

## Escudella i carn d'olla

19 ene 2022

*La mejor forma de sobrevivir al frío es con un plato de cuchara. Así que vamos a descubrir cuáles son los ingredientes y cómo se hace la escudella catalana, una de las recetas más tradicionales de nuestra cultura.*

### Cómo hacer escudella catalana

Los guisos y cocidos contra el frío existen en la mayoría de las regiones españolas con distintos nombres. A pesar de ser solo un plato de caldo, cada una tiene su variante, ya sea en ingredientes, en preparación o en presentación.

La escudella catalana podemos prepararla y comerla cualquier día del año, pero la verdadera tradición de este plato de cuchara típico catalán es consumirla el día de Navidad, y con las sobras de la *carne d'olla* elaborar los canelones del día de San Esteban.

La preparación de la escudella catalana es muy sencilla, lo único que debes tener en cuenta es que se necesitan unas 2.30 horas de tiempo y una olla más alta que ancha para poder poner toda la carne, las verduras, los garbanzos y el agua.

### Ingredientes de la escudella

Existen varios ingredientes que son la base de la escudella catalana, como la pilota, pero también es cierto que cada maestrillo tiene su librillo, así que es posible añadir o quitar ingredientes dependiendo de cada casa, ocasión, bolsillo, disponibilidad o gustos.

Dicho esto, vamos a dar los ingredientes principales de un buen cocido catalán para 4 comensales, con su sopa de pasta y servidas a parte las verduras y la carne. Aprovecha y añade productos frescos, ecológicos y de [proximidad](#) [ </sites/caprabocom/url/nostra-terra/index.html> ] para obtener un caldo tradicional con la máxima calidad.

- 100 g de cerdo y 100 g de oreja
- 200 g de gallina
- 100 g de lacón
- 150 g de ternera
- 150 g de butifarra negra y blanca
- 75 g de garbanzos



[Ver imagen](#)

- 2 patatas
- 1 zanahoria
- ½ cebolla
- ½ puerro
- ½ nabo
- ½ ramillete de apio

Con esto tendríamos el caldo resuelto y la carne y las verduras utilizadas para la elaboración del caldo, conocidas como *carn d'olla*. Solo nos faltarán los ingredientes para las pelotas de carne:

- 250 g de carne picada de cerdo
- 1 huevo
- 100 g de harina
- 1 vasito de leche
- Miga de pan
- Ajo y perejil
- Sal y pimienta

En el caso de que la escudella fuera para el día de Navidad, estas pelotas serían el relleno de los *galets*, de no ser así, las pelotas se servirían junto a la *carn d'olla*.

## Receta de escudella i carn d'olla

Una vez tengamos todos los ingredientes a nuestra disposición, podemos empezar a preparar la escudella de la nostra terra.

1. Limpiamos toda la carne y las verduras, las troceamos y añadimos a la olla con 2,5 litros de agua fría, reservamos las butifarras y las patatas para añadirlas más adelante.
2. Tapamos la olla hasta que empiece a hervir. A partir de ese momento, cocinamos a fuego lento. A medida que se va cocinando la carne, vamos espumando cuando sea necesario.
3. Pasada la primera hora de cocción, ya podemos añadir los garbanzos.
4. A la par hacemos las pelotas de carne. Mezclamos en un bol el huevo con miga de pan mojada en leche, la carne y el ajo y perejil picados, sal y pimienta. Cuando la mezcla sea consistente, la enharinamos y la metemos en la misma olla, junto a las patatas y las butifarras. Contamos a partir de ahora unos 30 minutos más de cocción.
5. Después de estas 3 horas, ya tenemos la escudella y la *carn d'olla* preparada. Solo tendremos que colar el caldo en una olla nueva para cocer los fideos y servir toda la carne aparte.

La escudella es un plato muy completo nutricionalmente hablando, ya que tiene verdura, la proteína de la carne y los cereales de la pasta. Por lo que se sirve como plato principal, incluso único.

Una vez servida en la mesa, en cada casa es un mundo, hay gente que lo mezcla todo, la *carn d'olla* dentro de la sopa y hay quien se lo come por separado. ¡Sea como sea, bien caliente y a disfrutar!

