

Josep Borràs
Damià Borràs

LA MILLOR CUINA DE
MENORCA



V I E N A
E D I C I O N S



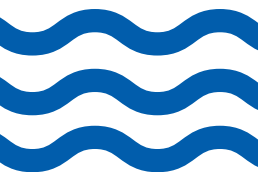
ESCOPINYES AL FORN

Les escopinyes se solen menjar crues (si de cas, just trempades amb un rajolinet de suc de llimona o un pessiguet de pebre negre, però no vos aconsellam que n'hi poseu). Aquesta recepta, emperò, té també gran tradició i predicament:

- **24 escopinyes gravades*** • **8 cullerades de pa ratllat**
- **1/2 culleradeta de pebre vermell** • **2 alls** • **julivert**
- **8 cullerades d'oli**

Obriu les escopinyes per la part de la frontissa maldant que no perdin l'aigua de la mar que duen a dins. Les posau dins un perol sense salar-les. Feis una picada molt fina amb l'all i el julivert i la mesclau amb el pebre vermell i el pa ratllat. Ho escampau damunt la carn de les escopinyes i les regau amb l'oli.

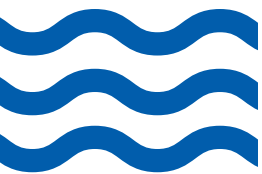
Escalfau el forn a 180°. Hi coeu les escopinyes durant tres o quatre minuts. Anau vius: si es cou massa, el marisc de closca torna dur.



DÀTILS A LA PLANXA

- **4 dotzenes de dàtils de la mar***

Passau els dàtils d'aigua per llevar l'arena que pugui tenir la closca. Posau una paella de cul gruixat al foc i, quan sigui molt calenta, hi tirau una dotzena de dàtils. Els treis d'un en un a mesura que es vagin obrint. Feis així tots els dàtils, de dotze en dotze. Els serviu regats amb el suc que hauran tret en obrir-se i ben calents. Els heu de coure bé en el darrer moment.



PANADERA DE CIGALA, DE LLAGOSTA O DE LLOMANTO

• **1,5 kg del crustaci que hagueu triat (cigala*, llagosta o llomanto*). També poden ser crustacis variats • 800 g de patates • 1/2 ceba grossa • 4 cullerades de tomàtic* ratllat • 1/2 pebre verd • 1/2 pebre vermell • 100 g de fesols* (pèsols) esgranats • 4 alls • 12 ametlles • julivert • 8 cullerades d'oli • 1 cullerada de conyac • 500 cc de fumet (brou de peix suau) • 500 cc d'aigua**

Si el crustaci triat és gros (una sola peça), el tallau com s'explica a la recepta de la *Caldera de llagosta* (vegeu la pàgina 28). Si són peces més tost petites, n'hi haurà prou amb tallar-les de per llarg. Rebutjau la bossa de l'estómac. Posau els fetges, els ous (si teniu la ventura que el crustaci sigui femella i dugui *corall*) i la *sang* que pugueu arregar dins un morter i, de moment, ho deixau de banda.

Salpebrau el crustaci. El fregiu un poc dins una paella amb vuit cullerades d'oli ben calent. Si es tracta de peces petites, les fregiu primer amb la closca per avall i després les girau. Deixau el crustaci de banda en un lloc calent després d'haver-li escorregut l'oli.

Picau la ceba, els alls i el julivert tot ben menut i tallau els pebres en trossos petits. Amb tot açò, feis un sofrit dins un tià amb l'oli on abans heu frit el crustaci. Quan la ceba sigui transparent, hi afegiu el tomàtic ratllat i les patates tallades en cantells*. Cobriu les patates amb l'aigua i el fumet calents (o amb doble quantitat d'aigua, si no teniu fumet) i hi afegiu els fesols.

Dins el morter (o amb el *pímer*), picau el fetge, els *coralls*, la *sang* i les ametlles. Hi afegiu una cullerada de conyac.

