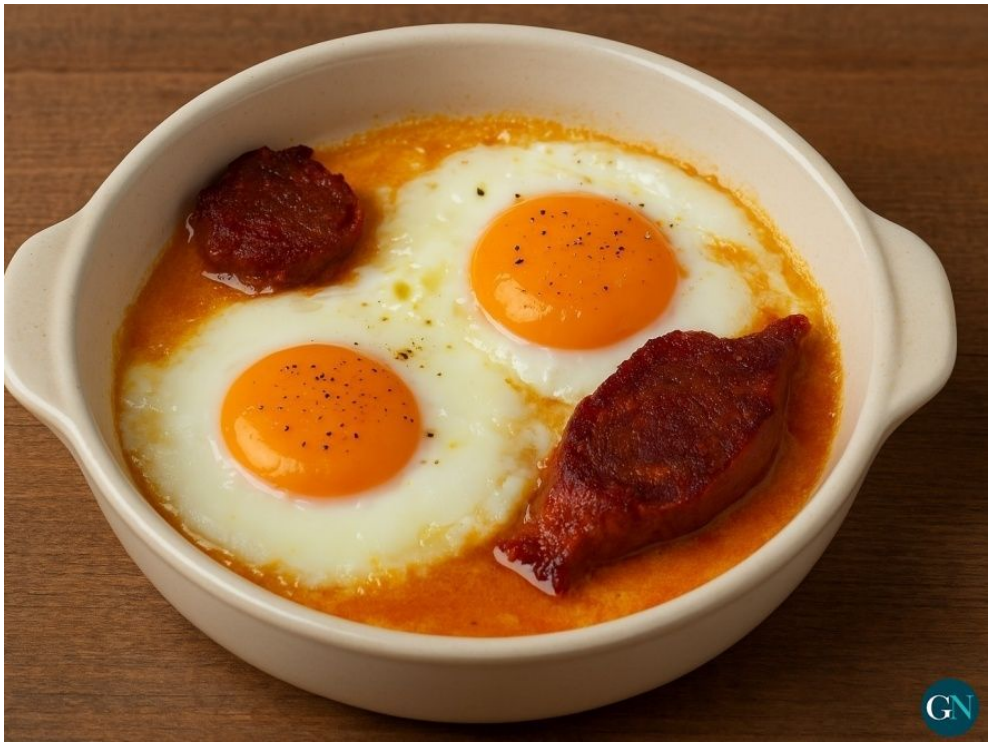
Ous al plat a la mallorquina

Gastronomia | 10-04-2025 | 12:53



Ous al plat a la mallorquina

Els ous al plat amb sobrassada, sovint coneguts com a ous a la mallorquina ?sobretot fora de Mallorca?, són una recepta senzilla però carregada de sabor i tradició. Per a mi, evoquen records d'estudiant, ja que era un dels plats saborosos i econòmics que podíem trobar en els restaurants populars de Barcelona. Elaborats a Mallorca amb sobrassada artesana ?preferentment de pagès?, el plat guanya notablement en qualitat i autenticitat.

Ingredients (per persona)

1 o 2 ous

1 tall rodó de sobrassada

Sal (opcional)

Elaboració

Poseu una paella al foc, sense oli, i fregiu-hi lleugerament la sobrassada. Deixarà anar el seu greix natural, ple d?aroma i sabor. Aboqueu aquest greix al fons d?un plat apte per al forn o d?una cassoleta individual. Tot seguit, hi trenqueu els ous al damunt i enforneu-ho uns minuts, fins que la clara quedi quallada però el rovell encara sigui melós. Si es desitja, es pot salar lleugerament el

rovell.

Just abans de retirar els ous del forn, incorporeu-hi la sobrassada que havíeu fregit prèviament. Serviu-ho immediatament, ben calent.

Notes i variants

Aquest plat adquireix una excel·lència particular quan es fa amb sobrassada de qualitat, especialment si és gruixuda, vella, de pagès o elaborada amb porc negre de Mallorca.

Hi ha qui opta per coure-ho tot directament al forn, sense fregir prèviament la sobrassada; en aquest cas, cal afegir-hi un raig d?oli al fons del recipient perquè no s?enganxi i es formi un bon suc.

També admet variants: s?hi poden afegir una cullerada de salsa de tomàtiga, uns pèsols, o fins i tot fer-los amb una base de samfaina (pebre i tomàtiga) aromatitzada amb un gra d?all o una fulla de llorer.

Autor: Jaume Fàbrega