GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

XAI AMB FONOLL

Gastronomia | 03/04/2018 | 18:30

A Sardenya també fan Xai amb pèsols com a Catalunya, Xai amb olives, Xai amb carxofes, Pandes d'anyell (com a Mallorca), Xai (o ovella, que també es menja) bullit amb patates, o estofat- Istufáu, en sard

Es tracta d'un plat que se sol elaborar a la primavera amb un tendríssim xai de llet i els no menys tendres fonolls de marge: una combinació original i deliciosa. Vaig poder degustar aquesta recepta a l'illa de Sardenya per Setmana Santa. És, en italià Agnello con finocchio, o bé Agnello al finochietto- que de les dues formes ho deien-. Xai, en sard és angiòni o anzòne, paraules que han passat a l'alguerès (anjoni). Curiosament, del fonoll salvatge se'n diu matafalùga, que, naturalment, ve del català, llengua que ha influït força en el sard i on trobem nombres termes-molts d'ells culinaris-que tenen aquest origen.

A Sardenya també fan Xai amb pèsols com a Catalunya, Xai amb olives, Xai amb carxofes, Pandes d'anyell (com a Mallorca), Xai (o ovella, que també es menja) bullit amb patates, o estofat- Istufáu, en sard-. També dominen els peus de xai i els menuts. N' he menjat amb tomata, uns dels millors de la meva vida, amb Salsa verde o de julivert... No vaig aconseguir menjar el Bren't sanguni, l´estómaca- amb el qual aquí fem la Girella , a Escòcia el Haggis i al Magrib un plat similar- de xai farcit amb la sang. De fet estic a acostumar a menjar sang de xai en el plat que feia la meva mare dit Sang i perdiu, que trobo deliciós... Aquest plat se servia en un casament rural entre pastors, on em vagi convidar a escoltar les famoses polifonies (Patrimoni de la Humanitat), que entenia força bé a partir del meu català, però ja no vaig gosar a fer-me convidar a dinar, i ganes no me'n faltaven.

Ingredients

1 kg de xai per guisar (coll, pit, cuixa, etc.)

1 mata de fonoll silvestre (o uns 400 g)

1 ceba grossa,2 grans d'all,2 tomàquets mitjans

1 copa de vi blanc

oli

sal

aigua

Elaboració

Un cop nets els brots de fonoll, feu-los bullir amb aigua i sal uns pocs minuts. Escorreu-los i guardeu una mica de suc.

Poseu una cassola al foc amb un fons d'oli i féu-hi rossejar els talls de xai, prèviament salats.

A continuació hi afegiu la ceba (retirant, si voleu els talls de xai) i els alls pelats i trinxats. Tireu-hi el vi i deixeu-lo reduir una mica.

Hi féu donar uns tombs fins que el sofregit sigui una mica fet i afegiu el tomàquet, pelat, sense llavors i aixafat.

Acabeu de donar-hi una remenada i hi afegiu els fonolls i una mica de suc de cocció.

Deixeu-ho coure a foc baix, amb la cassola sense tapar, durant una mitja hora. Si cal, hi afegiu una mica més de suc.No obstant això, ha de quedar un plat amb poc suc.

Notes

Es poden fer servir tant fonolls silvestres- que és la recepta original- com unes puntes de fonolls de jardí.

Autor: Jaume Fàbrega/GN

https://gironanoticies.com/noticia/67087-xai-amb-fonoll.htm