

LECTURA D'AQUEST ARTICLE, I PARLANT DEL BON PROFIT, ELS DONE EL SEGUENT CONSELL:

-BORRAINES, ORELLETES, LLESQUETES I FIGUES, SON BONES AMIGUES.

I PER DESPRÉS ELS TINC QUE RECORDAR QUE:

-DESPRÉS D'UN BON MENJAR, UN BON PASSEJAR.

**ESCRIU: JUAN EMILIO PRADES BEL
RECORDS DE LA MEUA VIDA AL MAS – II
TEMA: LA MEL**

La mel era un dels productes més apreciats pels habitants dels masos de la meua època de masover durant els anys 60. Quasi tots els masos tenien uns quants ruses de suro (de 6 a 12), situats baix d'alguna paret de pedra o raser de carasol situat en un vessant de muntanya o zona alta, prop de plantes florals, on desenvolupaven una apicultura arcaica d'autoconsum.

La mel i tots els seus derivats estaven presents en el rebost de tots els masos, la fidelitat cap a aquest producte natural era del tot justificada, la mel era l'aliment concentrat natural amb més poder energètic i més gran valor nutritiu de que podien disposar.

En temps més moderns s'ha demostrat que la mel proporciona energia, vitalitat i a més compta amb moltes proteïnes, vitamines i minerals. A més se li atribueixen propietats antisèptiques, cicatritzants, antibacterianes.....i reguladores de l'organisme, en especial de l'aparell digestiu.

Alguns dels valors de la mel que més apreciaven els masovers de la Partida de Baix i la seua utilització:

(1) Com a Aliment: present en totes les menjades depenent de les existències de mel, parant una especial atenció a la alimentació per als ancians i nens.

(1-1) Com a energia i vitalitat: 1 got de vi, 3 cullerades de mel, l'ou cru tot ben remenat i pres de colp.

(2) Com Medicament o Remei Casolà, mel sola, en infusions, empastres o xarobs.

(2-1) Per desinflamar la gola i calmar la tos:

-una culleradeta amb poqueta mel, pres de cada dos hores mes o menys.

(2-2) Per la tos:

- Xarob fet amb una cullerada de cada; mel(dos cullerades), suc de llima, brandy, sucre negre tot remenat i pres poquet a poquet durant hores.

- suc de llima amb mel.

(2-3) Per la tos, bronquitis, constipats i tot tipus de problemes intestinals:

-timó sec, aigua i fer una infusió, endolsant amb la mel, pendre tres taces al dia.

(2-4) Per al principi dels constipats:

-Infusió de flors de saüc fresques o seques amb mel.

(2-5) Per als refredats, espectorans, sempre per anar a dormir a "covar el constipat):

-Got de llet calenta amb mel.

-Got de vi molt calent amb mel, es pren per anar-se'n a dormir(calentar amb un tupi de test).

-1 clara d'ou putjada a punt de neu, afegir-li 1 cullerada de sucre, calentar 1 got de llet amb 2 cullerades de mel, i mesclar-li el merengue mesclant-lo tot, pendre de seguida ben calent i anar-se'n a dormir.

(2-6) Per a transtorns digestius, poca fam i esgotament:

-Infusió de fulles de romer seques, endolçant amb mel, prendre dos taces al dia

-1 cullera de mel en ajuni, cada dia.

(2-6) Per a rebaixar foruncles:

-empastres fent una pasta de mel calenta amb segó.

(3) Com a llepolia gastronòmica: berenars, postres...

-Llesca de pa amb mel.

-Llesca de pa en brull refregat i amb un bon raig de mel.

-Per a fer arrop i talladetes.

-Per fer Mostillo del brescam.

-Coc amb mel.

-Orelletes- adosetes, bunyols, figues albardaes, llesquetes amb ou, borraïnes amb mel.

-Collada amb mel.

-Formatge tendre sense salar i brull amb mel.

-Turró dur d'atmetlla i mel.

-Gallos de atmetlles, nous, avellanes i d'altres fruits secs amb mel.

-Per a fer la tradicional confitura de carabassa porquera-groga amb mel, per fer pastissos i farinoses.

(4) D'altres utilitzacions:

-La mel era tan apreciada que es donava com a present, (una jarreta de mel) regal molt agraït.

-Els masovers pastors que eren abellers, utilitzaven la mel com a pagament de pasturatges als llauradors.

DIFERENTS TIPUS DE MEL MÉS PRECIATS:

-MEL DE ROMER(Rosmarinus officinalis), MEL DE FARIGOLA-TIMÓ(Thymus vulgaris) , ESPIGOL (Lavandula vera, Lavandula.latirofila), DE TARONGER-AZAHAR, D'ALZINA-CARRASCA(Quercus ilex), MIL FLORS..... COM A CURIOSITAT, MEL DE VI, DEL RAÏM SENYORET.

EL REFRANER POPULAR DEL MAS:

- MEL AMB VI, I GITAT A DORMIR.

- MEL AMB VI, I VESTEN A DORMIR.

- MEL AMB BRULL, APARTAT QUE NO ET VULL.

- MEL AMB LLET, I EL CONSTIPAT ESTARÀ LLEST.

- VAL MÉS UNA ABELLA, QUE MIL MOSQUES.

- MILLOR ES ESTAR SA, PERÒ RECORDA QUAN ESTÀS MALALT "QUE LA MEL ÉS BONA".

- LA MEL DE MAIG, REINA DE LES MELS.

- DE LES BONES FLORS RAJA LA MEL, I DELS MALS CORS RAJA LA FEL.