasi mai... De vegades la jove, quan pugem de Barcelona se n'emporten, però nosaltres no. (Home, 62 anys, Peramea, Alt Urgell, 20-3-1999)

Una altra forma de comercialització són les fires de productes artesans que tenen lloc per tot Catalunya. A Barcelona, per exemple, es poden trobar a les parades de productes artesans que s'instal·len a la Plaça del Pi els caps de setmana. També es venen a les botigues de la comarca, bàsicament a la Seu, i a llocs especialitzats de formatges artesans, sobretot a Barcelona, que és on es troben

més establiments d'aquestes característiques. És interessant l'observació que fa una productora en relació als clients d'aquest mena de botigues:

La gent cada vegada té més paladar, busca coses noves, és més exigent. (Dona, 49 anys, Ossera, l'Alt Urgell, 17-3-1999)

Aquesta afirmació indica, d'una banda, les noves preferències i actituds d'un determinat segment de consumidors, i de l'altra subratlla el caràcter «nou», per a aquests consumidors, dels productes tradicionals. A aquest caràcter de novetat que ve donat pel fet que molts dels consumidors actuals no coneixien d'antuvi el producte, cal afegir també l'intent de promoure formes de consum noves d'aquests formatges tradicionals. Innovació i imaginació apareixen sovint en els intents de recuperació i valoració d'aquests productes. Així, en un fullet sobre el formatge de tupí, podem llegir:

El tupí, pel seu equilibrat sabor i la seva agradable palatibilitat, és un formatge que permet infinites combinacions i és ideal per a fer tot tipus de salses o de cremes. Només cal una mica d'imaginació.

El consum tradicional del tupí té poc a veure amb aquestes «infinites combinacions» i amb la possibilitat de fer salses i cremes, que són elements característics de les noves tendències en l'alimentació. En el mateix fullet es proposen diferents possibilitats de formes de consum d'aquest formatge. La primera proposta és la que s'aproxima més al consum tradicional del tupí, és a dir, amb pa. Però la manera com es presenta aquesta possibilitat és molt actual: «torrades untades amb tupí. És un ràpid i senzill entreteniment per a qualsevol hora del dia». El fet de destacar la rapidesa de la preparació, així com el fet de considerar-ho un «entreteniment» apte per a qualsevol hora del dia, són elements significatius. Segueixen dues propostes que uneixen el formatge de tupí amb altres productes tradicionals a la zona, l'allioli de codony i la mel. Com ja hem indicat en el primer cas, encara que els productes siguin tradicionals, les

formes de consum, la seva funció dins la dieta, presenten aspectes nous: «Allioli de codony amb tupí. Per sucar-hi pa!»; «torradetes amb tupí i unes culleradetes de mel per sobre. Unes postres tan bones com curioses». Les propostes següents són encara més representatives del nou paper que es vol donar al formatge de tupí, més d'acord amb les tendències i les preferències actuals: «Tupí amorosit amb crema de llet. Ideal per a amanides»; «salsa de tomàquet: tupí amb tomàquet ratllat i una mica d'all i julivert»; «salsa d'olives negres: olives negres, oli, all i tupí»; «salsa de pebrots escalivats: pebrots escalivats i tupí». Un altre productor proposava utilitzar aquest formatge, rebaixat amb llet o amb crema de llet, per amanir la pasta.

Tradicionalment aquest formatge es consumia a l'hivern, ja que es un formatge molt fort, com observa un home gran de la zona: «feia entrar en calor, aquí a dalt feia molt fred fa anys». Es menjava amb trossos de pa, torrat o no. El sabor acusat del formatge també marcava el seu consum: «A casa, l'avi i l'àvia eren qui més en menjaven, jo (un home gran, a l'actualitat) només una mica, només a l'hivern. Els nanos, de petits, no en volíem, era massa fort, però després, de més grans, ja ens vam acostumar». A pràcticament totes les cases se'n feia. En molts casos es barrejava llet de cabra i ovella amb vaca, per suavitzar-lo, ja que només d'ovella quedava molt fort. Es deixava molt de temps, si tenia dos anys millor que si en tenia menys. Actualment es té molt menys temps, sovint només dos o tres mesos, per evitar que tingui un sabor massa intens. Abans es deia que el tupí estava al punt quan començava a fer cucs. Actualment el formatge de tupí s'elabora molt més suau. Així, no només el formatge mateix ha canviat sinó que les noves formes de consum proposades presenten notables diferències, i sobretot tendeixen a la desestacionalització d'aquest formatge, ja que es proposen combinacions i salses que rebaixen molt el seu sabor intens i s'integren en receptes que poden formar part perfectament dels menús estiuencs.

La propietària d'una residència-casa de pagès, gran coneixedora

de la cuina tradicional pallaresa, considera que el formatge de tupí, com es feia abans, ara té una difícil acceptació. En algunes cases de pagès se segueix elaborant, però cada cop menys. La gent gran que ha conservat aquesta pràctica fins ara considera que ja no els convé, que els costa de pair, que s'ha de veure amb vi i ara han de vigilar, per la salut. Són les noves formes de tupí, més suaus i lleugeres, les que s'estan fent un lloc dins el conjunt de l'oferta de formatges artesans. Només la gent gran de la zona, acostumada al tupí d'abans, que el coneixen de tota la vida, el segueixen valorant:

Aquí ens venia gent del país expressament a menjar formatge, perquè estava al seu punt. I veies que la gent que sucava amb el cuc que corria per sobre. Quan jo en feia, em venia expressament quan sabia que en feia, gent d'aquí que el coneixia. Però quan venia aquesta gent si hi havia algú més al restaurant havia de marxar, perquè fa una olor tan forta, aquest formatge. Com es feia abans, feia una olor que t'omplia tota la casa. El vaig deixar de fer una mica per això. Et venia tothom de cop, els caps de setmana, els ponts, i llavors et venia algú del país i et demanava aquest formatge, i la resta de la gent del menjador quasi es marejaven. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Com ja s'ha comentat, la majoria d'aquests neorurals estan en contacte entre ells i fins i tot es va crear l'Associació d'Artesans Alimentaris del Pirineu, que agrupa set productors de la zona: quatre d'ells a l'Alt Urgell (Ossera, Bar i Peramola), dos a la Cerdanya (Bor, Músser) i un al Pallars Sobirà (Corcastell). Cinc d'elles són formatgeries i dues són herboristeries. Han editat un tríptic, en què s'autodefineixen: «l'Associació d'Artesans Alimentaris del Pirineu és la iniciativa d'un grup de productors, professionals de fa anys, aplegats en diverses comarques de muntanya, que té per objectius prioritaris, d'una banda fer conèixer la seva activitat al públic i de l'altra aconseguir una serietat en l'oferta, pel seu prestigi reconegut (...). L'anagrama de l'associació, prou visible a tots els productes, garanteix al comprador que el que té a les mans ha estat elaborat artesanalment al Pirineu i té un control de qualitat». En paraules d'a-

quests mateixos productors:

No creiem que es vengui molt més fent això, però ja que creiem en una determinada manera de fer les coses, i que ja les fèiem bé i a consciència abans de fer l'associació, vam pensar que estaria bé dir-ho, perquè ara a la gent això li agrada molt i a més a més és la veritat. (Home, 62 anys, Peramea, Alt Urgell, 20-3-1999)

Finalment, posarem l'exemple concret d'uns d'aquests productors de formatges artesans, ja que il·lustra prou bé allò que s'ha dit fins ara. Es tracta d'una petita empresa comercial familiar. Està situada al Pallars Sobirà, però les característiques dels productors de formatges a l'Alt Urgell i al Pallars Sobirà són pràcticament les mateixes. Es tracta d'un matrimoni que viu a Altron, un petit nucli dependent de Sort, des del 1975. Tot i que ell va néixer a Altron, se'n va anar de jove a estudiar i a treballar a l'àrea metropolitana de Barcelona. Els primers quinze anys després d'instal·lar-se a Altron es van dedicar a la cria de vaques lleteres, seguint la tradició de la zona, però els problemes derivats de l'establiment de les quotes lleteres i les dificultats de comercialització els van portar, l'any 1990, a diversificar-se, iniciant l'elaboració de formatges. En aquest cas hem pogut veure la transició que han hagut de passar les petites formatgeries que en un principi s'instal·laven a la mateixa casa, sense seguir cap reglamentació i que avui dia són objecte d'un control estricte. Efectivament, aquests productors són masovers d'una finca situada al centre del nucli d'Altron, una masia del segle XII, amb totes les dificultats de condicionament que això suposa. L'any 1995 inicien la construcció d'una casa als afores del nucli, amb la intenció d'adaptar a la part de baix la formatgeria. Es tracta de tenir unes instal·lacions que compleixin les noves normatives higièniques que regulen els diferents aspectes dels obradors (terra, enrajolat, aixetes de peu, substitució de la fusta per acer inoxidable, etc.) i de les tècniques de producció. La idea inicial és que el local consti de tres dependències: l'obrador, l'assegador natural i una sala destinada als

visitants des d'on, a través d'un mostrador, es pot veure tot el procés artesanal d'elaboració. Van rebre una subvenció de la UE per dur a terme aquesta nova construcció. Amb tot, es queixen que l'administració és massa estricta en qüestions d'instal·lacions i higiene, ja que «el formatge sempre s'ha fet a casa i mai no ha passat res». El canvi d'ubicació de l'obrador per als formatges els planteja dubtes sobre l'elaboració dels formatges, ja que les condicions ambientals canvien i no està clar que els resultats siguin els mateixos. Consideren que totes les exigències no són imprescindibles, «perquè la manera més autèntica és com s'ha fet sempre aquí».

Aquests productors van veure com la seva producció de formatges augmentava considerablement i van decidir establir-se com a empresa per elaborar formatges adobats, en oli i tupí. Això ha representat un canvi important en la seva forma de vida. Destaquen que «ara nosaltres som molt independents, perquè la llet és nostra, no tenim assalariats, i si el formatge no surt, no n'elaborem...» Des del 1975, l'any que van començar a criar vaques lleteres, han intentat estimular innovacions en tot el procés ramader, tant en la recuperació d'antigues pràctiques com en la implantació de nous mecanismes, però van fracassar. En un principi van intentar animar els altres ramaders de la zona a comprar maquinària conjuntament, per rendibilitzar-la i poder accedir a màquines que són massa cares per a un sol productor. Tot i que a la zona hi havia una certa relació de reciprocitat en l'ús de màquines, finalment la competència ho va impedir: «tothom vol allò seu, i ningú es refia dels altres. Un poble d'aquí ho van fer, van comprar la maquinària en conjunt i ara tothom té ja el seu tractor; tothom vol que la feina es faci immediatament, i tohom volia el mateix dia i la mateixa hora la feina i van acabar comprant-lo.» Actualment compten a la seva explotació amb una trentena de vaques lleteres, i cada cop és menor la quantitat de llet que porten a la cooperativa. La resta la transformen ells mateixos, perquè consideren que ha estat «l'única manera de tirar endavant». La mecanització progressiva de la cura del bestiar els ha

permès dedicar-se molt més a la formatgeria, sobretot a l'hivern. I malgrat que fins fa poc temps portaven a terme tot el procés d'elaboració en una sala annexa a la casa i l'adob i la conservació al soterrani, la nova normativa els ha empès a construir un nou obrador, com ja hem vist.

Un altre aspecte que val la pena destacar és que són un dels pocs casos que es dediquen exclusivament a la venda directa. Nombroses excursions de gent de ciutat s'aturen els caps de setmana a visitar la seva formatgeria, que és vista com a paradigma de la vida tradicional al Pirineu segons la visió urbana. Col·legis, grups d'universitaris, grups de jubilats, han passat per aquesta formatgeria per veure com s'elaboren els formatges tradicionals i per comprar-ne. A la nova sala es plantegen fer alguna exposició perquè així, mentre la gent espera, pugui conèixer una mica més la comarca i familiaritzar-se més amb l'entorn. També han preparat una filmació per mostrar com neix un vedell, com es muny una vaca i com fan el formatge. És indiscutible que, per a un determinat sector de consumidors, el poder comprar el producte al mateix lloc de producció, poder veure com s'elabora i saber quina és la provenença de la primera matèria utilitzada, veure quin tractament rep el bestiar, etc., són elements que fan més atractiu aquest formatge.

Pel que fa als formatges a l'Alt Urgell, cal destacar que es va atorgar al formatge de cabra la Denominació Comarcal de Productes Alimentaris, i la Denominació de Qualitat a la mantega de l'Alt Urgell i al formatge de l'Alt Urgell. Cal tenir en compte que aquests formatges amb la Q de Qualitat no són formatges artesans. Un dels objectius específics de la Denominació genèrica de Qualitat és la «protecció dels productes tradicionals a Catalunya, tipificant-los, millorant llur qualitat i fomentant llur industrialització a la mateixa comarca d'origen». És freqüent que els productors de productes artesans considerin que aquesta «tipificació» i el «foment de la industrialització» el que fan precisament és acabar amb el caràcter específic del producte, amb les seves particularitats. Aquesta obser-

vació es fa també amb altres productes amb Denominació de Qualitat, com la llonganissa de Vic. Així ho expressa un informant:

La llonganissa de Vic no era ni molt menys un producte en extinció, però sí que el sistema tradicional de producció s'havia perdut. Ara molt pocs elaboradors la produeixen segons els paràmetres tradicionals. També cal tenir en compte el desencert de l'administració en atorgar la Q de qualitat. En aquesta denominació de qualitat dels productes estaven implicats molts estaments, hi havia una connivència entre diferents sectors professionals. Es defineix la qualitat amb criteris a la baixa. S'admeten coses que no tenen res a veure amb els sistemes de producció tradicionals: ús d'additius, cap mena de control sobre l'origen, la raça dels animals, la manera de matar-los... Els productors que segueixen fent la llonganissa de Vic autèntica, que encara en queden, no es volen acullir a la Q de Qualitat. I la cobren encara més cara, i la venen bé, ja tenen la seva clientela que els compra el seu producte al preu que sigui, perquè hi ha una diferència real i ells no volen per res la Q de Qualitat.

