

rebost

UEP!
Com anam?

Parades de Pasqua

INGREDIENTS DE LA MASSA:

- 1 quilo de farina
- 100 grams de saïm
- 1 tassó d'aigua
- 1 tassó d'oli d'oliva

PROCEDIMENT:

- Dedins un ribell, ficam 100 grams de saïm sense fondre, 1 tassó d'aigua, 1 tassó d'oli i, amb la pròpia calentor de les mans, ho mesclam tot bé.
- Tot d'una, afegim 1 quilo de farina i ho amassam fins que aconseguim una bolla de massa uniforme i que el ribell quedi net de pasta.
- En tenir enllestida la massa, la tapam amb un pedaç i deixam que tovi durant 15-20 minuts.
- Passat aquest temps, feim bolles d'uns 100 grams de massa, totes de la mateixa grossària. Llavors, serà el moment de donar-les forma de cistella a les nostres panades.
- Posam una bolla damunt un tros de paper de cera untat d'oli i, llavors, pitjam amb el dit polze el centre de la bolla i l'obrim, aixecant la paret al mateix temps. La cistella ens ha de quedar amb les vores fines.
- A continuació, agafam una bolla més petita i amb la palma de la mà, l'aplanam i feim la tapa de la panada.

rebost

VEP!
Com anam?

INGREDIENTS FARCIT PANADA DE ME:

- 1 quilo de me
- ½ quilo de pèsols
- 8 bocins de xulla
- 8 bocins de sobrassada
- oli, sal i pebre bo



PROCEDIMENT PEL FARCIT DE LES PANADES DE ME:

- Per fer unes panades així com toca, haurem de preparar el farcit el dia abans de cuinar-les.
- Primer, xaparem a bocins la carn de me i, llavors, dins d'un ribell, la tremparem amb sal, pebre bo i un bon rajolí d'oli i ho mesclarem tot amb les mans. Per últim, dins d'un altre ribell, tremparem els pèsols amb sal, pebre bo i oli.
- Passat un dia, omplirem la cistella amb una capa de carn de me trempat, una capa de pèsols trempats, un bocí de xulla i un bocí de sobrassada.
- Ara just queda tancar la panada: posam la tapa a sobre de la cistella i amb l'ajuda d'unes tisores retallam el que sobri i la punxam al mig perquè no pugui la massa.
- Tot d'una, amb un ganivet, marcam diverses ratxes ajuntant la tapa amb les parets laterals de la cistella; es tracta de pitjar amb el ganivet una cap a dalt i l'altra cap abaix fins a tancar-la del tot. També es pot fer pessigant amb els dits si es domina la tècnica.
- Finalment, passarem les panades a una llauna de forn, prèviament recoberta de paper vegetal untat d'oli.
- Les panades han de coure's al forn, preencalentit a 150 graus, durant uns 40-45 minuts.

rebost

VEP!
Com anam?

INGREDIENTS FARCIT PANADA DE POP:

- 1 quilo de pop
- 1 parell de grells
- 2 dents d'all
- 250 grams de pèsols
- Sal, pebre bo blanc, pebre bord dolç i pebre bord coent



PROCEDIMENT PEL FARCIT DE LA PANADES DE POP:

- Hem de preparar el farcit el dia d'abans de cuinar les panades.
- Primer, xaparem el pop a bocins petits, juntament amb els grells i dos alls. Llavors, dedins un ribell, mesclarem tots els ingredients i els tremparem amb sal, pebre bo i un bon rajolí d'oli i ho mesclarem tot amb les mans.
- Dins d'un altre ribell, salpebrarem i oliarem els pèsols a banda.
- A l'endemà, omplirem la cistella amb una bona capa de pop trempat amb els grells i els alls i una de pèsols ja trempats.
- Taparem la panada així com toca i, per distingir-la de la de me, li posarem una bolleta de massa al damunt.
- Finalment, passarem les panades a una llauna de forn prèviament recoberta de paper vegetal untat d'oli.
- Les panades de pop han de coure's al forn, preencalentit a 150 graus, durant uns 40-45 minuts.
- Bon profit!