

marta hernàndez **T**Endències**Els gòtics**

La revista passada vaig parlar de les gals, un estil de persones que... diguem que si les veus pel carrer, o te les quedes mirant i somrius o et quedes flipant i dient «què li passa per vestir així?». Les gals, quan es veuen solen causar sorpresa i alegria. Avui parlaré sobre un tipus de gent que si els veus pel carrer també te'ls quedes mirant, però que són dràsticament el contrari que les gals. Els gòtics. La primera sensació que tens (almenys jo) és curiositat i ni que sigui una mica de por, perquè es veu a cop d'ull que són molt diferents. I clar, això pot ser bo o dolent. Jo no sóc qui per jutjar ningú, així que passo directament al que ens interessa... el seu estil! (Uí, que superficial ha sonat... prego em perdonin).

Els gòtics vesteixen bàsicament de negre, amb detalls porpra, vermell o blanc. Amb robes de cuir, vellut i altres, les noies solen portar cotilles o corsés), vestits llargs, i utilitzen botes militars o New Rock. Els nois solen portar camises i calçat del mateix estil que les noies.

Com a accessoris, doncs... creus religioses o satàniques, calaveres, pentagrames, molts anells, collars de punxes, etc. Ja ens anem fent una idea del seu estil, segur que ens ve al cap algú que hem vist que era així... però falta un detall importantíssim: el maquillatge. Com en la roba, utilitzen bàsicament el negre per a ulls, llavis, ungles, però també porpra o vermell, per ressaltar sobre la pell pàl·lida, usualment. Volen donar imatge de foscor, passió, debilitat però duresa alhora, etc.

Com he dit abans, tot això dels gòtics és un món realment complex i no es pot resumir en un simple article. Cal dir que hi ha gent que vesteix així perquè li agrada, no té perquè estar d'acord amb les idees que tenen els gòtics respecte la mort, els sentiments, la bellesa, etc.

Perquè, com a gran regla en el nostre món, tot és subjectiu, depèn des de quin costat es miri... i la vida és tan llarga i tan cruel que ens ho dona a entendre... diguem que àmpliament.

DIDALET
 • MERCERIA • LLENCERIA
 • COMPLEMENTS
 C/ Montseny, nº 15 Palafolls (Bcn)
 Telf: 93 766 62 44

luis Santader **què** MEngem**El Rape al ajo quemado**

El Rape es un pescado blanco de la familia de los Lófidios, orden Lofiformes, del que están documentados más de 265 peces. Tiene diferentes nombres, todos ellos (salvo el de rape) despectivos por su morfología y fealdad, así en muchos sitios es conocido como pez sapo o pejesapo. Además, como ya sabemos, todos los pescados son conocidos de modo diferente según donde se pesquen, así en Asturias es el pixín blanco, sapo, aguaron, en las Baleares es rap, buldroi, en Cantabria y Murcia es el rape, en Cataluña y País Valencià el rap blanc, en Galicia la xuliana y en País Vasco se le conoce como zapo zuria.

Es un pez con una carne de textura especial, sin espina (lo que le hace indicado para los niños y ancianos) con una calidad de proteína excelente (como la de los pescados en general) y con un bajo contenido en grasa (aproximadamente el 2 % de su peso) lo que le hace muy indicado para cualquier persona en cualquier momento de la vida y de la salud o la enfermedad. Su grasa es rica en ácidos esenciales (es decir no podemos fabricarlos en nuestro organismo y por ello los tenemos que incorporar con la dieta) para muchas funciones pero entre otras para las defensas, muy indicado por lo tanto en estos meses primaverales con los que a los primeros rayos de sol fuertes aparecen los catarros.

La receta propuesta por Toni es un excelente plato de la llamada cocina mediterránea, sana, equilibrada y sabrosa. Además se deja acompañar fácilmente por un primer plato de verduras, que yo propongo a la parrilla y regadas por un sutil toque de aceite de oliva virgen – bien de arbequina-, y terminar la comida con un helado artesano de frutas y una ración de sandia. Todo esto acompañado de un tradicional de la cultura mediterránea (o universal) que es un buen pan.

Así complementada la propuesta de Toni se convierte de ser un plato con demasiadas proteínas, en un plato equilibrado, variado, con un aporte en todas las vitaminas y minerales de más del 50 % de los que un adulto en edad media necesita, con un buen aporte de fibra dietética (que se podría aumentar si el pan que tomamos es integral).

Es una idea excelente de comida para esta época del año en la que aún nos apetecen los guisos de cazuela y a la vez los platos frescos.

3R OBRES I REFORMES

Mateu Tresserras Brossa
 Pl. Valls d'Ax, 4, 2n 1a
 08389 PALAFOLLS
 Tel. 620 306 960