

RECEPTES TALLER DE CUINA

CANELONS DE CARN

INGREDIENTS

- 1 pollastre rostit (comprat ja fet o rostit per vosaltres)
- $\frac{1}{4}$ de paté
- $\frac{1}{4}$ o $\frac{1}{2}$ de botifarra negra
- 50g de mantega
- 110g de farina
- 900ml de llet
- Làmines de canelons

Com ho fem?

- Netegem el pollastre traient tots els ossos. Conservem tota la carn, la pell, la gelatina que pugui tenir i els tendrums.
- Un cop net i esmicolat, el posarem en una paella amb una mica d'oli, i hi afegirem el paté i la botifarra negra fins que quedi tot barrejat.
- Per fer la beixamel, desfem la mantega. Un cop desfeta hi afegim la farina tamisada i barregem torrant la barreja uns 10 minuts (la farina no ens pot quedar crua)
- Un cop cuinada, afegim la llet (que ja tindrem escalfada, no freda) mica en mica fins que ens vagi espessint i ens quedi la textura que volem. Rectifiquem de sal i pebre.
- Bullim les làmines de canelons segons indicacions de l'envàs, o bé, si les làmines són pre-cuïtes, les deixem en aigua bullint uns 20 minuts.
- Fem el rotilles de canelons i col·loquem en una safata. Napem amb beixamel per sobre, posem formatge ratllat i gratinem al forn fins que estigui el formatge daurat.

CANELONS DE VERDURES

INGREDIENTS

- pastanagues
- carbassa
- bròquil
- espinacs
- carbassó
- col

Com ho fem?

- Tallem totes les verdures a daus petits.
- Les farem al vapor fins que quedin “al dente” (respectant la cocció de cada verdura) i un cop fetes les passem per la paella amb una mica d’oli. Les fem al vapor primer per tal de fer servir menys oli i que quedin més suaus.
- Barregem les verdures amb una mica de formatge fresc o “ricotta”
- Si veiem que les verdures estan massa senceres, les podem passar per un robot de cuina perquè tinguin una textura més homogènia
- Un cop tenim el farcit preparat, seguim el mateix procediment que per fer els canelons de carn.