

MANDONGUILLES TIPUS FRICANDÓ									
INGREDIENTS PER A 5 ALUMNES									
PER LES MANDONGUILLES					NECESSITATS				
Carn picada vedella	0.35	kg		Per fer les mandonguilles barregem les carns, i anem afegint les guarnicions. Salpebrem i formem boles regulars, enfarinades i disposades ordenadament en una safata gastronorm.	Bol gran	1	uni	t	
Carn picada de papada de porc	0.15	kg	Ral d'Avinyó		Cullera	1	uni	t	
Ou	1	unit			Safata gastronorm	1	uni	t	
Llet	0.06	kg	LA SELVATANA		Plats pels ingredients	6	uni	t	
Sal	0.01	kg			Bols/gots per líquids	2	uni	t	
Pebre	0.01	kg			Bols per espècies	2	uni	t	
Pa ratllat	0.06	kg							
PEL SOFREGIT CATALÀ AMB PASTANAGA					NECESSITATS				
All	2	unit		Fem un sofregit català: Picar l'all i enrossir-lo en una cassola amb una mica d'oli. Seguidament incorporar la ceba i deixar coure suau fins que sigui ben cuita. Incorporar la pastanaga picada i acabem de coure. Afegim el tomàquet triturat i reduïm fins aconseguir que el tomàquet i la ceba queden integrats.	Cassola baixa 25 cm	1	uni	t	
Ceba grossa	1	unit			espàtula	1	uni	t	
Pastanaga a daus									
Tomàquet triturat	0.5	kg			Fusta de tallar	1	uni	t	
Oli	300	ml			ganivet	1	uni	t	
Altres					NECESSITATS				
Vi negre	0.3	L			Paella per saltar				

Romaní	1	unit						
Llorer	1	unit						
Bolets	0.5	kg						
Farina per enfarinar mandonguilles	0.5	kg						
Aigua	1.5	litre						

ELABORACIÓ / MUNTATGE

A la mateixa cassola que hem fet el sofregit, i sense ell a dins, hi posem una mica d'oli i enrossim les mandonguilles. Escorrem d'oli i afegim el sofregit. Mullem amb vi negre i afegim les herbes aromàtiques. Cobrim amb una mica d'aigua i fem «xup-xup» durant uns 30 minuts. Al final afegim els bolets saltats i deixem estofar uns minuts més. La salsa quedarà lligada amb la pròpia farina del fregit.