



## **SALSA GARUM**

(S-I al IV d. C.) (Recepta original): A distintes poblacions d'arreu d'España s'han trobat varies àmfores amb restes de la salsa típica Romana el Garum : troballes a Adra (Antiga Abdera), Fuengirola, Puerto de Santa María, etc.

Aquesta salsa, bàsicament , es preparava dins piques de pedra on es col·locaven els peixos ( principalment tonyina i caballa ) entre herbes, sal i espècies. ( també s'empraven despulles de peixos). Aquesta mescla es deixava al sol que l'assecava

Aquesta salsa resultava ésser indispensable a totes les famílies acomodades de l'imperi Romà .

SALSA GARUM ( Molt semblant a la Tapenade) (Recepta actualitzada):

Ingredients: Olives negres sense ós, anxoves salades i desespinaades, oli  
II JORNADES DE CULTURA ROMANA. CUINA. INDUMENTARIA I COSTUMS. IES GCC ( Sóller)  
d'oliva, llimona, vermells d'ou cuits, tàperes i espècies ( comí , gíngebre, coriandre, etc)

Elaboració: Picau tots els ingredients dins un morter i afegiu-hi oli en funció de la textura que desitgeu.

Amb aquesta sala farem uns aperitius.

## **DOLÇOS CASOLANS**

Treure l'os d'uns dàtils, emplenar de nous, brossat , pinyons i un poc de pebre mòlt. Embolicar per a servir amb mel