

# Com es prepara el «potaco», el plat típic del Baix Camp?

*Us n'oferim la recepta*



Us mostrem la recepta per gaudir d'aquest típic plat de casa nostra | Viquipèdia

Aconsellat pels experts culinaris d'aquest diari, **Jesús Rojo, cuiner i propietari del restaurant Rosa dels Vents** de Reus, ha elaborat aquest divendres, un **potaco, un plat típic del Baix Camp** que, malauradament, en els últims anys ha perdut presència en les nostres taules.

Es tracta d'un guisat amb patates, tomaques, carabassons, ganyims de tonyina, cargols, i altres ingredients, que preparaven antigament els pagesos de casa nostra. Rojo ha cuinat un *potaco* inspirat en la recepta del reusenc Salvador Mallafré (la qual adjuntem) heretada de la seva àvia de Riudoms (Mas Nuet), i que ha tingut una gran acceptació entre els comensals.

Us el recomanem.

## Ingredients:

400 grams de ganyims a trossos

Mig quilo de caragols

500 grams de patates esqueixades

dues cebes trinxades

dues carabassons tallats a bocins

dues tomaques tallades a trossos

Pebre negre

Pebre roig dolç

Sal

Oli

Aigua

**Preparació:** Sofregiu els ganyims i després els poseu en un plat. Amb l'oli que quedi dels ganyims, sofregiu la ceba, la tomaca i tireu-hi el pebre.

Quan ho tingueuu tot sofregit tireu-hi la patata i el carabassó fet tot a bocinets, després tireu-hi aigua calenta (més o menys cobrint-ho) i feu-ho coure fins que la patata estigui mig cuita; aleshores tireu-hi els ganyims, tasteu-ho de sal i quan tot estigui cuit, tireu-hi els caragols ja nets i cuits.

Que vagi de gust!