

Sardinhas Frescas de Caldeirada

Ingredientes:

Para 4 a 6 pessoas
50 sardinhas médias
800 g a 1 kg de batatas
1 kg de cebolas
1 ramo de salsa
1 folha de louro
1 colher de chá de colorau
6 colheres de sopa de azeite
1 colher de chá de vinagre
sal marinho
pimenta



Confeção:

Corta-se as cabeças às sardinhas (escrecham-se), abrem-se e retiram-se-lhes as tripas e as barbatanas.

Em seguida escamam-se com uma faca de madeira e lavam-se.

Descascam-se as batatas e as cebolas e cortam-se às rodelas.

Tem-se um tacho de barro, dentro do qual se introduzem em camadas sobrepostas e alternadas de cebolas, batatas e sardinhas.

Temperam-se as várias camadas com sal e pimenta.

Dispõe-se por cima a salsa, o louro, o colorau e rega-se com o azeite e vinagre.

Tapa-se.

Leva-se o tacho a lume brando, tendo o cuidado de o abanar de vez em quando para evitar que a primeira camada se agarre ao fundo do tacho.