ARA, MÉS QUE MAI,

EL PRODUCTE D'EIVISSA

És molt prop teu!

ARA ÉS TEMPS DE:

• *L'hort*

- TARONJA
- ALVOCAT
- LLIMÓ
- CEBA TENDRA
- CARABASSÓ
- BLEDA
- ALLS TENDRES
- PATATA VERMELLA (collita d'hivern)

• *La ramaderia*

- ANYELL
- POLLASTRE
- OUS PAGESOS
- FORMATGE DE CABRA

• *La mar*

- GERRET
- SÉPIA
- MOLL
- RAJADA

CONSULTA TOTES LES RECEPTES A: saborsdeivissa.es

- **Emporta't un lot de producte local preparant aquestes receptes a casa!**

Consulta la informació a les xarxes de Sabors d'Eivissa

Consell d'Eivissa

Receptes

COCARROIS

INGREDIENTS:

- Farina
- Greix de porc
- Un manat d'espinacs i/o bledes
- Uns brots de pinya de col
- Ceba tendra
- Uns grills d'all
- Panses
- Pinyons
- Pebrera vermella

ELABORACIÓ:

Per fer la pasta fan falta un quilo de farina, una tassa d'aigua i cent cinquanta grams de greix de porc. Per fer el farcit emprarem espinacs o bledes (i, a gust, uns brots de pinya de col), tres grills de ceba, uns grills d'all picats menut i un bon grapat de panses i pinyons. Els espinacs o les bledes, ben nets i bregats amb aigua i sal, s'escorren i es tallen menut; després es passen per la paella amb bastant d'oli, juntament amb les cebes tendres i els alls, també picats menut. S'assaona amb sal, pebre i un polsim de pebrera vermella.

La pasta no s'ha de treballar massa. S'aplanen unes pilotetes per tal que surtin cercles d'un palm de diàmetre, al més prims possible. Es farceix cada un amb unes cullerades de la verdura sofregida; s'hi afegeixen un pessic de pinyons i mitja dotzena de panses; es doblen, amb els dits s'uneixen les vores i es col·loquen en una llauna, untada d'oli o de greix. Es posen al forn.

Recepta del llibre *Bon profit! El llibre de la cuina eivissenca*, de Joan Castelló
Cedida per l'Institut d'Estudis Eivissencs

DIP DE GUACAMOLE

INGREDIENTS:

- 2 alvocats madurs
- 1 ceba tendra
- 1 tomata petita
- Una pebrera verda petita
- Suc de ½ llima petita (se'n pot usar una mica més)
- Unes gotes de tabasco
- 2 rametes de coriandre
- Sal

(Maria José Amengual, adaptació feta a partir del blog *Dit i Fet*)

ELABORACIÓ:

Rentau i capolau menut la tomata, la ceba tendra i la pebrera verda, i reservau-les. Rentau i picau el coriandre i reservau-lo. Obriu longitudinalment els alvocats fins a topar amb el pinyol, girau les parts en sentit contrari i traieu-ne els pinyols punyint amb el ganivet. Retirau les parts negres dels alvocats, col·locau-los en un bol gros i aixafau-los amb una forqueta. Afegiu-hi la tomata, la ceba tendra, la pebrera verda i el coriandre, removent-ho tot bé amb una cullera. Salau-ho, agregau-hi el suc de llima, unes gotes de tabasco i tornau a mesclar-ho tot. Guardau-ho a la nevera tapat amb paper de plàstic transparent. Si heu d'estar més de dues hores a menjar-vos-ho, millor afegiu-hi un raget d'oli d'oliva per damunt.