

Produtos Tradicionais Portugueses

Ministério da Agricultura, do Desenvolvimento Rural e das Pescas
Secretaria de Estado do Desenvolvimento Rural
 Direcção-Geral de Desenvolvimento Rural
Lisboa 2001

Produtos tradicionais

A tradição na vanguarda

A agricultura constituía, ainda não há muitos anos, simultaneamente a actividade e o quadro de vida de mais de metade da população portuguesa. No último meio século, esta actividade sofreu e influenciou as mutações sociais e culturais profundas por que o país passou. Neste sentido, uma sociedade com um quadro de referência em grande parte rural entrou, em 1986, para um espaço onde não só o sector se encontrava muito mais desenvolvido, mas também em que a percepção daquilo que poderia ser, no futuro, a agricultura europeia estava prestes a mudar.

De facto, a acumulação de excedentes das grandes culturas, da carne de bovino e dos derivados do leite e a conjuntura do comércio mundial determinaram que, apenas um ano após a antecipação da entrada plena nos mecanismos da PAC da agricultura portuguesa, ocorresse uma reforma desta política pautada pela necessidade de reduzir a produção. Esta tendência veio dar visibilidade as políticas de desenvolvimento rural e a necessidade de uma abordagem mais integrada das áreas rurais.

O desafio, ainda assim, parecia, nos primeiros anos, só poder ir no sentido de seguir uma filosofia produtivista, tentando colmatar, num curto espaço de tempo, o atraso estrutural que caracterizava o sector agrícola português.

E, no entanto, face à conjugação particular do clima, solos, relevo e estrutura fundiária, só uma pequena parte do território teria capacidades para suportar, de forma sustentável, uma agricultura intensiva baseada nas grandes culturas. Pelo contrário, o relativo atraso tecnológico e a elevada, ainda que decrescente, percentagem de população ligada à agricultura ou a comunidades rurais manteve, até hoje, viva uma cultura rica e que reflecte essa diversidade de condições físicas e climáticas. Esta cultura traduz-se numa paisagem tradicional preservada, num artesanato dinâmico, em manifestações artísticas que vão passando para os jovens e na produção de produtos alimentares de qualidades organolépticas únicas.

Estas características permitiram pensar que existiam outros caminhos para a actividade agrícola em Portugal. Por razões conjunturais mas, também, de mercado, existem oportunidades para uma nova política agrícola que, mesmo que timidamente, apoia um desenvolvimento rural integrado, política essa mais adequada a uma grande parte das explorações agrícolas portuguesas.

A busca da diversidade e, provavelmente, a tendência mais marcante do final do século vinte e deverá acentuar-se no princípio do próximo. Neste momento, para além de vinhos, encontram-se identificados e protegidos com Denominações de Origem, Indicações Geográficas Protegidas e Tradicionalidades Garantidas mais de setenta nomes de produtos, entre carnes, enchidos e presuntos, queijos, mel, azeite e frutos. Por outro lado, o mercado privilegia, cada vez mais, valores como a segurança alimentar, a qualidade, a identidade e a genuinidade, características que se mantêm em muitos dos nossos produtos agro-alimentares tradicionais, que transportam em si lembranças de terras que vale a pena visitar. Os métodos de produção agrícola tradicionais que lhes dão origem são, por outro lado, compatíveis com a conservação do ambiente, outra das preocupações que domina, crescentemente, a consciência do consumidor europeu.

Para além das qualidades intrínsecas dos alimentos, a ligação do produto à terra que o origina e a curiosidade pelos processos de fabrico e à cultura que estão na sua génese poderá criar um novo conjunto de oportunidades às explorações agrícolas e às comunidades locais no sentido de associarem o fornecimento de serviços à produção e venda dos seus produtos. Nesta ligação residirá, provavelmente, a verdadeira potencialidade dos produtos tradicionais para contribuírem para o desenvolvimento rural.

Mas o reconhecimento destas potencialidades constitui um desafio, provavelmente mais exigente do que aquele que o modelo produtivista colocava.

De facto, é necessário garantir que não se defrauda a procura, nem em termos de quantidade, nem de qualidade. Para tal, é necessário saber caracterizar os produtos tradicionais, perceber a sua especificidade e associar-lhes, quando for necessário e possível, as tecnologias actuais que não alterem as suas características e não interfiram nas exigências de qualificação. Por outro lado, é fundamental garantir dispositivos que assegurem tanto a autenticidade dos produtos como a segurança da saúde pública. Esta garantia deverá estabelecer-se com base num sistema de controlo e certificação, pautado por um elevado grau de exigência técnica e rigor, uma vez que se está a construir este edifício alicerçado na confiança do consumidor.

Com o próximo Quadro Comunitário de Apoio vamos iniciar mais uma etapa de desenvolvimento do nosso sector agrícola. Neste período, eventualmente o último em que estão reservados ainda montantes significativos para o investimento no sector, devemos apelar para toda a nossa criatividade a fim de aproveitarmos na plenitude as oportunidades que se nos deparam, quer no âmbito de uma actividade mais intensiva, quer no dos produtos tradicionais. No que diz respeito a estes últimos, é fundamental que se aposte nas fases de distribuição, comercialização e -marketing-, visando, essencialmente, o mercado nacional, mas não descurando eventuais oportunidades associadas aos mercados externos. No entanto, há que ter sempre presente os perigos derivados de um excesso de procura em relação à oferta, quando esta procura responder de qualquer forma às expectativas e necessidades dos consumidores, sendo fundamental que não se descurem a qualidade e a genuinidade, únicas razões de ser dos produtos tradicionais.

Vitor Manuel Coelho Barros

Secretário de Estado do Desenvolvimento Rural

Produtos tradicionais

A alternativa segura

Ao longo de gerações, o produtor manteve a tradição, cultivou os -saberes- e transmitiu-os aos filhos, sempre numa linha de fidelidade ao -saber fazer- com sabores tradicionais genuínos e autênticos de elevada qualidade e reputação.

Sem o seu engenho, a singeleza dos seus métodos, a força criativa da sua imaginação e a vontade de manter o que a tradição impõe, não seria possível dispor e apreciar hoje tão rica variedade de produtos tradicionais, que o consumidor elege para seu deleite e satisfação de um imaginário relazetor do seu mundo rural.

Por efeito da economia aberta que permite uma oferta de produtos agro-alimentares das mais diversas e remotas proveniências, à escala global, o consumidor tem possibilidade de escolher em função das variadas características e diferentes preços dos produtos que o mercado lhe apresenta em abundância.

Por vezes produtos anónimos, de produtores distantes e desconhecidos, conferindo pouca confiança no consumidor esclarecido e exigente.

Deste modo, a segurança alimentar surge também como preocupação de todos e, cada vez mais, também das instituições da Comunidade Europeia.

É neste contexto que os produtos agro-alimentares com Denominação de Origem Protegida, com Indicação Geográfica Protegida, com Tradicionalidade Garantida, isto é, com qualidade e especificidade garantidas, surgem agora aos olhos do consumidor como alternativa segura e com potencialidades de opção. Esta expectativa e esta confiança do consumidor não podem de modo nenhum serem defraudadas ou postas em causa.

Um dos mais valiosos contributos para a promoção destes produtos de excelência com sabores tradicionais inimitáveis residirá, certamente, na ampla divulgação das suas características, ancorada numa informação adequada e segura da sua riqueza gastronómica e do seu valor alimentar.

É imprescindível estabelecer uma ligação forte e de confiança entre o consumidor — que exige autenticidade nos produtos e nos sabores — e o produtor, que só continuará a produzir bem se se sentir compensado pelo seu esforço de boas práticas e de fidelidade à tradição, no dia-a-dia da sua actividade.

Quem não conhece não ama!

Espero, sinceramente, que possa continuar a amar conhecendo um pouco mais do que temos em Portugal.

Rui Pedro de Sousa Barreiro
Director Geral do Desenvolvimento Rural

Sabores tradicionais portugueses

A — OS PRODUTOS

Azeites e azeitonas..., carnes de bovino, de caprino, de ovino, de aves e de suíno..., frutas frescas..., secas... e secadas..., produtos hortícolas e vegetais diversos..., melis..., doces de fruta e de ovos, compotas, marmeladas e produtos de confeitaria..., enchidos e ensacados..., presuntos..., queijos, manteigas e requeijões..., bolos grandes, pequenos e biscoitos, pastéis..., fritos..., salgados..., pão, bolas, broas e folares..., peixes e outros produtos do mar, licores e outras bebidas..., em comum todos têm direito a usar um nome próprio, que os qualifica e comprova a sua origem, reputação, genuinidade, tradicionalidade ou modo de produção particular: a sua denominação de origem ou a sua indicação geográfica protegidas, a simples menção da sua proveniência ou a sua tradicionalidade garantida e especificada

Doces, picantes, sumarentos, frescos, amanteigados, olorosos, estaladiços, friáveis, finos, suculentos, fumados, amargos, carnudos, picantes, acres, acidulos, dulcíssimos, frescos, tenros, sucosos, fundentes, macios, pungentes,

aromáticos... e todo um mundo de adjetivos para qualificar sabores e saberes tradicionais, modos de produção ancestrais, genuínos, respeitadores de ambientes, terras e homens...

Com Denominações de Origem ou com Indicações Geográficas Protegidas, com Tradicionalidades Garantidas ou com simples reputação adquirida, os produtos referidos nesta obra são os primeiros de todo um conjunto de outros produtos tradicionais portugueses que, a passo e passo, se lhes juntarão... completando a paleta dos sabores tradicionais portugueses, reconhecidos quer pelos consumidores, que os consomem e privilegiam, quer pela lei, que mais não fez do que reconhecer a muitos o direito ao uso de um nome próprio, identificador e único.

B — AS RAZÕES DO INVENTÁRIO

Em finais de 1993, e em resposta a um convite feito pela União Europeia, forma-se o Agrupamento Europeu de Interesse Económico (GEIE) Euroterroirs, constituído por entidades públicas e privadas de cada um dos 12 Estados membros da União Europeia. Tinha como único objectivo efectuar acções úteis à valorização dos produtos agrícolas e alimentares tradicionais europeus. Nesse âmbito, o GEIE entendeu que a sua primeira missão específica seria inventariar e dar a conhecer 5000 produtos típicos agrícolas e alimentares, com características qualitativas ligadas ao território europeu e ao saber fazer das suas populações. A elaboração do Inventário pretendia corresponder às seguintes necessidades:

- a) Dotar os agrupamentos de produtores de toda a União Europeia e as autoridades nacionais e comunitárias de uma base de dados contendo informação científica e técnica sobre os produtos tradicionais europeus, sobretudo dos enquadráveis no campo de aplicação dos Regulamentos CEE n.º 2081/92 (protecção das Denominações de Origem e das Indicações Geográficas dos produtos agrícolas e dos géneros alimentícios) e n.º 2082/92 (especificidade e tradicionalidade dos produtos agrícolas e dos géneros alimentícios)
- b) Informar os consumidores sobre os produtos típicos e tradicionais de cada Estado membro.
- c) Revelar aos Europeus a riqueza e diversidade do seu património comum e, portanto, da sua identidade cultural.
- d) Traçar o mapa europeu dos «sítios» e regiões de maior interesse em termos agro-alimentares tradicionais, com particular incidência nas zonas desfavorecidas

e) Dinamizar o espaço rural, contribuindo para a criação de empregos directos (explorações agrícolas e pequenas empresas produtivas) e indirectos (agro-turismo e outros)

O limite de 5000 produtos europeus foi administrativamente fixado, face aos fundos disponíveis e aos prazos para entrega do Inventário às autoridades comunitárias. Entendeu-se também que os vinhos e os pratos cozinhados não seriam abrangidos por este Inventário.

Através de organismos do Ministério da Agricultura (numa primeira fase, através do IMAIAA – Instituto dos Mercados Agrícolas e Indústria Agro-Alimentar e posteriormente através da DGDRural – Direcção-Geral de Desenvolvimento Rural), Portugal integrou o GEIE como membro de pleno direito.

Com o tecto imposto de 5000 produtos a inventariar e a descrever, Portugal viu ser-lhe atribuída uma cota de 350 produtos (critérios de repartição baseados em áreas e população).

Estipulados a nível europeu os objectivos, os critérios e os meios materiais, cada Estado membro devia contribuir com meios humanos e com os seus conhecimentos técnicos para elaborar os descritivos de cada produto candidato a figurar no Inventário europeu.

A escassez de referências escritas sobre os produtos tradicionais portugueses, a urgência no envio das fichas descritivas e o número máximo imposto levaram a que, de entre os milhares de potenciais candidatos, tivessem sido escolhidos os que a seguir se apresentam.

Sendo naturalmente discutíveis os critérios, foi, no entanto, e na prática, a selecção possível.

Não se considerando de modo algum este trabalho como mais do que iniciado, aproveitou-se a oportunidade para solicitar críticas, sugestões e propostas de inclusão de outros produtos, os quais poderão vir a incorporar a 2.ª edição do presente Inventário.

Os textos apresentados foram traduzidos para francês e editados naquela língua sob responsabilidade do GEIE Euroterroirs, numa edição global europeia, mas com difusão muito limitada. Foi também ensaiada a existência de uma base de dados cujo conteúdo carece, ainda, de aperfeiçoamento antes de ser disponibilizado.

C — OS COLABORADORES

Considera-se da mais elementar justiça citar os nomes dos técnicos que, de forma desinteressada e muitas vezes para além das suas atribuições profissionais, com grande espírito de missão e empenho pessoal, ajudaram decisivamente à elaboração deste Inventário.

Salvo erros e omissões, pelos quais se pedem desculpas antecipadas, integraram esta equipa os seguintes elementos:

1. Na ligação com o GEIE Euroterroirs e na definição de critérios gerais

Maria Herminia Lopes (Dr.^a) — IMAIAA

2. Na coordenação e elaboração global dos textos

Elvira Ramos (Eng.^a) — IMAIAA

Lya Freire (Dr.^a) — IMAIAA

3. No apoio à coordenação da edição

Teresa Mira Mendes (Eng.^a) — DGDRural

4. Na recolha de elementos técnicos e/ou elaboração de textos

Adelaide Henriques (Dr.^a) — DRAALG

Ana Paula Caires (Eng.^a) — RAMadeira

Ana Paula Carneiro (Dr.^a) — IMAIAA

António Cêa (Dr.) — DRAEDM

António Cruz (Dr.) — DRABL

Augusto Lage (Eng.^a) — DRATM

Cândida Vacas de Carvalho (Eng.^a) — DRAAL

Celeste Correia (Eng.^a) — IMAIAA

Diogo Souza Monteiro (Eng.^a) — IMAIAA/DGDRural

Elvira Ramos (Eng.^a) — IMAIAA/DGDRural

Fernando Delgado (Eng.^a) — DRABI

Fernando Gonçalves (Eng.^a) — DRATM

Fernando Tendinha (Dr.) — DRABI

José Lacerda de Almeida (Eng.^a) — DRARO

Jose Veiga Pinto (Dr.) — DGPA

Lya Freire (Dr.^a) — IMAIAA

Maria Antónia Cruz (Eng.^a) — DRATM

Maria de Fatima Jordão (Eng.^a) — DGDRural

Maria Lusa Correia (Eng.^a) — DRAAL

Manuel Paulino (Eng.^a) — DRAALG

Paula Ferreira (Dr.^a) — RAAçores

Paula Salgueiro (Eng.^a) — IMAIAA/DGDRural

5. Na recolha de produtos, rotulos e marcas de certificação

Graça Rodrigues – DGDRural

Isabel Quadros (Dr.ª) – DGDRural

Judite Drumond – DGDRural

Maria de Fátima Jordão (Eng.ª) – DGDRural

Maria Eulália Taborda – DGDRural

Miriam Oliveira – DGDRural

Otila Rodrigues (Dr.ª) – DGDRural

6. No secretariado e na dactilografia

Dulce Monteiro – IMAIAA/DGDRural

Rita Jones Peneda – IMAIAA

A Coordenadora Geral

Ana Seixo – *Chefe de Divisão
de Promoção de Produtos de Qualidade*

Índice

Por grupos de produtos

AZEITES

001. Azeite de Moura DOP	020
002. Azeite de Trás-os-Montes DOP	024
003. Azeites da Beira Interior DOP	028
004. Azeites do Norte Alentejano DOP	032
005. Azeites do Ribatejo DOP	036

AZEITONAS

006. Azeitona britada	042
007. Azeitona de conserva	044
008. Azeitona de conserva Negrinha de Freixo DOP	046
009. Azeitona de Elvas e Campo Maior	050
010. Azeitona de sal	052

BEBIDAS ALCOÓLICAS

011. Aguardente de cana	056
012. Aguardente de medronho	058
013. Fedrisco	060
014. Ginja de Alcobaça	062
015. Ginja de Obidos	064
016. Granito Monteniorense	066
017. Licor de amora	068
018. Licor de leite	070
019. Licor de poejo	072

BISCOITOS E BOLOS SECOS

020. Amendoados	076
021. Arrepiados do Convento de Almoester	078
022. Biscoitos da Guarda	080
023. Biscoitos de Escalhão	082
024. Biscoitos do Lourçal	084
025. Broas dos Santos	086
026. Cascoreis da Guarda	088
027. Cavaças das Caldas	090
028. Cavaças do Freixinho	092
029. Cavaças de Resende	094
030. Esquecidos da Guarda	096

031. Filhós de forma	098
032. Filhós enrolada	100

BOLOS GRANDES

033. Boleima	104
034. Bolo bom como tão bom	106
035. Bolo de laca	108
036. Bolo de massa de pão	110
037. Bolo de mel-da-Madeira	112
038. Bolo de tacho de Monchique	114
039. Bolo podre	116
040. Enxovalhada de torresmos	118
041. Morgado de amêndoa	120
042. Morgado de ligo	122
043. Pão-de-lo de Alfeizerão	124
044. Pão-de-lo de Margaride	126
045. Pão-de-lo de Ovar	128
046. Pão-de-lo de Rio Maior	130
047. Pão de rala	132
048. Porquinhos de doce	134
049. Queijo de figo	136
050. Tecula-meca	138
051. Toucinho-do-Céu	140
052. Toucinho-do-Céu de Murça	142
053. Toucinho rançoso	144

BOLOS PEQUENOS

054. A Bella Queijadinha de Barcelos	148
055. Areias Brancas	150
056. Azevia	152
057. Bolos lêvedos	154
058. Bolota de chocolate	156
059. Brisas do Liz	158
060. Broas	160
061. Broas Castelar	162
062. Broas de espécie	164
063. Celestes de Santa Clara	166
064. Cernelha	168
065. Clarinhas de Fão	170
066. Delícias do Convento	172
067. Doçaria Fina do Algarve	174
068. Enpanadilhas	176
069. Fofos de Belas	178
070. Folhados de Tavira	180
071. Granadas	182

072. Lérias de Amarante	184
073. Malassadas	186
074. Manjar branco	188
075. Meias-Luas de Viana	190
076. Melindres	192
077. Morcela de Arouca	194
078. Nogado alentejano	196
079. Nogado algarvio	198
080. Paimogo	200
081. Pampilho	202
082. Pasteis de Belém	204
083. Pasteis de Teijão de Torres Vedras	206
084. Pasteis de Santa Clara	208
085. Pasteis de Tentugal	210
086. Pasteis de toucinho do Convento da Esperança	212
087. Pasteis de Vouzela	214
088. Pitos de Santa Luzia	216
089. Queijadas da Madeira	218
090. Queijadas de requêção	220
091. Queijadas de Sintra	222
092. Roscas de amendoa	224
093. Sardinhas doces de Trancoso	226
094. Tiborna de Vila Viçosa	228
095. Tigelada de Abrantes	230
096. Torta de Azéite	232
097. Travesseiros da Piriqueta	234
098. Trouxas da Malveira	236

CARNE DE AVES

099. Capão de Freimunde	240
-------------------------	-----

CARNE BOVINA

100. Carnalentejana DCP	244
101. Carne Arouquesa DCP	248
102. Carne Barrosa DCP	252
103. Carne Cachena da Peneda DC	256
104. Carne da Charneca DC	260
105. Carne de Bovino Tradicional do Montado ETG RP	264
106. Carne Marinhôa DCP	268
107. Carne Maronesa DCP	272
108. Carne Mertolenga DCP	276
109. Carne Mirandesa DCP	280
110. Vitela de Lafões IGP	284



→ { sazeite[s*] }



REGIÃO
Alentejo

Azeite de Moura / DOP



PARTICULARIDADE

Azeite de acidez baixa ou muito baixa, de cor amarelo-esverdeada, com perfume e sabor frutados, amargo e picante nos primeiros meses seguintes à sua extração. Muito rico em ácidos gordos monoinsaturados.

DESCRIÇÃO

Azeite que, devido às suas excelentes características químicas e sensoriais, é qualificado como azeite virgem extra e azeite virgem nos termos da regulamentação comunitária. A variedade de azeitona *Verdeal* entra na sua composição entre 15 e 20% no máximo, a variedade *Cordovil* entre 35 a 40% no mínimo e a variedade *Galega* na percentagem restante. O aroma e sabor que lhe são próprios são devidos às variedades *Galega* e *Verdeal*. O alto teor de ácidos monoinsaturados provem principalmente da variedade *Cordovil*.

HISTÓRIA

A produção de Azeite de Moura era já conhecida pelos Romanos e citada por Plínio (século I), que se admirava da arte do povo desta região no que respeita à olivicultura. Estrabão faz referência às exportações para Roma do magnífico azeite proveniente da planície do Alentejo. O povo aprecia este azeite de uma maneira tal que num ditado popular se diz, quando se quer salientar a inteligência ou a finura de espírito de alguém, que é «tão fino como o Azeite do



Azeite Moura

Virgem Extra Especial

Acidez máx. 0,7%
0,75 Litros



Cooperativa Agrícola
Moura e Barrancos



Moura - Alentejo - Portugal

9130 - P - 80043

Moura. Moura possui, até 1974, o maior olival da Europa pertencente a uma só pessoa e tem ainda hoje um lagar accionado manualmente que é talvez o único, na península Iberica, em excelente estado de conservação.

Uso

Desde os tempos antigos toda a gastronomia desta região é preparada com este azeite. São exemplos as açordas, as migas, os gaspachos e as tibornas. E também utilizado para conservar alguns alimentos (salsicharia, sardinhas e queijos). Facto curioso, é que até há bem poucos anos era utilizado como forma parcial de pagamento de salários. Outrora, além da sua utilização vulgar, era também empregue na iluminação e no tratamento de doenças como cicatrizante, desparasitante, etc.

