

## Suquets (Baix Empordà)

---

### Ingredients (per a 4 persones)

- 1 Kg de peix de roca, lluernes, aranyes, cintes, també usen verat
- 3 patates
- 1/2 pebrot verd
- 1 ceba
- 4 tomàquets
- 3 grans d'all
- 4 o 5 branquetes de julivert
- 1 bitxo petit
- sal
- 3 o 4 cullerades de llard de porc

### Elaboració

Poseu en una cassola el pebrot tallat a mà, la ceba en vuitens, patates mal tallades, poseu-hi els alls aixafats i amb pell, els tomàquets els posem sense pell i esclafats amb la mà, afegiu-hi una mica de julivert, oli d'oliva, el llard de porc i els bitxos (anomenats també cireretes en aquesta comarca). Després hi afegim aigua calenta (just que cobreixi les patates). Deixeu-ho bullir. Quan faltin 5 minuts perquè les patates siguin cuites, hi afegim el peix i la sal. Un minut abans retirar-ho i hi afegim allioli negat.

### Comentari

És un plat d'elaboració molt ràpida i senzilla, ja que és un plat que els pescadors fan dalt de les barques, no utilitzen tècniques de tall acurades sinó que ho tallen quasi tot amb les mans i de forma irregular. Les patates mal tallades en tenir estries agafen més substància i gust, i deixen anar més midó, per la qual cosa són més útils per espessir. És imprescindible el pebrot verd. Aquest plat també es diu olla de peix.

Els suquets són plats mariners molt antics, que es feien dalt de la barca amb fogó de carbó (actualment es fa amb butà).

El nom de suquet és propi d'aquestes comarques de Catalunya. Són plats ràpids de fer i molt gustosos.

