

EL MEU RELAT: Hi havia una regada en un poble que es deia Montis i vivia un petit gra d'arròs que es deia Monti. De gran el Monti volia ser cuiner d'arròs en un restaurant que es diria: Arròs Diversit.

Cada dia a la seva escola li tocava a un alumne escollir el menú del dia.

El dia que li tocava el Monti triar el menú va vindre una nova noia a classe i a l'hora del menjador el professor va parlar amb el Monti i li va preguntar si podia deixar a la companya nova triar el menú.

El Monti s'ho va pensar una mica i al finalment va dir que sí. El Monti i la nova companya van deixar al menjador; just ans de triar el menú el Monti li va preguntar a la nova companya si podien fer el menú junts i la nova companya li va dir que sí.

Com el Monti li agradava molt l'arròs i a la companya el formatge van fer:

De primer, amanida d'arròs amb formatge.

De segon, arròs amb pollastre i cubets de formatge.

De postre, arròs amb llet pers amb la crema llet de formatge.

Quant va tocar dinar a tots els alumnes de l'escola els hi va agradar a tots moltíssim.

El menú va agradar tant i era tant saludable que el van portar a hospitals i a residències d'avis.

Al pati quant van pujar tots dos, els companys li van preparar una festa per haver fet el millor menú de tots i a partir d'aquell dia cada dijous a l'escola posaven el menú d'arròs amb formatge.

Nom i Cognoms: CARLA RUIZ LANGE

Població i província: SABADELL (BARCELONA)

Escola i curs: VEDRUNA EL CARME SABADELL EP3B

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.




LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS: ARRÒS AMB LLAMANÇOL

Ingredients: Arròs, - suguet de peix, ceba, all, tomaguet, carn de nyora, safia, conyac, calamar i llamançol.

Preparació: En una paella mengem el llamançol i el calamar i se'ns cuina. Fem un sofregit amb la ceba, l'all, el tomaguet i la carn de nyora. Quant hagi reduït tirem una mica de conyac i' flambegem, tirem l'arròs i saltem una mica, després afegim el suguet de peix que prèviament hem escalfat deixem bullir mes o menys 20 minuts, i quant faltin uns 5 minuts afegim el llamançol i el calamar. Deixem reposar 5 minutets i ja ho tenim llest.

Bon profit!!!

XEF CARLA:  carla

EL MEU RELAT: "L'arriòs del iaio Pepè"

Estava narrant al Port, feia molt fred; tot semblava congelat. Lo iaio Pepè va observar el Delta, va girar el cap, em va somriure i em va dir: vobis que fem un arriòs súper bo? "Sí!!" Però com ho farem si no tenim llangostins??" Lo iaio em va fregar el cap i em va dir: es poden fer arriòs molt bons sense llangostins, ja veuràs!!! Em va agafar de la mà i vam anar al rebost. Dins hi havia baldanes d'arriòs, consalada, carn de cervesal, cigrons i llentilles, patates i cebes, i al final del prestatge, un sac d'arriòs. Em vaure tot els aliments l'hi vaig preguntar: "i com farem una paella amb això?" i em va respondre: "ho farem una paella, farem un arriòs al forn!!!"

Lo iaio va encendre el forn de llenya, jo no entenia res però semblava que ell ho tenia molt clar. Vam començar a pelar patates, tallar baldanes, preparar brou amb ossos de cervesal i fregir-ho tot. Un cop tot amanit, va treure una font de fang enorme i ho vam posar tot dins. Ja no ho veia clar, i cada cop feia més fred i caia més neu.

Després, mentre jugàvem a cartes i em contava històries de la reberància Neus, de Jesús, i del seu forn on feia pa i pastissos. Després, mentre ell em servia els plats, em contava que la reberància, sempre feia aquest arriòs al hivern, quant acabava de fer pa, els dies que feia molt fred. A més a més, em feia per totes les veïnes que li portaven per correu, així que l'arriòs al forn és tan antic com la mateixa reberància.

Nom i Cognoms:

Joel Tomás Rodríguez

Població i província:

Tortosa, Tarragona

Escola i curs:

TERESIA, 3r primària

E

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.



AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS: "Arròs al forn del iaie Pepé"

Ingredients: 4 patates, 200 ml d'oli, 4 baldanes d'arròs, 1 cap d'all, 100g de cansalada, 2 tomàquets de rostit, 50g de cigrons, 300g d'arròs brou de carn i verdures i sal.

Preparació: ① Pelem les patates a rodanxes, d'un dit de gruix; ho sofregim. ② Tallem les baldanes d'arròs a rodanxes, de dos dits; ho sofregim junta a la cansalada (tallem a daus). ③ Els tomàquets, a rodanxes, seria l'últim a sofregir. ④ Preparem el brou de carn i verdures, amb ossos i ho bollem i colem. ⑤ Un cop tot calat, posarem tot a una font de fang, on afegirem tot el sofregit; l'arròs, els cigrons, etc. ⑥ Posarem per sobre un cap d'all sencer (per decorar). ⑦ Ho posarem al forn durant 2 h a 220°C. ⑧ Quan l'arròs estigui cruixent ho retirem del forn i ens ho podem menjar.
Bon profit!!!

EL MEU RELAT:

M'AJUDES?

Això és una veritat ben certa, llegint el diari he vist que hi ha llocs molt pobres on no tenen gaires aliments, ni arròs. L'arròs és un cereal essencial i bo per la nostra dieta. Se m'ha vingut pel cap que jo podria fer alguna cosa per ajudar. Si aprenqués a cultivar-ho, el podria portar i ensenyar a la gent de països pobres. I a les terres del Montsià es cultiva aquest cereal i tenen el secret per fer el millor arròs.

Hola Monti!!! Sóc la Txell i he vingut perquè vull que m'ensenyis a cultivar arròs perquè tinc un gran objectiu. El Monti encara que té molta feina, em vol ajudar ja que sap que la meua missió es ajudar a molta gent sense menjar i els donarà un aliment sa.

El Monti em comença a explicar que el cultiu de l'arròs és una tècnica meticulosa i que pot arribar a durar un any sencer. M'ha explicat i ensenyat a fanquejar. Buidem els camps d'aigua i un cop secs llaurem. Després tornem a omplir els camps d'aigua. M'explica com llaurar. És un gran treball, molta feina i esforç de molts dies, però el més important és no tenir pressa però molt amor i afecte.

Han estat molts mesos de treball amb el Monti i ara vaig a l'Àfrica per portar aquest cereal als pobles pobres. Sorpresa!!! El Monti ha decidit acompanyar-me per portar el que sap a la gent que ho necessita. Així doncs, tota dos amb una motxilla ben plena i uns paquets d'arròs Montsià agafem un arròs que ens portarà a una gran aventura. Pròximament Monti i Txell als diaris del món amb el cultiu del cereal a l'Àfrica: L'arròs!!!

Nom i Cognoms: Txell Blanca Prequesuelo.

Població i província: Sant Sai de Llobregat. Barcelona.

Escola i curs: Escola Antoni Tapies 3rB

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.



AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



BOLA D'ARRÒS AMB

LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS:
SORPRESA.

Ingredients: 400g d'arròs, 150g de pernil salat, 250g de
salva de tomàquet, 1 gra d'all, oli i sal.

Preparació: 1. Demanem a un adult que ens ajudi a bullir l'arròs
amb un rajolí d'oli, sal i l'all. Un cop cuit el colem i
el guardem. 2. Tallem el pernil a trocets petits i els
barregem amb la salva de tomàquet. 3. Fbrem un got amb
paper sikh, deixant que saleri un bon tros. 4. Amb
una cullera cubrim d'arròs, només el fons i les parets
del got. 5. Omplim el buit que ha quedat amb la barreja
de tomàquet i ho tapem amb arròs. 6. Ho lligem bé al paper
sikh com si fos un caramel. Així quedaria una bola perfecta.
7. Ho desemboquem i la bola ja està llesta per menjar.

EL MEU RELAT: MONTI EL GRA VIATGER

En Monti té una missió molt important, consisteix en descobrir qui és el millor gra d'arròs de tot el món.

Som-hi!

Comença la seva aventura i se'n va de viatge cap a l'Índia. Allí, l'espera el seu cosí basmati, és una llavor allargada, suau i aromàtica i el seu plat típic és el biryani.
"NAMASTE!!"

