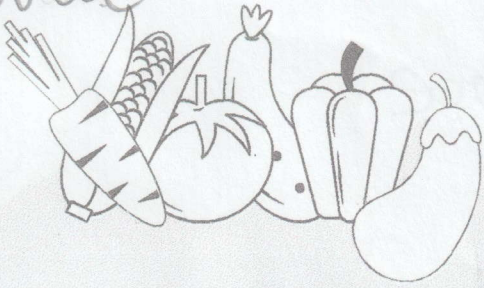
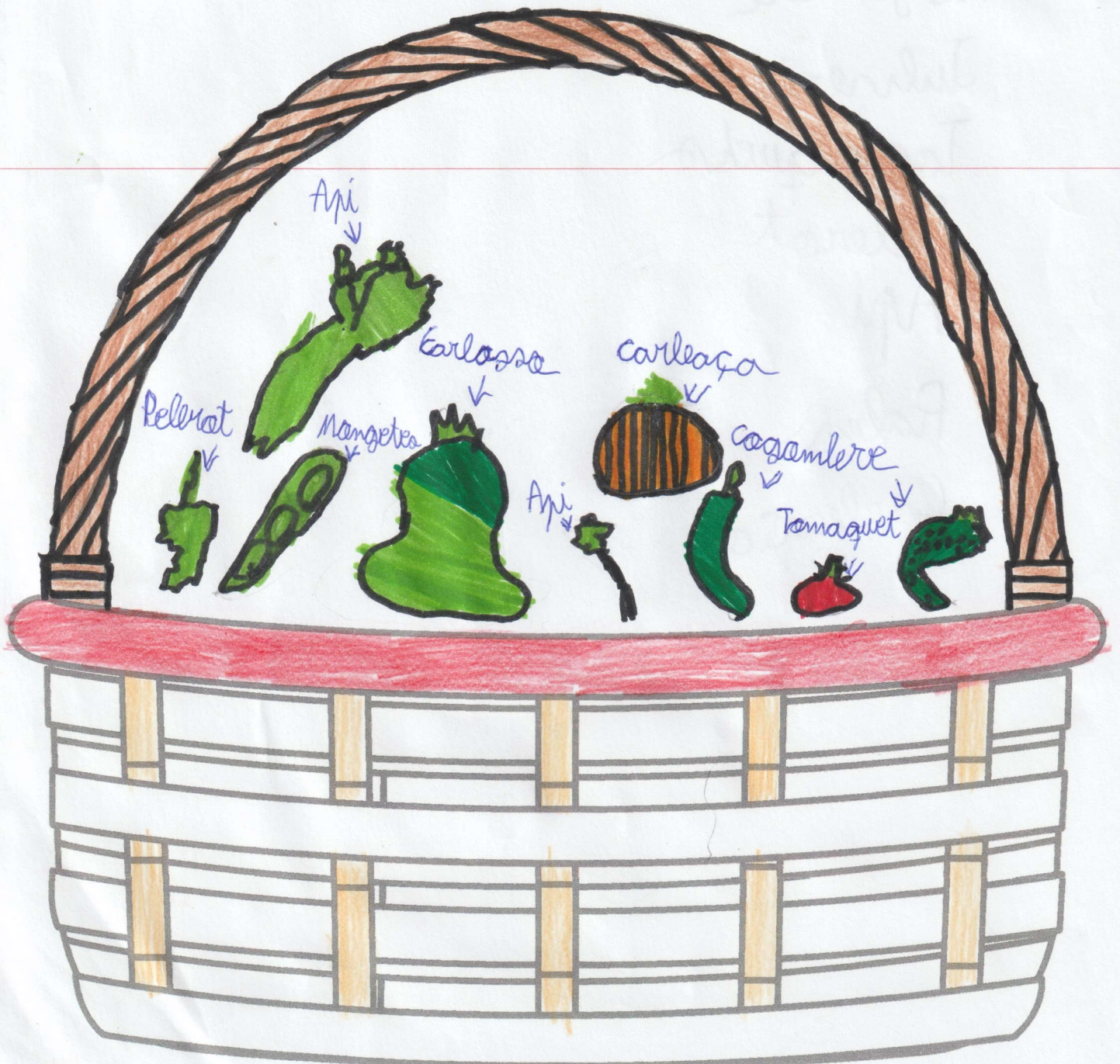




Enric



AQUEST MES PODEM OMPLIR EL CISTELL AMB...



