

BACALLÀ A LA MEL

Per a 4 persones :

4 filets de bacallà	Un gotet d'oli
600 gs. d'espínacs	Sal
2 fulles de llover	Formatge ratllat
4 cullerades soperes de farina	Mantega
4 culleradetes de postra de mel	Panses
Un got de llet	Pinyons

En un cassó amb poca aigua calenta, col·locar els trossos de bacallà amb les fulles de llover. Quan comenci a bullir, retirar el bacallà i posar-lo damunt d'un full de paper de cuina per a que absorbeixi l'aigua i guardar l'aigua de la cocció.

Un cop bullits i ben escorreguts els espínacs, fregir-los amb les panses i els pinyons.

En una paella amb poc foc, posar una mica d'oli i la farina, remenant amb una batedora manual (barretes). Afegir poc a poc i sense deixar de remenar, l'aigua amb que s'ha bullit el bacallà. Salar i seguir remenant uns minuts fins que quedi cuita la farina.

Afegir les culleradetes de mel i la llet fins aconseguir amb aquests ingredients una beixamel.

Preparar 4 cassoles de fang amb els espínacs i els trossos de bacallà (si les cassoles tenen poc diàmetre, col·locar els espínacs com a base i el bacallà damunt).

Cobrir amb la beixamel i gratinar amb el formatge ratllat i una mica de mantega.