

La recepta:

Crestes de carn

Recordes la recepta de les crestes de carn? La volíem tenir escrita però se'ns han barrejat els passos que cal seguir per elaborar-la. Ets capaç d'ordenar-los?

Si tens algun dubte pots tornar a llegir la recepta que trobaràs sota del vídeo.

Ingredients:

12 discs petits de massa d'empanada

250 g de carn magra de vedella picada

Mig pebrot vermell

1 ceba

Mig carbassó

2 tomàquets vermells

50 g formatge tendre

1 ou

Oli d'oliva verge extra

Olives verdes sense pinyol

Sal i pebre



Afegiu el pebrot i el carbassó, salpebreu-ho i remeneu-ho. Sofregiu-ho tot plegat a foc mitjà durant 15-20 minuts. Si veieu que se us comença a cremar, abaixeu el foc i afegiu unes gotes d'aigua per afavorir que es cogui tot més uniformement.



Salpebreu la carn. Escalfeu una paella amb un raig d'oli d'oliva verge i daureu la carn a foc mitjà. Aneu-la remenant amb una forquilla per tal que quedi ben separada. Reserveu-la al damunt d'un paper absorbent per tal que absorbeixi l'excés de greix.



Pinteu les crestes per tota la part superior amb l'ou batut. Disposeu les crestes sobre un paper antiadherent al damunt d'una safata de forn.



Renteu el pebrot i tal·leu-lo a dauets petits.
Renteu i tal·leu el carbassó a dauets petits.



Engegueu el forn prèviament a 180 °C i coeu-les durant 10-12 minuts.



Per fer el sofregit, peleu la ceba, tal·leu-la per la meitat i ratlleu-la amb un ratllador al damunt d'un plat fondo. A la mateixa paella d'abans, poseu un raig d'oli d'oliva verge, afegiu la ceba, remeneu i deixeu-ho sofregir uns 5 minuts.



Torneu a posar la carn, remeneu-ho, poseu-ho a punt de sal i sofregiu-ho tot plegat uns minuts. Reserveu-ho.



Renteu els tomàquets i tal·leu-los per la meitat. Ratlleu-los de la mateixa manera que la ceba. Afegiu el tomàquet ratllat, remeneu-ho i deixeu coure a foc molt suau durant 10 minuts més.



Un cop estigui fred, afegiu el formatge tallat a dauets d'una mida aproximadament de mig centímetre. Tal·leu les olives per la meitat i afegiu-les al farcit.



Bateu l'ou.

Disposeu els discs de massa d'empanada al damunt d'un plat. Col·loqueu una cullerada de farcit al centre de cadascuna. Mul·leu amb els dits els marges del disc amb l'ou batut, doblegueu-lo per la meitat i segelleu la cresta fent plecs amb els dits o amb una forquilla.

Quins d'aquests estris creus que són necessaris per elaborar la recepta?

