GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

MONGETA TENDRA AMB PATATA I CEBA

Gastronomia | 05/09/2017 | 13:40

A Espanya no es menja pas la verdura així, simplement bullida, però sí a Portugal

Si existeixen els Països Catalans gastronòmics, el que no existeix és això que en diuen Espanya, tal com és ara: si de cas existeix Ibèria. A Espanya no es menja pas la verdura així, simplement bullida, però sí a Portugal. De fet, en una casa de menjars lisboeta, no fa gaire, vaig poder recuperar aquest gust de la infància: unes patates amb gust de patata, unes mongetes d'un perfum inqüestionable, un bon oli d'oliva (ho trobaríem, això, a Barcelona?). Sí que encara, sortosament, en podem fruir a l'Urgell i a les comarques de la Ruta del Cister. Aquí, com al País Valencià amb el bullit (bajoca i patata), s'hi inclou una ceba, que hi dona un perfum remarcable. Cuina mediterrània en estat pur, que si es fa amb ingredients acabats de collir i de bona qualitat és excel·lent. La mongeta tendra procedeix d'Amèrica, i en forma de tavella tendra, ja apareix en els receptaris conventuals del s. XVIII, per tant, va ser acceptada relativament aviat. Així, en trobem una recepta, "mongetes tendres", al manuscrit Instrucció breu i útil per los cuiners principiants segons lo estil dels carmelites descalços, escrit per Francesc del Santíssim Sagrament.

Ingredients

½ kg de mongetes tendres rodones

½ kg de patates

1 ceba rossa (o 4 cebes petites)

aigua, sal, oli

Elaboració

Netegeu les mongetes de les puntes o fils. Deixeu-les senceres

—millor, ja que conserven més el gust— o partiu-les pel mig. Poseu una olla al foc amb aigua amb les patates, pelades i tallades com per a estofat, a talls una mica més grossos, i quan arrenqui el bull tireu-hi la sal i la ceba pelada i partida en quatre talls, i si voleu les mongetes una mica al dente, espereu uns minuts, i feu-hi bullir les mongetes, sense tapar l'olla a fi que es mantinguin de color verd.

Ho podeu servir de dues maneres:

1) Escorreu-ho i acompanyeu-ho amb un setrill d'oli. Cada comensal s'ho amaneix a voluntat.

2) Poseu la patata i mongeta escorreguda en una plata i feu unes rostes de cansalada (petites llenques o daus) ben rosses, o bé uns talls de tupina escalfats, i ho poseu al costat.

Notes

El brou de bullir aquesta patata i mongeta tendra és molt bo per fer sopa escaldada, amb pa tallat a llesques finíssimes, un all picat i un raig d'oli.

Podeu fer servir mongetes planes o perones (el seu nom sembla que es deu a Evita Perón).

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/49561-mongeta-tendra-amb-patata-i-ceba.htm