

Cataluña

Tempo



45'

Racións



4

Alérxenos



Moluscos



Sulfitos

Xiba guisada con patacas e chícharos

Ingredientes

2 xibas grandes

4 patacas grandes

2 dentes de allo

1 cebola

1 ramiña de perexil

Aceite de oliva virxe extra

Sal

Pementa negra moída

1 vaso de viño branco

1 folla de loureiro

2 culleradas de salsa de
tomate

Caldo de verduras e de peixe
ou auga

200 g de chícharos (dos
frescos ou dos conxelados)

Este guiso é típico de Cataluña, pero especialmente da zona costeira da comarca do Maresme (na provincia de Barcelona), onde hai unha maior tradición de combinar os chícharos cultivados na zona co peixe que se captura no Mediterráneo, como pode ser a propia xiba ou a pescada.

Elaboración

1. Lavamos, limpamos e cortamos as xibas en dados. As patacas, estonámolas e cortámolas en anacos. Ao allo e á cebola tamén lles quitamos a pel e picámolos xunto co perexil.
2. Nunha tarteira cun chorro do aceite de oliva, poñemos a refogar o allo e mais a cebola picados. Cando esta estea transparente, incorporamos a xiba, salpementamos e continuamos refogando durante uns minutos. Removemos de cando en cando.
3. Engadimos o vaso de viño, o loureiro, a salsa de tomate e as patacas en anacos. Despois, vertemos o caldo necesario para cubri-lo todo e cociñamos con pouco lume durante 25 minutos. Ao que falten 5, agregamos os chícharos e o perexil.
4. Rectificamos de sal, aderezamos o guiso con máis aceite de oliva virxe extra e servimos o prato (quente ou morno).

Nalgunhas versións da receita, para enriquecer e facer máis denso o prebe, engádense froitos secos; por exemplo, piñóns, abelás ou améndoas. Tamén resulta frecuente que ao guiso se lle pique un cacho de chocolate negro e/ou unhas febras de azafrán.