

Número	19	Tema	Carnes	Data	25 de Junho de 2007
Assunto	PERU ASSADO NO FORNO (Valpaços)				

Peru Assado no Forno (Valpaços)

Ingredientes: (Para 10 pessoas)

- >1 peru ;
- >1 kg de sal ;
- >1 ou dois limões ;
- Para o recheio:
 - >250 g de pão de trigo ;
 - >3 ovos ;
 - >100 g de presunto entremeado ;
 - >1 colher de sopa de manteiga ou de banha ;
 - >sal e pimenta ;
- Para o arroz:
 - >1 kg de arroz ;
 - >asas, patas, pescoço e miudezas do peru ;
 - >1 cebola ;
 - >3 colheres de sopa de azeite ;
 - >sal e pimenta

Modo de preparação:

Depois do peru arranjado e bem limpo, cortam-se as asas, as patas e o pescoço. Introduzem-se as patas na barriga e coloca-se o peru num alguidar coberto com água fria, o sal (1kg) e os limões às rodela. Deixa-se ficar assim de um dia para o outro.

No dia seguinte, escorre-se e enxuga-se com um pano de modo a ficar bem enxuto. Com a mão com sal passa-se por todo o peru. À parte, para uma tigela, parte-se o pão em bocados, que se envolvem nos ovos inteiros. Junta-se o presunto cortado em pedacinhos e a manteiga (ou banha). Enche-se o peito do peru com este preparado, calcando para que fique bem cheio, e cose-se a abertura com agulha e linha.

Prepara-se então a calda para o arroz: cozem-se em água as asas, o pescoço, as patas e os miúdos do peru. Tempera-se com sal. Escolhe-se, lava-se e mede-se o arroz.

Pica-se a cebola e aloura-se com o azeite. Rega-se com a calda de cozer os miúdos (uma vez e meia o volume do arroz) e deixa-se levantar fervura. Introduz-se o arroz, deixa-se ferver um pouco e deita-se num tacho de barro baixo, sobre

o qual se coloca uma rede onde o peru irá assar durante 1.30 h.

Claro que este processo se refere à cozedura em forno de lenha. Num forno eléctrico ou de gás, cuja altura não é suficiente para o conjunto do tacho e peru, assa-se o peru, juntando depois ao arroz o molho que dele vai escorrendo enquanto se assa. Neste caso, o tempo de assadura será de duas horas.

Por estranho que pareça, este peru não é barrado com qualquer gordura antes de ser introduzido no forno. São condições essenciais para que fique suculento: estar bem seco quando é introduzido no forno, nunca ser regado com qualquer líquido ou gordura durante toda a assadura e cozinhar apenas o tempo necessário para que a carne fique cozida mas não seca.