Ara bé, a part d'aquestes consideracions, no es pot deixar de parlar d'aquests formatges a la comarca, ja que el seu consum està més estès entre la població local que el dels formatges artesans:

Quan jo era petita, la gent tenia vaques i ovelles, i a totes les cases es feia formatge. Ara no, ara tothom es compra formatges comercials. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

El cas del formatge de cabra amb Denominació Comarcal de Productes Alimentaris és diferent, ja que cal fer una distinció entre aquesta denominació i l'anterior: en el cas de la Denominació Comarcal és més freqüent que es tracti de productes artesans. Tot i que el formatge més tradicional d'aquesta zona pirinenca sigui el de llet d'ovella, la major part dels productors de formatges artesans centren una bona part de la seva oferta en els formatges adobats de cabra. Es tracta d'un formatge adobat a partir de llet de cabra produïda a la comarca, crua o pasteuritzada. Es fa una quallada àcida o

enzimàtica, es deixa escórrer la quallada per separar el xerigot de la pasta o es premsa la pasta en motlles durant 24 hores. Se sala en salmorra durant 24 hores. S'oreja durant 2 o 3 dies fins al punt d'humitat idoni per a entrar a la cambra de maduració on ha d'estar com a mínim dos mesos.

Els embotits tradicionals

La girella

La girella és un embotit de corder, que havia estat a punt de desaparèixer i ara s'està recuperant. L'elaboració d'aquest producte era molt laboriosa. Va arribar un moment en què, per la matança, es llençaven els menuts del corder que es feien servir per fer la girella. Tot i així, en algunes cases no es va deixar de fer mai. Es bull el cap del xai i es desossa. Es trinxen els menuts i la carn del cap a trossets petits i s'afegeixen les vísceres ben trinxades. Es posen també molla de pa, ous i arròs, i es barreja tot. Finalment s'emboteix tot dins la tripa del corder i es bull a la caldera durant un parell d'hores. Per treure la fortor del gust de la tripa, quan es bull es pot afegir una pell de taronja, i uns grans d'all una mica aixafats. També es pot posar un os de pernil, pel mateix motiu. Actualment, a les botigues i als restaurants, s'elabora aproximadament de la mateixa manera, però sembla que ara es posa més arròs i més pa. Els qui n'havien menjat habitualment a casa seva, d'elaboració domèstica, consideren que la que es fa ara no és exactament igual, tot i que diuen que també és molt bona.

Durant uns anys s'ha organitzat un Concurs de la Girella, per tal de promocionar-la. L'any 1998 es va decidir que la finalitat del concurs —promocionar el producte— ja s'havia acomplert, i per tant no calia seguir celebrant-lo. Els carnisers hi estaven ben representats, ja que duïen una bona part de les girelles que es presentaven. Ara la girella es fa molt a les carnisseries, és on més s'ha intentat recu-

perar i revalorar aquest producte. La seva elaboració és laboriosa però la primera matèria és poc costosa, per això es pot valorar bé. D'altra banda, segueix havent-hi a la comarca una tradició de consum, però no la disposició per l'elaboració domèstica, i això estimula la producció a les carnisseries i als restaurants. Cal afegir també l'interès creixent per part dels visitants pels productes típics locals. Aquests no coneixen la girella, en general, però tenen interès a tastar allò que és tradicional i estan disposats a comprar-ne per endur-se'n com a record. Aquests factors intervenen en la recuperació d'aquest embotit duta a terme pels restaurants i les carnisseries.

La girella es pot consumir de diferents maneres. Es pot menjar fregida o com un bull, acabada de fer, quan està calenta, tallada a rodanxes. També es pot menjar a la planxa. Algunes persones la fan arrebossada. Es pot fer amb suc. Hi ha qui la fa amb una mica de salsa de tomàquets, amb uns allets. Es tracta bàsicament d'un producte d'hivern. A les carnisseries i a les cartes del restaurant normalment s'ofereix a partir d'octubre-novembre i fins aproximadament finals del mes d'abril. Abans es feia en el moment de la matança del corder exclusivament, era un subproducte de la matança. Avui, alguns restaurants la mantenen tot l'any a les seves cartes, juntament amb el farcit de Carnaval. Com ja s'ha comentat, no és un producte gaire conegut per la gent de fora, però hi ha una bona disposició a tastar-lo, pel seu caràcter de producte tradicional. Ara bé, el fet d'estar elaborada amb vísceres de corder suposa una limitació per a l'extensió del seu consum, ja que, actualment, les vísceres desperten fortes aversions en una part important de la població i estan força desvaloritzades en general:

La gent de fora no la coneix gaire, no. Quan veuen girella a la carta et pregunten: i això què és? Jo llavors els dic que és l'únic bull, l'únic embotit que es fa amb carn de corder. Llavors hi ha qui ho prova i la troben molt bona. Però si dius que està feta de cor, de freixura, llavors no la volen provar. (Home, 52 anys, Sort, Pallars Sobirà, 25-3-1999)

El xolís

El xolís és considerat un dels embotits més emblemàtics dels Pallars. Forma part de la família d'embotits adobats, amanits amb sal i pebre. Es trinxa carn de porca magra, s'assaona i s'empebra. S'hi afegeix salnitre, per assegurar-ne la conservació. Un cop feta la massa s'emboteix dins la tripa culana. Abans es cosia a mà per un costat, però això actualment ja no se sol fer, perquè és molt laboriós. Es deixa madurar un parell de mesos. Se li dona la seva forma octogonal característica quan es comença a curar, premsant-lo. El moment òptim per fer el xolís és el de la matança, és a dir, els mesos de novembre, desembre, gener i febrer. El millor moment per al seu consum és la primavera i l'estiu. Els experts consideren que el mes d'octubre ja no s'hauria de vendre cap xolís, ja que s'haurien d'elaborar els mesos de març-abril i ja no és el moment adient. Els xolisosos d'elaboració domèstica conserven la seva qualitat més temps, i es poden consumir el mes d'octubre i fins i tot novembre, però, en opinió d'aquests experts, els que es comercialitzen a les botigues tenen una vida més curta. Abans a les cases es guardava el xolís en cendra o en blat, i això permetia una bona conservació durant més temps. Malgrat aquestes consideracions sobre la seva estacionalitat, actualment aquesta no es respecta, i se'n pot trobar a les botigues pràcticament tot l'any. Els coneixedors del producte opinen que la diferència entre el xolís d'elaboració domèstica i el xolís que es comercialitza és considerable. La clau d'aquesta diferència rau en la diferent alimentació que reben els animals:

Els xolisosos que feien a casa meva, per la matança, eren boníssims. Ara a les botigues d'aquí en fan, però no és el mateix. No tenen la culpa els qui els fan, és perquè ja no estan tractats els porcs com llavors. Ara ja els alimenten amb pinsos. Si no és que s'ho fa un per casa... Ara perquè ja no tinc corral, però quan en tenia, em comprava un tocino el novembre, i amb un mes alimentat a casa, canvia el cent per cent. (Home, 50 anys, Sort, Alt Urgell, 23-3-1999)

El farcit de Carnaval

El farcit de Carnaval es feia a les cases, per Carnaval. Durant un temps aquest producte semblava a punt de desaparèixer però ara es torna a elaborar, sobretot a les botigues i als restaurants, com en el cas de les girelles. En algunes cases s'havia seguit fent, sobretot la gent gran que estava acostumada de tota la vida a fer aquest producte per Carnaval. La gent més jove ja no el fa, si més no no és freqüent, però sí que, en molts casos, en consumeixen a casa dels pares, si aquests conserven aquesta pràctica, o bé en compren a les botigues per aquestes dates. Així, tot i que s'ha anat perdent progressivament, encara hi ha cases on se segueix fent el farcit per Carnaval, i és habitual porta-lo a la calderada que se celebra a Sort per Carnaval.

Per fer el farcit s'utilitza un estómac de porc. Es posa cansalada, tallada a trossos petits, pa, arròs i bastants ous, tot ben amassat. Per fer un farcit s'utilitza aproximadament una dotzena d'ous. També es poden fer estovar panses i s'afegeixen al farcit. Es fa coure aproximadament unes dues hores. Actualment es posa també carn, però abans no:

Per fer el farcit de Carnaval guardàvem l'estómac del tocino, el més gros que trobàvem. I el posàvem a salar. I uns dies abans de Carnaval el posàvem amb aigua, que s'estovés. I llavors la norma amb el farcit era una dotzena d'ous, una lliura de panses, pa ratllat, una llesca de cansalada i all, sal i pebre. Ho amassàvem i ho posàvem a una olla ben gran, perquè vinclava com un porcell. Havia de coure molt, perquè l'estómac té una pell molt gruixuda. (Dona, 75 anys, Esterri d'Àneu, Pallars Sobirà, 24-3-2000)

L'elaboració és laboriosa, ja que és manual. Cal posar en remull les panses i bullir una mica l'arròs. Els ous s'han de batre ben batuts abans de barrejar-los. S'ha d'embotir amb una cullera, no es pot passar per la picadora. Abans es feia només per Carnaval, però ara alguns restaurants l'han integrat a les seves cartes tot l'any.

El bull de donja

El bull de donja és propi de l'Alt Urgell i d'Andorra, tot i que també se'n fa una mica pel Pallars. Era un producte tradicional de la matança. Actualment s'elabora amb cap de llom i panxeta, però abans molt sovint només es posava panxeta. També s'hi posa all, sal i pebre. Es fa una cocció molt suau, aproximadament entre dues hores i dues hores i mitja. L'elaboració és lenta i laboriosa perquè és totalment manual, ja que no es poden fer servir les màquines de picar i d'embotir que s'utilitzen per als altres bulls. Cal tallar les carns amb ganivet, a tires, i s'ha d'embotir manualment perquè la carn no està trinxada. S'emboteix dins la tripa del cec. Es deixa assecar uns cinc o seis dies i es menja fregit, com acompanyament de verdures o trinxats. Actualment aquest bull s'elabora i es comercialitza en algunes botigues i restaurants, però és un fenomen recent. Tot i que a moltes cases de pagès que seguien fent la matança encara n'elaboraven per al seu propi consum, no es podia adquirir a les botigues. Així ho explica un xarcuter de la Seu:

Aquest bull, el de donja, només fa un parell d'anys que el fem, abans no el sabíem fer. Ens van ensenyar a fer-lo a cases de pagès. Nosaltres ja fa més de 25 anys que tenim la botiga, però el bull més típic d'aquí, el de donja, no el sabíem fer. És que la gent tampoc te'l demanava. És que ara et demanen moltes coses de les d'abans. (Home, 45 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 20-3-1999)

Ara hi ha una certa demanda d'aquest bull, però és bàsicament local, perquè aquest producte no és gaire conegut fora de la comarca. Part de la gent del país el recorda i l'aprecia i està disposada a comprar-ne. Aquesta és una manifestació més de la tendència a recuperar i revalorar alguns productes que s'havien anat perdent, arran les transformacions socioeconòmiques en aquestes comarques.

El bull de ronyó

Com el bull de donja, s'elabora a tires grosses, no es trinxa la carn, però en aquest cas es fa amb tires de ronyó. L'elaboració és lenta i laboriosa, també. Aquest bull, com els altres bulls, es feia per la matança, però no s'havia comercialitzat mai, fins ara. No sembla que tingui una gran acceptació en general entre la gent jove, que prefereix altres embotits, però sí entre la gent gran que n'havia menjat abans.

La bringuera

La bringuera és un bull tradicional de l'Alt Urgell i Andorra. Forma part del grup de bulls artesanalment a la comarca. S'elabora amb el cap del porc, papada, cansalada, cotnes, freixures, sang, ous, sal i pebre. S'emboteix en el budell cec del porc. Es cou a la caldera durant quatre hores, a 85°C. Es consumeix tendre, acabat de fer. Entre la pell i la carn es forma una capa de greix que ajuda a conservar la carn, però avui dia s'acostuma a punxar perquè no sigui tan greixós, dins la tendència general de desgreixar tots els productes i els plats. En algunes cases de la comarca encara se n'elabora per la matança, però cada cop menys. A nivell industrial també se'n fa una petita producció, i en alguns restaurants, tant per servir-lo a la seva carta com per fer venda directa. Es tracta d'un embotit fort, més apropiat per ser consumit a l'hivern. Es consumeix sobretot en els entremesos, els dies festius, i als restaurants.

El bull de cap

El bull de cap és un altre dels bulls tradicionals de l'Alt Urgell que es feien en el moment de la matança. S'elabora amb carn magra, careta, orella, morro, llengua, sal i pebre. La tripa és el budell cec. Per elaborar el bull de cap, es talla la carn magra, la careta, l'orella, el morro i la llengua a trossos, a mà. S'amaneix amb sal i pebre i s'emboteix dins del bull cec. Es cou a la caldera durant unes quatre hores. Cal menjar-lo molt tendre, perquè de seguida queda ressec.

