



INGREDIENTS

- 400g arròs
- 3 rovells d'ou
- Un grapat de formatge ratllat curat (parmesà)
- Oli d'oliva verge
- Sal, pebre
- Ou batut
- Pa ratllat

Per al farcit:

- 1 carbassó
- ½ pebrot vermell
- ½ pebrot verd
- 1 ceba
- 1 gra d'all
- Salsa de tomàquet fregit
- Alfàbrega fresca
- Vi blanc

ELABORACIÓ

1. Bulliu l'arròs en un cassó amb l'aigua justa per tal que ens quedi cuit i hagi absorbit tot el líquid.
2. Remeneu-lo i escorreu-lo.
3. Bateu els rovells. En un bol, disposeu l'arròs, els rovells i el formatge, remeneu-ho i deixeu-ho refredar bé un mínim de 3 hores a la nevera.
4. Renteu i trinxeu les verdures.
5. Sofregiu-les en una paella amb un fil d'oli fins que estiguin ben cuites. Afegiu la salsa de tomàquet i deixeu-ho coure lentament fins que estigui confitat. Poseu un raig de vi blanc i deixeu-ho reduir.
6. Un cop cuita, trinxeu les fulles d'alfàbrega i barregeu-les al sofregit fora del foc.
7. Poseu-ho a punt de sal i reserveu-ho.
8. Preneu l'arròs i poseu dues cullerades a sobre del palmell de la mà. Feu un petit espai al mig i disposeu una cullerada de farcit de verdures al centre.
9. Tanqueu la ma formant una bola compacta.
10. Empaneu-les amb l'ou batut i el pa ratllat. Fregiu-les en una paella amb abundant oli fins que estigui daurades.
11. Escorreu-les al damunt d'un paper absorbent i serviu-les calentes.

NOTES:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

