

# Rosa canina

## *a la cuina*

TEXT I IMATGES: Iolanda Bustos



### Noms comuns

Roser silvestre, gavarrer, roser bord, roser boscà, roser de pastor, escanyavelles, gratacul.

RESTAURANT LA CALÈNDULA  
 REGENCÓS (Girona)  
[www.lacalendula.net](http://www.lacalendula.net)  
 Xef: Iolanda Bustos  
[www.iolandabustos.com](http://www.iolandabustos.com)

El fruit de roser silvestre o gavarrer es troben des del nivell del mar fins a l'alta muntanya. A la primavera o a principis d'estiu, en funció de l'altitud, podeu recol·lectar les flors i els pètals per a posar-los a les amanides o fer-ne licors. Per a recol·lectar el fruit haureu d'esperar a finals d'estiu, ben entrada la tardor o inclús a l'hivern amb les primeres gelades.

El fruit del roser és molt i molt ric en vitamina C, és molt utilitzat en farmàcia i com a planta remeiera per als refredats. També és molt ric en vitamines A, D i E i

aporta flavonoides antioxidants a l'organisme.

El seu gust entre dolç i àcid li fan ideal per a fer infusions, gelats, salses, confitures, tant per a la cuina dolça com per a la salada.

Això sí, en acabar aneu amb compte i passeu la salsa per un colador fi per tal de retirar els petits pèls que puguin quedar, aquests molesten i són irritants, d'aquí li ve el nom comú de grataculs quan es refereix al fruit.

Espatlla de garrinet amb salsa de fruits de roser, salsifís i puré d'orellanes i prunes amb sàlvia.

## Espatlla de garrinet amb salsa de fruits de roser, salsifís i puré d'orellanes i prunes amb sàlvia



### INGREDIENTS *(per a 2 persones)*

1 espatlla de garrí de mig quilo  
8 salsifís  
100 g d'orellanes d'albercoc  
100 g de prunes seques sense os  
flors de sàlvia o flors de romaní.

#### *Per a la salsa:*

100 g de fruits de roser secs  
300 ml d'aigua  
50 ml de caldo fosc de carn  
10 g de kudzú en pols (espessidor que podem trobar en botigues de dietètica)  
sal i pebre rosa  
4 pètals de rosa per acabar el plat.

### ELABORACIÓ

#### *Per a la salsa:*

La nit abans hidrateu els fruits de roser submergits en aigua. L'endemà feu-los bullir amb la mateixa aigua i tritureu-los amb la batedora (túrmix o thermomix). Passeu el resultat per un colador fi, així evitarem els pèls del fruit que poden ser desagradables. Barregeu el resultat amb el fons fosc d'haver rostit l'espalla i afegiu el kudzú, barregeu bé dins un cassó i ho acosteu al foc que aixequi el bull. Reserveu la salsa per a salsejar al final la carn.

#### *Per als purés:*

Hidrateu les orellanes i les prunes sense os durant una nit. L'endemà tritureu-les per separat. En un got de la batedora poseu les orellanes sense l'aigua i amb unes gotes d'oli de lli o de gira-sol, en cas de no tenir oli de lli. Ha de quedar un puré fi però consistent. Feu el mateix amb les prunes i reserveu els dos purés per a finalitzar el plat.

Els salsifís els peleu i els feu bullir amb aigua i sal durant 10 minuts.

#### *Per a rostir l'espalla:*

Preescalfeu el forn a 180°. Pinteu amb oli i llard l'espalla i salpebreu. Col·loqueu l'espalla sobre una reixa damunt d'una safata que tindrà diferents herbes aromàtiques i un parell de gots d'aigua. El secret és que l'espalla no toqui directament la sa-

fata, a mitja cocció podeu pintar una mica la pell amb el propi suc del rostit. El temps de cocció per a l'espalla sol ser d'una hora aproximadament. Just els últims cinc minuts hi poseu el salsifís bullits dins la safata també. El que és millor del garrinet, com bé sabeu, és que la pell quedi ben cruixent. Jo, al restaurant serveixo l'espalla sense os i amb la salsa de gavarreres a sota amb els salsifís, al costat fem uns punts de purés d'albercoc i prunes amb flors de sàlvia o romaní, si no teniu sàlvia.

Iolanda Bustos. Xef especialitzada amb flora comestible i cuina biodinàmica.

Nascuda al 1976 a Palafrugell però creix al poble de Palau Sator, de mare cuinera i pare pagès i pastor. Ha heretat tot el coneixement ancestral i etnobotànic de la seva família i la gent gran dels pobles de l'Empordà. Ha escrit dos llibres Cuina fresca i Natural, i La Millor cuina amb plantes, flors i fruits silvestres per Columna.

Actualment és assessora gastronòmica i docent a part de cuinar i dirigir el seu restaurant la Calèndula a Regencós. Fa cultiu i recol·lecció silvestre cada dia per la seva cuina. Diu que la natura és la seva proveïdora, que s'inspira en el paisatge i desitja amb salut i flors que la gent gaudeixi del passeig...

La podeu trobar al facebook com a IolandaBustos Xef i a twitter i instagram com a @iolandabustos.