

Número	01	Tema	PEIXES	Data	18 de Julho de 2007
Assunto	CAÇÃO EM VINHO TINTO (TRÁS-OS-MONTES)				

## Cação em vinho tinto (Trás-os-Montes)

### Ingredientes:

- Cação 500 gramas
- Vinho tinto 1/2 litro
- Cebolas 4
- Cenouras 2
- Dentes de alho 2
- Ramo de cheiros 1
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.
- Louro 1 folha
- Azeite q.b.
- Farinha q.b.

### Modo de preparação:

Escama-se esvazia-se, lava-se o peixe e corta-se às postas grossas que se temperam com sal e se deixam em repouso durante 1 hora. Deita-se o vinho numa caçarola e juntamente o ramo de cheiros, uma folha de louro, as cenouras, duas cebolas cortadas às rodela, os alhos esmagados, o sal e a pimenta.

Leva-se a caçarola a ferver em lume brando durante 1 hora, aproximadamente.

Enxuga-se o peixe num pano, passa-se por farinha e deitam-se as postas na caçarola, sem que fiquem umas sobre as outras.