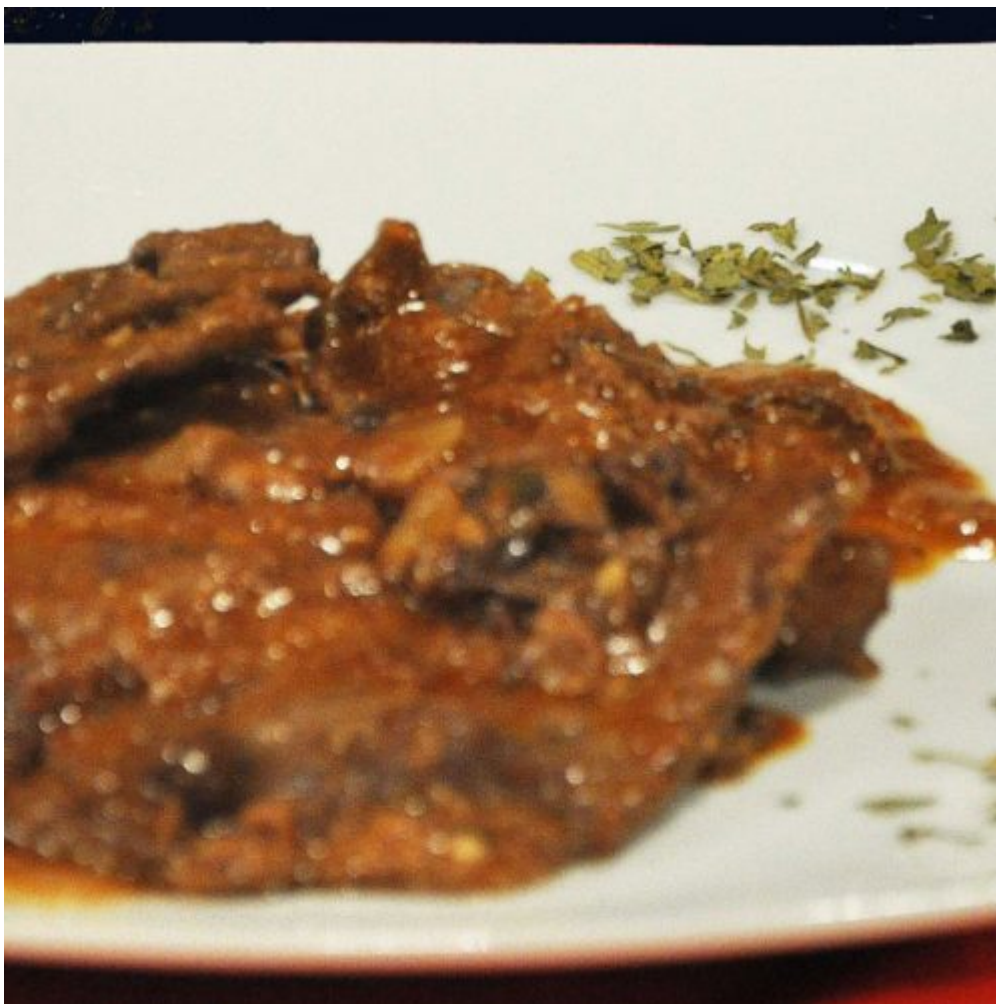


Fricandó de vedella Thermomix

El "Fricando", és una plat del receptari tradicional de Catalunya. Es tracta d'un guisat de carn de vedella, tallada a manera de filets (la millor part és la llata) perquè és molt melosa, que es cuina a foc lent.

Com en moltes receptes catalanes el sabor el dóna la picada i els bolets deshidratats .

En aquesta recepta, primer es prepara la picada i com només porta una o dues cullerades, la resta la pots guardar a la nevera en un pot de cristall ben tapat, per a altres preparacions.