SABER FAZER

É um azeite obtido exclusivamente das variedades *Cordovil*, *Galega* e *Verdeal*. No seu fabrico só são utilizadas as azeitonas colhidas nas arvores sãs e em plena maturação. O transporte até ao lagar deve ser efectuado o mais rapidamente possível após a colheita e de modo a não comprimir a azeitona para não provocar danos mecânicos ou aceleração da fermentação. O transporte efectua-se, por isso, em recipientes de tamanho médio que permitem uma boa circulação de ar. Aquando da armazenagem, as azeitonas são separadas segundo a sua proveniência, variedade e qualidade. Em seguida são limpas e lavadas a fim de eliminar folhas, ramos, terra e pedras. O período entre a colheita e a moenda não deve ultrapassar 48 h e entre a lavagem e a moenda 24 h. A moenda é efectuada de maneira a reduzir o mais possível a superfície em contacto com o ar e o tempo de moenda, a fim de evitar não só a perda do aroma como as oxidações. A pasta é moída e batida, para libertar mais facilmente as gotículas de azeite, a uma temperatura máxima de 30°C durante 25 a 30 min nos sistemas clássicos de prensas e 50 min nos sistemas de centrifugação. A pressão máxima utilizada é de 50 atmosferas. A temperatura da fase líquida à saída deverá ser de 30°C. A separação das fases líquidas (azeite e águas ruças) efectua-se por decantação ou centrifugação. O azeite é depois armazenado em recipientes entre 15 a 16°C para decantação dos sólidos (borra) que resultam do processo de extracção. Efectuam-se periodicamente transferências para evitar a contaminação do azeite pelos aromas e sabores estranhos provenientes da borra. O azeite é embalado em recipientes apropriados, entre 18 e 20°C, de modo a que a sua densidade seja de cerca de 0,916. Todo o material e equipamento em contacto com a pasta de azeitona e o azeite está revestido de material inerte. O azeite pode apresentar-se comercialmente em embalagens de material impermeável, inerte e inócuo, próprio para o produto em causa, e de tara perdidã.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 100 000 hl. Os lagares são 15. A área geográfica é a definida pelo Despacho n.º 8/94, de 04/01 (freguesias de Amareleja, Póvoa de S. Miguel, S. João Baptista, Santo Agostinho, Santo Amador, Salara, Santo Aleixo da Restauração e Sobral da Adiça, do concelho de Moura; as freguesias de Plas, Vale de Vargo, Vila Verde de Ficalho, Brinches, Santa Maria, Salvador e Vila Nova de S. Bento, do concelho de Serpa e a freguesia da Granja, do concelho de Mourão). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à ATOM — Associação Técnica dos Olivicultores de Moura pelo Aviso publicado no *D.R.* n.º 21, de 26/01/94. A Denominação de Origem foi reconhecida pelo Despacho mencionado. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06.

CONTACTO

Cooperativa Agrícola
de Moura e Barrancos, CRL
Rua das Forças Armadas, n.º 9
Aparição 7
7100, Moura

BIBLIOGRAFIA

Costa, Helder. *Azeites Elementares*.
Estudo de Caracterização de Oleomas.
Colaboração: Instituto do Azeite
e Produtos Oleaginosos.

Gama Barros, H. *História da*
Administração Pública em Serpa.
III n.º XV, começada a publicar em
1895, vol. 1. Agricultura, Indústria
e Comércio. 1922.

Modesto, Maria de Lourdes. *Cozinha*
Tradicional Portuguesa. ed. Verbo, 1972.

Quintela, José. *Tratado de Bem Comer*.
— E. Monteiro, ed. Assírio e Alvim, 1947.



Região
Norte

Azeite de Trás-os-Montes / DOP



PARTICULARIDADE

Azeite de baixa e muito baixa acidez, de cor amarelo-esverdeada, com cheiro e sabor a fruto fresco, por vezes amendoado e com uma sensação notável de doce, verde, amargo e picante.

DESCRIÇÃO

O azeite tem excelentes características que permitem a sua qualificação como azeite virgem e virgem extra nos termos da regulamentação comunitária. As variedades de azeitona empregadas no seu fabrico são a *Verdegal Transmontana*, *Madural*, *Cobrançosa* e *Cerdovil*.

HISTÓRIA

O consumo de azeite em Tras-os-Montes remonta a Antiguidade. A plantação de oliveiras em Mirandela deve datar da primeira metade do século XVI, pois em 1609 relatava-se que os oliveiros eram modernos. A produção de azeite no concelho de Mirandela era, em 1886, de cerca de 457 pipas de 625 litros. A produção em 1894 foi de 776 quilolitros e em 1896 existiam na vila de Mirandela 12 lagares de azeite. Em 1903 um azeite desta região ganhou a medalha de prata na Exposição Agrícola. Em 1908 referem-se quais as variedades predominantes nos oliveiros e em 1942, num estudo que tinha por base a boa tradição oleícola, foi individualizada a região do Nordeste Transmontano.

Uso

O azeite é utilizado quer em cru como tempero de saladas, bacalhau e outros peixes, quer como ingrediente base em receitas de culinária transmontana (bolas e folares, bolos, filhos e carnes, nomeadamente no cabrito assado), sendo ainda usual o seu emprego na doçaria tradicional. É um ingrediente indispensável da alheira de Mirandela.

SABER FAZER

A região de produção possui relevo atravessado por cursos de água de que resultam aspectos edafoclimáticos que influenciam as características do azeite. O solo do olival é mantido livre de infestantes e as árvores são podadas de dois em dois anos ou sempre que as copas estejam excessivamente compactas, de modo a não comprometer a capacidade produtiva do olival. São feitas correcções do solo e adubações quando as análises o determinam. São efectuados tratamentos fitossanitários quando necessário, sendo sempre respeitados os intervalos de segurança. A colheita dos frutos é iniciada quando o seu estado de maturação se encontra entre 4 (epiderme negra e polpa verde) e 5 (epiderme negra e polpa violeta) e é feita manual ou mecanicamente. São separados os frutos colhidos dos que sofreram queda espontânea. Após a colheita, as azeitonas são enviadas imediatamente para o lagar, acondicionadas em caixas de plástico ou transportadas a granel, desde que devidamente protegidas. Após a recepção da azeitona, esta é desfolhada e lavada antes de ser entulhada e/ou laborada. A azeitona não fica mais de dois dias em tuihas para evitar aumentos de acidez e de defeitos sensoriais do azeite. A moenda é efectuada de modo que as massas não fiquem muito finas nem muito grossas para não dificultar a separação do azeite. A dimensão da malha do crivo é aumentada ao longo da campanha para evitar a formação de emulsões devidas ao amadurecimento da azeitona. A massa moída sofre uma termobatedura a uma temperatura inferior a 30-32°C, durante um período de tempo de 55 min para os sistemas contínuos e de 30 min para os sistemas clássicos. A massa está bem batida se as últimas pás da batedora apresentarem azeite a sobrenadar. A água que se introduz na batedora não deve ter temperatura superior a 40°C e os peneiros (tamises) são limpos diariamente para evitar a passagem de sólidos para as centrífugas (verticais). A centrífuga para separar as águas ruças do azeite é lavada periodicamente (de hora a hora) para evitar perdas de azeite. Na centrífuga do azeite a água de adição não deve ter uma temperatura superior a 35°C para evitar que o azeite saia com cor demasiado escura. Todas as instalações são mantidas em perfeitas condições de higiene.



PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 8 milhões de litros. Produzido na área geográfica constante do Despacho n.º 34/94, de 03/02. O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Associação Interprofissional de Azeite de Trás-os-Montes e Alto Douro, pelo Aviso publicado no D.R. n.º 28, de 03/05/94. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima referido. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06.

CONTACTO

Associação de Olivicultores
de Trás-os-Montes e Alto Douro
Apartado 110
5170 Mirandela

BIBLIOGRAFIA

- BARRIS, João de. *Geografia*, século XVI
Costa Neto e Canhoto Vidal
«Contribuição para o Estudo do Azeite
Português» (Congregação Lusitana Expansível
(Porto:1942) ed. 1945.
Faria, Manuel Severim. «Relatório
de Jornada» em 1909.
Governador Civil de Mirandela
«Relatório de 1886»
«Notas de Portugal» 1908.
Henriques Di. Francisco da Furtosa.
Medicina Lusitana.



REGAIO
Centro

Azeites da Beira Interior / DOP



VARIANTES

Azeite da Beira Alta — DOP Azeite da Beira Baixa — DOP

PARTICULARIDADE

Azeites de baixa a muito baixa acidez, com cor amarela levemente esverdeada a amarelo-clara, com aroma *sui generis* e sabor a fruto

DESCRIÇÃO

Têm características que permitem a sua classificação como azeite virgem extra e azeite virgem nos termos da regulamentação comunitária e obedecem às condições higio-sanitárias e ambientais de laboração dos lagares e às exigências de acondicionamento, embalagem e rotulagem de azeite.

HISTÓRIA

Segundo Vitorino Magalhães Godinho citado em *História de Portugal* e a propósito do Portugal Económico, - no século XVIII o azeite predominava na Beira Interior - O mesmo livro refere que -A guerra da Independência destruiu grande número de olivais - com o regresso da paz (1668) voltaram a plantar-se oliveiras - na Beira Baixa. O azeite vendia-se com bons lucros para o Norte Europeu e no século XVII alcançava de um sexto a um sétimo de todas as exportações que saíam das barras de Lisboa e do Porto., mais importantes foram as

mudanças na paisagem rural e na riqueza dos povoados causadas pelo surto de novos olivados no Ribatejo, na Beira e em parte do Alentejo

Uso

Culinária tradicional: receitas de carnes (maranhos), peixes do rio, papas, caça, aves, bolos (cavacas, biscoitos de azeite, bolos de Pascoa, filhos), etc.

SABER FAZER

A colheita é programada de forma que os produtores servidos por um mesmo lagar não necessitem de recorrer a um armazenamento prolongado da azeitona. O planeamento da colheita tem em atenção o grau de maturação e o estado sanitário dos frutos. Os frutos caídos, quando recolhidos, não são misturados com os restantes. A azeitona é limpa no terreno e ensacada ou colocada em caixas de transporte para seguir para o lagar. Devem, de preferência, empregar-se embalagens rígidas, perfuradas e sobreponíveis, que impedem o esmagamento e permitem uma boa circulação de ar, evitando-se assim fermentações indesejáveis. Após a chegada ao lagar a azeitona é dividida em lotes de acordo com a qualidade e laborada, não ultrapassando o período de armazenamento 3 a 4 dias para evitar fermentações, hidrólise da gordura, aparecimento de bolores, etc. A azeitona é limpa e lavada para remover corpos estranhos (ramos, folhas, pedras e terra). Em seguida, é moída tendo em atenção que o grau de moenda depende da cultivar e do estado em que se apresenta no lagar, que o arejamento e contacto com resíduos metálicos devem ser evitados pois podem originar oxidações e que deve observar-se um rigoroso controlo da temperatura e da formação de emulsões. Após a moenda procede-se à batadura da massa, tendo em atenção que a temperatura deve situar-se entre 25 e 30°C. A separação (decantação/centrifugação) depende do sistema utilizado, clássico ou contínuo, devendo ter-se em especial atenção a temperatura da centrifuga. O azeite é armazenado em recipientes de aço inoxidável ou de resina vitrificada, a uma temperatura entre 14 e 18°C. Uma vez que os resíduos acumulados no fundo dos depósitos são a principal fonte de alterações sofridas pelo azeite durante o armazenamento, o azeite deve ser submetido periodicamente a operações de mudança de recipiente, retirando-se do fundo as impurezas (borras) que entretanto se depositaram. Segue-se a operação de filtração, pouco antes da embalagem e cuja finalidade é eliminar impurezas, nomeadamente colóides hidratados dispersos no azeite. A embalagem é feita em recipientes inertes do ponto de vista químico.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 7000 toneladas. Produzido na área geográfica constante do Despacho n.º 59/94, de 03/02 (Azeite da Beira Baixa – concelhos



de Sabugal, Covilhã, Belmonte, Fundão, Penamacor, Idanha-a-Nova, Castelo Branco, Vila Velha de Ródão, Proença-a-Nova, Oleiros, Sertão, Vila de Rei e Mação; Azeite da Beira Alta — concelhos de Meda, Figueira de Castelo Rodrigo, Pinhel, Guarda, Fornos de Algodres, Trancoso, Celorico da Beira, Seia, Gouveia, Manteigas e Almeida). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Beira Tradição — Certificação de Produtos da Beira, Lda., por Despacho de 26/01/00 do Director-Geral de Desenvolvimento Rural. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho n.º 59/94, de 03/02/94. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06.

CONTACTO

Associação de Produtores
de Azeite da Beira Interior
Bairro Fomento de Habitação
Bloco A - 1.º e 2.º Frente
6230 Fundão

BIBLIOGRAFIA

- Dias, Susana. *Delimitação de Zonas Oleícolas Portuguesas por Análise de Componentes Principais*, ed. Instituto do Azeite e Produtos Oleaginosos.
- Marques, A. H. de Oliveira. *Historia de Portugal*, vol. 1, ed. 1974.
- Palas Vasconcelos, Paula. *Estudo da Variedade Regional da Castor das Azeitas Verdes Portuguesas*, ed. Instituto do Azeite e Produtos Oleaginosos.



REGIÃO
Alentejo

Azeites do Norte Alentejano / DOP



PARTICULARIDADE

Azeites de baixa a muito baixa acidez, ligeiramente espessos, frutados, com cor amarelo-ouro por vezes ligeiramente esverdeada, perfume e gosto suave, bem característico e agradável ao paladar

DESCRIÇÃO

Possuem as características que permitem qualifica-los como azeite virgem extra e azeite virgem nos termos da regulamentação comunitária. São obtidos por processos mecânicos, a partir de azeitonas com elevada percentagem das variedades *Galega vulgar*, *Blanqueta* e *Cobrançosa*, com predominância da *Galega*.

HISTÓRIA

A propagação da oliveira por toda a bacia mediterrânica remonta à Antiguidade. Diz-se que os Visigodos a herdaram dos Romanos e estes possivelmente já a haviam encontrado na península Ibérica. Os Arabes mantiveram a cultura e por certo a fizeram prosperar. Gama Barros esclarece que onde a reconquista cristã se realizou mais tardiamente foi precisamente onde a importância da cultura da oliveira era maior. O primeiro Regimento do Ofício de Lagareiro é de 1392 e refere-se à cidade de Évora. Pode afirmar-se que na Idade Média o azeite ocupava o primeiro lugar na condimentação dos alimentos. O conde de Monsaraz, que cantou as gentes alentejanas, dizia: "... na almotolia brilha o fio

de azeite que porá mil olhos de gordura na água fervente a ensopar as grosseiras fatias de pão -. Por outro lado, existe um adágio que retere que «A melhor cozinheira é a azeiteira».

Uso

Em culinária, na preparação de pratos tradicionais, nomeadamente sopas (açorda, sopa de bacalhau, gaspacho, etc.), nas migas, nos pratos de bacalhau e de caça, no sarapatel e ainda em diversos bolos típicos do Alentejo

SABER FAZER

O olivicultor, no caso de cultura estreme, elimina regularmente as infestantes, de preferência por processos mecânicos, e faz podas regulares. Faz tratamentos fitossanitários sempre que recomendados, utilizando os produtos legalmente autorizados, hidrossolúveis e não lipossolúveis, respeitando o intervalo de segurança. Os frutos são colhidos no estado ideal de maturação, não podendo ser utilizada a azeitona apanhada do chão ou com doenças. É proibido o armazenamento por parte dos produtores e o transporte da azeitona para o lagar ceve ser feito, de preferência, a granel. No lagar, a azeitona não pode demorar mais de 48 h até ser laborada. Todos os aparelhos do lagar devem ser periodicamente limpos a fim de assegurar uma perfeita higiene. A azeitona é lavada, desfolhada e, em seguida, moida. A temperatura da massa da azeitona moida na bateadeira e no decantador, quando utilizado, não deve exceder 35°C. Se empregado o sistema tradicional de prensas, os capachos devem estar em condições de boa higiene. A temperatura da mistura água/azeite na(s) centrifugat(s) não deve exceder 35°C. O azeite é armazenado em recipientes que não afectem a qualidade do produto e embalado em garrafas de vidro incolor, de forma típica e original.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 150 000 litros. Produzido na área geográfica constante do Despacho n.º 61/94, de 15/02 (freguesia de Juromenha, do concelho do Alandroal e aos concelhos de Alter do Chão, Arronches, Avis, Borba, Campo Maior, Castelo de Vide, Crato, Estremoz, Elvas, Fronteira, Marvão, Montforte, Redondo, Portalegre, Sousel e Vila Viçosa). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido a AADP — Associação dos Agricultores do Distrito de Portalegre, por Despacho de 26/01/00 do Director-Geral de Desenvolvimento Rural. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho n.º 61/94, de 15/02/94. Registrada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06

OPC
associação
dos agricultores
do distrito
de portalegre
DESPACHO 000/00



N.º Série: 0000000

**AZEITES
DO
NORTE
ALENTEJANO**
DENOMINAÇÃO DE ORIGEM PROTEGIDA



CONTACTO

APAFNA – Agrupamento de
Produtores Agrícolas e Florestais
do Norte Alentejano
Parque de Leões (fe Gado de Portalegre)
Estrada Nacional 246
7100 Portalegre

BIBLIOGRAFIA

Gama Barros, H. *História da
Administração Pública nos Séculos
XII a XV*, começada a publicar em
1882, vol. 1 - Agricultura, Indústria
e Comércio - 1921

Modesto, Maria de Lourdes. *Cozinha
Tradicional Portuguesa*, ed. Verbo, 1987

Quirino, J. *Arte de Fazer Óleo
e Vinho de Azeite*, ed. Assírio
& Alentejo, 1985



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Azeites do Ribatejo / DOP



PARTICULARIDADE

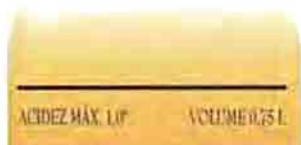
Azeites de baixa a muito baixa acidez, ligeiramente espessos, frutados e com cor amarelo-ouro, por vezes ligeiramente esverdeados.

DESCRIÇÃO

Azeites com excelentes características que os qualificam como azeite virgem extra e azeite virgem nos termos da regulamentação comunitária. São obtidos de azeitonas com elevada percentagem da variedade *Galega*, para a sub-região A e de variedades *Galega* e *Lentisca*, para a sub-região B.

HISTÓRIA

O azeite tem tido tanta importância ao longo dos tempos que os reis que governavam nos séculos **xii** e **xiii** lhe fazem referência em forais por eles concedidos. Nesta época, Santarém era considerada como um dos principais centros produtores de azeite. No século **xviii** as variedades de oliveira tradicionais da região foram alteradas passando a variedade *Galega*, mais resistente às pragas, a ser predominante. Em 1923, quando se estudou a olivicultura local, era ainda esta a variedade mais recomendada. Mais recentemente, no século **xix** a olivicultura regional tornou-se notória pela mão do escritor e historiador Alexandre Herculano, que se dedicou a esta actividade introduzindo algumas inovações na laboração do azeite. Pela sua dedicação e empenho foi cognominado



o Azeiteiro é caricaturado como tal por Bordalo Pinheiro. A olivicultura, fator tão importante ao longo da história da região, deixou vincadas algumas marcas nas tradições do povo ribatejano, como é o caso da culinária regional e do rifão popular -Andou por Seca e Meca e olivais de Santarem-

Uso

Na pastelaria tradicional e na culinária, em que é consumido quer em cru quer cozido a temperar os pratos tradicionais da cozinha ribatejana (sopas de pedra, caldeiradas, escabeches, etc.) De notar que na *Cozinha Tradicional Portuguesa*, de 33 receitas regionais citadas, 22 são confeccionadas com azeite. Na região de Tomar são tradicionais os bolos de azeite, dos quais há muitas variantes.

SABER FAZER

Na região o solo é calcário e o clima mediterrânico, o que a torna nem adaptada para o cultivo da oliveira. As variedades utilizadas no fabrico do azeite são, em elevada percentagem, a *Galega vulgar* (sub-região A) ou a *Galega vulgar* e a *Lentífera* (sub-região B). No caso de cultura extensiva, as infestantes do solo são eliminadas. São também feitas podas regulares e tratamentos fitossanitários sempre que se justifiquem (por se verificarem ataques de pragas). Nestes tratamentos só são utilizados produtos autorizados pela legislação em vigor, hidrossolúveis, nunca lipossolúveis, respeitando-se sempre o intervalo de segurança. Os frutos são colhidos no estado ideal de maturação. Não é permitido utilizar a azeitona apanhada do chão. O transporte é feito preferencialmente a granel. Os produtores não podem armazenar a azeitona pois o período de tempo que medeia entre a colheita e a laboração não pode exceder 48 h. A azeitona é lavada e desfolhada para separar folhas e pedras que eventualmente a acompanhem. Em seguida, é moída. Após moenda, a massa é batida a uma temperatura máxima de 35°C para separar melhor o azeite contido. Podem utilizar-se dois métodos diferentes, um mais tradicional com prensas e outro mais evoluído com centrífugas. No primeiro caso, a massa, depois de batida, é distribuída por «capachos» que são sobrepostos e colocados numa prensa hidráulica. E separada a fase líquida que escorre para depósitos onde fica algum tempo. Seguidamente, por decantação, separa-se o azeite da água ruça. No segundo caso, a massa sai da batadeira e entra num decantador (centrífuga horizontal) que separa as fases sólida e líquida. A fase líquida é conduzida para a centrífuga vertical que separa o azeite da água ruça. Esta sofre ainda outra centrifugação para recuperar algum azeite. Em nenhuma fase do processo o azeite é sujeito a temperaturas que excedam 35°C para manter as suas características organolépticas. O azeite é embalado em garrafas de vidro incolor, de forma típica e original.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 3400 toneladas. Produzido na área geográfica constante do Despacho n.º 28/94, de 04/02 (concelhos de Abrantes, Alcanena, Alcobaça, Alvaizere, Azambuja, Cartaxo, Constância, Entroncamento, Ferreira do Zézere, Gavião, Golega, Mação, Ourem, Pombal, Porto de Mos, Santarém, Sardoal, Tomar, Vila de Rei, Vila Nova da Barquinha e Torres Novas). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido a APRODER — Associação para a Promoção do Desenvolvimento Rural do Ribatejo, pelo Aviso publicado no D.R. n.º 29, de 04/02/94. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima referido. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06.

CONTACTO

Associação dos Agricultores
do Ribatejo
Rua de Santa Margarida, n.º 1-A
2000-114 Santarém

BIBLIOGRAFIA

Congresso Ribatejano — Azeitua das
«unidades de oliveira que se cultivam
em Portugal e das que de preferência
se devem adoptar na região
Ribatejana para o cultivo de azeitua»
Maio de 1921

Langhans, J. P. *Apresentação sobre
o Azeitua do Azeite em Portugal*
ed. Junta Nacional do Azeite, 1929

Modesto, Maria de Lourdes. *O Azeitua
Tradicional Português ed. Vertice 1982*
O Azeitua na Cultura Expansiva
ed. Instituto do Azeite e Produtos
Oleaginosos

Prigo, M. *O Azeitua e o Azeite* ed. 1991



a {azeitona} &





Região:
Algarve

Azeitona Britada

PARTICULARIDADE

Azeitona ligeiramente esmagada, em conserva

DESCRIÇÃO

Azeitonas *Maçanilha* do Algarve (em especial do Nordeste Serrano), carnudas, esmagadas, de cor verde, temperadas com alho, oregãos, tomilho, néveda e casca de limão.

