



Croquetes de patata i pa de motlle

Plat de l'Índia

Ingredients

- Patates bullides
- Pa de motlle
- Aigua
- Ceba
- Coriandre
- Sal
- Pebre negre
- Comí
- Oli de gira-sol o d'oliva
- Salses fetes de casa (picant i no picant)

Instruccions per fer patates farcides

Rentem quatre patates grosses (uns 425 grams). Les posem en una olla de pressió i les cobrim d'aigua. Hi afegim $\frac{1}{2}$ culleradeta de sal. Les coem durant cinc a sis xiulades de pressió entre foc mitjà i viu. Quan la pressió s'estabilitzi per si sola, obrim la tapa. Revisem amb un ganivet que estiguin ben fetes; per tant, el ganivet hauria de lliscar fàcilment.

Escorrem tota l'aigua i reservem les patates. Les deixem refredar a temperatura ambient. Si no, també podem comprar bosses preparades de patates petites i coure-les al microones a temperatura màxima durant 15 minuts. En acabar, les pelem i les ratllem en un bol. Hi afegim dues cullerades de fulles de coriandre picades i un bitxo verd. Aixafem les patates amb una forquilla. Després hi barregem els ingredients següents:

- $\frac{1}{4}$ culleradeta de bitxo vermell en pols (opcional)
- $\frac{1}{4}$ culleradeta de pebre negre en pols o molt
- $\frac{1}{4}$ culleradeta de massala en pols
- $\frac{1}{2}$ culleradeta de comí en pols
- $\frac{1}{2}$ o 1 culleradeta de mango sec en pols

Podem afegir-hi de $\frac{1}{2}$ a 1 culleradeta de suc de llimona o de $\frac{1}{2}$ a 1 culleradeta de pols de llavors de magrana seca, en lloc de pols de mango sec. Salem al gust.

Agafem una mica de la barreja i fem rotllos petits o mitjans per al farciment de les croquetes. La grandària de les croquetes dependrà de la grandària del pa.

Instruccions per preparar les llesques de pa de motlle

Agafem llesques de pa i tallem amb cura les crostes amb un ganivet. Posem $\frac{1}{3}$ de tassa d'aigua en un plat o en un bol. Submergim del tot una llesca de pa a l'aigua durant un o dos segons. Deixem que el pa absorbeixi l'aigua, ha d'humitejar-se però no gaire. En cas contrari, la llesca de pa es trenca. La idea és fer que el pa estigui prou humit perquè es torni bastant flexible, la qual cosa facilitaria cargolar-lo i donar-li la forma. Pressionem suaument el pa entre els palmells perquè es dreni l'excés d'aigua i el col·loquem en una safata.

Instruccions per fer la croqueta de pa

Posem el rotllo de patata preparat en un costat de la llesca humida de pa. Cargolem suaument el pa, ajuntem les vores i les pressionem per segellar-les. No pot haver-hi cap trosset de farciment de patata sense tapar perquè, si no, quan fregíssim la croqueta, es vessaria l'oli.

Instruccions per fregir la croqueta

Escalfem qualsevol oli de sabor neutre en un *kadai* (wok) o paella. Quan l'oli estigui mig calent, hi posem els rotllos amb cura. No sobrecarreguem la paella. L'oli ha de ser moderadament calent perquè, si no ho fos prou, el pa humit n'absorbiria massa. En canvi, si fos massa calent, s'enrossiria massa de pressa i l'interior quedaria cru.

Fregim les croquetes fins que es tornin cruixents i de color daurat clar. Després tombem cada panet amb cura utilitzant una escumadora. Continuem fregint fins que el pa es vegi cruixent i daurat. Després, amb una escumadora retirem amb compte el rotllo de pa fregit per tal d'escórrer tant d'oli com sigui possible.

Col·loquem les croquetes cruixents sobre paper de cuina perquè absorbeixi l'oli que sobra. Servim les croquetes calentes o tèbies amb el seu acompanyament favorit, com per exemple salsa de tomàquet o chutney verd, de menta o de coriandre.

Fins i tot podem empolvorar-les amb una mica de *chaat* massala per sobre mentre les servim.

Si ens les mengem ben calentes mentre les preparem, n'assaborirem el gust i la textura perfectes.



Pollastre a la *gongbao*

Plat de la Xina

Ingredients

Principals

- Pit de pollastre
- Cogombre
- Pastanaga
- Cacauets secs
- Bitxo
- Pebre de Sichuan
- Salsa de mongetes

Per a marinar

- Salsa de soja
- Sal
- Clara d'ou
- Midó
- Oli de sèsam
- Vi de cuina

Per a la salsa

- Vinagre
- Sucre blanc
- Salsa d'ostres
- Vi de cuina
- Mel
- Aigua
- Ceba tendra
- All
- Oli de sèsam
- Midó

Elaboració

1. Trossegem un pit de pollastre en daus petits.
2. El marinem durant 30 minuts.
3. Tallem el cogombre, la pastanaga i el bitxo a trossos petits.
4. En un bol, ho afegim tot i ho remenem.
5. A banda, sofregim els cacauets a foc lent, els salem i els deixem refredar.
6. Escalfem l'oli, enrossim el pollastre uns deu segons, l'escorrem i en reservem l'oli.
7. Escalfem l'oli un altre cop i abaixem el foc. Hi aboquem el pebre de Sichuan, el bitxo i la salsa de mongeta fins que es torni vermell.
8. Hi afegim la pastanaga i el cogombre. Apugem el foc i ho deixem coure fins que estigui ben tou.
9. Hi afegim la salsa i els cacauets. Sofregim a foc viu.
10. Emplatem.



Chana chaat

Amanida de cigrons amb verdures i espècies

Plat del Pakistan

Ingredients

Principals

Per a sis persones

- 2 pots de cigrons cuits
- 1 quilo de patates
- 2 cebes
- 2 tomàquets
- Mig enciam
- 2 iogurts
- Una mica de sal
- 1 llimona

Per a la salsa *chaat*

- Menta
- Massala
- Comí en pols
- Coriandre
- Tamarinde

Elaboració

1. Bullim les patates durant 10 minuts i les deixem refredar.
2. Rentem els cigrons i els posem en un bol.
3. Rentem, pelem i tallem a daus les verdures: les patates, les cebes, els tomàquets i l'enciam.
4. Els barregem amb els cigrons i hi afegim els iogurts, una mica de sal i de llimona.
5. Per a la salsa *chaat*, posem en un bol més petit una mica de menta, massala, comí en pols, coriandre i tamarinde. Ho barregem i ho aboquem a l'amanida de cigrons.