

Sabors

— VICENTINS —

cuina en directe cuina en directe cuina en directe cuina en directe cuina en directe cuina en directe
cuina en directe cuina en directe cuina en directe cuina en directe cuina en directe cuina en directe

llibret gastronòmic de la **33a mostra**



DISSABTE

21

- 11.30h Cuina en directe a càrrec de Casa Mora**
Farà una recepta d'*El Gran Llibre de la Cuina Catalana* amb producte de temporada de l'horta de Sant Vicenç dels Horts
LLOC: plaça de Lluís Companys
- 13h Cuina en directe a càrrec de Que sa, que bo**
Farà una recepta d'*El Gran Llibre de la Cuina Catalana* amb producte de temporada de l'horta de Sant Vicenç dels Horts
LLOC: plaça de Lluís Companys
- 13.30h Visita guiada a l'exposició de cuina intercultural i cuina en directe de la recepta intercultural pel xef Carles Ruiz**
LLOC: estand institucional de la plaça de la Vila
- 16.30h Cuina en directe càrrec d'Albert Llorens del restaurant Sal i sucre**
Farà una recepta d'*El Gran Llibre de la Cuina Catalana* amb producte de temporada de l'horta de Sant Vicenç dels Horts
LLOC: plaça de Lluís Companys
- 17h Interculturalitat**
Preparació d'una recepta cambodjana per la xef Kav-Ly, fundadora de l'empresa Ta-Tung
LLOC: estand institucional de la plaça de la Vila
- 18h Cuina en directe a càrrec de Cal Sagristà**
Farà una recepta d'*El Gran Llibre de la Cuina Catalana* amb producte de temporada de l'horta de Sant Vicenç dels Horts
LLOC: plaça de Lluís Companys
- 19h Cuina en directe a càrrec de La Cuina d'en Toni**
Farà una recepta d'*El Gran Llibre de la Cuina Catalana* amb producte de temporada de l'horta de Sant Vicenç dels Horts
LLOC: plaça de Lluís Companys

DIUMENGE

22

- 10.30h Cuina intercultural en directe a càrrec de Sant Vicenç dels Horts amb el Sàhara**
Elaboració de cuscús sahrauí, plat típic del Sàhara
LLOC: plaça de Lluís Companys
- 11.15h Cuina intercultural en directe a càrrec de la Casa d'Extremadura**
Elaboració de flors i *rosocos* extremenys, dolços típics d'Extremadura
LLOC: plaça de Lluís Companys

- 12h Cuina intercultural en directe a càrrec de Marcel·lina Bosch**
Elaborarà una recepta de bacallà típica de Catalunya.
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 12.30h Xerrada “Les influències de les migracions en la cuina catalana” a càrrec de Josep Lladonosa**
Lloc: estand institucional de la plaça de la Vila
- 12.35h Cuina intercultural en directe a càrrec de Iulia Lungu**
Farà sarmale, un plat típic de Romania
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 13.05h Cuina intercultural en directe a càrrec d’Araceli Henares i Juan Quevedo**
Faran un *cocido o potaje*, plat típic d’Andalusia
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 13.30h Cuina en directe a càrrec de La Huerta i Carles Ruiz**
Faran receptes d’*El Gran Llibre de Cuina Catalana*, de Josep Lladonosa amb comentaris de l’autor
Lloc: estand institucional de la plaça de la Vila
- 13.40h Cuina intercultural en directe a càrrec de Cristina Roig**
Farà wonton, un plat típic de la Xina
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 14.15h Cuina intercultural en directe a càrrec de Montse Rusinés**
Farà conill *al ajo cabañil*, plat típic de Múrcia
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 16.30h Cuina intercultural en directe a càrrec de Tecla Nuño**
Farà pisto manxec, plat típic de Castella-La Manxa
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 17.15h Cuina intercultural en directe a càrrec de Mahzar Iqbal**
Farà arròs biryani, un plat típic del Pakistan
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 17.50h Cuina intercultural en directe a càrrec de Rachida Lichioui**
Farà tayín de peix, plat típic del Marroc
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 18.20h Cuina intercultural en directe a càrrec de Cristina Roig**
Farà feijoada, plat típic del Brasil
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 19h Cuina intercultural en directe a càrrec de M^o José Rodríguez**
Farà lluç a la gallega, plat típic de Galícia
Lloc: plaça de Lluís Companys

DISSABTE

21

Recepta de: **Restaurant Casa Mora**

Patates amb sang i rosta

11.30 h

**Plaça de Lluís
Comanys**

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 2 kg de patates
- 400 g de cansalada grassa
- 100 ml d'oli d'oliva
- 100 g de sang de porc o botifarra negra
- sal

ELABORACIÓ

Netegeu bé les patates i poseu-les, sense pelar, en una olla amb aigua i sal al foc. Quan comencin a bullir, deixeu-les coure uns 30 minuts, fins que siguin toves, i escorreu-les. Palpeu les patates i aixafeu-les amb una forquilla per deixar-les ben triturades.