Com pel que fa als altres bulls, encara es fa en algunes cases per la matança, i es troba a les botigues i alguns restaurants. També s'integra sobretot als entremesos i en els entrepanes.

El bull de carns

El bull de carns s'elabora amb carn magra, ben trinxada i amaniada amb sal i pebre. Es cou durant unes quatre hores. Després es posa a assecar dues setmanes, perquè s'oregi una mica, en una habitació fresca. Les formes de producció, de comercialització i de consum són les mateixes que les dels altres bulls.

El bull de llengua

Per elaborar el bull de llengua es trinxa la carn i es talla la llengua a trossets. Es barreja tot, es fa una massa i s'amaneix amb sal i pebre. S'emboteix a la tripa i es posa a la caldera durant unes quatre hores. Un cop cuit es deixa assecar dues setmanes en una habitació fresca. Hi ha qui prefereix menjar-lo quan és sec, i també hi ha qui prefereix menjar-lo tendre, acabat de fer.

Cal destacar que productes com la girella, el farcit de Carnaval, el bull de donja, el bull de ronyó i altres, estaven desapareixent, substituïts pels embotits industrials, llevat de les cases de pagès on encara es feia la matança i se seguïen elaborant alguns d'aquests embotits. La seva recuperació és molt recent i és difícil saber si es tracta d'un fenomen puntual o si tindran una recuperació més sòlida. En general, s'observa que les preferències dels joves es decanten més aviat per les llonganisses del tipus «Vic» o el fuet, però és possible que amb el temps apreciïn també aquests productes:

Tot això s'havia deixat de fer durant aquelles èpoques en què es va posar de moda el xoriç «Revilla» i tot això. Els embotits industrials se segueixen venent molt, és clar, però ara també hi ha una demanda de tota aquesta cosa artesana. En relació amb els productes industrials està al voltant d'un 30%, encara surt molt més lo altre, però això també té la seva demanda. La gent jove potser algun dia ho apreciaran. Els joves

s'han acostumat als embotits comercials, però potser de mica en mica aniran entrant. Fa deu anys els joves només volien xoriç «Revilla» i llonganissa corrent, però ara amb alguns bulls ja van entrant. Potser no amb el de donja o el de ronyó, però amb altres sí. (Home, 45 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 20-3-1999)

Tothom no coincideix amb aquesta opinió i hi ha qui considera que aquests embotits tradicionals s'adeqüen poc a les preferències actuals:

Jo vaig posar aquest any a la carta el Farcit de Carnaval, però no va ser una cosa que al client li agradés massa. Penso que no es correspon als gustos d'avui dia. Penso que es perdrà, perquè a la gent jove no li agrada. Jo vaig pensar que era una cosa tradicional i que agradaria, però ho poso al plat i m'ho tornen. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

S'observa, d'altra banda, que recuperació del consum no implica forçosament recuperació de l'elaboració. El fet que es tornin a apreciar determinats productes i que es comprin a les botigues no vol dir que s'estigui disposat a tornar-los a elaborar. La tendència a simplificar les tasques culinàries i a buscar productes amb servei incorporat també es manifesta en el consum del productes tradicionals:

Al temps de les iaies, les mestresses tenien a casa sagí de quan feien la matança. Agafaven el tocino salat, el maceraven amb la mà, l'enfarinaven amb farina com si fos una mandonguilla, i quedava com una boleta que es posava al caldo. Era el típic sagí per fer l'escudella. Ara això nosaltres ho venem fet, aquestes boletes, i ens ho demanen moltíssim. Durant molts anys això ja no es feia, però des de fa potser set o vuit anys, ens ho demanen molt. (Dona, 43 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 22-3-1999)

Els alliolis amb fruita

Allioli de codony

L'allioli de codony és un producte tradicional en aquestes zones de muntanya. Es menja per acompanyar la carn o escampat damunt de llesques de pa torrat. Es feia habitualment a les cases, per aprofitar els codonys, i en molts casos s'hi afegia pera de Cardós, pera d'hivern. Tradicionalment l'allioli de codony s'elaborava a l'hivern, que és l'època dels codonys i d'aquestes peres. El codony que sobrava de fer codonyat es feia servir per l'allioli. S'acostumaven a menjar llesques de pa torrat amb allioli de codony per esmorzar el dia de la matança:

Quan es matava el porc, a les set del matí, per agafar forces, es feia la clàssica barreja d'anís i moscatell i una llesca d'allioli de codony. (Home, 55 anys, Arsèguel, Alt Urgell, 18-3-1999)

Es pelen els codonys i la pera i se'ls treu el cor. Es posen a bullir en aigua amb una mica de sucre. Un cop ben cuit, es cola i es deixa refredar. Després es pica amb un batedor manual fins que quedi ben fi, s'hi afegeixen 3 grans d'all prèviament aixafats al morter, es lliga amb oli d'oliva i es rectifica de sal. Se segueix fent a les cases, ja que és un producte apreciat i es manté l'hàbit de consum. Actualment també es fa servir per gratinar plats de peixos blancs, com filets de rap, de llenguado, de bacallà, que s'ha fet prèviament a la planxa o al vapor, o per acompanyar rossejats d'arròs o fideus. A part de l'elaboració casolana, és freqüent comprar-lo a les botigues o demanar-lo als restaurants. A pagès cal tenir en compte que ara ja no es fan tants codonys com abans i per tant ja no hi ha tanta necessitat de preparar allioli per aprofitar-los. Mestresses de casa que l'havien elaborat sempre ara el compren preparat, per estalviar-se feina, i en general es considera que alguns dels que es comercialitzen són prou semblants als de producció casolana.:

Abans l'allioli de codony el feia jo, però ara el baixen d'allí, del restaurant de Llessuí, i el venen aquí, a una botiga. I m'estalvio feina, que ja no vull tanta feina. I a aquest restaurant el fan molt bo, és autèntic de casa. (Dona, 66 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999).

Allioli de poma

Aquest allioli es fa per acompanyar la carn. Es bullen les pomes i es deixen escórrer i refredar. A part es piquen els alls, i quan ja estan picats es barregen amb la poma. Es va tirant oli i barrejant, fins que queda ben lligat. S'afegeix sal. Segons la quantitat que es fa s'afegeixen dos o tres rovells d'ou, també en cru, i es barreja fins que queda com una crema. És més suau que l'allioli normal. Ha de quedar com una crema espessa, com un puré de patates. El seu consum no està tan estès com el del allioli de codonys, però allà on es fa es considera molt propi, molt representatiu de la cuina local:

L'allioli de poma és boníssim per acompanyar la carn, i no és tan picant com l'allioli normal. I és una de les coses més típiques que es feien per aquí. (Dona, 50 anys, Tuixén, Alt Urgell, 17-3-1999)

La percepció local dels productes i de la cuina tradicional

Hi ha tot un seguit de plats que són considerats per la població local els més representatius de la cuina tradicional d'aquestes zones de muntanya. En general no es té una percepció clara de cuina local, pròpia estrictament del Pallars o de l'Alt Urgell, sinó que es considera que es tracta d'un tipus de cuina de muntanya, dels Pirineus, tant de la pròpia comarca com de la Cerdanya, per exemple. Els plats que es consideren més emblemàtics, més representatius de la cuina tradicional, com el trinxat, l'escudella o l'agredolç, es troben efectivament a totes aquestes comarques de muntanya. Tota aquesta zona tenia en comú uns determinats recursos i unes determinades tècniques d'aprofitament, que es traduïen en uns productes i uns plats comuns. El trinxat n'és un bon exemple. La col amb què es preparava el trinxat és un producte d'hivern, l'única verdura que es podia collir als horts durant l'hivern. L'altre component del trinxat, les patates, és un altre dels productes fonamentals de la dieta en aquestes comarques, i, finalment, la «rosta», la cansalada, era un subproducte de la matança del porc que es trobava a totes les cases. Amb aquests elements es feia a tota aquesta zona pirinenca el trinxat, que en alguns llocs se'n deia verdura picada, col i trumfes amb suc de rosta o verdura morena, però que era bàsicament el mateix plat. Les formes de consum —per sopar, i l'endemà passat per la paella per esmorzar— són també comunes a totes aquestes comarques. Tant les descripcions del plat com els motius pels quals es preparava coincideixen a l'Alt Urgell i al Pallars Sobirà:

Aquí, com era un país pobre, es menjava dels recursos que es tenien. Es feia amb patates, que sempre n'hi havien, i amb col, que eren les cols

que es deixaven a l'hort tot l'hivern, a sol i serena, i s'anaven recremant i quedaven verdes i morenes. Amb aquestes cols, les patates, que tothom en tenia perquè se les collien, i la rosta que també en tenien perquè tothom matava porc. Això era lo típic que es menjava tot l'hivern. A més, es feia per sopar, i l'endemà el que sobrava es passava per la paella i es menjava per esmorzar. (Home, 55 anys, Arsèguel, Alt Urgell, 18-3-1999)

El trinxat és molt d'aquí. Però és el mateix trinxat que es fa a tot el Pirineu, no hi ha cap diferència en la forma de preparar-lo. Es feia amb els productes que tothom tenia: col d'hivern, patates i rosta. Es menjava quasi cada dia per sopar i l'endemà per esmorzar es passava per la paella. (Home, 52 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

El cas de l'agredolç, com ja s'ha comentat, és el mateix. Els porcs que es mataben abans eren més grossos, i era molt difícil que quedessin ben adobats, sobretot les bandes que tocaven l'os. Per aprofitar aquest pernil que es feia malbé, es fregia amb mel i vinagre, i es menjava o bé per sopar o bé per esmorzar. Tant el plat com l'ocasió de consum són les mateixes a les dues comarques. L'escudella, el trinxat i l'agredolç continuen sent considerats per la gent com a plats propis perfectament vigents i una part molt important de la població local continua menjant-ne. Ara bé, les ocasions de consum ja no són les mateixes, ja que en poques ocasions s'esmenta el trinxat per esmorzar, i en canvi es menja sovint per dinar i per sopar, o l'agredolç, que ja no és un esmorzar sinó que ha passat a ser un segon plat, o fins i tot un berenar, o l'escudella que, com ja s'ha comentat, ja no és el plat central quotidià. Tampoc són les mateixes les raons per les quals es consumeixen: amb l'agredolç no s'intenta recuperar pernils fets malbé ni es menja trinxat perquè sigui l'única verdura disponible. Ara bé, es consideren plats propis, característics de la zona, encara avui.

Nosaltres mengem molt les coses d'aquí, les de tota la vida. Per exemple l'agredolç, amb el pernil, amb el pollastre... Poses unes cullerades de

vinagre i mel. Llavors el fetge o el pernil o el que sigui, tot just passat i passat, que doni una volteta i ja està. Això és l'agredolç. Amb el pernil va molt bé, amb el pernil gras. El fas ben fregidet, li tires una cullerada de mel i de vinagre i l'oli. El tires a sobre i està molt bo. I es pot fer amb fetge de porc, amb fetge de xai, fins i tot amb pit de pollastre. Això és l'agredolç, i és molt nostre. (Dona, 61 anys, Sort, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Val a dir que aquesta percepció és més pròpia de la gent gran, que tota la vida ha menjat trinxat o agredolç, mentre que entre la gent jove és més freqüent considerar que només són fruit d'un intent de promocionar la cuina local amb vista al turisme, i fins i tot s'observa en alguns casos un desconeixement absolut d'aquests plats. A més, seguir menjar els «plats de tota la vida» no vol dir forçosament que es preparin de la mateixa manera. En alguns casos els restauradors intenten valorar i recuperar alguns plats mitjançant la innovació: es tracta de presentar els productes i els plats transformats, adaptats a les noves tendències, en definitiva, a convertir aquests productes i aquests plats "tradicionals" en productes i plats "moderns".

L'agredolç, per exemple, venia donat per unes circumstàncies que ara no es donen, però ara l'hem rescatat, i ara potser fem una amanida tèbia a l'agredolç, amb formatge de cabra. I així tenim un plat d'abans portat a la cuina moderna. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

En altres casos l'actualització del producte passa per fer-los menys calòrics. L'escudella avui se sol fer més lleugera, amb menys porc i més vedella i pollastre, menys densa, l'agredolç ja hem vist que es fa amb altres productes a més del pernil, el trinxat també s'alleueix sovint. Als restaurants s'observa aquesta tendència:

Abans al trinxat de muntanya se li posava molta cansalada, i es tirava pel damunt tot el suc de fregir-la. Ara, que ens el demanen molt, posem un trocet de cansalada al costat, però sense que regalimi el suc. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, 17-3-1999).

El confit de porc és un altre exemple d'aquesta situació. La costella, el llom i la llonganissa confitats en oli era un element bàsic de la dieta tradicional. Actualment se segueix menjant a les cases, sobretot la gent gran, però ocupa un lloc més marginal. Es tracta de la mena de productes que s'adapten malament a les preferències alimentàries actuals. Alhora és un producte tradicional, i els restaurants han incorporat a la seva oferta la valoració i recuperació d'aquests productes. Aquesta recuperació, però, ha de passar per un alleugeriment del plat:

El confit de porc era un plat molt fort, massa fort pel gust d'ara. Ara, a la cuina moderna, ens aprofitem del confit, però d'una altra manera. Ara si poses un plat de confit com els que es menjaven abans a una persona i no s'ho pot menjar. Llavors nosaltres fem una amanida de confit. Es combina una cosa lleugera amb dos tallets de confit, i la gent els troba boníssims. Ara es tracta d'agafar les coses d'abans i fer-les més suaus, que la gent pugui degustar les coses d'abans amb el seu gust autèntic, però en poca quantitat. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Aquests canvis no es manifesten només als restaurants, a les cases se segueixen les mateixes pautes. Entre la gent més gran se solen adduir motius de salut òcolesterol, malalties cardiovasculars, o simplement «a la nostra edat ja no ens convé tant greix»æ per no posar el suc de la rosta, que en alguns casos fins i tot se suprimeix, i entre els més joves les raons adduïdes són o bé per no engreixar o bé per considerar que són plats massa pesants i poc equilibrats.

