

La cuina no té edat:

Utensilis ortopèdics a la cuina

Dra. Adela Miguel Carmona,*
*Llicenciada en pedagogia
teràpèutica*

Les persones que al llarg de la seva vida viuen amb esperit jove desitgen gaudir de la vellesa amb qualitat de vida, sense perdre la seva capacitat d'autonomia, mantenint l'espurna de creativitat i personalitat en la seva llar.

L'espai de la casa que més ens permet desenvolupar la nostra creativitat és la cuina. La cuina és el punt de trobada de sabors, olors, colors, textures, formes, imaginació, salut, creativitat, gustos... hores d'elaboració de menjars exquisits, preparats amb el nostre pensament posat en aquelles persones que més tard els degustaran: els fills, els néts, els nebots, les veïnes... tu mateixa, un aniversari, el sopar de , una travessa premiada... cada dia.

¿El pas del temps ens ha fet perdre habilitat i força en les mans i cuinar s'ha convertit en una tasca pesada i molesta? Això no és cap problema en una societat moderna com la que vivim. La tecnologia, els avenços industrials i l'enginy de molts professionals que treballen per a la millora de la nostra qualitat de vida han tret al mercat utensilis de cuina i petits invents dissenyats per a facilitar la nostra tasca com a xefs del nostre restaurant particular. Una cuina

ben equipada per a les necessitats d'un mateix és requisit sine qua non per a gaudir de l'art culinari amb el mínim esforç i una gran satisfacció personal.

Per a veure més clar l'ús i els avantatges d'algunes d'aquestes "eines especials" de cuina, i són especials pel sol fet que no es troben en les ferreteries del nostre barri, posarem un exemple pràctic: una recepta de cuina realitzada pas a pas pel Sr. Joan, senyor vidu de 68 anys. En Joan viu sol a casa seva i ha convingut a sopar una amiga. El més fàcil seria sortir a un restaurant de la ciutat. Però, per a un retrobament, el nostre amic Joan considera millor un sopar en un lloc càlid i personal. Per això, en Joan es llança a l'aventura de cuinar ell mateix per a la seva amiga. Decideix fer un gustós pastís de carn amb prunes i patates. Aquestes són les instruccions:

1. *Batre els ous juntament amb la llet. Afegir el pa ratllat i deixar-ho reposar uns minuts. Incorporar les carns picades, les patates, les prunes i barrejar-ho bé.* Per a pelar les patates



en Joan no utilitza un ganivet normal i corrent ja que amb el seu pols tremolós s'enduria la carn de la patata juntament amb la pell, a més podria tallar-se. Substitueix el ganivet per un pelador especial amb mànec ample i fulla de doble fil. No es necessita tanta força ni precisió per a usar aquest pelador especial. Per a ratllar-les, un ratllador normal li serveix al nostre cuiner, però té la precaució que el ratllador tingui un sistema de subjecció lateral, d'aquesta forma, queda subjecte al recipient que s'utilitzi i no es mou mentre