En una paella, escalfeu l'oli i fregiu bé les llenques de cansalada, fins que quedin ben daurades (rostes). Reserveu-les.

A la mateixa paella i amb el greix de fregir la cansalada, ofegueu les patates aixafades barrejades amb sang o la massa de la botifarra negra. Deixeu que es vagin enrossint per un costat, i tombeu-les com si es tractés d'una truita plana perquè es daurin per l'altra banda.

Finalment serviu-les al plat amb les llenques de cansalada al damunt.

EL MEU CONSELL

A aquestes patates, que s'anomenen emmascarades, s'hi pot afegir una mica de col bullida, aixafada amb la patata.

Recepta de: **Que sa que bo**

DISSABTE

21

Ànec amb peres

13 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 1 ànec tallat a trossos
- 4 peres blanquilles
- 1 ceba
- 2 pastanagues
- 1 porro
- 4 tomàquets madurs
- farigola
- 1 fulla de llorer
- llard
- 25 g de farina
- 2 grans d'all
- 1 carquinyoli
- ametlles torrades
- anís sec
- moscatell
- 1/2 got de vi blanc
- 10 g de ginebrons
- sal i pebre

ELABORACIÓ

Salpebrem i enfarinem l'ànec, i el rostim amb llard en una cassola. Enretirem l'ànec i hi afegim les cebes, les pastanagues, el porro i les herbes. Ho deixem sofregir una mica i tot seguit hi tirem els tomàquets pelats i tallats a daus sense llavors. Quan tingui ja pinta de bon sofregit ho mullem amb el vi, deixem reduïr, posem la farina i els ginebrons, remenem i mullem de nou però ara amb aigua, uns dos litres. Quan arrenqui el bull hi afegim l'ànec, i ho deixem coure fins que sigui tou. Mentrestant bullim les peres, pelades i tallades per la meitat.

Quan ja estigui l'ànec (després de 1 hora ben llarga) l'enretirem i passem la salsa pel xinès, la posem de nou al foc i deixem reduïr fins que tingui una bona textura.

Aprofitem aquesta estona per fer la picada amb l'all, el carquinyoli, les ametlles i ens ajudem del moscatell i de l'anís per deixatar-la. La tirem a la salsa amb les peres, ja bullides, i l'ànec, deixant-ho coure tot uns deu minuts més.

DISSABTE

21

Recepta de: **Carles Ruiz**

Truita a la paisana

13.30 h

**Plaça de Lluís
Companys**

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 8 ous
- 1 patata petita
- 1/2 pebrot verd
- 1/2 pebrot vermell
- 20 g pèsols
- 1/2 carbassó
- 1/2 albergínia
- 1/2 ceba
- 3 tomàquets madura
- oli
- sal

ELABORACIÓ

Tallar totes les verdures a daus 'petitsunami'.

Fer un sofregit amb la ceba i el tomàquet.

Posar oli en una paella i fregir la patata i quan comenci a daurar afegir la resta de verdures i deixar fregir poc a poc fins que estiguin toves.

En aquest moment afegir el sofregit deixar coure dos minuts i reservar.

En una paella fer la truita i farcir-la amb les verdures. Ha de quedar com una truita francesa.

Recepta de: **Sal i Sucre**

DISSABTE

21

Gambes amb xocolata

16.30 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS (8 PERSONES)

- 24/32 gambes
- 2 cebes
- 1 kg de tomàquet madur
- 100 g de xocolata negra ratllada
- 50 g d'ametlles
- 3 grans d'all
- 1 os de pernil
- llorer, farigola, julivert
- oli, sal, pebre

ELABORACIÓ

Començarem escaldant els tomàquets en aigua bullent, res, 20 segons. Pell i llavors fora, els tallem i reservem i llavors comencem a fer el sofregit en una cassola gran amb les cebes, les herbes i l'os de pernil. Quan estigui dauradet hi afegim els tomàquets i ho deixem coure tapat una llarga estona, remenant de tan en quan, a foc més aviat lent.

Quan estigui concentrat ho mullem amb un litre d'aigua i deixem que es centri el temps que faci falta, però, mitja horeta com a mínim.

