

rebost

VEP!
Com anam?

Espinagades

INGREDIENTS DE LA MASSA:

- 1 quilo de farina fluixa
- 1 tassó d'oli d'oliva
- 2 tassons d'aigua

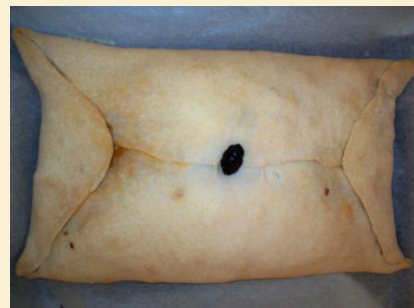
PROCEDIMENT:

- Dedins un ribell, mesclarem 1 quilo de farina juntament amb 1 tassó d'oli i 2 tassons d'aigua i ho pastarem tot plegat fins obtenir-ne una massa uniforme.
- En tenir enllestida la massa, la separarem en 3 bolles per tal de fer-ne 3 espinagades grosses.
- A continuació, enfarinarem una mica el fenyedor on estirarem la massa, amb l'ajuda d'un aprimador, donant-li forma rectangular i deixant-hi una capa fina.

ESPINAÇADA DE LLOM I COL

INGREDIENTS:

- 1 col
- ½ colflori
- 1 ceba
- 2 alls porros
- 3 alls
- 300 grams de llom de porc
- 1 grapat de panses
- Sal, oli, pebre bo, pebre bord i pebre bord coent





rebost

VEP!
Com anam?

PROCEDIMENT:

- Per fer les espinagades així com toca, haurem de preparar les verdures i la carn el dia d'abans de cuinar-les.
- Primer, rentarem les verdures i les xaparem a bocins petits. A continuació, xaparem la carn de llom de porc a daus i l'adobarem amb sal, oli, pebre bo, pebre bord i pebre bord coent i ho mesclarem amb les mans.
- Passat un dia, dedins un ribell, mesclarem les verdures netes i esbocinades del dia d'abans: la col, la colflori, la ceba, els alls porros i els alls normals xapats a làmines. Llavor, les tremparem amb un bon rajolí d'oli, sal, un pessic de pebre bo, una grapada de pebre bord i una de pebre bord coent i ho mesclarem tot amb les mans.
- A rengló seguit, farem la massa amb una capa grossa de verdures trempades, després posarem una capa de llom adobat, un gratat de panses i, per últim, posarem un altra capa de verdures al damunt i ho tremparem tot amb un bon rajolí d'oli verjo.
- Ara només queda tapar l'espinagada: plegarem els dos costats laterals de la massa cap al centre i, després, durem també els dos extrems cap al mig; com si fos un sobre. A continuació, la regarem amb un rajolí d'oli per damunt de la junta i, per tal de distingir-la, la coronarem amb una pansa.
- Finalment, passarem un fil gros de cotó per davall l'espinagada (per tal de desaferrar-la del fenyedor) i la traspasarem a la llauna de forn prèviament recoberta amb paper vegetal.
- La nostra espinagada haurà de coure al forn durant 1 hora a 180°.

rebost

VEP!
Com anam?

ESPINAÇADA D'ANQUILA

INGREDIENTS:

- 1 manat de bledes
- 1 manat d'espínacs
- 1 manat de julivert
- 2 alls
- 3 cebes tendres
- 200 grams de pèsols
- 2 o 3 anguiles
- Sal, oli, pebre bord, pebre bo i pebre bord coent



PROCEDIMENT:

- Hem de preparar les verdures i les anguiles el dia abans de cuinar-les: hem de rentar les verdures i xapar-les a bocins petits i hem de xapar cada anguila en tres bocins i adobar els trossos amb sal, oli, julivert, alls, pebre bo, pebre bord i pebre bord coent.
- A l'endemà, dedins un ribell, mesclarem les verdures netes i esbocinades del dia d'abans: les bledes, els espínacs, el julivert, les cebes tendres, els pèsols i els alls xapats a làmines. Llavor, les tremparem amb un bon rajolí d'oli, sal, un pessic de pebre bo, una grapada de pebre bord i una grapada generosa de pebre bord coent.
- A rengló seguit, farem la massa amb una capa ben grossa de les verdures trempades, al damunt hi posarem una capa d'anguiles adobades i, per últim, rematarem el conjunt amb una altra capa de verdures i ho regarem tot ben regat amb un rajolí d'oli.

rebost

UEP!
Com anam?

- Just ens queda tapar l'espinaçada: plegarem els dos costats laterals de la massa cap al centre i durem també els dos extrems cap al mig; com si fos un sobre. A continuació, la regarem amb un rajolí d'oli per damunt de la junta i, per tal de distingir-la, la coronarem amb dos o tres pèsols.
- Finalment, passarem un fil gros de cotó per davall l'espinaçada, per tal de desaferrar-la del fenyedor, i la traspasarem a la llauna de forn prèviament recoberta amb paper vegetal.
- Aquesta espinaçada també ha de coure al forn durant 1 hora a 180°.
- Salut i bon profit!!!