

Número	30	Tema	PEIXES	Data	18 de Julho de 2007
Assunto	SÁVEL DOS PESCADORES				

Sável dos pescadores

Depois do sável amanhado, salgue-o e meta-lhe dentro da barriga dois dentes de alho esmagados e duas folhas de louro. Esfregue-o com azeite e embrulhe o sável numa folha de papel manteiga. Faça um lume e deixe arder a madeira completamente até fazer um monte de cinza. Enterre o sável nessa cinza, ainda bastante quente, e deixe-o ficar até as cinzas arrefecerem. Faça novamente um lume por cima das cinzas e, quando as brasas estiverem a apagar-se, pode retirar o sável que está pronto.