Compota d'hivern

100 g d'orellanes * 100 g de panses * 100 g de prunes seques * 150 g de figues seques * 150 g de sucre * 1 poma reineta * 1 pera * 2 gots de vi negre * 4 gots d'aigua * 1 branqueta de canyella

1. Poseu a bullir en una cassola l'aigua, el vi negre, la canyella i el sucre. Deixeu-ho coure durant 10 minuts i afegiu-hi tota la fruita seca. Que cogui 30 minuts a foc lent.
2. Peleu la poma i la pera, traieu-ne el cor i talleu-les a daus mitjans.
3. Incorporeu-les a la cassola i deixeu-ho coure tot junt 30 minuts més. Retireu-ho del foc, deixeu que es refredi i ja ho podeu servir.

Torró de xocolata

250 g de xocolata negra * 150 g de xocolata amb llet * 150 g de mantega * 200–220 g d'ametlles * 60 ml d'amaretto * 1 pessic de canyella en pols * 1/2 beina de vainilla * 1 cullerada de cacau (opcional)

1. Trossegeu les dues xocolates i foneu-les al microones a temperatura baixa, a intervals d'1 minut i remenant-ho cada vegada.
2. Deixeu la mantega a temperatura ambient perquè s'estovi. Poseu-la en un bol i bateu-la amb unes varetes manuals. Afegiu-hi la canyella. Obriu la vainilla al llarg, retireu-ne les llavors i incorporeu-les a la mantega. Seguiu batent-ho un minut més. Barregeu la crema de mantega amb la xocolata fosa, l'amaretto i les ametlles.
3. Folreu un motllo amb film transparent, aboqueu-hi la preparació i reserveu-ho a la nevera unes 6 hores. Desemmotlleu el torró, talleu-lo de forma regular i serviu-lo amb una mica de cacau per sobre.

EL CACAU conté antioxidants i preveu la hipertensió. És un estimulant feble, ja que conté teobromina i cafeïna en petites quantitats.

MercatTorreblanca
estima el teu mercat
Ajuntament de Sant Cugat
Generalitat de Catalunya

Receptes de NADAL

MercatTorreblanca

Carpaccio de carxofes amb gambes

4 carxofes * 16 gambes o llagostins * 2 llimones * 8 cullerades d'oli d'oliva verge * 1/2 manat de cibulet * Sal

1 Renteu les llimones, ratlleu la pell groga d'una i traieu el suc de totes dues. Reserveu-ho. Ompliu un bol d'aigua i aboqueu-hi la meitat del suc. Renteu i piqueu el cibulet.
2 Escalfeu una olla amb 2 litres d'aigua i una cullerada rasa de sal. Peleu les carxofes una per una, retirant-ne les fulles fins a arribar a les més tendres, a prop del cor. Talleu les puntes fins al cor i introduïu les carxofes immediatament al bol d'aigua amb llimona.
3 Traieu, una per una, les carxofes del bol. Talleu-les en làmines fines, amb una mandolina o un ganivet molt ben afilat.
4 Quan arrenqui el bull, afegiu la resta del suc a l'olla i blanquegeu les làmines durant 2 minuts. Retireu-les amb un escorredor i poseu-les a refredar al bol d'aigua freda i suc de llimona del principi.
5 Peleu i piqueu les gambes. Barregeu-les amb la ratlladura de llimona i la meitat del cibulet. Escalfeu una paella amb unes gotes d'oli i passeu-hi les gambes 2 minuts, amb un pessic de sal. Repartiu les làmines de carxofa escorregudes en 4 plats i col·loqueu una porció de gambes al centre de cada plat. Amaniu-ho amb l'oli i la resta de cibulet abans de servir-ho.

Canelons de Nadal

12 plaques de canelons * 1/2 kg de carn picada de vedella* 50 g de panses o prunes seques * 100 g de formatge ratllat * 250 ml de llet * 1 trufa de temporada * 1 nou de mantega * 2 cebes * 2 cullerades de farina * 2 cullerades de tomàquet fregit * Sal i pebre

1 Ofegueu les cebes picades en una paella. Quan es comencin a enrossir, afegiu-hi la carn picada, la trufa laminada i les panses o les prunes. Coeu-ho i poseu-hi una culleradeta de farina per lligar-ho i un rajolí de llet. Salpebreu-ho i reserveu-ho.
2 Coeu la pasta dels canelons de la forma tradicional i farciu-los amb la massa de carn picada. Reserveu-ho.
3 Desfeu la mantega en un cassó, afegiu-hi una cullerada de farina i aneu-hi abocant la llet a poc a poc fins a obtenir una beixamel. Salpebreu-ho i reserveu-ho. Cobriu una plata de forn amb el tomàquet fregit, col·loqueu els canelons a sobre i cobriu-los amb la beixamel. Escampeu el formatge ratllat per sobre i gratineu-ho tot a 190 °C uns 10 minuts.

LA VEDELLA és una carn vermella rica en proteïnes d'elevat valor biològic i, per tant, conté tots els aminoàcids essencials per al nostre cos.

Gall dindi rostit farcit de panses i prunes

1 gall dindi de 3,5 kg, net i sense l'os de l'estern * 200 g de carn picada de porc * 200 g de carn picada de vedella * 1 ou * 1 tassa de panses de Corint * 6 prunes seques sense pinyol * 1 poma * 100 ml de xerès * 1 trufa en conserva * 1 tassa de caldo * 1 taronja * 3 cullerades d'oli d'oliva * Canyella molta * Nou moscada * Sal i pebre

1 Espremeu la taronja. Talleu la pell a la juliana i coeu-la 1 minut en aigua bullent. Escorreu-la. Poseu les panses en un tassó. Cobriu-les amb el xerès i el suc de la taronja i deixeu-les en remull durant 1 hora. Escorreu-les i reserveu el líquid.
2 Renteu la poma, eixugueu-la i talleu-la a dauets petits amb un ganivet afilat. Escorreu la trufa i talleu-la a làmines.
3 Barregeu la carn picada de porc i la de vedella en un bol gran. Afegiu-hi l'ou, les prunes, els dauets de poma, la trufa laminada, la juliana de taronja, un pessic de canyella, un pessic de nou moscada, pebre i sal.
4 Salpebreu el gall dindi. Farciu-lo amb la barreja anterior i cosiu-lo.
5 Col·loqueu-lo en una plata refractària. Poseu-hi oli d'oliva per sobre i afegiu-hi la tassa de caldo i el líquid de maceració reservat.
6 Poseu la plata al forn, preescalfat a 170°C, i rostiu el gall dindi durant 1 hora, remullant-lo de tant en tant amb el seu propi suc. Gireu-lo i continueu la cocció durant 1 hora més. Torneu-lo a girar i deixeu-lo a 200°C uns 30 minuts més o fins que el pit estigui ben daurat.
7 Serviu el salmó curat com a aperitiu, acompanyat amb torradetes i mantega.