

Crema catalana: Com fer aquesta clàssica recepta?

09/03/2022

La crema catalana és les postres més típiques i tradicional de Catalunya, sobretot durant la festivitat de Sant Josep. Descobreix l'origen, els ingredients i la preparació d'aquesta clàssica recepta.

Crema catalana: Orígens i història

La tradició de la crema catalana és molt antiga, encara que no existeixi una data concreta, segons la literatura gastronòmica l'origen podria ser medieval.

En realitat, les postres més conegudes de la cuina catalana porta una llegenda al damunt sobre el seu origen des del segle XVIII. En ella s'explica que, durant la visita d'un bisbe a un convent català, les monges van preparar aquestes postres per arreglar un flam que els havia quedat massa líquid. El bisbe, que esperava unes postres fredes com el típic flam, es va sorprendre amb el sucre caramel·litzat cridant "crema". I d'aquí, el seu nom.

Malgrat que aquestes postres va començar a ser un dolç típic per a la festivitat de Sant Josep, el 19 de març, avui podem trobar-ho en gairebé totes les cartes dels restaurants durant tot l'any.

És la crema catalana una natilla?

Encara que no podem saber amb exactitud quin va aparèixer primer, podem afirmar que la crema catalana no és una natilla, ni viceversa.

La principal diferència entre aquestes dues postres és molt visible, ja que la crema catalana se serveix amb una capa de sucre cremada per damunt i, en la seva versió més tradicional, es presenta amb un carquinyoli o un petit cucurutxo de galeta. En canvi, les natilles es mengen amb canyella per damunt o galetes tipus maria integrades, però mai amb la superfície caramel·litzada.



Veure imatge

Un altre detall menys superficial és la quantitat d'ingredients: les natilles porten menys maizena en la seva preparació que la crema catalana, aquesta petita diferència és el que les fa menys espesses.

Ingredients

Per fer una bona crema catalana casolana necessitem: llet sencera, rovell d'ou, sucre blanc, maizena, pela de llimona, taronja i canyella. Tots els ingredients són simples i fons de rebost que solem tenir sempre.

Farem una llista amb la quantitat d'ingredients proposada per Chef Caprabo per poder elaborar una [crema catalana tradicional](#) [/shared/.content/recetas/337-Crema-catalana-tradicional.html] per a quatre persones. Ara bé, cada reboster té el seu secret i quantitats exactes per donar-li aquest toc personal.

- 1 llet sencera
- 200 g de sucre
- 160 g de rovell d'ou
- 40 g de maizena
- La pell d'una llimona
- La pell d'una taronja
- 1 canonet de canyella

Preparació

L'elaboració de la crema de Sant Josep o crema catalana és fàcil i bastant ràpida.

1. En una olla escalfar el litre de llet sencera amb la meitat del sucre, el canonet de canyella i la pell dels cítrics, evitant la part blanca de la llimona que li atorga aquest sabor amarg.
2. Separar els rovells de les clares d'ou i batre.
3. Barrejar amb l'ajuda d'unes varetes el sucre restant amb la maizena en un bol i afegir els rovells d'ou ja batuts.
4. Retirar el canonet de canyella i les peles dels cítrics que li donaven sabor a la llet. Afegir la mescla de rovells, maizena i sucre i remoure sense parar fins que comenci a bullir.
5. Mantenir 30 segons en el foc i distribuir en les tradicionals cassoles de terrissa.
6. Deixar refredar, afegir sucre i caramel·litzar amb l'ajuda d'un bufador o amb la pala de cremar.

Què fer si no tinc bufador?

No tothom té un bufador o un cremador de ferro rondant per la cuina, la veritat sigui dita, així que una de les solucions més eficaces i ràpides és afegir el sucre per la superfície de la crema catalana i ficar-la a uns 200^o al forn, com més a prop sigui del grill millor.

Una altra solució seria caramel·litzar el sucre amb una espàtula de metall. Agafem l'espàtula amb un drap de cuina per no cremar-nos i escalfem la part metàl·lica de l'espàtula en la vitroceràmica o els fogons. Una vegada estigui calenta l'espàtula, el procés és exactament igual que amb el cremador de ferro o elèctric, al contacte amb el sucre de la crema aquesta es caramel·litzarà.

Si ens encanta gaudir d'aquestes postres, però no tenim temps per la seva preparació, pots comprar la [crema catalana Eroski](https://capraboacasa.com/portal/ca/super/producto/eroski-crema-catalana-mi-pueblo-155g/271407) [<https://capraboacasa.com/portal/ca/super/producto/eroski-crema-catalana-mi-pueblo-155g/271407>] elaborada amb ous frescos.