Quan les patates siguin mig cuites, hi afegiu el crustaci i la picada que acabau de preparar i ho tastau de sal i pebre. Deixau que les patates s'acabin de coure a poc a poc i ja ho podeu servir. Vos ha de quedar un brou més tost curt i tirant a espès.



FAVA I FIDEU

- 300 g de faves seques pelades • 200 g de fideus del núm. 4 (diàmetre d'espagueti) • 1/2 bastenaga • 1 ceba mitjancera • 2 alls • 1 tija petita d'àbit* • 1 branqueta de tem* • julivert • 5 cullerades d'oli

Pica la ceba, la bastenaga i els alls, tot ben petit, i ho posau dins una casseroles. Hi ficau també l'àbit, el tem i el julivert lligats amb un fil. Passau les faves d'aigua freda, les escorreu i les afegiu dins la casseroles. Llavors, hi posau també quatre cullerades d'oli, un pessic de sal i l'aigua necessària per tapar les faves. Ho feis bullir tot ben a poc a poc, amb la casseroles tapada, fins que les faves estiguin boni desfetes.

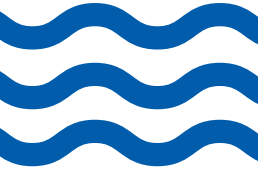
Dins una casseroles a part, amb l'aigua suficient, una cullerada d'oli i un pessic de sal, bulliu els fideus just *al dente*. Quan les faves siguin cuites, hi afegiu els fideus escorreguts i ho deixau coure tot junt un moment maldant que no s'aferri. Ho tastau de sal. Vos ha de quedar un potatge ben espès.



FAVES OFEGADES

- 500 g de faves seques • 50 g de sobrassada vella
- 400 g de patata • 1 ceba • 1 tomàtic* madur gros
- 1/2 pebre verd • 2 alls • julivert • 6 cullerades d'oli

Remullau i cellau les faves. Pica la verdura i les posau dins un tià amb les faves i l'oli. Ho cobriu d'aigua freda i ho feis coure tapat molt a poc a poc. Quan les faves faci mitja hora que bullen, les *regirau* (és a dir, hi tirau mig got d'aigua freda). Tornau a tapar el tià i deixau que continuï la cocció ben a poc a poc durant vint-i-cinc minuts més i hi afegiu la patata tallada en cantells* petits i la sobrassada esmicada. Ho deixau acabar de coure fins que la patata sigui cuita (haurà de menester devers vint minuts) i ho serviu.



CARAGOLS AMB CRANCA

- **1,2 kg de caragols • 500 g de cranca* • 1/2 ceba**
- **2 tomàtics* madurs • 2 alls • 1/2 pebre verd • 1/2 bastenaga • 1/2 tija d'àbit* • julivert • 1 fulla de llor***
- **tem* • 1 llesca de pa dur • 1/2 got de vi blanc sec**
- **4 cullerades d'oli • 1 cullerada de conyac • 1 cullerada de farina**

Passau d'aigua freda els caragols dues vegades. Llavors els deixau tapats amb aigua i sal i una cullerada de farina. Els anau remenant de tant en tant. Quan hagin tret tota la mucositat, els tornau a passar d'aigua clara.

Posau els caragols nets i escorreguts dins una cassola amb aigua freda que els tapi. Els teniu amb poc foc perquè vagin traient les banyes. Quan l'aigua bulli, els escumau. Hi afegiu les herbes aromàtiques fermades en un manat, la bastenaga i l'àbit. Ho salau. Ho deixau bullir mitja hora.

Preparau la cranca tal com s'explica a la recepta de l'Arròs amb cranca (vegeu la pàgina 44).

Dins un morter, picau la sang, el fetge i els ous, si en teniu, de la cranca, i una llesca de pa dur remullat amb un poc de llet. Ho barrejau amb una cullerada de conyac i, per ara, ho deixau de banda.