HISTÓRIA

É uma forma tradicional de conservar a azeitona, verdadeiramente típica desta região. Bastará verificar a natureza dos condimentos utilizados para confirmar esta asserção. O saber fazer deste produto é tão antigo quanto a existência de oliveiras na região.

Uso

Como acompanhamento de refeições, como petisco ou aperitivo.

SABER FAZER

As azeitonas, colhidas no início da maturação em finais de Setembro, são partidas, batendo-as entre duas pedras. Em seguida são postas de molho em água durante um tempo que medeia entre 8 e 15 dias, mudando-se diariamente a água. Quando estiverem «doces» colocam-se num pote de barro e cobrem-se com uma salmoura. O ponto exacto da concentração de sal verifica-se deitando dentro um ovo. Se este subir a tona da água, não precisam de mais sal. Curiosamente, este processo de avaliar a concentração de uma salmoura já vem descrito num livro do século XVI. As azeitonas são, então, temperadas com dentes de alho, inteiros e apenas esmagados, ervas aromáticas e casca de limão. Podem ser consumidas alguns dias depois de estarem neste preparado. A sua época de consumo vai de Setembro a Dezembro/Janeiro.

PRODUÇÃO

Preparam-se e vendem-se, em todo o Algarve, mas muito especialmente na zona do Barrocal e da Serra.

CONTACTO

Helder Madeira
Rua do Marco, n.º 2-1.º
8100-1 Javim

BIBLIOGRAFIA

*Arte de Cozinha da Infanta
D. Maria*, Códice Português 1 f. 134A
Biblioteca Nacional de Nápoles. Copia-
da Imprensa Nacional – Casa da Moeda



REGIÃO
Alentejo

Azeitona de Conserva

VARIANTES

Azeitonas pisadas ou azeitonas britadas. Azeitonas retalhadas ou azeitonas arretalhadas. Azeitonas inteiras ou azeitonas com sal.

PARTICULARIDADE

Azeitonas de cor verde (pisadas) ou preta (retalhadas e inteiras), que se apresentam rachadas por esmagamento, com golpes longitudinais a toda a volta ou inteiras e, por vezes, engelhadas.

DESCRIÇÃO

Para as azeitonas pisadas e retalhadas usa-se de preferência a variedade *Maçanilha*, mas para as retalhadas e inteiras pode empregar-se outra variedade como a *Judiasa*, desde que tenha frutos negros e grandes. As azeitonas são adoçadas (é-lhes retirado o amargor) e, em seguida, são temperadas.

HISTÓRIA

O povo alentejano é um povo petisqueiro. Longe dos centros de divertimento, tem necessidade de ocupar os seus tempos de lazer, não tendo obviamente muito por onde escolher. O café, a taberna e a «Sociedade» eram os principais locais de convívio e de entretenimento, acompanhando com copos de vinho os petiscos da região. A azeitona tem sido sempre um dos principais condutos das populações rurais.

Uso

Comida com pão, constituía, por vezes, a refeição das populações que se deslocavam para o trabalho em campos distantes. Tem ainda grande consumo como complemento e acompanhamento das refeições.

SABER FAZER

As azeitonas devem ser apanhadas à mão e nunca colhidas por varejo. Devem preferir-se as da variedade *Maçanilha*, bem cheias e com grau de maturação diferente, conforme a variante a que se destinam. Colocam-se de molho em água durante cerca de 15 dias (as azeitonas inteiras demoram mais tempo a adoçar que as pisadas ou retalhadas), mudando-se a água todos os dias. A qualidade da água tem muita influência, pois uma água tratada com produtos químicos pode transmitir o seu gosto às azeitonas. Findo o período de amaciamento, escorrem-se e temperam-se. O tempero é sal grosso, orégãos, louro e alho para as pisadas, juntando-se ainda rodela de laranja para as retalhadas e inteiras. Para estas últimas, por vezes usa-se só sal como tempero.

PRODUÇÃO

A dispersão da produção não permite uma quantificação. Estima-se, no entanto, que a quantidade produzida em todo o Alentejo não será inferior a 500 toneladas.

CONTACTO

Cachola E Mucho
Zona Industrial
7120 Campo Maior

BIBLIOGRAFIA

Lúcio, Manuel. *Cocinha Regional do Alentejo*. ed. Presença, 1987.
Tradição oral.



Região
Norte

Azeitona de Conserva Negrinha de Freixo / DOP



PARTICULARIDADE

Azeitona verde ou negra, de pequena dimensão. É consumida após tratamento ou em salmoura.

DESCRIÇÃO

Fruto da oliveira (*Olea europaea sativa* Hell & Link), da variedade *Negrinha*. Tem cor verde-amarelada a negro-violácea conforme o estado de maturação, forma arredondada, lisa, terminando em ligeiro bico, e consistência firme. O caroço é pequeno e solta-se facilmente da polpa, que constitui cerca de 83% do fruto. Este tem peso de 3 a 5 g e volume de 3 a 5 cm³, em média.

HISTÓRIA

Numa monografia de Joaquim Taborda há uma alusão à azeitona de Freixo em que se refere que "... a azeitona tem a polpa mais desenvolvida, e mais carnuda, e com o caroço mais pequeno do que a de outras regiões do País, e tanto assim que as fábricas a preferem para conserva, comprando toda a que lhe vendam". Também Menezes Cordeiro se refere à alta qualidade da azeitona desta região, salientando a elevada cotação que atinge nos mercados interno e externo. Em 1962, João Carlos de Castro Serra refere que, em 1954, havia no concelho 251 694 oliveiras e "... a primeira destina-se, principalmente, à produção de azeitona para conserva. A variedade mais cultivada, a "Negrinha"... A industrialização

da conserva começou pelos fins do século XIX, por iniciativa da fábrica Brandão Gomes e companhia. Naturalmente o valor da azeitona para conserva era muito maior que o da azeitona para azeite... O Brasil era o principal mercado consumidor da conserva de azeitona enlatada... A partir de 1936 aparecem três fábricas situadas em Freixo de Espada a Cinta, Lagoaça e Poiares...

Uso

Utilizada para a preparação de azeitona verde ou negra, tratadas, ou madura em salmoura. É consumida como acompanhamento de vários pratos tradicionais e, também, como aperitivo ou acompanhando certas bebidas tradicionais.

SABER FAZER

É uma azeitona que, devido às boas condições climáticas, é produzida sem recurso ao uso de pesticidas. Tem fraca aptidão para a produção de azeite e boas características para conserva. Para este fim, a colheita dos frutos é feita manualmente, sendo depois calibrada e adoçada. A seguir, procede-se ao acondicionamento (inteira, descarocada ou recheada com produtos locais). Apresenta-se sob três formas, consoante o tratamento:

1 — **Azeitona verde:** preparada em salmoura, sendo os frutos colhidos de cor verde a verde-amarelada e tratados com solução diluída de hidróxido de sódio de 1,5 a 2,5%. De seguida, são lavados com água para eliminar a soda e colocados em salmoura a aproximadamente 10%, onde se produz a fermentação láctica.

2 — **Azeitona negra tratada:** obtida a partir de frutos não totalmente maduros, colhidos na mudança da cor verde para negro-violáceo, enegrecidos por oxidação, sendo o amargo eliminado por um ou vários tratamentos com solução de hidróxido de sódio e lavados. São embalados servindo a salmoura como líquido de cobertura e conservados pelo calor ou pela adição de acidificantes.

3 — **Azeitona madura em salmoura:** produzida a partir de frutos colhidos em plena maturação ou um pouco antes, apresentando uma cor negro-violácea uniforme. As azeitonas são colocadas em salmoura a 8-10%, onde sofrem uma fermentação durante 6 a 9 meses até perderem o sabor amargo, mas mantendo o sabor de fruto.

PRODUÇÃO

A área geográfica de produção é a constante do Despacho n.º 47/94, de 20/01 (concelhos de Vila Nova de Foz Côa, Freixo de Espada a Cinta, Torre de



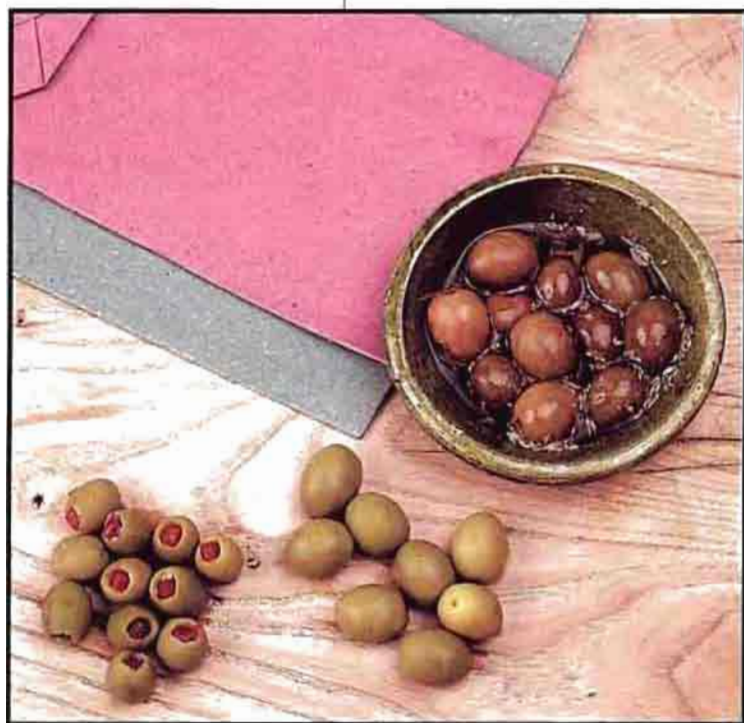
Moncorvo, Alfândega da Fé, Vila Flor, Mirandela e Macedo de Cavaleiros). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Tradição e Qualidade — Associação Interprofissional para os Produtos Agro-Alimentares de Trás-os-Montes, pelo Aviso publicado no D.R. n.º 28, de 03/02/94. A produção é de cerca de 4000 toneladas por ano. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima mencionado, Reconhecida e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06

CONTACTO

Cooperativa Agrícola de Oleoculturas
de Moncorvo - CRI
Apartado 88
5100 Moncorvo

BIBLIOGRAFIA

- Cordeiro, Menezes, *Portugal*
Trás-os-Montes, 1959
- Serra, J. Carlos de Castro, *Elementos*
para a Estatística da Produção
e Determinação do Custo da
Azeitona de Conserva em Vinho
de Espada o Costa, 1982
- Taborda, Joaquim A. R., *Dever*
de Espada o Costa (Monografia),
ed. SNI, 1998



Região
Alentejo

Azeitona de Elvas e Campo Maior¹

VARIANTES

Azeitona inteira. Azeitona recheada com pimento vermelho (morrone).
Azeitona recheada com alcaparra. Azeitona recheada com amendoa.

PARTICULARIDADE

Azeitona grada de conserva, de cor verde, inteira com caroço ou com o caroço substituído por recheio.

DESCRIÇÃO

Azeitona das variedades *Maçanilha* e *Cordovil*, adoçada e temperada com sal. Podem também levar segurelha. Apresentam-se, por vezes, com recheio.

HISTÓRIA

A azeitona de conserva de Elvas e Campo Maior é das mais conceituadas que existe em todo o País, sabendo-se que a origem do seu fabrico remonta

a tempos ancestrais. Há cerca de 80 anos fabricava-se em grande escala, embora actualmente a sua produção tenha sido reduzida. Nas últimas décadas começaram a aparecer conservas com um certo grau de sofisticação resultante de lhes ter sido introduzido recheio (pimento Morrone ou amêndoa pelada).

Uso

Como acompanhamento de refeições e como petisco. É também utilizada na decoração de pratos e na confecção de tapas e canapés.

SABER FAZER

As azeitonas são apanhadas à mão. São rejeitadas as que são varejadas. São utilizadas as variedades *Cordovil* e *Maçanilha*. Nos primórdios da sua produção a azeitona era fermentada, adicionando-se-lhe depois o sal. Actualmente, usam-se banhos de soda cáustica para lhes retirar o amargor (acidez). Em seguida fazem-se quatro lavagens com água e, após 24 h, adiciona-se o sal. No caso das azeitonas recheadas, são previamente descaroçadas, sendo introduzido manualmente um pedaço de pimento Morrone e uma alcaparra ou uma amêndoa. São comercializadas em bñides de vidro.

PRODUÇÃO

A produção anual é, aproximadamente, de 7 toneladas. A produção destas azeitonas faz-se exclusivamente nos concelhos de Elvas e Campo Maior.

CONTACTO

AGRODELTA - Industrias
Alimentares, Lda
Rua Verejimo
Zona Industrial
7120 Campo Maior

BIBLIOGRAFIA

Mata, Carlos Bento da - *Entidade da
Cezinha e de Uva*, ed. Imprensa
Lusa, Lisboa, 1991.
*Descarga da Cezinha Tradicional
Portuguesa*, ed. Selecções do Reader's
Digest, 1984.
Tradição oral

1. A protecção de Azeitona de Elvas e
Campo Maior como DOP foi solicitada
pelo Agrupamento de Produtores



Região
Algarve

Azeitona de Sal

PARTICULARIDADE

Azeitona enegrecida e enrugada pela cura e conservação pelo sal.

DESCRIÇÃO

A azeitona verde, carnuda, é tratada pelo sal durante vários meses, ficando com um aspecto enrugado (desidratada) e escuro. Apresenta-se em potes de barro, cortiços de abelhas ou canastras de vime.

HISTÓRIA

É uma maneira ancestral de preparar a azeitona que, ao longo dos séculos, se tem mantido. Não é, contudo, possível datar correctamente a sua antiguidade.

Uso

Acompanha as refeições principais e é servida como petisco.

SABER FAZER

A azeitona é colhida bem madura nos meses de Outubro/Novembro. É colocada em potes de barro, cortiços de abelha ou canastras de vime, em camadas alternadas de azeitona e sal. Permanecem assim um ou dois meses, altura em que podem começar a ser consumidas. São então escaldadas, ou simplesmente demolidas em água, para dessalar a gosto. Na hora de serem consumidas são temperadas com um fio de azeite, um pouco de vinagre, salsa, alho esmagado ou picado muito fino e colorau.

PRODUÇÃO

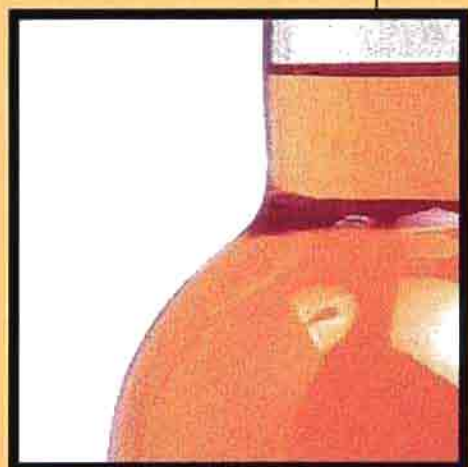
Principalmente nas zonas do Barrocal e da Serra, todas as famílias com olival preparam estas azeitonas para consumo próprio e para venda.

CONTACTO

Hedley Madeira
Rua de Marão, 21 - 1.º
8200-185 Lajes

BIBLIOGRAFIA

Tradução oral



bebidas alcohólicas
bebidas alcohólicas





Região
Madeira

Aguardente de Cana

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Rum da Madeira

PARTICULARIDADE

Bebida obtida a partir da fermentação alcoólica do sumo ou guarapa resultante da prensagem da cana sacarina

DESCRIÇÃO

Bebida alcoólica de cor clara, ou escura se se tratar de aguardente envelhecida. Possui um teor alcoólico que oscila entre 71° e 72°. É comercializada engarrafada ou a granel, principalmente para as indústrias produtoras e engarrafadoras de licores.

HISTÓRIA

No inquérito sobre a situação económica da Ilha da Madeira realizado em 1888, mencionado por J. A. Ribeiro na sua publicação *A Cana-de-Açúcar na Madeira (Séculos XVIII-XX)* é referido que grande quantidade de cana-de-açúcar produzida na Madeira se destinava ao fabrico de aguardente. Em 1890 é publicada uma lei que proíbe, no continente e ilhas adjacentes, o estabelecimento de fabricas de álcool e aguardente, bem como a ampliação ou modificação das existentes. O consumo de aguardente pela população local chegou a atingir grandes proporções e em 1911 é publicado um decreto, a 11 de Março, que expropria as fabricas de aguardente uma vez que a produção desta bebida rondava os 1200 mil litros.

Uso

É uma bebida de particular predilecção da população rural e operária, que a toma aos pequenos cálices, de manhã, em jejum, como «mata bicho». Esta aguardente, depois de envelhecida, rivaliza com o melhor cognac ou whisky. Constitui a base da típica Poncha da Madeira (aguardente, sumo e casca de limão, adocicado com açúcar, mel-de-cana ou mel), e é utilizada na preparação de várias bebidas e na beneficiação de licores.

SABER FAZER

É obtida da fermentação alcoólica e destilação da guarapa ou sumo de cana sacarina, até se atingir um teor alcoólico que oscila entre 71° e 72°. Depois de corrigida, é comercializada. No entanto, pode ser envelhecida em tonéis de vinho velho, obtendo-se uma aguardente macia e aromática de grande qualidade.

PRODUÇÃO

A produção anual de aguardente não corrigida é estimada em 150 000 litros. Presentemente estão em laboração três unidades industriais.

CONTACTOS

Companhia dos Engenhos do Norte
Casas Proximas
Porto da Cruz
9200 Machico

Sociedade dos Engenhos da Calheta
Corujira
Arco da Calheta
9370 Calheta

BIBLIOGRAFIA

Enxadas e Louças da Cozinha Madeirense, ed. Governo Regional da Madeira, Secretaria Regional de Turismo e Cultura, p. 16, Dez. 87/Jun. 88.

Padro, Silva Fernando, A., e Meneses, C. A., *Fluvidiano Madeirense*, vol. 1, 1949.

Pereira, Eduardo C. N., *Ilhas de Sertão*, vol. 1, 4. ed., pp. 517-540, 1989.

Ribeiro, J. A., *A Cana-de-Açúcar na Madeira (Séculos XVIII-XX)*, pp. 5-10 e 11-14, 35.



Região
Algarve

Aguardente de Medronho

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Aguardente Medronheira do Algarve

PARTICULARIDADE

É uma bebida espirituosa, obtida a partir do medronho.

DESCRIÇÃO

A Aguardente de Medronho é o líquido alcoólico resultante da destilação de frutos maduros do medronheiro (*Arbutus unedo*), depois de fermentados. É uma bebida incolor e que tem sabor e aroma característicos do fruto donde provém. Tem um teor alcoólico de 46%.

HISTÓRIA

É uma bebida característica de algumas regiões montanhosas, sobretudo no Sul do País, principalmente nas serras do Caldeirão e de Monchique.

A tecnologia de fabrico vem de tempos recuados e julga-se que terá sido introduzida na região por volta dos séculos IX ou X pelos Árabes que então dominavam parte da península Ibérica. O tipo de alambique artesanal ainda hoje usado, por exemplo na Serra de Monchique, mantém as características do alambique de cobre difundido pelos Árabes. Foi considerada nos primeiros tempos como um remédio contra a peste e outras doenças infecciosas. Em relação a esta aguardente, uma quadra popular diz que:

-Por dentro é para espalhecer / Por fora e para curar / De Inverno é para aquecer
- De Verão para refrescar.-

Uso

Usa-se de várias formas, sobretudo como digestivo após as refeições, desempenhando uma função social e cultural importantes, ligadas a uma tradição secular, principalmente em ocasiões de festa nas zonas rurais e em casa dos produtores quando recebem visitas.

SABER FAZER

O medronheiro é uma planta espontânea desta região. O seu fruto tem a forma de uma esfera espinhosa doce, de exterior vermelho, quando madura, e interior amarelo. Conserva-se pouco e fermenta com facilidade. A técnica de destilação usada é artesanal e considerada uma arte, por se tratar de um elemento da cultura local. Arte esta que é transmitida de geração em geração na classe dos agricultores, de modo a manter a genuína Aguardente de Medronho. Um dos segredos do fabrico de uma boa Aguardente de Medronho é a apanha do medronho, o qual se deve encontrar no estado de maturação adequado e deve ser posto a fermentar bem limpo e sem quaisquer matérias estranhas: folhas, caules, etc.

PRODUÇÃO

Na Serra do Caldeirão existem cerca de 150 produtores artesanais com uma produção anual de cerca de 90 000 litros e na Serra de Monchique cerca de 200 produtores que produzem cerca de 80 000 litros por ano. A comercialização é feita pelos circuitos normais mas quase que exclusivamente no Algarve. O Regulamento (CEE) n.º 1576/89 reserva o nome Medronheira do Algarve para as aguardentes de fruto que adquiriram as suas características e a sua qualidade definitiva no decurso da fase de produção ocorrida na região algarvia.

BIBLIOGRAFIA

- Dantas, Virgílio. *Enviestoprimo Livro: Ilustrações de Cultura* (ed. Verbo, 1961).
- Nunes, José Paulo Duarte e outros. *O Associativismo de Produtores de Aguardente de Medronho: comunicação apresentada no 1.º Colóquio Valorização da Aguardente de Medronho*. São Bras de Alportel, 1997.
- Tela, Américo. *Sobre a Produção de Aguardente de Medronho*. S.ª Crispina do Algarve (1988).



REGIÃO

Alentejo

Fedrisco

PARTICULARIDADE

Licor de cor branca e sabor específico, levemente anisado

DESCRIÇÃO

Licor preparado com aguardente de vinho, álcool, plantas aromáticas e xarope de açúcar. Cor branca, aroma e gosto muito específicos, característicos das plantas que o compõem e que são o seu segredo. Apresentado em garrafas de vidro transparente, contendo 1 litro, rotuladas com a denominação do produto

HISTÓRIA

Concebido pelo Sr. Adelino Marques Brandão, um dos últimos trabalhadores da fábrica do falecido Fausto Mourão, -pai- e fabricante do desaparecido -Pedrisco- e empresário na cidade de Évora em tempos idos -Todo o Eborense conhece (passe o reclamo) o Licor Fedrisco que, para além da

semelhança de sabor e até de nome, é um sucedâneo do desaparecido "Pedrisco", cuja marca registada e não comercializada impossibilitou a continuidade desta bebida após a morte do seu fabricante, Fausto Mourão. Curiosamente o «Pedrisco» surgiu ao que parece em idênticas circunstâncias, pois teve por origem o celebre «Granito», que começou a fabricar-se por volta de 1882, devido a iniciativa de um grande industrial eborense. Foi em 1873 que tudo começou, ao constituir-se em Évora a firma Ramos & Carvalho. Volvidos poucos anos, o já então apreciado «Granito» conquistava honrosa presença na Exposição Agrícola de Lisboa, ao ser laureado com medalha de prata, o que credibilizou no País esse óptimo estomacal que, segundo o jornalista alentejano João Rosa, já os frades da Cartuxa ofereciam, como requintado mimo, as visitas do convento. Embora a tradição oral (como citado pela Sr.^a D.^a Ana Mota Vacas) referencie estes licores ao anteriormente fabricado pelos frades Capuchos de Évora, não foi possível encontrar referências escritas. O aviso de concessão de registo da marca de bebida «Pedrisco» (n.^o 12185) encontra-se publicado no *Diário do Governo* n.^o 113, de 24 de Maio de 1910.

