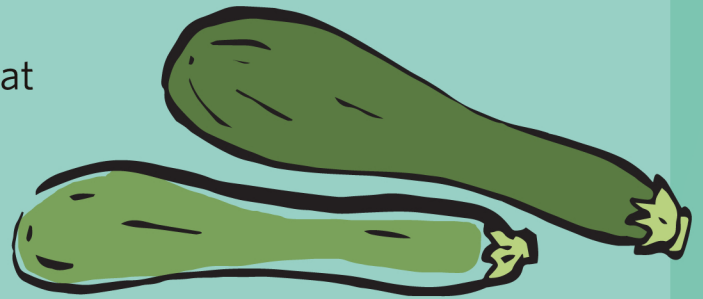


Bunyols de carabassó i alfàbrega



Ingredients per a 4-6 persones

- 2 carabassons mitjans (uns 400 g)
- 1 tassa (150 g) de farina integral
- 1/2 tassa (100 g) d'ametlla torrada i picada
- 1/2 tassa de llet
- 3 ous
- 1 tassa de cafè (uns 50 g) de pa ratllat
- 15-20 fulles d'alfàbrega fresca
- 1-2 alls
- 1 pessic de sal iodada
- Oli d'oliva (per fregir els bunyols)



Preparació

1. Dins un recipient fondo es barreja bé el carabassó ratllat amb la resta d'ingredients. La mescla es deixa en repòs uns 30 minuts.
2. Es posa una paella al foc amb l'oli. Quan l'oli estigui calent s'hi van depositant, d'una en una, cullerades soperes de la massa, procurant aixafar-les una mica i que no es toquin entre elles.
3. Es deixen daurar els bunyols uns minuts i es giren una vegada perquè es cuguin per l'altre costat.
4. A mesura que es van coent, s'han de treure i col·locar en un plat sobre paper de cuina perquè s'absorbeixi l'excés d'oli.



Suggeriments

- Els bunyols es poden acompanyar amb salsa de tomàquet o amb tomàquet amanit.
- Pel que fa a la preparació, es poden substituir 50 g d'ametlla picada per 50 g de formatge sec ratllat. En aquest cas, no cal posar-hi sal.
- Es poden servir com a segon plat, després d'un plat de llegum, per exemple.