

Ous a la “panadera” a l'estil de la iaia Antònia

Ingredients:

- ✓ 1 ou
- ✓ 2 o 3 patates
- ✓ 1 grapat de sal

Elaboració:

Primer agafem una paella petita i l'omplim d'oli fins a la meitat o una mica més, necessitem que hi hagi molt d'oli.

Mentre l'oli s'escalfa tallem les patates molt primes i rodones.

Afegim les patates a la paella i quan les patates comencin a posar-se daurades afegirem l'ou.

Quan hagin passat un o dos minuts ja les podem treure de la paella.

En darrer lloc, les posem al plat amb un bon grapat de sal.

Si voleu, podeu posar quètxup perquè tingui un altre gust.



Patates a la “panadera” a punt per menjar

Arròs amb verdures

Ingredients:

- ✓ 300 gr d'arròs
- ✓ un litre d'aigua o brou de verdures
- ✓ 100 gr de mongetes verdes
- ✓ 2 pastanagues
- ✓ 1 tomàquet madur
- ✓ 2 grans d'all
- ✓ 50 gr d'espínacs
- ✓ oli i sal

Elaboració:

S'agafen les mongetes, les pastanagues, el tomàquet i els alls i ofeguem amb una mica d'oli en una cassola.

Afegim l'arròs i també l'ofeguem perquè quedi solt. Afegim el brou i la sal i deixem-ho coure vint minuts.

Mentre piquem els espínacs i agreguem l'arròs. Deixa-ho coure 5 minuts, posa un punt de sal i ja es pot servir.



Arròs amb verdures