



Aquest dies de pluja ens han fet pensar en un menjar tradicional que, pot ser o rebutjat. Parlem dels cargols.

A Catalunya hi ha una gran varietat de receptes; es fan amb salsa, a la llauna, amb allioli o vinagreta, acompanyats de carn, de bacallà...

De les moltes espècies de cargols que hi ha potser la més apreciada és el cargol bover (hèlix aspersa), que es cria en granges o també pots aprofitar aquest dies de pluja per anar a caçar-lo com feien els nostres avis.

Aqui teniu una recepta tradicional

Abans de començar heu de tenir present que els cargols han hagut de dejunar uns 15 dies, sobretot si els colliu vosaltres. Si els compreu demaneu quants dies fa que no han menjat

Ingredients:

- 1 kg. de cargol bover**
- Herbes aromàtiques (farigola, fonoll, llorer...)**

Per la salsa podeu triar:

- picada d'all i julivert**
- allioli**
- sofregit de tomàquet una mica picant (tomàquet, bitxo, ceba, all, pebrot, julivert, oli, vi blanc, ametlles i avellanes...)**



Primer els heu de rentar amb aigua freda i una mica de sal o vinagre perquè vagin traient totes les bavalles.

Els poseu en una cassola amb aigua i un cop arrenqui el bull torneu a canviar l'aigua, i hi afegiu la sal i les herbes i els coueu durant 3/4 d'hora a foc lent. Un cop cuits ja estan llestos per menjar.

Ara les opcions són moltes:

Amb la picada d'all i julivert

Amb allioli

Amb el sofregit de tomàquet (fet abans amb tomàquet sal, oli i una mica de bitxo perquè piqui).

O a la cassola(amb un sofregit de ceba, all i tomàquet, pebrot, un raig de vi blanc, julivert i una picada de fruits secs) i carn (costella de porc i butifarra) o bacallà.

Apa, Bon profit