



## Tartar de peix d'escata sobre patates xafades, tomàquet dolç i caviar d'arengada

### Ingredients

700gr de llobarro, orada o un altre peix d'escata  
1 cullerada de café de mostassa de dijon en grà  
8 cullerada de café d'oli d'oliva verge de 0'4º d'acides  
1/2 llimona  
3 patates mitjanes bullides  
2 tomàquets madurs bons  
Un pols de sucre  
Flor de sal  
Per decorar : ou bullit picat, cibolet, caviar d'arengada, oli d'olives negres i oli de nyores

### Elaboració de la vinagreta

Possarem una culleradeta de café de mostasa de dijon en un bol d'acer, amb sal, pebre blanc i una culleradeta de suc de llimona; amb l'ajuda d'un batidor hi anirem incorporant l'oli d'oliva fins fer la vinagreta al nostre gust.

### Elaboració del tartar

Netejarem el peix d'escata procurant que no hi quedi cap espina ni cap part tocada o lletja que ens pogues malmetre el plat. Tot seguit el picarem ben petit amb un ganivet de tall i l'amanirem amb la vinagreta que haurem fet abans, suc de llimona, sal i pebre; o remenarem hi ho tastarem procurant que estigui ben amanit, però que no trobis cap ingredient de la vinagreta en concret.

Aleshores agafarem les patates bullides , les pelarem i les amanirem amb oli de 0'4º amb un xic de flor de sal. Preparem el tomàquet el ratllarem i l'amanirem amb oli, sal, pebre blanc i un pols de sucre.

### Muntatge i presentació

Agafarem els "motlles" d'acer inoxidable i muntarem el plat. Possarem un llit de patates xafades amanides, a continuació el tomàquet i al damunt el peix amanit amb la vinagreta de mostassa. Ho acabarem amb ou picat, oli de nyores, oli de julivert i oli d'olives negres.

### Nota

Aquest plat depen de l'estació de l'any es pot acabar amb ou picat, pipes, favetes tendres, etc..  
Haureu de tenir en compte no fer esperar gaire temps una vegada el peix estigui amanit, ja que si no la vinagreta ens couria amb excés el peix..



## Steack tartar de vedella

### Ingredients per 4 persones

320 gr de filet de vedella ben pulit  
15 gr de ceba de Figueres  
5 gr de cogombre en vinagre  
5 gr de tàperes  
5 gr de mostassa fermentada  
5 gr de mostassa fina de Dijon  
10 gr de rovell pasteuritzat  
3 gr de pebre negre  
6 gr de pebrot vermell  
30 ml d'oli verge 0,4° refinat  
½ ou dur picat

### Vinagreta d'amaniment

35 gr d'oli d'oliva verge  
5 gr de mostassa de Dijon fine  
10 gr de mostassa fermentada  
3 gotes de tabasco  
3 gotes de suc de llimona  
c/s de pebre negre  
c/s de sal  
c/s d'aigua

### Elaboració

Amb un ganivet que talli molt, picarem el filet ben fi. A part picarem molt petit el cogombre, les tàperes, la ceba i el pebrot vermell. Muntarem una maionesa amb el rovell, les mostasses, el pebre i l'oli afegint-lo poc a poc i sense deixar de batre. Ens muntarà fàcilment gràcies a la mostassa. Per fer la vinagreta d'amaniment ho barrejarem tot en un bol amb unes varilles i ho reservarem.

### Acabat i presentació

En un bol i amb les mans ben netes barrejarem el filet picat amb tots els ingredients que haurem picat prèviament. Ho lligarem amb la maionesa i ho rectificarem de sal i pebre. El podem acompanyar amb una base d'una crema de celeri, ceba tendra, etc... Podem posar-ho en un motlle, en copes, en culleretes, etc... i hi posarem la vinagreta per sobre.



### **Notes**

Aquesta recepta és orientativa i ens podem amanir el tartar al nostre gust, si el volem més picant podem afegir més tabasco, o afegir-hi algun pebrotet picant, etc...

Sempre que fem un tartar hem de tenir en compte varies coses: la higiene és molt important, ja que treballem amb ingredients crus. La matèria prima ja sigui carn o peix, ha de ser lo més fresca possible i sempre la picarem a última hora per evitar que s'oxidi i també evitarem riscos. Un cop picat i amanit, el consumirem el més aviat possible i si ens en sobra no el conservarem mai en cap cas.



## Tartar vegetal

### Ingredients

2 avocats  
2 cebes de Figueres  
4 tomàquets madurs  
1 llimona  
c/s d'oli verge  
c/s de sal  
c/s de pebre blanc

### Elaboració

Pelarem els avocats i els tallarem a daus. Els amanirem amb suc de llimona perquè no s'oxidi (es torna negre) i el reservarem tapat perquè la llum també oxida. La ceba de Figueres la tallarem a daus petits i el tomàquet l'escaldarem (en aigua bullint els submergirem durant 10 segons i els refredarem amb aigua i gel. Important refredar-los perquè sinó ens quedaran tous i no serviran.). Agafarem els tomàquets pelats i tallarem la polpa a daus macos i en reservarem les llavors el més senceres possible.

### Acabat i presentació

En un motlle rodó posem una base d'avocat amanit. Posarem una capa de ceba i una altra de tomàquet. Acabarem decorant amb unes tires d'avocat, de tomàquet i les llavors a sobre.

### Notes

L'amaniment en aquest cas és molt al gust, ja que només amb oli, sal i pebre blanc ens quedarà molt bo, com si volem fer una vinagreta de vinagre balsàmic, una vinagreta de mostassa, una vinagreta amb pinyons torrats, una salsa rosa, maionesa alleugerada amb una mica de iogurt, etc...

Al ser un tàrtar vegetal hi podem incorporar diferents ingredients al nostre gust, ja sigui verdures bullides o crues, podem posar-hi patata bullida i aixafada, combinar-hi alguna fruita (poma o maduixa per exemple), etc...