

ESPATLLA O CUIXA DE XAI AL FORN, A BAIXA TEMPERATURA

Ingredients per a 4 persones (450 calories per ració, 600 amb acompanyament)

1,2 kg. d'espàtlla o cuixa de xai tallat a trossos
15 cl. de vi blanc sec
10 cl. de vinagre de vi
10 cl. d'oli verge d'oliva
4 grans d'all, unes branquetes de farigola, romaní i llorer

Es posen els trossos de xai a macerar en vinagre durant una hora; després els salem i empebrem i els col·loquem sobre una graella, dintre d'una plata d'enfornar. A la plata, sota la graella hi posem els grans d'all i les herbes i ho ruixem amb el vi blanc i l'oli. Tanquem la plata d'enfornar amb film transparent i ho posem a coure al forn a 90 graus durant sis hores. Acabada la cocció retirem i colem el suc de cocció i el reduïm fins aconseguir una salsa una mica lligada. A l'últim moment rossegem el xai amb el grill del forn.

Com acompanyament es poden fer unes patates al forn amb tomates dessecades. Utilitzeu tomates de branca. Escaldu-les, peleu-les i buideu-les de grana. Poseu-les aplanades en una plata d'enfornar untada d'oli. Amaniu-les amb sal, pebre i una mica d'oli. Enforneu 75 minuts a 120 graus. Talleu patates com si les volguéssiu per a una truita de patates. S'han de coure uns 20 minuts en una cassola tapada amb sal, oli i una mica d'aigua. Passeu-les a una llauna d'enfornar i gratineu-les. Disposeu a sobre les tomates dessecades i torneu-les a gratinar un moment.

