

ESPATLLA O CUIXA DE XAI AL FORN

Ingredients per a 4 persones (520 calories per ració)

Una espatlla de xai(per a 4 persones), o una cuixa de xai(per a 6 persones)

800 gr. de patates noves (1.200 gr. per a 6)

300 gr. de ceba (500 gr. per a 6)

200 gr. de pebrot verd (300 gr. per a 6)

Dos o tres grans d'all i julivert

Una mica de vinagre de vi blanc

Mullem el xai a sota l'aixeta, després el ruixem amb una mica de vinagre i el salpebrem per tots dos costats. El posem al forn, sobre una graella, amb un dit d'aigua a la plata d'enfornar. Forn a dalt i a baix i a 120 graus, durant dues hores. Cada 20 minuts el reguem amb el suc de la cocció. A l'hora li donem la volta i al final de la cocció li donem color utilitzant el grill 5 minuts per cada banda.

Reservem el suc de la cocció diluint-lo en una mica d'aigua si és necessari.

Per a l'acompanyament, filetegem la ceba i el pebrot, i els sofregim amb oli a foc lent fins que s'hagin estovat una mica, hi tirem l'all picat i col·loquem les patates tallades a rodelles a sobre, tapem i deixem coure uns vint minuts a foc lent. Quan les patates ja estiguin cuites, salem i barregem-ho tot, hi afegim un raquet de vinagre i ho posem al forn a gratinar.



Ingredients de l'acompanyament



Espatlla preparada per enfornar



Cocció al forn de l'espalla



Espatlla de xai al forn