

rebost

VEP!
Com anam?

Escabetxos

* ESCABETX DE QUÀTLERES

INGREDIENTS:

- 2 Guàtleres
- 2 cebes
- 2 carxofes
- 2 cabeces d'alls secs
- 250 grams de fetge de porc
- ½ tassó d'aigua
- 1 tassó d'oli d'oliva
- 2 tassons de vinagre de vi
- Sal, pebre bo, pebre bord i pebre de cirereta



PROCEDIMENT:

- El primer que farem serà trossejar les dues guàtleres i les salpebrarem. Llavors, encaientirem oli dedins una paella i fregirem la carn fins que quedi ben dauradeta.
- En tenir-la feta, la traurem i la reservarem dedins una greixonera.
- A rengló seguit, xaparem la ceba a bocins grossos i la fregirem tota sola. En tenir-la daurada, la traurem i la posarem damunt de les guàtleres. Després, pelarem i xaparem les carxofes per la meitat i les sofregirem juntament amb les dues cabeces d'alls xapades també per la meitat. En tenir-les a punt, les incorporarem a la greixonera.
- Finalment, arriba el torn de preparar la salsa. Dedins una paella ficarem un tassó d'oli, dos tassons de vinagre de vi i mig tassó d'aigua. Hi afegirem tres fulles de llorer, pebre de cirereta, pebre bord i, ho deixarem que minvi un poc (amb quatre minuts hi bastarà).
- Ara just queda repartir la salseta per damunt les guàtleres i verdures i ja està tot engirgolat!

rebot

UEP!
Com anam?

* ESCABETX DE PEIX

INGREDIENTS:

- 1 llampuga, 1 bacallà, 1 lluç i 1 rap
- 2 cebes
- ½ colflori
- 4 pastanagons
- 2 albergínies
- 1 bròquil
- 1 all porro
- Farina
- 1 tassó de moscatell
- 2 tassons de vinagre de vi
- ½ tassó d'aigua
- Sal, pebre bo, pebre bord i pebre de cirereta



PROCEDIMENT:

- Trossejarem la llampuga, el lluç, el bacallà i el rap a bocins grossos. Els salpebrarem i enfarinarem i, llavor, els fregirem per separat i els anirem passant a una greixonera un per un.
- A rengló seguit, posarem a fregir junts: els pastanagons, l'all porro i les cebes a bocins. En tenir-los a punt, els incorporarem a la greixonera damunt dels peixos.
- Tot d'una, passarem a fregir els alls juntament amb les albergínies i el bròquil xapats.
- I, per últim, fregirem la colflori a banda.
- A continuació, dedins una paella, ficarem un tassó d'oli, dos tassons de vinagre de vi, mig tassó d'aigua i un tassó de moscatell. Hi afegirem quatre fulles de llorer, dos pebres de cirereta, pebre bord a plaer i ho courem tot plegat durant uns minutets.
- Finalment, ho incorporarem tot a la greixonera del peix amb les verdures. Bon profit!