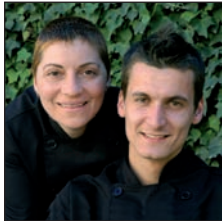


# *La cuina dels mercats*

>> **llom de tonyina a la planxa amb el refregit d'all, tàperes i cloïses**



## ***El Racó de la Cigonya Restaurant Sant Josep***

*Carrer Sant Josep, 14*

*08730 Santa Margarida i els Monjos*

*Tel. 93 898 11 01 Fax 93 898 30 88*

*restaurant@elracodelacigonya.com*

*www.elracodelacigonya.com*

# *La cuina dels mercats*

>> **llom de tonyina a la planxa amb el refregit d'all, tàperes i cloïses**

## **Ingredients per a 4 persones**

1 kg de llom de tonyina fresca  
6 grans d'all  
100 g de tàperes en vinagre  
Oli d'oliva  
Una dotzena de cloïsses  
Flor de sal  
Soja reduïda

## **Procediment:**

- 1.** Tallem la tonyina en quatre trossos i la reservem.
- 2.** Pelem els alls i els esmicolem ben petits juntament amb les tàperes. Hi afegim oli d'oliva fins a cobrir-ho. Ho posem a escalfar al foc i ho retirem abans que l'all agafi color.
- 3.** Marquem la tonyina en una planxa ben calenta per les quatre cares. Ha de quedar morena per fora i crua per dins.
- 4.** En una cassola de ferro colat obrim les cloïsses amb un xic d'oli d'oliva calent.
- 5.** Tallem la tonyina, la colloquem als plats i la tapem amb el refregit d'all i tàperes. Per últim, hi afegim la flor de sal al gust i ho decorem amb les cloïsses i la reducció de soja.