BACALLÀ AMB MEL

Gastronomia | 23/03/2018 | 08:44

La recepta ha estat recollida a l'Alt Camp i al Maresme i, sens dubte, es pot documentar que era practicada als convents

Aquesta recepta, que es diu procedent del monestir Poblet no es troba en lloc de la zona, si bé ara es fa en alguns restaurants. No obstant això, ha estat una recepta molt comentada i de gran èxit a la bibliografia. La recepta ha estat recollida a l'Alt Camp i al Maresme i, sens dubte, es pot documentar que era practicada als convents, incloent-hi, per tant, els cistercencs. Així al receptari Instrucció breu i útil pels cuiners principiants segons l'estil dels carmelites descalços, de Francesc del Santíssim Sagrament (finals del s. XVIII) hi apareix un "Bacallà fregit" (arrebossat) del qual s'explicita que "Per servir-lo a la comunitat deixataràs amb un gibrell o olla mel, vinagre i aigua i en repartir en posaràs una cullerada a cada plat".

L´ús de la mel (o del sucre) en plats salats, propi tant de la cuina medieval com de la del Barroc, es troba en altres plats com l'agredolç de llom o de pernil, els ous ferrats, el freginat de fetge i la sobrassada, a Mallorca i Menorca.

Ingredients

8 talls de bacallà (poden ser de la ventresca o part prima; uns 800 g)

llorer

farina,

aigua

1 tassa de mel

Elaboració

Teniu el bacallà tallat a tires gruixudes o talls prims.

Poseu el bacallà, ja dessalat (però comprovant el punt de sal) en aigua freda amb 1 fulla de llorer, fent que no bulli. Quan comença a fer escuma, retireu-lo del foc. Traieu-ne la pell, i si en té, i les espines. Escorreu-lo molt bé. El millor és deixar-lo en un colador una hora o més temps-.

Feu una pasta amb farina, aigua de bullir el bacallà i mel, no molt espessa o ben espessa, al gust de cadascú. Emboliqueu el bacallà, si voleu abans passat per farina. Fregiu-lo, en oli no gaire roent, a fi que la mel no es cremi.

Notes

Se sol acompanyar d'una bona amanida d'escarola, d'enciam, o bé espinacs.

Qui afegeix a la pasta un raig de sifó o una mica de llevat en pols (Royal). Jo, seguint les receptes antigues, hi poso un rajolí de vinagre, amb un resultat excel·lent.

A mercat es troben unes tires de bacallà sense espines ni pells que val molt bé per a aquesta recepta. Atenció al temps de remullat, que és més curt.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/66313-bacalla-amb-mel.htm