Quan veieu que allò té aspecte de salsa ho colem, i el que en surti ho tornem a posar a la cassola on ho barrejarem amb la picada que hem estat fent mentre es feia la salsa: ametlles, alls i xocolata. El cas es que quan hi tireu la xocolata i feu arrencar el bull de nou veureu com la consistència de la salsa es va fent més espessa, i així fins que adquireixi la textura desitjada. Arribats a aquest punt saltejareu les gambes apart i les afegireu a la cassola, un parell de minuts i llestos.

DISSABTE

21

18 h

Plaça de Lluís
Companys

Recepta de: **Cal Sagristà**

Carpaccio de carxofa en conserva al buit

INGREDIENTS

- 1 kg carxofa del Parc Agrari del Baix Llobregat
- sal
- pebre
- llimona
- bosses de buit

ELABORACIÓ

Agafarem les Carxofes, traurem les parts més verdes i les posarem en aigua per que no s'oxidin.

Amb una màquina de tallar embotit, tallarem les carxofes ben primes.

Posarem 100 g carxofes amb bosses de buit amb una mica de sal, pebre i llimona. Agafarem les bosses i les tancarem amb la màquina de buit.

Posteriorment posarem aquestes bosses al forn 2 hores i a 70 graus.

Deixarem refredar i podem guardar-les. Amb aquestes carxofes podem fer aperitius i amanides.

Recepta de: **Santi Ruiz Rasero**

DIUMENGE

22

SÀHARA

Cus-cus saharauí

10.30 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS

- Carn: vedella, pollastre, xai (al gust)
- Verdures: ceba, pastanaga, carbassó, albergínies, col i carabassa
- Espècies: Cúrcuma, pebre blanca, coriandre, pebre vermell, gíngebre i safrà
- Passes i cigrons
- Sal i oli
- Cous-cous (sèmola) i mantega per amanir, prèviament netejat

ELABORACIÓ

En una olla afegim l'oli, la carn assaonada al gust i preferiblement trossejada.

Posem la ceba en aigua fins que quedi escalfada.

Afegim les espècies al gust i cobrim amb aigua, deixant-ho coure a foc lent, fins que la carn quedi tendra (no feta del tot, ja que continuarà bullint amb els altres ingredients).

Afegim la resta de verdures i les deixem coure, fins que tots els ingredients quedin ben fets i tendres.

Mentrestant sobre d'aquesta olla haurem col·locat una olla de vapor, per anar coent el cous-cous que ja haurem netejat i amanit amb la mantega.

Finalment, afegim les passes i els cigrons ja cuits.

DIUMENGE

22

Recepta de: **Mari Carmen Martín i María José Nuñez**

EXTREMADURA

Flors i roscos

11.15 h

Plaça de Lluís Companys

INGREDIENTS FLORS

- 1 dotzena d'ous
- 400 g de farina
- 1 got d'aigua

INGREDIENTS ROSCOS

- 1 dotzena d'ous
- 1 got d'oli
- $\frac{1}{2}$ de sucre
- 2 sobre de llevat
- Raspadura de llimona
- 2 kg de farina

ELABORACIÓ

Barrejar tots els ingredients i amb la massa fer forma de rosquilles. Fregim a foc fort fins que estiguin daurades. Una vegada tretes del foc, escampem el sucre i la canyella per sobre.

Batem tots els ingredients sense fer escuma. Acte seguit afegim la massa al motlle i ho posem en oli per fregir-ho. Retirem del foc quan estiguin daurades i escampem el sucre i la canyella per sobre.

Recepta de: **Marcel·lina Bosch Costa**

DIUMENGE

22

CATALUNYA

Bacallà amb panses

12 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 4 talls de bacallà
dessalats / punt de sal
- Farina per enfarinar
bacallà
- Panses sense pinyol
- Pinyons
- 2 ous durs
- 2 tomàquets mitjans
- 1 ceba petita
- 1 got i $\frac{1}{2}$ d'aigua

ELABORACIÓ

Posem les panses amb remull en aigua mineral perquè es vagin hidratant.

En una cassola es fregeixen els talls enfarinats, volta i volta i es reserven en un plat a part.

Es retira de la cassola part de l'oli que hem fet servir per fregir el bacallà i en l'oli restant sofregim la ceba tallada ben petita. Quan estigui transparent i estovada hi aboquem el tomàquet ratllat (retirem les llavors abans de ratllar). Ho sofregim tot plegat i remenem sovint, fins que vagi agafant un to amarronat el sofregit. S'ha de fer amb el foc més aviat baix. Si el sofregit es deshidrata massa s'hi pot afegir alguna cullerada d'aigua.

Quan hagi agafat aquest to amarronat i una textura vellutada hi afegim l'aigua calenta, remenem perquè lligui i hi afegim les panses, a continuació el bacallà. Deixem que cogui tot plegat uns 5 minuts més. Al final hi afegim els pinyons passats una mica per la paella i els ous durs pelats i partits per la meitat.

