

# 烤羊肉 (10人用)

# Cabrito Assado (para 10 pessoas)

## Baked Lamb (for 10 people)

### 材料：

羊肉 5kg  
 蒜頭 3小粒  
 白胡椒 少許  
 鹽 少許  
 咸蝦葉 2片  
 洋蔥 1個  
 胡椒粉 1湯匙  
 芫茜 一束  
 檸檬 一個  
 植物油 50gr  
 豬油 50gr  
 白酒 2.50dl  
 薯仔 4kg  
 菜心 隨意

### Composição :

5 kg de cabrito  
 3 dentes de alho  
 pimenta branca  
 sal  
 2 folhas de louro  
 1 cebola  
 1 colher (sopa) de colorau  
 1 molho de salsa  
 1 limão  
 50 gr de margarina  
 50 gr de banha  
 2.50 dl de vinho branco verde  
 4 kg de batatinhas  
 grelos



### Arrangement :

5 kg of lamb  
 3 garlic cloves  
 White pepper  
 Salt  
 2 leafs of laurel  
 1 onion  
 1 table spoon of paprika  
 1 batch of parsley  
 1 lemon  
 50 gr. of margarine  
 50 gr. of lard  
 2.50 dl of white wine  
 4 kg of small potatoes  
 Turnip sprouts

### 作法：

1. 先把羊肉處理乾淨並切成小塊；
2. 把切碎的蒜頭、鹽、白胡椒、咸蝦葉、切碎的洋蔥、胡椒粉、芫茜、檸檬汁及液態的豬油和植物油及白酒混合於碗中拌勻；
3. 把羊肉放於大托盤中，塗上步驟2之混合醬料；
4. 在羊肉的周圍放置去皮並切開的薯仔，同時都塗上2的混合醬料；
5. 將步驟4用焗爐烤熟 (但不要把肉汁烤乾)。

\*同時可配合：以羊的內臟及加入少許黃薑粉煮的飯、薯仔或煮熟的菜(加鹽、蒜頭及橄欖油)一同食用。

Limpe o cabrito das miudezas. Numa tigela, misture os alhos esmagados, o sal, a pimenta, o louro, a cebola picada, o colorau, a salsa, o sumo de limão, a margarina e a banha, derretidas, e o vinho branco. Coloque o cabrito num tabuleiro grande, deite-lhe a marinada e esfregue-o muito bem, por dentro e por fora. Em volta, coloque as batatinhas e esfregue-as também com a marinada. Leve a assar em forno de lenha ou de padeiro. Deve ficar bem tostadinho mas não seco. Entretanto, com os miúdos do cabrito faça um arroz, bem refogado com um pouquinho de açafrão. Sirva com as batatinhas, os grelos cozidos e salteados em azeite e alho e, à parte, o arroz. Decore a gosto.

Clean the lamb and remove the insides. In a bowl, mix the mashed garlic, the salt, the pepper, the laurel, the minced onion, the paprika, the parsley, the lemon juice, the melted margarine and lard, and white wine. Place the lamb in a big tray; grease it with the margarine inside and out. Place the greased small potatoes all around the lamb. Cook it in a baker's oven or in a furnace. It should be well roasted but not dry.

Meanwhile the lamb's insides can be used to cook a rice stew with a little bit of safflower. Serve with the small potatoes, the boiled turnip sprouts, stir fried with olive oil and garlic, and the rice served separately. Decorate to taste.