



## **JUNY: VERDURES CA NA PILAR, DE VÍCTOR LIDÓN**

Comencen els mesos de calor i des de 12 mesos 12 mossos hem pensat elaborar una amanida fresca, vistosa i diferent. Esperem que us agradi.

### **INGREDIENTS:**

Sardina fumada  
Ou mollet vermell  
Patata macaria  
Espàrrecs  
Mongeta tendra  
Remolatxa  
Bròquil  
Colflor  
Tomàtic Cherry  
Mascarpone  
Rúcula  
Escarola  
Mantega  
Julivert  
Oli d'oliva  
Sal  
Pebre

### **ELABORACIÓ:**

#### **VERDURES**

Bullir i refredar amb aigua i gel els espàrrecs, la mongeta tendra, les carxofes, la remolatxa, el bròquil i la colflor. Reservar.

#### **PATATA MACARIA**

Coure a 170 graus les patates durant 45 minuts. Pelar i amb una forquilla mesclar-ho amb la mantega, oli verge, sal i un rovell d'ou. Introduir el puré entre dos papers de forn i premsar. Refrigerar i tallar amb un talla-pastes.

#### **OU MOLLET**

Bullir l'ou 6 minuts i refredar. Rompre la closca però sense retirar-la de l'ou. Introduir en un lliquat de remolatxa perquè agafi el color.

### COM FUMAR LA SARDINA

Es netegen bé les sardines i es fan a filets. Es marinen amb sal i sucre (quantitats iguals) durant 20 minuts. Es renten amb aigua i es desespinen. Per a fumar-les, s'agafa una olla gran amb tapa i s'hi posa romaní i farigola seca a la base. A sobre una reixa un bol amb aigua i gel. Dins del bol d'aigua un altre amb les sardines. Encenem el foc i tapem. 5 minuts després ja ho tenim.

### EMPLATAT

Marcar la patata macaria. Amanir les verdures i el tomàtic cherry amb una vinagreta de mostassa (per un litre d'oli posar 60 gr. de mostassa i 50 de vinagre), sal, pebre i julivert. Pelar l'ou. Tallar la sardina fumada. Col·locar sobre la patata, amb gràcia i elegància, les verdures, el tomàtic, la sardina, el *mascarpone* amb julivert picat (amanit amb sal i pebre), l'ou, la rúcula, l'escarola i les flors que es desitgin per decorar.

Bon profit!