Quan tot és dins la cassola fem una lleugera sacsejada agafant la cassola per les nanses. Apaguem el foc de seguida i ho deixem reposar uns minuts abans de servir.

DIUMENGE

22

Recepta de: **Iulia Lungu**

ROMANIA

Sarmale

12.35 h

Plaça de Lluís Companys

INGREDIENTS

- 1 col gran
- 500 g de carn picada
- 400 g de ceba
- 250 g de pastanaga
- 200 g d'arròs
- Oli
- Pebre i sal
- Tomàquet fregit

ELABORACIÓ

Primerament remullem la col amb aigua molt calenta, fins que s'estovi i es desfacin les fulles.

Mentrestant, netegem la ceba i la tallem molt fina, per posar-la en oli calent durant 15 minuts i afegim la pastanaga ratllada.

Quan estigui fet, retirem del foc i deixem que es refredi una mica.

Per preparar la carn picada, la fiquem en un bol amb arròs, la ceba i la pastanaga, i hi afegim la pebre i la sal, per barrejar-ho tot bé.

Una vegada fet, tallem la col en trossos petits per poder embolicar la massa en la fulla de col i donar-li una forma de rotllet de primavera. Cada rotllet fet el col·locarem en una olla en capes fins que acabem el preparat.

A continuació, en un bol preparem aigua amb el tomàquet fregit i li afegim a les sarmale per tal que quedin cobertes.

Ho deixarem a foc primerament més fort, després a lent i finalment ho deixarem una hora i mitja a foc baix i ja estarà llest per servir, acompanyades si es vol amb nata espessa i bitxo.

Recepta de: **Araceli Henares i Juan Quevedo**

DIUMENGE

22

ANDALUSIA

‘Cocido’ o potaje

13.05 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS

- Cigrons
- Ceba
- Alls
- Pebrot vermell
- Oli
- Tomàquet
- Bledes
- Patates
- Xoriço
- Colorant
- Pebre

ELABORACIÓ

Remullem els cigrons 12 hores, i els coem amb ceba, alls, pebrot vermell, oli i tomàquet.

Seguidament afegim les bledes, les patates, el xoriço, un punt de colorant i el pebre.

Amb l'all, el pebrot i la ceba fem una picada i l'incorporem al 'cocido'.

Finalment ho removem i ja podem servir-ho.

DIUMENGE

22

Recepta de: **Gerard Balasch**

Cutxipanda amb cargols

13.30 h

**Estand
institucional
de la plaça
de la Vila**

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- Confitat de llonganissa, llom i costella (1 tros per persona)
- 400 g de cargols
- 2 cebes mitjanes
- 3 tomàquets madurs
- 1 albergínia
- 1 pebrot vermell
- 800 g de patates
- 3 grans d'all
- sal

ELABORACIÓ

Agafarem una cassola fonda de fang i hi col·locarem els talls de porc del confitat amb una mica de greix del mateix, les patates pelades i tallades a trossos regulars, esberlades, la ceba tallada a tires fines, els tomàquets a grills petits, el pebrot a quadres no gaire grans, l'albergínia a daus una mica gruixuts, els alls tallats finíssimament i els cargols, nets i enganyats. Afegirem dos cassons petits d'aigua, la sal corresponent i ho tapem. De tant en tant ho remenem amb cura amb una cullera de fusta, tot vigilant de que la carn no es desfaci. Un cop cuites les patates comprovarem el punt de sal.

Breu repàs sobre l'origen de la Catxipanda o 'Cutxipanda'

La catxipanda que nosaltres elaborem avui dia, deu, en els seus orígens, el nom al terme provinent de l'Aragó, Cutxipanda; elaboració similar a la que es realitza a dia d'avui. La nostra proximitat amb l'Aragó, fa que existeixi una certa influència i convivència amb aquest territori.

A dia d'avui, però, el terme catxipanda es substituït en molts indrets per el de cassola de tros; de fet en algunes poblacions, en arribar la festa major del poble, fan concursos per tal de saber quins dels veïns elabora la millor cassola de tros. Aquest esdeveniment serveix a l'hora, com a punt de trobada i festa per tots els veïns en una acció plena de germanor, en la qual els assistents comparteixen experiències entorn aquesta elaboració.

El fet de que aquest plat hagi arrelat en el receptari tradicional de Lleida, es que al igual que els nostres veïns, en el passat es feia aquest plat amb tot allò que el pagès tenia a l'abast; segons la estació i els seus productes.

