

67.- Bitxos poblanos farcits de “frijoles” i formatge

<https://www.receptesdelaquima.cat/Inici/poblanosfarcits.html>

Quan la meua amiga Lucila em va portar les llavors de “chile poblano”, mai m’hagués imaginat que les plantes serien tan grans i tan productives. Al tenir tants “poblanos” a casa, em vaig dedicar a buscar receptes per aprendre a cuinar-los. Aquesta és una de les que vaig trobar i em va agradar perquè és molt fàcil de fer i queden molt bons. La recepta dels “frijoles refritos” la teniu en aquest blog. Si voleu tenir menys feina, podeu comprar-ne de cuinats. Si no teniu “chiles poblanos” podeu utilitzar pebrots verds dels que tenim aquí però han de ser relativament petits (10-12 cm de llargària) i de carn gruixuda. Normalment cal comptar un pebrot per persona, màxim dos, tenint en compte la mida dels pebrots i la gana dels comensals.

Ingredients per a 4 pebrots.

400 g de “frijoles refritos”

250 g de formatge ratllat tipus bola

1 bitxo “jalapeño o serrano” picadet (opcional)

Oli i sal.

Per l’arrebossat: dos ous i farina de blat

Enciam i tomàquet (opcional)

Elaboració:

Coure els bitxos en una planxa vigilant que no es cremin ni es trenquin. També es poden coure al forn (amb el gratinador) com si els escalivéssim. No s’ha de coure massa perquè han de quedar sencers. Un cop cuits posar-los en una carmanyola tancada perquè suïn i es refredin. Un cop freds, treure’ls hi la pell, obrir-los pel mig i treure’n les llavors i les nervacions perquè no piquin gaire. Aquesta última operació es convenient fer-la amb guants ja que si el bitxo és molt picant, les mans poden quedar impregnades i resulta molt molest quan et toques les mucoses o els ulls.

Posar els “frijoles” en una paella. Si estan molt espessos cal afegir-hi una mica d’aigua. Escalfar-los i anar afegint el formatge ratllat i el bitxo “jalapeño picat”. Anar remenant fins que el formatge estigui tot fos. Els bitxos “poblanos” ja piquen una mica pel que afegir o no el bitxo “jalapeño” picadet és opcional, depenent del que us agradi el picant. Farcir els pebrots de tal manera que quedin ben plens però que es puguin tancar. Passar-los per farina de blat.

Per preparar l'arrebossat cal separar els rovells de les clares. Posar les clares a punt de neu, afegir-hi una mica de sal i sense parar de remenar, afegir-hi els rovells. Seguir remenant fins que es barregi tot molt bé.

Escalfar oli abundant en una paella petita. Comprovar que està calent afegint-hi una culleradeta de l'arrebossat. Si es comença a coure, ja es poden començar a fregir els pebrots, això sí, un per un. Primer submergir el pebrot en l'arrebossat, posar-lo a l'oli i anar afegint oli calent per sobre amb una cullera per tal que l'arrebossat de sobre es vagi coent també i no rellisqui.

Donar-li la volta per acabar-lo de coure. Treure'l de l'oli i posar-lo sobre un tovalló de paper per eliminar l'excedent d'oli. Repetir l'operació amb els altres pebrots.

Es poden servir acompanyats d'una mica d'amanida.