

Escopinyes a la marinera



De gust saborós, constitueixen un aperitiu perfecte. En aquesta recepta la preparo a la marinera.

Per 4 persones

Temps: 30 min.

Ingredients:

- – 1 kg. d'escopinyes fresques
- – Ceba
- – Farina
- – Vi blanc ò cava
- – Sal i oli



Elaboració:

PAS 1: Abans de començar, heu de tenir present que teniu que posar les escopinyes en un bol amb aigua i sal (35gr. per litre d'aigua) durant mitja hora perquè treguin tota la sorra.

Esbandir les bé i a cuinar!

PAS 2: Una manera de preparar les escopinyes és fent un sofregit de ceba no gaire fosc, eh?

PAS 3: Posar una mica de farina per fer salsa.

PAS 4: Afegir les escopinyes, un rajet de vi blanc ò cava i esperar que s'obrin. Si les voleu més cuites espereu una mica. A mi m'agraden només esclatades.

Una altra manera de fer-les seria posar-les a la paella sense oli i esperar que s'obrin. Afegir-hi sal gruixuda i pebre. Boníssimes.



Bon Profit!