Uso

Como digestivo, após as refeições.

SABER FAZER

É o produto da destilação a fogo directo de uma mistura de álcool a 90°, aguardente e plantas aromáticas a que mais tarde se junta xarope comum (água e açúcar). O licor é então filtrado e engarrafado.

PRODUÇÃO

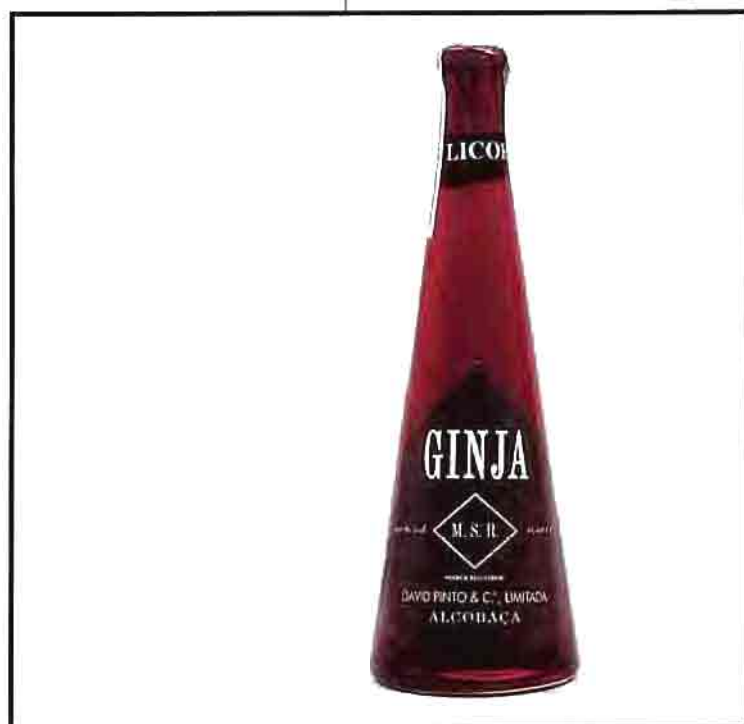
1000 a 1300 garrafas por semana.

BIBLIOGRAFIA

Espanca, Tullio, «A Cidade de Évora», in *Boletim de Cultura da Câmara Municipal de Évora*, n.^o 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85.

Pereira, Gabriel, MCCCLVIII A Arte e a Natureza em Portugal, II - vol. ed. Emlar-Bal. L.C. - (BNL 5174 Microfilm).

Rosa, João, *O Alentejo a Janela do Passado*, 1940.



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Ginja de Alcobaça

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Licor de Ginja de Alcobaça

PARTICULARIDADE

Licor com forte sabor a ginja, apresentado em garrafas de vidro, cónicas e com rótulo pirogravado.

DESCRIÇÃO

Feito com álcool etílico, ginja da variedade *Galega*, originária da região, e açúcar. Sem corantes nem conservantes. O licor, vermelho-escuro, apresenta-se no mercado em garrafas de vidro branco, de forma cónica e capacidade de 0,5 litros. O rótulo pirogravado e pintado à mão, leva gargantilha e contra-rótulo com indicação dos ingredientes. A rolha é de cortiça.

HISTÓRIA

A Ginja de Alcobaça é um licor conventual tradicional, resultante de receitas ancestrais de frades e freiras que, na região, fizeram escola nos diversos mosteiros (Alcobaça, Cos. S. Miguel, Batalha, etc.). A actual fórmula de confecção era pertença do Sr. Manuel de Sousa Ribeiro, industrial que residia em Valado de Frades, na Nazaré, sendo posteriormente adquirida por David Pinto e Joaquim Belo Marques da S., ambos residentes em Alcobaça. Actualmente é propriedade da firma David Pinto & Companhia, Lda., em Alcobaça. O registo do modelo de garrafa data de 17 de Novembro de 1930, pelo Sr. Manuel de Sousa Ribeiro, tendo sido concebida e executada pela Sociedade Carlos Campeão, Lda., de Alcobaça (extinta). O registo do primeiro rótulo data de 17 de Março de 1930, apenas com as iniciais MSR dentro de um losango. O registo do segundo e actual rótulo foi transmitido em 28 de Março de 1942 a David Pinto e Joaquim Belo Marques da S. e mais tarde (22 de Abril de 1952) transmitido à actual companhia. É curioso registar que, para o processamento de 500 kg de ginja, são necessárias 11 mulheres e 1 homem.

Uso

Como aperitivo ou digestivo, a qualquer hora do dia e da noite.

SABER FAZER

Dado que a fórmula de confecção é um segredo bem guardado, apenas se pode indicar o seguinte: os ingredientes são a ginja Galega, da região de Sobral da Lagoa, em Óbidos, álcool e açúcar. A ginja é limpa de pes e folhas, descarçada (com auxílio de máquina apropriada) e colocada em pipas de 200 litros. Junta-se em seguida o álcool, mexendo-se muito bem com um pau (vara). Fermenta durante 4 meses sendo todos os dias mexida com a vara. Ao fim dos 4 meses a fruta é espremida por meio de prensa manual. Procede-se, em seguida, à formação de lotes para a sua composição (adição de açúcar), filtragem e engarrafamento. Inicialmente o licor era feito com aguardente vinica, mas, dado o facto do produto final apresentar sempre um certo sabor a aguardente, optou-se pelo álcool etílico, o qual não retira o sabor do fruto.

PRODUÇÃO

Segue o método tradicional e produzem-se cerca de 20 000 garrafas por ano.

CONTACTO

Firma David Pinto e C.^a Lda.
Alcobaça

BIBLIOGRAFIA

Biblioteca Municipal de Alcobaça
Tradição oral: Sr.^a D.^a Olinda Ferreira
Pinto: viúva de David Pinto, de 93
anos de idade.
Sr. João Serafim: 63 anos de idade
empregado há 45 anos da firma
David Pinto.



REGIÃO

Lisboa e Vale do Tejo

Ginja de Óbidos

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Ginjinha de Óbidos.

VARIANTES

Ginja com elas (licor com as ginja) e ginja sem elas (apenas licor), por vezes aromatizado com baunilha ou com um -pau- de canela.

PARTICULARIDADE

Licor de sabor forte, intensamente perfumado com o sabor especial e agridoce das ginja.

DESCRIÇÃO

Licor de frutos, de cor vermelho-escura, normalmente com os frutos visíveis.

HISTÓRIA

Acredita-se que a sua origem remonta ao século xvii e possa ser o resultado da pesquisa de algum trade alquimista que, no culto culinario e afins, fértil nos diversos conventos que existiam na região, tenha tirado partido das grandes quantidades de fruto existentes e tenha chegado ao apuramento do licor hoje conhecido. Não levou muito tempo até que a fórmula do licor fosse difundida e desde logo os Obidenses começaram a confeccioná-lo competitivamente, a nível familiar, fazendo questão em presentear os mais ilustres hóspedes com a melhor ginja. Com o despertar de Obidos para o turismo, há cerca de 30 anos, um contador nato de histórias e de grande visão comercial, de seu nome Montez, abriu o primeiro bar da vila, que cedo se transformou no ponto de encontro de uma classe abastada, tendo a ginja sido catapultada para o circuito comercial como bebida da casa. Com o decorrer do tempo abriram-se novos bares e começou então a competição entre eles pela posse da melhor ginja. Mais ou menos alcoólica, mais ou menos doce, mais ou menos ácida, a Ginja de Obidos é um *ex libris* da vila de Obidos que empresta fama às celebres -montes de Obidos-. Cita-se, a título de curiosidade, uma receita fantástica que tornou o licor famoso: "Colocam-se dentro de um castelo rodeado de muralhas, os seguintes ingredientes: 11 igrejas; um numero significativo de casas caiadas de branco com as barras de varias cores; unta quantas chaminés mouriscas, 2 duzias de ruas empedradas; 1/2 duzia de largos e um pelourinho. Mexe-se continuamente, vai-se polvilhando com flores. Após criar uma certa consistência, adiciona-se um conjunto de tradições que baste e uns quantos actos historicos a gosto. Agita-se finalmente muito bem e deixa-se repousar durante oito séculos. Deve beber-se no local próprio, com elas ou sem elas, à temperatura ambiente."

Uso

Como aperitivo ou digestivo, a qualquer hora do dia ou da noite

SABER FAZER

Sendo confeccionada por particulares e cada um guardando o seu segredo, apenas se pode indicar o seguinte: leva ginjas bem maduras, provenientes da região — em especial da vila Sobral da Lagoa — açúcar e aguardente de muito boa qualidade

PRODUÇÃO

Muito limitada, utilizando métodos tradicionais. Existe, contudo, o produto em fabrico industrial por algumas empresas da região

CONTACTO

Americo Rolin Cajan
Quinta do Souto
550 Obidos

BIBLIOGRAFIA

Artigo do jornal *Revista das Caldas* (n.º 10) de 1933 na Biblioteca Municipal de Obidos

Tradição oral: Sr. Americo Cajan
produtor tradicional de licor
de Calda de Obidos
Turismo de Obidos



Região
Alentejo

Granito Montemorense

PARTICULARIDADE

Licor de intenso sabor aromático à anis.

DESCRIÇÃO

Licor incolor, de sabor anisado muito característico, apresentado em garrafas de vidro, bojudas, baixas, com uma capacidade de 0,75 litros.

HISTÓRIA

De acordo com as informações prestadas pela Sr.^a D.^a Ana Mota Vacas, esta bebida foi comercializada por volta do ano de 1898, pelo Sr. Joaquim Rodrigues Amaro, tendo como referência uma aguardente anisada que se fazia em Évora, por essa altura, denominada Aguardente de Évora. O *Boletim da AGA* refere que: «Também a bebida anisada Licor de Granito teve o seu berço no Alentejo, onde era fabricado com uma mistura de plantas colhidas localmente e que contém anetol, o funcho, a erva-doce e

o anis estrelado. O Licor de Évora, que só nos últimos tempos passou a ser designado como licor pelo facto do seu teor em açúcar o obrigar a figurar legalmente nesta classificação, mais não era que uma aguardente anisada, levemente adocicada e antigamente produzida na região de Évora pela destilação de uma mistura de aguardente bagaceira na presença de anetol, figurando o funcho, também colhido localmente, como a planta mais utilizada para a obtenção desta essência...» Gabriel Pereira refere que - «os monges eborenses fabricavam, também, um licor cuja receita foi seguida por um companheiro de Gabriel Pereira e perdida após a morte desse seu amigo. Era um ótimo estomacal, levava zimbro e canela em doses e preparos que só a receita diria...». João Rosa refere: - «... Julgo que se tratava do celebrizado Granito de Évora de tão saborosas recordações...». Não foi possível encontrar referências em publicações anteriores, para poder relacionar o Granito Eborense, o Pedrisco (hoje já desaparecidos), o Fedrisco e o Granito Montemorense com o licor fabricado pelos Cartuxos de Évora. O único elo é a referência oral prestada pela Sr.ª D.ª Ana Mota Vacas, a qual, alias, corrobora o significado da coincidência deste tipo de bebida na mesma zona geográfica. Na *Ilustração Alentejana* surge um anúncio à Destilaria Montemorense, Lda., em que figuram as seguintes especialidades: Granito Montemorense, Poejo Montemorense e Capile Montemorense.

Uso

Como digestivo, após as refeições

SABER FAZER

O Granito Montemorense é obtido por destilação a fogo directo de alcool a 90°, com uma inclusão de plantas aromáticas, das quais se destacam a badiana e os coentros. Após a extração do «espírito» e adicionado o xarope de água e açúcar com a graduação desejada

PRODUÇÃO

É produzido em função da procura, existindo um stock de ervas aromáticas que permitem ir preparando o licor consoante a época do ano

CONTACTO

Dr. Carlos Manuel da Mota Vacas
Av. 5 de Outubro, 11 - 61
7050 Montemor-o-Novo

BIBLIOGRAFIA

- Delrium* n.º 26 da Administração
Gentil de Açúcar e do Alcool
Ilustração Alentejana ano III junho
de 1927
Pereira, Gabriel - «A arte e a natureza
em Portugal» - Artigo sobre o
Convento da Cartuxa de Évora vol. II
Rosa, João - «Montejo a justiça
de Pressado» 1940



Bebidas
Açores

Licor de Amora

VARIANTES

Licor de Tangerina. Licor de Maracuja. Licor de Ananas.

PARTICULARIDADE

Licor com cor e sabor característicos do fruto

DESCRIÇÃO

Licor de Amora — licor de cor vermelho-arroxeadado muito escura, feito com álcool, açúcar e amoras silvestres da região, obedecendo a uma confeção artesanal

Licor de Tangerina — licor de bonita cor laranja, de sabor característico a tangerina e preparado com álcool, casca de tangerina e açúcar

Licor de Ananas — licor amarelado, preparado como o de tangerina e com a casca do ananas.

Licor de Maracuja — de confeção análoga ao de amora.

HISTÓRIA

Carreiro da Costa cita este licor dizendo ser de especial apreço como estimulante. De acordo com a tradição oral, é impensável chegar-se à época das festas natalícias sem que os licores tradicionais estejam prontos para servir aos cantantes de Janeiras (grupos de crianças e jovens que vão de porta em porta cantando as Boas Festas) e as visitas que se recebem por estas alturas.

Uso

Servidos após as refeições como digestivo, ou como estimulante, muito especialmente pelo Natal.

SABER FAZER

Colhem-se os frutos que, no caso da amora, se usa tal e qual, ou, para a tangerina e ananás, são descascados e só se aproveitam as cascas. Os frutos ou as cascas são postos de infusão em álcool e açúcar dissolvido em água. Após o tempo devido (para a tangerina é normalmente de 9 dias), a infusão é filtrada, através de um filtro de papel colocado num funil, e engarrafada.

PRODUÇÃO

Não é possível avaliar a produção. Estes licores fabricam-se em todas as ilhas, sendo a parte comercializada muito menor do que a produção real. Contudo, o Licor de Maracujá é fabricado pela Fábrica Ezequiel com uma produção de 120 000 litros por ano. A Fábrica Atlântida, de Ponta Delgada, fabrica cerca de 700 litros de Licor de Amora, embora trabalhe um pouco por encomenda.

CONTACTOS

IAMA – Instituto de Alimentação
e Mercados Agrícolas
Rua do Brasil, n.º 152
9200 Ponta Delgada
S. Miguel – Açores

Fábrica Atlântida
9200 Ponta Delgada
S. Miguel – Açores

Fábrica Ezequiel
9200 Ponta Delgada
S. Miguel – Açores

Café Pastelaria Athanasio
Rua da Sé, n.º 113 e 114
9200 Angra do Heroísmo

BIBLIOGRAFIA

A Descoberta de Portugal
ed. Seleções do Reader's Digest, 1981
Costa Carreiro da – tradições,
Livrarias e Turismo, 1990, p. 15



REGIÃO
Açores

Licor de Leite

PARTICULARIDADE

A curiosa particularidade deste licor será talvez a sua dupla utilização: quer como licor, quer através do aproveitamento dos seus resíduos, na confecção do pudim de Natal.

DESCRIÇÃO

Líquido transparente, de cor ambar, bastante doce e de sabor complexo, devido a sua composição.

HISTÓRIA

Como todos os outros licores caseiros, a sua origem perde-se no tempo, se bem que não tenha sido encontrado nenhum registo escrito. Contudo, o consumo dos licores faz parte do folclore tradicional e determinados costumes implicam a sua integração na vida das gentes açoreanas. Um desses costumes, que se aplica a todos os outros licores caseiros, é

uma curiosa tradição da ilha de S. Miguel em que, por alturas do Natal, grupos de adolescentes vão de porta em porta perguntando se «o menino mija», oferecendo-se-lhes então um pequeníssimo cálice de licor juntamente com outras guloseimas.

Uso

Apos as refeições e, especialmente, na altura do Natal

SABER FAZER

Num garrafão de boca larga coloca-se uma mistura de álcool, açúcar, baunilha, chocolate, limão e leite, que ficam de infusão 15 dias. Durante este tempo, a infusão é agitada todos os dias. Ao fim dos 15 dias a mistura é filtrada cuidadosamente, através de um filtro de papel, colocado num funil. Os resíduos vão-se retirando com cuidado, para não romper o filtro, já que se pretende obter um líquido perfeitamente limpo. Estes resíduos guardam-se cuidadosamente, para juntar ao pudim de Natal que também é preparado, tradicionalmente, por esta altura.

PRODUÇÃO

É impossível avaliar a produção, já que, na sua maioria, é obtida de forma caseira

CONTACTO

IAMA – Instituto de Alimentação
e Mercados Agrícolas
Rua do Passal, 11 – 1501
1500 Ponta Delgada
S. Miguel – Açores

BIBLIOGRAFIA

A Descoberta do Pólvora
ed. Seleções do Reader's Digest, 1987
Costa, Carreiro da, «Tradições,
Costumes e Trinitário», 1995



Região
Alentejo

Licor de Poejo

VARIANTES

Licor de Poejo de Évora. Licor de Poejo de Montemor-o-Novo

PARTICULARIDADE

Licor com forte sabor a poejo

DESCRIÇÃO

Licor de cor amarela, preparado por destilação alcoólica de uma infusão de poejo (*Mentha pulegium*) seco. Apresenta-se ou em garrafas de vidro de 1 litro ou numa típica garrafa alentejana, forrada a cortiça.

HISTÓRIA

O Licor de Poejo é uma bebida típica alentejana, fabricada essencialmente em Évora e Montemor-o-Novo. Embora a tradição oral remeta todos os licores alentejanos para o convento dos frades Cartuxos, o facto actual é

que este licor começou a ser fabricado em 1913, pelo Sr. Joaquim Rodrigues Amaro em Montemor-o-Novo e pelo Sr. Fausto Mourão em Évora. Na Revista *Ilustração Alentejana*, ano III, de 1927, surge um anúncio à Destilaria Montemorense com as seguintes especialidades: Granito Montemorense, Licor de Poejo Montemorense, Capile Montemorense.

Uso

Como digestivo, após as refeições.

SABER FAZER

Este licor é feito através de uma primeira destilação em caldeiras a fogo directo, de álcool a 90° e uma infusão de poejo seco. Após a extracção do -espírito-, este é novamente destilado com uma mistura de outras ervas aromáticas, sendo posteriormente adicionado ao -espírito- o -xarope- (água com açúcar) ate alcançar a graduação desejada.

PRODUÇÃO

A produção da empresa do Sr. Adelino Brandão varia entre 400 a 500 unidades por ano. Em Montemor-o-Novo, a existência de um *stock* de ervas secas permite preparar o licor consoante a procura e de modo a não haver rotura de fornecimento.

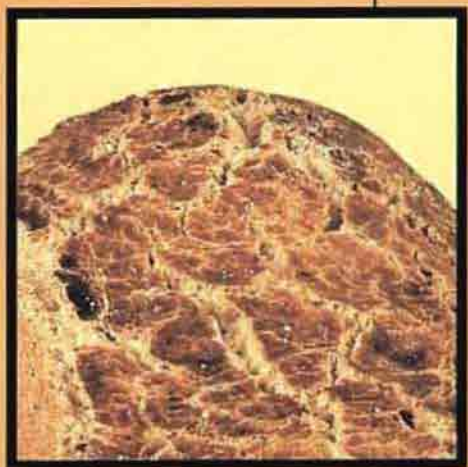
CONTACTOS

Sr. Adelino Marques Brandão
7000 Évora

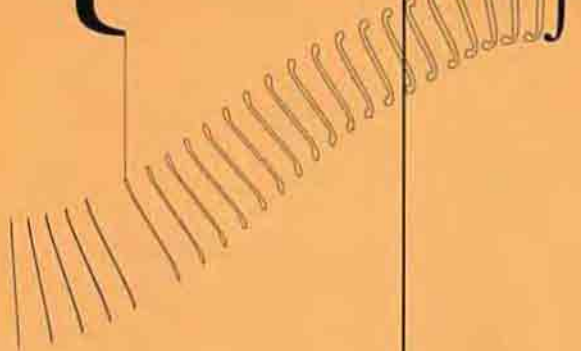
Dr. Carlos Manuel da Mota Vacas
Av. 5 de Outubro, n.º 113
7050 Montemor-o-Novo

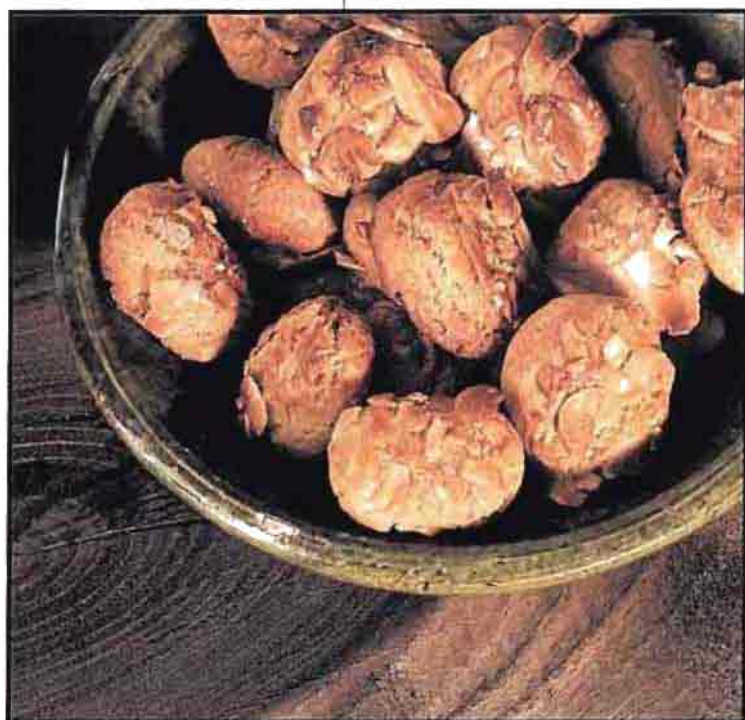
BIBLIOGRAFIA

A Descoberta de Portugal
ed. Selecções do Reader's Digest, 1988
Elementos, fornecidos pela
Sr. D.ª Ana Mota Vacas
Ilustração Alentejana, ano III, 1927
Viagem da Nova Terra, ed. Selecções
do Reader's Digest, 1997



✿ { biscoitos e bolos secos }





REGIÃO

Lisboa e Vale do Tejo

Amendoados

PARTICULARIDADE

Pequenos bolos secos, em forma de bola, de cor amarelo-dourada, profusamente enfeitados e coroados com amêndoas grosseiramente picadas.

