

BACALLÀ AVI FORKI_ Forki

- El dia abans preparem un puré de carbassa amb carbassa, ceba tendre i patata.

Nota: Millor comprar els lloms de bacallà ja desalats i a punt de fer servir o que necessitem un canvi d'aig. Si els coprem secc els haurem de desalar seguint aquest procediment:

- Posar el morro en un bol amb aigua abundant que el cobreixi sobradament (el bacallà creix i ha d'estar sempre cobert d'aigua).
- 4, 5 o 6 dies a la nevera (mínim 4 dies)
- 1er canvi d'aigua x 24 hores a la nevera
- 2º canvi d'aigua x 24 hores a la nevera
- 3er es treu de la nevera, escórrer i cuinar (no s'ha de canviar l'aigua, només escórrer)



4 persones	Ingredients
4 (aprox. 200 grs/per persona)	lloms de bacallà dessalat
8	carxofes
	oli d'oliva
	carbassa
	ceba tendra
	patates
3 cullerades soperes	mostassa a l'antiga
3 cullerades soperes	mel
un grapat generós	nabius vermells
un grapat generós	ametlla torrada

Elaboració

- Piquem les ametlles a la mà de morte. Reservar.
- Eliminar les fulles més verdes de la carxofa, laminar i fregir-les en oli d'oliva. Reservar.
- Colem l'oli per eliminar les fulles recremades i en aquest oli hi fregim lleugerament els nabius vermells. Reservar.
- Posem els lloms de bacallà en una cassola coberts d'aigua i encenem el foc al mínim.
- El deixem escalfar fins que l'aigua canviï de color, sense arribar a bullir. Reservar.
- En un pot escalfem el puré de carbassa.
- En un altre pot posem a disoldre la mel amb la mostassa antiga. Quan s'hagi dissolt la mel hi afegim el puré de carbassa.
- Col·loquem els lloms de bacallà escorreguts als plats, aboquem el puré de carbassa pel damunt del bacallà, a sobre hi escampem els nabius vermells i l'ametlla picada.
- Afegir la carxofa fregida.