

Fideuà amb plantes aromàtiques, culinàries i silvestres

Ingredients (per a 4 persones):

- 200 g de fideus torrats
- 2 cebes, tallades a daus
- 2 pastanagues, tallades en mitja lluna
- 100 g de bolets, tallats
- 2 grans d'all, picats
- Julivert, picat
- Fulles verdes de plantes silvestres: bleada borda, dent de lleó, parietària...
- Plantes aromàtiques al gust: romaní, farigola, llorer, orenga...
- Fulles de plantes silvestres (de l'hort): ruca, calèndula, menta...
- Oli d'oliva verge extra
- 50 ml de vi blanc
- Brou vegetal, calent
- Sal marina al gust

Preparació:

1. **Brou:** Prepara un brou vegetal per a la cocció.
2. **Fideus:** Torrar els fideus en una paella fins que agafin un color daurat. Reserva.
3. **Preparació de verdures:** Renta, pela i talla les verdures i plantes aromàtiques.
4. **Sofregit:** En una cassola gran, escalfa oli d'oliva i sofregeix les cebes tallades a daus durant 5 minuts.
5. **Saltejat:** Afegeix les pastanagues tallades, els bolets, el julivert i l'all picat. Salteja-ho tot durant 5 minuts.
6. **Deixar reduir:** Salem i desglacem amb els 50 ml de vi blanc, deixant que redueixi.
7. **Cocció de verdures:** Afegeix brou i cuina les verdures a foc baix durant 5 minuts.
8. **Afegir fideus:** Incorpora els fideus torrats a la cassola juntament amb fulles verdes de plantes silvestres. Cuina-ho fins que els fideus estiguin fets, afegint més brou si cal.
9. **Ajusta amb sal marina al gust i serveix immediatament.**

Finançat per