

La Recepta de l'Escola de Turisme Baix Penedès

All cremat de llobarro

Ingredients: (per a 4 persones)

- 1 llobarro de 1.800 g
- ½ kg de patates
- 4 dents d'all
- 2 tomàquets madurs rallats
- 1 dl d'oli d'oliva
- 10 g de farina
- 1 l de fumet de peix

Elaboració:

Agafeu una cassola de ferro colat, poseu-hi l'oli a escalfar. Quan estigui calent, afegiu-hi l'all tallat a lamines i, quan estigui daurat, poseu-hi el tomàquet rallat. Deixeu-lo fregir el màxim possible (així obtindreu el color final del plat).

Després afegiu-hi la farina. Remeneu-ho una mica i tot seguit tireu-hi el fumet de peix. Quan arrenqui a bullir, poseu-hi les patates tallades a trossos trencats (així lligareu més el suquet). Una vegada les patates estiguin quasi cuites, afegiu-hi les supremes de llobarro (netes i sense espines). Deixeu-ho coure uns 4 minuts, rectifiqueu-ho de sal i ja ho teniu a punt per a servir.



Tel. 977 682938

Av. Palfuriana, 104 (Alberg Sta. M^a del Mar)
43880 Coma-ruga - El Vendrell