

PREPARA'T PER A DEGUSTAR EL
NOU MENÚ DELS DISSABTES

També tenim menús per grups o per celebracions especials

S

suMoll

Celler Castell del Mirall · Ctra. Sant Sadurní-La Granada, km 8
Tel. reserves: 93 897 50 89
sumoll@sumoll.com · www.sumoll.com

CAPVESPRE | SOPAR MUSICAL

Per segon any,
la nit del dissabte
és **JAZZ**

Hotel L'Hort de l'Avia

Banyeres del Penedès

RESERVES
977 67 14 49

Unim plaers gastronòmics i musicals en un ambient modernista.
c/ Major, 3 • Banyeres del Penedès

AH
ALBERGA HOTELES
HOTELES DE CALIDAD CULTURAL

LES PROPOSTES
d'en Francesc Murgadas



PER A UN PRIMER

INGREDIENTS

- Albergínia (500 grams)
- Ceba (100 grams)
- Ou (2 unitats)
- Crema de llet (1 decilitre)
- Vi blanc sec (2 cullerades)
- Farigola (1 pessic)
- Mantega (10 grams)
- Oli d'oliva
- Sal
- Pebre



CARACTERÍSTIQUES

- DIFICULTAT**
■ ■ □ □ □ □ □ □ □ □
- CALORIES**
■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ □
- PREU**
■ ■ ■ □ □ □ □ □ □ □
- CONFECCIÓ**
■ ■ ■ ■ □ □ □ □ □ □

MUSSELINA D'ALBERGÍNIA

Ja sabeu que una de les meves màximes més repetides és que la cuina de cada dia no ha de ser un esclavatge per a ningú que es posi davant dels fogons, sigui del sexe que sigui. Per tant, qualsevol cosa que estalviï feina em sembla i em semblarà sempre perfecte.

És el cas del microones. Criticat en públic per quasi tothom però utilitzat en privat per un tothom encara més ampli. Feu la prova quan us portin un plat a taula a certs establiments. És lògic que el menjar estigui tan calent del mig i tan fred de les vores? Oi que ja ens entenem?

Un dels tipus de plat que funciona, i molt, al microones és el que aprofita el quallat de l'ou per fer una massa sòlida. Terrines, flams, truites i també les musselines. Preparats fets amb ou que, gràcies a les bombolletes d'aire incorporades durant el seu batut, s'inflen més o menys en coure.

Aquí, com que estem en temps d'escalivada, us proposo aprofitar aquesta tècnica per fer-li la pell a unes quantes albergínies. Ep! Sense cansar-se massa.

CONFECCIÓ

Pelar les cebes i tallar-les a rodelles. Posar-les en un atuell de microones i fer-les coure, a plena potència, durant 2 minuts.

Mentrestant, escuar i pelar les albergínies tallant-les també a rodelles. Incorporar-les a la ceba cuita i regar el conjunt amb el vi blanc i un bon raig d'oli. Salpebrar-ho i espolsar-hi la farigola. Fer-ho coure, novament a plena potència, durant 10 minuts. Passat aquest temps, deixar-ho reposar 5 minuts.

Abocar els productes cuits al bol de la batedora i triturar-los fins fer un puré ben fi. Incorporar-hi la crema de llet i els ous i tornar-ho a batre. Si fos el cas, rectificar-ho de sal.

Untar els motlles individuals amb mantega. Abocar-hi el preparat i disposar-los en el microones deixant el centre de la placa giratòria buit. Fer-ho coure durant 5 minuts a plena potència.

Presentar els motlles a taula directament. Sobretot si no sou experts en desemmotllar.

CONSELLS

Si les albergínies estan massa fetes, solen tenir llavors que hauríeu d'eliminar per evitar el toc picant que solen donar. Encara que no sigui estrictament obligatori. Que sobre gustos...

Recordeu que les ones energètiques del microones solen escalfar ràpidament les coses i, per tant, fer esclatar tot allò que tingui embolcall. Però el problema és únicament de neteja. Per això es van inventar les campanes de plàstic que es posen al damunt.

Si voleu donar una mica més de potència de sabor al preparat, en comptes de sal normal, empreu sal d'all. La cocció amb all fresc, en ser tan curta, no li trauria massa la rabor.

Al microones, tan important és la cocció com el reposat. Aquest darrer permet que la temperatura d'allò que hem cuit s'homogeneïtzi i, amb ella, la cocció.

La distribució dels motlles no és capriciosa. Contràriament al que la gent sol creure, la part central és la que rep menys potència d'ones. A més, allò que el microones cou de dins a fora és cert, però només en part. Les ones no penetren fins al centre del tall.

Podeu donar un color més pujat incorporant una mica de tomàquet sofregit al batut. O, cas que recicleu una mica d'escalivada, el pebrot que us hagi quedat.