

Número	33	Tema	Carnes	Data	25 de Junho de 2007
Assunto	<b>FEIJOADA DO ALTO BARROSO</b>				

## Feijoada do Alto Barroso

### Ingredientes: Para 6 a 8 pessoas

- 1 litro de feijão branco grande
  - 3 cebolas
  - 1 colher de sopa de azeite
  - 3 cenouras
  - 1 orelheira de porco fumada
  - 300 g de pernil fumado
  - 1 ramo de salsa
  - 3 colheres de sopa de azeite
  - 2 colheres de banha
  - 1 folha de louro
  - 2 dentes de alho esmagados
  - 1 ou dois tomates
  - 1 salpicão
  - 1 farinha
  - 1 chouriço de sangue
  - 1 chouriço de carne
  - sal
  - pimenta
  - piri-piri
- Para o arroz:
- 500 a 600 g de arroz
  - 2 dentes de alho
  - 2 colheres de sopa de azeite
  - 1 colher de sopa de banha
  - 1 colher de sopa de margarina
  - sal

### Modo de preparação:

Chamuscam-se a orelheira, o pernil e o pé de porco e põe-se tudo de molho de um dia para o outro. Depois lavam-se em água quente e raspam-se.

De véspera, põe-se também o feijão de molho em água fria. O feijão deve ser branco, grande mas não feijoca. Põe-se a cozer em água simples as carnes que se prepararam.

Como o tempo de fumeiro é muito prolongado em Trás-os-Montes (as lareiras funcionam durante grande parte do ano), a carne não deve ser totalmente cozida nesta água mas acabar de cozer juntamente com o feijão.

Coze-se o feijão em água com um fio de azeite, as cenouras inteiras e duas cebolas. Quando as carnes estiverem meio cozidas, juntam-se ao feijão; 10 minutos antes de terminar a cozedura do feijão, junta-se-lhe a farinha, o salpicão, a chouriça e o chouriço de sangue que estiveram de molho em água quente.

À parte, faz-se um refogado com a restante cebola, o azeite, a banha, o louro, os alhos esmagados, o tomate em bocadinhos e a salsa partida à mão. À medida que este refogado for alourando, vão-se juntando pinguinhos de água de cozer o feijão. Juntam-se depois o feijão e as carnes cortadas em bocados e as cenouras cortadas em rodela.

Rectifica-se o sal, pimenta e geralmente junta-se um pouco de piri-piri. Os chouriços reservam-se para o arroz que acompanha a feijoada.