

Número	05	Tema	Petiscos	Data	19 de Junho de 2007
Assunto	ESCABECHE DE LAMPREIA				

Escabeche de lampreia de conserva (Viana do Castelo)

Ingredientes: (Para 4 pessoas)

- 1 lampreia;
- 5 dl de vinagre muito bom;
- 2,5 dl de vinho branco;
- 1 cebola;
- 1 ramo de salsa;
- 3 cravinhos;
- 12 grãos de pimenta;

Modo de preparação

Depois da lampreia arranjada, retiram-se as ovas se for fêmea e corta-se em bocados. Deita-se num tacho com os restantes ingredientes e leva-se ao lume a ferver durante 15 minutos apenas. (A cebola é cortada às rodelas grossas.) Passados os referidos 15 minutos, retiram-se cuidadosamente com uma escumadeira os bocados de lampreia (sem os temperos) e vão-se introduzindo com um garfo nos frascos que foram previamente escaldados com água a ferver.

Côa-se a calda por um passador e deita-se sobre a lampreia. Fecham-se os frascos hermeticamente e levam-se a esterilizar numa panela coberta com água, fervendo 20 minutos. Para evitar que os frascos se partam, coloca-se um pano dobrado no fundo da panela. Deixam-se os frascos ficar na água até ao dia seguinte ou até a água estar completamente fria. Conservam-se em local escuro, seco e arejados.

Lampreia de escabeche (Minho e Douro)

Ingredientes:

- 1 Lampreia
- 1 decilitro Vinagre
- 2 decilitros Vinho branco
- 2 decilitros Água
- 150 gramas Manteiga
- 2 colheres de sopa Azeite fino
- Sal q.b.
- Pimenta em pó q.b.
- 6 grãos Pimenta
- 2 cabeças Cravo-da-índia
- 4 dentes Alho

Modo de preparação:

Prepara-se a lampreia e corta-se em postas finas que se colocam num tacho com todos os outros ingredientes.

Leva-se este tacho ao lume, tapado, deixando ferver até a lampreia estar cozida.