

BAR CAFETERIA LOLI

Carrer d'Olot, 26

Cuina catalana

LA BOTIFARRA

La botifarra és un embotit típic de Catalunya que presenta una gran varietat de gustos i de formes d'elaboració (botifarra crua, dolça, blanca, negra, traïdora, de perol, etc.). La botifarra crua es fa amb carn de porc, sal i pebre negre. Antigament, després de matar el porc, la botifarra crua es consumia de seguida o bé es conservava confitada en olles.

Només hi ha un producte pràcticament idèntic a la botifarra crua catalana a tot Europa: la que s'elabora a Tolosa de Llenguadoc per fer la famosa cassoleta. A la cuina catalana, la botifarra crua té un gran protagonisme. Probablement un dels plats més coneguts i valorats sigui la botifarra amb mongetes.

Des d'un punt de vista nutricional, és un aliment energètic, ric en ferro, proteïnes i vitamines del grup B.

Botifarra amb mongetes seques



RECEPTA

▶ **INGREDIENTS**

1 botifarra de pagès per persona
400 grams de mongetes blanques
2 o 3 grans d'all
Julivert
Oli d'oliva



Baix



90 min.



Baix

▶ **PREPARACIÓ**

Poseu les mongetes en remull la nit abans.
Deixeu-les cobertes amb aigua fins al dia següent.
Poseu en una olla aigua freda, sal i les mongetes escorregudes.
Coeu les mongetes durant una hora aproximadament.
Escorreu-les i deixeu que es refredin. Poseu oli d'oliva en una paella.
Afegiu-hi les mongetes quan l'oli estigui calent.
Deixeu que es daurin una mica i afegiu-hi l'all i el julivert picats.
Poseu en una graella una mica d'oli d'oliva.
Quan l'oli estigui calent, col·loqueu-hi les botifarres fins que estiguin ben fetes.



Nivell de dificultat



Temps de realització



Preu