

Número	06	Tema	Petiscos	Data	19 de Junho de 2007
Assunto	TRUTAS DE ESCABECHE				

Trutas de escabeche branco¹

Ingredientes:

- trutas
- sal, azeite, salsa, louro, cravinho, pimenta preta
- farinha
- cebolas, alhos
- vinho branco

Modo de preparação:

Limpe bem um quilo de trutas e salgue-as. Frite-as em azeite bem quente, numa frigideira, depois de as ter passado por farinha. Retire-as do lume e deixe-as a escorrer e a esfriar.

Num tacho, ponha uma boa porção de azeite e quando o azeite estiver quente, deite três cebolas cortadas às fatias muito finas, três dentes de alho picados, um ramo de salsa, uma folha de louro, um cravinho e uma dúzia de grãos de pimenta preta. Deixe que a cebola quebre, mas não aloure. Quando a cebola estiver pronta, junte meio litro de vinho branco e deixe tudo ao lume até que levante fervura. Disponha as trutas num prato fundo e deite o escabeche por cima. Convém que o escabeche repouse um dia antes de ser servido.

Trutas de escabeche (Nordeste Transmontano)

Ingredientes:

- 1 kg de trutas;
 - 200g de presunto com gordura;
- Para o escabeche:
- 2 dl de azeite;
 - 1 dl de vinagre;
 - 2 cebolas médias;
 - 1 malagueta;
 - sal e pimenta branca;

Modo de preparação:

Amanham-se as trutas, lavam-se, cortam-se às postas e temperam-se com sal, pimenta e malagueta picada. Fritam-se em azeite quente e ao mesmo tempo frita-se também o presunto cortado aos cubos. Quando fitas, as trutas põem-se numa travessa com o presunto. Muda-se o azeite e volta ao lume num tacho com as cebolas cortadas às rodela grossas. Quando a cebola estiver loura, adiciona-se o vinagre. Rega-se o peixe com a mistura e, passados dois dias, serve-se frio. Acompanha-se com batatas cozidas.

¹ Receita do livro de receitas da Condessa de Bertandos