Continua el seu viatge i se'n va cap a la Xina.

Diren els historiadors que és on es va descobrir l'arròs fa més de 7.000 anys! És el país on es consumeix més arròs de tot el món (unes 150 tones d'arròs a l'any). És l'aliment bàsic.

El seu cosí és allargadet i rodó.

"XIE XIE!!"

Ana ja cap al Japó! On la cosina és rodoneta i glutinosa i es diu Japònica. Els plats típics són el sushi, makis, nigiris, temamakis i hosomakis.

"ARIGATO!!"

Salta de continent i ja cap al Perú, on l'espera el jauga, aquest és allargat, esponjós, lleuger, i solt. També es troba a Cuba, Colòmbia i molta part d'Amèrica.

"ADIÓS AMIGOS!!"

Nou destí, Hawái! L'espera el jasmí que és tailandès i el japonès.

"ALOHA!!"

A Itàlia l'espera la màgica llavor carnaroli, autòctona, esponjosa, ferma i sempre al dente per fer un bon risotto. MAMMA MIA!

"ARRIVEDERCI!!"

Ja toca tornar a casa, al Delta de l'Ebre i presentar-me a mi mateix. Soc una llavor autòctona, bomba, oleosa i montsianell. Soc pasta i boníssima i ideal per una bona paella del Montsià.

Nom i Cognoms: Noa Valencia Gómez

Població i província: Móra la Nova (Tarragona)

Escola i curs: Col·legi Santa Teresa 3r primària

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS: Paella de carn amb arròs del Montsià

Ingredients: Cuixes de pollastre, llonganissa, costelles de porc, pebre negre i verd, ceba, alls, brou de pollastre, tomàquet triturat, oli, sal i arròs del Montsià

Preparació: Començarem trocejant la carn i la verdura.
Ficarem un raig d'oli a la paella, i a foc mig sofregirem la carn i després afegirem el pebre, la ceba i l'all.
Quan ho tinguem tot ben sofregit afegirem el tomàquet triturat.
A continuació afegirem l'arròs, ho remourem i afegirem el brou de pollastre i una mica de sal i deixarem coure l'arròs a foc lent fins que estigui cuit.
Ja el tenim preparat per a servir.

BON PROFIT!

Hola, em dic Ebre i avui us explicaré la història del meu amic en Delta.

Hi havia una vegada un gra d'arròs. Es deia Delta i de ben petit ja sabia que volia fer de gran i volia fer feliç a algú.

Ell ja sabia que per aconseguir fer realitat el seu somni s'havia d'esforçar molt. Al setembre començaria el curs i s'havia de preparar. Va alimentar-se dels nutrients de la terra, va xocar l'energia del Sol i va aprofitar-se de les cases bones de l'aigua, va aguantar el fred, el vent i la pluja, i es va fer gran i fort.

Així, al setembre va començar el curs a la Universitat Montsià, una de les millors universitats d'arròssos del món. En Delta va haver de superar moltes proves: de pes, tomang, color... però gràcies al seu esforç va aprovar totes les assignatures, i va aconseguir el seu títol d'"Arròs excel·lent".

Li van assignar destí i, amb molts amics i amigues, va anar a parar a un prestatge d'una botiga de Barcelona.

Al poc temps, un nen va comprar el paquet on vivia amb els seus amics i amigues.

Estic segur que en Delta va aconseguir el seu somni. Fos com fos, en una paella, en arròs a la cubana o en una amanida d'arròs, ell va fer molt feliç a aquell nen i la seva família.

