

## LOS VIERNES MERCADO

## VARIETADES

## La ternera blanca de leche, otra opción

■ Existe en el mercado otro tipo de ternera. Se trata de la blanca de leche, que tiene entre tres y cuatro meses de crianza. Este animal, criado ya para comercializarlo a una edad temprana, sólo se ha alimentado a base de leche, por lo que su nivel nutritivo es bajo. El resultado es una carne muy tierna, pero no muy gustosa

## EN CRUDO

## El 'carpaccio' gana adeptos

■ Otra manera de comer ternera es cruda. A este plato se le denomina *carpaccio*. Se trata de cortar en láminas muy finas un trozo de carne (solomillo o *tall rodó*) que no tenga nervios ni grasa. Luego se adereza con limón, aceite, vinagre o especias al gusto. Añadir parmesano por encima es otra buena manera de acompañarlo

## EL MAPA

## Cada parte por su nombre

■ El bistec puede ser de espalda (*llata* y *filet de pobre*) o de muslo (*culata*, *cap de mort*, *crustó*, *tapaplana*, *tall rodó* y *jarret*). La parte del lomo es el *entrecot* y la *mitjana*. Debajo del lomo está el solomillo. Y por último, está la carne para estofar que es el cuello, el morcillo y las piezas que envuelven los bistecs

## LA RECETA

## Fricandó con setas de temporada

■ 150 gramos por persona de carne de ternera (*llata* o cualquier bistec), 4 cebollas, 1 tomate, setas y caldo

## Preparación

Enharinar y freír la carne cortada a láminas. Hacer un sofrito de cebolla picada y tomate. Añadir la carne, el caldo y las setas. Dejar haciendo chup chup unos tres cuartos de hora

# El placer de acompañar la ternera

EL FRICANDÓ CON SETAS DE TEMPORADA SE CONVIERTE EN PLATO ESTRELLA DEL OTOÑO

ELENA CASTELLS | BARCELONA

Con la llegada del otoño, los mercados empiezan a llenarse de setas variopintas y deliciosas. Se pueden comer solas, pero son muchas las personas que parecen tener la misma idea, y es acompañarlas de ternera en salsa. De este casamiento nace el fricandó, uno de los platos otoñales por excelencia. "La mejor pieza para este guiso es la *llata*, que forma parte de la espalda del animal. Es una carne muy melosa, aunque tiene nervio, y por eso hay gente a quien no le gusta", dice Pilar Roig, carnicera de la Sagrada Família desde hace 40 años. De todas formas, es aconsejable cualquier pieza de la ternera, pero que sea pequeña. "Los trozos no deben ser muy grandes, ya que si no se pierde sabor", añade.

De la ternera se aprovecha todo. Su carne se divide en bistecs, que pueden ser de espalda (10 euros el kilo) y de muslo (11 euros el kilo), la parte del lomo (entre 15 y 18 euros) y en carne de estofado (entre 7 y 8,50), que es de una textura más dura. La parte más tierna aunque no la más gustosa está debajo del lomo, es el solomillo (entre 25 y 30 euros). Los huesos son ideales para el caldo y tam-



XAVIER GÓMEZ

La carnicera Pilar Roig cortando un trozo de ternera en su puesto del mercado de la Sagrada Família

bién se aprovechan las vísceras y los menudillos. Pilar explica que los precios de la ternera son bastante estables todo el año, pero sí subraya que hay calidades y entonces sí que varían los precios.

Señala que hay diferencia entre el macho y la hembra, ya que ésta es más tierna y

también más cara. Las terneras que encontramos en el mercado tienen entre nueve y diez meses de crianza. La mayoría procede de Catalunya, Asturias y Galicia, entre otras partes de España, aunque también se importan de otros países europeos, como Holanda.

Y mientras el fricandó recobra protagonismo cada otoño, el estofado o los guisos con carne de ternera ya han pasado a la historia. "Estamos en la sociedad de las prisas; el guisado se ha sustituido por las hamburguesas y la carne cocinada al momento", cuenta Pilar.

