

gastronomia > zer da ona jateko? (II)

Zeri deritzogu **on eta txar?****EDORTA AGIRRE**
Donostia

Kontxako Bandera entregatutakoan, euskal herritar askorentzat uda amaitu eta orduntxe gaitoz solasgai mamitsuak jorratzera, jateko zer den ona, esate baterako. Aurreko astean bukatzeko utzi genuen artikulua honetan, onaren kontrakoa zergatik izan daitekeen begiratu dugu orain, mesedegarri edo kaltegarri zer dugun are eta gehiago argitzeko.

Ona... zein ikuspegitik?

Galde dezagun alderantziz, une batez: zer ez da ona jan-edateko? Erantzunak asko dira:

- itxura txarrekoa,
- gustukoa ez duguna,
- iruzur kiratsa daukana,
- gizenzen gaituena,
- ohikoa ez dugun jaki ezezagun erdi beldurgarria,
- behar bezala zerbitzatu ez zaiguna,
- oroitzapen txarrik dakarkiguna,
- injustiziarik sortarazi duena,
- bihotzerrea eragiten diguna,
- garestiegia dena,
- modaz aspaldi pasa zena,
- gure esnobismo-puntuak galarrastzen diguna,
- mahaikidearen hizketa edo jokamoldeak hondatu diguna...

Alegia, alde edo moldez akastuntzat jotzen duguna: hutsen bat baldin badu, ez da bikaina. Edo ez da ona, besterik gabe, guretzat, onena espero badugu. Hoberenaren bila ez bagoaz ere, akats potoloa duena ere ez da ona.

Lehen faseko akatsak

Akats horiek —trazabilizatea praktikan ipiniz, detektibelanetan arituko gara orain— elikagaia ekoiztu, bildu edo harrapatu denean «ezinbestez» gertatutakoak izan daitezke:

- hegalauea harrapatzeko gakoak sartu eta orain, denda, tresna horrek utzitako zulo odoltsua ikusten dugu
- usakumeak hartutako perdi-goiaren marka du, platerean,



Zientzialari bat usteldutako haragia tindatzeko proiektu batean lanean. WALTERAID GRUBITZSCH / EFE

- tomateak udako arratsalde bateko txingor edo kazkabarraren azarnak ditu...

Beste batzuk, ordea, ez dira «ezinbestez» jazo:

- baliaturiko intsektizida eta fungizidaren lorratzak ditu mahatsak,
- legatzari kokotxa erauzi eta norbaite aparte salduko du,
- txerriari, ezkurren ordez, penttsua eman zaio gizentzeko...

Alegia, ekologiak, ekonomiak, gizatasunak... agindutako bidetik edo bestela produzi daitezke jangaiak: urteko zikloak errespetatu gabe, pestizidak masiboki eta iriz-

pide garbirik gabe erabiliz, arraina harrapatzeko metodo suntsizailerak (manglaretako langostino-arrantza intentsiboa, libibaren deribatuen edota dinamita bidezko harrapaketa, izokinari landarezko penttsua eta behiari animaliazkoa ematea...) baliatuz, produktoreak esplotatuz (munduko hegalauean bizi direnez, adingabeak eta zaharrak baliatuz, jardunaldi ezin luzeagotan miseria gorrikoa ez den ordainsari zeken baten truk), gauza baten izena beste bati ezarri, ingeniari genetisten trebezia izugarrienak baliatuz...

Horrela erdietsi diren elika-

gaiak ez daukate horren berri adierazten duen etiketarik baina senak esaten digunez, ez dira jangai onak.

Bigarren faseko akatsak

Elikagaia ekoiztu eta honaino ekarri da baina ez da jangarri oraingoz; transformatu beharra dago lantegi handian (kontserba-fabrikak edo kateringean, adibidez), txarkuteriako atzealdean, ostatu edo gure etxeko sukaldean.

