

ENTRANTS D'ESTIU

Ara que vénen les calors, és el temps de preparar uns entrants freds, una mica consistents per tal que amb aquest primer plat un segon a base de carn o peix estigui l'àpat llest.

Les tres receptes que us donaré avui són totes típiques de Catalunya i que les podem tenir molts dies a la nevera o bé que es poden preparar un dia per altre.

(Els ingredients de les tres receptes són per a sis persones)

EMPEDRADA EMPORDANESA

600 gr de bacallà
1 Kg tomàquets
2 cebes mitjanes
250 gr mongetes blanques
3 ous durs
6 cebes tendres
100 gr pebrot en vinagre
oli, vinagre, pebre i julivert
Amb el bacallà feu la mateixa operació que les anteriors receptes. Bulliu les mongetes, les cebes, els tomàquets, els ous durs i el pebrot tallat tot a tires.

Junteu-ho tot, afegint-hi el julivert tallat ben petit i amanir-ho tot amb l'oli i el vinagre.

A la propera revista parlarem dels entrants freds líquids, tal com "el gaspatxo", "la Vichysoise" i "el ajo blanco maleguño".

ESQUEIXADA DE BACALLÀ

800 gr de bacallà
400 gr Tomàquets
300 gr cebes
200 gr pebrots verds
200 gr " vermell
200 gr olives verdes i negres
oli i vinagre

Dessaleu el bacallà fet a trossos.

Les cebes, els tomàquets i els pebrots tallat tot a trossos ben petits o bé a tires. Deixeu-ho tot un ratet amb aigua freda,

Després junteu el bacallà amb els altres ingredients ben escurats i amanir-ho.

XATONADA

3 escaroles ben blanques
600 gr bacallà salat
500 gr tomàquets verds
200 gr olives verdes
12 filets d'anxoves
2 grans d'all
1 bitxo
2 cullerades de pebre vermell
oli, vinagre i sal

Treieu les espines del bacallà fer-ne trocets petits i deixar-los en remull. Agafeu les escaroles i feu-les trossos poseu-les en un amanidor ben gros i afegiu-hi les olives i els tomàquets tallats a trossos, les anxoves i el bacallà.

Piqueu al morter l'all, el pebre, l'oli i el vinagre.

Quico BRUGUES



Feu

publicitat

i

subscribiu-vos

a

la

revista

T E R R A



EN RETENIMENTS

solucions al numero 15:

- A) Jeroglífic:
"encara sóc a casa"
- B) Encreuat:
Horitzontals: 1.-botiga. 2.-en; net. 3.-setè; 4.-ts; mes. 5.-i; s; si. 6.-animal.
Verticals: 1.-bestia. 2.-ones; n. 3.-t; t; si. 4.-Inés; m. 5.-ge; ase. 6.-limita.
- C) Trenacloques lingüístic:
EL pa L'Anna
LA farina L'últim
LES pastes L'ú
L'infant LA il·lusió
LA infantesa LA eme
ELS pintors L'elegant
L'ànima L'stop