## Noy hay mal que cien años dure

■ La crisis de las *vacas locas* hizo mucho daño a las carnicerías hace un par de años. Pilar Roig, quien lleva 40 años despachando carne en el mercado de la Sagrada Família, explica que "las ventas cayeron hasta un 60%". Lamenta que la gente "no entendiera que era un mal que afectaba al animal adulto y, en todo caso, no a la parte muscular, que es la que nos comemos". Por suerte, de eso hace ya dos años, y ahora el consumo de carne de ternera se ha vuelto a recuperar

## Balañá niega que vaya a ceder la Monumental

REDACCIÓN | BARCELONA

El mundo de los toros seguirá en la incertidumbre sobre el futuro de las corridas en Barcelona. Lo que se anunciaba ayer como seguro —que la familia Balañá cedía la gestión de la plaza barcelonesa al ex torero y hoy afamado empresa-

rio taurino Enrique Patón— ha sido desmentido. Pedro Balañá negó que se hubiera cerrado trato alguno en este sentido. La noticia se conformó con malentendidos. Y cobró fuerza alimentada por los deseos de los taurinos de garantizar lo antes posible que las corridas seguirán celebrándose la próxima temporada.

Balañá y Patón almorzaron el pasado miércoles en un conocido restaurante del Raval, y los taurinos que allí celebran tertulias mensuales se frotaron las manos de alegría. Por fin una solución para que la fiesta tenga la continuidad asegurada, pensaron. Los comensales hablaron largamente de ello. Y ellos dieron por hecho lo que únicamente se estaba planteando como posibilidad.

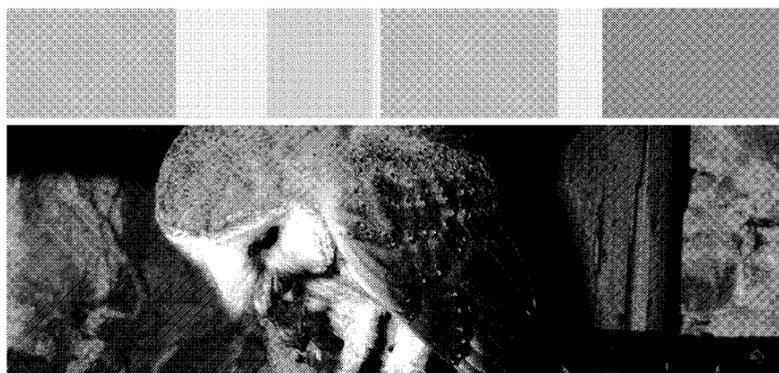
Los temores de que acaso ésta podría ser la última temporada en la Monumental se extienden en los corazones de los aficionados con la intensidad de un tumor.●

## Los mercados de Badalona exponen sobre inmigración

BADALONA. Redacción

Los mercados municipales de La Salut, Sant Roc, Llefià y Maignon de Badalona acogerán durante el mes de octubre la exposición *Demana tanda*. Se trata de una muestra organizada por CC.OO. en la que se reflexiona sobre la relación existente entre

actividad comercial y hecho migratorio. La exposición acerca a una realidad cada vez más evidente, pero muy a menudo desconocida de nuestro entorno cotidiano: la apertura de establecimientos comerciales directamente relacionados con los movimientos migratorios.●



## aquesta nit

### 21.30 Bèsties " L'òliba"

A la nit, el gran teatre de la vida canvia de protagonistes i musaranyes, ratolins, lirones i altres follets de la nit, intenten escapar de l'atac de l'òliba.

### 22.15 Amor, has de tenir vista

De mica en mica els concursants i els espectadors es van fent una idea de qui és qui. Abans de prendre la decisió final, el programa dóna l'oportunitat de consultar una segona opinió...

### 23.30 Doctores de Filadèlfia

La Dra. Lu Delgado és la directora mèdica d'una clínica gratuïta. Treballa llargues jornades atenent dones amb pocs recursos econòmics.