

«Feijoada» – tut ord in vasch per gronda fomaz

Feijoada è ina spezialitad tradiziunala en il Portugal, dentant er en divers pajais da l'America latina, per exempel en il Mexico u en la Brasilia. Per la Feijoada ord la regiun dal Douro en il nord dal Portugal dovr'ins fava alva pitschna. La Feijoada vegn preparada cun verdura da la stagiun u cun la verdura ch'ins ha il pli gugent. Il recept numna insaquantas propostas. Tar la charn-portg pon ins er eleger charn fimantada criva, e las liongias pon esser picantas tut segund gust e preferenza.

Metter a lumiar la fava en aua freida sur notg e lura coier durant 1 ura.

Coier la charn e las liongias en in auter vasch.

Manizzar la tschagula, brassar en l'ieli, agiuntar ils cons d'agl manizzads, la verdura manizzata, pulpa da tomata e vin alv.

Cundir cun sal, paiver e puletg roman.

Laschar coier cun pauc chalur.

Lura agiuntar la fava derschentada e la charn cotga e laschar trair vinavant.

Servir cun ris sitg.



Ingredientas

Per 4 personas:

- 500 g ris sitg
- 800 g fava alva pitschna
- 2 tschagulas
- 2 cons d'agl
- 1 carotta
- giabus
- zitga
- 1 tomata gronda
- pulpa da tomata
- vin alv
- charn-portg criva
- liongias da coier
- liongias setgentadas
- sal, paiver, puletg roman
- ieli