

rebost

UEP!  
Com anam?

# Verdures compostes

## INGREDIENTS:

- 8 fulles de col
- 200 grams de mongeta tendra
- ½ coliflor
- 2 moniatos grossos
- 2 patates grosses
- 4 carxofes petites
- 200 grams de ciurons bullits
- 2 pastanagues
- 4 tires de bacó
- 2 botifarrons
- 2 salsitxes
- bocins de carota i 2 potons de porc
- 200 grams de vedella a daus (garró)
- 4 entrecuixes de pollastre sense os
- 400 grams de carn picada de vedella i porc
- 1 all
- 2 ous
- 2 cebes petites
- 1 tomàtiga
- sal
- pebre bo
- moradux
- farigola
- julivert
- farina
- oli
- 1'5 litres d'aigua



# rebost

VEP!  
Com anam?

## PROCEDIMENT:

- Començarem per preparar un brou de carn. Dins d'una olla, bullirem durant 30 minuts, uns ossos de porc, una ceba, una tomàtiga i ho salpebrarem al gust. Quan estigui llest, colarem el brou i el reservarem per a després.
- Mentrestant, prepararem les verdures. Pelarem i xaparem a daus les patates, els moniatos, les pastanagues i les carxofes. Llevarem el nervi central a les fulles de col i les puntes a les mongetes tendres.
- Tot seguit, escaldarem les fulles de col una mica i, en haver refredat un poc, farem uns farcelslets amb cada fulla.
- Farem uns altres farcelslets, de cinc mongetes envoltades per una tira de bacó, i els fermarem amb un furgadents.
- Un pic preparada la verdura, la sofregirem. Primer, passarem per farina les carxofes i els farcelslets de col, i després els fregirem. Quan siguin daurades aquestes verdures les traurem i les reservarem.
- D'altra banda, fregirem les patates, els moniatos, la colflori i les pastanagues i, en ésser fregits, els traurem i reservarem.
- Tot d'una, prepararem les pilotes de carn. Dins d'un ribell, mesclarem la carn picada juntament amb una ceba petita i un all ben triturat, dos ous, un pessic de sal, pebre bo, moradui, julivert i farigola. Ho mesclarem tot ben mesclat, en farem dues boles i les enfarinarem un poc per després sofregir-les.
- Llavors, compondrem tots els ingredients dins d'una rostidora. Col·locarem tires de cada verdura i carn. Començarem per els farcelslets de col, a continuació hi ficarem els farcelslets de mongetes i bacó, la colflori, les pastanagues, les patates, els moniatos, els ciurons bullits, les dues pilotes, la carn de vedella i de pollastre, els potons i la carota de porc, i uns bocins de botifarró i de salsitxa.
- Per últim, abocarem el brou -tap no tap- dins la rostidora i courem tot el conjunt a foc mig durant una hora i mitja.
- Passat aquest temps, les verdures i la carn hauran quedat confitades, el brou s'haurà reduït i el plat serà llest per servir. Bon profit!