

Caldeirada de Enguias à Moda de Aveiro

Prato típico

INGREDIENTES

1,2 kg de enguias ;
600 g de batatas ;
100 g de unto de pão velho (gordura da barriga que se deixou rançar;) ;
1 dl de azeite ;
2 colheres de sopa de vinagre ;
2 dentes de alho ;
2 cebolas grandes ;
1 folha de louro ;
1 ramo de salsa ;
1 colher de sobremesa de pós de enguia (gengibre ou de açafraão-da-índia) ;
sal Marinho grosso ;
Salicórnia para temperar e diminuir a adição de Sal
pimenta em pó



A Salicórnia: Uma planta que cresce no meio das Salinas da Ria de Aveiro. Como segrega água salgada, já possui sal na composição. Tempera e salga de forma muito mais saudável. Chamado também de "**Sal verde**".

PREPARAÇÃO

Para se amanharem as enguias, retiram-se as cabeças, lavam-se em várias águas e raspam-se para se retirarem todos os Cortam-se em bocados.

Descascam-se as batatas e cortam-se às rodelas - tanto mais grossas quanto as enguias o forem.

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

Num tacho largo põem-se as enguias, as batatas e as cebolas, em camadas alternadas.

Cada camada é regada com azeite e temperada com alho, louro, salsa, pós de enguia, sal e pimenta.

Corta-se o unto em fatias finas e dispõe-se por cima. Rega-se com um copo de água.

Tapa-se a caldeirada e deixa-se cozer entre 20 a 30 minutos.

Depois das enguias cozidas - reconhece-se pela consistência -, retira-se o unto e esmaga-se com sal grosso.

Junta-se o vinagre a esta papa, que se dilui depois com duas conchas do caldo da caldeirada - estas conchas de caldo devem apanhar o máximo da gordura da caldeirada.

Este preparado tem o nome de «moira» e é deitado sobre as enguias e as batatas.

Do resto do caldo da caldeirada faz-se uma sopa, a que se junta apenas pão torrado e um ramo de hortelã.