

Número	14	Tema	PEIXES	Data	18 de Julho de 2007
Assunto	LAMPREIA À MODA DE MONÇÃO				

Lampreia à moda de Monção

Faz-se um refogado com duas cebolas picadas, dois decilitros de azeite, uma colher de banha e 100 gr. de presunto picado. Quando a cebola estiver bem alourada, juntam-se-lhe os bocados de lampreia, sal, pimenta e cravos de cabecinha a gosto. Deixa-se estufar pelo menos 10 minutos. Retira-se a lampreia para uma caçoila. Acrescenta-se à calda um pouco de água quente e deita-se o arroz(400gr. para 4 pessoas).

Quando o arroz estiver a ficar cozido, introduzem-se de novo os bocados de lampreia, junta-se-lhe o sangue, vinho e vinagre onde esteve a marinar e polvilha-se com salsa picada, o tempo suficiente para aquecer a lampreia. Serve-se de seguida (deve ficar um arroz "a fugir").