

Número	15	Tema	PEIXES	Data	18 de Julho de 2007
Assunto	LAMPREIA À MODA DO MINHO				

Lampreia à moda do Minho ¹

INGREDIENTES:

- lampreia
- vinho maduro tinto
- vinho verde tinto
- pimenta, salsa, louro, azeite
- cebola, alho
- presunto
- farinha de trigo
- fatias de pão torrado

Modo de preparação:

Depois de arranjar e limpar uma lampreia com cerca de quilo e meio, como usualmente, corte-a em bocados com a grossura de dois dedos e leve-a a marinar em metade de uma garrafa de vinho maduro tinto e a mesma quantidade de vinho verde tinto, pimenta, um ramo de salsa, uma folha de louro, e um dente de alho. Deixe marinar a lampreia durante duas ou três horas para que as postas inchem e tomem o perfume dos cheiros. Faça um refogado em azeite com uma cebola picada e depois junte bocados de lampreia e cerca de 100 gramas de presunto cortado aos bocados pequenos. Depois de bem refogados deite a marinada com uma colher de sopa de farinha de trigo bem desfeita. Deixe cozer cerca de um quarto de hora para a lampreia não fica desfeita. Ao fim deste tempo retire-a e deixe que o molho apue mais um pouco. Passe o molho, leve-o novamente ao lume e junte, outra vez, os bocados de lampreia. Numa travessa disponha fatias de pão torrado e, em cima de cada uma, um bocado de lampreia. Regue-as com o molho.

¹ Há uma versão desta receita que entende ser imprescindível juntar um ou dois cravinhos-da-índia