



CLASSE DE CUINA AL SEMPRONIANA

27 octubre 2020

RECEPTA: Caneló cruixent de pasta bric amb confit d'ànec, verduretes i bolets

Ingredients:

- Confit d'ànec
- Foie o micuit
- Verdures (Col lombarda, brocoli, pastanaga,.....)
- Barreja de bolets
- Sofregit
- Vi blanc
- Poma
- Sal, pebre, cúrcuma
- Oli d'all i julivert
- Pasta bric
- Salsa: melmelada de gerds i mostassa a l'ang a.

Preparació:

Saltem les verduretes tallades petites, per aquesta recepta amb pasta bric millor fer servir sempre verduretes que no nguin aigua.

Un truc per anar més ràpid i que ho podem fer sempre: les verduretes les podem tenir escaldades prèviament durant 4 minuts i guardades a la nevera dins d'un tupper amb reixeta.

Ho salpebrem i també hi podem afegir una mica de cúrcuma. Afegim a les verduretes una mica de sofregit i ho anem saltant. Una mica de vi blanc. I una mica d'oli d'all i julivert.

Oli de julivert: el podem fer triturant uns alls, julivert i una mica d'oli. Ho posem dins uns biberó i ho acabem d'omplir amb oli. El guardem a la nevera per poder-lo afegir a les verduretes, bolets,.....

Per altre banda saltem els bolets.

El confit d'ànec l'esmicolem i el barregem amb una mica de poma també saltada.

Presentació del plat:

Muntatge del caneló: agafem un full de pasta bric i el comencem a farcir sempre en fred. Posem una mica de confit d'ànec al mig de la làmina de bric, a sobre una mica de foie o mi-cuit, alguna cosa que li doni greix ja que el confit d'ànec no en té. Afegim a sobre les verdures i els bolets i ho emboliquem fem un paquetet amb forma de caneló.

Forn dalt i baix a 180º uns 10 minuts que la pasta bric agafi un to daurat.

Mentrestant, preparem la salsa, simplement barrejant la mostassa amb la mermelada de gerds, mora..... Proporció de 4 cullerades de mermelada i 2 de mostassa.

Ho servim amb una mica d'aquesta salsa. Posem una mica de micro mesclum o germinats per sobre.



BON PROFIT!!!