



Primer plat

BACALLÀ AMB SAMFAINA DE LLENEGUES

Dificultat: **mitjana**. Bolets: **llenegues negres**.
Temps d'elaboració: **1 hora 20 minuts**.

Per a 4 persones...

- ↑ 4 supremes de morro de bacallà
- ↑ 400 g de llenegues negres
- ↑ 1/2 pebrot vermell
- ↑ 1/2 pebrot verd
- ↑ 1 ceba
- ↑ 1 albergínia
- ↑ 2 tomàquets
- ↑ sal
- ↑ oli d'oliva

Preparació dels ingredients

Peleu i trossegeu la ceba, els pebrots i l'albergínia. Escalduu els tomàquets, traieu-los la pell i les llavors i trossegeu-los. Netegeu les llenegues i escalduu-les en aigua bullent. Fregiu una mica el pebrot verd i escalduu el vermell.

Preparació del plat

Enfarineu el bacallà. Poseu-lo en una paella amb oli ben calent. Fregiu-lo lleugerament. Sobre un paper de cuina, traieu-li l'excés d'oli. A la mateixa paella, feu-hi una samfaina: poseu a coure la ceba, el pebrot, l'albergínia i les llenegues, i quan s'hagin estovat, afegiu-hi el tomàquet. I que acabi de coure tot junt.

Presentació

Preescalfeu el forn a 125 °C deu minuts. Poseu-hi el bacallà amb la samfaina 3 o 4 minuts, per tal que es barregin bé les aromes.



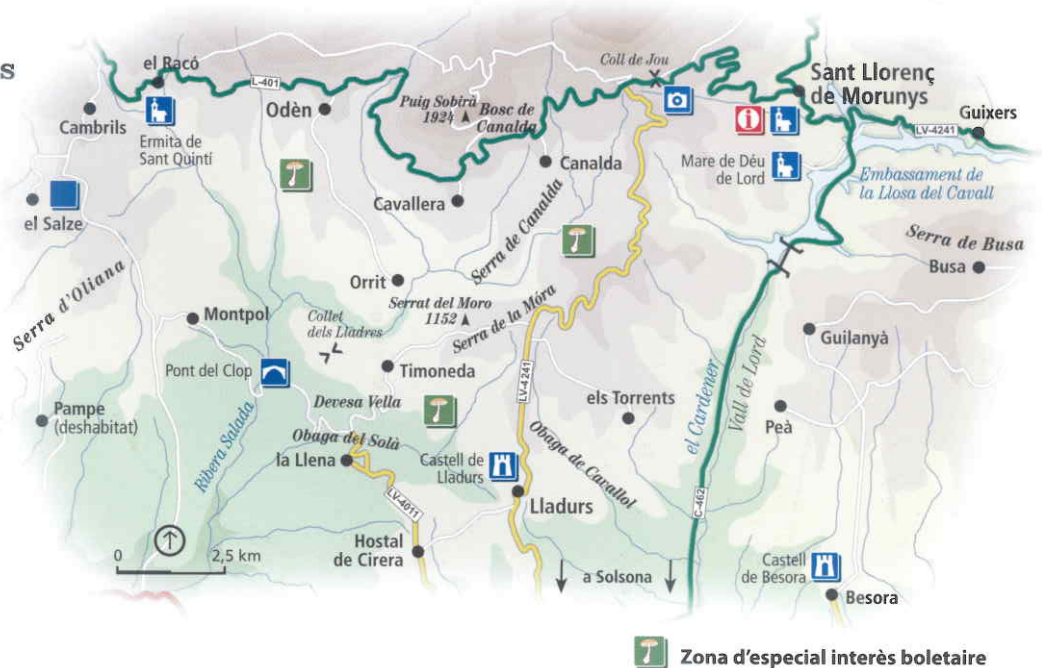
Receptes del **Restaurant Sala**, de Berga

LLADURS I ODÈN,

serrats, obagues i pinasses al cor del Solsonès

Els boscos d'Odèn i Lladurs comprenen tot un seguit de petites serralades i serrats de relleus trencats, en el cas d'Odèn, i amb una topografia més amable al terme de Lladurs, entre les valls de la Ribera Salada i el Cardener. Com a punt d'inici podem prendre la població de Lladurs, des d'on podrem escollir entre les extenses pinedes de pinassa d'aquest municipi o guanyar alçada per arribar als boscos d'Odèn.

Des de Lladurs recomanem que us desplaceu cap als boscos que envolten Cirera, la Llena i Aubets, o bé que seguïu fent via cap al pla de Riard, una fantàstica plana situada a uns 1.000 metres d'altitud on hi trobem l'Hostal del Cap del Pla i diversos trencalls que ens porten cap a Timoneda, el pont del Clop, la serra d'Odèn o, cap a l'est, als vessants que davallen cap a la vall del Cardener. En qualsevol cas, no oblideu que les llenegues negres prefereixen els pins de més de 30 o 40 anys!



Descripció de l'hàbitat

Comarca: Solsonès. Sòls calcaris. S'hi troben extenses pinedes de pinassa, que es barregen en alguns sectors amb la carrasca, el roure o el pi roig.

Època recomanada

Des del 20 de setembre fins al 10 de desembre, tenint en compte l'àmplia franja altitudinal. Les obagues són més primerenques que els vessants solells.