A part d'aquests plats que acabem d'esmentar, cal tenir en compte que bona part dels plats que es consideren tradicionals a la zona només es feien per dates concretes, per festes. No es tracta, en general, de plats de consum quotidià. Alguns s'han deixat de fer a les cases, per ser massa laboriosos, altres se segueixen fent, però no estan ja tan associats a dates concretes ni es fan amb regularitat. Només la gent més gran dels pobles petits segueix encara amb força fidelitat els models que van aprendre de petits, amb poques modi-

ficacions:

Els meus avis, que viuen a Tavascan, són molt grans, tenen 80 anys, i no han sortit mai d'aquí. I mengen la cuina d'aquí, la que s'ha fet sempre. Perquè no han menjat mai altres coses, no han sortit mai de casa. Aquí a Unarre, la meva tieta, els germans del meu pare, també. Jo penso que aquesta mena de cuina només es troba a les quatre cases de gent gran, que no s'han mogut mai d'aquí i que tenen la cuina que sempre han conegut. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 23-3-1999)

Les regoles són un bon exemple d'un tipus de cuina tradicional. Es feien arran la matança del corder i responen a la lògica d'aprofitament màxim dels productes d'aquestes matança. Quan aquesta lògica deixa de funcionar, es deixen d'elaborar aquests productes, que a més són molt laboriosos i exigeixen hores de feina, la qual cosa va frontalment en contra de les tendències actuals, que van en el sentit de buscar rapidesa i comoditat. Això pel que fa a les cases. Als restaurants, però, que estan en molts casos interessats a promoure aquestes mena de receptes tradicionals, s'enfronten a un altre problema, a més del temps de preparació que exigeixen, el del desconeixement. Bona part dels clients no coneixen prèviament aquests plats o aquests productes i no els valoren:

Un plat tradicional d'aquí són les regoles. Però és molt laboriós, jo per fer cinquanta regoles m'havia d'estar ben bé un parell de dies. Ara només les faig per ocasions especials. Fa deu anys que estic portant això, i fins fa tres anys vaig seguir fent les regoles. De tres anys ençà les he fet només alguna vegada. Però cada cop em cansa més fer-les, perquè són més laborioses. Per això en faig menys i les guardo per moments concrets, per algú que li agradin molt, i que ho sàpiga apreciar. Abans en feia moltes, i les donava a tothom, però t'adonaves que molta gent ho deixava al plat, perquè no sabia el que era i no ho apreciava. (Dona, 39 anys, Unarre, Pallars Sobirà, 24-3-1999)

Tot un seguit de plats de corder, de conill o de bacallà també es consideren propis de la zona, plats festius tradicionals. Tot i que han

deixat de ser els plats que assenyalaven els àpats extraordinaris, en algunes cases se segueixen fent, i els restaurants, sobretot del sector del turisme rural, els integren en la seva oferta. Es tracta de plats com el corder al vi, el conill farcit, els farcellets de col o el bacallà amb bunyols de bròquil. La girella i el farcit de Carnaval són els productes que més sovint se citen com a propis de la zona i tradicionals. Ara bé, sovint es considera que aquests productes autòctons no tenen un paper gaire important avui dia, es consumeixen puntualment, i no sempre es perceben com un tret diferenciador de l'alimentació de la zona:

Aquí ha quedat típic la girella i el farcit de Carnaval. Però aquí ara tothom fa de tot, com a Barcelona, com a tot arreu. (Dona, 71 anys, Sort, Pallars Sobirà, 22-3-1999)

L'elevat consum de porc és també considerat sovint com un dels trets més definidors de la cuina local tradicional:

El freginat era molt típic d'aquesta zona. Aquestes comarques de muntanya eren molt pobres, de les més pobres de Catalunya, i d'aquí jo no recordo plats típics, d'allò que dius típics. Perquè aquesta zona es sustentava bàsicament del tocino, fins i tot després de la guerra. Els anys quaranta, que hi havia misèria, els pagesos vivien de matar 3 o 4 tocinos, i en tenien tot l'any. Això és el que marcava l'alimentació aquí. (Home, 55 anys, Arsèguel, Alt Urgell, 18-3-1999)

No només els productes poden ser considerats els elements diferencials, també ho són en molts casos les formes de cuinar:

Com a tret diferencial de la cuina d'aquestes zones de muntanya és que aquí es feia molta cosa guisada, perquè la cosa guisada es conservava molt bé. La major part dels plats antics eren guisats. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Les formes de cuinar poden ser percebudes com un tret característic que diferencia en relació a altres zones, però també en relació

a altres temps. La cuina tradicional se sol definir com una cuina elaborada, lenta, de «xup-xup», en contraposició a una cuina moderna senzilla i ràpida. Ara bé, allò que hom considera propi, tradicional, autòcton, pot variar molt d'un individu a un altre. A tot arreu hi ha tot un seguit de productes, de plats, de pràctiques alimentàries, que es poden haver incorporat més o menys recentment però que des de la perspectiva del propi cicle vital formen part de la història alimentària personal i social. Allò que s'ha menjat des de la infància, les pràctiques que n'estaven associades, i que no eren exclusivament individuals sinó compartides i generals, pot ser considerat perfectament com a molt propi i característic de l'alimentació local, per molt que no formi part de l'alimentació «tradicional». Aquest és el cas, per exemple, de la gent nascuda als voltants dels anys seixanta, moment en què es comencen a produir transformacions en l'àmbit alimentari, que consideren que el costum de fer l'aperitiu el diumenge, als cafès del poble, és una pràctica tradicional a la zona, i per tant, els productes que es consumien en aquesta ocasió, també:

Hi ha plats que, tot i no ser d'aquí, estan molt arrelats. Per exemple els calamars a la romana no són d'aquí —aquí no hi ha calamars— però és un plat molt arrelat. Fer el vermut amb calamars a la romana, els diumenges. Quan era petit ja s'anava a fer el vermut, i era una tradició menjar calamars a la romana el diumenge, per vermut. Ningú discuteix que el bacallà sigui tradicional aquí. Els productes autòctons no són només els que es feien aquí, autòcton és també allò que t'arribava i que arrelaven molt. (Home, 40 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 17-3-1999)

Finalment, també es pot considerar que no hi ha res que sigui estrictament propi, local, que no hi ha cap plat que es pugui assenyalar com a emblemàtic de l'alimentació de la zona:

L'Alt Urgell no té cap plat que puguis dir que és propi. Plats representatius, com poden ser la girella als Pallars o a l'Alta Ribagorça, o com el tirò

amb naps a la Cerdanya, aquí no tenim un plat així exportable. Una prova que no tenim cap plat autòcton destacable és que l'hostaleria de la zona no ha sabut trobar un plat més afortunat que l'agredolç, que és un plat que no té cap ganxo. (Home, 43 anys, Seu d'Urgell, Alt Urgell, 18-3-1999)

Conclusions

El Pallars Sobirà és una comarca molt allunyada dels principals centres urbans del país i tradicionalment ha disposat d'un accés difícil i deficient. Històricament ha estat una comarca de dedicació agrària, però al llarg d'aquest segle ha anat adquirint funcions d'ús urbà. Aquestes funcions urbanes van consistir, en un primer moment, en l'explotació dels recursos hidràulics per a la producció d'electricitat i, més recentment, en l'especialització turística de la seva economia i en el fet d'esdevenir un espai d'interès natural amb diferents graus de protecció.

El territori s'ha integrat progressivament en les dinàmiques socials i econòmiques predominants a Catalunya. Aquesta integració territorial és important des de diferents punts de vista. Des de la perspectiva dels productes locals i la cuina tradicional, conflueixen diversos factors. D'una banda, una part significativa de la recuperació i la valoració dels productes alimentaris locals, —en particular els formatges, però no exclusivament— ha estat impulsada pels anomenats “neorurals” provinents d'altres zones de Catalunya, bàsicament de l'àrea metropolitana de Barcelona. De l'altra, bona part de la clientela potencial d'aquests productes prové d'aquestes mateixes zones urbanes, atreta cada cop més pel fenomen turístic i les seves recents manifestacions —esquí, esports d'aventura, turisme de la tercera edat, turisme interessat pel patrimoni, turisme rural familiar—. A més a més, entre la població local també es detecta un interès creixent per la cuina i els productes tradicionals. La població de la zona comparteix cada cop més les actituds, els comportaments i les representacions de la població de la resta del territori català, i per tant manifesten unes preferències i uns models de consum alimentari semblants. Alhora, la gent de la zona manté el coneixement

i l'estima per uns productes i una cuina que formen part de la seva tradició alimentària, dels seus hàbits adquirits, però que ja no formen part dels seus inventaris alimentaris quotidians. Per tant, s'observa una bona disposició a consumir uns productes i una cuina que coneix bé, perquè han estat els propis, però que ja no produeix ni elabora.

La importància creixent del turisme ha estat un factor clau en aquesta integració. Cal destacar el paper dels esports d'aventura i de l'auge del turisme rural en aquesta evolució, i la presència destacable en aquesta oferta dels productes alimentaris autòctons i de la cuina local. Com ja s'ha destacat, en aquestes comarques s'ha produït un procés de terciarització força ràpid i important. En el conjunt de les comarques pirinenques el turisme ha estat el principal impulsor d'aquesta terciarització. Al llarg del anys noranta s'observa un gran interès a desenvolupar l'oferta turística urgellenca. La creació del Parc del Segre, arran dels Jocs Olímpics del 1992, i uns agents molt dinàmics en l'àmbit del turisme rural són aspectes que incideixen positivament en aquesta potenciació del sector. En aquest cas també ocupen un lloc de primer ordre l'artesanía alimentària i la cuina tradicional. L'agroturisme té un paper destacat en la valoració de productes i gastronomia tradicionals. Les residències-cases de pagès basen una part important de la seva oferta en la gastronomia. La compra directa de productes d'elaboració i/o producció és un fet indiscutible, i la cuina és un dels aspectes més valorats pels clients a l'hora d'escollir una residència-casa de pagès. Aquest fenomen és important per dues raons. D'una banda, afavoreix el desenvolupament local i contribueix a fixar la població, en proporcionar llocs de treball, de l'altra, incideix directament en l'alimentació en ajudar a conservar i valorar els productes i la cuina tradicionals, tot i que en un context i amb una lògica de producció i de consum molt diferents dels que els van originar.

Les grans transformacions de les activitats econòmiques al llarg del període que abasta aquesta monografia —pèrdua de pes pro-

gressiva i continuada de l'agricultura i de la ramaderia; creixement sostingut del sector terciari i de la construcció, molt vinculat al desenvolupament turístic i al fenomen de la segona residència— s'han traduït en canvis destacables a nivell alimentari. Les transformacions tecnològiques (introducció de la nevera al principi, i ràpida difusió de la congelació més tard, la ràpida evolució de les cuines que porta des del foc a terra fins les cuines vitroceràmiques, etc.), que incideixen amb força en les formes de conservació i en la preparació dels aliments; les facilitats en les comunicacions, en els transports, que transformen les formes de distribució i proveïment dels productes alimentaris; la mecanització de les tasques agrícoles i el creixement del sector dels serveis, que es tradueixen en una demanda energètica inferior; la creixent pressió de l'oferta de la indústria agroalimentària, tots són factors centrals per entendre la frontera que es dibuixa entre l'alimentació «tradicional» i l'anomenada «modernitat alimentària». En el decurs de les entrevistes apareix de manera recurrent aquesta percepció d'un tall entre l'«abans» i l'«ara», resultat d'aquestes transformacions tecnològiques. Com s'ha destacat en parlar de les tècniques de conservació i de proveïment, les facilitats en les comunicacions i els transports, i sobretot, la implantació dels congeladors, han incidit amb molta força en els comportaments alimentaris, modificant de manera significativa moltes de les pràctiques centrals en l'alimentació del passat. La matança del porc il·lustra molt bé aquests canvis.

Un «ara», d'altra banda, que no para de canviar. Des dels inicis d'aquesta modernitat —a partir dels anys setanta en aquestes comarques— fins ara —començament del segle XXI— els comportaments alimentaris se segueixen modificant.

Aquests darrers anys apareixen noves tendències, com la valoració i la recuperació de la cuina i dels productes tradicionals, però en un context i amb una funció completament noves, com hem vist. El manteniment d'aquests productes i d'aquesta cuina ja no depenen de l'elaboració domèstica sinó de les botigues i dels restaurants.

