

rebost

VEPI!
Com anam?

Sopes escaldades

INGREDIENTS:

- 4 alls
- 2 cebes grosses
- 2 alls porros
- 2 tomàtiques de ramellet
- 2 pastanagons
- 2 pebres verds
- 100 grams de mongetes verdes
- ½ colflori
- 4 carxofes
- 4 patates
- 1 manat de bledes
- ½ manat de julivert
- 8 pèsols de bajocada
- Oli refinat
- Espècies: sal i pebre bo
- 400 grams de sopes de pa
- 1,2 litres d'aigua
- 6 ous (1 per persona)



PROCEDIMENT:

- Encalentirem un poc d'oli refinat dedins una greixonera i, en tenir-lo a punt, hi sofregirem 4 alls sencers sense pelar. Mentrestant, pelarem i xaparem a bocins 2 cebes i, llavor, les sofregirem també.
- A continuació, prepararem la resta de verdures que haurem de sofregir tot d'una en el següent ordre: pelarem les tomàtiques de ramellet i les esbocinarem a daus; xaparem els alls porros i els pastanagons a llesques petites; llevarem els fils de les mongetes verdes i dels pèsols de bajocada i els esbocinarem; i finalment, llevarem el tronc i xaparem les fulles de les bledes i del julivert.



rebost

VEP!
Com anam?

- Les verdures les salarem segons les anem sofregint i hem de tenir en compte que no han de quedar molt fetes, més bé *“al dente”*.
- A rengló seguit, arribarà el moment de trempar el sofregit amb una cullerada de pebre bo i d’abocar l’aigua dedins la greixonera; fins cobrir les verdures i una mica més.
- Quan l’aigua rompi el bull, hi afegirem la resta de les verdures pelades i esbocinades. En primer lloc, ficarem les patates, després la colflori i les carxofes i, passats 10 minuts, hi incorporarem els pèsols de bajocada.
- Per últim, ficarem els ous. Els tirarem d’un en un, deixant espai entre ells i procurant que no es rompin. Només hauran de bullir durant uns instants per a que es coquin gaire.
- Aquest plat s’ha d’escudellar tot d’una i s’ha de servir cada ració damunt 4 llesques de sopes de pa que es beguin i s’amerin bé del brou de les verdures.
- Bon profit!