

AZEITONAS BRITADAS

de HÉLDER MADEIRA

Receita

Ingredientes:

Azeitonas “maçanilhas” - verdes

Água

Orégãos

Limão

Louro

Sal



Preparação:

Brite as azeitonas (significa esmagar ligeiramente a azeitona, sem partir o carroço, com uma pedra ou maço (ou “malho”). De seguida, lave e coloque as azeitonas num recipiente com água.

A água deve ser mudada todos os dias, para retirar o sabor amargo da azeitona.

Depois tempere com orégãos, louro, limão e sal.

As azeitonas são conservadas num local frio e duram cerca de dois a três meses.

Bom apetite mediterrânico!