INGREDIENTS PER LA PICADA:

- 4 ñoras sense tija i sense llavors
- 50 gr d'ametlles torrades

- 50 gr d'avellanes torrades
- Uns quants pinyons torrats
- 4 dents d'all
- una mica de julivert

INGREDIENTS PER EL FRICANDO:

- 25 g de bolets deshidratats
- 350 g d'aigua calenta
- 300 g de ceba tallada en 4 parts
- 2 o 3 dents d'all
- 100 g d'oli d'oliva
- 100 g de tomàquet triturat (natural o en conserva)
- sal i pebrot
- 50 g de farina
- 1 Kg de filets de vedella melosa (la part de la llata)
- 100 g de brandy o vi
- 1 o 2 cullerada de picada

PREPARACIÓ PICADA:

1. Triturar les ñoras **5 o 6 segons a velocitat 6**, afegir ametlles, avellanes i pinyons i tornar a triturar **6-7 segons a velocitat 6**
2. Després afegeixes l'all i el julivert i tritura **7 segons a velocitat 6**
3. Mira si t'ha quedat ben triturat, sinó tritura uns segons més a **velocitat 7**.

PREPARACIÓ FRICANDÓ:

1. Posa en un bol els bolets amb l'aigua per hidratar-les durant **15 minuts**.
2. Posa en el got la ceba, els alls i l'oli i programa **3 segons, velocitat 5**.
3. Sofregeix programant **10 minuts, temperatura Varoma, velocitat cullera**.
4. Afeixegeix el tomàquet i programa **5 minuts, temperatura Varoma, velocitat cullera**.

5. Salpebra i enfarina lleugerament la vedella i afegeix-la al got. Programa **2 minuts, temperatura Varoma, gir a l'esquerra, velocitat cullera.**
 6. Incorpora els bolets, l'aigua de remullar-les, la picada i el brandy i programa **30 minuts, temperatura Varoma, gir a l'esquerra, velocitat cullera.**
 7. I llestos....
-

Fumet de peix Thermomix

Com sempre ens falta temps per cuinar, tractaré de donar-te receptes perquè tinguis sempre preparats els teus **fons de cuina**. Començaré amb el fumet de peix. És molt fàcil i econòmic perquè es fan a partir d'espines i caps de peix o marisc.

Jo vaig guardant en el congelador aquestes restes i quan tinc mes o menys 1/2 quilo , ho preparo. Una vegada fet, ho colo i ho distribueixo en pots d'1 litre i ho congelo fins que ho necessito.

Surt un brou molt saborós apunt per preparar arròs, sopes, fideus....



INGREDIENTS:

500 gr. espines, caps de peix o closques de gambes,
100 gr. pastanaga
100 gr. porro
100 gr api
150 gr. ceba
1 fulla de llorer
Una mica julivert
1 polsim pebre
1.200 gr aigua (si tens TM5 pots posar 200 gr més)

PREPARACIÓ:

1. Posa tots els ingredients en el got i programi **35 min/100º/gir invers/vel cullera**. Coli el brou a

través d'un colador de malla fina i utilitza a la seva conveniència.

2. Utilitza el fumet immediatament, ja que no es conserva. Si no ho vas a utilitzar ho congeles

Gaspatxo de remolatxa amb Thermomix

Si us agrada el gaspatxo tradicional, podeu provar aquesta nova opció **Gaspatxo de remolatxa**, només hauràs de substituir part del tomàquet per remolatxa cuïta. La remolatxa la pots comprar cuïta, normalment la trobaràs al súper o verduleria, a la zona de verdura envasada al buit o també la pots comprar i coure-la tu mateixa. Si optes per aquesta última és, molt fàcil la poses a coure sencera amb pell i li pots posar una punteta de sal, més o menys 30 min, pots comprovar punxant i que es noti tendra.

Hi ha a qui li agrada menjar-ho amb cullera i altres prefereixen poder beure-ho en got, per a aquesta última opció només hauràs d'afegir aigua al gust i tots contents...



Ingredients

- 450 – 500 g de remolatxa cuïta (si no saps si ús agradarà el gust de la remolatxa, posa'n 250gr)
- 500 g de tomàquet madur en quarts
- 50 g de ceba
- 40 – 50 g de pebrot verd
- 40 – 50 g de cogombre
- 1 – 2 grans d'all

- 20 g de vinagre
- 200 g de glaçons
- 1 – 2 cucharaditas de sal
- 1 – 2 cucharaditas de pebre mòlt (optatiu)
- 100 g d'oli d'oliva verge extra
- 200 g d'aigua freda

Preparació

1. Posa tots els ingredients en el got i tritura **3 min/vel 5-10 progressivament**.
2. Pots servir immediatament o reserva a la nevera.
3. Si vols es pot servir amb daus de formatge fresc de cabra o encenalls de formatge Parmesà