

## Platos de cuchara catalanes tradicionales

06 mar 2024

*La cocina catalana va mucho más allá del pa amb tomàquet, el romesco y els calçots. Ahora que seguimos con bajas temperaturas, descubre los siete platos de cuchara más tradicionales de Cataluña.*

### ¿Cuál es el plato típico de Cataluña?

Reducir el recetario tradicional catalán a una sola receta es muy complicado, porque no solo hay

muchas, sino que casi todas llevan una larga tradición detrás. Aun así, se podría decir que un plato ya internacional sería el pan con tomate, simple, pero es el plato básico más emblemático y representativo de la cocina catalana.

Otros platos típicos más consistentes que el mero acompañamiento del pan con tomate, podrían ser el fricandó de ternera, la escalivada, empedrat, xató o la butifarra con alubias, entre otros.

## 7 Platos típicos de Cataluña

La gastronomía catalana también incluye platos de cuchara, es decir, aquellas recetas que se sirven calientes, como plato principal y normalmente en plato hondo.

El plato más sonado es la [escudella](#) [ /shared/.content/blog-frescos/de-nuestra-tierra/caparticulo-00021.xml ], pero aquí te dejamos otros 6 ejemplos de platos típicos de Cataluña con sabores muy distintos de platos muy reconfortantes.

### 1. Escudella i carn d'olla

La escudella, a pesar de ser un plato típico de la época navideña, en Cataluña se cocina durante todos los meses de frío. La receta viene a ser como un cocido a la catalana en cuanto al proceso.



El plato consiste en una sopa hecha con agua, verduras como patata, apio, zanahoria, puerro, chirivía, col, nabo y carne como hueso de jamón, ternera, cordero, pollo, butifarra negra y la clave de la escudella, la pilota. El plato se sirve por separado, el caldo con galets o fideos, por un lado, y el resto de los ingredientes que sería la carn d'olla en otro plato.

## 2. Trinxat de la Cerdanya

El trinxat es un plato de aprovechamiento típico de la Cerdanya y el Alt Urgell. Su elaboración es muy sencilla, tan solo se necesita col de invierno, patata, panceta, aceite, sal y agua. Se hierva la col junto a las patatas, cuando esté bien cocido, se retira y se trincha para hacer una masa de puré. Luego se cocina el ajo y, en el mismo aceite, la panceta. Se mezcla todo y et voilà.

## 3. Suquet de pescado

El [suquet de pescado](#) [ /shared/.content/recetas/319-Suquet-de-pescado.html ] es otro plato de cuchara tradicional marinero. En sus orígenes era un plato humilde de aprovechamiento entre los pescadores, que utilizaban como ingredientes todos aquellos pescados que no habían podido vender, aquellas piezas que se habían dañado con la pesca, las cabezas y las espinas. Hoy las variaciones de pescado que se pueden utilizar son infinitas: rape, langosta, cabracho, dorada, salmonete, etc. Para darle consistencia al plato, la receta cuenta con patatas desgajadas, tomates, ajo y picada de almendras.

## 4. Cassola de tros

La cassola de tros es un plato tradicional de campo que elaboraban durante la matanza o los payeses que no podían volver a sus casas a comer. Preparaban una cazuela y la llenaban con todo lo que tenían y todas las hortalizas que agarraban según temporada.

En la actualidad, acaba pasando un poco lo mismo, el concepto es cocinar con lo que tengas, aunque los ingredientes más comunes son: la cansalada, butifarra, costilla de cerdo, caracoles, cebolla, ajo, tomate rallado, patatas, alcachofas, espinacas, vino rancio, tomillo.

Este plato incluso goza de una gran fiesta en Juneda, un pueblo de Lleida, donde cada colla prepara cassola de tros.

## 5. Habas a la catalana

La receta de las habas a la catalana o habas rehogadas no tiene mucha complicación, tan solo se necesitan habas frescas o congeladas, si no tienes mucho tiempo, butifarra negra, panceta, cebolla, ajos tiernos, laurel, caldo de carne y vino blanco y en unos 45 minutos tendrás listo el plato.

## 6. Cap i pota

El cap i pota es similar a los conocidos callos madrileños, salvo por algunos ingredientes que los diferencia. A pesar de ser un plato contundente, en Cataluña es común degustarlo en un buen desayuno de forquilla.

La receta tradicional catalana del cap i pota se prepara, como su nombre, indica con el hocico de la ternera y la pata. Las patas de la ternera se hierven con laurel, se deshuesan y se cortan a trocitos no muy grandes. Se sofríen las cebollas junto con el tomate, se añaden las patas, la cabeza, el agua de cocción de las patas y una picada de piñones. ¡Que haga el mítico chup-chup y a gozar!

## 7. Albóndigas con sepia

El guiso más tradicional de mar y montaña de Cataluña podrían ser las albóndigas con sepia. Es un plato del Mediterráneo que mezcla a la perfección los sabores.

Su preparación no es tan rápida, se necesitan unos 55 minutos, y una larga lista de ingredientes para poder elaborar las albóndigas y la salsa, pero tampoco es muy difícil si sigues al dedillo la receta.

¿Listo para preparar alguno de estos platos de cuchara catalanes?



### COCINA MARINERA [

</shared/.content/blog-frescos/de-nuestra-tierra/caparticulo-00011.xml> ]

La gastronomía de las ciudades costeras tienen como pilar los productos del mar, con una amplia variedad de pescados y mariscos frescos. ¡Descubre sus platos típicos y todos los beneficios que tiene para la salud!