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
- TOMATA
- COGOMBRE
- MADUIXOT
- CIRES
- PATATA VERMELLA NOVA

• *La ramaderia*

- ANYELL
- POLLASTRE
- OUS PAGESOS
- FORMATGE DE CABRA

• *La mar*

- GERRET
- TONYINA
- MOLL
- RAJADA
- ROJA
- LLAGOSTA
- POLP
- SORELL

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

GUISAT DE CARAGOLS

Vi recomanat: Es Verro 2019. Ibizkus

INGREDIENTS: (PER 4 PERSONES)

– 1 kg de caragols
– Un manat d'herbes aromàtiques fresques: fonoll, herba-sana, moraduix i frígola
– Ceba tendra, 4 tomates, 2 grills d'all i juvert
– Xulla, sobrassada i botifarra
– Sal, pebre, pebrera vermella, claus d'espècia
– 2 o 3 citrons o nyores
– Un grapat de pèsols, 4 patates vermelles d'Eivissa, fulles de lletuga, un grapat d'ametlles
– Oli d'oliva

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

ELABORACIÓ:

Condició indispensable perquè els caragols estiguin preparats per guisar-los és que s'hagin purgat. L'operació és senzilla: basta tenir-los en un cistelló de canya, en una gàbia o en un sac durant uns dies i alimentar-los amb algun grapat de farina de blat.

I una altra condició, tan indispensable o més, és que per cuinar-los han d'estar ben nets.

En un llibrell es netegen bé els caragols amb aigua, sal i vinagre; es passa dos o tres vegades amb aigua fresca i clara i finalment, una vegada escorreguts, se'ls tira una mica d'aigua bullint. Després es posen a coure en una olla amb aigua i un manat d'herbes aromàtiques tendres: fonoll, herba-sana, moraduix i frígola.

A part, en una cassola, amb bastant d'oli, es fa un sofrit de ceba, tomata, alls, juvert i una bona quantitat de trossos de xulla, sobrassada i botifarra. S'hi tiren els caragols, ja cuits i escorreguts; es cobreixen d'aigua i s'assaonen amb sal, pebre, pebrera vermella i dos o tres claus d'espècia; s'hi afegeixen també dos o tres citrons, un grapat de pèsols, patates, unes fulles de lletuga i una salsa d'ametlles torrades i uns grans d'all feta en el morter i aclarida amb una mica de brou del guisat. Es deixa bullir per espai d'una hora, a foc viu, i se sacseja l'olla de tant en tant, fins que el caldo es redueixi a una salsa clara.

RASCASSA AMB SALMORRA

Vi recomanat: Rosat Can Maymó, 2019

INGREDIENTS: (PER 4 PERSONES)

– 2 kg de rascassa; també pot incloure altres peixos, al vostre gust
– 4 grills d'all
– 1 tomata
– 1 manat de juvert
– Oli d'oliva verge extra
– Sal gorda
– Pebre negre molt
– Pebre negre en gra

ELABORACIÓ:

En una greixonera de fang heu de fer un sofrit amb l'all, la tomata i el juvert. Reservau-ne quatre cullerades soperes. Afegiu-hi aigua freda i deixau-ho bullir fins que estigui tot ben lligat. Incorporau-hi després el peix, ja tallat a trossos. Deixau-lo bullir al voltant de 5 minuts, en funció del peix i la seua grandària. Colau el peix i reservau-lo. En una olla a part, preparau una salsa amb quatre cullerades del sofrit, quatre de sal gorda i pebre molt al vostre gust. Ofegau, finalment, el peix en la salsa durant uns instants. Trempau el peix amb oli i afegiu-hi pebre abans de servir.

Recepta del llibre *Eivissa i Formentera. La Cuina pas a pas*, de Joana i José Manuel Piña; fotografia de Vicent Marí.