

TRUITA DE TONYINA, GAMBES I TOMÀQUET

Per a 2 persones:

3 ous	½ culleradeta (de cafè) de sucre
50 g de tonyina en oli	½ culleradeta (de postres) de farina
100 g de cues de gambes	1 fulla de llorer
1 tomàquet ben madur	oli d'oliva
1 ceba petita	pebre
1 gra d'all	sal

Esmicolar la tonyina i posar-la en un escorredor una mica gran de malla fina. Tallar les cues de gambes ben petites. Fregir-les amb una mica d'oli i afegir-les a l'escorredor junt amb la tonyina. Pelar la ceba i l'all, tallar-los a trossets petits i posar la ceba a fregir amb oli a foc suau. A mig coure, afegir-hi l'all. Abans que s'enrosseixin, posar-hi el tomàquet sense pell, tallat a trossets, el sucre, la farina, el llorer i el pebre, i fregir-ho lentament.

Quan estigui cuit, deixar-ho refredar i posar-ho a l'escorredor junt amb la tonyina i les gambes perquè deixi anar l'aigua. Barrejar-ho i deixar-ho escórrer del tot. Treure la fulla de llorer.

Es pot optar per fer la truita rodona, però quedarà més lluït si es fa embolicada. Posar la paella a foc lent amb poc oli i ben escampat. Batre bé els ous, salar-los i tirar-los a la paella:

Per a la truita rodona, remenar l'ou amb suavitat i afegir-hi la barreja de tomàquet, tonyina i gambes. Remenar una mica més i quan comenci a quallar donar-li la forma rodona. Un cop estigui cuita per sota, donar-li la volta i acabar.

Per fer la truita embolicada, remenar l'ou amb suavitat i quallar la truita sense tombar-la. Posar el farcit de tomàquet, tonyina i gambes al centre transversalment. Aixecant una mica la paella pel cantó del mànec, doblegar la part de la truita aixecada fins a cobrir el farciment. Aixecar ara la part oposada i amb copets suaus fer que la truita baixi per poder plegar l'altra part. Deixar coure una mica més i amb molta cura, girar la truita de manera que l'afegit quedi a la part de sota. Esperar uns segons i servir.

(Si s'ha decidit fer dues truites individuals es farà aquest darrer procés dues vegades, fent servir cada cop la meitat de l'ou i del farcit)