

Filet de porc arrebossat amb col lombarda i espàrrecs bladers

Ingredients per a 4 persones:

600 grams de filet de porc

600 g de col lombarda

2 cullerades de llard

12 espàrrecs bladers

Sal i pebre

2 claus d'olor

200 ml de vi negre

1 cullerada de cafè de vinagre

Farina de blat

1 Ou

20 g de mantega

Oli d'oliva

6 nous

Fil de bridar

500 ml de brou de carn

40 g de mermelada de maduixa

Ingredients per a l'arrebossat:

150 g de molla de pa blanc sec ratllat

50 g d'ametlles en pols

1 pessic d'herbes provençals

50 g de gruyère ratllat fi

Preparació:

Reduïu el brou de carn a una tercera part del seu volum. Reserveu-lo.

Desfulleu la col lombarda, renteu-ne les fulles i escorreu-les bé. Enrotlleu-les i talleu-les a tires el més fines possible. Ofegueu-les en una cassola ampla a foc lent amb el llard. Afegiu-hi les ametlles, mulleu amb el vi negre i el vinagre i el brou de carn reduït. Condimenteu amb els claus d'olor, les fulles de llorer, sal i pebre. Deixeu coure la mescla a foc lent i tapat fins que la col estigui ben tova .

Si se us ha evaporat el líquid abans que la cocció hagi acabat, podeu afegir-hi una mica d'aigua o bé brou curt d'au.

Just abans de retirar el preparat del foc, afegiu-hi la mermelada de maduixa.

Retireu del foc, rectifiqueu de sal i pebre i mescleu-hi la nou de mantega. Reserveu.

Peleu els espàrrecs, deixant-ne les puntes sense pelar. Lligueu-los amb un fil de bridar i poseu-los a coure en una olla amb aigua i sal. Quan estiguin lleugerament tous, retireu-los del foc. Submergiu-los en aigua freda per tal de tallar-los la cocció, escorreu-los de nou i reserveu-los.

Demaneu a la carnisseria que us netegin els filets de porc. Feu-ne 4 trossos (150 grams cadascun). Salpebreu-los i passeu-los per farina.

Espolseeu l'excés de farina de la carn i passeu-la per l'ou batut. A continuació arrebolseu-la amb la mescla d'arrebossat.

Fregiu el filet de porc a foc mig/lent amb oli d'oliva. Heu de tenir en compte que si l'oli està molt calent l'arrebossat se us cremarà abans que l'escalfor hagi arribat al centre de la peça i aquesta us quedarà crua. Per contra, si està massa fred, l'arrebossat absorbirà molt oli i la carn us pot quedar oliosa.

Mentre el filet es fregeix, escalfeu la col lombarda en una cassola a foc lent. Podeu afegir-li una mica de líquid perquè no se us cremi.

Saltegeu els espàrrecs a foc viu i amb poc greix en un a cassola.

Escorreu la carn sobre un paper absorbent i serviu-la sobre un llit de col calenta.

Decoreu la carn amb els espàrrecs.

