

- ☐ 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.