Finals de setembre

Allegria

Bledes

Carabassos

Mangetas

Enciam

Cozambere

Julivert

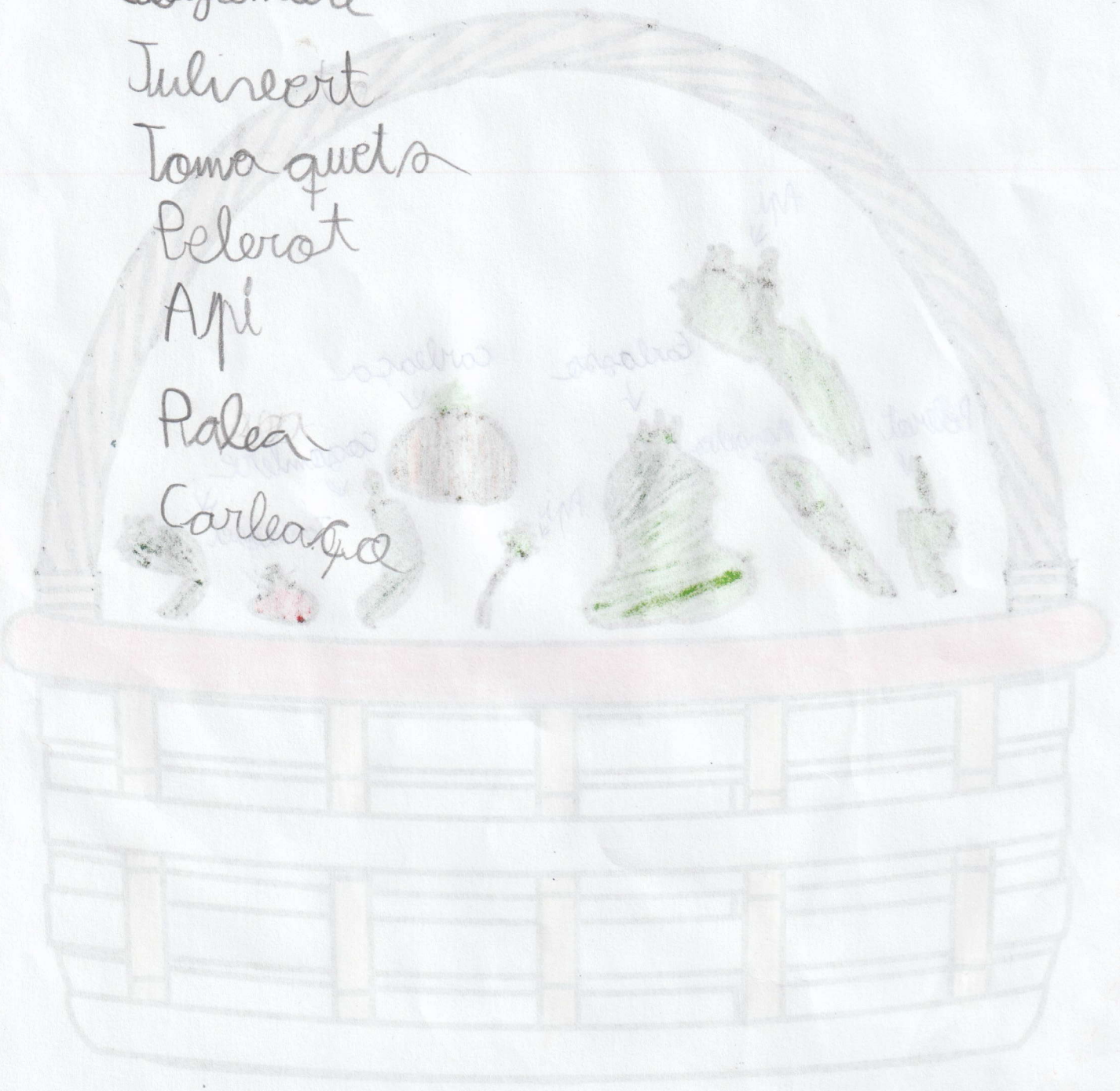
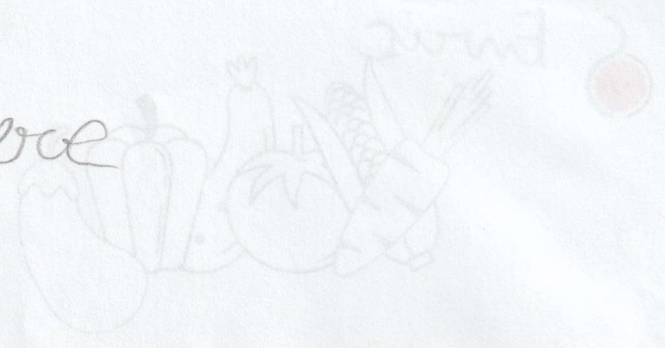
Tomaquets