No només la població forana descobreix aquests productes i aquesta cuina per aquestes vies, sinó que la mateixa població en manté el consum i el coneixement de la mateixa manera. Els joves ja no elaboren confitat de porc, però en poden demanar al restaurant, o comprar a les botigues. Els exemples en aquest sentit són molt nombrosos, com es mostra en el capítol dedicat a la percepció local dels productes i la cuina tradicional. Un altre element de canvi és un major recurs a la restauració: es va més als restaurants i les tipologies dels clients canvien. Anar al restaurant ja no és només el fet de les famílies, per les celebracions, sinó que s'incrementen els àpats d'empresa, els grups de dones (de mares d'escola, d'associacions de dones, de companyes de feina...), les colles de joves, etc. La festivitat ja no es marca, en molts casos, per l'elaboració d'àpats extraordinaris a les llars, sinó que sovint la festa s'assenyala amb el fet de no haver de cuinar. Anar al restaurant o recórrer a productes amb servei incorporat que simplifiquin les tasques al màxim s'integra cada cop més en els comportaments alimentaris festius.

A les zones urbanes, sobretot, s'observa una progressiva homogeneïtzació en tot el territori català, en el sentit que es retroben els mateixos models alimentaris arreu, i alhora una creixent heterogeneïtzació, en el sentit que, tot i que els comportaments es reproduïxen a totes les comarques, dins d'un mateix territori aquests comportaments es diversifiquen i s'individualitzen. Diferents models, que es retroben arreu, coexisteixen a una mateixa zona, establint més diferències entre la població local de les que podia haver en el "passat".

En diferents sectors de la població es detecta un gran interès per dur una alimentació «equilibrada» i «saludable» i una gran incidència de les consideracions dietètiques vigents avui dia. Tant es pot tractar de persones grans que modifiquen la seva dieta per qüestions de salut, com de persones joves que atribueixen una gran importància a l'alimentació per mantenir-se en forma, com de pares que,

arran del naixement dels seus fills i de la responsabilitat que això suposa, es plantegen a fons els seus hàbits alimentaris, modificant-los en major o menor mesura. Les consideracions sobre l'alimentació i la salut que es fan en aquestes comarques són les mateixes que retrobem a la resta del país, i reflecteixen un bagatge cultural i unes formes d'entendre el món comunes.

La incorporació de la dona al treball fora de casa, que es tradueix sovint en una menor disposició de temps per cuinar, però també la desvalorització de les tasques domèstiques i els canvis en les prioritats en l'ús del temps, afavoreixen un tipus de cuina més ràpida i senzilla i una major utilització de productes amb servei incorporat (des de la sopa en conserva fins els plats precuinats, passant per totes les formes de semielaboració o d'estalvi de feina, com les verdures netes o les carns arrebossades a punt de fregir). Que la incorporació de la dona al treball assalariat no és l'únic factor a considerar en aquests canvis s'evidencia en el fet que moltes mestresses de casa utilitzen també aquests serveis i tendeixen a un tipus de cuina que simplifica les tasques i redueix el temps de preparació. En aquest sentit també s'observa una gran diversitat de comportaments, ja que dones que tenen un horari laboral molt just en alguns casos dediquen més temps a la cuina —en particular els caps de setmana, que preparen menjar per als dies feiners i sovint el congelen— que altres dones que es dediquen a les tasques domèstiques exclusivament.

Les preferències i les aversions alimentàries dels nens i dels adolescents segueixen les tendències generals que s'observen a la resta de Catalunya, però no s'ha de menystenir el substrat en què es manifesten aquestes tendències. En aquestes comarques el consum de verdures i hortalisses és elevat, i això es reflecteix en els hàbits alimentaris dels nens. En aquest sentit, en la pervivència d'alguns elements de la "tradició alimentària", sí que s'observen algunes diferències locals. A més, cal tenir en compte que amb els anys aquestes preferències canvien i tornen a emergir hàbits adquirits en l'àm-

bit familiar, que marquen els comportaments alimentaris en la vida adulta:

De fet, cada vegada ens agrada més el plat guisat, com els que feia la meva mare. Abans, fa uns anys, potser érem més joves i no ens importava tant. Picaves un plat combinat a qualsevol lloc i ja estaves. Ara no, ara anem buscant el restaurant que sabem que fan plats cuinats. Això sí que ens adonem que cada cop ho busquem més. (Dona, 50 anys, Tui-xén, Alt Urgell, 18-3-1999)

Aquesta aproximació a l'alimentació en aquestes comarques, general, i per tant per força superficial, suggereix una situació en què l'alimentació «d'abans» es desdibuixa —es poden mantenir alguns plats i productes, però integrats en un context completament diferent— i l'alimentació d'«ara» es manifesta diversa, en plena construcció de diferents models alimentaris que coexisteixen en un mateix territori i en un mateix temps, però que es construeixen damunt d'unes bases preexistents que han deixat la seva empremta.

Bibliografia

ALDOMA, I.: *La crisi de la Catalunya rural*. Lleida: Pagès Editors, 1996.

BETRIU, P.: *Alimentació i gastronomia a l'Alt Urgell*. Lleida: Pagès Editors, 1999.

GENERALITAT DE CATALUNYA: *Pla Comarcal de muntanya de l'Alt Urgell*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1995.

JIMENEZ, S.: "Estratègies i adaptacions en el turisme de muntanya. El cas del Pallars Sobirà". A: *Curs d'Estiu d'Estudis Pirinencs*, Barcelona: Caixa de Catalunya, 1997.

MAJORAL, D.: *El sector lleter a les comarques de Catalunya. L'Alt Urgell*. Barcelona: Generalitat de Catalunya, 1987.

MATEU, X.: *El Pallars Sobirà. Estructura socioeconòmica i territorial*. Barcelona: Caixa de Catalunya, 1983.

PADRELL, A.: *Les dones en el món del treball a les terres de Lleida*. Barcelona: ICD, 1994.

SABARTES, J.M.: *L'èxode pallarès. Crisi demogràfica i davallada poblacional als Pallars i a l'Alta Ribagorça*. Tremp: Garsineu Editors, 1993.

SOLER, L.: *Geografia de Catalunya: el Pallars*. Barcelona: Aedos, 1994.

RECEPTARI



Primers

I. SOPES

PER A 4 PERSONES

BROU, AIGUA DE BULLIR VERDURA, TIMÓ O ALGUNA ALTRA HERBA AL GUST, UNES LLESQUES DE PA SEC, SAL, UN RAIG D'OLI.

Es poden escaldar les llesques de pa posades al plat amb l'aigua bullent i afegir-hi un raig d'oli o sal (sopes escaldades). O es pot posar tot a bullir junt i desfer-ho amb una batidora de mà.

Evidentment qualsevol variació és possible (substituir el pa per pasta, posar-hi ceba, bolets, cansalada, ou, etc.).

DONA, 65 ANYS, SORT, 21-3-1999

II. CREMA DE FREDOLICS

PER A 4 PERSONES

500 G DE FREDOLICS, UNA CEBA, UNA PATATA, UN LITRE D'AIGUA O BROU, UN BON TROS DE MANTEGA, UN RAIG D'OLI, SAL I PEBRE.

Es pela i trinxa la ceba i es posa a sofregir a poc a poc amb un raig d'oli. Quan comenci a agafar color s'hi posen els fredolics nets. Al cap d'una estona s'hi posa la patata pelada i tallada i el brou, es deixa bullir 20 minuts i s'hi afegeix la mantega, un altre raig d'oli, sal i pebre. Es trinxa tot amb la batidora elèctrica fins que quedi ben fi, es rectifica la sal i ja es pot servir.

DONA, 65 ANYS, SORT, 21-3-1999

III. ESCUDELLA BARREJADA O VIANDA

PER A 4 PERSONES

Per al brou: UN TROS DE CANSALADA, UN PEU DE PORC (SI ÉS SALAT,

POSAT EN REMULL EL DIA ABANS), MITJA CARETA, OSSOS D'ESPINADA, UN OS DE PERNIL, BOTIFARRES (AL PALLARS POT SER BOTIFARRA AMB CEBA I BULL D'OU).

Per a la pilota: 200 G DE CARN PICADA DE PORC, 200 G DE CARN PICADA DE VEDELLA, DOS ALLS, JULIVERT, UN OU, SAL I PEBRE, UNA MICA DE FARINA DE GALETA (PA RATLLAT), FARINA PER RECOBRIR-LA.

Per a l'escudella barrejada o vianda: 150 G DE CIGRONS BULLITS (ES PODEN HAVER BULLIT AL FER EL BROU), UNA SISENA PART DE COL, DUES PATATES, 30 G DE FIDEUS, 30 G D'ARRÒS.

Es posa la carn, excepte les botifarres, la careta i la pilota, dins l'aigua freda al foc. Al cap d'una hora s'hi afegeix la careta. Una hora més tard s'hi posa la pilota, que haurà estat feta pastant tots els ingredients (i tastant la sal), donant-los forma d'una gran pilota allargada i enfarinant-la una mica per fora. L'última mitja hora s'hi posen les botifarres. En total es fa bullir unes tres hores. Es cola el brou.

En aquest brou es posen les patates tallades a daus petits i la col també neta i tallada; quan bull s'hi posen els fideus i l'arròs, es rectifica de sal i es deixa acabar de coure. Al final s'hi afegeixen els cigrons.

Se serveix l'escudella barrejada o vianda de primer plat i la carn d'olla de segon. També es pot fer només la vianda fent servir tan sols ossos per fer el brou.

N'hi ha que, amb la carn de la pilota, fan mandonguilletes que afegeixen a l'escudella barrejada. Modernament els brous tenen menys porc i incorporen verdures.

DONA, 75 ANYS, ESTERRI D'ÀNEU, 24-3-1999

IV. AMANIDA D'API I ESCAROLA

PER A 4 PERSONES

UNA ESCAROLA, UN QUART D'API, OLI, VINAGRE I SAL.

Es treuen les fulles verdes de l'exterior de l'escarola i es llencen. També se'n tallen les puntes cremades o lletges. Es renta amb força

aigua la resta i s'escorre bé, es posa en un bol gros, s'hi posen també els trossets de branques tendres d'api ben netes i sense fils. S'amaneix tot amb una part de vinagre, quatre d'oli i sal.

Una amanida insubstituïble en els sopars de la mort del porc, i molts altres vespres d'hivern.

DONA, 34 ANYS, ESTERRI D'ÀNEU, 24-3-1999

V. XICOIES AMANIDES

PER A 4 PERSONES

UN GRAPAT DE XICOIES (*TARAXACUM PYRENAICUM*) COLLIDES QUAN COMENÇA A DESGLAÇAR, OLI, SAL I VINAGRE.

S'amaneixen les xicoies com qualsevol enciam. Darrerament s'utilitzen per fer amanides més llüides, amb nous, olives, etc.

DONA 39 ANYS, UNARRE, 24-3-1999

VI. COL CONFITADA

PER A 4 PERSONES

UNA COL DEL PAÍS, SENSE LES FULLES MÉS VERDES, VINAGRE (O UNA BARREJA DE VINAGRE I VI BLANC).

S'esfulla la col i es posen les fulles sobre un llençol en un lloc airejat perquè s'eixuguin i es mustiïn una mica durant tres dies. Després es posen les fulles en un pot de vidre i s'hi afegeix vinagre fins a cobrir; es tapa i es guarda un mínim de quinze dies. S'hi poden posar també uns quants bitxos verds.

Se'n va traient la quantitat que es necessita, sempre amb compte que el líquid cobreixi la col que queda, i es posa a remullar un parell d'hores per treure'n l'excés de vinagre. S'acostuma a amanir amb oli i sal acompanyada de ceba, olives i sardines de llauna. N'hi ha que, en lloc de posar-hi tan sols vinagre, hi barregen una part d'aigua o de vi blanc perquè la col no quedi tan forta.

DONA, 34 ANYS, ESTERRI D'ÀNEU, 24-3-1999

VII. ROVELLONS PETITS EN VINAGRE

PER A 4 PERSONES

1 KG DE ROVELLONS PETITS I MACOS, 1 L DE VI BLANC, 1 L DE VINAGRE DE BONA QUALITAT, DOS O TRES GRANS D'ALL, LLORER, PEBRE NEGRE EN GRA, SAL.

En una olla amb aigua bullent i sal s'escalden un minut els bolets nets. S'escorren i es deixen refredar un moment. Es posen en un pot amb les aromes i s'omple de vi i vinagre fins a cobrir-los tant per tant. Es conserven en un lloc fresc i sec i se solen menjar d'aperitiu o en amanides.

N'hi ha que tan sols hi posen vinagre, però queden molt àcids.

HOME, 59 ANYS, LLAVORSÍ, 22-3-1999

VIII. EMBOTIT DE COLL FARCIT

PER A 4 PERSONES

UN BON COLL DE POLLASTRE O DE GALLINA TALLAT ARRAN DE CAP I DE COS, BEN NET I PLOMAT, 70 G DE CARN DE PIT DE POLLASTRE (ES PODEN APROFITAR RESTES), 50 G DE PERNIL DEL PAÍS, 70 G DE LLONGANISSA DEL CONFITAT (O CARN PICADA DE PORC NO GAIRE MAGRA), UN OU, SAL I PEBRE, BROU D'ESCUDELLA.

Es treu la pell del coll com si es tractés d'un mitjó (l'interior es posa a l'olla de l'escudella). Es piquen totes les carns, s'amaneixen i es barregen amb l'ou. Es farceix el coll amb aquesta pasta (va molt bé amb una màniga de pastisseria) i es cus amb fil pels dos extrems. Es posa a coure dins de l'olla on s'està fent l'escudella. Es pot penjar d'un fil lligat al pal d'una escumadora que es deixa transversalment a sobre de l'olla, així és fàcil de treure per veure si ja és cuit. Es deixa refredar i es talla com un bull.

