



GALTES DE PORC A LA ITALIANA

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 600 g de galtes de porc
- 40 g de oli d'oliva
- 2 dents de all
- 100 ml de vi blanc
- 200 g de tomaca
- 400 g de bajoques
- 300 g de carlota
- sal
- pebre

LA PREPARACIÓ

- Col·loca l'oli d'oliva en una cassola i daura-hi la carn. Afig-hi els alls picats i arruixa'ls amb el vi blanc, agrega-hi les tomaques tallades en trossos i incorpora-hi aigua suficient per a cobrir-ho tot. Condimenta-ho amb sal i pebre i deixa que es vaja cuinant. Passats uns 25 minuts, afig-hi les bajoques i les carlotes tallades en tires grosses i deixa que es coga tot uns 20 minuts més.



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 10.4 g	Grases 35.5 g
Kcal 505	Proteïnes 29.7 g