

La Recepta de Escola Turisme Baix Penedès

Espatlla de cabrit al forn

Ingredients: (per a 4 persones)

- 4 espatlles de cabrit
- 6 patates
- 1 ceba
- ½ pebrot vermell
- 1 pebrot verd
- Oli d'oliva
- 4 dl de Pedro Ximenez
- 1 dl de salsa espanyola
- 1 cullerada de maizena
- 300 g de prunes sense pinyol
- ¼ kg de pinyons
- Sal, pebre negre mòlt i canyella en pols

Elaboració:

- Primer de tot, agafeu les espatlles de cabrit, salpebreu i empolvoreu amb canyella en pols i fiqueu amb una safata amb un raig d'oli al forn, durant 25 minuts a 140º aproximadament, a mitja cocció afegiu unes branques de farigola. Apart, prepareu les patates, pelades i tallades a rodanxes i la ceba i els pebrots a juliana, ho barregeu, salpebreu i poseu oli i al forn durant 20 minuts a 160º. Un cop tingueu les patates cuites, retireu l'oli sobrant i col·loqueu les espatlles a sobre. Amb la safata que heu cuit les espatlles, poseu-la a sobre el foc i afegiu el Pedro Ximenez, això farà una forta ebullició i aprofitareu tota la substància del cabrit, ho aboqueu amb un pot i afegiu la salsa espanyola i una mica d'aigua, deixeu bullir i finalment lligueu amb una mica de maizena, prèviament desfeta amb aigua freda, rectifiqueu de sal i pebre negre. Mentrestant, torreu els pinyons amb una paella al foc, afegiu les prunes i tireu per sobre de les espatlles de cabrit, tot seguit afegiu la salsa per sobre i acabeu al forn durant 20 minuts més a 150º aproximadament.



Tel. 977 682938
Av. Palfuriana, 104 (Alberg Sta. M^a del Mar)
43880 Coma-ruga - El Vendrell