



## LA RUTA DE LES ESPÈCIES

---

*Receptes per a 4 persones*

### ALBERGÍNIA A LA MORISCA

Aquestes recepta és d'origen àrab i en els propis escrits ja s'especifica que si pot treure la cansalada i substituir-la per oli per què els àrabs no en mengen. Les albergínies es couen amb un brou de carn i el lliguen amb una salsa elaborada amb formatge sec ratllat, ous o rovells d'ou i cansalada i espècies fines entre d'altres el clau d'espècie.

#### **Ingredients**

4 albergínies  
100gr de cansalada  
250ml de brou greixós  
80gr formatge d'ovella sec i ratllat  
1 cullerada petita de celiandre en pols  
Un polsim de clau d'espècie fet pols  
Julivert picat  
8 rovells d'ou  
4 cullerades d'agràs o vinagre

#### **Elaboració**

Pelem les albergínies i les tallem a quarts. Les bullim i quan siguin ben cuites les escorrem i les premssem per extreure'n l'excés d'aigua.

A una cassola sofregim la cansalada fins que sigui ben torrada i hagi deixat anar el greix. Hi sofregim les albergínies i cobrim amb el brou. Deixem coure 5 minuts i afegim el formatge i les espècies. Deixem coure 5 minuts més a foc lent i afegim els rovells d'ou amb el vinagre i retirem del foc. Movem la barreja suaument per fer que quedi una elaboració cremosa.

### MIG-RAUST DE POLLASTRE AMB Salsa LLIMONEA

El mig-raust era la tècnica de cocció de les carns per excel·lència de l'època i en especial de la volateria. Consisteix a fer una precocció de les carns a l'ast, trinxar-les i acabar-les de coure en una salsa a base del seu propi brou i ametlles, amb sucre, espècies i un suc agre com ara agràs, suc de magranes agres, vinagre...



Salsa llimonea- Salsa de consistència espessa de gust agre dolça elaborada amb llet d'ametlles espessa, llimona, gingebre i sucre o mel.

### **Ingredients**

1 pollastre cuit a l'ast (no massa cuit)  
500 ml de brou de pollastre greixós  
100gr ametlla marcona crua  
1 fetge de pollastre  
50gr de llard de porc  
Pebre negre  
Gingebre  
Clau d'espècie  
Canyella  
Vinagre de vi blanc  
Sucre blanc

### **Ingredients Salsa llimonea**

300ml de brou de gallina  
60gr ametlla crua  
50ml d'aigua  
20gr de panses sense llavors  
20gr de sucre  
60ml de suc de llimona  
1 cullerada de gingebre ratllat

### **Elaboració**

Talleu el pollastre a octaus i reserveu.

Fregiu el fetge de pollastre amb llard de porc.

Barregeu el brou de pollastre, el fetge, les ametlles i les espècies i tritureu fins que quedi una llet ben lligada. Ha de quedar fina. Si cal, la colem.

En una cassola disposem el pollastre i el cobrim amb la salsa mig-raust i coem a foc lent fins que la carn sigui ben melosa i la salsa lligada.

### **Elaboració Salsa llimonea**

Feu un brou de gallina.

Piquem les ametlles en un morter i les deixatem amb el brou d'ametlles.

Piquem les panses, ben picades, i les afegim al brou.



Ho fem bullir 10 minuts a foc lent. Seguidament afegim el sucre i el gingebre.

Quan hagi bullit 10 minuts més afegim el suc de llimona i coem a foc lent fins que s'incorpori bé. Hi afegim sal si cal.

### **PEIX FREGIT AMB ESCABETX**

Aquest escabetx de peix fregit ja apareix al llibre del Sent Soví, la peculiaritat d'aquesta recepta és que l'escabetx es fa amb una salsa a base de llet d'ametlles, vinagre i sucre que s'afegeix calenta a sobre del peix fregit. Pot portar pinyons i panses.

Salsa de Celiandre - Salsa lleugerament líquida amb gust agre-dolç amb celiandre. Hem comprovat que queda molt bé amb peixos salats com ara el bacallà.

#### **Ingredients**

4 verats grossos

250gr peix de roca

2 litres d'aigua

2 cebes dolces

4 branques de julivert

30gr de pa de massa mare sec

60gr de pinyons

3 cullerades de vinagre de vi blanc

Oli d'oliva per sofregir i fregir

Pebre negre

Clau d'olor

Grans de celiandre

100gr d'ametlla marcona crua o pols d'ametlla

20gr de panses

#### **Elaboració**

En una olla sofregirem 1 ceba tallada grossa i hi afegirem el peix de roca, les branques julivert.

Afegirem aigua freda i deixarem bullir 40 minuts. Seguidament el colarem i guardem el peix

Deixarem refredar una mica el peix i en traurem la carn.

Remullarem el pa amb el vinagre de vinagre blanc i en un morter, ajuntarem el pa remullat sense escórrer, la carn de peix neta i els pinyons. Ho picarem bé fins a obtenir tenir una pasta fina i espessa.

Deixatarem aquesta picada amb brou de peix fins a aconseguir una textura de salsa i reservarem.



En un morter picarem l'ametlla i afegir-hi el fumet restant, colarem i obtindrem una llet d'ametlles.

Tallarem la resta de ceba a juliana i en una cassola amb oli d'oliva la sofregirem. Un cop ens agafi color, hi afegirem la llet d'ametlles, la picada i ho deixarem coure a foc suau 10 minuts.

Picarem les panses sense pinyols i les afegirem a la salsa juntament amb el vinagre.

En una paella amb bona quantitat d'oli d'oliva, fregirem lleugerament els filets de verat. Els disposarem a una cassola i cobrirem amb l'escabetx ben calent. Ho deixem coure tot junt un parell de minuts i deixem reposar.

### CREMA DE VI MUSCAT

Aquesta recepta ens recorda a una mousse, ja que s'elabora primer fent una crema amb el vi moscat, ous i farina d'arròs amb canyella i s'acaba amb clares muntades que l'hi donen una textura airejada a la barreja.

#### **Ingredients**

4 rovells d'ou

2 clares d'ou

15gr de farina d'arròs

120gr de sucre llustre

150ml de moscatell

Canyella en pols

#### **Elaboració**

Batem els rovells d'ou dins d'un juntament amb el sucre, la farina d'arròs i el moscat, fins que el rovell quedi blanquejat.

Seguidament, courem la barreja molt suau, i remenem contínuament fins que la mescla quedi espessa. No pot bullir.

Retirem del foc. Deixem que perdi temperatura fins a temperatura ambient i afegim les clares d'ou muntades a punt de neu. Remenar fins que quedi una crema escumosa i disposem en bols o gots de ceràmica.