DESCRIÇÃO

Bolos secos, de massa friável e compacta, com cerca de 2,5 cm de diâmetro e com um peso aproximado de 20 g. Têm uma cor amarelo-dourada. Destas pequenas bolas sobressai uma coroa apetitosa de pedaços de amêndoa, grosseiramente picados. São comercializados em embalagens de 0,5 kg.

HISTÓRIA

A história dos Amendoados perde-se nas memórias do tempo. A sua actual -fabricante- – a Sr.ª D.ª Zélia Pereira – aprendeu a receita com a sua sogra, que por sua vez aprendeu com a sua mãe e avó. So através

desta descrição — comprovável pelos livros manuscritos de receitas existentes — se pode verificar que o fabrico dos Amendoados remonta, nesta região, pelo menos aos princípios do século XIX.

Uso

Muito apreciados a qualquer hora do dia, os Amendoados são particularmente consumidos nas refeições intercalares da manhã e da tarde.

SABER FAZER

A manteiga é batida com o açúcar e a farinha. Depois de muito batida, são tendidas pequenas bolas, que são envolvidas em clara de ovo a fim de «prender» devidamente a amêndoa. Todas as operações são feitas manualmente, incluindo a pelagem da amêndoa. Os Amendoados são cozidos em forno quente, sendo a temperatura deste da maior importância, quer para a cor do bolo quer para a sua friabilidade e duração.

PRODUÇÃO

A produção dos Amendoados é de cerca de 40 a 50 kg por semana.

CONTACTO

Casa das Areias Brancas
- Doces Regatas
2530 Louzinja

BIBLIOGRAFIA

Entrevista com a Sra D.^a Zélia Pereira
doceira e proprietária da Casa das
Areias Brancas



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Arrepiados do Convento de Almoester

VARIANTES

Arrepiadas. Carriços. Carrasquinhas do Algarve.

PARTICULARIDADE

Configuração rugosa com aspecto de pele arrepiada

DESCRIÇÃO

Bolos irregulares de amêndoa, feitos com amêndoas e açúcar em partes iguais e claras de ovos para ligar, e cuja superfície apresenta bicos. A sua forma é redonda, com 8 cm de largura e 2 cm de altura, e têm uma superfície irregular, donde lhe vem o nome de Arrepiado. Apresenta cor castanho-clara.

HISTÓRIA

Os Arrepiados foram criados no mosteiro de Almoester, fundado em 1289 por D.^a Berenjaria ou Berengueira, monja bernarda. *Al monasterium* (o mosteiro) e o topónimo que acasala o árabe com o latino e evoca a religiosidade cristã. Das Irmãs temos hoje as receitas dos Celestes e dos Arrepiados. Desconhece-se o nome da monja ou monjas que o conceberam, mas uma velha história de Almoester conta que a rivalidade entre as freiras de Santa Clara e das Bernardas, a respeito de doces, era tão grande que um dia uma freira bernarda, ao ouvir que iam ser visitadas por um alto dignitário eclesiástico, exclamou: «Vou fazer um doce tão bom que eles até se arrepiam!». Daqui o nome de Arrepiados. Inicialmente eram distribuídos na romaria de S. Bernardo, mas eram tão apreciados, por não serem muito doces e, por isso, nada enjoativos, que a sua receita se encontra hoje bastante divulgada. São incluídos tradicionalmente nas sobremesas do Festival Nacional de Gastronomia e figuram nos roteiros turísticos da Região de Turismo do Ribatejo.

Uso

São consumidos a qualquer hora do dia, sendo ainda incluídos nas ementas de festas.

SABER FAZER

A amêndoa torrada, cortada em fatias fininhas, é adicionada às claras em castelo batidas com açúcar. Formam-se os bolinhos num tabuleiro e cozem no forno.

PRODUÇÃO

Desconhece-se o número exacto de produtores, já que são vendidos em quase todas as pastelarias escalabitanas. Pode estimar-se um volume de produção e comercialização de 21 000 unidades por ano.

CONTACTOS

Pastelaria Bijou
Rua Capela e Ivens, n.º 115
2000-1 Santarém

Pastelaria Abades
Rua Serpa Pinto, n.º 122
2000-1 Santarém

BIBLIOGRAFIA

Beirão, Maria Ângela V. Rocha,
Santarém Quinhentista (publicação
da Região de Turismo do Ribatejo)
Santarém, 1980

Cândido, Francisco, *Ribatejo: lendas
e pitoresco*, 1946-1947



Região
Centro

Biscoitos da Guarda

PARTICULARIDADE

Produto rústico de pastelaria tradicional. Tem forma cônica, de cor amarelo-torrada exteriormente e cor amarelo-esbatida interiormente, com uma crosta relativamente estaladiça e fissurada no vertice do cone, de fácil desagregação ao corte.

DESCRIÇÃO

Bolos feitos à base de farinha de trigo, ovos, açúcar, azeite, fermento de padeiro e sal. Tem cerca de 6 a 8 cm de diâmetro e pesam entre 70 a 80 g.

HISTÓRIA

Nesta região a farinha de trigo é usada sobretudo para pastelaria, já que o pão é normalmente fabricado com milho ou centeio. Há alguns anos ainda se chamava simplesmente «trigo» ao pão de trigo por oposição a «pão» que era a broa de milho.

Uso

Consumidos a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Batem-se os ovos com o açúcar até formar uma massa homogênea. Junta-se o azeite morno e volta a bater-se. Junta-se a farinha com o sal e o fermento. Amassa-se de modo a obter uma massa espessa, mas não muito dura, para se poderem tender os bolos que têm a forma de um monte (vulcão). Estes são cozidos em tabuleiros untados que vão a forno de lenha, aproveitando-se por vezes a altura da cozedura do pão.

PRODUÇÃO

A produção destina-se ao consumo regional e está estimada em cerca de 280 toneladas por ano.

CONTACTO

Associação Comercial da Guarda
Rua Francisco de Passos, n.º 8
5000-001 Guarda

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



REGIÃO
Centro

Biscoitos de Escalhão

PARTICULARIDADE

Produto rústico de pastelaria tradicional, fabricado a base de farinha pouco peneirada. Tem forma oval e cor amarelo-torrada na parte externa e amarelo-esbatida no interior. A crosta é ligeiramente estaladiça e fissurada, de fácil desagregação ao corte.

DESCRIÇÃO

Bolos feitos à base de farinha de trigo grosseira (com farelo), ovos, açúcar, azeite fervido, aguardente e sal. A sua forma é oval, devido ao espalramento do rolo que se forma ao tender. Tem cerca de 8 a 9 cm de comprimento e pesam entre 40 a 50 g.

HISTÓRIA

São bolos regionais, típicos de Escalhão, como o demonstra a sua aparência rústica. A origem da sua produção não pode ser estabelecida com exactidão.

pois mesmo as pessoas mais velhas da região se recordam de os terem sempre consumido. As revistas e guias práticos de gastronomia e tempos livres não deixam, no entanto, de os referenciar.

Uso

Como bolos regionais, que hoje têm maior divulgação devido ao turismo. Devem ser consumidos antes de decorrido um mês após o seu fabrico, para melhor se poderem apreciar as suas características organolépticas.

SABER FAZER

Batem-se os ovos com o açúcar, a aguardente e o sal até formar uma massa homogênea. Junta-se a farinha e, finalmente, o azeite quente, tendo o cuidado de envolver bem. A massa é tendida com as mãos, previamente untadas com azeite, em forma de rolos esalmados, os quais são depois cozidos em forno de lenha.

PRODUÇÃO

Estima-se que a produção anual é de cerca de 320 toneladas.

CONTACTO

Associação Comercial da Guarda
Rua Francisco de Passos, n.º 8
6300-003 Guarda

BIBLIOGRAFIA

Tempo Livre. Revista do Instituto Nacional para Aproveitamento dos Tempos Livres dos Trabalhadores, 24.01.1992.
Tradução: n/a.



REGIÃO
Centro

Biscoitos do Louriçal

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Rosquilhas de Azeite

PARTICULARIDADE

Biscoitos feitos com massa de pão, que se esfarelam facilmente ao serem mastigados. Esta característica é-lhes conferida pela junção, à massa, de azeite com muito pouca acidez.

DESCRIÇÃO

Biscoitos em forma de oito, com peso e tamanho variável, feitos com massa de pão com azeite. Os ingredientes são a farinha, o azeite e fermento de padeiro. Têm cor clara, semelhante a do pão cozido em forno fraco, e esfarelam-se facilmente ao mastigar.

HISTÓRIA

Sendo um produto de grande conservação, foi utilizado pelos navegadores como substituto do pão fresco. A palavra «biscoito» significa «cozido duas vezes», o que pressupõe um menor teor de humidade e, portanto, um prazo de conservação superior.

Uso

Nas refeições intercalares.

SABER FAZER

Peneira-se a farinha para o recipiente em que se vai amassar, abre-se uma cova ao meio e nela coloca-se o azeite e o fermento diluído em água. Amassa-se muito bem, como se fosse para fazer pão, e deixa-se levedar meia hora. Divide-se a massa em pequenas unidades que se rolam de modo a fazer um cacete com cerca de um palmo de comprimento. Juntam-se as extremidades e torcem-se para formar um oito, deixando a costura na parte sobreposta e para baixo, ao arrumar a peça no tabuleiro metálico onde vai a cozer em forno fraco.

PRODUÇÃO

Principalmente na região de Pombal, não sendo possível quantificar a produção. Produzem-se também noutros pontos do País, ainda que em diferentes formatos.

CONTACTO

Associação do Grupo dos Industriais
de Panificação e Pastelaria
Rua de Troncal, n.º 17
3100 Coimbra

BIBLIOGRAFIA

Lemos, João. Cozinha Regional
ed. Comissão Municipal de Turismo, 1971



RECETO

Lisboa e Vale do Tejo

Broas dos Santos

PARTICULARIDADE

Pequenos bolos secos em forma de bola, de cor castanho-dourada e com sabor intenso a erva-doce.

DESCRIÇÃO

Bolos secos de massa friável e compacta, com cerca de 3,5 cm de diâmetro e um peso aproximado de 20 g. A cor castanho-dourada resulta de serem pincelados com gema de ovo. Apresentam rachaduras profundas causadas pelo calor. São comercializados em embalagens de 0,5 kg.

HISTÓRIA

De acordo com receitas herdadas de familiares próximos e com os hábitos tradicionais, estas pequenas broas eram confeccionadas apenas, como o seu nome indica, por altura das Festas dos Santos (de 1 de Novembro até a Páscoa), durante as quais tinham abundante consumo. Desde há uns

anos a pressão dos consumidores e, sobretudo, dos emigrantes portugueses que voltam ao País apenas no Verão, levou ao seu fabrico fora da época tradicional. Este facto demonstra os hábitos arraigados e a tradicionalidade do produto que muitos, saudosos, não querem deixar de consumir mesmo fora da época do Santos

Uso

Constituem uma guloseima muito apreciada, não se resistindo a tentação de comer mais uma... São também consumidas como refeições intercalares de manhã e à tarde, como forma de enganar a fome.

SABER FAZER

A amêndoa do Algarve é pelada e cortada muito fina, em fatias. Depois é misturada com gemas de ovos, farinha e erva-doce. É esta erva-doce que constitui o segredo, quer pela composição, quer pela quantidade usada, conferindo-lhes um paladar inesquecível. Depois de tudo amassado são feitas bolas que, antes de irem ao forno quente, são pinceladas manualmente com gema de ovo.

PRODUÇÃO

É de cerca de 250 kg por semana na época própria de fabrico, não sendo a oferta suficiente para a procura.

CONTACTO

Casa das Ardeas Brancas
- Doces Registas
2500 Lourenço

BIBLIOGRAFIA

Entrevista com a Sr.ª Dr.ª Zélia Pereira
docista e proprietária da Casa
das Ardeas Brancas



REGIÃO
Centro

Cascoréis da Guarda

PARTICULARIDADE

Bolos fritos, de forma circular côncava e convexa, com abundantes bolhas ocas, de cor amarela e massa estaladiça. São polvilhados com açúcar e canela.

DESCRIÇÃO

Bolos feitos à base de farinha de trigo, ovos, azeite, fermento de padreiro, aguardente e sal. Têm cerca de 12 a 14 cm de diâmetro e pesam entre 50 a 70 g

HISTÓRIA

A Guarda é detentora de saborosas iguarias, entre as quais se destacam os Cascoréis, que o autor de um livro de memórias refere: «Na festa, depois da missa cantada, e da procissão em torno do arraial, comiam-se as merendas, de cuja ementa faziam parte predominantemente [...] e os cascoreis».

Uso

Consumidos como sobremesa e gulodice, sobretudo em épocas festivas

SABER FAZER

Numa tigela deita-se a farinha, faz-se uma cova no meio, junta-se o fermento desfeito e a água ténida e amassam-se os ingredientes até se obter uma massa homogênea que faça bolhas. Adiciona-se a aguardente e mistura-se. Cobre-se com um pano e deixa-se levedar em local aquecido, durante 1 a 2 h. Molham-se os dedos em água e tendem-se bocados de massa que se esticam para lhes dar a forma circular. Fritam-se em óleo bem quente, até ficarem lourinhos de ambos os lados, escorrem-se e envolvem-se em açúcar e canela.

PRODUÇÃO

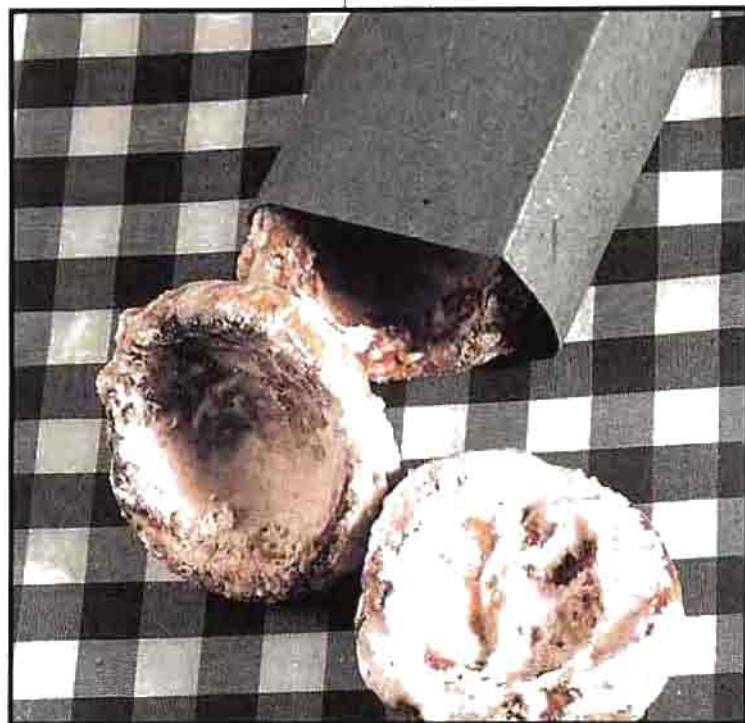
A produção destina-se ao consumo regional e esta estimada em cerca de 30 toneladas por ano.

CONTACTO

Associação Comercial da Guarda
Rua Francisco de Passos, n.º 8
6300 Guarda

BIBLIOGRAFIA

Gomes, J. Pinharanda
Memoirs de Rua Voa
Tradição oral



REGIÃO

Lisboa e Vale do Tejo

Cavacas das Caldas

PARTICULARIDADE

Bolos secos, mais ou menos redondos e côncavos, cobertos com açúcar branco

DESCRIÇÃO

As Cavacas são preparadas com farinha, ovos inteiros, aguardente, azeite, açúcar e claras. As medidas usadas para o preparo são referidas a malgas. No essencial, todos os ingredientes entram em partes iguais. As Cavacas são redondas, côncavas e têm um diâmetro de cerca de 10 cm e pesam 50 g. Têm cor branca, devida à calda de açúcar e claras com que são barradas.

HISTÓRIA

Por volta de 1874, a Sr.^a D.^a Jesuína da Conceição Garcia abriu uma venda na Rua do Hospício n.º 13, fabricando as genuínas Cavacas das Caldas (como dizia a tabuleta da casa). Após o seu falecimento, em 1919, sucede-lhe

uma sua sobrinha. Em 1927, uma sua neta abre uma nova loja e, alguns meses depois, apareceu a antiga Casa Fausta, hoje Pastelaria Machado.

Uso

Ir as Caldas e não provar Cavacas é, no mínimo, um comportamento impensável. As Cavacas são consumidas ao lanche, acompanhando o chá, ou a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

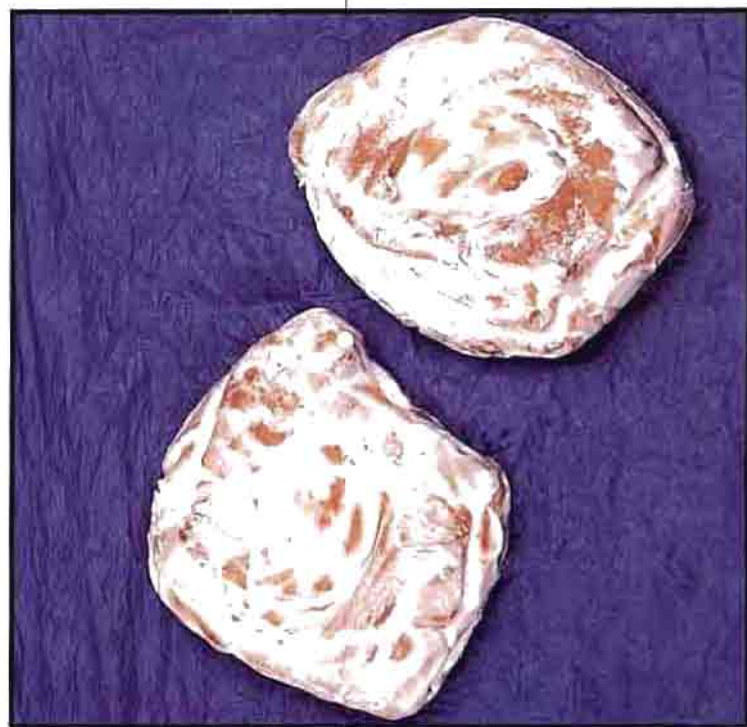
Batem-se os ovos e misturam-se os restantes ingredientes. Bate-se a mão durante hora e meia, para um lado e para o outro, sem muita força. Untam-se as formas com azeite e vaza-se o preparado. Cozem em forno bem quente. Finalmente, batem-se as claras em castelo com muito açúcar até se obter um creme espesso que se deita sobre os bolos.

PRODUÇÃO

Vendem-se em todas as pastelarias da região, em cartuchos de 250 e 500 g.

CONTACTO
Pastelaria Machado
2500 Caldas da Rainha

BIBLIOGRAFIA
M.A.M. Cozinha do Mundo Português
Biblioteca Municipal das Caldas da Rainha



REGIÃO:
Norte

Cavacas do Freixinho

PARTICULARIDADE

Bolos de forma arredondada, de cor amarelada e cobertos com massa branca de açúcar.

DESCRIÇÃO

Bolos feitos de farinha de trigo tremês, azeite de muito baixa acidez, ovos e açúcar. Têm forma arredondada, cor amarelada e são cobertos com açúcar em ponto. Cada Cavaca pesa cerca de 250 g.

HISTÓRIA

A partir de meados do século XVI e até à extinção das ordens religiosas em 1834, Freixinho foi palco de laboração contínua da Casa do Retiro da Senhora do Carmo. Dirigiam-na as religiosas da ordem do mesmo nome que se dedicavam à educação das meninas pobres da região. Só por ironia se pode aceitar a informação aquiliniã de «meninas fidalgas e

morgadinhas- De qualquer modo, além do cultivo da cerca do convento — quiça entregue à supervisão do caseiro ou feitor — as freirinhas e as meninas dotaram, no contexto da ampla e complexa gastronomia, o convento das famosas Cavacas que eram a delícia dos intervenientes nos -outeiros- daqueles séculos, tão maliciosamente referidos por Camilo Castelo Branco. Com trigo tremês ou mourisco, ovos, azeite, açúcar em ponto, os olhos planeavam e as mãos executavam o que os paladares iriam avaliar — as Cavacas do Freixinho. A massa teria que ser em cordão e não finta. De votos e clausura, as religiosas, coadjuvadas pelas treinadas meninas, projectaram no futuro o produto que hoje se pode saborear a partir e a maneira de Carregal e Tabosa, Sernancelhe e Vila da Ponte. E, porque não, de Freixinho, a terra da sua origem, para regalo de todos.

Uso

Consumidas ao lanche, acompanhando uma infusão de ervas. Durante muito tempo as Cavacas de Freixinho eram preparadas para servir de oferta «serrana» as pessoas importantes a quem se queria fazer uma oferta de distinção.

SABER FAZER

A farinha de trigo tremês ou mourisco é finamente moída, sendo depois amassada com ovos inteiros. Após a amassadura leva azeite muito fino de baixa acidez. A massa é cortada em tiras e vai ao forno em tabuleiros metálicos (antigos), durante uma hora, com as respectivas viragens. São, depois de cozidas, mergulhadas, uma a uma, em açúcar em ponto. Secam em tabuleiros de madeira adequados a este fim.

PRODUÇÃO

Produzem-se diariamente cerca de 250 Cavacas.

BIBLIOGRAFIA

Ribeiro, Aquilino. *Obra Completa*



REGIÃO
Norte

Cavacas de Resende

PARTICULARIDADE

Bolos de cor branca, a qual se deve à cobertura de açúcar.

DESCRIÇÃO

Os bolos, que medem cerca de 5 cm de comprimento por 2,5 cm de largura e 2 cm de espessura, são feitos com ovos inteiros, gemas, açúcar e farinha. São, depois de cozidos, cobertos com uma calda de açúcar em ponto e farinha, o que lhes dá a cor branca por fora e amarela por dentro.

