



# Gaudim de la tradició



## ABRIL - TARRAGONA

### Elaboració

1. Desfer el llevat amb aigua tèbia i afegir la sal.
2. Fer un volcà amb la farina i barrejar amb el llevat.
3. Treballar fins obtenir una pasta homogènia i deixar-la reposar tapada amb un tovalló fins que dobli el volum.
4. Fer un sofregit amb la ceba i els tomàquets.
5. Estirar la pasta donant forma allargada d'una amplada de 15 a 20 cm i repartir per sobra el sofregit i les verdures escalivades.
6. Salar i posar les arengades i un raig d'oli.
7. Enfornar la coca fins que la pasta estigui cuita.

#### Variacions

- Substituir les arengades per salsitxes, llonganisses o llom de porc.

### COCA DE RECAPTE



#### Ingredients

- 400 g de farina
- 150 g d'aigua
- 20 g de llevat premsat
- 10 g de sal
- 4 cebes trinxades
- 4 arengades
- 3 pebrots escalivats
- 2 albergínies escalivades
- 2 tomàquets madurs trinxats
- Oli / Sal

### Elaboració

### PATACO (PUTACO AMB TONYINA)

1. Fer un sofregit amb el pebrot, la ceba i els tomàquets en una cassola fonda amb oli.
2. Afegir les patates, els cargolins i aigua fins que quedi ben cobert.
3. Quan arrenqui el bull, afegir el carbassó, i a mitja cocció la tonyina i la picada.

#### Variacions

- Es pot fer amb ganyims de tonyina.



#### Ingredients

- 600 g de cargolins nets
  - 500 g de patates esqueixades
  - 400 g de tonyina tallada a daus
  - 2 tomàquets a trossos
  - 1 ceba trinxada
  - 1 pebrot vermell a trossos
  - 1 carbassó tallat a rodanxes
  - Oli / Sal / Aigua
- Per fer la picada:
- 2 grans d'all / Safrà / Julivert
  - Un grapadet d'ametlles torrades
  - ½ got de vi ranci

### Elaboració

### MENJAR BLANC

1. Fer bullir la llet amb la branca de canyella, la pell de llimona i el sucre.
2. Retirar la pell i la canyella i afegir la farina d'arròs desfeta amb una mica de llet freda.
3. Després posar al foc i no deixar de remenar fins que s'espesseixi.
4. Posar en terrines i, quan estigui fred, empolverar amb una mica de canyella per sobre.



#### Ingredients

- 1 litre de llet
- 150 g de farina d'arròs
- 150 g de sucre
- 1 branca de canyella
- 1 pell de llimona
- Canyella en pols