



MALLORCA
A LA
CUINA

Gastronomia i Festes de l'illa, poble a poble

FOA

Greixera de Favas tendres



Ingredients

250 grams de faves tendres desgranades, 250 grams de costella de porc, 100 grams de clixot salat, 2 ous durs, 3 patates mitjanes, 2 carxofes, 200 grams de pèsols desgranats, 3 tomàtiques de ramellet, 1 ceba, una tassa d'oli d'oliva, aigua, espèctes al gust, sal i pebre.

Preparació:

- Tallam les costelles de porc a trossets petits i les posam dins una greixonera amb un poc d'oli d'oliva. Poc foc. S'aspechar-ho.
- Trossejam i picam la ceba i la incorporam al sofregit un cop que la carn es trobi daurada.
- Tallam el clixot a daus i triturem les tomàtiques i ho incorporem a la fritura, hem de vigilar que la ceba es vegi transparent.
- Un cop que la tomàtiga és cuada hi afegim l'aigua i quan co-

menci a bullir hi posam les faves, els pèsols, les carxofes trossejades, les patates tallades a daus i les espèctes.

- Ho deixam coure durant 20 minuts aproximadament.
- Mentrestant tallarem un dels ous durs a trossets petits i l'altre a rodanxes. Quan hagin passat 15 minuts de cocció, afegir-hi l'ou picat i ho remenem. Ho reficam de sal. Les rodanxes d'ou dur que ens queden les collocarem sobre la superfície.



72



Frit Mariner



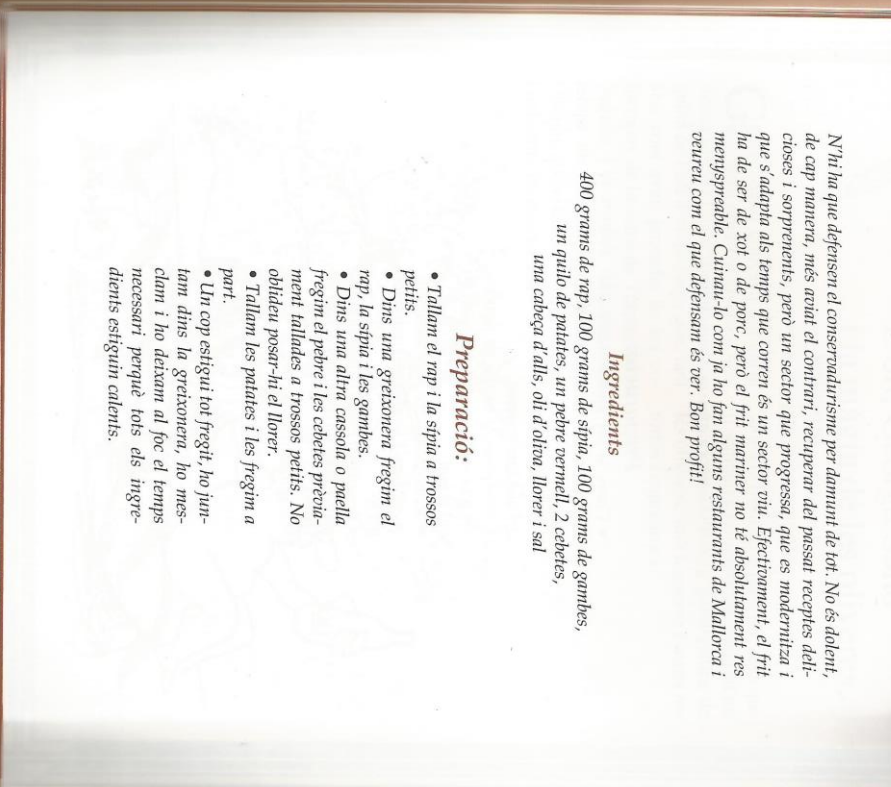
N'hi ha que defensen el conservadurisme per damunt de tot. No és dolent, de cap manera, més aïnt el contrari, recuperar del passat receptes deliquesos i sorprenents, però un sector que progressa, que es modernitza i que s'adapta als temps que corren és un sector viu. Efectivament, el frit ha de ser de xot o de porc, però el frit mariner no té absolutament res menyspreable. Culinari-lo com ja ho fan alguns restaurants de Mallorca i ocureu com el que defensen és ver. Bon profit!

Ingredients

400 grams de rap, 100 grams de sípia, 100 grams de gambes, un gulo de patates, un pebre vermell, 2 cebetes, una cabega d'alls, oli d'oliva, llover i sal

Preparació:

- Tallam el rap i la sípia a trossets petits.
- Dins una greixonera fregim el rap, la sípia i les gambes.
- Dins una altra cassola o paella fregim el pebre i les cebetes prèviament tallades a trossets petits. No oblidem posar-hi el llover.
- Tallam les patates i les fregim a part.
- Un cop estigui tot fregit, ho juntem dins la greixonera, ho mesclam i ho deixam al foc el temps necessari perquè tots els ingredients estiguin calents.



