

RAP A L'ALL CREMAT

Ingredients per a 4 persones (480 calories per ració)

800 gr. de rap tallat a llesques.
800 gr. de patates monalissa tallades esqueixant
200 gr. de tomata madura triturada
10 gr. d'avellanes torrades
10 gr. de pa torrat
6 grans d'all
0,5 litres de fumet fet amb l'espina del rap
½ got de vi blanc
Pebre vermell dolç
Una mica de julivert
Oli d'oliva verge

En una cassola fregim el rap i el reservem.

En el mateix oli sofregim la tomata a poc a poc durant uns trenta minuts havent afegit el vi blanc per evitar que s'enganxi. Incorporar els grans d'all els últims deu minuts. Reservar els grans d'all, incorporar les patates, el fumet i el pebre vermell i coure durant 15 minuts. Fer una picada amb els alls, les avellanes, el pa torrat i el julivert, diluir-ho amb una mica de brou i incorporar-lo a la cassola quan les patates ja portin 10 minuts. Afegir el rap amb tot el suc que hagi pogut treure i deixar coure cinc minuts més.



Ingredients



Rap a l'all cremat