

Número	26	Tema	Sopas, Açordas, Migas e Papas	Data	20 de Junho de 2007
Assunto	SOPA DE LAPAS				

Sopa de lapas ¹

Abra as lapas para dentro de uma malga, de forma que o líquido seja aproveitado depois de o passar por um pano. Faça um refogado em azeite com uma cebola pequena, picada, e um dente de alho também picado. Junte as lapas e deixe-as envolver no refogado e de seguida retire-as. A seguir deite a água medida e o arroz. Tempere com sal e pimenta. Deixe cozer e quando o arroz estiver pronto, junte as lapas e regue por cima com a água coada.

¹ Receita da região da Apúlia.