

Sopar d'estiu

- Primer plat: - Coca de recepte.
- Sopa de meló
- Segon plat: - Meló de Vedella
- Postres: - Menjar blanc.



Autors

- Joan S. Marcó
- Fina Martínez
- Lisardo Gayón
- Silvia Alonso

COCA DE RECAPTE



La coca de recapte és sense cap mena de dubte un plat típic que no pot faltar en un sopar d'estiu. Amb una llarga tradició a la cuina catalana, és un recepta que trobem a tots dels territoris catalans, amb variants molt diverses, i la manera de fer o cuinar les coques varia segons l'indret, així com també el nom. A més de ser un producte identificatiu de la zona, senzill i econòmic, té l'avantatge de disposar d'un calendari gastronòmic propi, adaptat als productes de temporada, còmode per a compartir a qualsevol hora i fàcil de menjar mentre et desplaçes per conversar amb els companys.

Se'n menja tot l'any, tant freda com calenta i permet diferents combinacions només afeigint-l'hi o canviant-l'hi un ingredient, es pot elaborar solament amb hortalisses, amb carn (llangonissa) o peix (arengada), cosa que la fa apte per a diferents tendències alimentaries. Per això, podem dir, que en el moment de tastar la coca de recapte no tant sols assaborirem un entrant cruixent, saborós, mengívol i apetitós, sinó que menjarem un àpat tradicional, rústic, popular, amb productes locals, i veritable insígnia de la dieta mediterrània, que, evidentment, la fa adient per una revetlla d'estiu.

Joan

Sopar d'estiu



Si hem de preparar un sopar d'estiu, per la celebració dels 30 anys del centre de Normalització Lingüística, podem deixar-nos portar per la imaginació, ja que tenim un gran repte a les nostres mans. En aquests àpats de nits xafogoses, ens podem permetre, sense cap mena de dubte, trobar el nostre costat innovador i més creatiu. Evidentment, hem de pensar en un plat fresc, lleuger i diferent, que tan sols al veure'l, tinguis ganes de provar-lo.

Crec que una sopa freda de meló pot ser una bona opció. A més, de ser un plat deliciós, té un punt de frescor, cosa que és ideal per l'època. Per això, si l'acompanyem d'uns encenalls de pernil salat i un polsim de pebre negre, oli de la nostra terra i una fulles d'alfàbrega per donar-li un toc més elegant, pot ser per excel·lència, el plat ideal per una nit festiva. Per tant, us puc assegurar que serà un bon començament per aquesta celebració.

Fina

Melós de Vedella.



Si al estiu estàs fart de menjar ensalades, pizzes i plats tan freds com ràpids, tasteu el meu suggeriment i descobrireu un món de sabor, tendresa i consistència. Serà la sorpresa de descobrir un plat tendre a la vegada que contundent, equilibrat i que es deixa acompanyar per un bon vi negre. Sense cap lloc a dubtes, aquest plat esdevindrà en el vostre preferit i ho demanareu a partir de ara sempre que tingueu ocasió. Desitjareu que estigui a les cartes dels restaurants que aneu per tornar a assaborir-ho.

El melós de vedella és, evidentment, un plat senzill, però no per això hi trobareu a faltar cap de les característiques del plats més elaborats de la alta cuina. A més, el seu gust, que es desfà a la boca com a un caramell, la seva textura i els seus matisos en que es tasta la carn de vedella més tendre us faran gaudir de la carn com mai abans. Per tant, si us agrada la carn i voleu tindre una velada en la que gaudiu realment del que mengeu, agafeu el melós de vedella, no us en penedireu.

Lisardo

SOPAR D'ESTIU FRESC I MENGÍVOL

POSTRES: MENJAR BLANC



Si t'agrada el menjar tradicional, a Catalunya tenim una gastronomia molt variada i típica, així doncs, podràs degustar sabors nous que el teu paladar no podrà oblidar mai, convertint-se en una experiència única. Nosaltres que som de Reus podem presumir d'unes postres en concret, m'estic referint al menjar blanc, unes postres de caràcter tradicionals i típiques d'aquesta zona que, a més, són bastants populars per la seva facilitat i senzillés en preparar-los. Sense cap dubte, aquestes postres, fàcils de menjar i delicioses, et deixaran una sensació de frescor i suavitat a la teva boca.

El menjar blanc són, evidentment, uns postres apetitosos i saborosos, suaus en el seu gust i que es poden menjar tant calent com tebi, semblants a uns flams que tenen una textura flonja i merengada. Tenen gust d'ametlla (un fruit típic d'aquesta comarca) i també porten llimona i canyella. Per tant, crec que serien les postres ideals per la celebració del CNL de Reus perquè, són típiques de la nostra ciutat i representatives de la nostra gastronomia.

Silvia Alouso