



el següent enllaç: <https://www.facebook.com/juanantonio.fernandez.906/videos/10214930306405788>.

Si heu arribat a n'aquest punt, segur que ja us heu activat el cuquet de la gana i començau a salivar; així que posau-vos el davantal i aquí teniu algunes petites indicacions per fer la pasta. Per a més ajuda us deixo també el vídeo amb l'elaboració <https://youtu.be/l-nDPpxLvNE>.

Curiositats

Aquí teniu una relació de curiositats relacionades amb la pasta: La història més reconeguda de la pasta s'adjudica al descobriment a Marco Polo al segle XIII, el qual la va introduir a Itàlia de tornada d'un dels seus viatges a la Xina, el 1271. No obstant això, altres investigacions assenyalen que alguns dibuixos apareguts en coves, remunten a la civilització etrusca un aliment preparat a força de grans de cereals (ordi principalment), molts i barrejats amb aigua que després cuinaven obtenint un aliment saborós i nutritiu. Els romans al segle III a.C, usaven un aliment al qual anomenaven «lagana» i descrivien com tires de pasta llargues en forma de làmines amples, elaborades amb farina de blat. L'imperi romà va aconseguir expandir el consum de pasta al llarg de tota la Mediterrània.

cuina encara més econòmica prepara canelons a l'antiga, amb bledes, amb pollastre; també ens fa burballes amb verdures, musclos, conill; a més de macarrons gratinats, de quaresma o fideus de roter, secs amb conill, clars de peix o negres brouosos. Podeu veure la interessant presentació del llibre en

Lasagna de pollastre i verduretes

INGREDIENTS PER A 5 PERSONES

- Pasta fresca 400 grams (que ja teniu feta)
- ½ pollastre
- 1 ceba mitjana
- 4 grans d'all
- 1 fulla de llorer
- 2 tomàtigaues
- Sal i pebre
- 4 manats d'espinacs (o la verdura de temporada que vulgueu)
- 1 litre de llet
- 70 grams de mantega
- 80 grams de farina
- Nou moscada

ELABORACIÓ:

- En una paella, ofegau l'all i la ceba finament picats, juntament amb el llorer, quan la ceba estigui transparent, afegiu-hi la carn del pollastre picada, i la sofregiu fins que comenci a daurar-se. Ara ja podeu afegir-hi les tomàtigaues pelades i picades, i ho podeu deixar coure una estona, salpebrar i reservar.
- Netejau les verdures, blanquejau-les durant 1-2 minuts en

aigua bullint, refrescar i escórrer-les. Ara les podeu saltejar amb una mica d'oli juntament amb els 3 grans d'all restants i mesclar-hi una cullerada de beixamel, salpebrar i reservar.

- Per fer la beixamel, fondre la mantega en un sauté, afegir la farina i fer un roux cuinant una mica perquè perdi gust la farina. Afegir la llet al roux sense deixar de remenar amb unes varetes, mantenir-lo a foc fins que espesseixi i bulli, assaonar amb sal, pebre i nou moscada, reservar.

- Estirar la pasta fresca amb la màquina de rodets, o, si no amb un corró de mà, fins a obtenir una finíssima làmina de pasta.

- Tallar les làmines de pasta de manera que ocupin tota la superfície del recipient que es vagi a utilitzar. Coure les làmines en un recipient ampli, amb abundant aigua bullint i un rajolí d'oli. Un cop cuites, refrescau-les immediatament per impedir que es passin de cocció.



- Untar el recipient que es vagi a utilitzar per coure la lassanya amb mantega, posar una làmina de pasta, cobrir-la amb la mescla de carn, posar una altra làmina de pasta, cobrir-la amb la crema de verduretes i posar una última làmina de pasta, cobrir la pasta amb beixamel i empolvorar amb formatge parmesà ratllat.

- Mantenir a la nevera fins al moment d'utilitzar-la. A l'hora de servir, posar-la al forn preescalfat a 175 °C fins que el formatge estigui gratinat i estigui ben calent per dins.

Eléctrica 
Rafael Rosselló
 s.l.

Desitja a tots els seus clients i a tota la ciutat de Sóller i comarca BONES FESTES DE SANT BARTOMEU

INSTALACIONES ELÉCTRICAS, AIRE ACONDICIONADO

C/ Camí d'en Bou, 47 - Sóller
 Tels. 971 63 29 76- 620 724 319

Vos animam un any més a viure aquestes festes, amb seny i sense baixar la guàrdia...



Visit **Sóller**.com

vos desitja bones festes de Sant Bartomeu!