



Bacallà a la llauna (masticació fàcil)

Ingredients (per a 2 racions)

280 g de bacallà dessalat net
(dos lloms sense espines i sense pell)

150 g de mongetes seques

25 ml d'aigua

4 alls (grossos)

5 g de pebre vermell dolç

75 ml de vi blanc

Farina per arrebossar

Pebre

Sal

Julivert picat (dues branquetes, només les fulles)

Oli d'oliva verge extra

Elaboració

1. Assequeu i enfarineu els lloms nets de bacallà i fregiu-los lleugerament amb oli calent (coberts fins a la meitat) fins que quedin daurats. Escorreu-ne l'oli, talleu-los a trossos ben petits, com si els piquéssiu, i reserveu-los (podem fer servir la batidora elèctrica o una picadora). Reserveu també l'oli.
2. En un recipient i amb l'ajuda d'una forquilla, aixafeu les mongetes seques amb els 25 ml d'aigua. Afegiu-hi pebre al gust i un pessic de sal.
3. En una paella, ofegueu els alls pelats i laminats amb sis cullerades soperes de l'oli de fregir el peix, sense que s'arribin a daurar. Retireu-los del foc, afegiu-hi el pebre vermell dolç i remeneu-ho durant uns segons.
4. Poseu altra vegada la paella al foc i afegiu-hi el vi blanc. Coeu-ho sense deixar de remenar durant uns tres minuts a foc fort fins que se n'evapori l'alcohol.
5. Aboqueu el sofregit en un recipient per triturar, afegiu-hi el julivert picat, un pessic de sal i tritureu-ho (si cal, afegiu-hi una mica d'aigua perquè no quedi massa espès).
6. Emplateu-ho disposant les mongetes a la base del plat, el bacallà a sobre i, finalment, la salsa.