

RAP ALLAGOSTAT_ Rap presentat com si fos LLAGOSTA



	<u>Ingredients</u>
1,5 kg	una cua de rap sencera sense l'espina
	pebre vermell
20 grs	mantega
50 ml	llet
1	suc d'una llimona
1 fulla	llorer
	salsa rosa
1	ou dur
el necessari	oli d'oliva
3 cullerades soperes	quètxup (o de sofregit de tomàquet)
1 cullerada postres	mostassa
un rajolí	conyac
2 cullerades soperes	iogurt natural
un pessic	sal
un pessic	pebre negre
un pessic	pebre vermell dolç
un rajolí	suc de llimona o vinagre de vi
	acompanyament
400 grs	pèsols petits (poden ser també mongetes verdes, enciam o escarola, qualsevol acompanyament que ens porti una mica de color)

Nota: Fer treure l'espina del rap a la peixateria demanant que ens deixin els lloms sencers.

Nota: Tots els components s'han de deixar refredar abans d'incorporar-los a la preparació del plat.

Nota: Si no tenim quètxup podem fer la salsa rosa amb sofregit de tomàquet a temperatura ambient o fred.

Nota: Si volem estalviar-nos feina podem fer la salda rosa amb una maionesa suau del supermercat.

- Bullir el pèsols o les mongetes verdes tallades a trossets petits . Reservar fins que siguin ben freds (o unes fulles d'enciam o escarola picades).

- Preparar una salsa rosa posant l'ou sencer al pot del pymer i afegir-hi oli suficient segons la mida que necessitem.
- Col·locar el pymer a tocar del fons i engegar-lo sense bellugar-lo de posició fins que veiem que a pres tot l'ou.
- Salpebrem al gust mentre seguim amb el pymer.
- Hi anem afegint les cullerades de quèxup (o sofregit de tomàquet), mostassa, iogurt natural, una mica de pebre vermell dolç i uns rajolins de conyac i suc de llimona. Reservar.
- Lligar els dos lloms del rap amb un cordill de cuina de cotó.
- Salpebrar-los i untar-los amb un bon raig de llimona.
- Arrebossar el rap amb pebre vermell dolç.
- Traspassem la cua de rap a una plata de forn i hi afegim la llet i la mantega a trossets.
- Coure el rap al forn a 200°C cinc minuts per cada banda. En total uns 10-11 minuts.
- Treure el peix del forn. Deixar-lo escórrer sobre una reixeta fins que sigui fred.
- Quan sigui fred, traiem el cordill amb molta cura i hi tamisem per sobre una mica de pebre vermell dolç.
- Tallar-lo a rodelles d'un dit i mig de gruix.
- Col·locar el rap al centre d'una safata, amb els trossos encavalcats un sobre l'altre.
- Amb una part de la salsa rosa farem un cordó sobre l'eix central de la cua de rap però sense tapar-la del tot. La resta de la salsa la posarem en una salsera per si algú en vol més.
- Posar els pèsols bullits al voltant del rap.
- Deixar-ho reposar a la nevera durant 1 hora com a mínim.