Se'n posen rodanxes a l'entremès de festa major.

DONA, 71 ANYS, SORT, 22-3-1999

IX. MONGETES AMB ESPINACS***PER A 4 PERSONES***

200 G DE MONGETES SEQUES REMULLADES EN AIGUA UNA NIT, UNA CEBA PELADA AMB UN CLAU D'ESPÈCIE, TRES O QUATRE MANATS DE FULLS D'ESPINACS BEN FRESCOS, 200 G DE CANSALADA, 3 ALLS, SAL I OLI.

Es bullen les mongetes en aigua amb un xic de sal i la ceba amb el clau clavat, a poc a poc, durant una hora i mitja o fins que siguin tendres.

S'escalden els espinacs en aigua bullent salada i s'escorren bé. En una paella no gaire calenta, amb un raig d'oli, es fregeix la cansalada a talls i els alls esclafats sense pelar. S'incorporen els espinacs i s'hi afegeixen els fesols bullits i escorreguts. Es presenta tot barrejat.

Actualment, n'hi ha que ho fan amb espinacs congelats i mongetes de pot.

DONA, 65 ANYS, SORT, 21-3-1999

X. TRUMFADA***PER A 4 PERSONES***

1.500 G DE PATATES D'ALÇADA, 0,5 L DE LLET CRUA DE BONA QUALITAT (O MEITAT LLET I MEITAT NATA), SAL.

Es pelen, tallen i bullen les patates amb força aigua salada. Un cop cuites s'escorren i aixafen amb un aixafador o una forquilla mentre s'hi posa la llet. Es rectifica la consistència i la sal.

La trumfada es menjava a l'hivern i tenia fama d'anar bé per al constipat.

DONA, 63 ANYS, TÍRIVIA, 23-3-1999

XI. TRINXAT, COL I TRUMFES AMB SUC DE ROSTA, VERDURA PICADA O VERDURA MORENA***PER A 4 PERSONES***

1.200 G DE PATATES, MITJA COL NEGRA D'HIVERN (MILLOR SI HA PATIT

ALGUNA GLAÇADA), QUATRE TALLS DE CANSALADA BLANCA, DOS GRANS D'ALL, OLÍ O LLARD.

Es bullen les patates pelades i tallades en aigua i sal. També s'hi posa la col neta i a trossos (n'hi ha que, primer, l'escalden). S'esco- rren bé i es trinxen les patates i la col. Es fregeixen les rostes a la paella i en el mateix suc es fregeixen els alls sencers. Amb aquest greix s'amaneix la verdura xafada.

Si en sobra, per esmorzar, es passa el trinxat per la paella fins que agafi una mica de color.

HOME, 66 ANYS, ELS BANYS DE SANT VICENÇ, 18-3-1999

XII. PATATA BULLIDA AMB CEBA, BACALLÀ I ALLIOLI PER A 4 PERSONES

1 KG DE PATATES, DUES CEBES, 250 G DE BACALLÀ DESSALAT (NO MASSA), DOS GRANS D'ALL, UNES BRANQUES DE JULIVERT, OLÍ D'OLIVA.

Es fan bullir —en una cassola amb l'aigua just a cobrir— les pata- tes, pelades i tallades en rodanxes gruixudes, amb la ceba tallada en juliana (a llesques) i, al cap d'una estona s'hi afegeix el bacallà a trossos o esqueixat. S'hi pot afegir un pols de sal si el bacallà és molt dessalat. Mentre s'acaben de coure les patates, en un morter se xafa l'all i el julivert i s'hi afegeix un bon raig d'olí per fer un allioli negat. Se serveix en un plat fondo, amb el brou, i s'amaneix amb una cullerada de l'allioli que s'ha preparat.

DONA, 37 ANYS, ESTERRI D'ÀNEU, 24-3-1999

XIII. FARCELLETS DE COL PER A 4 PERSONES

UNA BONA COL FOSCA DEL PAÍS, 200 G DE CARN PICADA DE PORC, 200 G DE CARN PICADA DE VEDELLA, UNA CEBA TENDRA, DOS ALLS, FARINA, OLÍ PEBRE I SAL.

Es treuen i netegen les fulles de la col d'una a una. S'escalden en

una olla amb aigua bullent i sal. S'escorren. Se salteja la ceba trinxada en una paella amb oli i de seguida s'hi posen les carns, sal, pebre i l'all. Un cop cuit el farciment, es deixa refredar una mica. Mentrestant es van posant, d'una a una, les fulles més grosses ben obertes i estirades sobre el marbre o la taula de treball. Si cal es talla amb el ganivet un tros del gruixut nervi central de les fulles perquè es puguin doblar bé. Es posa una fulla grossa a sota, a sobre se n'hi posen dues o tres més i una cullerada de farcit. Es tanquen i premen amb les mans els farcells, s'enfarinen i es fregeixen a la paella amb oli per les dues bandes.

Poden ser l'acompanyament d'un corder al forn, per exemple.

DONA, 39 ANYS, UNARRE, 24-3-1999

XIV. ARRÒS A LA CASSOLA AMB CONILL I COSTELLA DE PORC

PER A 4 PERSONES

UN QUART DE CONILL TALLAT A TROSSOS, 300 G DE COSTELLA DE PORC TALLADA PETITA, 350 G D'ARRÒS DE GRA CURT, UN LITRE D'AIGUA O DE BROU, UNA CEBA, DOS GRANS D'ALL, TRES TOMÀQUETS MADURS, OLI I SAL.

En una cassola de fang amb força oli es fregeixen els trossos salats de conill i de costella, a foc fort. Després es retiren, es baixa el foc i se sofregeix la ceba trinxada; s'hi afegeix després l'all i el tomàquet, també trinxats, i es deixa fins que estigui ben cuit. S'hi reincorporen els trossos de carn i s'hi afegeix l'aigua o el brou, es deixa bullir uns minuts, i després s'hi posa l'arròs. Es prova i es rectifica el punt de sal. S'abaixa el foc i es deixa coure 18 minuts en total.

N'hi ha que hi posen girella, o unes quantes gambes i calamars. També s'hi poden afegir cargols o bolets, segons la recapta. Alguns l'anomenen arròs de muntanya.

DONA, 84 ANYS, ARSÈGUEL, 18-3-1999

Ous

XV. TRUITA DE CARRERETES

PER A 4 PERSONES

DOS OUS FRESCOS I GROSSOS, 100 G DE CARRERETES FRESQUES (*MARASMIUS OREADES*), OLI I SAL.

Es treu la cua de les carreretes, que és massa llenyosa. Es netegen lleugerament els barrets, procurant de no tenir-los gaire estona en aigua (n'hi ha que diuen que millor si ni la toquen). Se salten en una paella amb l'oli i la sal fins que s'hagi evaporat tot el líquid. Mentrestant es baten els dos ous amb una punta de sal. Es fa un afruita rodona o allargada al gust. Es deixa bavosa de dins, com totes les truites.

També es pot fer amb altres tipus de bolets: moixernons, etc.

HOME, 70 ANYS, TÍRVIA, 23-3-1999

XVI. TRUITA DE XICOIES

PER PERSONA

DOS OUS FRESCOS I MACOS, UN GRAPAT DE XICOIES (*TARAXACUM PIRENAYCUM*) BEN TENDRES, SAL I OLI.

Es posen les xicoies en una paella calenta amb l'oli i ràpidament s'hi afegeixen els ous batuts amb la sal. Es deixa, com sempre, la truita una mica crueta.

DONA 39 ANYS, UNARRE, 24-3-1999

XVII. TRUITA DE PATATES

PER A 4 PERSONES

800 G DE PATATES, 300 G DE CEBA, VUIT OUS, OLI I SAL.

Es pelen, tallen de forma regular i posen a fregir en força oli les

patates, remenant-les sovint. Es pela i talla la ceba a llesques. A mig fer les patates s'hi posa la ceba. Un cop tot cuit i quan comenci a enrossir-se i a esmicolar-se la patata, es decanta l'oli sobrant i se sala. Es baten els ous amb una mica de sal i s'hi afegeix la barreja de ceba i patata. Es retorna tot a la paella (neta, calenta i amb un raig d'oli), s'abaixa el foc, i es mira de remenar amb cura perquè no s'enganxi i qualli uniformement. Quan està cuita d'un cantó, es tomba la truita tapant la paella amb un plat gros i capgirant-la ràpidament. Es reincorpora la truita a la paella pel cantó cru i es deixa al foc fins que estigui acabada. Val més deixar-la una mica crua del mig.

Se'n menja a les calderades populars de Sort i Peramea.

DONA, 61 ANYS, SORT, 22-3-1999

Peix

XVIII. ARENGADES CONFITADES

PER A 4 PERSONES

VUIT, DOTZE O MÉS ARENGADES SALADES, ALL, VINAGRE, OLI, JULIVERT.

Es posen a dessalar les arengades en aigua durant 24 hores. S'es-corren, s'assequen i es posen en una cassola de terrissa esmaltada per capes intercalant all i julivert picat al gust entre cada capa; també s'hi posa un bon raig d'oli i vinagre. A la fi han de quedar cobertes. Es guarda alguns dies i es van traient arengades cada cop que se'n volen menjar.

DONA, 63 ANYS, TÍRVIA, 23-3-1999

XIX. TRUITA A LA LLOSA

PER A 4 PERSONES

QUATRE TRUITES ACABADES DE PESCAR, UN POT DE LLARD O TALLS DE CANSALADA, SAL, LLOSES DE PEDRA BEN PLANES, FOC.

Es fa un bon foc (en un lloc permès) i s'hi posen les lloses a dins fins que estiguin ben calentes. Llavors es treuen, es bufa la cendra i es pot fer una mena d'entrepà amb el següent ordre: llosa/tall de cansalada/truita/tall de cansalada/llosa. Al fondre's el greix de la cansalada es fregirà la truita i quan la pedra estigui freda la truita estarà cuïta. També es pot substituir la cansalada per llard o oli, llavors cal salar la truita i la cansalada es pot posar al mig. O també es pot fer servir senzillament la llosa com una planxa i coure-hi la truita a sobre, donant-li la volta, amb algun dels greixos abans esmen-tats.

Recepta freqüentment emprada quan es feien festes als prats. Es considera la millor manera de preparar les truites.

DONA, 39 ANYS, UNARRE, 24-3-1999

XX. BACALLÀ AMB PANSES I OUS DURS EN SALSA BLANCA

PER A 4 PERSONES

800 G DE BACALLÀ TALLAT A TROSSOS I DESSALAT, UN GRAPAT DE PANSES, DOS OUS , FARINA, QUATRE GRANS D'ALL, UNES BRANQUES DE JULIVERT, OLI I SAL.

S'eixuga el bacallà, s'enfarina i es fregeix volta i volta en una paella, amb força oli ben calent, perquè faci crosta per tots costats. Es reserva. Es cola el mateix oli en una cassola on s'hi posen els alls i el julivert ben trinxadets. Es remena amb una cullera de fusta, s'hi afegeixen les panses i de seguida dues o tres cullerades de farina. Es barreja la farina amb l'oli i s'hi va afegint aigua sense parar de remenar amb la cullera de fusta per desfer els grumolls. Quan bulli i s'espesseixi la mescla s'hi posa més aigua (talment com si s'estigués fent una beixamel) fins a arribar a tenir la salsa amb la textura adequada; es deixa bullir una estona. Es posen els trossos de bacallà a la cassola i es deixa fer xup-xup cinc minuts mentre es rectifica de sal. Es somou de tant en tant la cassola rítmicament perquè el bacallà no s'hi enganxi, però amb cura que no es desfaci. Si cal s'hi afegeix una mica més d'aigua. S'hi posen també els ous, que s'han bullit a part durant 10 minuts amb aigua i sal, partits per la meitat.

En lloc de panses també s'hi poden posar pinyons secs.

DONA, 84 ANYS, ARSÈGUEL, 18-3-1999

XXI. BACALLÀ AMB BUNYOLS DE BRÒQUIL

PER A 4 PERSONES

600 G DE MORRO DE BACALLÀ, A TALLS, BEN DESSALAT, MIG BRÒQUIL, DOS OUS, OLI, SAL, FARINA.

Per a la picada: UNS BRINS DE SAFRÀ, TRES GRANS D'ALL, UN GRAPAT D'AMETLLES, JULIVERT.

Es talla uns quants trossos el bròquil i es fa bullir amb aigua i sal. S'escorre i es talla més petit. S'eixuga el bacallà, s'enfarina i es fre-

geix volta i volta en una paella, amb força oli ben calent, perquè faci crosta per tots costats. Es reserva. També s'enfarinen —es poden també passar per ou batut— i es fregeixen un moment els talls de bròquil. Es cola l'oli en una cassola i s'hi posa la picada, es deixa fregir un momentet i s'hi aboca mig litre d'aigua, es deixa bullir una mica i s'hi posa el bacallà i el bròquil, es rectifica de sal i es deixa coure 3 minuts. S'hi posen també els ous, que s'han bullit a part 10 minuts amb aigua i sal, partits per la meitat.

DONA, 71 ANYS, SORT, 22-3-1999

XXII. BACALLÀ AMB SAMFAINA

PER A 4 PERSONES

800 G DE BACALLÀ TALLAT I DESSALAT, UN PEBROT VERMELL, UN PEBROT VERD, UNA CEBA, UNA ALBERGÍNIA, DOS GRANS D'ALL, VUIT TOMÀQUETS, LLORER I PEBRE, OLI, SAL.

