



BRANDADA AMB PA INTEGRAL TORRAT I OUS REMENATS

INGREDIENTS PER A 4 COMENSALS

- 320 g de abadejo esmollat
- 20 g de farina
- 100 ml de nata líquida
- 200 ml de llet
- oli d'oliva
- 4 unitats de ou
- 120 g de pa integral
- sal

LA PREPARACIÓ

- Posar davall l'aixeta l'abadejo esmollat uns 10 minuts, per a dessalar-lo.
- Coure en aigua freda. Quan comence a bullir, retirar del foc, escórrer bé i triturar.
- Preparar la beixamel, posant l'oli en una paella, la farina i la llet, sense deixar de remoure per a evitar que es formen grums. Salar.
- Afegir l'abadejo a la beixamel i mesclar.
- En el moment de servir, afegir la nata i calfar.
- Preparar un remenat amb els ous.
- Servir en plats individuals, els ous remenats, amb una porció de brandada.
- Acompanyar amb unes torrades de



INFORMACIÓ NUTRICIONAL

Hidrats de carboni 18.8 g	Grases 18.3 g
Kcal 483	Proteïnes 59.5 g

pa integral.