

## LAL DÓNER KEBAB

Carrer de Mossèn Jacint Verdaguer, 153

### Cuina turca

# EL XAI

El xai és una ovella que té menys d'un any i que arriba fins als 8 quilos de pes. Ha estat criat pels humans des de fa 9.000 anys i això el converteix en el tipus de bestiar que ha estat domesticat des de fa més temps.

A la cuina mediterrània és un ingredient càrnic habitual així com a la cuina índia i part de la xinesa. A l'Argentina és un dels menjars més valorats de la regió de la Patagònia. També el podem trobar en algunes cuines del Magrib, on són molt coneguts els tagín de xai (estofats amb verdures típics del nord d'Àfrica).

La carn de xai es pot considerar vermella o blanca segons l'edat i l'alimentació que hagi rebut l'animal. És una de les carns amb major percentatge de greix saturat, per tant aneu amb compte amb el colesterol. Amb tot, la carn de xai és font de proteïnes de bona qualitat, de vitamines B12 i B2 i de minerals com ara el ferro, el fòsfor i el zinc.

# Dóner kebab



## RECEPTA

### ▶ **INGREDIENTS**

Una peça de pollastre i/o xai  
(500 grams)

#### **Preparació de la carn:**

4 cebes  
1 gra d'all  
1 fulla de llorer  
Pebre negre  
Julivert  
2 llimones

#### **Preparació del dóner:**

Pa de dóner  
Enciam  
Tomàquet  
Ceba  
Pastanaga  
Cogombre  
Formatge de cabra

#### **Salsa de iogurt:**

1 iogurt natural cremós  
1 gra d'all  
3 cogombrets  
1 culleradeta de tàperes  
Alfàbrega i orenga  
Oli d'oliva



Fàcil



5 hores



Mig

### ▶ **PREPARACIÓ**

#### **Preparació de la carn:**

Tritureu tots els ingredients de preparació de la carn.  
Afegeu-ho a la carn i poseu-ho a la nevera 4 hores.  
Després coeu la carn al forn.

#### **Preparació del plat:**

Poseu la paella al foc i quan estigui calenta escalfeu el pa de dóner volta i volta.  
Enretireu el pa i ja hi podeu posar la carn al gust tallada ben fina.  
Afegeu-hi l'enciam i la pastanaga tallats a la juliana, i el tomàquet, la ceba i el cogombre tallat a rodanxes primes.  
Poseu-hi també el formatge de cabra calent.  
Prepareu la salsa de iogurt.  
Barregeu tots els ingredients i passeu-los per la batedora.  
A més, poseu-hi la salsa de iogurt.



Nivell de dificultat



Temps de realització



Preu