Així doncs, podríem dir que no hi ha gairebé cap zona de les comarques lleidatanes que no tingui la seva cassola de tros, però a vegades la mateixa cassola pot veure variats els seus productes segons les circumstàncies a la mateixa comarca. Segons deia un Urgellenc, als voltants de Barbens, a la cassola hi afegeixen espinacs; en canvi, només a 10 km d'aquest municipi, els substituïxen per patates. El dilema radica, en que n'hi ha que hi afegeixen albergínies i pebrots i n'hi ha que no. El que sí que no hi pot faltar, i que es el producte bàsic, és sens dubte, el que anomenem confitat o tupina. El confitat o tupina, segons la definició del nostre diccionari, es el "conjunt de llom, costelles i embotits de porc, conservats dins d'olles amb oli o greix".

Antigament, gairebé no hi havia neveres i, en el món rural, si n'hi havia eren molt rudimentaris, i sols en disposaven alguns comerços que es dedicaven a la venda de productes frescos. A les cases particulars era impossible poder conservar els aliments en condicions, si no es feia la tècnica de l'escabetx en vinagre, la conservació en sal, l'assecat, etc.

En el món rural, per norma general, hi havia un annex que afavoria la conservació de determinats aliments; parlem del celler, situat en el soterrani de la casa i que, per el seu ambient fresc, n'afavoria el manteniment. Però, en el món rural, a més d'aquest sistema de conservació, també s'utilitzaven d'altres, tals com la tupina o confitat, de la qual fem referència.

En els mesos de fort hivern, al gener o bé al febrer, es feia la matança del porc. En aquest moment, després d'haver manipulat totes les parts del animal, es seguia per destinar cada part per la seva elaboració; d'una banda es reservaven les parts amb les que es feien els embotits secs, es a dir, els xoriços, la llonganissa, la negra, el bull, el bisbe. El llom i la costella passaven al rebost per ser salats, així com els pernills. Aquestes peces anaven perdent aigua i sang i, ajudats per les fredes temperatures d'aquells dies, avançaven la seva maceració. El llom, costellam i part de la llonganissa crua, un cop havien perdut la seva fresca textura, se sotmetien a una altra manipulació.

El món rural, món de subsistència continuada, ens ofería uns dies després una de les tasques més virtuoses i arrelades en aquest camp, es tracta del confitat. Aquesta tècnica consistia a conservar en oli i part de llard algunes parts del porc que després i pels tipus de feina que es realitzaven al camp a l'estiu, sega, batuda i recollida de la sembra de l'hivern o la plantació de la primavera, eren imprescindibles. Era una conserva de cert risc i de depurada ciència culinària. Es tallaven uns trossos regulars de llonganissa, el llom tallat a rodanxes regulars, i el costellam tallat de manera que a cada costella li toqués el seu tros de carn. Es posava al foc una cassola de fang fonda i plena d'oli i llard a temperatura regular, i s'hi anaven posant els trossos de vianda preparada; a temperatura baixa i remenant seguit, s'anava mantenint una cocció continuada, vigilant que les venes interiors no quedessin seques però sí cuites. Aquesta era la missió, perquè si no, ni de bon tros, arribaria en condicions per a ser consumida a l'estiu.

Un cop cuïta la carn, es posava en alfabies de fang netes i higièniques, i s'hi colaven els greixos de la cocció. Es passaven al rebost o alguna habitació de la part baixa de la casa que no tingués alteracions de temperatura.

Un cop feta aquesta introducció, donat que ja sabem com elaborar un bon confitat o tupina, passem a esmentar com realitzar la cutxipanda.

DIUMENGE

22

13.30 h

Plaça de Lluís
Companys

Recepta de: **Carles Ruiz**

INTERNACIONAL

Tataki tonyina amb guacamole, mozzarella i quenelle d'escalivada

INGREDIENTS

- **Tatar de tonyina:**
 - Tonyina
 - Gíngebre
 - Soja
- **Guacamole:**
 - Albocat
 - Tomàquet madur
 - Ceba tendre
 - Coriandre
 - Àcid ascòrbic
 - Tabasco (opcional)
- **Quenelle d'escalivada:**
 - Albergínia escalivada
 - Anxova
 - Anet
 - Pa caresanto
 - Mozzarella
 - Salsa Kimchi
 - Sal, pebre i oli

ELABORACIÓ

Marquem el dau de tonyina a la planxa i el deixem refredar. Una vegada fred, el posem en una bossa d'envasar al buit amb la soja i el gíngebre i fer el buit. Ho reservem.

Per fer el guacamole, piquem tots els ingredients i en un bol els barregem. Posar a punt de sal i pebre i reservar. Es pot afegir una mica de tabasco (opcional).

Acte seguit escalivem l'albergínia, la pelem i la tallem a daus molt petits.

