ARRÒS AMB LLET

Gastronomia | 15/11/2017 | 15:53

L'arròs amb llet dolç és molt popular a Espanya, Galícia i al País Basc

Tot i que hi ha postres medievals que es poden assemblar a l'arròs amb llet (que no era de vaca, sinó d'ametlles) actualment aquest dolç és relativament poc freqüent als Països Catalans...excepte als prestatges de fred dels supermercats, però per influència espanyola!.

No obstant això, com dèiem, és una recepta antiga, i així ho podem veure en els receptaris escrits per frares. Hi ha una recepta mallorquina antiga, deguda al frare Jaume Martí i Oliver (segle XVIII) d'un arròs amb llet i sucre per fer bunyols. Una altra recepta és la del llibre de cuina de Scala Dei, on l'arròs amb llet es fa amb ous "que estiguin ben debatuts".

L'arròs amb llet dolç és molt popular a Espanya, Galícia i al País Basc. El retrobem a Portugal (Arroz doce) i en països del nord d'Europa, però també, amb receptes amb variants, al Magrib, Grècia i Turquia, fins a l´Índia. En aquests darrers països, no obstant, se sol fer al forn i es presneta com un púding. De fet,l'antiga i clàssica cuina àrab, persa i andalusina oferia fórmules similars, a vegades amb altres cereals i fruits secs.

Ingredients

200 g d'arròs

1/2 l d'aigua

5 cullerades de sucre

3/4 de llet

1 pela de llimona

1 canó de canyella

Elaboració

Poseu a bullir l'arròs amb l'aigua. Un cop és mig cuit, afegiu-hi la resta d'ingredients i es va remenant fins que quedi cuit (uns 20 minuts, aproximadament). Poseu-lo en una plata i feu-ho refredar a la nevera.

Notes

En la nostra cuina medieval era normal cuinar l'arròs amb llet d'ametlles; però es considerava un plat salat.

A Menorca, un cop l'arròs ben cuit i reduït a pasta, afegint-hi ous, en fan uns bunyols deliciosos.

Se solen comptar uns 4 gots o tassons petits d'aigua per uns 400 g d'arròs, però això depèn de les qualitats tant del gra com de l'aigua.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/55435-arros-amb-llet-.htm