

Número	16	Tema	PEIXES	Data	18 de Julho de 2007
Assunto	CONSERVA DE LAMPREIA				

Conserva de lampreia

Ingredientes:

- lampreia
- cebola
- salsa, louro
- cravinhos-da-índia,
- grãos de pimenta preta

Modo de preparação:

Arranje a lampreia e corte-a aos bocados. Coloque a lampreia num tacho com uma cebola cortada aos quartos pequenos, um ramo de salsa, uma folha de louro, dois ou três cravinhos-da-índia e uma dúzia de grãos de pimenta preta. Deixe ferver durante vinte minutos em lume brando, ou um quarto de hora em lume mais forte para conseguir retirar mais aroma dos temperos e cheiros. Retire os bocados de lampreia e meta-os em frascos de vidro, com borracha e mola. Depois do caldo coado, deite-os nos frascos¹ até cobrirem os bocados de lampreia. Esterilize os frascos numa panela com a água a ferver meia hora. Deixe que os frascos arrefeçam dentro de água e não os retire antes. Pode guardá-los na despensa e consumir durante uns meses.

¹ Não é conveniente os frascos terem capacidade para mais de um litro.