

rebost

VEP!
Com anam?

Pollastre amb fruits secs

INGREDIENTS:

- 4 cuixes de pollastre
- 4 entrecuixes de pollastre
- 4 cebes
- 4 pastanagues
- 4 prunes seques
- 4 albercocs secs
- panses
- pinyons
- herbes aromàtiques: farigola, moradux i romaní
- 1 fulla de llorer
- 1 litre de llet sencera
- sal i pebre bo
- oli
- farina



PROCEDIMENT:

- Salpebrarem la carn, l'arrebossarem amb farina i la passarem per la paella amb oli calent. Només la marcarem volta i volta per les dues bandes i, després, la reservarem.
- Tot seguit, pelarem i xaparem 4 cebes a julianes i 4 pastanagues a daus.
- A continuació, llevarem l'excés d'oli de la paella on hem sofregit la carn i passarem a fer un sofrit amb les verdures.
- Fregirem primer la ceba, la salpebrarem, li donarem un toc de nou moscada, afegirem 1 fulla de llorer i unes fulles de romaní, moradux i farigola.

rebost

VEP!
Com anam?

- Quan la ceba sigui fluixa, sofregirem la pastanaga i tot d'una, hi afegirem una grapateta de pinyons, una altra de panses, 3 prunes i 3 albercocs a bocins. Deixarem que faci xup-xup el sofrit durant 10 minuts.
- Passat aquest temps, afegirem la carn cuita al sofrit perquè agafi gust, li farem una remolcadeta i hi abocarem un litre de llet sencera. Llavors, esperarem que cogui tot plegat durant 5 minuts, perquè agafi consistència.
- A continuació, reservarem la carn, retirarem el llorer i passarem el sofrit per la batedora, per fer la salseta d'acompanyament a la carn.
- Un pic llesta la salseta, tornarem a incorporar la carn a la paella.
- I per acabar de rematar el plat, hi posarem una grapateta de pinyons, panses, albercocs i prunes.
- Finalment, deixarem que alci el bull tot el conjunt i ja serà llest per menjar.
- Bon profit!

rebost

UEP!
Com anam?

Coca d'ametla i pastanagó

INGREDIENTS:

- 60 grams de bescuits (dolces)
- ratlladura de 2 llimones
- 5 ous
- 250 grams de pastanaga ratllada
- 200 grams de sucre
- 250 grams d'ametla picada
- 1 sobre de llevat en pols
- ½ copeta de licor de taronja



PROCEDIMENT:

- Començarem, separant el blanc del vermell dels ous i, tot d'una, mesclarem el sucre amb els vermells. Ho remenarem tot i hi incorporarem el licor de taronja, la ratlladura de les llimones, la pastanaga ratllada, l'ametla picada, el bescuit esmicolat i, per últim, un sobre de llevat en pols. Amb l'ajuda d'una forqueta, esclafarem i remenarem per tal de mesclar bé tots els ingredients.
- Tot d'una, pujarem els blancs d'ou a punt de neu i els incorporarem amb la resta d'ingredients. Ho mesclarem just el necessari perquè es mesclin, però procurant que no baixin les clares.
- A continuació, untarem un motlo amb una mica d'oli i enforbarem la coca a 170° durant 35-40 minuts.
- Ens quedarà una coca bona bona bona.