Llamàntol amb salsitxes i sèpia

Gastronomia | 04/11/2025 | 22:23



Un clàssic “mar i muntanya” que uneix el millor del mar i de la terra en una recepta tradicional dels pescadors catalans, reinventada pels grans cuiners del país

Aquest llamàntol amb salsitxes i sèpia és una sorprenent combinació de sabors que resumeix l’essència de la cuina marinera i de muntanya. Una creació tradicional dels pescadors i tapers catalans, reinterpretada al llarg dels anys pels millors xefs. El llamàntol —conegut també com llobregant o llongant— és per a molts fins i tot més saborós que la llagosta. Els exemplars del Cap de Creus, a la Mar d’Amunt, són especialment preuats per la qualitat de les seves aigües.

Ingredients

4 llamàntols (d’uns ½ kg cadascun)

¾ kg de sèpia

2 salsitxes per persona

1 ceba mitjana

2 tomàquets madurs

3 grans d’all

1 branqueta de julivert

8 ametlles torrades

1 llesqueta de pa fregit

3 galetes Maria

1 presa de xocolata amarga

Oli d’oliva verge extra i mantega (opcional)

1 raig de brandi

Sal i pebre

Elaboració

Poseu una paella al foc amb oli d’oliva i, si voleu, una mica de mantega. Sofregiu-hi els llamàntols i les salsitxes fins que agafin color. A continuació, afegiu-hi un raig de brandi, flamegeu i retireu-ho del foc.

A la mateixa paella, rossegeu la ceba ratllada i incorporeu-hi el tomàquet ratllat. Quan el sofregit sigui al punt, afegiu-hi la sèpia tallada a daus, cobriu-ho amb una mica d'aigua i deixeu-ho coure a foc suau. Uns 10 minuts abans que la sèpia sigui cuita, torneu a posar-hi el llamàntol i les salsitxes, juntament amb una picada feta amb els alls fregits, el pa, les galetes, el julivert, les ametlles i la xocolata. Deixeu-ho coure uns minuts més i salpebreu al vostre gust.

Notes

Per donar-hi un toc final, podeu decorar el plat amb una estrella d'ou dur o llesquetes de pa fregit, com fan alguns cuiners tradicionals. Si ho preferiu, substituïu el brandi per vi ranci o vermut, que també aporten un punt aromàtic excel·lent.

Un plat intens, equilibrat i ple d'aroma mediterrània que uneix la potència del mar amb la calidesa de la terra, tot un homenatge a la gastronomia catalana més autèntica.

Autor: Jaume Fàbrega

https://gironanoticies.com/noticia/282212-llamantol-amb-salsitxes-i-sepia.htm