

La truita de la crisi

Catalunya

M. Teresa Bautista i Arrébola

Ingredients

2 ous
1 manat gros d'allis tendres
3 cullerades de pa ratllat
½ got de llet
Un polsim de sal
Oli



Preparació

Talleu els alls a trossos, bo i aprofitant tot el que pugueu, perquè ja sabeu com es diu la truita. Poseu-los a la paella amb un rajolí abundant d'oli i sofregiu-los bé. No els cremeu, que no sortiria pas bona.

Bateu els ous amb la llet i la farina de galeta. Afegiu-hi els alls tendres sofregits i amb aquesta massa feu una bona truita.



Informacions culturals

Aquesta recepta és fruit de la crisi econòmica i de la necessitat de les famílies d'estalviar sense deixar d'alimentar-se correctament, per tant, és bona i, sobretot, barata.