L'anxova, l'anet i la mozzarella els piquem petits i els reservem.

Ho barregem tot en un bol i ho salpebrem.

Tallem la tonyina a làmines fines i les posem al mig del plat amb la seva salsa i disposem tots els altres ingredients estèticament al plat.

Recepta de: **Zhu Jingxin**

DIUMENGE

22

XINA

Wan-tung

13.40 h

**Plaça de Lluís
 Companys**

INGREDIENTS

- 100 g de pollastre
- 50 g de gambes
- 10 g de pastanaga
- 10 g de ceba
- 5 g de sal
- 5 g de sucre
- 10 g d'oli sèsam
- 5 g de vi blanc
- 50 g de salsa dolça i picant
- 30 fulls de massa de 10x10 cm

ELABORACIÓ

Per fer el farcit primerament mesquem tots els ingredients exceptuant la salsa.

Acte seguit separarem les 30 fulles de massa de 10 cm x 10 cm. a la taula.

Un cop fet el farcit el repartirem posant-lo sobre les fulles de massa, de manera que puguem doblegar-la per la meitat formant la forma d'un triangle.

Posem el Wan-tung en vapor i el posem, sobre una fulla remullada, al foc durant 10 minuts. Retirem i per menjar-ho, suquem el Wan-tung en la salsa dolça i picant.

DIUMENGE

22

Recepta de: **Montse Rusinés Garcia**

MÚRCIA

Conill 'al ajo cabañil'

14.15 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS

- 1 conill
- 5 patates
- 1 llimona
- 3 grans d'all
- Sal i pebre
- 1 gotet de vinagre
- 1 tassa d'oli d'oliva verge

ELABORACIÓ

Un cop net i tallat el conill, amanim amb sal i pebre. Escorrem la llimona i ragem la carn, deixant-la reposar dues hores. En una paella amb oli daurem el conill. Mentrestant, es fa una picada amb l'all i el vinagre i ho reservem.

En una paella a part, fregim les patates tallades 'a lo pobre' a foc lent i tapades. Quan estiguin al punt s'escorren i afegim la meitat de la picada.

Amb l'altre meitat, la posem a la paella on tenim el conill i deixem coure uns dotze minuts.

Al final, ajuntem les patates i conill. Deixem que s'evapori una mica el vinagre i seguidament ho servim.

Recepta de: **Tecla Nuño de la Torre**

DIUMENGE

22

CASTELLA LA MANXA

Pisto manxec

16.30 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS

- 1,5-2 kg de tomàquets ben madurs
- 5 o 6 pebrots verds
- 1 o 2 cebes
- sal i oli d'oliva verge extra

ELABORACIÓ

Piquem la ceba i el pebrot ben finets i els sofregim. Acte seguit pelem els tomàquets, els tallem a trossets petits i els afegim a la cassola.

Ho fregim tot i ho remenem fins que es consumeixi tot l'aigua i sols quedi l'oli en la part superior. Arribats a aquest punt ja podem servir acompanyant-ho amb qualsevol tipus de carn, ja sigui pollastre, vedella, porc... o peix com bacallà, lluç...

DIUMENGE

22

Recepta de: **Mazhar Iqbal**

PAKISTAN

Biryani

17.15 h

Plaça de Lluís Companys

INGREDIENTS (2-3 PERSONES)

- **Plat principal:**
- 500 g de pollastre desossat
- 300 g d'arròs
- 3 tomàquets
- 2 cebes
- 3 pebrots verds
- 4 cullerades de mantega
- 3 cullerades d'oli d'oliva
- 1/4 cullareta de sal
- 3 culleretes de suc de llimona
- 3 tasses d'aigua
- 1 iogurt natural
- Espècies (2 branques canyella, 5 claus, 2 fulles llorer, 4 fulles menta picada, 2 culleradetes pebre vermell picant, 3 culleradetes coriandre, 1/4 culleradeta safrà)
- Sal
- **Per al marinat:**
- 1/4 cullareta de cúrcuma (safrà)
- 1/2 cullareta de coriandre
- 1/2 cullareta de pebre vermell picant
- 1/2 cullareta d'all en pasta

ELABORACIÓ

Posem en un recipient tots els ingredients per al marinat i ho barregem bé. Tallaem en trossos petits el pollastre i el posem a marinar en el recipient. En una paella afegim oli amb dues cullerades de mantega i tirar les fulles de llorer, la canyella i el clau. Seguidament afegir el pebrot i la menta ben picats i el coriandre.

Posem a la paella les cebes tallades a rodanxes fines i quan aquesta s'hagi ofegat bé, afegim els tomàquets també a tires fines. Finalment incloem la pasta d'all i el pollastre marinat i escampem la cúrcuma, el pebre vermell i la sal.

