



MAIN DISHES

Raviolis gegants de sobrassada i mel

🕒 15min 🍴 4 servings 🔥 750 kcal

Ingredients

2 masses de pizza rectangulars

Sobrassada

Tomàquet concentrat

Mel líquida

Orenga

Sal gruixuda

Ceba cruixent

Oli d'oliva

PER SERVING

Protein	25 g
Fat	45 g
Carbs	60 g
Fiber	5 g

Method

- 1 Esteneu una de les masses sobre la safata amb el mateix paper de forn. Escampeu-hi una capa molt fina de tomàquet concentrat.
- 2 Repartiu-hi 20 petites muntanyetes de sobrassada fent una quadrícula de 5 x 4. Deixeu espai suficient entre elles perquè després puguem tallar els raviolis.
- 3 Damunt de cada muntanyeta poseu: una mica de ceba cruixent, orenga i un pessic de sal gruixuda.
- 4 Tapeu amb la segona massa.
- 5 Amb un tallador zig-zag talleu tota la quadrícula per formar els 20 raviolis. Amb els dits, marqueu lleugerament els espais entre farcits.
- 6 Col·loqueu un altre paper de forn i una safata al damunt, i gireu-ho tot perquè la base quedi perfectament plana.
- 7 Amb una forquilla, tanqueu tot el perímetre de cada ravioli. Després, amb un bastonet de fusta, pressioneu els laterals de separació per segellar bé i evitar que el farcit s'escapi durant la cocció.
- 8 Forn preescalfat a 230 °C. Coeu-los uns 15 minuts, fins que quedin inflats, cruixents i ben daurats.
- 9 Quan surtin del forn: injecteu mel líquida dins l'espai buit de cada ravioli amb l'ajuda d'una xeringa.



10

Acabeu amb un rajolí d'oli d'oliva per sobre i pinzelleu-los perquè quedin brillants.

