ARRÒS AMB LLAMÀNTOL

Gastronomia | 15/09/2017 | 13:39

Hi és molt bo afegir-hi un grapat de pèsols, així com sèpia tallada menuda al sofregit

Aquest arròs de pescadors i tapers (arròs amb llamàntol, llobregant, llongant...) es fa a Catalunya i a les Balears. També la llagosta fa un arròs que és una autèntica festa, sobretot si es fa servir una llagosta del nostre litoral —del cap de Creus— així com la cabra o cranca. Són arrossos, és clar, que els pescadors de la costa es podien permetre quan la pesca era bona i, a més, aprofitaven les llagostes que canviaven la closca, i fins i tot en feien posant-hi llobregant, llagosta i a vegades cigala (un gran crustaci que no s'ha de confondre amb l'escamarlà). Els gurmets consideren que el llamàntol és més gustós que la llagosta. Tots aquests crustacis fan moll l'arròs, per tant no se n'hauria de fer una paella, sinó un arròs caldós o melós. També es poden fer servir les exquisides galeres —especialment al febrer, quan són ovades—, que es troben a l'Ebre i a la zona de Borriana.

Ingredients

1 llobregant

400 g d'arròs perlat de Pals o bomba (o 4 tasses)

1 ceba

2 grans d'all

2 tomàquets mitjans

oli

sal

aigua

Elaboració

Talleu el llobregant en viu, sense llençar cap suc, que després afegireu a l'arròs. Fregiu els trossos, traieu-los de la cassola i reserveu-los. En el mateix oli hi feu el sofregit, en l'ordre acostumat i fent-lo concentrar bé. Hi tireu l'aigua, l'arròs i, uns 7 o 8 minuts abans de treure'l del foc, els trossos de marisc. Deixeu-ho reposar uns 5 minuts i serviu-ho.

Notes

Aquest arròs ha de coure 20 minuts.

És un arròs a la cassola, amb suc —la denominació caldós, que ara es diu a Barcelona, és d'introducció recent i denota un desconeixement de la cuina catalana i valenciana, on seria més aviat melós, en la qual l'arròs caldós es fa en olla— ja que, precisament, les llagostes i llamàntols humitegen l'arròs.

Seguint la mateixa recepta es fa només amb llagosta, galeres o amb cabra.

Hi és molt bo afegir-hi un grapat de pèsols, així com sèpia tallada menuda al sofregit. Hi ha, a més, qui hi afegeix una mica de pebrot al sofregit.

Es pot prescindir de la ceba, però no és un arròs en paella, o sigui que els grans d'arròs no han de quedar tan solts i secs com en aquest plat.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/50409-arros-amb-llamantol.htm