Per cuinar l'arròs, posarem en una olla tres tasses d'aigua, el iogurt i una tassa de la preparació que hem fet a la paella anteriorment. Afegir l'arròs fins a la seva cocció i ja estarà preparat per servir: una part de la preparació amb pollastre i una altra d'arròs. Ho decorem i aromatitzem amb mantega fosa i coriandre.

Recepta de: **Rachida Lichioui**

DIUMENGE

22

MARROC

Tayin de peix

17.50 h

Plaça de Lluís
Companys

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 2 dorades grans netes i partides per la meitat
- 5 o 6 cebes
- 1 o 2 cullerades d'oli d'oliva
- 3 o 4 dents d'all
- 2 bitxos
- 1 llimona
- Un grapat de panses sultanes
- Espècies mòltes:
- 2 branquetes de coriandre o 4 cullerades si està mòlt
- Un pèssic de pebre blanca
- 1 branqueta de julivert
- 1 cullerada de comí
- Una mica de pebre vermell i de bitxo mòlt
- Sal al gust

ELABORACIÓ

En un bol piquem els alls i els barregem amb les espècies al nostre gust, amb cura del bitxo i l'oli. Ho reservem per al peix.

Tallem les cebes en juliana o a rodanxes segons es prefereixi i la col·loquem al fons del tayin, reservem l'altre part per col·locar-la a sobre del peix.

Untem el peix amb la picada de les espècies i l'oli, i ho afegim per sobre de la ceba.

La ceba restant, la posem sobre del peix, la llimona (tallada en quatre trossos) i dos bitxos sencers. També afegim un got d'aigua i deixem tapat el tayin amb la tapa deixant una petita respiració posant una forquilla. Ho deixem a foc alt fins que bulli. Donat el moment baixem a foc lent fins que la ceba estigui tendra (25-35 minuts) i ja estarà llest per servir.

DIUMENGE

22

Recepta de: **Sueli Ramos Marinho de Souza**

BRASIL

Feijoada

18.20 h

Plaça de Lluís Companys

INGREDIENTS

- 150 g de cansalada
- 500 g de costelles de porc
- 8 salsitxes de porc
- 1 cullerada de farigola
- 2 cebes blanques
- 3 tomàquets
- 1 cullerada de pasta d'all
- Una mica de comí
- Una mica de sal
- Una mica de pebre negre
- 250 g de fesols negres en remull des del dia anterior

ELABORACIÓ

Retirem els fesols negres de l'aigua on els havíem hidratat, els posem en una olla profunda i hi addicionem aigua nova fins que els cobreixi per complet. Hi afegim una mica de sal i la farigola seca.

Tallem les costelles a trossos mitjans i les fem que quedem al forn a 180 °C durant 20-30 minuts sense oli.

En una paella a foc mitjà posem la ceba blanca i el tomàquet a quadres per fer el sofregit base de la feijoada i hi agreguem una mica de farigola seca, sal, pebre al gust i la pasta d'all al gust.

Hi incorporem la cansalada tallada a tires primes i les salsitxes a rodanxes i ho deixem daurar amb el sofregit: això donarà molt sabor a la recepta brasilera.

Incorporem el sofregit a l'olla que havíem deixat amb els fesols i ho deixem a foc baix durant 10-15 minuts.

Recepta de: **María José Rogríguez González**

DIUMENGE

22

GALÍCIA

Ratllada o lluç a la gallega

19 h

**Plaça de Lluís
Companys**

INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 4 rodanxes de lluç amb una grossor de 2 cm
- 6 patates mitjanes
- 1 ceba
- 1 fulla de llorer
- 4 dents d'all
- 100 ml d'oli d'oliva
- sal
- 2 cullerades de pebre vermell

ELABORACIÓ

Pelem les patates i tallar en rodanxes de 2 cm de grossor. Les col·loquem en una olla amb les patates tallades, la ceba tallada en dues meitats i la fulla de llorer. Cobrim d'aigua, afegim una mica de sal i ho deixem coure durant 20 minuts. Retirem del foc i afegim les rodanxes de peix, continuant amb la cocció cinc minuts.

Pelem les dents d'all, les laminem i les posem en una altre paella amb oli calent. Ho retirem quan estiguin daurats, hi afegim dues cullerades de pebre vermell i ho removem.

PRESENTACIÓ

Escórrer les patates i col·locar-les en una font. Col·locar el peix per sobre. Se li posa l'allada i es serveix.

Aquest plat també es pot cuinar amb ratlla, rap, bacallà, etc. i la cocció del peix no serà superior als 5 minuts.

