

## Conill amb escamarlans i picada d'ametlles

*La recepta de la blocaire gastronòmica Dolors Mateu*



Conill amb escamarlans | Dolors Mateu

És un plat gens complicat, us portarà poca feina, quedarà molt bo i és perfecte per al dia en que tingueu convidats, ja que a més si es realitza de vigília queda molt millor.

### **Ingredients per a 4 persones:**

1 conill a trossos petits

8-12 escamarlans

1 ceba gran

1 cullerada de tomàquet fregit

1 culleradeta de mel

500-600 cc. brou de peix

1 all

12 ametlles

1 llesca petita de pa torrat

julivert, pebre negre, sal

oli d'oliva verge extra

En una cassola amb oli calent fregiu els escamarlans, mig minut per costat. Salpebreu i reserveu.

En aquest mateix oli daureu el conill. Salpebreu i reserveu.

Incorporeu a la cassola la ceba picada, sofregiu durant uns 5-7 minuts.

Afegiu el tomàquet fregit i la mel, remeneu i aboqueu el brou.

Poseu el conill reservat, baixeu el foc, tapeu la cassola i deixeu coure aproximadament una hora. Rectifiqueu de sal i pebre.

Mentrestant, piqueu en un morter l'all pelat, el pa torrat, les ametlles i el julivert, ho afegiu a la cassola, remeneu bé, poseu els escamarlans i deixeu coure 5 minuts.

**NOTA:** De vigília estarà millor, però perquè els escamarlans no es coquin massa i quedin secs, no els afegiu fins que escalfem el plat per a menjar-lo, els guardem en un recipient a part i tapat a la nevera.

\*\* Si al final veiéssiu que queda una mica sec, se li pot afegir més brou.

**Celíacs:** assegurar bé que tots els ingredients siguin sense gluten.