



QUIXES DE PROXIMITAT, per Sílvia Anglada

●Masa:

200 gr farina ecològica de La Marcona

5gr llevat de forner

80 gr aigua tèbia

Pessic sal de Fornells

50 d'oli Oliva s'Olivaret

Ajuntar tots els ingredients i amassar amb molt de carinyo. Estirar sa massa i folrar es motllo amb cura, posar un paper de forn a sobre i omplir-ho de cigrons (per fer de pes), coure uns 15 minuts, treure el paper i els cigrons, i ja tenim la base apunt per farcir.

●Farcit:

Es poden farcir de qualsevol verdura/fruïta de temporada i local, previament saltejada. També hi podem posar fruits i fruita seca, llavors. S'hi pot afegir espícies, canyella, curri, tem, moradui, etc.

●Flam:

Per un motllo de 20cm de diàmetre, 1 got 1/2 de llet (es pot fer amb llets vegetals ecològiques) 3/4 ous sencers , un pessic de sal (opcional). Batre tot junt i abocar-ho dins es pastissos. Posar a coure 45min aprox a 170 graus.

Recepta elaborada per Silvia Anglada i Toni Tarrago, i els participants en el taller de cuina familiar a la jornada "Cuina de proximitat, escola i familia", organitzada en el marc del projecte "Valoració del producte de Menorca a través de la gastronomia", finançat pel Programa Leader