HISTÓRIA

As Cavacas de Resende são conhecidas desde tempos imemoriais, tendo sido muito famosas as Cavacas do Rópia. Segundo Joaquim Caetano, são feitas quase exclusivamente com ovos e açúcar. Acerca das Cavacas há um testemunho de finais do século XIX que relata: «Logo de manhã, as doceiras estendiam sobre a toalha, toda françada de rendas, vários doces muito

cobertos de açúcar que despertavam a cobiça doromeiro. Quem resistia àquele "o freguesia, não vai meio arratel? Olhe que são de Resende" –

Uso

Guloseima que se come a qualquer hora do dia, muito em especial nas feiras e romarias da região

SABER FAZER

Embora não seja praticamente possível conseguir das fabricantes quer as proporções, quer o modo exacto de fazer, sabe-se que as Cavacas são amassadas num aparelho artesanal movido à mão e que é conhecido por «banco». Usam-se normalmente ovos muito frescos, comprados nas quintas dos arredores, sendo as Cavacas cozidas no tradicional forno de lenha usado para o pão de milho.

PRODUÇÃO

São produzidas por métodos ainda artesanais em oito casas da região de Resende. Encontram-se, contudo, à venda em todos os cafés e restaurantes da região.

CONTACTO

Café Cova Linda
Rua Dr. Pereira Dias
4860 Resende

BIBLIOGRAFIA

Carteiro, Joaquim: Resende: Um século no seu Concelho, p. 215.
Duarte, J. Correia: Resende e a sua Povoação, in Jornal O Boticense, de 20.4.1984.



Região
Centro

Esquecidos da Guarda

PARTICULARIDADE

Bolos pequenos de forma circular, convexa, bastante achatados, com uma crosta relativamente estaladiça e de fácil desagregação ao corte. Apresentam interiormente uma cor amarelo-esbatida.

DESCRIÇÃO

Bolos feitos a base de farinha de trigo, ovos, açúcar, sal e fermento de padeiro. O seu aspecto interior é poroso e grosseiro. Têm cerca de 7 a 9 cm de diâmetro e pesam entre 30 a 40 g.

HISTÓRIA

É um produto regional, típico da zona. A origem da sua produção não pode ser estabelecida com exactidão, pois mesmo as pessoas mais velhas da região se recordam de terem sempre consumido Esquecidos da Guarda.

Uso

Como alimento, sobretudo de indole regional, pois devem ser consumidos antes de decorrido um mês após o seu fabrico, por apresentarem melhores características organolepticas.

SABER FAZER

Misturam-se os ovos com o açúcar e batem-se bem. Adiciona-se a farinha, o sal, o fermento e água suficiente para amassar. Seguidamente deixa-se levedar e tendem-se bolas que vão a cozer em forno de lenha. A temperatura do forno tem influência no aspecto final do produto.

PRODUÇÃO

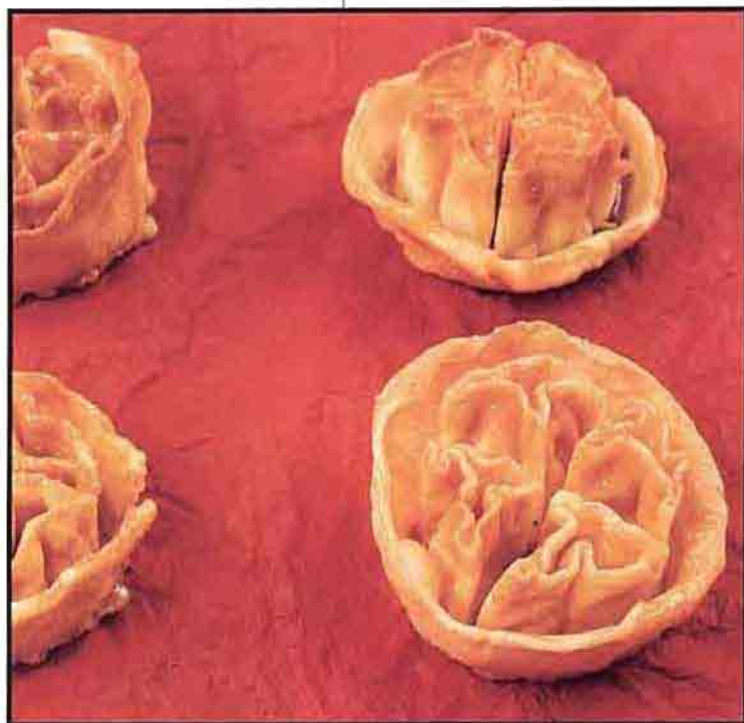
Estima-se a produção anual em cerca de 310 toneladas.

CONTACTO

Associação Comercial da Guarda
Rua Francisco de Pissos, n.º 18
6300 Guarda

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



REGIÃO

Alentejo

Filhós de Forma

VARIANTES

Filhos de Floreta

PARTICULARIDADE

Bolos fritos (filhós), muito finos e rendilhados, com a forma de flores, animais ou outras formas geométricas, cobertos com açúcar e canela.

DESCRIÇÃO

São bolos feitos com farinha, ovos, açúcar, vinho do Porto, sumo de laranja, sal e água, cuja mistura é frita, utilizando uma forma metálica com desenhos variados.

HISTÓRIA

Os doces e bolos fritos são típicos do Natal e do Carnaval no Alentejo. E da tradição popular que as filhos se faziam no Alentejo na quinta-feira

das comadres (quinta-feira anterior ao Carnaval) para se presentear as comadres, familiares e amigos. As Filhós de Forma são das que se fazem em maior abundância. Depois de fritas, eram antigamente postas a escorrer em peneiras metálicas, hoje substituídas por papel branco. A floreta e um ornato com forma de flor. A forma é constituída por uma haste fina, metálica, que termina numa base com cerca de 2 cm de altura e que tem forma redonda, quadrangular ou qualquer outra, recortada e rendilhada, de modo que parece uma flor ou uma borboleta, etc. A Sr.ª D.ª Joana Sobral, de Alcarías, Castro Verde, com cerca de 90 anos, continua a fazer estas e outras filhós segundo receitas que herdou da família.

Uso

Como guloseima. Muito utilizada para presentear amigos na altura do Carnaval.

SABER FAZER

Juntam-se os ingredientes e água até obter uma massa mole que se deixa repousar. Na altura de fritar, aquece-se o óleo, mergulha-se a forma no óleo bem quente e depois na massa mas sem deixar que esta cubra a parte superior da forma. Introdz-se no óleo, sacode-se se necessário para a filhós se soltar e deixa-se fritar até alourar. Servem-se polvilhadas com açúcar e canela.

PRODUÇÃO

Doce sazonal de fabricação pulverizada. É muito difícil de quantificar pois é vendido sobretudo à unidade, a qual pode apresentar várias dimensões e pesos.

CONTACTO

Idália Reyes
Rua das Areias de Trás
7780 Castro Verde

BIBLIOGRAFIA

12 Meses de Cozinha, ed. Selecções do Reader's Digest, 1975.

Fialho, Manuel, *Cozinha Recuada do Menino*.

Mata, Carlos Bento da, *Tratado Completo de Cozinha e de Cerveja*, Imprensa Lucas, Lisboa, 1901.

Tradição oral (Sr.ª D.ª Joana Sobral).



Biscoitos
Alentejo

Filhós Enrolada

VARIANTES

Filhos de Vila Viçosa.

PARTICULARIDADE

Tiras de massa, com cerca de 20 cm por 7 cm, enroladas e fritas com a forma de caracol, passadas por calda de açúcar ou mel. Também podem povilhar-se com açúcar e canela.

DESCRIÇÃO

Massa frita feita com ovos, banha, manteiga, aguardente, açúcar, sumo de laranja (facultativo), sal e farinha ate tender.

HISTÓRIA

O Carnaval era, e ainda é, uma festa profundamente profana. Por altura destes festejos era habitual haver em cada casa uma mesa cheia de pratos

com frutos e outros doces. As filhós eram feitas na quinta-feira anterior ao Carnaval e em quantidade suficiente para durar a semana inteira. Os pratos mais vulgares – borrachos e filhós – só não apareciam em casas muito pobres. Cita-se como exemplo que, em casa da Sr.^a D.^a Joana Sobral (aldeia das Alcanas, Castro Verde), com cerca de 90 anos de idade, ainda hoje e feita cerca de uma dúzia de diferentes tipos de filhós. Desconhece-se a razão que levou a que só se fizessem estes fritos na altura do Carnaval. Será que as laranjas – indispensáveis na confecção da maior parte deles – só nesta altura estavam em condições de maturação para serem convenientemente utilizadas?

Uso

Como guloseima. Empregadas como forma de presentear os amigos na altura das festas de Carnaval e de exibir os dotes culinários com a grande variedade apresentada.

SABER FAZER

Batem-se os ovos com a banha, a manteiga, a aguardente e o açúcar e junta-se farinha até amassar e produzir uma massa elástica e que estenda bem. Cortam-se tiras de massa com cerca de 20 cm de comprimento e 7 cm de largura. Enrola-se a ponta da tira nos dentes de um garfo longo, mergulha-se no óleo quente e vai-se fritando a medida que se vai enrolando. Fritam até alourar. Retiram-se e passam-se por calda de açúcar em ponto. Também podem passar-se por mel.

PRODUÇÃO

É um doce sazonal, razão por que é muito difícil quantificar a produção.

CONTACTO

Pastelaria Azul
Rua Vila Viçosa

BIBLIOGRAFIA

Galvão, Manuel. *Cozinha*
Vegetariana de Alentejo

Maria Carlos Bento da. *Tratado*
Completo de Cozinha e de Sopa
Imprensa Luso-Algarvia, 1991.

Soromenho, Alfredo. *Cozinha*
Centenária de Alentejo, 2.ª ed.
Culturas Editora, Souto, 1993.
Tradução oral.



bolos grandes

[O]

bolos grandes



Bolos
Alentejo

Boleima

VARIANTES

Boleima Vulgar (rica) e Boleima Pobre. Além destas existem ainda quatro tipos: Boleima do Marvão, Boleima com Maçã (atribuída a Alpalhão), Boleima Folhada (atribuída a Portalegre) e Boleima à Antiga (atribuída a Castelo de Vide).

PARTICULARIDADE

Bolo confeccionado sem ovos, para aproveitamento dos restos de massa do pão de trigo obtidos durante a amassadura.

DESCRIÇÃO

Apresenta-se sob a forma de quadrado (ou rectângulo) de massa castanha, dourada e polvilhada com canela. Fabricado com massa de pão de trigo, açúcar, azeite, banha e canela. A Boleima Rica leva maçã aos bocados.

HISTÓRIA

A pastelaria alentejana é muito rica e variada e utiliza normalmente matérias-primas nobres pois tem geralmente origem conventual. Este bolo, porém de feitura simples e fabricado com ingredientes -modestos-, tem certamente uma origem popular. Em certas regiões, um bolo muito semelhante é denominado -bolo de fundo do alguidar- para significar que é obtido a partir das raspas e restos de massa de pão que ficam aderentes às paredes e fundo do alguidar quando, após a amassadura e fermentação da massa, se tendem os pães.

Uso

Consumido ao pequeno almoço e ao lanche ou durante o dia como suplemento de alimentação, sobretudo nas zonas rurais onde ainda se fabrica pão artesanalmente.

SABER FAZER

Amassam-se os bocados de massa de pão com as gorduras, o açúcar e a canela até se obter uma massa pastosa que se leva a cozer no forno durante a cozedura do pão ou imediatamente após, em tabuleiros untados com banha.

PRODUÇÃO

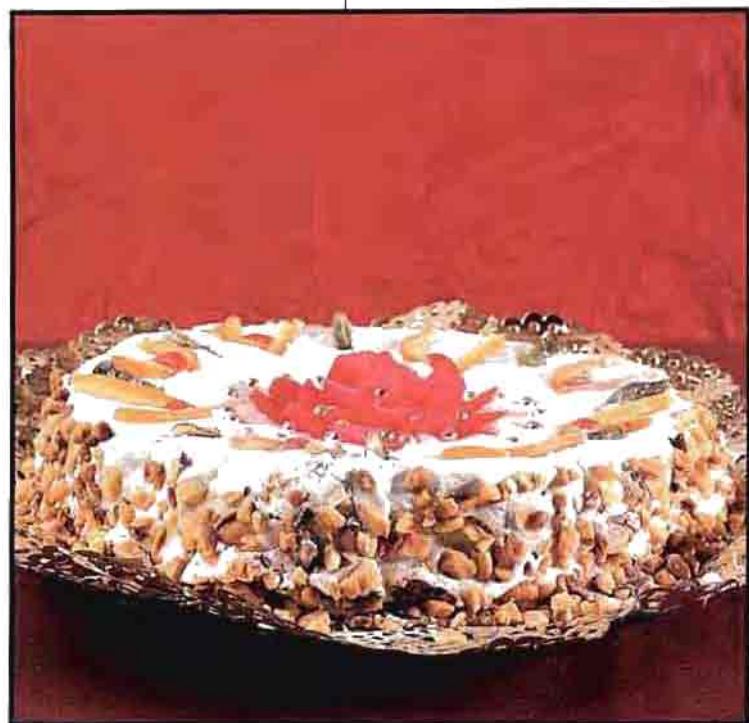
Boleima Rica, cerca de 400 por semana, e Boleima Pobre, cerca de 3700 por semana

CONTACTO

Belmira do Carmo Branquinho
7120 Castelo de Vide

BIBLIOGRAFIA

Modesto: Maria de Lourdes Cerebrito
Tratado de Portugal ed. Verbo 1988
Valente: Maria Odete Cortes (coordenadora)
de Portugal: e Verbo ed. Caxias
de Lisboa, 1994



Região

Alentejo

Bolo Bom Como Tão Bom

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Bom Como Tão Bom.

PARTICULARIDADE

Bolo de forma circular, coberto com calda de açúcar e decorado com flores cujas pétalas e folhas são feitas de lâminas de abóbora cristalizada pintadas com cores diversas.

DESCRIÇÃO

Bolo feito com açúcar, doce de leite, ovos, farinha e raspa da casca de laranja. Tem cerca de 15 cm de diâmetro. É coberto com calda de açúcar, pelo que se apresenta com cor branca. É usualmente decorado com flores feitas com abóbora cristalizada.

HISTÓRIA

A cidade de Beja e, sem dúvida, a rainha da doçaria do Baixo Alentejo. Os doces atingiram nesta região um singular grau de elaboração: não só o paladar merece os maiores cuidados da doçaria alentejana mas também a apresentação, que chega a revelar surpreendentes dotes artísticos. Esta verdadeira arte foi principalmente cultivada nos conventos, já que surgiam como única alternativa digna as casas senhoriais para o acolhimento das comitivas de gente importante do reino, quando se deslocavam nas frequentes viagens de poder, de domínio ou de lazer. Este doce tem origem no Convento da Esperança, das Irmãs Carmelitas Calçadas, instituído por D.^a Colaça em 1541. Era um convento frequentado por gente de grandes recursos e que tinha bens sumptuosos.

Uso

Como sobremesa ou em festas especiais (de casamento, de aniversário, etc.) pois é um doce de decoração muito elaborada e morosa.

SABER FAZER

Faz-se uma calda de açúcar em ponto a que se junta a gema, os ovos a que se retiram 2/3 das claras (que se desprezam), a farinha e a raspa da casca de laranja. Unta-se uma forma com manteiga, polvilha-se abundantemente com farinha, deita-se a massa e leva-se ao forno. Depois de frio cobre-se com uma calda de açúcar em ponto de cabelo. Decora-se com lâminas de abóbora cristalizada recortadas em forma de pétalas e de folhas e pintadas com as cores respectivas. Apresenta-se sobre um guardanapo de papel franjado ou arrendado.

PRODUÇÃO

Trata-se de um bolo servido apenas em restaurantes de luxo ou fabricado por encomenda e cuja quantificação da produção é difícil. O seu elevado custo e a especialização necessária à sua confecção faz estimar a sua produção em escassas centenas por ano.

BIBLIOGRAFIA

- Lucio, Manuel Camacho.
Culinária Regional do Baixo Alentejo.
ed. Presença, 1980.
- Modesto, Maria de Lourdes.
Culinária Tradicional Portuguesa.
ed. Verbo, 1982.
- Tradição oral.



Região
Algarve

Bolo de Faca

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Pão com Frutos Secos.

PARTICULARIDADE

Pão doce com frutos secos.

DESCRIÇÃO

Bolo feito com massa de pão, açúcar, margarina, banha, farinha, azeite, ovos, nozes, raspa de limão, canela e erva-doce a gosto. Apresenta a forma de pão clássico, tendo a cor amarelo-clara do pão e apresentando saliências devidas aos pedaços de nozes. Também pode ser feito só com amêndoas, em substituição das nozes.

HISTÓRIA

A doçaria algarvia classifica-se segundo os seus ingredientes e a sua origem. Assim, nas zonas serranas os bolos são, na sua maioria, grandes e feitos à base de massa de pão. Faz-se também uma pastelaria um pouco mais fina à base de figo. A doçaria, chamada de doçaria fina, à base de ovos e amêndoas, encontra-se sobretudo nas zonas costeiras. Este bolo, como se verifica pela receita, é um bolo típico da serra.

Uso

Como guloseima, ao pequeno almoço e lanche.

SABER FAZER

A massa de pão já leveda juntam-se todos os outros ingredientes. Amassa-se bem, tendem-se os bolos e deixa-se levedar (fintar) durante uma hora. Vão depois a cozer em forno de lenha.

PRODUÇÃO

Impossível de quantificar, dada a dispersão dos produtores.

CONTACTO

A Ti Marquinhos
— Doçaria Regional e Pastelaria
Juncos
Rua 5, Bras de Algorve

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



Região
Algarve

Bolo de Massa de Pão

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Bolo de Mel, Bolo Podre

PARTICULARIDADE

Bolo grande, de cor escura, feito com massa de pão

DESCRIÇÃO

Bolo preparado com massa de pão, açúcar, ovos, mel, café, azeite, um cálice de vinho do Porto, uma colher de chocolate, uma colher de café de bicarbonato de soda, erva-doce, canela e raspa de laranja. É um bolo grande, de forma redonda, com ou sem buraco, de cor escura e textura interior húmida

HISTÓRIA

Diz-se que este bolo tradicional das zonas serranas terá dado origem ao celebre Bolo da Madeira, o que muito provavelmente não passara, justamente, de uma tradição oral, baseada no facto de uma grande parte da população madeirense ser de origem algarvia. O bolo insere-se, na realidade, na confecção tradicionalmente serrana dos bolos feitos à base de massa de pão.

USO

Faz-se durante todo o ano, mas é mais vulgar ser feito por ocasião de qualquer data festiva.

SABER FAZER

A massa de pão juntam-se todos os outros ingredientes e só no fim se junta o azeite. Os ingredientes são primeiro misturados à mão, até ser possível mexer a massa com uma colher de pau. A massa vai a cozer, quer num tacho untado e forrado com papel vegetal, quer numa forma de buraco igualmente untada e forrada.

PRODUÇÃO

Impossível de quantificar dada a dispersão de produtores, que cobrem toda a região serrana algarvia.

CONTACTO

A PROVA

Rua de Santa Barbara,
Azimhal
Buzi Centro Morim

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



REGIÃO
Madeira

Bolo de Mel-da-Madeira

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Bolo de Mel-de-Cana.

PARTICULARIDADE

Bolo de sabor característico, como resultado da utilização do mel-de-cana e de diferentes especiarias.

DESCRIÇÃO

Bolo de cor escura que é conferida pelo mel-de-cana, marchetado de cidra, miolo de noz e amêndoas. É decorado, na parte superior, com amêndoas e nozes. Tem a forma de um cilindro baixo, com diâmetro e peso variáveis. É comercializado envolvido em papel vegetal ou em plástico. Os ingredientes são farinha de trigo, frutos secos, mel-de-cana, açúcar, manteiga, farinha de milho, cidra curtida, especiarias e bicarbonato de soda.

HISTÓRIA

É um bolo característico do Natal, de confecção tradicional, sendo indispensável a sua presença em todas as casas nesta época festiva. Foi «inventado» na Madeira, com a introdução da cana sacarina. A sua confecção terá começado nos séculos xv-xvi, de maneira mais simples que a usada nos séculos xvii-xviii, usando-se sucessivamente as especiarias europeias, as da Índia e finalmente a soda (*Diário de Notícias*, 24/04/89). Segundo escreve Eduardo Pereira, «... depois de descoberta a Terra das Especiarias... o bolo impou, condimentado com os mais estranhos acepipes, tenro e quebradiço, aromatizado de essências orientais, ornamentado de arabescos de alfenim, marchetado de cidra, miolo de nozes, amêndoa e passas...». Numa ementa relativa ao triénio de 1813 a 1815, faz-se referência a uma série de doces, incluindo o Bolo de Mel-de-Cana, em quantidades medidas por alqueire, para festejar grandes solenidades religiosas e suas oitavas. A oferenda do Bolo de Mel-de-Cana pelo Natal foi uma ostentação fidalga, um mimo requintado de cortesia que se estendeu e generalizou. A tradição, levada à regra em diversas casas madeirenses, dita que este bolo deve ser preparado no dia 8 de Dezembro para que esteja bom no Natal (*Diário de Notícias*, Funchal, 24/04/89).

Uso

Trata-se de um bolo tradicional, indispensável na época do Natal. Deve ser partido à mão e acompanhado de licores ou vinho da Madeira. Este bolo pode ser naturalmente conservado durante vários meses, mantendo as suas excelentes qualidades.

SABER FAZER

Misturam-se os diferentes ingredientes, não esquecendo o mel-de-cana. Para o fim ficam as frutas (nozes, cidra, amêndoa) e as especiarias (canela-da-Índia, cravo, cravo-da-Índia, erva-doce em pó, gengibre). No que respeita a este bolo, existe uma grande variedade de receitas de família que são religiosamente guardadas.

PRODUÇÃO

Confeccionado, em especial, por particulares que aceitam encomendas na época do Natal, altura em que a procura é muito grande. As pastelarias tradicionais e mesmo algumas indústrias de panificação também o produzem para comercializar.

CONTACTOS

Pastelaria Rosa
Rua do Seminário, n.º 41,
9100 Funchal

Camacheiras, Son. Conf.
e Pastelaria, Lda
Igreja — Camacha
9125 Camacha

Café Apolo
Rua Dr. António José de Almeida, n.º 21
9000 Funchal

BIBLIOGRAFIA

Clode, Luiza Helena, *Novos Guias de Portugal*, 1.ª ed., 1989.

Pereira, Eduardo C. N.,
Unha de Torção, 1984.



Resumo
Algarve

Bolo de Tacho de Monchique

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Bolo de Maio.

PARTICULARIDADE

Bolo escuro, compacto, cilíndrico e com forma de tacho.

DESCRIÇÃO

Bolo de cor muito escura, compacto, cilíndrico e com altura e diâmetro variáveis, conforme a dimensão do tacho em que é feito. O bolo é preparado com farinha de milho, açúcar, mel, banha, chocolate, erva-doce, canela q.b., café, azeite e raspa de limão que baste.