Peloret

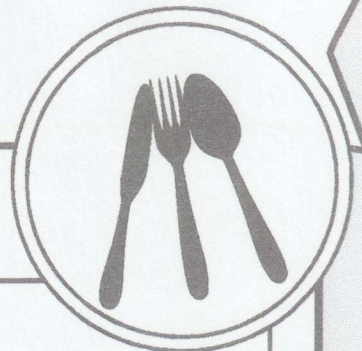
Api

Palea

Carlaçoa



CREMA DE CARBASSA



INGREDIENTS

Carbassa

Pastanaga

Patata

1 formatget

1 porro

Sal, pebre i oli



PASSOS

1. Poseu el porro tallat a trossos en una olla i sofregiu-la

2. A la mateixa olla, fiquen la pastanaga, la patata i la carbassa tallada a quadradets petits la sofregiu una mica.

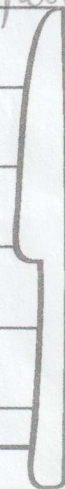
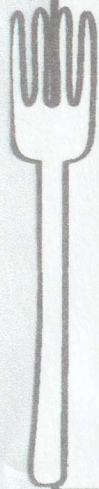
3. Afegeu aigua fins que quedi tot cobert i que bulli uns 15 minuts.

4. Punxeu 1 tros de patata, 1 de pastanaga i 1 de

carbassa per saber si està al punt.

5. Tritureu tot i afegeu un formatget.

6. Tritureu un altre cop i afegeu un raig d'oli una mica de sal i pebre i ja es pot servir.



Macedonia de tardor



INGREDIENTS

1 magrana, 1 poma,

1 mandarina, suc de

taronja 5-6 min.

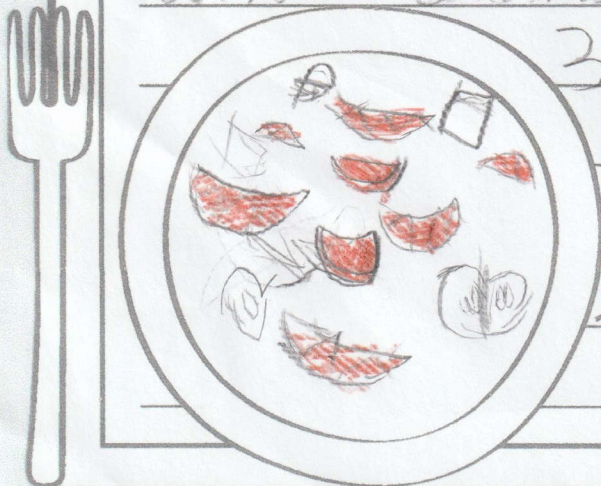


PASSOS

1. Tallarem la magrana per la meitat i anirem traient cada un dels granets poc a poc i els posarem en un bol.

2. Ara pelarem la poma un cop estigui meta, i l'anirem tallant a trossos molt petits i els agafarem al bol on hem posat la magrana.

3. Pelarem la mandarina i tallarem cada un dels grills per posar-los també al bol. 4. És moment d'afegir el



SOPA DE CASTANYES



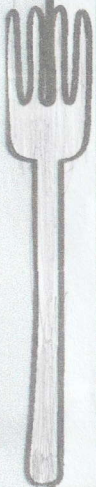
INGREDIENTS

1. 1l de brou de pollastre
2. 1 ceba ben grossa
3. 250g de patates
4. 500g de castanyes
5. sal



PASSOS

1. Fer un tallet a les castanyes i escaldar-les en aigua bullent perquè es puguin pelar més fàcilment.
2. Pelar les castanyes.
3. Fregir la ceba tallada a tires fines i afegir les castanyes i la patata tallada petita.
4. Afegir el brou i deixar coure fins que les castanyes siguin cuites.
5. Afegir sal i servir.



