



## RESTAURANT POU DE BECA

• VALL D'ALBA •

### Arròs amb Kale i Bledes

#### INGREDIENTS

**Per a la crema:**

- Arròs integral
  - 1 Ceba
  - 2 allets tendres
  - 2 carlotes...
- i qualsevol hortalissa que vulgues afegir (carabasseta, pebrera, albergínia...)

#### ELABORACIÓ

Fem un sofregit amb la ceba picada, un all porro, una mica de pebrera i dues dents d'all. Quan ho tenim tot daurat afegim l'arròs integral (200 gr) i li donem unes voltes per a què es mescle i es dore una mica l'arròs. Li afegim el doble de brou vegetal (que quantitat de volum tinguerà l'arròs) i ho posem en ebullició, quan comence a bullir li baixem el foc tot el que puguem, ho tapem amb una tapadora i esperem uns 40 minuts (sense obrir-ho per no perdre el vapor). Rectifiquem de sal, i afegim pebre. Reservem.

Per una altra banda, escaldem les fulles de Kale i de bleda per a poder-les manipular (per a què siguin flexibles).



Després les deixem que s'escorreguen i les escampem damunt d'una taula, les omplim amb una cullera i pleguem la fulla de forma que ens quedi un tub. Podem pintar la fulla amb ou per assegurar-nos de que quede segellat.

**Per a la guarnició:** La verdura i les hortalisses que vullguem utilitzar les netegem, i les tallem a bastonets. Les escaldem i després les saltegem al wok.

**Per a la salsa de safrà:** Piquem una ceba en brunoise i la posem a potxar amb una mica d'oli d'oliva, quan estiga transparent li afegim uns bris de safrà (15 més o menys), els tostem i després posem un dl de vi blanc i deixem que s'evapore. Quan s'haja assecat li posem un got de brou vegetal i tornem a esperar fins que l'aigua s'evapore. Quan estiga quasi sec li afegim 0,5 litres de nata (crema de llet) i ho deixem coure 10 minuts a foc suau. Rectifiquem de sal i ho passem pel robot de cuina fins deixar una textura fina i cremosa.

## MUNTEM EL PLAT

La guarnició saltejada al wok a la part de baix del plat (com a llit) els farcellets damunt disposats com ens agrade i la salsa recobrint-los al nostre gust.

**Bon profit!!**