Es talla l'albergínia 1 hora abans, a talls d'1 per 2 cm aproximadament, amb tota la pell o tan sols amb una part. Se sala i posa en un escorredor perquè suï. Es tallen també la resta de les verdures i es treuen les llavors del tomàquet.

S'eixuga el bacallà, s'enfarina i es fregeix volta i volta en una paella amb força oli ben calent perquè faci crosta per tots costats. Es reserva. Si no s'ha cremat, es cola el mateix oli en una cassola i s'hi posen totes les verdures menys els alls i el tomàquet, que s'incorporen al cap d'una estona. Es deixa coure tot molt a poc a poc força estona, remenant de tant en tant perquè no s'enganxi. S'hi posa també una fulla de llorer. Un cop la samfaina estigui ben sofregida s'hi afegeix el bacallà, un raget d'aigua i sal. Es deixa coure 5 minuts més i ja es pot menjar.

HOME, 40 ANYS, SORT, 25-3-1999

Carns

XXIII. CONFITAT

PER A 4 PERSONES

COSTELLA DE PORC I BOTIFARRES O LLONGANISSES EN LA QUANTITAT QUE ES VULGUI (TAMBÉ LLOM DE PORC, CUIXES D'ÀNEC O D'OCA), UNA TUPINA O POT DE TERRISSA O DE VIDRE NET, ESCALDAT I SEC, PROU GROS, SAL, PEBRE (FACULTATIU), UNS GRANS D'ALL (FACULTATIU), FORÇA OLII D'OLIVA, LLARD DOLÇ (FACULTATIU).

Es pengem les carns salades tres o quatre dies perquè perdin l'aigua en un lloc fresc i sec. En una paella alta o una caldera es fregeixen (en realitat es «confiten») els ingredients absolutament coberts de greix, a foc molt fluix, força estona fins que treguin tota l'aigua. Es treu el confitat del greix i es deixa refredar. Es posa a la tupina i es cobreix amb l'oli o greix en què s'han cuit. Es donen uns copets al pot perquè marxin les possibles bombolles d'aire. Es tapa i guarda en un lloc sec i fresc com a mínim un mes o dos. Es treuen els trossos de carn que s'hagin d'utilitzar anant amb compte de deixar la resta ben coberta.

Anteriorment s'acostumava a barrejar, tant per tant, oli i llard; però actualment se sol fer tan sols amb oli. N'hi ha quie aromatitzen el confitat amb pebre o amb alls fregits.

DONA, 66 ANYS, PERAMEA, 23-3-1999

XXIV. AGREDOLÇ

PER A 4 PERSONES

QUATRE TALLS DE PERNIL SEMIADOBAT DEL PAÍS, UN RAIG DE VINAGRE DE VI BLANC, TRES CULLERADES DE MEL DE FLORS, UN RAIG D'OLII D'OLIVA.

Es fregeix el pernil a foc lent amb oli d'oliva i es posa a la safata.

A la mateixa paella s'hi tiren el vinagre i la mel, es remena tot plegat uns moments perquè faci un bull i el vinagre perdi la fortor i s'aboca per sobre del pernil; se serveix molt calent.

Se solia menjar per esmorzar acompanyat amb ous ferrats i mongetes seques saltejades.

N'hi ha que també el fan amb fetge de porc o xai, o fins amb pit de pollastre.

DONA, 35 ANYS, LA SEU D'URGELL, 16-3-1999

XXV. MANDONGUILLES AMB TOMÀQUET

PER A 4 PERSONES

Per a les mandonguilles: 800 G DE CARN DE CAP DE LLOM DE PORC, TRES ALLS, UNES BRANQUES DE JULIVERT, DOS OUS, UN GRAPAT DE PA RATLLAT O FARINA DE GALETA, SAL I PEBRE, OLI I FARINA PER FREGIR-LES.

Per a la salsa de tomàquet: 1 KG DE TOMÀQUETS MADURS, UNA CEBA , TRES GRANS D'ALL, UNA CULLERADETA DE PEBRE VERMELL, UNA FULLA DE LLORE, SAL, PEBRE, OLI, SUCRE.

Es trinx ben trinxada la carn (o es demana al cansalader que ho faci), l'all i el julivert picat. Es barregen en un bol o cassola tots els ingredients de les mandonguilles, es pasta i es prova de sal. Es formen les mandonguilles fent-les voltar entre les dues mans i es posen en un plat amb farina. Es van enfarinant lleugerament i es posen a fregir un moment en una paella amb oli calent. Es reserven. En una cassola alta o un pot gros amb oli es posa la ceba a sofregir, s'hi posen després els alls trinxats i per fi el tomàquet tallat de qualsevol manera. S'hi afegeixen les herbes, la sal, la punta de sucre i els pebres i es deixa coure una estona. Es trinx amb el batedor i es passa pel colador xinès (s'hi pot afegir un raig d'aigua perquè sigui més líquid). S'ajunten en una cassola les mandonguilles i la salsa i es deixa coure tot plegat deu minuts o un quart.

DONA, 75 ANYS, ESTERRI D'ÀNEU, 24-3-1999

XXVI. PEUS DE PORC A LA BRASA**PER A 4 PERSONES**

QUATRE PEUS DE PORC PARTITS PER LA MEITAT, OLI D'OLIVA.

Per bullir-los: FORÇA AIGUA, UNA CEBA AMB UN CLAU D'ESPÈCIA, UN OS DE PERNIL (OPCIONAL), DUES FULLES DE LLORER, SAL, UNS GRANS DE PEBRE

Per a la picada: UNA PUNTA DE SAL, TRES ALLS, UN GRAPAT D'AMETLLES TORRADES, UNES BRANQUES DE JULIVERT.

Es bullen els peus, unes 3 hores, fins que estiguin tendres. Es treuen del brou i es deixen refredar. Es posen a la brasa ben pintats amb oli i amb una punta de sal, tan sols perquè s'escalfin i agafin el gust de la brasa; després de girar-los es tornen a pintar amb oli i s'hi posa per sobre la picada. Es deixen acabar d'escalfar mentre la picada perd força i se serveixen.

HOME, 39 ANYS, SORT, 25-3-1999

XXVII. FREGINAT**PER A 4 PERSONES**

300 G DE LA SANG DEL PORC PRESA, A TROSSETS, 300 G DE FETGE DE PORC, A LLESQUES FINES, QUATRE CEBES, UN GRAPAT DE PANSES (FACULTATIU), OLI, SAL I PEBRE.

En força oli se sofregeix la ceba en juliana (a llesques fines) amb paciència, fins que agafi color daurat. Després s'hi afegeixen els dauets de sang amb sal i pebre. També n'hi ha que hi posen algunes panses. En una altra paella es fregeixen, tan sols volta i volta en oli molt fort, les llesques de fetge amb sal i pebre. Es barreja tot i se serveix de seguida. Si es vol, es pot enfarinar lleugerament el fetge abans de fregir-lo, queda més cruixent.

El freginat és l'esmorzar tradicional per a la mort del porc.

DONA, 37 ANYS, ESTERRI D'ÀNEU, 24-3-1999

XXVIII. CUES D'OVELLA AMB PATATES O "CARN DE BÈSTIA VIVA"

PER A 4 PERSONES

UNES QUANTES CUES BEN PELADES I NETES, 1 K DE PATATES, SAL, OLÍ I ALGUNA HERBA AROMÀTICA.

Per a la picada: DOS GRANS D'ALL, UN GRAPAT D'AMETLLES, UNES BRANQUES DE JULIVERT.

Es fan bullir les cues amb aigua, sal i alguna herba aromàtica prop d'una hora. Mentrestant se saltegen una mica les patates pelades i tallades en una cassola calenta amb oli. S'hi incorporen les cues, una part de l'aigua de bullir-les i la picada. Es deixa 10 minuts al foc i es rectifica de sal.

També es poden fer bullir les cues i fer-ne un arròs amb la picada.

Es feia quan els pastors escuaven les ovelles. Per això el nom de «carn de bèstia viva».

HOME, 59 ANYS, LLAVORSÍ, 22-3-1999

XXIX. PALPÍS

PER A 4 PERSONES

UNA CUIXA DE XAI, TRES TALLS DE CANSALADA GRASSA SENSE PELL, DEU GRANS D'ALL, UNA CEBA, SAL I PEBRE, OLÍ I LLARD O GREIX DEL CONFITAT, UN GOT DE VI BLANC.

Es talla la cansalada longitudinalment per aconseguir fer-ne una mena de cordons. Amb aquests cordons i una agulla especial es metxa la cuixa (és a dir, es va travessant la carn amb els trossos de cansalada) perquè no quedi seca. S'hi poden metxar també alguns grans d'all pelats. Es ben sala i empebra per fora, i s'unta amb llard i oli o amb oli del confitat. Es posa en una cassola a sobre el foc o en una safata dins el forn, al cap d'una estona s'hi posen els alls esclafats, amb pell i tot, i la ceba pelada i tallada gruixuda. Es torna a deixar una estona i s'hi posa el vi. Es baixa el foc —i, si es fa a la cassola, es tapa. Es deixa coure molt lentament durant unes dues hores

i mitja girant-lo de tant en tant i afegint-hi algun raig d'aigua si sembla que vol enganxar-se.

Es pot desossar la cuixa i farcir-la amb ou dur, pebrot escalivat, pernil... També es pot fer el mateix cuinat amb cabrit. I fins i tot amb isard.

DONA, 39 ANYS, UNARRE, 24-3-1999

XXX. TALL RODÓ DE FESTA MAJOR

PER A 4 PERSONES

UN TALL RODÓ D'1 KG APROXIMADAMENT DE VEDELLA BRUNA DEL PIRINEU, 100 G DE CANSALADA VIRADA TALLADA A LLESQUES FINES, 500 G DE CEBETES, SIS GRANS D'ALL, UNA COPA DE VI BLANC, UN RAIG DE BRANDI, SAL, PEBRE I OLI.

Per a la picada: DOS GRANS D'ALL, UN GRAPAT D'AMETLLES TORRADES, UNES BRANQUES DE JULIVERT, DOS TROSSETS DE PA TORRAT.

S'embolica el rodó amb la cansalada lligant-lo amb un fil. Es ben espolsa amb sal i pebre. En una cassola calenta amb oli es posa el rodó. Al cap d'una estona s'hi posen també els alls sense pelar. S'hi afegeixen les cebetes pelades i es va girant tot perquè agafi color per totes bandes. Un cop tot ros, s'aboquen el brandi i el vi (ull, que s'encén). Si es fa a sobre els fogons s'abaixa el foc i es tapa la cassola perquè es vagi coent; si es rosteix al forn, es redueix la temperatura d'aquest. Les cebetes es treuen quan tenen un color maco. La resta es deixa coure prop d'una hora afegint'hi aigua quan calgui. Després es retira el rodó i es deixa refredar. Es treu el fil i la cansalada i es talla el rodó a llesques recuperant el suc que deixa. Es passa el suc de la cassola per un colador xinès. Es torna a posar el rodó, el suc que ha deixat i el que s'ha colat a la cassola, s'hi afegeix aigua i sal. Es torna a posar a coure una estona més fins que la vedella quedi tendra però no es desfaci, s'hi afegeixen les cebetes i, 10 minuts abans d'apagar el foc, la picada. Es rectifica de sal.

Aquesta recepta admet molt bé tota classe de bolets.

DONA, 65 ANYS, SORT, 21-3-1999

XXXI. POLLASTRE O GALL AMB BOLETS***PER A 4 PERSONES***

UN POLLASTRE DE PAGÈS NET I TALLAT A TROSSOS, FARINA, DUES CEBES, DOS TOMÀQUETS, QUATRE GRANS D'ALL, 1 KG DE BOLETS BARREJATS, UNA COPA DE XERÈS, OLI, SAL, TIMÓ, PELL DE TARONJA SECA I LLORER.

Amb el coll, potes i menuts de l'animal es fa un litre de brou. Se salen, enfarinen i fregeixen els trossos de pollastre en una cassola perquè quedin cruixents. S'hi posen les cebes trinxades i després els tomàquets trinxats, sense pell ni llavors. Quan el sofregit tingui bon color, s'hi torna a posar el pollastre i es flameja amb el xerès, s'espera que redueixi una mica i s'hi aboca una part del brou, una punta de sal i un manat fet amb les herbes. Es tapa i deixa fer xup-xup, i al cap de mitja hora s'hi posen els bolets, que s'hauran passat prèviament per la paella amb un raig d'oli i dos alls trinxats. Es rectifica la sal, es deixa 20 o 30 minuts més fins que l'animal estigui tendre però no desfet i s'apaga el foc.

N'hi ha que hi posen una picada.

DONA, 55 ANYS, SORT, 24-3-1999

XXXII. CONILL AMB SAMFAINA***PER A 4 PERSONES***

MIG CONILL, UN PEBROT VERMELL, UN PEBROT VERD, UNA CEBA, UNA ALBERGÍNIA, DOS GRANS D'ALL, VUIT TOMÀQUETS, LLORER I PEBRE, OLI, SAL

Es talla l'albergínia 1 hora abans, a talls d'1 per 2 cm aproximadament, amb tota la pell o tan sols amb una part. Se sala i posa en un escorredor perquè suï. Es tallen també la resta de les verdures i es treuen les llavors del tomàquet.

