

Amanida de faves, un clàssic modern de la cuina catalana amb arrels d'autor

Gastronomia | 16-04-2026 | 21:09



Amanida de faves

Malgrat que aquesta amanida apareix en molts llibres de cuina catalana com una recepta ?tradicional?, la realitat és que té un origen ben definit: va ser creada pel reconegut cuiner Josep Mercader. Amb el pas del temps i gràcies al seu èxit, s'ha incorporat a les cartes de nombrosos restaurants i també a la cuina familiar.

El prestigiós escriptor Josep Pla, que ocupava habitualment la taula 26 del Motel Empordà, n'era un gran admirador. També el crític gastronòmic nord-americà Colman Andrews, que va descobrir la cuina catalana en aquest mateix establiment als anys vuitanta, en va quedar fascinat. Andrews va escriure: ?Amb els anys, m'he adonat que en Jaume Subirós és un hotelier superlatiu, un restaurador de gran importància històrica ?tant com a guardià d'un llegat com per les seves innovacions? i, no pas per accident, un xef de primera.?

Ingredients

800 g de faves sense tavella

Enciam

Pernil

Menta

Oli

Vinagre

Mostassa d'estrág (opcional)

Sal

Pebre

Elaboració

Prepareu una vinagreta barrejant l'oli, el vinagre, la mostassa, la sal i el pebre, batent-ho tot en un bol fins que emulsióni.

Bulliu les faves fins que quedin lleugerament grenyals (al dente) i deixeu-les refredar.

En una enciamera, barregeu les faves amb l'enciam, el pernil i la menta, tot tallat ben fi. Amaniu-ho amb la vinagreta i serviu-ho immediatament.

Notes

Si s'hi afegeix pernil, és recomanable amanir l'amanida just abans de servir-la, ja que aquest ingredient es pot estovar. Cal utilitzar faves petites i molt tendres per obtenir el millor resultat.

Existeixen diverses variants de la recepta: es pot prescindir del pernil o de la mostassa, o bé afegir-hi ous durs, escarola, endívies o tomàquets, preferentment cherry.

Les faves tenen una certa tradició com a entrant o tapa a la cuina catalana, ja sigui consumides crues amb sal o bé escabetxades, fet que reforça el seu paper com a ingredient versàtil i arrelat al territori.

Autor: Jaume Fàbrega