



Crestes de tonyina

Els Països Catalans

Francisco Campos

Ingredients

- 1 paquet de 280 g d'hòsties (pastes de crestes)
- 2 llaunes de tonyina de 100 g
- 3 ous durs
- 1 pebrot vermell
- 25 olives farcides d'anxoves
- 1 ou batut

Per al sofregit

- 6 tomàquets de pera
- 1 ceba
- 4 cullerades soperes d'oli d'oliva
- Sal
- Pebre
- Sucre



Preparació

Feu un sofregit a foc moderat durant 10 o 12 minuts. Reserveu-lo.
En un recipient ample barregeu el sofregit, la tonyina, els ous durs (bullits amb aigua durant 12 minuts), el pebrot vermell i les olives, tot molt trossejat. Barregeu-ho.
Amb la mescla anterior ompliu les hòsties (pastes de crestes), doblegueu-les, pressioneu les vores amb la forquilla i pinteu-les amb l'ou batut per donar-hi lluentor.
Uteu la safata del forn amb unes gotes d'oli o poseu-hi un full de paper per a forn.
Damunt, col·loqueu-hi les crestes i poseu-les al forn uns 10-12 minuts a 180° fins que estiguin daurades.
Bon profit!

II Trobada Gastronòmica Intercultural

Consorci per a la Normalització Lingüística – Servei Local de Català de Sant Andreu de la Barca
Ctra. de Barcelona, 1 – 08740 – SANT ANDREU DE LA BARCA
Tel. 93 682 52 88 – A/e: santandreubarca@cpnl.cat
Pàgines web: www.cpnl.cat i www.cpnl.cat/xarxa/cnlcanametller
Facebook: <https://breu.cpnl.cat/fbsab/>
Twitter: https://twitter.com/SLC_SantAndreuB
Blog: <http://blocs.cpnl.cat/enganxat/>