



Programació cuina en directe del 30 de març al 4 d'abril

Dia 30 de març a les 11:00h

Fetge escabetxat i llengua amb tàperes

Dia 1 d'abril a les 11:00h

Pa blanc, pa de massa mare i air pan

Dia 4 d'abril a les 17:30 H

Farem una tarta de llimona i un merengue Suís.

	En directe a
	https://www.facebook.com/juanantonio.fernandez.906
	https://www.instagram.com/juananxef
	En diferit a:
	https://www.youtube.com/user/juanansoller

<https://www.facebook.com/juanantonio.fernandez.906> <https://www.instagram.com/juananxef>

<https://www.youtube.com/user/juanansoller>

Receptes de les classes on line d'aquesta setmana

PA BLANC

INGREDIENTS: 1 quilogram de farina de força, 500 / 600 grams d'aigua tèbia (37°C) 40 grams de llevat de pa i un poc d'oli i un poc de sal.

ELABORACIÓ:

Dissoldre tot el llevat amb un poc d'aigua i farina i fer una bolla que deixarem submergida dins la resta d'aigua. Un cop aquesta bolla de pasta suri, hi afegirem la resta d'ingredients i ho amassarem bé fina a aconseguir una pasta homogènia.

Deixarem tovar tota la massa , dins un bol o lloc adequat fins que dupliqui el seu volum.

Damunt una taula enfarinada tornarem a pastar de nou i posteriorment donarem la forma desitjada. Les peces formades les tornarem deixar tova (fins que dupliquin el seu volum) i ho enformarem a una 170°C fins a la cocció total. (la temperatura del forn pot variar en funció de la mida de les peces a coure).

A l'hora d'enfornar pintarem amb un poc d'aigua la superfície del pa i l'espolvorejarem amb farina.

Air pan

Ingredients: 320 gram de farina de força, 10 grams de llevat de pa, 190 grams de llet i 4 grams de sal.

Elaboració: Encalentirem un poc sa llet (36°C) i dins ella dissoldrem el llevat esmicolat. Afegirem la farina i empastarem un 10 minuts. Afegim sa sal i treballam 3 o 4 minuts més .

Deixarem reposar , com en la recepta anterior, tota la nit.

Passat el temps de repòs i amb l'ajut d'un aprimador estiram la pasta molt fina. La deixam reposar per a que perdi la lliga i tornar a estirar-la un poc més.

Un cop que tinguem sa massa ben fina la doblegam damunt si mateixa i la estiram de nou.

Tallam la pasta en discos del diàmetre desitjat i les enfornam a 250°C fins que s'inflin i agafin color (uns 5 minuts per cada cara).

Deixar refredar i ja es poden degustar.

Amb la punta d'un ganivet es pot fer un petit forat i omplir amb alguna crema o escuma.

Llengua amb tàperes

La llengua amb tàperes és un guisat típic de la pagesia de Mallorca, molt utilitzat també com a tapa per als famosos variats

Els ingredients són, evidentment, la llengua, preferentment de porc, o d'altres animals, tomàquets madurs, ceba, alls, herbes aromàtiques, oli, pebre de cirereta, i, per descomptat, les tàperes. S'han de bullir les llengües en aigua amb mitja cabeça d'all, llorer, menta i romaní i sal, durant un període entre una hora i mitja i dues hores.

D'altra banda, i en una cassola de fang, es fa un sofregit amb el tomàquet, la ceba, el pebre de cirereta, un tassonet de vi negre, i una vegada ben ofegat i fluixet, s'afegeix brou de cocció i la llengua tallada i es deixa a foc lent fins que sigui cuit. Una quart d'hora o vint minuts abans d'apagar el foc s'afegeixen les tàperes.

Fetge escabetxat:

Una altre recepta senzilleta mallorquina i també típica dels variats.

Per a fer-ho necessitem un tallada de fetge per persona, sal, pebre, alls, ceba, llorer, pastanaga, oli, vinagre i pebre bord. Farina i oli d'oliva verge de Sóller

Enfarinam el fetge, el fregim. Després dins s'oli sofregim sa verdura, un cop tendre afegim el pebre bord dolç afegim el vinagre i rectificam de sal. Tornam el fetge a l'escabetxo i cuinat 5 minuts

Merenga Suïa

Encalentirem els blancs d'ou (400 grams) i el sucre (600 grams) , tot junt dins una olleta a uns 62°C un parell de minuts. Sense deixar de remenar. Llavors, en calent, ho muntarem a màquina fins que sigui ben fred.

Proporció 60 % sucre, 40% Blancs d'ou

Usos: Es pot menjar directament, decoració, base per a altres elaboracions (Illes, per exemple)

Característiques: Estable, es pot conservar be un o dos dies sense presentar canvis estructurals.

TARLETES DE LLIMONA I MERENGA

INGREDIENTS:

Base pasta brisa: o pasta de fulls

Crema de llimona: 12 rovells, 125 grams de mantega, 200 grams de sucre, 1 decilitre de suc de llimona, 1 llimona ratllada

Merengue cuit:

100 grams de clares 150 grams de sucre

ELABORACIÓ:

- Per fer la crema de llimona, posar en un perol els rovells, la mantega fosa, el suc i la ratlladura de llimona i el sucre. Coure a el bany maria fins que la barreja espesseixi i passar-la per un tamís per treure-li la ratlladura de llimona. Deixar refredar.

- Omplir la base de la tarta amb la crema i cobrir-les amb merenga cuit. Gratinar la merenga fins que prengui un color torrat . Empolsar de sucre.