

Receptes del X Curs de cuina al Mercat Municipal: Menú dia 28 d'abril 2015

CREMA DE CEBA AMB CLÒTXINES AL VAPOR

Ingredients: 2 kg de ceba, 200 cc d'oli d'oliva, sal, 24 clòtxines.

Elaboració: En una cassola es frig la ceba tallada a rodanxes amb l'oli d'oliva i la sal. Una vegada rossejada, es tritura. S'escudella en plat fondo amb la molla de les clòtxines obertes al vapor.

POLLASTRE AMB PEPITÒRIA

Ingredients: 1 pollastre gran, 3 cebes, 1 os de pernil, 75 g de pernil picat, 75 g d'ametles torrades, 1 fulla de llorer, 4 grans de pebre, sal, 100 cc d'oli d'oliva verge extra, 100 cc de xerés.

Elaboració: En una cassola se sofrig bé el pollastre trossejat i salpebrat amb els 100 cc d'oli i es reserva. En el mateix oli s'escalfa la ceba amb el llorer i, una vegada ja està escalfat, es flameja amb el xerés. Posteriorment, s'hi incorpora de nou el pollastre, es cobrix d'aigua i es posa a coure fins que estiga tendre. A mitjan cocció s'hi incorpora una picada feta amb el fetge del pollastre fregit i la fruita seca. Es rectifica de sal si cal.

LLUÇ A LA PAPILOTA

Ingredients: Lluç, 1 carlota, 1 all porro, bajoqueta, oli d'oliva verge extra, sal, paper vegetal o d'alumini.

Elaboració: Es neteja el lluç de pell i d'espines i es prepara en racions. Posteriorment, sobre un paper vegetal o d'alumini es col·loca la verdura tallada a la juliana i damunt es disposa el llom de lluç assaonat. Es cobrix amb més verdura i s'assaona i s'adoba amb l'oli. S'embolica tot bé i es posa 15 minuts a forn fort.