

Açorda de Sável

Ingredientes:

- Sável
- Pão, alho
- Salsa, louro, azeite

Preparação:

Amanha-se o sável, aproveitando as ovas, o fígado, o taralhão e passa-se por água. Corta-se o peixe em postas finas que se temperam com sal e fritam em azeite.

Põe-se o pão cortado aos bocadinhos para dentro de um tacho. De seguida, deita-se água a ferver, os alhos esmagados, o louro e o azeite e, abafa-se com a tampa do tacho. Deixa-se ferver, mexendo depois com uma colher de pau até o pão ficar completamente desfeito. A açorda vai à mesa enfeitada com salsa e acompanhada do sável frito.