BACALLÀ AMB PANSES I PINYONS

Gastronomia | 12/09/2017 | 00:10

Cal utilitzar bacallà de bona qualitat, millor del morro

El bacallà amb panses (o amb panses i pinyons) és un típic plat d'origen medieval pel que fa a la guarnició, i ja amb aquests components- així com peixopalo o estocafix- és popular durant el Barroc.

Ingredients

600 g de bacallà remullat (aproximadament)

1 ceba grossa

2 tomàquets madurs (o doble concentrat)

1 grapat de panses (uns 60 g)

1 grapat de pinyons (uns 60 g)

1 grapat d'ametlles

farina

sal

oli

aigua

Elaboració

Teniu el bacallà, tallat a quadrats, ja dessalat i escorregut. Enfarineu els talls i fregiu-los en oli.

Poseu una cassola de terrissa al foc amb una mica d'oli (podeu fer-ne servir de fregir el bacallà) i feu-hi un sofregit amb ceba i tomàquet, no gaire ros. Afegiu-hi el bacallà, una mica d'aigua i les panses i pinyons. Deixeu-ho fent el xup-xup una mitja horeta, a foc ben suau. Vigileu el punt de sal. Abans de treure-ho del foc hi tireu una picada d'ametlles (i, si voleu, all, julivert, etc.).

Notes

Cal utilitzar bacallà de bona qualitat, millor del morro. A la picada hi podeu afegir una llesqueta de pa fregit, o bé galeta, all, julivert, etc. Els pinyons i, sobretot les panses, els podeu tenir en remull una mitja hora. O bé els podeu posar al final, fregits a fi que siguin cruixents.

S'hi poden afegir ous durs.

És corrent afegir-ho ous durs tallats per la meitat, tal com es feia a Cassà i en altres indrets.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/50158-bacalla-amb-panses-i-pinyons.htm