HISTÓRIA

Este bolo liga-se a tradição culinária das famílias agrícolas. Tem origem na época medieval. A receita foi aperfeiçoada no Convento de Nossa Senhora

do Desterro (fundado em 1631) e dinamizada pelos frades Franciscanos. O bolo era consumido em passeios pelos campos, sendo também hábito oferecê-lo a quem se visitasse.

Uso

Consome-se muito especialmente no dia 1 de Maio (Dia de Maio), acompanhado com aguardente de medronho. A tradição de Maio reflecte-se na própria linguagem. Diz-se, por exemplo, ir «desinaiar» ao campo. «Ataca-se o Maio», o que significa que logo pela manhã se come uma fatia de bolo com um copo de aguardente. «para o Maio não entrar». Como as receitas, de família para família, tem segredos próprios, o costume do 1 de Maio era que as vizinhas trocassem entre si os seus bolos e decidissem qual era o melhor.

SABER FAZER

Num alquidat coloca-se a farinha de milho, o açúcar, o mel, a banha, o chocolate, a erva-doce, a canela, a raspa de limão e o sal. Escalda-se a farinha com uma mistura de café muito forte e água, em partes iguais. Mexe-se muito bem até ficar homogênea. Junta-se o azeite e deixa-se repousar até ao dia seguinte. Nessa altura, unta-se um tacho com banha, cobrindo-se o fundo com azeite, e despeja-se a mistura. Cobre-se com azeite e vai ao forno a cozer.

PRODUÇÃO

Produzido por cerca de 2000 famílias de Monchique, vende-se em restaurantes e estabelecimentos comerciais locais. Embora se produza todo o ano, é mais frequente durante o mês de Maio. Dada a diversidade de produtores, é difícil quantificar a produção.

BIBLIOGRAFIA

- Gascon, A. J. Guerrero. «Sabido»
para a Monografia de Monchique. 1982.
Marreros, Gloria. 1994. *Algarve*. Porto:
Cotture de livro em livro.
ed. Joana Bourgoignie. 1999.



Receita
Alentejo

Bolo Podre

PARTICULARIDADE

Bolo grande, redondo, de cor castanho-amarelada, com sabor a mel e azeite e com a superfície normalmente decorada com amendoas.

DESCRIÇÃO

Bolo feito com farinha, mel, açúcar, azeite, ovos, aguardente, canela, casca de laranja e cravinho-da-Índia (facultativo). Amêndoas para decorar.

HISTÓRIA

É um bolu que, apesar de cozido em forno quente, requer um tempo de cozedura prolongado. Antigamente era fabricado com farinha de rolo (farinha com farelo) e cozido em forno de lenha após se ter efectuado a cozedura (semanal) do pão. É um bolo que se conserva durante muito tempo em recipientes fechados. Será que desse tempo prolongado de conservação provém a designação de -podre-? Como a maior parte dos

bolos da cozinha alentejana, leva especiarias, canela e eventualmente cravinho. É referenciado como receita pertencente às Irmãs Carmelitas do Convento de N.ª Sr.ª da Esperança, fundado em 1541. No rico Convento de Santa Clara fabricava-se já este doce, cerca do ano 1825.

Uso

Como guloseima, comido as fatias a qualquer hora do dia e como sobremesa.

SABER FAZER

Batem-se as gemas com o açúcar e depois com o azeite, o mel, a aguardente, a raspa da casca de laranja, a farinha, a canela e, finalmente, as claras batidas. Vai ao forno em forma de lata, de preferência recortada, bem untada com azeite para que o gosto do bolo não seja adulterado pela presença de outra gordura. Pode decorar-se a superfície da massa do bolo com amêndoas enfarinhadas para não irem ao fundo.

PRODUÇÃO

A produção anual é de várias toneladas, não sendo possível uma quantificação exacta, dado que é produzido em quase todas as pastelarias da região.

CONTACTO

Pastelaria Dora-Fina
Rua dos Abóites, n.º 29
9100 Beja

BIBLIOGRAFIA

- Lucas, Manuel. *Cozinha Regional Alentejana*. Alentejo: ed. Presença, 1987.
- Mirador, R. *1200 Receitas de Cozinha Alentejana*. Alentejo: ed. da Livraria Baratron, sem data mas com mais de 50 anos.
- Saramago, A. *Receitas e Tradições da Alentejo*. As Receitas e os Tradições Alentejanas. Colar: Editora Santa, 1991.



REGIÃO

Alentejo

Enxovalhada de Torresmos

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Bolema de Torresmos, Bolema Alentejana, Bolo de Massa Frita com Torresmos.

VARIANTES

Enxovalhada (sem torresmos, tal como fabricada em Portalegre).

PARTICULARIDADE

Bolo de massa de pão com torresmos e açúcar, polvilhado com canela e açúcar.

DESCRIÇÃO

Bolo preparado a partir dos restos da massa de pão adicionada com açúcar amarelo, torresmos e canela. Tem forma redonda ou rectangular, cor acastanhado-escura e pesa entre 1,5 a 2 kg. A maior parte das vezes

apresenta-se alto e fofo como o pão, embora nalgumas variantes seja mais baixo e pesado, dependendo do tipo e quantidade de fermento.

HISTÓRIA

É um bolo típico do Alentejo feito após a época da matança do porco, sendo impossível saber a sua origem. O termo -enxovalhada- significa qualquer coisa com aspecto feio e pouco limpo e deve-se sem dúvida à cor muito escura da massa resultante da presença da canela e dos torresmos. É um dos chamados -bolos dos pobres- pois na sua confecção não entram produtos dispendiosos, tais como os ovos e as amêndoas. Numa publicação recente, dedicada ao estudo da gastronomia alentejana, surgem duas receitas deste popular bolo. O outro nome que lhe é atribuído, -bolema-, poderá ser entendido como prova do especial humor alentejano que deriva a palavra bolo, amesquinhando-a e conotando-a com um bolo feito com matérias pouco nobres.

Uso

Consumido ao pequeno almoço ou ao lanche.

SABER FAZER

Aos restos da massa de pão mistura-se açúcar amarelo, canela e torresmos. Esta mistura, polvilhada com açúcar e canela, é colocada num tabuleiro untado e vai a cozer ao forno, geralmente de lenha. Depois de arrefecida, a Enxovalhada é cortada em quadrados grosseiros ou em fatias triangulares.

PRODUÇÃO

É impossível quantificar a produção face à dispersão dos produtores e à sua popularidade.

CONTACTO

Adriana do Isidro
7495 530900

BIBLIOGRAFIA

Valente, Maria Odete Lopes
Cozinha de Portugal - O Alentejo
ed. Circulo de leitores, 1994



Região
Algarve

Morgado de Amêndoa

VARIANTES

Morgadinhos – Bolos pequenos, de confeção idêntica

PARTICULARIDADE

Bolo em formato de queijo, com massa de amêndoa recheada de doce de gila (chila), fios de ovos e ovos moles.

DESCRIÇÃO

A massa exterior é feita com amêndoa, açúcar e água. O doce de gila faz-se com abóbora-gila e açúcar numa proporção de 4:1. O doce de ovos faz-se com gemas de ovos e açúcar em partes iguais. Os fios de ovos fazem-se cozendo gemas de ovos num xarope de açúcar. O bolo apresenta-se de cor branca de neve ou ligeiramente dourado se não leva cobertura. Tem cerca de 22 cm de diâmetro e pode ser enfeitado com flores ou frutos feitos de

mesma massa, pérolas prateadas e franjas de papel de seda. Normalmente tem 22 cm de diâmetro por 6 a 7 cm de altura.

HISTÓRIA

No século XV, a Infanta D. Maria de Portugal levou consigo, ao casar com Alexandre Farnese, uma compilação de receitas úteis. Entre essas receitas, embora sem referir o Algarve, a Infanta guardou a receita da massa da «Alcofa». A chamada doçaria fina (doces muito elaborados, feitos a base de amêndoas e ovos) é característica da zona costeira do Algarve, por oposição à doçaria mais rústica das zonas serranas, feita a base de massa de pão ou de figo. Por tradição as pastelarias não tinham fabrico próprio destes doces, encomendando-os às chamadas doceiras particulares. Assim, em Lagos, a Sr.^{ta} D.^{na} Anélia Taquelim foi uma das mais afamadas doceiras e, por curiosidade, informa-se que quem fabricava os doces era o seu marido. Mais tarde esta senhora abriu uma pastelaria com o nome de Casa de Taquelim Gonçalves. A casa ainda hoje é propriedade dos descendentes desta família.

USO

Embora se use com uma certa frequência, é sobretudo um bolo de festas, objecto de prenda mimosa em certas ocasiões e, sobretudo, em casamentos e baptizados, onde é o bolo central.

SABER FAZER

Com a amêndoa finamente ralada, o açúcar e a água, faz-se uma massa. Cerca de 2/3 da massa servem para fazer a «alcofa», com 22 cm de diâmetro e 3 dedos de altura. Esta alcofa é cheia com 1/2 chávena de doce de gila, 1 chávena de fios de ovos e 1 chávena de ovos moles. O doce de gila tem necessidade de um saber fazer próprio. Assim, a gila é partida sem recurso a utensílios metálicos e raspada com as mãos para que não adquira sabor a peixe. Quando a alcofa está recheada, viram-se os bordos para dentro e, com o resto da massa, faz-se uma tampa para a alcofa. Disfarça-se a união e contorna-se o morgado com uma tira de pano (como se faz para o queijo). Ao fim de duas horas pincela-se com clara de ovo e leva-se a forno esperto para adquirir cor dourada. Tradicionalmente, era depois coberto com uma papa de açúcar em pó para ficar muito branco. Ainda hoje tal prática é usada quando o bolo se destina a festas de noivado ou baptizados. O bolo é, normalmente, ricamente decorado com flores de massa e pérolas prateadas.

PRODUÇÃO

Não é possível quantificar, dada a grande dispersão dos produtores

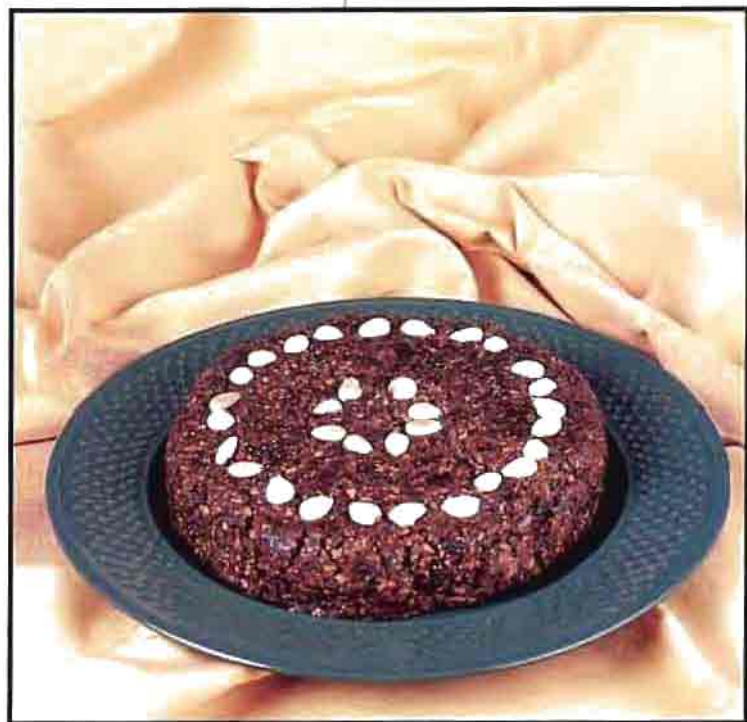
CONTACTOS

Casa Taquelim Gonçalves
Lagos

Pastelaria Almeida
Lagos (Portugal)

BIBLIOGRAFIA

Cocção de Cozinha da Infanta D. Maria
Código Português 1 E 11 da Biblioteca
Nacional de Nápoles. Cópia da
Imprensa Nacional – Casa da Moeda



REGIÃO
Algarve

Morgado de Figo

PARTICULARIDADE

Bolo em forma de queijo, feito com figo e amêndoa. Pode apresentar-se com outras formas (barco, peixe, viola, galinha, livro, etc.).

DESCRIÇÃO

O Morgado de Figo é preparado com uma massa de figo torrado, amêndoa torrada, açúcar e chocolate em pó (pode levar erva-doce, raspa de casca de limão e canela). Tem cor escura e peso e dimensões variáveis consoante o formato. Quando em forma de queijo, tem cerca de 10 cm de diâmetro.

HISTÓRIA

Silva Lopes escreve - „ assim como varias figuras matizadas com o mesmo figo, miolo de pinhao e amêndoa - „, o que julgamos ser uma referência a massa de figo com amêndoa de que é feito o Morgado de Figo. Thomaz Cabreira escreve que - „ este, como os restantes doces de figo - com

exceção do Morgado de Figo — parece-nos ser de origem popular e justifica-se pela produção tradicional de figos nesta região. O Morgado de Figo considerado como sendo o melhor e o fabricado por M.^{te} Conceição Cabral.

Uso

Como gulodice, a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Torrar-se os figos e as amendoas e moem-se separadamente. Faz-se um xarope de açúcar em ponto de estrada ao qual se junta canela, raspa de limão, erva-doce e chocolate em pó. Junta-se a amendoa e leva-se ao lume a ferver um pouco. Acrescenta-se depois o figo, mexendo sempre. Despeja-se a massa numa tábua coberta com açúcar pife e deixa-se arrefecer. A seguir, moldam-se os bolos com as formas que a imaginação ditar (mas tradicionalmente com a forma de queijo) e deixam-se secar.

PRODUÇÃO

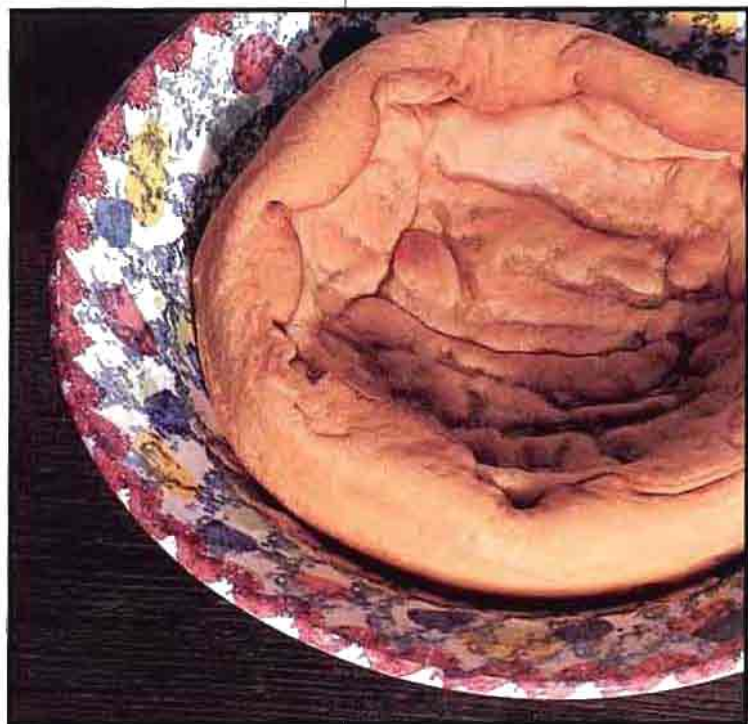
Vendem-se em todas as boas pastelarias do Algarve.

CONTACTO

Café Regional – Pastelaria Frolha
Largo S. Sebastião, n.º 7
4200-5, Brás de Alportel

BIBLIOGRAFIA

Cultura: Thomas, *Aventura Económica*
Imprensa Literária da Silva, Lisboa, 1991.
Silva Lopes, J. B., *Cartografia ou
Memória Económica. Estâncias
e Topografia do Reino de Alentejo*
(II vol. ed. Algarve em Foco,
do original é de 1941)



Origem:

Lisboa e Vale do Tejo

Pão-de-Ló de Alfeizerão

PARTICULARIDADE

Bolo muito leve e fofo, redondo e côncavo ao centro. Vendido apenas no local de fabrico.

DESCRIÇÃO

Bolo preparado com ovos, açúcar, farinha, sal e aguardente vinica que baste. O bolo é extremamente leve e frágil, sendo por isso vendido apenas no local de fabrico. Apresenta-se no comércio em caixas de cartão com o logotipo da fábrica. Outrora, a fita que envolvia a embalagem levava um selo de chumbo, garantindo a genuinidade do produto. Existem quatro tipos de embalagem: grande, média, média pequena e pequena, consoante o formato do bolo.

HISTÓRIA

A sua história perde-se no tempo. Contudo, cre-se que tenha tido origem no Mosteiro de Santa Maria de Cos (Alcobaça) e que seja resultante de receitas ancestrais de freiras, cujo culto culinário fez escola na região, tendo a vila de Alfeizerão sido considerada a herdeira da receita. Sabedor do segredo, o prior de então, Padre João Maros Vieira, por uma questão de sobrevivência durante a Revolução de 1910, iniciou, com a ajuda de familiares e amigos, a confecção e comercialização deste produto. A estrada de ligação Lisboa-Porto passava, então, por Alfeizerão e os motoristas cedo adquiriram o hábito de aí pararem para comprar o tão apreciado bolo. Na gíria dos motoristas, o bolo também se chamava o «Pão-de-Ló do Preto» porquanto a porta da loja existiam dois bonecos pintados de preto. Se o empregado não estivesse, o cliente pegava no bolo embalado e selado e deixava o dinheiro no balcão, numa demonstração de honestidade já rara nos nossos tempos.

Uso

A qualquer hora do dia, como guloseima. Ainda hoje há motoristas que se desviam da estrada principal para ir comer uma fatia de bolo.

SABER FAZER

Batem-se os ovos com o açúcar, o sal e a aguardente (a maior parte dos ovos não leva a clara). Bate-se durante muito tempo, até a massa crescer consideravelmente, e a seguir junta-se a farinha e continua-se a bater. Coloca-se a massa na forma untada e leva-se ao forno a temperatura adequada (um dos segredos de fabrico), colocando um papel pardo por cima da forma, o que também favorece a cozedura do lo (creme). A medida que vai crescendo, vai-se molhando com os dedos a base para o lo (outro segredo de fabrico). O bolo deve ficar fofo e húmido. Quando pronto, forra-se a caixa de embalagem com papel vegetal, formando uma cruz. Coloca-se o bolo e puxam-se as folhas de papel de forma a cobrirem o bolo.

PRODUÇÃO

O bolo é vendido a fatia em algumas pastelarias e restaurantes do concelho e na sua embalagem própria no local de fabrico — Casa do Pão-de-Ló de Alfeizerão.

CONTACTO

Casa do Pão-de-Ló de Alfeizerão
2455 Alfeizerão

BIBLIOGRAFIA

Dados bibliográficos cedidos da
Sr.^a D.^a Maria Lma Vieira Pinto
sobrinha do Padre Maros Vieira
e proprietária da Casa do Pão-de-Ló
de Alfeizerão



Região:
Norte

Pão-de-Ló de Margaride

PARTICULARIDADE

Bolo muito leve, redondo, com um buraco ao centro, envolvido no papel em que foi cozido e tradicionalmente partido e comido a mão.

DESCRIÇÃO

Apresenta forma redonda, com orifício central, diâmetro de cerca de 40 cm e altura de 12 cm. A cor é amarelo-ouro no interior e amarelo-torrada por cima. Apresenta textura muito suave. Os ingredientes são os ovos, açúcar e farinha.

HISTÓRIA

Uma mulher de nome Clara Maria, falecida a 27 de Novembro de 1831, começou a fabricar o pão-de-ló numa casa de telha e colmo na freguesia de Margaride. Após a sua morte, o marido, o Sr. Antonio Felix, continuou a fabricar o bolo, tendo em sua companhia Leonor Rosa que, após um

segundo casamento, em 1875 comprou a casa onde actualmente está instalada a fábrica de Pão-de-Ló de Margaride – Leonor Rosa da Silva, Sucessor – Por carta particular, timbrada com as armas de Suas Altezas Reais os duques de Bragança, datada do Paço de Belem, em 5 de Dezembro de 1888, e assinada pelo conde de S. Mamede, foi informada Leonor Rosa da Silva que lhe foram concedidas as honras de fornecedora da Real e Ducal Casa de Bragança, podendo usar as armas ducais, conforme o modelo que está na casa. As armas têm a encima-las uma coroa ducal e, por timbre, um dragão. O rei D. Carlos concede-lhe alvará a 22 de Abril de 1893, autorizando o uso das armas reais portuguesas no frontispício do seu estabelecimento.

Uso

É um bolo tradicional da Páscoa, figurando sempre com lugar de destaque na mesa para a visita pascal. Também faz parte da doçaria do Natal, sendo igualmente consumido ao longo do ano, acompanhado de vinho do Porto.

SABER FAZER

Batem-se os ingredientes (farinha, ovos, açúcar) em batedores de madeira. Vai ao forno de abobada de barro em formas também de barro, revestidas interiormente com papel.

PRODUÇÃO

Um só produtor – Leonor Rosa da Silva, Sucessor – que possui o exclusivo de varias marcas (16) de registo e propriedade industrial. Produzem-se cerca de 35 kg por semana, com um forte acréscimo na altura da Páscoa.

BIBLIOGRAFIA

Guia de Alimentação dos Alentejanos
da Casa Henriques, 194, do livro 9,
em 11 de Maio de 1993.

Guia de Registo de Recreios
In: *Guia 1992 – Fornecedora da Casa Real*, passado pela 1ª Repartição
(Propriedade Industrial) da Direcção-
Geral de Comércio e Indústria do
Ministério das Obras Públicas,
em 20 de Maio de 1995.

Revista dos Tribunais do Porto, 38
ano, n.º 176, de 16 de Abril 1990, a
qual foi publicada a sentença e os
acordos de registo de marca.



Bolão
Centro

Pão-de-Ló de Ovar

PARTICULARIDADE

Pão-de-lo tendido em forma redonda e baixa, com uma zona húmida junto à capa da superfície

DESCRIÇÃO

Bolo batido sem gordura, muito fofo, que cresce devido ao ar «aprisionado» pelos ovos ao serem batidos com o açúcar. Tem forma cilíndrica e cerca de 25 cm de diâmetro e 6 cm de altura

HISTÓRIA

Forjaz de Sanjaio, na sua obra sobre gastronomia, ao tratar de guloseimas e lambarices, refere «pão-de-lo, celestes e beijos de Ovar». A indústria deste pão-de-lo tem mais de dois séculos de existência na vila. A notícia mais antiga é-nos dada pelo Padre M. Rodrigues Lirio: «Em 1871 são obsequiados com o pão-de-lo de Ovar os padres que levam o andor na procissão

do Senhor dos Passos.» Esta indústria teve grande incremento entre 1790 e 1890, dado que os owarenses que trabalhavam no Tejo, os «fragateiros», levavam para Lisboa canastras de pão-de-ló para presentear os donos das fragatas. Ainda em 1877, M. Gomes informa que «na confeitaria, tornaram-se notáveis o pão-de-ló e os ovos moles, rivais dos de Aveiro». Em meados de Agosto de 1917, principiou o reclamo deste bolo assumindo Manuel Gomes Pinto, em 1926, a gerência da pastelaria que o fabricava. Num artigo sobre doçaria monástica de H. Marçal também é citado dizendo-se que «é diferente dos outros e mais humedecido». A pastelaria referida nos contactos, por exemplo, tem mais de século e meio de existência.