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS: Amarida d'arròs

Ingredients: Arròs Montsrià, olives, tonyina i pipes

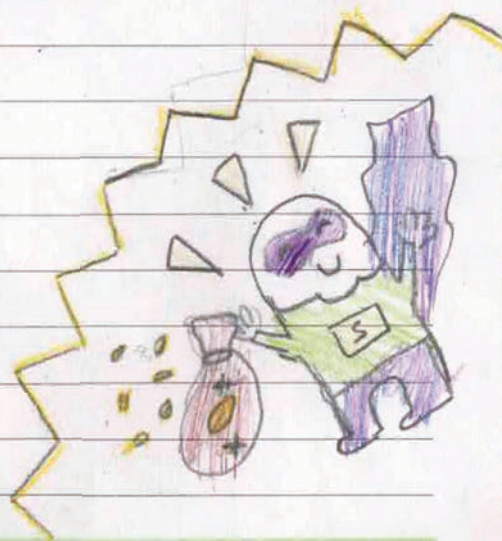
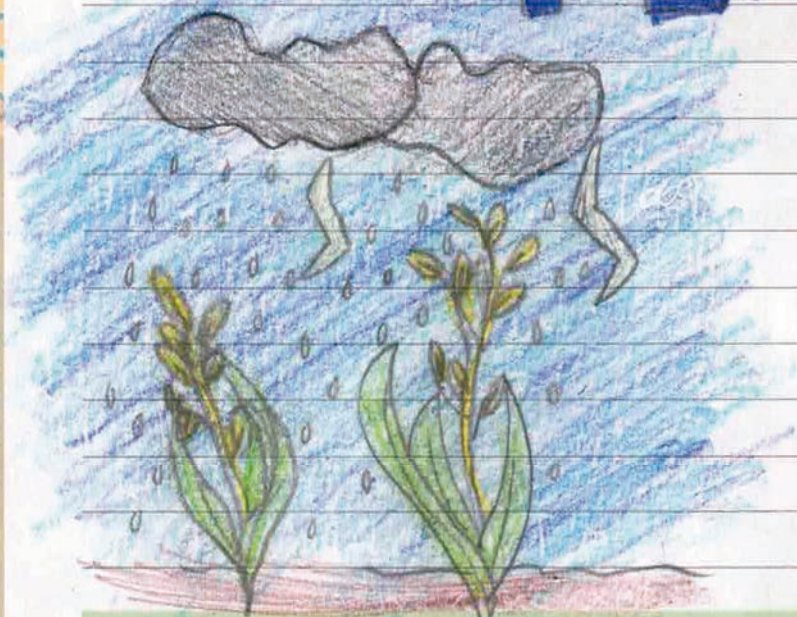
Preparació: En una olla posem aigua i quan comenci a bullir posem uns quants grapat d'arròs. Passats uns 20 minuts apartem l'olla del foc i calen l'arròs per treure l'aigua. Deixem refredar l'arròs i mentre tant esmicolem la tonyina i trossegem les olives. Quan l'arròs estigui fred, ho barregem tot. Ens ho podem menjar així mateix o amb una mica d'oli, salsa rosa o salsa de soja.

EL MEU RELAT:

EN SUPERMONTSIÀ

Hi havia una vegada, una família que sempre havia fet la mateixa feina, eren arrossaires. Un dia, fa molt temps, un padri havia guardat el primer gra d'arròs que la família havia sembrat. Una nit molt fosca va ploure i ploure, la tragèdia va durar i durar. Quan es va acabar, tots els camps havien quedat inundats, les plantes totes mortes, però havia quedat aquell gra d'arròs. La família, tota la nit havia estat observant el gra, fins que el gra va començar a volar, parlar i li van sortir mans i peus. El gra s'havia convertit en Supermontsià! I va començar a volar, unes llavors màgiques i en un segon es van convertir en plantes d'arròs. Era màgic, era fantàstic, era el Supermontsià. La família va fer la seva feina, i en Supermontsià va estar un bon temps treballant i alimentant a les persones, que realment ho necessitaven.

FI.



Nom i Cognoms: ALBA FORCADA OCHOA

Població i província: ALBESA LLEIDA

Escola i curs: L'ÀLBER - 3r

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS:

ARRÒS A LA CUBANA

4 rracions
Ingredients: 2 tasses d'arròs Montsià extra, 4 ous, 1/4L de salsa de tomàquet, 1 gra d'all, 1 plàtan mascle, una ceba, 4 tasses d'aigua, Oli d'oliva, sal i pebre.

