

GUIA ELECTRÒNICA : ELS BOLETS



A la Biblioteca Mn. Blancafort pots trobar, i endur-te en préstec, aquests llibres :



- Sobre bolets

- Carles i Font, Jaume . *Anem a buscar bolets* . Barcelona : Alta Fulla, 1988
- *Els Bolets: iniciació a la micologia. L'entorn natural. Espècies tòxiques i espècies comestibles. El codi del boletaire. Gastronomia i tradicions.* Manresa Edicions Intercomarcals 1994
- Garnweidner , Edmund. *Setas: cómo reconocer y clasificar las principales setas europeas.* Madrid [etc.] Everest DL 1991.
- Griñó i Garriga, David. *Llibre dels bolets: guia pràctica del boletaire català.* Barcelona, Millà , 1977
- *Guia de Campo de los hongos de Europa.* Barcelona : Omega, 1981
- Leoni, G.*Las Setas comestibles, no comestibles, tóxicas.* Barcelona :CEAC 1989.
- Llistosella, Jaume. *Les Amanites* [catàleg de l'exposició]...Museu de Granollers,1997



- *Ni els toqui: bolets tòxics més freqüents a Catalunya* . Barcelona : Generalitat de Catalunya. Departament de Sanitat i Seguretat Social , DL 1988

- Pegler, David. *Guía completa de las setas y otros hongos*. Madrid: Tursen [etc.] 1994
- Sañé, Jaume. *El Llibre dels bolets identificació ,curiositats i valors culinaris dels bolets* . [Vic]El 9 Nou 1996
- Siscart Ferrer, Daniel. *Els bolets*. Barcelona : Generalitat de Catalunya, Departament de medi Ambient, 2001



- **Sobre com cuinar-los**

- Carles i Font, Jaume. *La Cuina tradicional dels bolets*. Barcelona, Cossetània, 2002
- Carluccio, Antonio . *Pasión por las setas*. Barcelona: Martinez Roca, cop 1989.
- Rodrigo Mestre . *El libro de las conservas(II)*. Barcelona : Primera Plana, 2000

Voleu una novel·la amb títol adient al tema?

- Ballarín, Josep M. *El Bon Déu dels bolets*

I també podeu consultar a Internet :

- És bo aquest bolet ?.Busca'l a : <http://www.bolets.info/>
- Un link a una de les moltes associacions micològiques, amb una completa pàgina web : Associació Micològica Joaquim Codina : <http://www.grn.es/amjc/indexcat.htm>
- Si vols trobar altres llocs micològics : <http://www.grn.es/amjc/links/linkscat.htm>
- Una web que té un nom ben escaient, i on podeu trobar-hi moltíssimes coses sobre els bolets : : La web dels bolets : <http://www.edubit.com/bolets/>



- Vols trobar reproduccions en fusta dels diferents tipus de bolets?
<http://www.bongui.com/muscaria1.htm>
- Si fas ESO i vols fer activitats relacionades amb els bolets (característiques generals dels bolets, taula de classificació...), pots consultar <http://www.xtec.es/recursos/clic.htm>
- Si voleu fer estudis sobre els bolets, us cal visitar el Departament de Biologia Vegetal, Unitat de Botànica, de la Universitat de Barcelona <http://www.bio.es/bioreg/welcome2.htm>
- Voleu fer una visita a la Societat Catalana de Micologia? : <http://www.iep-net.org/scm/index.html>
- Per saber més sobre els bolets a França : <http://www.francep.com>
- **Voleu algunes receptes originals per fer amb bolets ?** (Receptes extretes de : <http://www.grn.es/amjc/indexcat.htm>)

❖ **"CARPACCIO" DE VEDELLA DE LLET AMB CREMA DE MÚRGOLES (Morchella esculenta) (Recepta original de Fernando Rodriguez.**

- **Ingredients** (4 persones) : 250 gr. de filet de vedella de llet, neta. // 50 gr. de múrgoles seques (*Morchella esculenta*)//1 litre de nata // 2 "chalotes" // 25 gr. de mantega//100 gr. de pasta de full//1 ou//1 cullerada petita de sèsam // 20 gr. de formatge parmesà//Sal ////Pebre//Un got petit de vi blanc
- **Elaboració** : Netegem bé el filet de greix, l'emboliquem en paper transparent de cuina (film) i el congelem. Posem les múrgoles en remull amb poca aigua perquè revenguin, durant una hora aproximadament. Un cop rehidratades, s'escorren i es renten, conservant l'aigua de remull, i es passa per un colador molt fi, evitant sempre que quedin restes de terra.

