MONGETES BULLIDES

Gastronomia | 05/09/2017 | 23:36

Les mongetes bullides i escorregudes també es presenten amb "suc de rosta"- abocant-hi al damunt daus de cansalada i oli de fregir-la, o bé

Tot i que les mongetes o fesols més apreciats a Catalunya són les blanques- del ganxet i, a Girona, "de Santa Pau", n'hi ha d'altres varietats: de veremar o de desgranar, d'Osor (vermelles) afarta-pobres (vermelles o pintes), de la Custòdia o del Genoll de crist, i a Girona els fesolets de l´ull negre (o ros). Menjades amanides amb oli era un típic sopar de tapers.

Elaboració

Poseu a bullir les mongetes (remullades la nit abans) només amb dos dits d'aigua que les cobreixi, a foc molt dolç; a mesura que es vagin bevent l'aigua, n'hi aneu afegint, sempre freda.

Hi ha d'estar unes tres hores. Si ho feu en una cuina de gas, poseu l'olla al costat, a fi que sempre el foc sigui molt baix. Si ho feu amb una olla de pressió, podeu escurçar el temps sensiblement.

Escorreu-les si serviu-les amb un setrill d'oli.

Notes

Correntment s'hi afegia un parell de patates, i a vegades bròquil.

El suc de les mongetes s'utilitza per a fer sopes escaldades.

Les mongetes bullides i escorregudes també es presenten amb "suc de rosta"- abocant-hi al damunt daus de cansalada i oli de fregir-la, o bé. Igualment es poden fregir amb daus o rostes (talls) de cansalada, o amb botifarra vermella o de perol.

Els cigrons i els fesols menuts o de l'ull negre (o ros) es feien de la mateixa manera.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/49618-mongetes-bullides.htm