



C/ Major, 196
25180 Alcarràs (Lleida)
Tel/Fax 973 791 391
www.recapte.com

Sabía que.....?

Recientes estudios demuestran que el calçot contiene gran cantidad de enzimas antioxidantes y desintoxicantes por lo que se le atribuyen propiedades anticancerígenas y además tiene muy poco valor calórico.

Es un vegetal muy apreciado en Catalunya, y en Recapte, estamos encantados de poder ofrecérselo. Les adjuntamos una idea de cómo poder cocinarlo y esperamos de todo corazón que sea de su agrado.

Buen provecho!!!

CALÇOTS REBOZADOS Y SALSA DE CALÇOTS

Ingredientes

Calçots, sal , huevos, harina, pan rayado

Elaboración

Pelar i cocer los calçots ligeramente(unos minutos en el horno, o un hervor) y pasarlos por harina, huevo batido y pan rayado, después de lo cual se fríen. Se acompañan con salsa de calçot.

Salsa de calçots

Ingredientes (para 300ml.)

250 gr. almendras crudas o tostadas y peladas

250 gr. avellanas; peladas

5 tomates rojos maduros

3 ñoras (pimiento rojo seco no picante)

1 diente de ajo + 1 cabeza de ajo , 300 cc. aceite

1 cucharada vinagre de vino, 1 pellizco de azúcar



Elaboración

Se asan al horno los tomates sin pelar y las cabezas de ajo. Una vez asados, los tomates se pelan. Se hierven en un cazo las ñoras, después se abren, se les quitan las pepitas y se raspan por el interior recogiendo la pulpa en un plato y quitándoles la piel.

A continuación, en un vaso grande de batidora se echan los tomates pelados, la cabeza de ajo pelada, 1 diente de ajo crudo (opcional), pulpa de las ñoras, las almendras y las avellanas, el aceite, el vinagre, la sal y el azúcar. Se bate bien con la batidora, hasta que quede todo bien triturado formando una salsa bastante espesa.