

Bolones de verde

L'Equador

Pamela Reyes

Ingredients per a 2 o 3 persones

4 plàtans mascle verds
Formatge
Un pessic de sal
Oli

Preparació

Peleu els plàtans i poseu-ne a cuinar només tres en una cassola amb aigua i sal al gust.

Quan ja estiguin tous, traieu-los del foc i escorreu-los.

Agafeu un bol, poseu-hi els plàtans cuits i aixafeu-los amb una forquilla.



Ratlleu el plàtan que no heu cuinat i incorporeu-lo a la pasta que heu obtingut amb els plàtans cuits. Barregeu-ho tot molt bé.

Agafeu una part de la massa que heu fet i formeu-ne una bola. Feu-hi un forat al mig i col·loqueu-hi un trosset de formatge. Tanqueu el forat perquè quedi una bola completament tancada.

Quan tingueu totes les boles a punt, poseu oli a escalfar en una paella. Quan estigui ben roent, fregiu-hi les boles fins que es daurin.

Informacions culturals

A l'Equador normalment s'acompanyen amb cafè o una infusió.

Consorci per a la Normalització Lingüística – Servei Local de Català d'Esparreguera
Can Pasqual – Carrer dels Cavallers, 26, 1a planta – 08292 – Esparreguera
Tel. 93 772 92 92
<http://www.cpnl.cat>
www.twitter.com/SLCEsparreguera
www.facebook.com/slcesparreguera
<http://blogs.cpnl.cat/receptaris>
A/e: esparreguera@cpnl.cat
www.cpnl.cat/xarxa/cnlcanametller
www.twitter.com/jovesillengua
<https://instagram.com/slcesparreguera>
<http://blogs.cpnl.cat/esparreguera>