

## CAPÒ ROSTIT AMB EL SEU ARRÒS

Ingredients per a 10 persones (750 calories per ració)

Pel capó rostit:

Un capó d'entre 4 i 5 kg. tallat a 1/16

Dues cebes, una pastanaga, un pebrot verd, dos tomacons i 4 grans d'all

Oli d'oliva, sal, pebre, 0,75 l de brandy, una fulla de llorer i una branca de farigola

Per a l'arròs:

½ kg d'arròs bomba

El pedrer, el coll i les potes del capó

Una ceba i una pastanaga

0,5 kg de ceba picolada i una copa de vi blanc

En una cassola fregim els trossos de capó salpebrats en oli abundat. Quan estigui ben ros per totes bandes afegim la resta d'ingredients del rostit, ruixem amb el brandy, abaixem el foc i deixem que es rosteixi durant una hora. A mitja cocció donem la volta als talls de capó. Reservem el capó, retirem el llorer i la farigola i passem pel túrmix tota la salsa. Tornem el capó a la cassola amb  $\frac{3}{4}$  de la salsa i reservem l'altre  $\frac{1}{4}$  per a l'arròs.

Mentre es fa el rostit preparem un brou bullint durant una hora el coll, les potes, el pedrer, la pastanaga i la ceba; hem d'obtenir un litre de brou que salarem amb 8 gr de sal.

Preparem també en una cassola un sofregit amb la ceba picolada. Fem-lo lentament fins que la ceba ens quedi ben fosca mullant de tant en tant amb el vi blanc: tardarà ben bé uns  $\frac{3}{4}$  d'hora. Un cop acabat el sofregit afegiu-hi el quart de la salsa reservat, tireu-hi l'arròs, remeneu bé, aboqueu-hi el brou a punt d'ebullició i enforneu 15 minuts amb el forn a 200 graus.

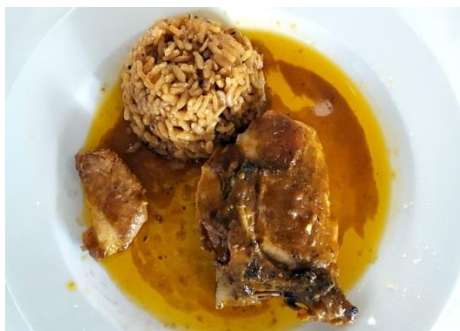
Serviu el capó ben salsejat amb l'arròs com a guarnició.



Ingredients del rostit



Ingredients de l'arròs



Capó rostit amb el seu arròs