Bacallà amb samfaina: el clàssic de la cuina catalana que captura l?essència mediterrània

Gastronomia | 11-03-2025 | 18:13



Bacallà amb samfaina

El bacallà amb samfaina és una de les receptes més emblemàtiques de la gastronomia catalana, un plat que combina la suculència del bacallà dessalat amb la samfaina, una preparació de verdures confitades a foc lent que captura l?essència de la cuina mediterrània. Aquesta elaboració té variants més senzilles, com el bacallà amb pebrot i tomàquet o el bacallà amb tomàquet, però la samfaina li aporta una profunditat de sabors inconfusible.

Ingredients (4-6 persones)

1 kg de bacallà (preferiblement morro)
Oli d?oliva verge extra
1 ceba grossa
3 o 4 tomàquets madurs (uns 800 g ? 1 kg)
4 pebrots verds i vermells mitjans (aproximadament 500 g)
3 albergínies mitjanes
Farina
Sal
1 raig de vi blanc (opcional)

Elaboració

Preparació del bacallà

Dessalat: Poseu el bacallà en remull durant 48 hores, canviant-li l?aigua cada 8 hores per eliminar l?excés de sal.
Trossejat: Un cop dessalat, talleu-lo en porcions d?uns 5x5 cm.
Enfarinat i fregit: Passeu lleugerament cada tros per farina i espolseu-ne l?excés. En una paella amb oli d?oliva calent, fregiu el bacallà fins que estigui daurat per fora però tendre per dins. Reserveu-lo en una cassola de terrissa.

Preparació de la samfaina

Sofregit de verdures: En el mateix oli (retirant-ne l?excés si cal), afegiu la ceba tallada en juliana fina i els pebrots sense llavors, tallats a tires o trossos mitjans. Sofregiu-ho a foc suau fins que s?estovin sense agafar gaire color.
Incorporació del tomàquet: Afegiu-hi els tomàquets pelats, sense llavors i tallats a tires. Deixeu que el sofregit es concentri i agafi una textura melosa.
Albergínia: Peleu les albergínies (opcionalment deixant-ne una mica de pell per evitar que es desfacin massa), talleu-les a daus o tires llargues i incorporeu-les al sofregit. Coeu-ho a foc lent fins que totes les verdures siguin tendres.
Muntatge del plat: Aboqueu la samfaina per sobre del bacallà a la cassola, afegiu una mica d?aigua o un raig de vi blanc, tapeu i deixeu coure a foc baix durant uns 10 minuts, perquè els sabors s?integrin.

Notes i trucs per potenciar el sabor

To final: Just abans de servir, podeu afegir-hi all i julivert picat per potenciar els aromes.
Alternatives: La samfaina també es pot fer amb pebrots escalivats, donant-li un toc més dolç i fumat.
Variacions: Aquesta recepta també es pot preparar amb tonyina, bonítol o altres peixos amb textura ferma.

Aquest plat és una exaltació de la cuina tradicional catalana, on el bacallà, un peix molt apreciat a la nostra gastronomia, es fusiona amb la samfaina, convertint-se en una combinació deliciosa i plena de matisos. Un plat que, a foc lent, transporta als sabors més autèntics de la nostra terra.

Autor: Jaume Fàbrega