

Rap a l'all cremat



El rap és un peix que es menja cuit al vapor, rostit, bullit, fregit, saltat a la paella o cuit al forn microones. Només té una espina doble al mig i de gust suau i melós al paladar. Preparat a l'all cremat és com un dia de festa.

Per a 4 persones

Temps: 40 min

Ingredients:

- -4-5 cues de rap petites
- -1 cap d'all
- -Farina per rebossar el rap
- -1 llesqueta petita de pa
- -1 tomaca petita
- -1 fulla de llorer
- -Una mica de julivert
- -1 bitxo
- -1 cullerada de pebre vermell dolç
- -Sal i oli d'oliva.



Elaboració:

PAS 1: Treiem l'espina de les cues i deixem els llomets. Se salen i enfarinen.

PAS 2: Els fregim lleument amb oli i es treuen. En aquest oli hi fregim el pa i es treu, també.

PAS 3: Hi fregim els alls ben rossos fins que són quasi cremats. Seguidament s'hi posen la tomaca ratllada i la resta d'ingredients. Es fregeix bé fins que la tomaca torni a escopir l'oli.

PAS 4: A banda, es pica el pa fregit, es dissol amb aigua i es tira a la cassola.

PAS 5: S'hi afegeix el rap i es cou de 6 a 8 minuts. El suc ha de quedar espesset.









