

Número	07	Tema	PEIXES	Data	18 de Julho de 2007
Assunto	LAMPREIA ASSADA NO ESPETO				

Lampreia assada no espeto¹

Ingredientes:

- lampreia
- vinho branco
- sal e pimenta
- 1 cravinho
- salsa
- alhos

Modo de preparação:

Trate da lampreia da forma habitual² e depois corte-a em bocados com um dedo de espessura. Leve a lampreia a marinar em vinho branco, pimenta, alhos esmagados, um cravinho, um ramo de salsa e sal. Deixe ficar a marinar um par de horas. Ao fim deste tempo enfie os bocados de lampreia num pau de loureiro, a melhor madeira para o efeito, e leve as espetadas a assar em brasas de vide, sem a presença de chama. Vá virando, de todos os lados, com paciência, para ficar assada por igual. Esta lampreia come-se acompanhada de arroz branco ou arroz de "sustância".

¹ Receita comum na região de Ponte de Lima

² Para arranjar a lampreia: coloca-se a lampreia num alguidar e deita-se água a ferver por cima. Com uma faca, raspa-se a pele para tirar toda a substância (lismo), que lhe está agarrada. Tiram-se os dentes. Lava-se, depois, em água fria. Depois de bem limpa coloca-se a lampreia num alguidar com vinho tinto. Dá-se um golpe, no sentido vertical junto à cabeça e tira-se a espicha, que é um nervo cartilaginoso que é imprescindível ser retirado. Se não for retirado a lampreia fica estragada. Depois, dá-se um golpe junto à cauda para retirar a tripa inteira e o fígado, ao qual deve ser extraído o fel.