

TRUITA AMB SUC

Ingredients (per a 4-6 persones): ½ kg de fesols, ½ kg d'espínacs bullits, 8 ous, 1 ceba, 1 all, 1 tomaca, julivert, 1 cullerada d'ametlles torrades i també de crués, pebre vermell, farina, oli i sal.

Preparem la truita de fesols i espínacs. La deixarem refredar. Farem un sofregit amb la ceba, l'all i la tomaca. Hi afegirem la picada de julivert, ametlles torrades i crués, pebre vermell i farina. Al sofregit, ja ben fet, hi afegirem l'aigua necessària per cobrir la truita a mitges. En farem porcions i la posarem al suc que tenim fet. Deixarem fer un petit bull a tot el conjunt.

Trobarem truites amb suc a tot arreu de la comarca, però potser la recepta no sempre serà la mateixa. Ens agradaria esmentar una recepta del poble de la Morera de Montsant, per la seva senzillesa i bon resultat :

Seguirem els passos per fer la truita com en la recepta anterior, però pel que fa al sofregit, quan tinguem l'oli a la cassola hi tirarem 2 cullerades de farina, i quan comenci a enrossir-se, afegirem la picada que haurem preparat al morter a base d'alls, julivert, 3 grans de *pebre d'olor* (pebre de Jamaica), i una molla de pa xopa de vi negre del Priorat. Ho mullarem tot amb aigua calenta suficient per mig cobrir els talls de truita. Deixarem fer un bull. Tallarem la truita ja freda i la introduïrem en el suc, on li deixarem fer un breu xup-xup.

TORTILLA EN SALSÀ

Ingredientes (para 4-6 personas): ½ kg de alubias, ½ kg de espínacas hervidas, 8 huevos, 1 cebolla, 1 ajo, 1 tomate, perejil, 1 cucharada de almendras tostadas y también de crudas, pimienta roja, harina, aceite y sal.

Preparamos la tortilla de alubias y espínacas. La dejaremos enfriar. Haremos un sofrito con la cebolla, el ajo y el tomate. Le añadiremos la picada de perejil, almendras tostadas y crudas, pimienta roja y harina. En el sofrito, bien hecho, le añadiremos el agua necesaria para cubrir la tortilla a medias. Haremos las porciones y la pondremos en la salsa que tenemos hecho. Le dejaremos hacer un pequeño hervor a todo.

Encontraremos tortillas en salsa en toda la comarca, pero a lo mejor la receta no será siempre la misma. Nos gustaría comentar una receta del pueblo de la Morera de Montsant, por su sencillez y buen resultado:

Seguiremos los pasos para hacer la tortilla como en la receta anterior, pero en relación al sofrito, cuando tengamos el aceite en la cazuela le añadiremos dos cucharadas de harina y cuando este empiece a dorarse, le añadiremos la picada que hemos preparado en el mortero a base de ajos, perejil, 3 granos de pimienta de olor (pimienta de Jamaica), y una miga de pan empapada de vino tinto del Priorat. Lo mojaremos todo con agua caliente suficiente para medio cubrir los trozos de tortilla. Le dejaremos hacer un hervor. Cortaremos la tortilla una vez fría y la introduciremos en la salsa dónde le dejaremos hacer un hervor.

OMELETTE IN SAUCE

Ingredients (for 4-6 people): ½ kg white beans, ½ kg boiled spinach, 8 eggs, 1 onion, 1 head of garlic, 1 tomato, parsley, 1 spoonful of roasted and raw almonds, red pepper, flour, olive oil and salt.

Make a bean and spinach omelette. Let it cool. Lightly fry up the onion, some garlic and the tomato. Add the finely-chopped parsley, roasted and raw almonds, red pepper and flour. Once the mixture is properly cooked, add enough water to half cover the omelette. Cut the omelette into portions and put it into the sauce you have made. Simmer it all together for a little while.

Omelettes in sauce can be found all over the Priorat, but the recipes vary. Mention should be made of a particularly simple, tasty recipe from the village of La Morera de Montsant:

Follow the steps above to make the omelette, but to make the sauce add 2 spoonfuls of flour to some oil in the pan, fry it and when it starts to brown, add a mixture ground up in the mortar of the garlic, parsley, 3 berries of allspice and some bread soaked in Priorat red wine. Then add enough water to half cover the pieces of omelette. Simmer it. Cut up the cooled-down omelette and put it into the sauce, then let it simmer for a little while.

OMELETTE AU JUS

Ingrédients (pour 4-6 personnes): 500g de petits pois, 500g d'épinards bouillis, 8 œufs, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 1 tomate, persil, 1 cuillerée d'amandes grillées et d'amandes nature mélangées, poivre rouge, farine, huile et sel.

Faire l'omelette avec les œufs, les petits pois et les épinards. La laisser refroidir. Faire frire l'oignon, la gousse d'ail (coupés en fins morceaux) et la tomate. Ajouter le persil ciselé, les amandes, le poivre rouge et la farine. Ajouter suffisamment d'eau pour couvrir à moitié l'omelette. La couper en portions, les mettre dans le jus déjà préparé. Faire mijoter avant de servir.

Les omelettes au jus se préparent dans toute la comarca (canton) mais la recette n'est peut-être pas toujours la même. Voici une recette du village de la Morera de Montsant, remarquable pour sa simplicité et son bon goût.

Nous ferons comme dans la recette antérieure pour élaborer l'omelette, mais pour le jus, nous ferons revenir 2 cuillerées de farine dans l'huile et quand elle aura pris couleur nous incorporerons un mélange, écrasé au mortier, à base d'ail, de persil, 3 grains de poivre de la Jamaïque et de la mie de pain trempée dans du vin rouge du Priorat. Mouiller avec suffisamment d'eau chaude pour couvrir ensuite les morceaux d'omelette et laisser frémir. Découper l'omelette refroidie et placer les morceaux dans le jus. Faire mijoter quelques instants.