



RECEPTA DE GUISAT

INGREDIENTS:

- 300 g de cigrons
- 1 pastanaga
- 1 porro
- 1 fulla de llorer
- 1 ceba
- 1 pessic de sal
- 200 g de kale
- 1 ceba
- 2 tomàquets
- 2 dents d'all

INSTRUCCIONS:

- Fes bullir les verdures
- Quan hagi acabat la cocció, cola el brou i reserva'l.
- Tritura alguns cigrons amb una mica de brou, la pastanaga, la ceba, i afegeix-ho al brou, juntament amb la resta de cigrons.
- En una paella, fes un sofregit amb la ceba i l'all, afegeix el pebre roig (sense que es cremi), afegeix el tomàquet ratllat i deixa evaporar l'aigua.
- Afegeix el kale i salteja'l fins que estigui ben cuit.
- Aboca el sofregit al brou i serveix calent.



*de cigrons amb
col Kale*

