Llamàntol amb patates

Comunicados | 14/10/2025 | 20:32



Un plat mariner amb ànima de suquet que combina tradició, senzillesa i el sabor intens del llamàntol amb patates

El llamàntol és un dels mariscos més apreciats tant de la Mediterrània com de l'Atlàntic, fins i tot per davant de la llagosta. Aquesta recepta exquisida ens endinsa en l'art dels suquets mariners, una cuina que combina senzillesa i sofisticació.

Segons la zona, el llamàntol també rep noms com llobregant o llongant, entre d'altres. Cal recordar que es pronuncia llamàntol, amb l'accent a la a, i no llamantol, com sovint se sent dir, fins i tot entre alguns cuiners.

Ingredients

1 llamàntol ben fresc

1 kg de patates

1 ceba gran

1 tomàquet gros i madur

1 cabeça d’alls

40 g d’ametlles torrades (aproximadament)

Oli d’oliva verge extra

Sal

Aigua o brou de peix

Elaboració

Prepareu el llamàntol: netegeu-lo i talleu-lo a rodanxes d'un centímetre aproximadament. Reserveu-ne els sucs, que afegireu més endavant.

Feu el sofregit: en una cassola ampla amb un bon raig d'oli, sofregiu uns quants grans d'all sencers fins que siguin daurats i retireu-los. Afegiu-hi la ceba ratllada i, quan comenci a transparentar, el tomàquet ratllat. Deixeu-ho coure lentament fins a obtenir un sofregit ben concentrat i aromàtic.

Afegiu el llamàntol: incorporeu-hi els trossos i els sucs que heu reservat. Doneu-hi uns tombs perquè agafi gust i, tot seguit, afegiu-hi les patates tallades a daus (després d'haver-les pelades).

Cocció: cobriu-ho amb aigua o brou de peix i deixeu-ho coure a foc suau, fent el típic xup-xup, fins que les patates siguin tendres.

Acabat: uns quinze minuts abans d’apagar el foc, afegiu-hi una picada feta amb dos grans d’all i un grapat d’ametlles. Rectifiqueu de sal i deixeu-ho uns minuts més perquè la salsa quedi ben lligada.

Serviu-ho tot seguit, amb la cassola al centre de la taula.

Notes del cuiner

Podeu enriquir la picada amb altres ingredients com julivert, safrà, pebre negre, xocolata, pa fregit, galeta o un rajolí de vi ranci.

Si ho preferiu, podeu substituir la picada per un allioli negat, que s’afegeix al final de la cocció mentre sacsegeu la cassola perquè la salsa quedi ben emulsionada.

Autor: Jaume Fàbrega

https://gironanoticies.com/comunicado/280714-llamantol-amb-patates.htm