Preparació: Cou l'arròs amb les 4 tasses d'aigua, un raig d'oli i un pessic de sal a foc mig durant 18-20 minuts. Aboca l'oli en una paella, fica la ceba tallada a quadradets i sofreix una estona. Afegeix l'all tallat a làmines i després la salsa de tomàquet, cuina durant 15 minuts i fica sal i pebre al teu gust. Talla el plàtan a làmines i fregeix-lo en una paella. A la mateixa paella fregeix els ous.

Utilitza una tassa per a presentar l'arròs al plat. Posa una cullerada de salsa de tomàquet sobre l'arròs i un ou fregit al damunt. Serveix a cada costat de l'arròs làmines del plàtan anteriorment fregits.

BON PROFIT!

EL MEU RELAT: LA HISTÒRIA D'UN GRANET D'ARRÒS

En Monti un petit granet d'arròs amable i rialler, vivia feliç i tranquil amb la seva família i amics en un gran arrossar del delta de l'Ebre.

En aquella zona hi havia milers de donques de conagal que servien de casa i refugi als granets d'arròs que allí neixien i creixien any rere any.

Ja s'acostava l'època de les inundacions en els camps d'arròs, de manera que una nova generació de granets d'arròs neixeria aviat. Malauradament, l'aigua no acabava d'arribar i els dies anaven passant. En Monti, que era molt valent i atrevit, va decidir anar a investigar aquest misteri, així que es va posar en marxa i va començar a caminar riu amunt. Només hi baixava un rajolí d'aigua. Què estava passant?

Caminant, caminant, es va trobar un flamenc que estava preocupat pel mateix motiu. S'hi va acostar i el va saludar.

- Bon dia, em dic Monti. Què hi fas aquí?

- Hola, em dic Antènia i vull descobrir per què hi ha tant poca aigua al riu Ebre.

Tenien el mateix objectiu, així que en Monti va pujar a l'espatlla de la seva nova amiga i van emprendre el vol. Des de l'aire, van veure que un toniu havia caigut al riu per culpa d'una gran ventada i s'haguéssim el pas de laigua. De sobte, en Monti va observar un banc de síruls gegants. Els dos amics es van mirar i van tenir la mateixa idea: demanarien ajuda als peixos! Tots junts van idear un pla i el van posar en marxa. Els síruls van agafar impuls i van començar a tindre amb totes les seves forces fins que van empènyer i moure el tronc.

- Ho hem aconseguit! L'aigua torna a circular! - van cridar tots alhora.

El Monti i l'Antènia van donar les gràcies als peixos, es van acomiadar els uns dels altres i cadascun va tornar cap a casa seva.

Finalment, quan en Monti va arribar al seu arrossar, tots l'esperaven agraïts perquè els camps tornaven a estar inundats.

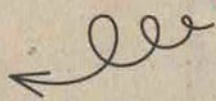
Nom i Cognoms: Pol Mestre Lucas

Població i província: Reus, Tarragona

Escola i curs: Lluís Companys de Reus

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS: PAELLA DE PETX

• Per a 6 persones

Ingredients: 600 g d'arròs, 12 musclos, 12 cloïsses, 1 sépia i 1 calamar, 12 escamarlans, 12 gambes, 1 pebrat verd tallat petit, 1 ceba, 500 g de tomàquet triturat, 2 litres de brou de peix, oli i sal.

Preparació: A la mateixa paella de l'arròs posar-hi 4 raigs d'oli i saltejar les gambes i els escamarlans. Retirar-los. Fer el mateix amb la sépia i el calamar. Mentrestant, en una olla posar els musclos i cloïsses i escalfar-los perquè es obrin i amb el seu propi suc. A la paella on fem l'arròs hi tenim un altre raig d'oli i el pebrat verd. Passats 5 min, hi tirem la ceba. Quan les verdures estiguin mig fetes, hi afegim el tomàquet i ho salem hi ho deixem reduir fins que perdi el suc. Afegim els musclos, les cloïsses, la sépia i el calamar. Ho remenem i hi posem el brou de peix escalfat. Quan arrenqui el bull, tirem l'arròs, salem i remenem. Passats 10 min, afegim les gambes i els escamarlans. Deixem coure 10 min i apaguem el foc. Tapem i deixem reposar 5 min l'arròs.