Jana orain arte ez dugu ikusi, ez dakigu zer erantsi dioten, nola maineratu duten garbitu eta zuritzeko (azidoak gehitu edo zentrifuga-

tzailean sartuta, adibidez, kentzen zaie azala berdura eta fruta batzuei), nolako gehigarriak erantsi zaizkien (galdutako) kolore polit eta erakargarria (ostera) hartzeko, ez papurtzeko, hurrengo bidaian ez hondatzeko, halako mikro-morroroen erasotik onik irteteko, emultsioan segitzeko, salda lodi gustagarria agertzeko, zapore bi-ziago eta hurrin politago hartzeko, nolako edo halako ukitura egokitzeko, oxidatutakoan ez iluntzeko...

Magia eta misterio! Enpresa-sektorea.

Ez da jana, negozioa da.

Hirugarren faseko gorabeherak

Gu geu gara baina ez gara geu beti, aldarrearen arabera baizik. Eta aldarre horren arabera gertatzen zaizkigu gauzak atsegin edo atsekabe. Jana, adibidez. Den-denetan ez zaigu gustatzen jaki bera: batzuetan arraina jateko irrikatan gabilta, fosforoaren premia duela gure organismoak, bestetan ezin dugu gozokirik dastatu, oraintxe janari harroak behar ditugu (entsaladak, mazedoniak, lekaleak), oraintxe trinkoak (hargia), txokolatea bazter guztietan bilatu dugu inoiz ero moduan...

Alegia, organismoak inkontzientetik (geu bai inkontziente!) agintzen digu nondik aukeratu behar dugun, unean uneko bere premiak bete ditzagun, orekan bizi gaiten, hitz batez.

Baina humanoak gara, gehientsuenok: emozioak nozitzen ditugu eta horiek ere agintzen dute urte zaharrean zer jan-edan, kartzelan ematen zizkiguten dilista haien parekorik betirako bazer-tzea, amonak egiten zituen esne-gainezko gailetak berriro dastatzea, lagunartean edatea, etc.

Eta kontzientziak bideratzen gaitu, ahal duen guztietan: izan zaitez ekologista, ez gastatu alferrik, lehenetsi itzazu Euskal Herrikoa (are Nafarroako zainzuri eta ardoak ere, bertako herritarren jabetzakoa ez izanagatik!), hauta ezazu tokian tokikoa eta garaian garaikoa, sanoena horixe delako, ez eman diru gehiegi multinazionalai, ez izan esnob txotxologia, izan gogoan kalitate-kopuru-prezio trinitatea...

■ arrautza FRIJITZERIK?

J. MANTEROLA / AFP

Sukaldari handiek esan al digute inoiz arrautza nola frijitu behar den? Himalaia aurretik botak ipini beharko, ezta?

Arrautzaren freskotasuna ez da kezka. Egun denak dira fresko.

Ontziak: padera txikia —olio gutxi erabiltzeko: banan-banan egingo ditugu arrautzak—, bitsadera eta estalkia. Arrautza, zenbat eta freskoago izan, orduan eta gutxiago zabalduko da.

Jarri padera su biazan, bi hatz olio onekin. Keizpi bat susmatzean, horixe dugu frijitzen hasteko puntua.

Hasberriok arrautza plater txo batean hautsi-

ko dugu, oskol-hondakinak kendu ahal izateko.

Utzi arrautza zartaginean 10 cm. altueratik, leher ez dadin. Estali padera eta atera sutatik. Arrautza prest dago. Bestela, bitsaderarekin, bota olio arrautzaren gainera, gorringoan errezel zurixka polita osatu arte.

Bitsadera horixe baliatuz (edo beste bat: beroe-gi badago, arrautza itsatsiko zaio: hartu beste bat), jarri arrautza platerean, olio tanta batez. Gatz, nork bere arrautzari.

Su biazan frijitu gero, zuringoen ertzak parraila kizkurtuez apainduko dira, itxura bikaina osatuz. ■ EDORTA AGIRRE

Sasoiko produktuekin egindako sukaldaritza tradizionala eskaintzen dugu, baina sukaldaritza berriaren ukituekin.

JATEKOA

- Eguneko menua
- Menu bereziak
- Karta

ORGI

San Simon kalea, 1 - Lizaso (Nafarroa)
☎ 948 305 126

Sukaldean hasteko