En una cassola amb un bon raig d'oli es fregeix un moment el conill tallat a trossos, salat i amb pebre. Es retira i en la mateixa cassola es posen totes les verdures, menys els alls i el tomàquet, que s'incorporen al cap d'una estona. Es deixa coure tot molt a poc a poc força estona, remenant de tant en tant perquè no s'enganxi. S'hi posa també una fulla de llorer. Un cop la samfaina estigui ben sofre-

gida s'hi afegeix el conill, un raig d'aigua i sal. Es deixa coure 20 minuts més i ja està a punt.

Diuen que és millor menjar-se'l l'endemà, reescalfat.

DONA, 71 ANYS, SORT, 22-3-1999

XXXIII. CONILL FARCIT

PER A 4 PERSONES

UN CONILL SENCER, ESCORXAT I NET (AMB ELS RONYONS I EL FETGE), 500 G DE CEBETES, TRES O QUATRE PASTANAGUES, DOS GRANS D'ALL, UNA COPA DE VI BLANC, LLORER, OLI, SAL I PEBRE.

Per al farcit: 100 G DE PERNIL DEL PAÍS, 50 G DE CANSALADA GRASSA SENSE PELL, 100 G DE MOLLA DE PA, UN RAIG DE LLET, UN OU, UN GRA D'ALL, UNES BRANQUES DE JULIVERT.

Es prepara el farcit picant el fetge, el pernil, la cansalada, la molla de pa remullada amb llet, l'all i el julivert. Es barreja i pasta tot amb l'ou, s'amaneix amb sal (poca) i pebre i es posa al forat de la cavitat toràctica i de l'estómac, es torna a tancar i es cus, amb un fil, amb cura.

Se sala i empebra el conill i es posa a rostir al forn en una safata, o en una cassola sobre el foc, amb oli. S'hi posen també els alls sencers, les cebetes pelades i la pastanaga a rodanxes gruixudes. Un cop tot ros s'hi aboca el vi i es deixa acabar de coure (tapat, si no es fa al forn) afegint una mica d'aigua si cal; es rectifica de sal.

Se solia portar al camp perquè dinessin els segadors. N'hi ha que el farceixen amb carn picada de llonganissa i panses.

DONA, 61 ANYS, SORT, 23-3-1999

XXXIV. LLEBRE EN CIVET

PER A 4 PERSONES

MITJA LLEBRE O UN CONILL DE BOSC, 3/4 DE LITRE DE VI NEGRE, DUES CEBES, SAL, OLI, UNS GRANS DE PEBRE, LLORER, TIMÓ, ORENGA...

Per la picada: EL FETGE DE L'ANIMAL, UN GRAPAT D'AMETLLES, TRES GRANS D'ALL, JULIVERT

S'escorxa, buida, ben neteja i talla la llebre, o es compra ja així.

Es posa a marinar amb el vi, la ceba tallada i les herbes durant 24 hores o més. Es treuen els trossos del vi, se salen i es fiquen dins d'una cassola calenta amb oli; quan comencin a agafar color s'hi posa la ceba i les herbes i al cap d'una estona el vi. Es deixa coure tot plegat, tapat i a foc lent, fins que la carn estigui tendra (dependrà de l'edat de l'animal, del sexe, etc.), afegint'hi aigua cada cop que sigui necessari. A última hora es treuen les herbes (es pot colar la salsa) i s'hi posa la picada, es deixa acabar de fer xup-xup deu minuts i es rectifica de sal.

D'aquesta manera també se sol fer el senglar.

DONA, 80 ANYS, ALÀS, 19-3-1999

XXXV. ESTOFAT DE SENGLAR

PER A 4 PERSONES

1 KG DE CARN DE SENGLAR TALLADA A DAUS , FARINA, TRES CEBES, DUES PASTANAGUES, TRES GRANS D'ALL, UN GOT DE VI AL GUST, UN RAIG D'ANÍS, UN RAIG DE CONYAC, LLORER, TIMÓ, QUATRE GRANS DE PEBRE..., OLI, SAL.

Per a la picada: UNES QUANTES AMETLLES TORRADES, UN GRA D'ALL, UNA PRESA DE XOCOLATA.

Millor si el senglar s'ha deixat reposar dos o tres dies a la nevera, o s'ha congelat, perquè no sigui tan dur. En una cassola se saltegen amb oli els daus de senglar salats i enfarinats. Quan han agafat una mica de color s'hi afegeixen la ceba i la pastanaga tallades, els grans d'all aixafats i les herbes. Una estona més tard s'hi aboquen els licors i, un cop evaporat o cremat l'alcohol, es deixa coure amb la cassola tapada a poc foc. S'hi va posant aigua cada cop que en necessiti, i algun pols de sal. En total ha de bullir unes 3 hores. Quan estigui prou tendre, es posa la carn en una altra cassola, es passa la salsa pel colador xinès i s'hi incorpora la picada. Es torna a posar al foc, es rectifica la sal i l'espessor de la salsa (afegint-hi aigua, si en falta, o fent bullir destapat a foc fort perquè s'evapori, si en sobra). Es deixa coure 5 minuts més.

DONA, 63 ANYS, TÍRVIA, 23-3-1999

Alliolis

XXXVI. ALLIOLI DE POMA

PER A 4 PERSONES

DUES O TRES POMETES DEL PAÍS, CINC GRANS D'ALL, UN ROVELL D'OU, 1/4 DE LITRE, APROXIMADAMENT, D'OLI D'OLIVA NO GAIRE ÀCID, SAL.

Es fan bullir les pomes en aigua fins que estan toves, es treuen, es deixen ben escórrer i refredar. Se'n treu llavors la polpa i es posa en un bol, s'acaba de desfer amb una batedora. S'hi posen també els alls ben picats en un morter i el rovell d'ou. Es va remenant i amb un setrill s'hi va posant un filet d'oli. Al final se sala al gust. Es pot fer amb batedora elèctrica i llavors s'hi posen tots els ingredients de cop i es munta com una maionesa. Acompanya molt bé les carns.

DONA, 50 ANYS, TUIXÉN, 18-3-1999

XXXVII. ALLIOLI DE CODONY

PER A 4 PERSONES

UNA LLESQUETA DE PA AMB UN RAIG DE VINAGRE, UN OU , TRES GRANS D'ALL, UNA PERA D'HIVERN DE CARDÓS, DOS CODONYS, 1/8 LITRE D'OLI D'OLIVA DE 0,4 GRAUS, SAL.

Es bullen en aigua la pera i els codonys, es deixen escórrer i refredar. Es pelen i es llencen les llavors. En el got de la batedora elèctrica es trinxen tots els ingredients i després es munten amb l'oli com una maionesa, es rectifica la sal.

Es menja en els esmorzars de la mort del porc, a sobre d'una torrada i acompanyat de barreja (moscatell amb anís sec).

DONA, 84 ANYS, ARSÈGUEL, 18-3-1999

Postres

XXXVIII. CODONYAT

PER A 4 PERSONES

CODONYS, SUCRE.

Es neteja bé i es talla el codony sense pelar. Es llença la part del mig i la carn es posa a bullir cinc minuts en aigua. S'escorre, es pela i es pesa. Es barregen 800 gr de sucre per cada quilo de codony. Es trinxa a la batedora i es posa en la cassola al foc, sense parar de remenar fins que agafa el color. Llavors es posa a refredar en les tarrinetes i es guarda.

S'acostuma a menjar amb algun dels excel·lents formatges de la zona.

HOME, 37, LA SEU D'URGELL, 22-3-1999

XXXIX. FLAM

PER A 4 PERSONES

1 L DE LLET, VUIT OUS, 200 G DE SUCRE, UNA BRANCA DE CANYELLA O UNA MICA D'AROMA DE VAINILLA, PELL DE LLIMONA I TARONJA, 150 G DE SUCRE PER AL CAMEL.

En una paella antiadherent al foc es posen els 150 g de sucre humitejats amb un raig d'aigua. Es deixa fer el caramel i es treu del foc abans no quedi massa amargant. De seguida es reparteix el caramel pel fons del motlle, o motlles, abans no es refredi. En una olleta es posa al foc la llet amb el sucre i les aromes. Quan arrenqui el bull (ull, que no es vessi) s'apaga el foc i es deixa refredar un moment mentre es remenen els ous en un bol. S'hi afegeix la llet colada per treure les pells i l'escorça. Tot ben barrejat es fica al motlle o motlles (flamera grossa o flameres individuals) i es posa sobre una safata de forn amb dos o tres dits d'aigua que farà de bany

maria. S'introdueix tot plegat al forn a temperatura moderada. Es deixa coure fins que estigui quallat (dependrà del volum del motlle). Es pot anar comprovant punxant amb una agulla el centre del flam fins que no en surti líquid.

Es deixa refredar del tot abans de desmotllar-lo. Millor si és l'endemà.

DONA 75 ANYS, ESTERRI D'ÀNEU, 24-3-1999

XL. CREMA DE ST. JOSEP

PER A 4 PERSONES

1 L DE LLET, UNA BRANCA DE CANYELLA, UN TROS D'ESCORÇA DE LLIMONA, 200 G DE SUCRE (A PART DEL DE CREMAR), VUIT ROVELLS, 20 G DE MIDÓ O DE MAIZENA, APROXIMADAMENT.

Es fa bullir la llet (menys un raig que es reserva per desfer el midó) amb la canyella i la pell de llimona. Quan vol pujar i vessar-se s'apaga el foc, es deixa refredar una mica i es treuen les aromes. En un bol es barregen els rovells amb el sucre. En un got es dissol el midó amb la mica de llet freda. Es posa la llet calenta al bol sense parar de remenar, després s'hi afegeix el midó ben dissolt. Es passa tot plegat una altra vegada al tupí i es manté al foc sense parar de remenar. Quan espessa s'apaga el foc, i es reparteix la crema en casquetes individuals o en una plata; es deixa refredar. Abans de menjar-la, es pot posar un grapat de sucre a sobre i cremar-lo amb una pala especial que estarà roent. Se sol acompanyar amb galetes o melindros.

N'hi ha que aprofiten les clares muntant-les a punt de neu i les fan coure en un pot al foc amb una mica de llet amb molt sucre. Després les posen a sobre de melindros i les espolsen amb sucre, amb això decoren la plata de crema.

DONA, 61 ANYS, SORT, 23-3-1999

AGRAÏMENTS

A Q U E S T L L I B R E és sobretot el resultat de moltes hores d'entrevistes amb gent del Pirineu.

L A I N V E S T I G A C I Ó que ha contribuït a fer-lo possible s'emmarca dins un projecte més ampli: el de la realització de l'inventari, classificació i caracterització de productes alimentaris i receptes de diferents comarques de Catalunya, impulsat pel Centre de Promoció de la Cultura Tradicional i Popular Catalana. En aquest sentit, agraïm la confiança dipositada en el nostre grup de recerca, especialment a Assumpta Esquís i Carles Garcia, amb qui hem anat desenvolupant la nostra tasca.

V O L E M M O S T R A R especialment el nostre agraïment a Anna Palau, del Consell Comarcal del Pallars Sobirà, i a Elisa Planes, per la seva col·laboració en la nostra recerca al Pallars Sobirà i a l'Alt Urgell respectivament.

V O L E M D O N A R les gràcies també a Salvador Maura (DARP), Joan Obiols (Escola de Capacitació Agrària), Quico (Restaurant "El Pigall"), Imma, l'Ecomuseu d'Esterrí d'Àneu, Pilar Betriu, Jordi ("Herbes i Coses"), l'hotel Andria i a tota la llarga llista de persones que generosament van cedir-nos una part del seu temps.

T A M B É H E M D E fer referència a la nostra amiga i membre del Grup d'Estudis Alimentaris, Carme Garcia, que va col·laborar en la realització de les entrevistes; a Carme Bertran, que va aportar la seva experiència investigadora i el seu treball entorn als formatges de muntanya; i a Jesús Contreras, impulsor de la nostra recerca.

ELS CANVIS SOCIOECONÒMICS succeïts durant les darreres dècades han tingut un fort impacte sobre l'alimentació a les comarques pirinenques que s'ha manifestat en canvis en els hàbits alimentaris i en el paper dels productes locals. Aquest llibre analitza quins han estat aquests canvis a les comarques de l'Alt Urgell i el Pallars Sobirà i com s'han produït, mitjançant una recerca basada en fonts orals i documentals. Inclou també un recull de receptes culinàries representatives de totes dues comarques. Aquesta recerca, inclosa dins de l' "Inventari, classificació i caracterització dels productes alimentaris i receptes de diferents comarques de Catalunya", fou coordinada per Jesús Contreras i realitzada pel Grup d'Estudis Alimentaris de la Universitat de Barcelona.

ELENA ESPEITX és antropòloga cultural de la Universitat de Barcelona. Treballa en l'estudi dels comportaments alimentaris actuals.

JUANJO CÁ CERES és historiador de la Universitat de Barcelona. Treballa en l'estudi del consum alimentari en l'època medieval i en el món actual.

TONI MASSANÉS és professor de cuina. Col·laborador en diferents mitjans de comunicació, és un expert en història de la cuina catalana. Altres llibres que ha publicat són *La cuina del Berguedà* (Columna, 1997) i *Ruta gastronòmica del camí dels bons homes* (Consell Regulador del Camí dels Bons Homes, 1999).

Tots tres autors formen part del Grup d'Estudis Alimentaris, de la Universitat de Barcelona, i són investigadors de l'Observatori Permanent dels Comportaments Alimentaris.