EL MEU RELAT: "L'ARRÒS DEL DELTA DE L'EBRE"

• El riu Ebre és molt cabalós. El seu paisatge del sud de Catalunya és molt bonic i natural. D'aquest indret són molt famoses els arrossals.

Aquesta zona és important per cultivar perquè: les terres són planes, n'hi ha molts canals per poder regar, n'hi ha força sol. També el sol i l'aigua hi ha vida.

Per cultivar l'arros, el procés és: primer s'ha de preparar la terra barrejant el fang amb l'arada al començament de l'any. Seguidament s'ha de deixar assecar pel sol. Al mes de maig s'inunda la terra d'aigua i es sembraven els grans d'arros. A l'acabament de l'estiu les terres s'assequen i és l'hora de la gran festa de la collita. Després passen del sector primari al secundari i els preparen a la cambra per poder anar als comerços i les mestres llars.

"L'importància de l'arros com un aliment fonamental al nostre planeta! Trobem l'arros també a la Xina, Índia, l'Àfrica i l'Amèrica.

L'arros té uns valors nutritius i propietats saludables molt grans per a les persones.

Per menjar de manera sana el plat ha d'estar: mig plat ple de verdures i hortalisses, un quart ha de ser ple d'hidrats de carboni (arros, pa, cereals, pasta...) I l'altre quart ha d'estar ple de carn (pollastre, llegums, porcí, peix).

Amb l'arros es poden fer una gran varietat de plats: arros a la cubana, paella, amanida d'arros, arros amb llet... i tots estan boníssims.

I per acabar, com diu el meu avi: l'arros de l'Ebre a casa sempre el reüll rebre!
I bon profit!

Nom i Cognoms: Clàudia Banti Rota

Població i província: Lloret de mar (Girona)

Escola i curs: Immaculada Concepció 3ra

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS: ARRÒS DE NEU

Ingredients: (per a 2 persones): 3 tasses de cafè plenes d'arròs, 1 salsetxa, 2 olives,
1 plàtan i mitja pastanaga.

Preparació: Poseu una olla amb aigua i un pessic de sal al foc. Quan bulli tireu-hi l'arròs
i deixeu-la coure durant 15-20 minuts. Un cop cuit escorreu-lo. Agafeu un bol petit i un
de més gran, hi poseu l'arròs a dins i ho aboqueu al plat donant-li forma de minot
de neu. Fregiu la salsetxa, la tallem per la meitat i la col·loqueu tot fent els braços
del minot de neu. Tallem per 2 olives per la meitat i les poseu com a ulls i botons.
Fregiu el plàtan i el tallem donant-li forma de barret i li poseu al cap. Per acabar
li poseu la pastanaga per simular el nas. Bon profit i a gaudir d'un plat ben
divertit!

EL SUPER VIATGE DEL MONTE

EL MEU RELAT:

Hi ha via una vegada un nen que es deia Rei. El Rei li agradava molt viatjar. I aquest any va anar de vacances al Delta de l'Ebre amb els seus pares. Caminant pels camps es va trobar un petit gra d'aigua. El va agafar i quan comença a llençar-lo, va veure una cosa que li va fer: "Oh! Na em llença!". En Rei va agafar-se el gra als ulls i li va sorprendre! Estava viu i com et dius. Li va preguntar en Rei: "En de Monti i tu?". El Rei li va dir com es deia. Desde aquell dia es van fer inseparables. Un dia en Rei estava molt trist i en Monti li va preguntar que li passava:

- Aquest any no podem viatjar, els meus pares m'han explicat que he ha un virus molt terrible i ens en de quedar a casa. -
- fins que trobin una cura. El Monti va li va dir: "Tinc una solució perquè puguis viatjar sense sortir de casa! Et prepararé un plat d'un país diferent. El Monti li preparava un dia arròs a la cubana, un altre dia sushi, altres tres delicies, i moltes més. Amb cada plat el Rei podia imaginar-se que viatjava cada dia a un lloc diferent. Un dia el Rei li va preguntar: "Monti, em prepararàs un plat per tornar al Delta de l'Ebre?". - I tan que sí - va dir tot content. Aquell dia li va preparar el plat especial Monti.