Pelau la ceba i els alls i ho picau tot ben petit juntament amb mig pebre verd. Ho sofregiu amb l'oli dins un tià ben a poc a poc devers cinc minuts i hi afegiu els tomàtics, que haureu pelat i capolat. Ho deixau coure deu minuts més i hi tirau els trossos de cranca. Ho deixau sofregir encara cinc minuts, ara a foc ben viu, i hi posau el vi. Deixau que el vi se redueixi durant un parell de minuts i hi afegiu la picada, els caragols escorreguts, un cullerot del brou de bullir els caragols i un altre d'aigua calenta. Ho deixau coure a poc a poc devers deu minuts més, ho tastau de sal i apagau el foc. Ho deixau reposar almanco dues o tres hores amb la cassola tapada.

El plat millorarà si el feis d'un dia per a l'altre. Si en el moment d'escalfar els caragols veis que la salsa ha tornat massa espessa, sempre hi podeu afegir un rajolí d'aigua calenta.

Si no podeu trobar cranca, la podeu substituir per set-cents grams d'escamarlans.



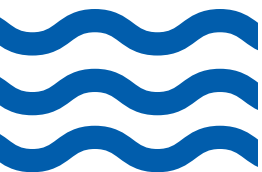
PILOTES DE CAP-ROIG, D'ARANYA O DE RASCLA

- **1 kg de cap-roig***, **aranya*** o **rascla*** • **1 ceba**
- **3 tomàtics*** • **1 tros de tija d'àbit*** • **julivert.** • **3 ous**
- **1/2 llimona** • **3 cullerades de pa ratllat** • **50 g de formatge vell de Maò ratllat** • **1 fulla de llor***
- **1/2 cullerada d'estragó** • **1/2 cullerada de moradui***
- **1 got, dels de vi, de vi blanc sec** • **oli.** • **vinagre (per a les mans)**

Passau d'aigua el peix i l'escatau. Li tallau el cap, que xapareu en dues parts. Tallau el peix en rotllanes. El posau (el cap i tot), dins una casserola juntament amb l'àbit i la fulla de llor. Ho tapau d'aigua, ho salau, ho posau al foc i ho coeu tres minuts a partir del moment en què l'aigua arranqui el bull. Llavors treis les rotllanes de peix i deixau que el cap bulli vint minuts més. Colau el brou i, per ara, el deixau de banda.

Deixau refredar una mica el peix, el poliú de pells i d'espines, l'esmicau i el picau ben fi. El posau dins un ribell amb les herbes aromàtiques, el julivert ben picat, el pa ratllat, el formatge ratllat i un pessic de sal. Debateu un ou sencer i els blancs dels altres dos (deixau de banda els vermells per a més endavant) i els afegiu al ribell amb el peix juntament amb tres cullerades d'oli cru. Ho ben mesclau i ho pastau fins que tingueu una pasta compacta i fina. Amb les mans banyades amb un poc de vinagre, feis bolles de devers dos centímetres de diàmetre amb la pasta.

Picau la ceba ben menuda i pelau i picau el tomàtic. Sofregiu la ceba dins un tià amb tres cullerades d'oli devers cinc minuts i hi afegiu el tomàtic. Ho deixau coure cinc minuts més i hi abocau el suc de la mitja llimona i el brou de peix (de manera que caregi* quan, més endavant, hi afegiu les pilotes). Quan el brou comenci a bullir hi posau les pilotes i ho deixau coure tot junt devers deu minuts. Desfeis els dos vermells d'ou que vos queden amb un rajolinet d'aigua freda i els afegiu al tià just quan apagueu el foc. Sacsau* el tià per les anses per lligar la salsa, ho tastau de sal i ho serviu.



SALSA MAONESA

La Salsa maonesa, feta a la manera tradicional (és a dir, emprant només els vermells dels ous) és molt delicada i se tria fàcilment (sobretot, si se vol fer servir com a base d'altres salses). És per això que actualment de vegades se sol afegir també el blanc de l'ou a la salsa, cosa que la fa més estable i més suau. Vet aquí les dues fórmules, començant per l'original.

