



WWW.GAROINA.CAT

RECEPTES AMB CRUSTACIS I MOL-LUSCS, OCTUBRE DE 2024





RECEPTA

TÀRTAR DE VIEIRA SOBRE CREMA D'ALVOCAT

Tàrtar de vieira sobre crema d'alvocat és un plat on el **tàrtar de vieira es serveix sobre una base de crema d'alvocat**. El tàrtar de vieira consisteix en vieires crues tallades a trossos petits i amanides amb ingredients com oli, suc de llimona o llima, i altres condiments. La crema d'alvocat aporta una **textura suau i cremosa** que contrasta amb la frescor i el gust delicat de les vieires.

INGREDIENTS (PER A 4 PERSONES)

- 4 vieires
- 1,5 alvocats
- 1 llima
- 1 escalunya
- 3 cullerades de salsa de soja
- Pela de taronja
- Sal
- Pebre negre
- Oli d'oliva verge extra
- Germinats de remolatxa

ELABORACIÓ

01. Peleu i piqueu l'escalunya molt finament. **02.** Talleu les vieires a dauets molt petits i colloqueu-les en un bol amb l'escalunya i la salsa de soja. **03.** Ratlleu les peles de la llima i de la taronja, i reserveu-la. **04.** Tritureu l'alvocat amb el suc de mitja llima, sal, pebre i unes gotes d'oli d'oliva. **05.** Salpebreu les vieires i afegiu-hi les peles de llima i de taronja ratllades. **06.** Serviu el tàrtar de vieires sobre la crema d'alvocat amb uns quants germinats de remolatxa.



RECEPTA

CREMA DE CLOÏSSES AMB VERMUT

La "Crema de cloïsses amb vermut" **és una sopa cremosa elaborada amb cloïsses i aromatitzada amb vermut**, que afegeix un toc elegant i lleugerament amarg. Aquest plat combina la delicadesa del marisc amb la profunditat de sabor del vermut.

INGREDIENTS (PER A 4 PERSONES)

- 400 g de cloïsses
- 50 g de mantega
- Farina d'arròs (Maizena d'arròs)
- 1 l de brou de peix
- 5 g de pebre vermell
- 60 ml de nata líquida
- 60 ml de vermut blanc sec

ELABORACIÓ

01. Petegeu i obriu les cloïsses (100 g per cap) a foc potent dins una cassola tapada. Un cop obertes, traieu-les del foc, coleu-les, reserveu-ne el suc i retireu-ne les cloves. **02.** Feu fondre una mica de mantega dins una cassola i sofregiu-hi una cullerada de farina d'arròs per cap, sense que agafi color. Mulleu-ho amb brou blanc de peix i verdures i deixeu-ho coure 15 min, fins que estigui prou lligat. Afegiu-hi el suc de les cloïsses i, opcionalment, una punta de pebre vermell. Al moment de servir-ho, poseu-hi una cullerada de nata líquida per cap. Tasteu-ho de sal. **03.** Muntatge: serviu la crema en bols calents, repartiu les cloïsses en els bols i afegiu-hi una culleradeta de vermut blanc sec. Opcionalment, podeu fer aquesta crema amb musclos o amb ostres.



RECEPTA

MUSCLOS GRATINATS AMB ALLIOLI DE POMA

Els "Musclos gratinats amb allioli de poma" són **musclos coberts amb un allioli suau fets amb poma**, després gratinats al forn. La poma afegeix un toc dolç i fresc que contrasta amb el sabor intens dels musclos i la cremositat de l'allioli.

INGREDIENTS (PER A 4 PERSONES)

- 2 kg de musclos
- 6 grans d'all escalivats
- 3 pomes golden
- 1 branca d'api tendre
- 2 rovells d'ou
- ½ l d'oli d'oliva verge extra d'arbecuines
- Sal
- El suc de mitja llimona
- Sal gruixuda

ELABORACIÓ

01. Passeu els musclos per aigua i poseu-los en una olla al foc amb un petit raig d'aigua, tapats. Deixeu que s'obrin. **02.** Traieu-los del foc i aboqueu-los en una plàtera perquè es refredin. Separeu les closques, traieu els filaments i reserveu els musclos. **03.** Escaliveu una poma. Les altres dues, peleu-les i talleu-les a daus molt petits. Reserveu-les amb un rajolí de suc de llimona. **04.** Traieu la fulla de l'api i talleu la branca a daus, com la poma.

05. Feu l'allioli de poma. En un morter aixafeu els alls escalivats sense la pell. Afegiu-hi la polpa de la poma i els rovells. Barregeu-ho i aneu-ho lligant amb l'oli, fins que quedi emulsionat. Poseu-ho al punt de sal. **06.** Feu un llit de sal gruixuda a cada plat. Distribuïu-hi les cloves de musclos; a cada clova poseu-hi una molla de musclo. Al damunt de la molla, poseu-hi uns dauets de poma i un parell de dauets d'api. **07.** Acabeu el plat amb una cullerada d'allioli pel damunt dels musclos; tot seguit, gratineu-los al forn i serviu-los calents.



RECEPTA

GAMBA AMB PRUNES I CARXOFES

La "Gamba amb prunes i carxofes" és un **plat que combina la dolçor de les prunes amb la delicadesa de la gamba i el sabor terrós de les carxofes**. Aquesta fusió de sabors crea un equilibri interessant entre dolç, salat i amarg, amb la textura suau de la gamba i les carxofes.

INGREDIENTS

- 18 gambes, llagostins o gambes llagostineres
- 4 carxofes
- 100 g de prunes seques sense pinyol
- oli d'oliva verge extra
- sal en escates
- aigua

ELABORACIÓ

01. En un recipient i amb l'ajuda d'una batedora elèctrica, tritureu les prunes amb dues cullerades generoses d'aigua, fins a obtenir un puré espès i homogeni. **02.** Peleu les gambes i feu-los una incisió a la part superior; traieu-los el cordó de la panxa. Netegeu les carxofes i talleu-les a làmines molt fines.

03. En una paella, fregiu les làmines de carxofa fins que quedin ben daurades i cruixents. Reserveu-les sobre paper de cuina absorbent perquè deixin anar l'oli. **04.** En una paella o a la planxa, coeu les gambes amb una mica de sal en escates i una culleradeta d'oli d'oliva. Reserveu-les. **05.** Sobre els llagostins, serviu una culleradeta de puré de prunes i, a sobre, uns encenalls de carxofa amb una mica de sal en escates.



SETEMBRE DE 2024
WWW.GAROINA.CAT

