



Cicle de showcooking als mercats

Més informació a:
www.mercats.barcelona



REGIÓ MUNDIAL DE LA GASTRONOMIA
CATALUNYA 2025

MERCATS DE FORQUILLA

Barcelona. Cuina autèntica. Rebot local.

En el marc de Catalunya Regió Mundial de la Gastronomia 2025, neix **"Mercats de Forquilla. Barcelona. Cuina autèntica. Rebot local"**, un cicle de 6 showcooking als mercats de la ciutat per posar en valor la cuina tradicional catalana, l'alimentació sostenible i el vincle imprescindible entre gastronomia i comerç de proximitat. L'objectiu és posar de relleu la tasca dels petits productors i mostrar com la cuina és una eina de transformació i compromís.



Petit Comitè, situat al cor de l'Eixample de Barcelona, aposta per la cuina catalana tradicional amb productes de proximitat i un toc modern. Al capdavant hi ha **Carles Gaig**, xef reconegut amb una estrella Michelin i Premi Nacional de Gastronomia, que ens cuinarà un arròs de colomí i ceps, un plat que fa honor a la tardor. També hi participarà **Carles Herrero Nadal**, de la **Granja Cal Nadal**, criador d'aus del Penedès i proveïdor de confiança del restaurant.

Oficina Conjunta de
l'Alimentació Sostenible



Generalitat
de Catalunya



Ajuntament de
Barcelona



Mercats
de Barcelona

ARRÒS DE COLOMÍ I CEPES

En la celebració d'una nova edició de Mercat de Mercats proposem un showcooking exclusiu de la mà del xef Josep Armenteros que, sota la direcció culinària de Carles Gaig, ofereixen una proposta de cuina catalana tradicional integrada amb tècniques modernes i contemporànies.

Una experiència gastronòmica d'altíssima qualitat, hereva de més de cinc generacions de la família Gaig, cuinant a Barcelona des de 1869 i avalada per nombrosos premis.



Ingredients

- 1 l de brou de colomí
- 360 g d'arròs bomba
- 4 colomins
- 1 pebrot verd italià
- 4 grans d'all
- 80 g de ceps congelats
- 50 ml de vi ranci
- oli d'oliva verge extra
- sal

Elaboració

Una estona abans de començar la recepta, passeu els ceps a la nevera perquè es descongelin, posats a sobre d'un colador.

Salteu els pits i les cuixes del colomí en una cassola a foc viu fins que quedin rostits. Retireu i reserveu els pits (deixeu-hi les cuixes).

Afegiu a la cassola el pebrot picat, els alls laminats i els ceps tallats. Deixeu-los daurar i afegiu un raig de vi ranci. Flamejeu-ho. Afegiu un pessic de sal.

Retireu l'excés de greix de la paella, si n'hi hagués massa, i incorporeu el brou de colomí.

Quan el brou comenci a bullir, afegiu l'arròs. Coeu-ho a foc viu durant 6 minuts, abaixeu el foc i coeu 5 minuts a foc mig. Col·loqueu a sobre els pits reservats i passeu-ho al forn 4 minuts.

Talleu per la meitat els pits perquè el punt de cocció quedi a la vista, i l'arròs ja és a punt per servir.

La quantitat de brou dependrà de l'evaporació i per tant, de la virulència del foc. Controleu sempre el foc, i poseu més o menys brou guiant-vos per la vista.

Ceps congelats? I tant! L'aigua que retenen en la congelació ha absorbit tot el seu gust i els fa fins i tot més intensos. Feu la prova!