

Cards en conserva



Ingredients per a 4 persones

- 1 card
- 1 llimona
- 1 cullerada sopera de farina
- 1 cullerada de cafè de sal iodada



Elaboració

1. Es netegen les penques del card i es treuen les fibres més gruixudes. Pot resultar d'utilitat utilitzar guants.
2. Es tallen les penques en trossos d'uns 5 centímetres de llargada.
3. En una olla a pressió s'hi posa aigua, el suc d'una llimona, la sal, la farina i es dissol.
4. S'hi afegeix el card tallat i es deixa bullir durant 30 o 40 minuts.
5. Quan estan al punt es colen i es reserva l'aigua de cocció.
6. Es col·loquen els cards dins de pots de vidre prèviament esterilitzats, juntament amb les corresponents tapes. S'omplen els pots amb els cards i s'hi afegeix l'aigua de cocció fins que cobreixi.
7. Es tapen els pots i es posen al bany Maria durant uns 40 minuts, a comptar des del moment en que comença a bullir l'aigua.
8. Transcorregut aquest temps, es treuen i es posen sobre un drap cap per avall fins que es refredin.

NOTA: En el moment de consumir-lo cal comprovar que el pot fa un soroll de "click" en desfer el buit, per tal d'assegurar-ne la seguretat alimentària. Que aprofiti!