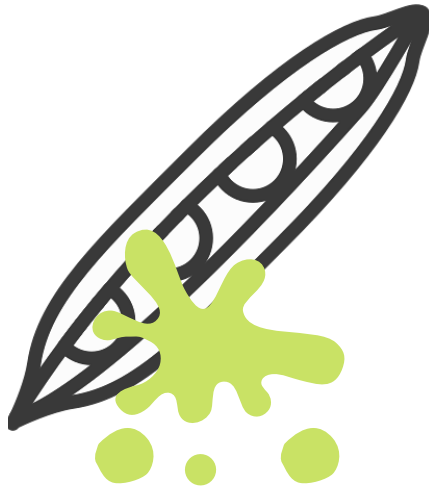


"POSEM FIL A L'AGULLA"

Una recepta amb història.



RECEPTA ROMANA "Pésols Vitelians"

Ingredients

- 400 gr. de pésols.
- 1/2 ceba.
- 4 cullerades d'oli d'oliva.
- Un grapatet de pebre negret.
- Mitja cullerada d'api picat.
- Un poc d'orenga.
- Una miqueta d'anet.
- Mitja cullerada de coriandre picat.
- 2 o 3 anxoves.
- 1 culleradeta de vi blanc.
- Un poc de sal.

INGREDIENTS OPCIONALS

- Afegix una cullerada de salsa de soja.
- Suma una cullerada de mel.

Temps

TEMPS NECESSARI:
20 MINUTS.

- Preparació: 5 minuts.
- Elaboració: 15 minuts.

Un poc d'història

De re Coquinaria és un tractat gastronòmic signat per Marcus Gavius Apicius, un gastrònom romà del segle I d. C. En la seua famosa obra ens mostra, a més de receptes, diversos trucs culinaris. Gràcies a este text disposem d'una visió general de la cuina romana, i podem observar com molts dels seus plats s'assemblen a receptes actuals.

En esta ocasió vos mostrem una versió actualitzada dels Pésols Vitelians (*Pisam Sive Faba Vitellianam*) Este plat pren el seu nom, suposadament, en honor a l'Emperador Viteli.

*"PISAM SIVE FABAM VITELLIANAM
Pisam sive fabam coques. cum despumaverit, mittis porrum,
coriandrum et flores malvarum. dum coquitur, teres piper, liquisticum,
origanum, feniculi semen, suffundis liquamen et vinum, mittisin
caccabum, adicies oleum. cum ferbuerit, agitas. oleum viridem insuper
mittis et inferes."*

Elaboració

- 1r. Cou els pésols i retira'ls.
- 2n. Talla la ceba en trossos molt xicotets i sofregix-la.
- 3r. Afegix les anxoves, l'orenga, el pebre i el vi a la paella.
- 4t. Cuina esta mescla per uns minuts a foc lent.
- 5é. Apaga el foc i afegix els pésols. Seguidament suma l'anet, el coriandre, l'oli i l'api. Tritura la mescla amb l'ajuda d'una batidora.
- 6é. Salpebra i serveix amb pa torrat.

ARA FES LA TEUA VERSIÓ: UTILITZA EL RECEPTARI!

Una recepta

amb història

NOM DEL PLAT ORIGINAL

NOM DEL MEU PLAT

INGREDIENTS

TEMPS
DE PREPARACIÓ:

TEMPS
D'ELABORACIÓ:

TEMPS NECESSARI:

ELABORACIÓ