

Murtzia

Denbora



40'

Errazioak



4

Alergenoak

○ Arrautza

Zarangollo murtziarra

*Murtzian, plater hau oso ohikoa da
Udaberriko Jaietan eta Traileko Azokan*

Osagaiak

Tipula gozo handi bat

Kilo bat kuiatxo

4 arrautza

Oliba-olio birjina estra

Gatza

Piperbeltz beltz ehoa

! Bertsio batzuetan, tipulaz, kuiatxoaz
(osagai nagusia) eta arrautzaz gain,
patatak baliatzen dira.

Prestatzeko modua

1. Zuritu tipula eta moztu juliana eran fin. Berotu koilarakada pare bat oliba-olio zartagin edo kazola zabal batean eta frijitu tipula gatz pixka batekin. Jaitsi sua eta utzi biguntzen, oso samur egon arte.
2. Tipula egin bitartean, garbitu kuiatxoak eta zuritu azal-kentzeko batekin, ahalik eta mami gutxiena kentzeko. Moztu xerra finetan. Nahasi kuiatxoa tipularekin, gatzpipertu apur bat eta eragin ondo. Lehenengo, kozinatu su bizian, ura askatuz joan dadin.
3. Kuiatxoa apur bat bigundutakoan, jaitsi sua eta kozinatu poliki, noizean behin eraginez, 20 bat minutuz.
4. Azkenik, kraskatu arrautzak zuzenean gainean, gatzpipertu eta eragin leuntasunez, kuiatxoan sar daitezzen; gorringoak hautsita, pixkana gatzatu behar dira, oso zukutsu geratzeko, nahaskirik edo tortillarik sortu gabe.
5. Kendu sutatik eta utzi jalkitzen gutxi gorabehera 10 minutuz; ondoren, zerbitzatu berehala.

Zarangolloak Espainiako gastronomia tradizionaleko beste errezeta batzuen osagai berak ditu, hala nola tipula, kuiatxoa eta arrautza, baina Murtziako Erkidegoko hainbat eremutan badaude beste osagai batzuekin osaturiko aldaera anitz.