



Restaurant
Mirador de les Caves

Carta diària • Empreses • Casaments • Reunions familiars
Salons en exclusiva des de 130 fins a 350 persones amb zones d'aperitiu diferenciades.
Gaudiu de l'entorn i la panoràmica més privilegiada del Penedès

Carretera de Sant Sadurní d'Anoia a Ordal km 4 / Els Casots (Subirats)

www.miradorcaves.com
info@miradorcaves.com





RESTAURANT

Pare Carles Surià, 13
08793 LES GUNYOLS - AVINYONET DEL PENEDÈS
Tels. 93 899 29 71 - 93 899 29 64
www.u-restaurant.com

DIVENDRES MIGDIA MENÚ ESPECIAL
OBERT DIJOURS PER SOPAR I DIVENDRES I DISSABTES TOT EL DIA

RESTAURANT
MAS BOTINS



A Mas Botins, una nova direcció hem fet reformes perquè puguis gaudir una altra vegada d'un concepte diferent de cuina catalana en un entorn medieval.

VINE A TASTAR LES NOSTRES ESPECIALITATS en una masia del segle XII.

Ens trobaràs on sempre...

Obrim caps de setmana i festius

Restaurant Mas Botins
Masia Els Botins - Santa Fe del Penedès
Cra. 243, de Sant Sadurní a Vilafranca, entre km 6 i 7
Tel. 93 897 51 86 - 608 833 128
www.masbotins.com

Restaurant Masia de Canyelles



Salons per a 250 comensals, Casaments i tot tipus de celebracions

* CALÇOTADES
* CARNS A LA LLOSA
* CARGOLS A LA LLAUNA

PI. M. Cristina, s/núm.- Zona Residencial Califòrnia
08811 CANYELLES - Tel. 93 897 34 34

P Pàrquing propi

DIMARTS TANCAT

LES PROPOSTES
d'en Francesc Murgadas



PER A UN SEGON

INGREDIENTS

- Pollastre (1 unitat)
- Llimona (1 unitat)
- Brou d'au (1/2 litre)
- Ceba (1 unitat)
- Ou (2 unitats)
- Farina (30 grams)
- Llet (3 decilitres)
- Mantega (30 grams)
- Llorer (1 fulla)
- Julivert
- Sal
- Pebre blanc



CARACTERÍSTIQUES

DIFICULTAT
■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

CALORIES
■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

PREU
■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

CONFECCIÓ
■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■ ■

POLLASTRE AMB LLIMONA

La llimona no sol ser un ingredient de les nostres salses. I és una llàstima perquè, amb el progressiu increment de les proporcions de greix dels aliments que comprem (pollastre, salmó, orades, conill...) resulta un complement interessant que donaria una sensació més lleugera i fresca. No tan greixosa.

Per això avui, al marge de retirar la pell del pollastre (òbviament, no estic proposant-vos un pollastre de pagès o un gall), us el preparo amb una cocció i una salsa que incorporen la llimona. Primer a partir de la pell, que és on hi ha les aromes. Després a partir del suc, que és on hi ha els àcids que ajuden a reduir la sensació de greix que es pugui donar. Perquè, no ens enganyem, el greix no desapareix. Pot anar a parar a la salsa en escalfar-se, però, de desaparèixer, res de res.

CONFECCIÓ

Retirar la pell dels quarts de pollastre. Rentar la llimona amb aigua calenta i gratar-ne la pell, recollint-ho en una cassola. Espremer la polpa i colar el suc, reservant-lo. Pelar la ceba i tallar-la ben fina.

Incorporar a la cassola on hem posat la pell de llimona els talls de pollastre, el brou d'au, la ceba tallada, la fulla de llorer i una mica de julivert. Salpebrar-ho i fer-ho bullir, tapat i de forma suau, durant 45 minuts. Quan veieu que són cuits, retireu-los i mantingueu-los calents.

Fondre la mantega en un cassó i incorporar-hi la farina fent-la coure un minut tot remenant. Aleshores, tirar-hi la llet, de mica en mica, i un parell de cullerots del suc de coure el pollastre, degudament filtrat. Fer-li arrencar el bull i anar-ho coent, a foc suau, fins que comenci a espesir.

Separar els rovells dels ous, batre'ls una mica i afegir-los a la salsa juntament amb un parell de cullerades de suc de llimona i una mica de julivert cisellat. Quan estigui calent, tirar-ho per damunt dels talls de pollastre i dur-ho a taula.

CONSELLS

Jo parteixo de la idea d'un pollastre sencer, però si a casa sou dels que només accepten pits o cuixes, no seré jo qui us faci canviar. Altra cosa és que demaneu que us retirin els pits i amb la carcassa, les ales i el coll feu el brou d'au. És una mica més de feina, però podeu saber el que hi heu posat. Ep! I que consti que això no és cap crítica cap als brous ja preparats que ens venen.

Observeu que us proposo pebre blanc. La salsa és clara de color i el negre donaria la sensació que hi ha brosses.

Només heu de gratar la part groga de la pell. Com sempre. La blanca de sota (molsa) amargueja i disgustaria la cocció.

Si els talls són molt alts, no poseu més brou. Rebaixeu-los una mica (per exemple, traient-los les ales) i tapeu amb més cura la cassola.

També podeu fer allò que ja he comentat molts cops. Posar a coure primer les cuixes i, cinc minuts més tard, els pits, que són més eixarredits.

És important que, un cop afegits els rovells d'ou, la salsa no torni a bullir. Es tallaria i perdria presència.

Si teniu por que la gent quedi amb gana, podeu acompanyar aquest segon plat amb uns espaguetis o tallarines just bullits. De fet, aquesta mateixa salsa es prepara a Itàlia per acompanyar la pasta.