73

A Joan Antoni Ferrandez molt
afectuosament

20.04.96



Cuiners principals

Joan Abrines Ramón, Joan Torrens,
Toni Pinya

Col.laboradors especials

Miquel Ferrà, Pere-Gil, Salvador Bonet

Redacció

Xavier Albons, Bernat Sanjuan,
Xisco Fuster

Il.lustracions especials

Joan Pla

Edita

Ludiprex Ediciones
Gal. Jaime III, 2.
07012 Palma de Mallorca
Teléfono: (971) 71 11 76

Disseny i Maquetació: Equis Design
Fotografij13
es: Xisco Fuster

Foto Portada: Guillem Ginard
Fotomecànica: F.C.S., S.A.
Impressió: Gráficas HOMAR
Dipòsit Legal: PM- 208-1996

1^a Edició
Març 1996

Joan Antoni Ferrandez
son bon amic i company de
tortures dans la cuina

Joan Abrines



Índex

Les Receptes

- | | |
|---------------------------------|--|
| 6 Sopes Mallorquines amb Peix | 60 Cuixetes de Pollastre farcides amb Castanyes i Magranes agres |
| 7 Pancuït | 61 Greixonera d'Anguiles |
| 8 Amanida d'Arenegades amb Mel | 63 Ofegat dolç de Bou |
| 10 Arròs Brut | 64 Pastís de Colflori |
| 12 Sípia amb Verdures | 66 Escabetx de Cuixes de Pollastre |
| 15 Sopes amb Albercocs | 70 Cassola de Lluç |
| 16 Granada de Favos Tendres | 71 Pa amb Oli |
| 18 Albergínies Farcides | 72 Greixera de Favos tendress |
| 22 Tumbet | 73 Frit Mariner |
| 23 Caragols | 74 Menjar Blanc |
| 24 Sopa de Musclos | 76 Barreja de Pomes i Codonys |
| 27 Fideus de Vermar | 78 Ensaimada de Fignes seques |
| 28 Pollastre Farcit de Torrò | 80 Gató d'Ametilla |
| 30 Frit Mallorquí | 83 Torrò de Xixona |
| 32 L'Oli d'Oliu | 86 Panada de Xot amb Cabell d'Àngel |
| 34 Porcella Rostida | 87 Gató de Patata |
| 38 Cuixa de Xot Farcida | 88 Pomes Farcides de Torrò |
| 39 Conill amb Ceba | 91 Coques de Torrò amb Confitura |
| 40 Granada de Bolets | 92 El Vi a Mallorca |
| 41 El Formatge | 95 Cocarrois |
| 43 Escaldums de Pollastre | |
| 44 Potatge de Porros | |
| 46 Foei gras | |
| 48 Les Fignes | |
| 51 Sobrassada amb Mel | |
| 54 Rajada Escabetxada | |
| 55 Rodet Mallorquí | |
| 56 Greixera de Peu | |
| 57 Ànec Rostit a l'Estil Rococó | |
| 58 Allioli | |

Les Curiositats Gastronòmiques

- 11 • Les Sopes Mallorquines, origen medieval. Les arenegades.
- 19 • L'albergínia i els àrabs.
- 20 • Els caragolss, una herència romana
- 21 • Les figues d'orient. Curiositats al voltant de la gastronomia del pollastre i de l'ànec.
- 31 • El frit mallorquí i l'origen de les paelles. El bany maria.
- 35 • Les matances del porc: els embotits. Els fideus. Els Fideus de Vermada.
- 36 • «Un dia a les Matances», per Salvador Bonet.
- 47 • Els confitats, els escabetxos i envinagrats. Les faves. Fava Parada i Escudella
- 51 • La sobrassada
- 52 • La patata, de planta de jardí a aliment universal
- 53 • Les virtuts de l'Esturió i altres peixos afrodisíacs. Les Sopes.
- 59 • El allioli, salsa olímpica grega de virtuts màgiques. El pebre i el Tumbet.
- 67 • El licor de herbes, el palo i altres espirituosos.
- 71 • La coca de verdura.
- 75 • L'oli, George sand i la màgia de les oliveres.
- 79 • L'ensaimada i la serpentina marroquina.
- 84 • Els bunyols i les fruites de paella. Santa Úrsula.
- 85 • La fruita de l'estiu: el meló i les seves llegendes. Els gelats i les cases de neu.



Panada de Xot amb Cabell d'Àngel



De les moltes receptes de panades consultades, no es troba cap ressenya escrita, dins els tractats de cuina mallorquina, tan espectacular i sorprenent com la que aquí presentam. Sens dubte, és un plat que mereix estar entre els grans dels plats d'Alta Gastronomia. Gràcies a madò Antònia Forteza Pomar (A.C.S.), de la desapareguda fàbrica de xocolata Piña, de la ciutat de Sóller, avui podem gaudir de la recepta d'aquest bon plat que ens ha estat facilitada per un familiar seu. Gràcies per no mantenir amagats els secrets de la nostra cuina.

Cuiners: Toni Pinya i Joan Abrines

Ingredients per a 12 panades

Per a la PASTA: Una tassa d'oli d'oliva, una tassa d'aigua, mitja tassa de saïm de porc, un pessic de sal, la farina flonja que admeti.

Per al FARCIMENT: 800 grams de carn de xot, 24 trossos de xulla salada, 150 grams de cabell d'àngel, 24 trossos de sobrassada, unes fulles de moraduix, sal, pebre i unes gotes d'oli d'oliva

Preparació:

- Mesclar tots els ingredients de la pasta dins un bol, llevat de la farina.
- Afegir-hi la farina fins aconseguir una pasta manejable i homogènia.
- Dividir la pasta en 16 parts iguals: 12 parts per formar les cassoletes i 4 parts, que dividirem en 12, per fer les tapadores.
- Tallar la carn de xot a trossos petits i afegir-los unes gotes d'oli, moraduix, sal i pebre.
- Mesclar el cabell d'àngel amb els trossos de xot.
- Repartir els trossos de carn a les 12 cassoletes.
- Cobrir cada cassoleta amb dos trossos de sobrassada i dos trossos de xulla.
- Cobrir les cassoletes amb les tapadores, juntar i tòrcer les voreres donant-los la forma clàssica de la panada.
- Foradar lleugerament la tapadora amb les puntes d'una forqueta.
- Coure-les al forn a una temperatura moderada (190 °).