

Número	12	Tema	Sopas, Açordas, Migas e Papas	Data	20 de Junho de 2007
Assunto	<b>SOPA SECA (MINHO)</b>				

## Sopa seca à moda do Minho (I)

### **Ingredientes: (Para 4 a 6 pessoas)**

- 300g de pão de trigo;
- ½ galinha;
- 250g de carne de vaca;
- ½ salpicão
- 125g de presunto;
- 2,5 litros de água ;
- 2 couves portuguesas;
- 1 ramo de hortelã

### **Modo de preparação:**

Deita-se numa panela a água e, quando esta começar a ferver, junta-se a galinha, a carne de vaca, o presunto e o salpicão. Deixa-se cozer durante 2 horas. Em seguida introduzem-se as couves previamente arranjadas e deixa-se ferver durante mais 1 hora. Fora do lume, retiram-se as carnes, adiciona-se o pão cortado em fatias e a hortelã. Cortam-se as carnes bocados e misturam-se na sopa. Deita-se esta num alguidar de barro e leva-se o forno a tostar. Deve regar-se com um pouco de molho de assar vitela ou peru, previamente desengordurado.

cima e regue com o caldo onde cozeram as carnes. Leve ao forno até a sopa ficar seca.<sup>1</sup>

## Sopa seca minhota (II)

Numa panela com água a ferver, junte meio quilo de carne de vaca, 125 gramas de toucinho, um frango ou meia galinha, 200 gramas de presunto e um chouriço.

Tempere a água com sal. Depois das carnes estarem quase cozidas junte uma couve, três cenouras e um nabo pequeno, tudo cortado.

Numa caçarola de barro disponha fatias de pão de trigo, que já tenha dois dias de cozedura, e depois as carnes, as couves, as cenouras e o nabo. Perfume com umas folhas de hortelã. Ponha mais fatias de pão por

<sup>1</sup> Habitualmente esta sopa é feita com os restos do cozido