

Número	13	Tema	Petiscos	Data	20 de Junho de 2007
Assunto	BELOURAS				

Belouras¹

Ingredientes:

- 250g. de farinha de milho;
- 125g de farinha de trigo;
- 125g de farinha de centeio;
- fermento de padeiro (10g);
- 70g de sangue de porco líquido;
- sal e pimenta;
- cominhos;
- folha de laranjeira e 1 folha de louro;
- 1 ramo de salsa;
- 1 dente de alho;
- pingue;
- água de cozer as carnes do sarrabulho;

Modo de preparação:

Misturam-se as farinhas e peneiram-se. Em seguida amassam-se com o fermento de padeiro, o sangue de porco líquido e a água de cozer as carnes de sarrabulho em quantidade suficiente para obter uma massa dura e à qual se juntou pimenta e cominhos. Deixa-se levedar em ambiente morno até rachar. Com as mãos molhadas, molda-se esta massa em bola ou em cilindros.

Mergulham-se depois as belouras em água a ferver temperada com sal, salsa, alho, folha de laranjeira e louro. Assim que as belouras vierem à superfície é sinal de que estão cozidas. Retiram-se e colocam-se num tabuleiro, abafadas entre dois panos.

Na altura de servir, cortam-se as belouras em fatias finas e fritam-se em pingue².

¹ Também se podem chamar de farinhatos, piloucos, bicasou bolachos

² gordura que ficou de cozer os rojões