

- ▢ Cabritinho do Montemuro
- ▢ Vitela Arouquesa
- ▢ Arroz de Feijão com Salpicão
- ▢ Trutas de Escabeche do Rio Paiva
- ▢ Torresmada à Montemuro
- ▢ Carolas com Feijão e Cabeça de Porco (Carnaval)
- ▢ Papas de Sarrabulho
- ▢ Migas
- ▢ Salpicão
- ▢ Chouriça
- ▢ Chouriço de Sangue
- ▢ Presunto
- ▢ Broa de Milho
- ▢ Bolo Podre (Folar da Páscoa)
- ▢ Aletria
- ▢ Sopas secas
- ▢ Mel

### Receita das Trutas de Escabeche do Rio Paiva



Ingredientes (4 pessoas)

8 trutas com 150g cada

Sal

8 cabeças de alho

8 dl de azeite virgem

4 dl de vinagre de vinho tinto

4 folhas de loureiro

1 raminho de salsa

### Preparação

Limpam-se muito bem as trutas e polvilham-se com sal, ficando a marinar durante 12 horas. De

seguida fritam-se em azeite em lume brando.

Na frigideira, onde fritou as trutas, coloca-se o alho esmagado com azeite e vinagre, folhas de loureiro, salsa e mexe-se durante 5 minutos. Retira-se do lume para arrefecer, depois de frio coloca-se por cima das trutas.

**Nota:** Aconselha-se que este prato seja consumido 4 dias ou mais após a sua confecção. Deve-se guardar em local seco e fresco sem necessitar de ir ao frio.