ESQUEIXADA AMB GANYIMS

Gastronomia | 04/09/2017 | 12:58

A l'Alt Camp també se'n diu simplement amanida —de bacallà o ganyims—, ja que pot incloure ambdós ingredients, amb un toc original

Una deliciosa amanida de bacallà, que té nom propi: esqueixada o bacallà esqueixat a Catalunya i, al País Valencià, bacallà (o abadejo) llescat, espencat, esgarradet, etc. A l'Alt Camp també se'n diu simplement amanida —de bacallà o ganyims—, ja que pot incloure ambdós ingredients, amb un toc original. Els ganyims o ganyils són ganyes de tonyina salada, i és un mot propi del Camp de Tarragona.

Ingredients

1/2 kg de bacallà del morro (o una mica menys)

200 g de tonyina salada (ganyims)

2 o 3 tomàquets madurs

1 ceba

olives negres (millor arbequines)

oli

sal

vinagre (opcional)

Elaboració

Dessaleu el bacallà, ja desfilat o esqueixat a trossets, canviant l'aigua diverses vegades fins que, tastant-lo, vegeu que està a punt. També el podeu dessalar tota una nit, a talls més grossos.

Després —això és important— cal que l'escorregueu molt bé, prement-lo, si cal, fort amb les mans. Igualment, feu les mateixes operacions amb la tonyina salada (remullar, netejar i esqueixar). Escorreu-ho molt bé, si convé amb un drap o un paper de cuina.

Poseu-ho en un plat fondo i afegiu-hi la ceba tallada a tires o a quadradets, i el tomàquet tallat a trossos petits. Saleu-ho, amb moderació. Adorneu-ho amb les olives negres. Ruixeu-ho amb abundant oli d'oliva.

Notes

Per aconseguir una bona esqueixada cal tenir en compte:

-La qualitat dels ingredients —bacallà del millor, i no més ordinari, creient que esqueixat no es nota—, i tomàquets madurats al sol i de bona mena.

-Sobre l'oli (de les Garrigues, per exemple), ni cal parlar-ne. Les olives poden ser arbequines.

-Tastar abans el punt de sal: això és molt important, ja que una bona esqueixada no ha de ser salada, però tampoc fada.

-Com tota amanida, no ha de tenir gens d'aigua.

-Se sol amanir en servir-se, però és molt bo deixar-ho marinar a la nevera, a condició que no s'hi posi vinagre (que no se n'hi sol posar si a l'amanida hi ha tomàquet).

-La ceba pot ser tendra; n'hi ha que en prescindeix. Si creieu que és massa coent, poseu-la en aigua i sal una estona (fins a dues hores). El tomàquet ha de ser madur, però ferm. Tot i que cada cop és més difícil trobar-ne de bona qualitat.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/49425-esqueixada-amb-ganyims.htm