Timbal de truites

Un timbal de truites són un grup de tres truites col.locades una damunt de l’altra agafant la forma d’un timbal.
casa la fem amb una truita de carbassó, una de pèsols i una de patata i ceba.

Per 4-6 persones
Temps: 40 min.
Ingredients:
Truita de carbassó:

- – 1 ò 2 carbassons (depen de la mida)
- – 2 ous
- – sal i oli

Truita de pèsols:

- – 500 gr de pèsols frescos
- – 2 ous
- – sal i oli

Truita de patata:

- – 2 patates mitjanes
- – 1 ceba grossa
- – 2 ous
- – sal i oli

Salsa beixamel:

- – 40 gr de farina de blat de moro
- – 40 gr de mantega
- – 500 cc llet
- – pebre negre, sal i nou moscada
- – formatge ratllat

Elaboració:

Truita amb patata:

PAS 1: Es pelen les patates, es renten i es tallen més aviat fines. Si s'hi posa ceba, també es talla petita amb la mandolina.

PAS 2: Es tira tot a la paella amb oli i sal i es va sofregint a foc lent fins que la patata es trenca.

PAS 3: A banda batem els ous amb sal i en quant tenim la patata cuita la treiem del foc i l'aboquem al plat dels ous. Si hem fet servir més oli del compte, l'escorrem abans de mesclar amb els ous.

PAS 4: Remenem bé la patata amb els ous i ho tornem a la paella al foc amb. Recordeu afegir-hi un rajolí d'oli a la paella abans.

PAS 5: Quan la truita ja rellisqui voldrà dir que ja està feta per una banda. Agafem una tapa més gran que la paella i girem la truita i acabem de fer l'altra banda. A casa preferim les

truites sucoses, però per fer el timbal més val que quedi presa.

Truita de pèsols:

PAS 6: Si feu servir els pèsols frescos no els sofregiu massa que agafen un gust massa fort. La Mariona Quadrada al seu llibre “Truites i més truites” bull els pèsols amb aigua i sal de 10 a 15 minuts. Si els feu servir congelats els sofregim una mica més amb una mica de sal.

PAS 7: A banda batem els ous amb un polsim de sal. Un cop els pèsols sofregits els aboquem a l’ou. Mesclem i ho tornem a la paella. Igual que amb la de patata, quan balli ja la podem girar.

Truita de carbassó:

PAS 8: Es renten i es tallen els carbassons a lamines finetes amb la mandolina. Es fregeixen amb oli a foc lent i tapat.

PAS 9: Quan és tot tovet, es destapa i s’escorre bé de l’oli. Es barreja amb els ous batuts i es fa la truita, primer d’un cantó i després de l’altre.

Beixamel:

PAS 10: Fem una salsa beixamel per cobrir i unir les truites. Es fa un roux: Es desfà la mantega al foc procurant qeu es liqüi però que no es cremi.

PAS 11: S’hi afegeix la farina i es remena fins qeu és absorbida per la mantega. Sense que agafi color, s’hi va ficant la llet, que pot ser tèbia per accelerar el procés.

PAS 12: Es remena amb un batedor manual de varetes fins que es comença a espessir. Vés remenant i quan estigui a punt d’agafar la consistència que busques l’apartes del foc i hi tires la sal i el pebre i si téns nou moscada, en ratlles una mica.

Si et queda espessa i la volies més aclarida, només cal afegir més llet i continuar menenant al foc. Pel contrari, si et queda massa líquida és que falta farina, però millor l’enrosseixes a banda que si la fiques sense enrossir en nota molt el gust.

PAS 13: Es van posant les truites una damunt de l’altra i entre mig una mica de beixamel. Quan les tenim muntades ho cobrim amb la resta de beixamel i ho espolsem amb formatge ratllat i el posem al forn a enrossir.
Les truites millor servides en calent.

www.lamevacuina.cat

www.lamevacuina.cat

www.lamevacuina.cat

www.lamevacuina.cat

Bon Profit!