

NUGAT DE RAP

Ingredients per a 4 persones (620 calories per ració)

800 gr de rap net de pells i espines i tallat a trossos d'uns 30 gr cada un

1 kg de patata monalissa tallada a trossos escairats

20 gr d'ametlla torrada, 20 gr de pinyons, 4 grans d'all, 40 gr de pa torrat (o bé una cullerada sopera de pa ratllat), una mica de pebre vermell dolç, una guindilla i una mica de julivert. (tot això per a la picada)

En un pot prepareu un brou fent bullir les espines i les deixalles de netejar el rap amb $\frac{3}{4}$ de litre d'aigua i 6 gr de sal. Reserveu.

En una cassola amb oli abundant sofregiu els talls de rap que haureu salpebrat amb molt de pebre negre. Només banda i banda i reserveu. En el mateix oli sofregiu les patates que haureu també salpebrat com el rap. Quan comencin a rossejar aboqueu-hi $\frac{1}{2}$ litre del brou, baixeu el foc, tapeu i deixeu que coquin fins que quedin toves. Passeu tots els ingredients de la picada i el brou sobrant pel minipímer i aboqueu-ho a la cassola; que cogui a foc lent durant 5 minuts més. Finalment torneu els talls de rap, barregeu bé i pareu el foc al cap d'un minut.



Ingredients



Nugat de rap