

Selma
ALTA GASTRONOMIA

Posa en bones mans
l'èxit d'un dia irrepètible

En un magnífic entorn...

masia
Carles de Lavern

...exclusiu per a tu.

Cuina pròpia a la masia, elaborada pels nostres chefs i el seguiment de tot l'event, per part del nostre equip, de principi a fi.

Crta. del Vendrell, 2 Llorenç del Penedès
Tel/Fax: 977 67 84 94
www.selmaaltagastronomia.com

Al costat del museu
Fondue - Restaurant

Especialitat en fondues
Acurada selecció de vins i destil·lats
Menú diari convencional i dietètic

NOVA CARTA DE TARDOR AMB RISOTTO I ARROSSOS

Muralla, 51 El Vendrell
Tel. 977.663.162
http://www.alcostatdelmuseu.com

internet - bar - Wifi gratuïta 10 Mb!

ESMORZARS i MENÚ DIARI 9 €
de dimarts a divendres

Nou horari: Entre setmana: de 9 a 21 h.
Caps de setmana i festius: de 18 a 1:30 h.
Dilluns tancat
Tel. 93 892 19 84
Dos de maig, 34 Vilafranca del Penedès

cal padri
on s'uneix tradició i modernitat

- Menú diari
- Carta caps de setmana
- Especialitat en ànec

Tel. 938 918 268 • masia Cal Gori, s/núm. 08732 Castellví de la Marca
info@calpadri.com • www.calpadri.com

● Tancat diumenge nit i dilluns tot el dia

restaurant
L'HEREU

MENÚ DEL DIA 11€

2 MENJADORS PRIVATS IVINE A GAUDIR DE LA TERRASSA D'ESTIU

HORARI: Dilluns a Dijous - migdia - Divendres i Dissabte - migdia i nit

C/ del Casal, 1 - Tel. 93 890 22 17
08720- VILAFRANCA DEL PENEDÈS

C. LLIBERTAT, 128. 08800 VILANOVA I LA GELTRÚ.
TEL. 93 815 63 62

nova adreça
L'OGANQUÏT
EN INDI (ROQUIS - PETIT LLOC TRANQUIL AL COSTAT DEL MAR)

http://www.lafura.cat/servis/servis/restauracio.html

LES PROPOSTES
d'en Francesc Murgadas

PER A UN PRIMER

INGREDIENTS

- Porro (500 grams)
- Tomàquet madur (300 grams)
- Olives negres (100 grams)
- Vi blanc (1 decilitre)
- Sucre (1 cullerada de cafè)
- Farigola
- Oli d'oliva
- Sal
- Pebre



CARACTERÍSTIQUES

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

AMANIDA TÈBIA DE PORROS

No us vull enganyar. La cosa no té massa d'amanida convencional però, posats a definir un plat que podeu fer com entrant, que porta verdura i olives, que recorda un escabtx o que fins i tot podria acompanyar uns talls de carn rostida tallats fins, com l'hauríeu batejat?

En qualsevol cas, el que em va atreure del concepte fou la possibilitat d'oblidar-se d'estar-hi al damunt i la de preparar-ne més del que podem consumir en una menjada i tenir-lo a la nevera per poder resoldre en un tres i no res un vespre mandrós o un dinar apressat. Perquè la cosa està en posar els ingredients al microones i començar a parar la taula. Ep! Si sou dels qui pareu taula com Déu mana. Que molta gent entén parar la taula per posar la tele en marxa davant del sofà.

Per a la resta, com quasi tots els plats fets amb aquest electrodomèstic, poca feina. Posar, girar la rodeta i esperar. Ja podria ser tot així, no?

CONFECCIÓ

Pelar els porros eliminant les fulles més dures, tallar-los de les dues puntes i fer-los a bocins de quatre dits de llarg.

Pelar els tomàquets, retirar-ne les llavors i fer-los a daus més o menys regulars.

Salpebrar el fons d'una plata que pugui anar al microones i disposar-hi al damunt els porros. Regar-los amb el vi blanc i distribuir el tomàquet trossejat pel damunt. Espolsar-hi un bon pessic de farigola i el sucre. Rematar tot regant el conjunt amb un bon raig d'oli.

Posar-ho al microones, tapar-ho amb la campana d'aquest i fer-ho coure, a plena potència, durant un quart d'hora més o menys complet segons les vostres preferències de textura.

Quan el retireu del forn de microones per deixar-lo refredar, disposar ràpidament les olives negres pel damunt.

Presentar-ho a taula tebi i amanit amb una mica del suc que, al paladar, recordarà un escabtx suau.

CONSELLS

Dos consells importants. Busqueu porros relativament prims i de mida semblant per garantir una cocció completa. I retireu-ne les fulles més dures exteriors per evitar "fundes" dures. I un tercer de regal. No cal apurar la part blanca. Una mica de verd és perfectament tolerable.

Ull amb les olives, no caiguen en la temptació de posar-les en el plat abans de posar-ho al microones. Tenen pinyl i, per tant, closques que envolten materials que es dilaten. I ja sabeu com les gasta el microones amb aquests materials. Ah! Que mai heu escalfat cigrons al microones? Doncs no ho proveu avui amb les olives.

Podeu pelar els tomàquets amb un ganivet però també posant-los en aigua bullent 30 segons després de fer-los un tall en creu a la pell. Penseu que després també couen.

Si l'atuell del microones us permet disposar els bocins de porro en una única capa molt millor. Es couen més regularment. Si no, atureu la cocció a la meitat i remeneu-los vetllant que no es desfacin.

També hauríeu d'aturar la cocció cada cinc minuts i remenar el preparat si el vostre forn de microones no té plata giratòria que vagi canviant la posició dels aliments. Altrament, hi ha punts que es couen més i altres menys. I acostumeu-vos a no buscar el centre d'aquesta plata giratòria. No sol ser el lloc on més s'escalfen els aliments.