

Entre Cassoles

Como seguimos en días de invierno y nos apetece platos calientes, mis ideas para este número de Tossal Gros son las siguientes:

ESTOFADO DE TERNERA.

3/4 de Kg. de espalda o morcillo cortado a dados.

1 cebolla mediana.

2 dientes de ajo.

2 zanahorias grandes.

2 tomates.

1 vaso de vino tinto.

1 vaso de caldo.

Clavos, aceite, sal y pimienta.

En una cazuela calentaremos el aceite y doraremos los trocitos de carne, mientras tanto cortaremos la cebolla, los ajos, los tomates y las zanahorias en trocitos pequeños y cuando la carne esté bien doradita lo echaremos todo encima dejando que se cueza un ratito. A continuación pondremos el vino tinto y el caldo, añadiendo los clavos, la sal y la pimienta y dejaremos cocerlo a fuego suave durante unos tres cuartos de hora.

Este plato se puede completar acompañado de arroz blanco o patatitas cortadas en cuadros y fritas... y que aproveche.



PLÁTANOS FLAMBEADOS.

4 plátanos pelados.

50 grs. de mantequilla.

50 grs. de almendras tostadas.

5 cucharadas de azúcar.

1 cucharadita de Nescafé.

1 copita de ron.

Derrite la mantequilla en una sartén, pon los plátanos a freir unos cinco min. por ambos lados y luego apártalos.

Disuelve el Nescafé con la copita de ron y mézclalo con el azúcar, viértelo todo en la sartén, dejando cocer a fuego suave hasta reducirlo a la mitad. Vierte esta preparación sobre los plátanos y sírvelo con las almendras picadas por encima... es un postre diferente.

En estos días de invierno hay que recordar que un vaso de leche con unas cucharadas de miel posee muchas ventajas tomado antes de irse a la cama, pues permite conciliar el sueño. Un vaso de leche con miel al día desintoxica el organismo.

También es ideal para las "resacas" y costipados.



ES UNA IDEA DE... MAMMÀ CELIA



TRETS

CONTINUEM AQUESTA
SECCIÓ ON
BIMESTRALMENT
APAREIXEN
PERSONATGES, GENT
DEL POBLE QUE LA
NOSTRA CÀMERA
FOTOGRAFICA RECERCA
PELS CARRERS.

MANUEL FOLCH TRAYER