Nom i Cognoms:

Nahir Pérez Martí

Població i província:

Sant Boi de Barcelona

Escola i curs:

ANTONI MARIÀ 3RA

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA
QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS.
ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS
NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM,
A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA,
TENIM L'ARRÒS
DEL DELTA DE L'EBRE,
UN DELS MILLORS
DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS:

EL MONTI ARRÒS

Ingredients:

1 all, 1 ceba, tomàquet triturat,
pebre vermell 4 botifarres, 200gr d'arròs
Montsià, sal, oli, 500 ml d'aigua, 1 llorer.

Preparació:

Primer trossegem les botifarres, les desfegim
i les reservem. Després en la mateixa cassola
afegim l'all i la ceba ben picades i quan la ceba
estiga transparent, el tomàquet triturat i la sal.
Removent tot una mica i baixem el foc. A fegem
el pebre vermell, les botifarres i el llorer. Ho
removent tot i ho deixarem fent xup-xup durant 30 min.
Finalment, afegirem l'arròs, passarem el fortet
durant 10-13 minuts. Passat el temps, apaguem
el foc i deixem reposar uns 5 minuts, ja estaria
llest! ¡Bon Profit!

EL MEU RELAT: EL VIATGE DE L'AINA

Hola, em dic Aina i visc al Delta de l'Ebre. Soc un gra d'arròs molt bufó i molt trapella. Per què parlo? Doncs això és una llarga història.

- Jo fa uns 2 anys era una nena normal, feia una vida normal, però un dia molt vaig anar a un espectacle de màgia. Quan jo vaig sortir a l'escenari: Pam! em van transformar en una llavor d'arròs!

- Auxili, Ajudeu-me, m'han capturat, on em deien portar? Vaig veure que hem portaven a un camp de terra que feia sis mesos que preparaven i estava inundat d'aigua. Em van enterrar i enfonsar al juny. Vaig estar allà enfonsada fins que em vaig transformar en una planta i el setembre ja era un gra d'arròs. Van venir a assecar els camps i em van collir. Al cap de 10 dies estava a casa meva convertida en gra d'arròs encara, llavors vaig començar a cridar:

- Mare pare soc jo l'Aina!!! Però no em sentien.

Vaig tornar a cridar, però aquest cop amb totes les meves forces.

- Mare, Pare!!! i llavors vaig començar a tornar-me nena fins que vaig triencar tot el paquet. Els pares van estar súper contents de veure'm, jo també i de passada els vaig ensenyar com fer un dinar saludable. perquè ser un gra d'arròs també te moltes coses bones. I és que vaig aprendre molt sent un gra d'arròs i també vaig fer molts amics, com en Monti el millor gra d'arròs del Delta, què dic, el millor del món!!!

Nom i Cognoms: Cèlia Vidal

Població i província: Torrelavit Barcelona

Escola i curs: J.J. Rafols 3r

EL DELTA DE L'EBRE ÉS UNA ZONA HUMIDA QUE PRODUUEIX MOLT ARRÒS. ÉS UN LLOC PERFECTE PERQUÈ L'ARRÒS NECESSITA MOLTA AIGUA DOLÇA I LLUM, A MÉS, LA TERRA ÉS MOLT PLANA.

AQUÍ A CATALUNYA, TENIM L'ARRÒS DEL DELTA DE L'EBRE, UN DELS MILLORS DEL MÓN.



LA RECEPTE D'ARRÒS QUE FEM A CASA ÉS: RISOTTO DE CÈPS

Ingredients: 2 cullerades de mantega, 500g de ceps nets i trossejats
160 ml de vi blanc, 1,25-1,5 l de brou de pollastre, 2 cebes pelades i picades, 350g d'arròs, 35g de formatge parmesà, Sal i Pebre negre; 2 cullerades de Julivert.

Preparació: 1. Escalfar el brou en una cassola

2. Fondre la mantega en una paella i afegir els ceps trossejats i la ceba. Ho saltegem tot durant 5 minuts.

3. Hi afegim l'arròs i ho barrejem. Aboquem el vi i deixem que es cuini 3-4 minuts.

4. Anem afegint a poc a poc el brou calent i ho anem remenant tota l'estona fins que l'arròs es faci (25 minuts).

5. Per últim, afegim formatge parmesà, sal i pebre.