ANKO



INGREDIENTS

Mongtes

Sucre

Sal

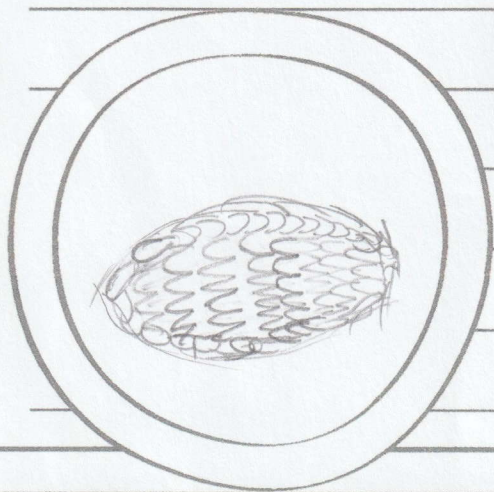
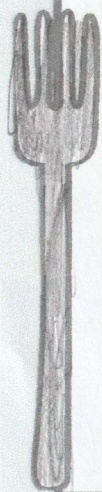
Aigua

Pell ara de llimona



PASSOS

Fiquem les mongtes a un pat d'aigua 1 dia sense.
 Despres agafem una olla i fiquem les mongtes amb aigua.
 Deixem bolla deullir i tambe fiquem 2 gotes de sucre,
 una pisca de sal i 1 got de pell de llimona.



CREMA DE CARBASSÓ



INGREDIENTS

- Mitja ceba
- 3 carbassos
- 1 patata
- 5 Formatges
- Pebre negre
- Dent d'all
- 750 ml de caldo de verdures
- Oli d'oliva
- Sal
- Formatge ratllat



PASSOS

1. Rentem els carbassos i els tallem a rodanxes.
2. Pelem i tallem la ceba i la dent d'all.
3. Afegim una patata a trossos per donar-li més consistència.
4. Fiquem les verdures tallades en una cassola i li afegim els 750 l de caldo de verdures i un rajolí d'oli.
5. Calentem a foc lent i quant comenci a bullir remorem la mescla uns 20 minuts.

6. Retirem la cassola del foc i afegim els formatges.
7. Batem la mescla fins i adquireixi la textura desitjada.
8. Fiquem sal i pebre negre.
9. Afegim formatge ratllat.

10. Servim el plat.



AMANIDA DE TEMPORADA



INGREDIENTS

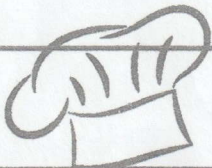
Enciam.

Tomàquet.

Cogombre.

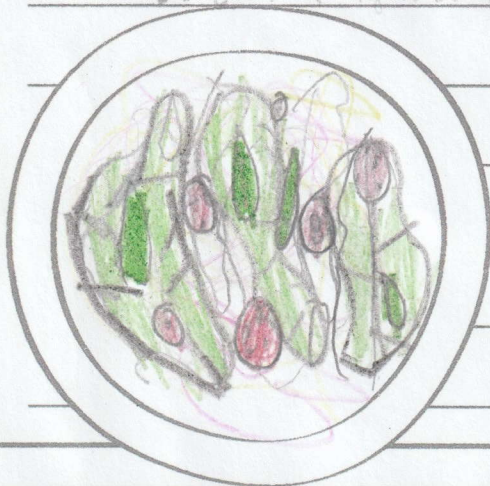
Pebrrot.

*Extra: oli, sal, vinagre, mel, nous i formatge de calera.



PASSOS

1. Rentar bé totes les verdures.
2. Pelem el pebrrot i el cogombre i el tallem a trossets.
3. Preparam un bol gran i hi posem totes les verdures netes.
4. Afegim les nous i el formatge de calera.
5. Fem una vinagreta amb l'oli, el vinagre, la sal i la mel i ho tirem per sobre.
6. Menjar i gaudir.



BON PROFIT!



Guillem



AQUEST MES PODEM OMPLIR EL CISTELL AMB...

