

Número	01	Tema	Sopas, Açordas, Migas e Papas	Data	20 de Junho de 2007
Assunto	CALDO VERDE				

Caldo verde à minhota

Ingredientes: Para 4 pessoas:

- 180 a 200g de couve galega cortada em caldo verde;
- 1 cebola;
- 2 dentes de alho;
- 600g de batatas;
- 4 rodela de salpicão ou de chouriço de carne;
- 2 fatias de broa de milho;
- 1,5 dl de azeite;
- sal

Modo de preparação:

Descascam-se as batatas, a cebola e os dentes de alho e levam-se a cozer em 1,5 litros de água temperada com sal e metade da quantidade de azeite. Entretanto arranjam-se as folhas de couve, lavam-se e cortam-se em juliana finíssima. Quando as batatas estiverem bem cozidas, esmaga-se tudo (batatas, cebola e alhos) com um garfo ou com um espremedor de batata. Leva-se novamente ao lume e 10 minutos antes de servir, com o caldo a ferver em cachão, junta-se a couve bem escorrida. Deixa-se cozer com recipiente destapado até a couve deixar de saber a cru.

Rectifica-se o tempero e adiciona-se o restante azeite. Coloca-se uma rodela de salpicão ou de chouriço de carne em cada prato ou tigelinha e rega-se com o caldo verde. Cortam-se as fatias de broa ao meio e distribuem-se pelas pessoas. No verão, época em que a couve galega é mais rija, convém escaldá-la antes de se juntar ao caldo.

as batatas, a cebola e o alho e leve outra vez ao lume. Deite a couve quando a água voltar a ferver e deixe cozer cerca de dez a quinze minutos. Quase no fim, ao arredar, deite mais duas colheres de sopa de azeite e sirva o caldo verde com uma rodela de chouriço ou de salpicão. ¹

Caldo verde (II)

Corte uma couve galega, muito fina. Coza meio quilo de batatas, uma cebola média e dois dentes de alho em litro e meio de água temperada com sal e com seis colheres de sopa de azeite. Depois de cozidas esmague

¹ Receita comum em todo o Minho. No inquérito realizado em Março e Julho de 2000, sobre a alimentação nesta província, no âmbito da presente obra, feito a pessoas com mais de 70 anos, ninguém considerou o caldo verde como sopa. Foi considerado com um estatuto próprio.