

RECEPTES

del llibre

Josep Maria Vallès

Polítics a la carta

Confessions de deu polítics
durant un bon sopar
al menjador de casa

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



MENÚ PER A ORIOL JUNQUERAS

Receptes a càrrec d'Àlex Juncosa*

- Gaspatxo amb mongeta tendra, ous de guatlla i llavors de carabassa
- Sípia amb patates i allioli suau
- Mango amb escuma de iogurt

* Per a quatre persones.



Gaspatxo amb mongeta tendra, ous de guatlla i llavors de carabassa

300 g de mongeta tendra perona (plana)
1 kg de tomàquets madurs
20 g de llavors de carabassa
20 g de cogombre pelat
½ ceba de Figueres petita
¼ de gra d'all
12 ous de guatlla
2 llesques de pa de motlle
0,01 L de vinagre
Pebre negre
Sal

- Disposeu tots els ingredients del gaspatxo, ben nets i tallats a trossos, en una batedora americana. Tritureu-ho bé i afegiu-hi aigua per deixar-ho al punt de consistència desitjat. Passeu el gaspatxo per un colador fi i guardeu-lo a la nevera ben fred.
- Renteu bé les mongetes, traieu-ne les puntes i talleu-les al llarg, a la juliana. Poseu aigua abundant a bullir, i, quan arrenqui el bull, afegiu-hi força sal. Introduïu-hi les mongetes un cop torni a bullir i coueu-les 3 minuts.
- Escorreu bé les mongetes i poseu-les en un bany d'aigua amb molt de gel, per tal de refredar-les de pressa i que conservin el color verd pujat.
- Salteu les llavors de carabassa amb una mica d'oli fins que comencin a canviar de color, vigilant que no es cremin.



- Bulliu els ous de guatlla en aigua amb sal i una mica de vinagre durant 3 minuts. Refredeu-los amb aigua freda, peleu-los i talleu-los a quarts.
- Poseu la mongeta en plats fondos amb l'ajuda d'una tassa o un got rodó perquè conservi una forma rodona al mig del plat. Afegiu-hi els ous de guatlla tallats i les llavors de carabassa, tot ben repartit pel plat.
- Per acabar, afegiu-hi el gaspatxo i serviu-ho.

Sípia amb patates i allioli suau

1 kg de sípia neta
1 kg de patates monalisa
1 ou fresc
1 gra d'all cru
Julivert picat
0,25 L d'oli d'oliva suau
Sal

- Talleu la sípia a trossos grans, tenint en compte que després de la cocció es redueix molt.
- Peleu les patates i talleu-les a trossos, tot fent un tall, i, a l'últim moment, en lloc de seguir tallant, separeu a mà la patata; d'aquesta manera, la fècula de la patata que s'alliberi en la cocció facilitarà que el líquid quedi més lligat.



- Bulliu la sípia en aigua i una mica de sal durant uns 30 minuts o més, fins que estigui ben tova. Reserveu-la. En la mateixa aigua de bullir la sípia, bulliu les patates fins que estiguin gairebé cuites. Co-leu l'aigua i reserveu-la per fer-la servir més tard.
- Per a l'allioli suau, poseu l'ou i l'oli en un got alt de la batedora. Colloqueu la batedora al fons i bateu-ho a velocitat màxima fins que veieu que l'oli comença a lligar amb l'ou i s'espesseix. Bateu-ho uns minuts més aixecant el braç de la batedora. Quan la maionesa estigui feta, afegiu-hi el gra d'all sense la part de l'arrel de dins. Afegiu-hi també la sal i bateu-ho fins que l'all estigui ben triturat. Aneu afegint-hi part de l'aigua d'haver bullit la sípia i les patates fins que estigui negat, però encara espès.
- A la cassola on teniu les patates, afegiu-hi la sípia i l'allioli negat. Barregeu-ho bé al foc perquè s'escalfi tot. Deixeu que les patates s'acabin de coure durant 2 minuts. Rectifiqueu-ho de sal i afegiu-hi un bon grapat de julivert picat.



Mango amb escuma de iogurt

2 mangos

375 g de iogurt grec

125 g de nata amb un mínim de 33% de MG

75 g de sucre

2 càrregues de sífó

- Peleu els mangos i talleu-los a trossos regulars de 2 cm. Repartiu-los en 4 gots.
- En un bol, barregeu el iogurt grec, la nata i el sucre. Passeu-ho per un colador fi i introduïu-ho en un sífó. Poseu-hi les dues càrregues de gas i barregeu-ho enèrgicament. Deixeu-ho a la nevera fins a l'hora de servir-ho.
- Acabeu el plat amb l'escuma de iogurt per sobre del mango.