

## 'Trinxat' de la Cerdanya

### INGREDIENTES

3 patatas (600 g)  
150 g de butifarra negra  
200 g de tocino  
2 hojas grandes de col (100 g)

### PREPARACIÓN

Hervimos la patata y la col en recipientes separados. Lo escurrimos todo y guardamos el agua de ambos hervidos. Al mismo tiempo salteamos la butifarra negra, previamente cortada a trocitos. Por otro lado, freímos el tocino con aceite de girasol.

Ponemos la col, la patata y la butifarra negra dentro de una olla y lo vamos aplastando con una espumadora. Vamos añadiendo el agua reservada de los dos hervidos hasta conseguir el punto de espesor deseado.

Una vez lo tenemos, con una parte del aceite del tocino que hemos frito, aderezamos todo el conjunto. Si se quiere, se puede pasar el "trinxat" por la sartén. Añadimos el tocino frito encima.

CÁLCULO HECHO CON LA CALCULADORA DE  
[WWW.ELVALORDELOSALIMENTOS.ORG](http://WWW.ELVALORDELOSALIMENTOS.ORG)



**Huella de carbono \***

**4,18 kg CO<sub>2</sub>**



Equivale a 1,76 litros de gasolina



**Huella hídrica**

**110,15 litros**



Equivale a 1,38 duchas



**Ocupación de tierra**

**8,3 m<sup>2</sup>**



**Precio aproximado**

**3,70 €**



\* Se consideran las emisiones generadas por la producción de los alimentos frescos antes de ser cocinados y consumidos, desde la producción hasta que el alimento fresco llega al punto de venta o procesamiento.