

CIGRONS AMB ESPINACS I OU

2 persones	6 persones	<u>Ingredients</u>
320 grs	1000 grs	cigrons cuits
120 grs	360 grs	tomàquets madurs
2	6	ous
65 grs	200 grs	espinacs
200 ml	600 ml	caldo de pollastre
2 grans	6 grans	alls
un pessic	2 pessics	comí en pols
1 culleradeta	2 culleradetes	Maizena
3 cullerades	90 ml	oli d'oliva

- Netejar i tallar els espinacs
- Bullir-los amb aigua al punt de sal durant 1 minuts
- Escórrer-los
- Coure els ous al gust: podem fer un ou dur, passat per aigua o un ou poché. També pot ser simplement un rovell d'ou incorporat directament al plat.
 - Ou dur: Posar l'ou amb aigua freda i quan arranqui el bull ho deixem 10 minuts
 - Ou passat per aigua: Posar l'ou quan l'aigua ja sigui bullint i deixar-lo 3-4 minuts
 - Ou poché: submergint-los sense la closca en aigua molt calenta (però no bullint) durant 3-4 minuts, a la que l'hi haurem afegit un rajolí de vinagre. Abans de posar-hi l'ou remenarem l'aigua per fer un remolí. El pelem i els deixem amb aigua tèbia fins que s'hagin d'incorporar al plat.
 - Si els fem fet passats per aigua amb closca, els posarem quan l'aigua bulli i els hi tindrem 3-4 minuts perquè l'interior quedi líquid. El pelem i els deixem amb aigua tèbia fins que s'hagin d'incorporar al plat.
- Escaldar el tomàquet i eliminar la pell i les llavors
- Passar-lo pel pyner
- Posar-lo en un escurridor per eliminar l'excés d'aigua, sense pressionar.
- Pelar i picar els alls
- Sofregir el tomàquet i l'all en una cassola amb oli d'oliva. Afegir el comí
- Incorporar els cigrons (el caldo) i ofegar-los 30 segons
- Afegir el caldo de pollastre i que arranqui el bull
- Incorporar els espinacs a la cassola i salpebrar
- Lligar el suc amb la Maizena dissolta en una miqueta d'aigua freda. Hem d'aconseguir una textura cremosa, no espesa.
- Servir en un plat fondo amb l'ou al mig