Suquet de lluç

Gastronomia | 29/04/2025



El lluç, protagonista discret de la cuina tradicional, troba el seu lloc en suquets delicats gràcies a la saviesa dels pescadors catalans

El lluç i altres peixos de carn tova, com la maire, la mòllera, el lluç petit o el roger (moll), no solen fer-se servir als suquets, ja que la seva carn tendeix a desfer-se. No obstant això, els pescadors del Port de la Selva van trobar una magnífica estratègia per elaborar-ne un suquet deliciós mantenint el peix sencer.

El suquet —els més coneguts dels quals són els d'escórpora i de rap, peixos de carn ferma i de roca— constitueix una de les grans creacions culinàries dels pescadors de la nostra costa.

El lluç (Merluccius merluccius) és, sens dubte, un dels peixos més populars de la cuina mediterrània i atlàntica, especialment al País Basc. Fregit, arrebossat, bullit amb arròs, fet al forn, en suquet, en sarsuela, amb salsa verda o a la gallega, sempre és molt apreciat. Tot i això, han estat els bascos qui han excel·lit especialment en la seva preparació, mentre que a França és menys valorat gastronòmicament. Allà, se l'anomena merlu o, de vegades, colin, merluche o fins i tot lieu. En anglès es coneix com hake, i en andalús i portuguès com pescada. El terme espanyol actual merluza és relativament recent i deriva de l'occità i català antic merluça.

Al Libre del Coch de Mestre Robert (segle XV) ja s'hi descriu la forma de dessalar la merluça salada i el seu tractament culinari, idèntic al del bacallà. De fet, en occità modern merluça significa bacallà salat. Curiosament, en grec, el lluç rep el nom de bakaliáros (bacallà). A Itàlia, el coneixem com merluzzo o nasello; als Països Baixos, com heek; a Alemanya, Seehecht; a Suècia, kummel; a Noruega, lysing; i a Gal·les, ceggdu, entre d'altres denominacions cèltiques que indiquen la seva abundància a les costes atlàntiques.

Actualment, gran part del lluç consumit, fresc o congelat, prové de països d'Àfrica del Sud (Namíbia i República Sud-africana) i d'Amèrica del Sud. Les espècies més habituals són Merluccius capensis i Merluccius paradoxus.

El lluç pot arribar a fer fins a un metre de llargada, tot i que també són molt apreciades les peces mitjanes i juvenils: el llucet català (anomenat també pigota), la pescadilla espanyola o la pescadinha portuguesa. Als ports bascos, es consideren llucets els exemplars que pesen menys d'1 kg. Els bascos també en valoren les galtes (kokotxes), les tripes (tripotxes) i els ous (rabas).

Tot i ser un dels peixos congelats més populars, no hi ha res com un bon lluç fresc, especialment si és pescat amb ham (lluç de palangre o merluza de pincho). El lluç de bou, capturat amb arrossegament, és de menor qualitat. El mercat també ofereix lluç refrigerat, sovint procedent del Marroc, Tunísia, Senegal o Argentina.

Entre les grans receptes basques destaquen el lluç en salsa verda (amb julivert, angules o cloïsses), al pil-pil, a la koxkera (amb alls, espàrrecs i pèsols), farcit o cuinat amb txacolí o sidra.

Pel que fa a la seva preparació, el lluç es pot presentar a rodanxes, troncs, sencer, farcit, al forn, en filets o supremes. Al País Basc, és habitual cuinar-ne el cap i la ventresca (mendreska). La ventresca, part melosa del peix, és ideal per fregir o arrebossar. El llom i els centres són adequats per bullir, guisar o fer a la planxa. La cua i el cap, així com les kokotxes, tenen també les seves aplicacions culinàries.

Altres receptes remarcables són les gallegues i portugueses, on el lluç es fregeix i se serveix amb allada o es presenta en caldeirada. A Andalusia, destaca el caldillo de perro.

A Catalunya, és típic fer lluç amb pèsols —plat que ja recollia Ferran Agulló als anys trenta—, o bé preparar-lo al vapor sobre un llit de verdures o en silicona, com a plat dietètic. També es consumeix fred, amb maionesa o en pastissos. A Itàlia sobresurt el merluzzo in carpione

(escabetxat), i a la cuina medieval catalana ja apareixen receptes de lluç en escabetx.

A Galícia, el lluç es bull i s'acompanya amb una salsa senzilla d'oli, alls i pebre vermell. A Astúries es prepara a la sidra, igual que a Euskadi. Els portuguesos, per la seva banda, l'acompanyen de patates o el fan guisat.

El lluç és, sens dubte, un tresor versàtil de la nostra gastronomia.

Autor: Jaume Fàbrega