En una paella posem la mantega, les "chalotes" picades molt fines i les múrgoles tallades "a juliana", i ho saltegem tot. Afegim el vi blanc, la nata i l'aigua de remull de les múrgoles i ho deixem coure fins que es redueixi a la meitat.

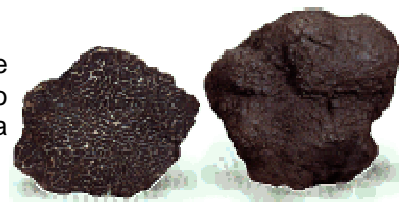
A part, estirem la pasta de full sobre un marbre i la tallem en forma de mitges llunes. Les untem amb ou batut i les espolem amb el sèsam per sobre. Ho posem al forn 10 minuts a 180°.

Per a presentar el plat, tallem el filet molt fi amb la màquina de tallar embotit, ho posem en un plat fons, al costat les mitges llunes amb el formatge parmesà, i la crema de múrgoles al mig. El filet s'ha de tallar sense descongelar prèviament, per poder obtenir així uns talls fins amb més facilitat.



❖ **FILET TRUFAT EN CROSTA DE SAL AMB SALSÀ DE VI DE PORTO (Recepta original de Fernando Rodriguez)**

- **Ingredients (4 persones):** 1 filet de vedella de 650 gr.//1 kg. de sal fina de ta ula//1 kg. de sal grossa//3 clares d'ou//20 gr. de tòfola o tòfona negra (*Tuber melanosporum*)//24 làmines de cansalada ibèrica//1 fons de carn



- **Elaboració :** Posem en un recipient la sal (fina i grossa) i les clares d'ou, barrejant-ho tot molt bé, i ho reservem. Netejem el filet i el farcim amb la tòfona. Després l'emboliquem amb les tires de cansalada ibèrica. A continuació, posarem en una safata d'anar al forn, una capa de sal grossa, i tot seguit el filet. Ho cobrim amb la sal grossa que ens resti i ho posem al forn a 200º durant uns 15 minuts, aproximadament.

Per a la salsà, posarem en una paella al foc, el vi de Porto i ho reduïm a la meitat. Afegim el fons de carn i ho lliguem una mica, si cal. Aquesta salsà es serveix a part.

❖ **GELAT DE BOLETUS EDULIS AMB CREMA DE CLITOCYBE ODORA ((Recepta original de Fernando Rodriguez)**

- **Ingredients :**
- **Per al gelat:::** 0,5 l de llet //90 gr de sucre //8 gemes d'ou //10 gr de sucre invertit //250 gr de bolets (*Boletus edulis*)
- **Per a la crema:** 0,5 l. De crema de llet //8 gemes d'ou //50 gr de bolets (*Clitocybe odora*) //100 gr de sucre//10 gr de "maizena"
- **Per a fer els canonet:** 50 gr de clara d'ou //50 gr de sucre glaç //50 gr de mantega //50 gr de farina //50 gr de pinyons



• **Elaboració :**

Elaboració del gelat: bullir la llet amb el sucre i els bolets, ho deixem que reposi en la nevera 24 hores. Un cop passat aquest temps, ho posem al foc, quan comenci a bullir retirem del foc i ho afegim a les gemes. Ho passem per la batidora i ho lliguem a foc lent com si fos una crema anglesa. Muntar el gelat en una gelatera.

Elaboració de la crema: bullir la crema de llet amb els bolets i el sucre, quan comenci a bullir, retirar del foc i passar per la batidora, afegir les gemes i la "maizena" i lligar-lo al foc.

Elaboració dels canonets: barrejem tots els ingredients i estirem una mica de massa en uns tels antiadherents.

ESPEREM QUE AQUESTA GUIA US HAGI ESTAT ÚTIL !!!

BONA TARDOR, I BONS BOLETS !!!

Biblioteca Mn. Blancafort