SOFRIT PAGÈS (EIVISSA)

Gastronomia | 05/09/2017 | 15:03

Sofrit —que també trobem a Mallorca— és un terme d'origen medieval que vol dir sofregit

Al camp era molt corrent la barreja de carns: a Girona, per exemple, i a casa, el rostit de festa major, fet amb pollastre, conill, porc, xai... A Eivissa —els habitants de la qual venen del Baix Empordà, majoritàriament, tal com es comprova per la forma com parlen— hi trobem un plat en què barregen diverses menes de carn, el sofrit pagès, que es menja de segon plat, ja que de primer, amb el brou que sobra, es fa un arròs i a vegades una sopa. És com un arròs a banda, però de carn en comptes de peix. Sofrit —que també trobem a Mallorca— és un terme d'origen medieval que vol dir sofregit.

Ingredients

1 capó, un pollastre o un indiot i els seus (ouera, pedrers, potes, fetges, etc.)

1/2 kg de llom de porc

1 orella de porc

1 tros de sobrassada (50 g)

1 botifarra (50 g)

1 ceba mitjana

1/2 cabeça d'alls

1 pastanaga

50 g de panses

50 g de pinyons

1 got de vi blanc

1 kg de patates

Oli o llard (greix)

Sal

Pebre, canyella, nou moscada i culleradeta de pebre vermell

1 llimona

Elaboració

Poseu l'oli o el llard —o una cullerada de greix i una d'oli— en una cassola de terrissa o greixonera a foc viu, hi fiqueu la ceba i els alls, l'orella de porc a trossos, el llom a talls, la botifarra i la sobrassada, tot tallat a trossos menuts. Incorporeu-hi la pastanaga trinxada, doneu-hi uns tombs, assaoneu-ho amb sal, canyella, nou moscada i una culleradeta de pebre vermell. Ho mulleu amb aigua i ho deixeu coure a foc baix fins que el líquid es redueixi una mica. Quan tot sigui cuit, en farcirem el capó, el pollastre o l'indiot, salat i empebrat per dins i per fora, i el cosirem . Unteu-lo amb greix de porc i el poseu en una llauna; el regueu amb suc de llimona, hi poseu més pebre i el fiqueu al forn mitjà fins que sigui cuit. Al final de la cocció hi afegireu unes patates prèviament fregides.

Notes

Hi ha qui hi afegeix cansalada i qui prefereix patates senceres petites o patató, d'una gran qualitat a les Balears.

Aquest plat tan complet és objecte de menjades populars i reunions familiars.

Una versió més fàcil, només amb sofrit, és fer bullir —millor a part— la gallina i el xai. Després en una cassola, a part, hi posem la sobrassada, la botifarra o el botifarró, una petita una cabeça d'alls (o 4, si són petites), julivert, llorer, safrà, nou moscada, hi ho fem sofregir. Hi afegim els talls de gallina i xai ja bullits, ho mullem amb brou de bullir-los (més brou de xai que de gallina, tot i que va a gustos) i hi afegim les patates o patató, prèviament fregits a la paella, amb un alls, sense coure'ls gaire. Ho fem coure a foc baix, sacsejant la cassola de tant en tant, fins que tot sigui cuit —d'un quart a una mitja hora.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/49558-sofrit-pages-eivissa.htm