- **2 vermells d'ou • 400 cc d'oli d'oliva de 0,4° molt refinat • el suc de 1/2 llimona (o 1 cullerada de vinagre)**
- **sal**

És molt important que els ous siguin ben frescos. Separau els blancs dels ous i els refusau. Posau els vermells dins un morter (o dins un bol) amb un pessic de sal i el suc de llimona (o el vinagre). Ho remenau bé amb un bateador de varetes (o la mà del morter) per fondre la sal. Llavors hi anau afegint l'oli en rajolinets molt petits mentres ho remenau amb les varetes en un moviment constant de rotació, sempre en el mateix sentit (si no, i segons marca la tradició, la maonesa se vos triarà). A mesura que la salsa es vagi lligant, anau augmentant la quantitat d'oli en cada rajolinet que hi posau fins que l'hagueu emprat tot.

Si la salsa vos ha quedat molt espessa, la podeu alleugerir amb una culleradeta d'aigua molt freda que lligareu anant molt viu. Si, en canvi, veis que la salsa se vos triarà, hi deixau de posar oli, hi abocau una culleradeta d'aigua molt freda i ho remenau amb molta energia. Si se lliga, continuau amb l'oli. Si no heu pogut evitar que es triés, agafau una molla de pa sense crosta de la mida d'una nou, la remullau amb llet, l'escorreu i la posau dins un altre morter. Picaeu la molla amb la mà de morter i hi afegiu una culleradeta de la salsa triada. Ho remenau com s'ha explicat més amunt fins que es lligui, hi afegiu una altra culleradeta de salsa i anau fent així fins que acabeu la salsa i l'oli. Si en batre la molla de pa amb la primera cullerada de salsa no aconseguíu lligar-la, és millor que comenceu una salsa nova amb un vermell i, quan la tingueu feta, hi aneu afegint la salsa tallada en culleradetes i sense deixar de remenar-la.



CREPELLINES

PER FER DEVERS 30 CREPELLINES: • 1/2 kg de farina • 200 g de sucre • 100 cc de llet • 1 ou • 1 cullerada de cafè de bicarbonat • 1 cullerada de cafè de vainilla • 1 cullerada d'oli (per a les mans) • seu* de porc (per untar la llauna)

Les Crespellines se solen fer amb un motllo especial de devers deu centímetres de diàmetre que té unes mosses molt petites en tot el seu perímetre. Si no en teniu cap a mà, les podeu fer emprant de 'patró' un plat o una escudella de la mida indicada (simplement, vos quedaran sense mosses).

Posau la farina dins un ribell i hi feis un clot ben gran en forma de cràter. Desfeis la sucre amb la llet (freda). Debateu l'ou i l'afegiu a la llet juntament amb el bicarbonat i la vainilla. Ho abocau dins el cràter de la farina, ho mesclau i ho ben pastau. De tant en tant vos untau les mans amb un rajolinet d'oli (la pasta estarà a punt quan hagueu emprat tota una cullerada d'oli per untar-vos les mans). Ho deixau reposar devers vint minuts.

Allisau la pasta amb l'allisador damunt el marbre fins que tengui un gruix de mig centímetre. Tallau les crespellines amb el motllo, les posau damunt una llauna just untada amb una mica de seu de porc i les punxau un parell de vegades amb una forquilla. Els retalls que vos vagin quedant en el marbre els tornau a pastar un poc i en podeu fer més crespellines.

Coeu les crespellines dins el forn a 180° devers 10 minuts, fins que tenguin un bell color daurat. Llavors agafau una crespellina, la girau i mirau si la base té el mateix color daurat que la part de damunt. Açò és senyal que són cuites. Haureu mirat, com deien en primer, si ja «té bon sòl» (és a dir, si també és cuita la part que, quan s'empraven forns de pa, estava en contacte amb el sòl del forn). Si la crespellina encara no té bon sòl, allargau la cocció un parell de minuts. Se mengen fredes. Desades dins una capsa de llauna que tapi bé, se conservaran deu o dotze dies.