

Trinxat de la Cerdanya

INGREDIENTS

3 patates
150 gr de botifarra negra
200 gr de cansalada grassa
dues fulles ben grans de col

PREPARACIÓ

Bullim la patata i la col en recipients separats. Ho escorrem tot i ens guardem l'aigua de tots dos bullits. Alhora, també s'ha de saltejar la botifarra negra, prèviament tallada a trossets. D'altra banda, coem la cansalada amb una mica d'oli de gira-sol a poc a poc perquè es vagi bufant la cotna.

Posem la col, la patata i la botifarra negra dins l'olla i ho anem xafant amb una escumadora. Hi hem d'anar afegint l'aigua que havíem reservat dels dos bullits i ho anem amanint fins que aconseguim el punt d'espessor que volem. Un cop ho tenim, amb una part de l'oli de la cansalada que hem fregit, amanim tot el conjunt. Si es vol, es pot passar el trinxat per la paella.

Si finalment volem que la cotna quedi més rossa i cruixent, la tornem a passar per la paella i llavors la posem damunt del trinxat.

CÀLCUL FET AMB LA CALCULADORA DE
WWW.ELVALORDELSALIMENTS.CAT



Petjada de carboni *

4,18 kg CO₂



Equival a 1,76 litres de gasolina



Petjada hídrica

110,15 litres



Equival a 1,38 dutxes



Ocupació de terra

8,3 m²



Preu aproximat

3,07 €



* Es consideren les emissions generades per la producció dels aliments frescos abans de ser cuinats i consumits, des de la producció i fins que l'aliment fresc arriba al punt de venda o processament.