

Número	07	Tema	Legumes, Saladas e Acompanhamentos	Data	26 de Junho de 2007
Assunto	ARROZ BRANCO (MONTALEGRE)				

Arroz branco (Montalegre)¹

Ingredientes:

- 350g de arroz;
- 2 dentes de alho;
- 1 colher de sopa de azeite;
- 35g de banha;
- 35g manteiga;
- água;
- sal;

Modo de preparação:

Picam-se os dentes de alho para um tacho, onde se juntam as gorduras, e leva-se ao lume a alourar. Quando o alho estiver louro, junta-se o arroz e deixa-se fritar, mexendo com uma colher de pau. Deita-se a água (o dobro do volume do arroz) e deixa-se ferver. Logo que levante fervura, tempera-se com o sal e mexe-se. Reduz-se o calor e deixa-se cozer até ficar um arroz solto.

¹ Este arroz é servido com a feijoada barrosã, coloca-se numa travessa, a qual se decora com os enchidos, cortados aos bocados.