



OUTUBRO

MITO:

O mercado só está aberto à sexta-feira?

Não! O mercado está aberto de terça a quinta das 8h00 às 14h00 e à sexta e sábado das 6h00 às 14h00. O estacionamento é gratuito toda a semana.

RECEITA:

MARMELO COZIDO COM ESPECIARIAS, REQUEIJÃO E AMÊNDOAS

Sugestão de lanche para as tardes de outono

Ingredientes:

(Para 4 pessoas)

- 4 Colheres de sopa de amêndoa
- 4 Marmelos
- 1 Pau de canela
- 1 Estrela de anis
- 2 Cravinhos
- 1 Requeijão (200g)
- 2 colheres de sobremesa de mel

Modo de preparação:

1. Picar a amêndoa em cubos ou lâminas e, numa frigideira antiaderente, levar ao fogo para tostar.
2. Lavar bem e descascar os marmelos, partir em quatro partes e retirar o caroço;
3. Colocar os marmelos num tacho coberto com água, a canela, o anis e o cravinho;
4. Deixar cozinhar cerca de 30 minutos, ou até estarem macios;
5. Servir logo ou reservar no frigorífico por 2 a 3 dias;
6. Para um delicioso lanche de outono, acompanhe com o requeijão, o fio de mel e as amêndoas tostadas.

Pode fazer esta receita com marmelo assado em vez de cozido; para isso basta acrescentar sumo de 2 laranjas ao tabuleiro que vai ao forno.

Aproveita os caroços e as cascas para fazer geleia de marmelo.