DISSABTE

21

ALTRES ESDEVENIMENTS GASTRONÒMICS DE LA MOSTRA

- 10h Exposició “Cuina Intercultural a Sant Vicenç dels Horts”**
Lloc: estand institucional de la plaça de la Vila
- 10h Exposició “Josep Lladonosa, cuiner de cuiners”**
Sobre la vida i obra del cuiner català Josep Lladonosa
Lloc: Can Costa (carrer Nou, 11-17)
- 10h Exposició hortofrutícola i exposició d'eines antigues a càrrec dels pagesos de Sant Vicenç dels Horts**
Lloc: Forn Romà
- 10h Mostra de Degustació**
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 10.30h Taller de salsa de calçots a càrrec de Cristina Roig**
Lloc: plaça de Lluís Companys
- 11.30h Calçotada popular**
Lloc: carrer del Dr. Fleming (pàrquing al costat del CAP Vila Vella)
- 11.30h Xerrada i vermut**
Sobre el consum responsable i sostenible
Lloc: plaça de Catalunya, davant del Forn Romà
- 17h Tastet de fruites i verdures de Sant Vicenç dels Horts**
Lloc: carrer de Barcelona, al costat de Cal Nitu

ALTRES ESDEVENIMENTS GASTRONÒMICS DE LA MOSTRA

DIUMENGE

22

9h Botifarrada popular

Lloc: carrer del Dr. Fleming (pàrquing al costat del CAP Vila Vella). En cas de pluja, es farà a la Pista de Francesc Macià (c. Ribot)

11h Tastet de fruites i verdures de Sant Vicenç dels Horts

Lloc: carrer de Barcelona, al costat de Cal Nitu

12h Degustació gratuïta de bissap, beguda típica de Gàmbia

Lloc: cúpula geodèsica de Solidaritat a la plaça de la Vila amb Rafael Casanova

17h Tastet de fruites i verdures de Sant Vicenç dels Horts

Lloc: carrer de Barcelona, al costat de Cal Nitu

18h Xerrada sobre producte agrícola d'origen ecològic i tastet de productes

Lloc: estand institucional de la plaça de la Vila

18.30h Explicació de les varietats d'oli i maridatge amb vins a càrrec d'Àlber Zambrano i Arnau Marco de La Oliviteca

Lloc: estand institucional de la plaça de la Vila

DATES ASSENYALADES

21 i 22 de gener

Mostra
Comercial i
Agrícola.
Cuina en
directe: cuina
intercultural i
d'homenatge al
mestre Josep
Lladonosa.

De l'1 de març al 13 d'abril

Menú Quaresma

1 i 2 d'abril

Firatapes

30 de setembre i 1 d'octubre

Firatapes

De l'1 a l'11 de setembre

Tapes i canyes

16 i 17 de desembre

Fira de Nadal:
Cuina de Nadal

Sant Vicenç dels Horts és un poble ric en diversitat cultural i en tradicions, un fet que queda reflectit a les nostres cuines. La taula és un lloc de trobada enriquidor, per això al llarg de tot l'any Sant Vicenç dels Horts facilita aquests moments per compartir. Comencem gener amb la Mostra Comercial i Agrícola; tenim menú de Setmana Santa i la Firatapes a l'abril; acabem l'estiu amb el Tapes i Canyes; la Firatapes torna a l'octubre, i acomiadem l'any amb la Fira de Nadal, mentre que al Mercat de Pagès trobem els productes de temporada durant tot l'any.

Tenim per davant un 2017 ple d'ocasions per descobrir i compartir sabors.

Bon profit!

Menú Mostra. Horts de Sant Vicenç

Els restaurants vicentins porten La Mostra Comercial i Agrícola a les seves cuines i, un any més, ofereixen un menú especial el cap de setmana de La Mostra. Productes pròxims i de temporada protagonitzen uns plats del tot vicentins.



Els establiments participants són:

RESTAURANT PONTE VECCHIO Centre Comercial la Vailet, local 27
LA CUINA D'EN TONI C. Rafael de Casanova, 45
RESTAURANT SAGRISTÀ C. nou, 23
BAR RESTAURANTE LAS PALMERA Crta. de Sant Boi - BV2002 KM 2800
QUE SA QUE BO Plaça del Molí, 1
CASA MORA C. la Corunya, 42
ATENEU FAMILIAR C. del Riu, 5

Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya

Institucional ● Degustació



Pàrquing Firaires

Era del Baró

Firaires

Agricultura

Entitats

Planter

Comercial

Carretera de Sant Boi BV - 2002



[/AjuntamentSVH](#)



[@AjuntamentSVH](#)



[@AjuntamentSVH](#)



www.svh.cat