

arròs amb llampuga i escopinyes de la badia (GASTR)

Elaboració: En caldero fondo sofregim la 1/2 nyora, els 4 grans d'all i la tomaca madura tallada en dos trossos. Reservem i passem al morter amb unes fulles de julivert. La llampuga, la netejarem amb cura i li tallarem un poc la cua. Ara ja podem sofregir-la a poc foc, traure-la i reservar. En el mateix oli, sofregim la bajoqa ampla fins que estiga blaneta (convé tallar-la prèviament a trossos menuts). En un bol posarem les escopinyes de la badia amb aigua i les rasparem varies vegades amb sal fins que amollen tota l'arena. Sempre en el mateix caldero, amb les bajoques, afegirem els 4 grapats d'arròs, sofregint-lo amb la salsa del morter. Afegirem aigua i, quan comence el bull, posarem la llampuga i les escopinyes de la badia. No llevem la tapadora i les escopinyes

s'obriràn al vapor, si llevem la tapadora es quedarn tancades. Servim l'arròs melòs i sal al gust.

Ingredients per a 4 persones

- 1 llampuga fresca
- 1/2 quart de bajoques amples
- 1/4 d'escopinyes de la badia
- 4 grapats d'arròs
- 1 tomaca madura
- 1/2 nyora
- 4 grans d'all
- julivert
- oli d'oliva, sempre

Temps de preparació: 1 hora.

Diccionari de
Benidorm