Uso

Como guloseima, mas principalmente como sobremesa ou em festas, acompanhado de vinho do Porto

SABER FAZER

O peso de açúcar deve ser igual ao das gemas de ovo e o de ovos inteiros o dobro da farinha. As gemas desclaradas, os ovos inteiros e o açúcar tem de ser batidos em conjunto até ficar um batido bastante cremoso. A farinha deve ser adicionada ao batido, a pouco e pouco, misturando-se cuidadosamente a mão, de baixo para cima. O batido deve ser colhido a mão e depositado em pequenas porções nas formas forradas de papel branco fino. Este tipo de pão-de-ló deve ser cozido a temperatura moderada e desenhado antes da cozedura final, evitando-se que a capa estale para que a zona húmida se apareça ao partir.

PRODUÇÃO

Fabrica-se em algumas pastelarias e padarias-pastelarias do País e mais precisamente nos concelhos do distrito de Aveiro.

CONTACTOS

Casa S. Luís
Rua Dr. José Falcão
3800-030
Confeitaria Progresso
Rua Elias Garcia II, 10
3800-030

BIBLIOGRAFIA

Gomes, Marques. *O Distrito de Aveiro*
p. 290
Lino, Padre Manuel Rodrigues.
Os Cozidos, p. 101
Marçal, Horácio. *Doçaria Monástica*
in *Revista de Etnografia*, vol. XIV,
tomo I, Janeiro, 1970
Sampaio, Albino Forjaz.
Yllupia - A Nova Arte
a Gastronomia, p. 198



REGIÃO

Lisboa e Vale do Tejo

Pão-de-Ló de Rio Maior

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Pão-de-Lu (Cláudia (marca comercial))

PARTICULARIDADE

Bolo cuja parte central apresenta uma consistência cremosa, a que se chama ló.

DESCRIÇÃO

Bolo de ovos, farinha e açúcar, de forma redonda e cor amarelo-torrada. Pesa 250 ou 800 g e o diâmetro é de, respectivamente, 20 a 25 cm. É apresentado em caixas individuais de cartão.

HISTÓRIA

O Pão-de-Ló de Rio Maior começou a ser produzido há 30 anos pela Sr.ª D. Maria Alice Sequeira, que iniciou a sua actividade pelo Pão-de-Ló caseiro de Alfeizerão e foi depois modificando a receita até conseguir a fórmula

própria do Pão-de-Ló de Rio Maior actual. Vendeu depois a patente aos Srs. Joaquim Costa Nazare e Joaquim Luis Vicente da Silva, tendo este posteriormente vendido a sua parte ao primeiro. O bolo começou a ser apreciado e foram os próprios consumidores a divulgar o produto aos amigos e conhecidos. O seu consumo estende-se aos concelhos de Rio Maior, Pombal, Lisboa, etc. Hoje, o Pão-de-Ló de Rio Maior tem participação na Feira das Tasquinhas de Rio Maior, Feira Nacional de Agricultura de Santarém e feiras gastronómicas em diversos locais do País, como Porto, Vila do Conde e Barcelos. E ainda referenciado como fazendo parte da gastronomia local em roteiros turísticos das Regiões de Turismo do Oeste e no Guia de Fornecedoros da Indústria Hoteleira e similares.

Uso

É um bolo de sobremesa, sendo consumido em maior quantidade no Carnaval e na Páscoa.

SABER FAZER

A mistura de ovos, açúcar e farinha é levada a cozer a temperatura de 240 °C.

PRODUÇÃO

Existem dois produtores de Pão-de-Ló de Rio Maior, produzindo um deles com a marca comercial -Claudia-. A produção é estimada em 17 000 unidades por ano.

CONTACTO

Restaurante Sucursal
Pastelaria Zaira, Lda
Rua do Fado
Entrada Nacional n.º 1
2090 Rio Maior

BIBLIOGRAFIA

Guia do Oeste, publicação
da Região de Turismo do Oeste
Tradução oral



Região
Alentejo

Pão de Rala

VARIANTES

Com chocolate Sem chocolate.

PARTICULARIDADE

Bolo redondo, com a forma de pão de trigo ou de milho, recheado de doce de ovos (fios de ovos e ovos moles) e de gila e com cor variável, conforme tenha ou não chocolate

DESCRIÇÃO

Bolo confeccionado com açúcar, amêndoas, gemas e alguma água para formar uma pasta denominada -especie- que forma o involucro do -pão-. Este é depois recheado com fios de ovos, ovos moles e doce de gila. Leva ainda raspas de casca de limão e, eventualmente, chocolate. Utiliza-se farinha como auxiliar de manipulação

HISTORIA

Doce conventual da região de Évora, com variantes que incluem trouxas de ovos no recheio e podem levar ou não chocolate. Como a maior parte dos doces conventuais desta região, leva doce de gila. O Pão de Rala é referido no manuscrito datado do século XVIII que contém as receitas dos bolos confeccionados pela irmãs do Mosteiro de Santa Clara de Évora, fundado no século XIV. Este manuscrito narra que a receita foi cedida às Clarissas pelas irmãs do Convento de Santa Helena do Calvário. O termo -espécie- que aparece na receita provém talvez do facto de grande parte da doçaria desta região ser confeccionada utilizando especiarias (popas de espécie, bolos de espécie, etc.)

Uso

Como sobremesa de grande magnificência, em dias de grande festa. Dá-se o nome de merenda a um conjunto de doces constituído por Pão de Rala e uma azetoneira com azetónas doces e um chouriço doce, feitos com a mesma massa do Pão de Rala e, ainda, um queijinho-do-céu.

SABER FAZER

Para a espécie (camada exterior), faz-se uma calda de açúcar, juntam-se as amêndoas raladas, os ovos e a raspa da casca de limão e leva-se a lume branco, mexendo com um movimento de vaivém. Se se quiser imitar pão de milho, junta-se agora o chocolate. Quando a espécie arrefece, estende-se sobre uma placa de lata ou de madeira de modo a formar uma rodela sem fendas. No centro da rodela colocam-se em monte, em camadas alternadas, fios de ovos e doce de gila previamente misturado com os ovos moles. Puxa-se a espécie para cima dando-lhe o feito de um pão de trigo ou de milho. Coloca-se, por deslizamento, sobre farinha (com a altura de 1 cm) num tabuleiro que se leva a forno. Retira-se do forno e só se tira do tabuleiro depois de frio. No recheio podem empregar-se trouxas de ovos.

PRODUÇÃO

Só é produzido nas melhores pastelarias, normalmente por encomenda, e nos restaurantes de grande qualidade, onde é apresentado como sobremesa de enorme requinte. Estima-se a produção anual em cerca de 500 kg.

CONTACTOS

Restaurante Hálhu

Travessa dos Blaqueiros, n.º 10,
3000 Évora

Pastelaria Violeta

Rua José Elias Garcia, n.º 47,
3000 Évora

BIBLIOGRAFIA

Costeiras de Beja, de: *Tratado de*
Cozinha e Confeitaria, 1743

Modesto, Maria de Lourdes
Cozinha Tradicional Portuguesa
ed. Verbo, 1982

Rosa, João C. *Agência A Janela*
de Beja, 1940

Saramago, Alfredo, *Receitas*
Conventuais de Beja, 2.ª edição
Colares Editora, Lisboa, 1992
Tradução oral



Região
Alentejo

Porquinhos de Doce

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Porca de Beja

PARTICULARIDADE

Doce de amêndoa com chocolate, armado em forma de porco dentado de lado sobre um guardanapo de papel rendado. Pode apresentar-se com vários tamanhos e formatos, sendo os maiores os mais decorados. Aparece, por vezes, com a forma de uma porca a amamentar os leitõesinhos e decorado com bolotas feitas da mesma massa.

DESCRIÇÃO

Doce fabricado com massapão corado de castanho, pela adição de chocolate, recheado com doce de ovos, doce de gila e fios de ovos. Pode também levar trouxas de ovos.

HISTÓRIA

Sendo o porco o animal que entra primordialmente na alimentação das populações alentejanas e sendo a época do Natal a época por excelência das matanças, começou há muitos anos a ser fabricado numa pastelaria de Beja um doce de Natal com a forma de um porco. O seu peso varia entre 1 kg até cerca de 2 kg e é armado em massapão de cor castanha, pela adição de chocolate, para ter a cor do porco de raça alentejana ... é constituído por pequenas peças modeladas em feito de porcos ... recheadas de doce de ovos, tem um revestimento de chocolate e como decoração, pequenos ramos de bolotas e discos relativos a intenção. Costuma ser apresentado em caixas de cartão mais ou menos decoradas ... Este doce foi também descrito como um «mimo» do Convento do Paraíso.

Uso

Como gulodice e sobremesa durante todo o ano. Muito utilizado para oferta na altura do Natal.

SABER FAZER

Sendo a receita um segredo bem guardado pelas casas que o fabricam, pode dizer-se que o porco é modelado sobre uma folha de papel branco, alternando camadas de fios de ovos, doce de gila e doce de ovos (ovos moles). O recheio é coberto com uma camada bem lisa de massapão de cor castanha, dando-lhe a forma de um porco deitado. Espetam-se duas contas de vidro no local dos olhos e pode enfeitar-se, no dorso, com folhas de azinheira feitas de chocolate e com frases alusivas ao que se deseja festejar.

PRODUÇÃO

A produção anual está estimada em 4000 unidades.

CONTACTOS

Pastelaria Doce Fino
Rua dos Olivais 10 - 2.º
2610-010 Beja

Pastelaria tur da Rocha
Rua da Igreja dos Franciscos
800-000 Beja
9100-000 Beja

BIBLIOGRAFIA

Castro e Brito, 1996, p. 100, 101, 102
no âmbito do projecto cultural
denominado: Tradição 1990

Local Festivo - Tradição
1990, p. 100, 101, 102, 103, 104
1990, p. 100, 101, 102, 103, 104

Tradição



Região:
Algarve

Queijo de Figo

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Queijo de Maio

PARTICULARIDADE

Bolo em forma de queijo grande, feito com figo e amêndoa, em camadas

DESCRIÇÃO

O Queijo de Figo é preparado com camadas de figos espalmados, intercaladas com camadas de amêndoas sem pele. Tem cor escura (ao corte aparece salpicada de branco) e peso e dimensões variáveis com o formato.

HISTÓRIA

Silva Lopes escreve: «assim como várias figuras matizadas com o mesmo figo, miolo de amêndoa e pinhão», o que julgamos ser uma referência a massa de figo com amêndoa de que é feito o Queijo de Figo. Thomaz

Cabreira refere que –este, como os restantes doces de figo – com excepção do Morgado de Figo – parece-nos ser de origem popular e justifica-se pela produção tradicional de figos nesta região- É um doce usual nas regiões serranas algarvias.

Uso

Como gulodice, a qualquer hora do dia. Tradicionalmente comia-se no dia 1 de Maio, dia em que por tradição se ia merendar ao campo.

SABER FAZER

Os figos e as amêndoas não são torrados. Cortam-se os figos secos espalmados na horizontal e as amêndoas peladas em lascas. Dentro de um cincho de folha ou uma tira de empreita, armada em rodela sobre a banca enfarinhada, dispõe-se uma camada de figos, cobre-se com aparas de amêndoa e borrija-se com aguardente. Continua-se assim até encher o molde acabando numa camada de figos. Coloca-se um peso por cima e fica assim durante meses. Tradicionalmente fazia-se com forma de pequenos queijos de cerca de 10 cm de diâmetro, mas, sendo uma massa moldável, pode aparecer sob as mais variadas formas: barco, mapa, fogareiro, etc.

PRODUÇÃO

Vende-se em todas as pastelarias do Algarve.

CONTACTO

Lado Regional – Pastelaria Ervilha
Largo S. Sebastião, 11-1
8500-5, Braço de Alportel

BIBLIOGRAFIA

Cabreira, Thomas, *Algarve Económico*,
ed. Imprensa Libano da Silva,
Lisboa, 1998.
Silva Lopes, J. B. *Cartografia ou
Memória Económica. Cartografia e
Topografia do Reino de Alentejo*
1. vol. ed. Algarve em Foco
(o original e o digital)



Bolo de
Alentejo

Teca-Meca

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Teçulameco

VARIANTES

Toucinho-do-Céu

PARTICULARIDADE

Bolo de forma circular e tamanho pequeno ou médio. Tem cor branca por ser coberto com calda de açúcar.

DESCRIÇÃO

Bolo feito a base de ovos, açúcar, amêndoa, manteiga, canela e banha (antigamente era confeccionado com toucinho de porco de raça alentejana). A sua cor interior é castanho-dourada.

HISTÓRIA

Existem no Alentejo mais de uma dúzia de toucinhos-do-ceu, toucinhos rançosos, toucinhos dos Duques, etc. Outrora, em Portalegre, havia uma certa rivalidade entre os dois conventos da cidade, o das Bernardinas e o das Clarissas, e cada um deles esforçava-se por suplantar o outro na confecção das melhores doçarias. Apareceram assim receitas semelhantes, como a do Tecula-Meca, possivelmente inspirada na do toucinho-do-ceu. Mas a do Tecula-Meca difere deste pelo seu aspecto final e pela sua composição, o que faz dele uma doçaria original e típica da Vila do Crato.

Uso

Consumido como sobremesa ou ao lanche com chá.

SABER FAZER

Faz-se uma calda de açúcar, deixa-se arrefecer e juntam-se os outros ingredientes. Misturam-se bem e enforma-se numa forma untada com banha e salpicada com farinha. Após a cozedura, retira-se do forno e desenforma-se, deixa-se arrefecer e cobre-se com uma calda feita com açúcar e clara de ovo.

PRODUÇÃO

Calcula-se em 15 unidades por semana.

BIBLIOGRAFIA

Quirino, José, *Dieta de Bem Comer*, ed. Assaio e Alentejo, 1987.

Rosa, João, *O Alentejo e a Arte da Cozinha*, 1941.



Região
Alentejo

Toucinho-do-Céu

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Toucinho-do-Céu da Madre Abadessa

PARTICULARIDADE

Doce com o aspecto de bolo redondo, com o formato de um queijo com cerca de 15 a 20 cm de diâmetro e abundantemente polvilhado com açúcar em pó.

DESCRIÇÃO

Doce feito com farinha, miolo de amêndoa pelada, ovos, manteiga, canela, açúcar e uma pitada de cravinho-da-Índia em pó

HISTÓRIA

Doce conventual que faz parte da doçaria tradicional portuguesa, pois adquiriu carácter nacional a partir do século XIX. Conhecem-se várias receitas de Toucinho-do-Céu que correspondem às várias regiões do País,

sendo a do Alentejo característica pela utilização de especiarias, em que a cozinha alentejana é pródiga. O seu nome deve-se, possivelmente, ao seu aspecto, que é semelhante ao de uns doces fabricados com toucinho moído, e que são conhecidos por toucinhos. O Convento de Santa Mónica foi o primeiro da sua ordem em Portugal. Foi extinto em 11 de Fevereiro de 1881. Entre 1790-92, o convento sofreu uma convulsão interna descrita sob a forma de uma história monástica. Nessa história aparecem referências a alguns doces do convento, entre os quais o Toucinho-do-Céu.

Uso

Como sobremesa e guloseima de requinte

SABER FAZER

Misturam-se os ovos, açúcar, manteiga, cravinho e canela. Junta-se a amêndoa ralada e a farinha. Vai ao forno em forma bem untada e coberta com uma espessa camada de farinha. Depois de desenformado, raspa-se o excesso de farinha e cobre-se com açúcar em pó. Pode servir-se em fatias individuais passadas por calda de açúcar e canela.

PRODUÇÃO

Tratando-se de um doce de preparação demorada, apenas é possível quantificar a produção em restaurantes e pastelarias de grande qualidade, onde normalmente é preparado por encomenda. No presente caso, estima-se a produção em 600 kg por ano.

CONTACTO

Restaurante Fialho
Travessa dos Mercadores, 45 - 10.
2000 Évora

BIBLIOGRAFIA

Nicollin, B. (2002) *Monumentos de Évora: Doces, Pastéis e Bolo e Seres*, ed. da Livraria Barateira sem data, mas com mais de 50 anos.

Monteiro, Florival. *Dez anos Centenários e Tradições*, ed. Nerbe, 1998.

Pereira Gabriel. *As Cidades das freiras*, 10. Revista Ilustração, ed. Livraria António Maria Pereira, ano 1, n.º 1, Lisboa, 1980.



REGIÃO
Norte

Toucinho-do-Céu de Murça

PARTICULARIDADE

Bolo rectangular, de cor muito amarela e polvilhado com açúcar em pó.

DESCRIÇÃO

Bolo feito com açúcar, amêndoa, doce de leite, ovos e farinha de trigo. Normalmente tem forma rectangular, cor amarela e textura húmida. O peso varia consoante a encomenda.

HISTÓRIA

João Luís Teixeira Fernandes diz-nos o seguinte: "... originários da gastronomia conventual, estes doces são, de facto, uma herança das freiras Beneditinas que durante séculos estiveram instaladas num mosteiro existente nesta vila até finais do século XIX. O segredo de fabrico foi guardado pela exímia Sr.^{ta} D.^{ta} Serafina Rosa Alves, empregada doméstica naquele convento, sendo ainda hoje religiosamente guardado pela sua

neta, Sr. D. Hermínia Alves, actual proprietária da Casa das Queijadas-. Em 1992, António Luís Pinto da Costa escreveu -O convento deixou-nos um bom receitairo, que infelizmente se vai perdendo. As pessoas detentoras do segredo vão-se finando,..., continuando a afirmar -. «O Toucinho-do-Ceu, única iguaria a oferecer a Jesus Cristo, se acaso ele voltasse a este mundo, diziam...»

Uso

Comido a qualquer hora do dia, sendo muito apreciado como sobremesa

SABER FAZER

O açúcar vai ao lume com um copo de água até ficar em ponto de fio. Junta-se o doce de gila e, um pouco depois, as amêndoas raladas bem enxutas. Ferve até ficar em ponto de espadana ralo e retira-se do lume. Deixa-se arrefecer um pouco e juntam-se as gemas. Num tabuleiro untado, espalha-se a farinha, deixando-se depois o doce, que vai ao forno a secar. Depois de frio, polvilha-se com açúcar em pó.

PRODUÇÃO

Cerca de 1500 por ano, sendo normalmente feito por encomenda

CONTACTO

Casa das Queijadas
5010-014 Leiria

BIBLIOGRAFIA

Costa, António Luís. *O Fracalho de Queijadas*. da Câmara Municipal (1994).

Fernandes, Luís Teixeira
Queijadas: Genética e Tradição (1995)



REGIÃO

Alentejo

Toucinho Rançoso

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Bolo Rançoso.

PARTICULARIDADE

Bolo redondo, cozido no forno completamente polvilhado com farinha, para formar crosta e não ganhar cor

DESCRIÇÃO

Bolo redondo de cor dourada, com cerca de 15 a 20 cm de diâmetro e 3 a 5 cm de altura. Fabricado com amêndoa, ovos, açúcar, doce de gila, farinha e manteiga

HISTÓRIA

Era costume nos conventos as freiras dedicarem parte do seu tempo a preparação de doces. Sendo a gula um dos sete pecados mortais, diz-se

que o nome lhe advém de uma resposta dada por uma freira ao seu confessor, que a teria apanhado em flagrante, pecando por gula. -Que esta a comer, irmã?-, terá perguntado. -Toucinho rançoso, padre. - E assim ficou conhecido este delicioso bolo.

Uso

Como sobremesa ou guloseima

SABER FAZER

Faz-se uma calda de açúcar em ponto de pasta. Misturam-se todos os ingredientes, batem-se e leva-se a cozer no forno, em forma untada com manteiga e polvilhada com farinha, a temperatura baixa. Cobre-se o bolo com farinha para tomar crosta e não ganhar muita cor. Após a cozedura, retira-se do forno, escova-se a farinha que não aderiu e pode polvilhar-se com açúcar.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 5000 kg.

CONTACTO

Restaurante Tralho

Travessa das Mascarenhas 10 - 46100-110
Vila Verde

BIBLIOGRAFIA

Modesto, Maria de Lourdes.
Cozinha Tradicional Portuguesa
ed. Verbo, 1982

Saramago, Alfredo
Receitas Conventuais de Portugal
2.ª ed. Colares Editora, Santa Cruz,
Leituras da Cozinha Tradicional
Portuguesa ed. Selecções da
Reader's Digest, 1.ª ed., 1984.



bolos pequenos
* { **bolos pequenos**



Região

Norte

A Bella Queijadinha de Barcelos

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Queijadinhas, Queijadinhas de Barcelos.

PARTICULARIDADE

Bolo em forma de estrela de cinco bicos ou de charuto, com uma capa de açúcar branco e recheado com um doce feito a base de amêndoa e frutos em calda.

DESCRIÇÃO

A Bella Queijadinha de Barcelos apresenta-se sob duas formas: em estrela de cinco bicos e em forma de charuto. A massa do recheio é envolvida em hostia e, depois de lhe ser dado o formato, a queijadinha vai ao forno a cozer. Quando sai do forno é mergulhada numa calda de *fondant* e seca ao ar, o que lhe dá uma cor branca. A base do recheio é uma massa de amêndoa com frutos em calda, queijo branco fresco e ovos triturados até

ficar com uma consistência de papa. Depois de pronta, a queijadinha tem uma consistência macia, embora o involucre seja estaladiço.

HISTÓRIA

A queijadinha com o nome de A Bella Queijadinha de Barcelos surgiu por volta de 1900, na Confeitaria Salvação de Barcelos, que sempre a fabricou e a registou com aquele nome. Embora se encontrem nessa região outras confeitarias a fabricar produtos similares, a verdadeira queijadinha é a de Barcelos. A receita foi passada aos descendentes, sempre oralmente, até a actual geração, que é a quinta. A confeitaria, apelidada em 1830 de Confeitaria Confiança, mudou o seu nome para Salvação, por volta de 1850, devido ao hábito que o seu proprietário, o Sr. Manuel Joaquim Duarte Ferreira, tinha de jurar pela sua salvação - que os doces eram da última fornada. Assim, os clientes passaram a chamar-lhe o Salvação. O Sr. Manuel Joaquim apreciou o nome e fê-lo acrescentar aos seus apelidos, mudando também o nome a confeitaria. Estes dados constam do Historial da Confeitaria Salvação.

USO

Como sobremesa ou gulodice a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Trituram-se frutos em calda (laranja em maior proporção, maracujá, damasco, pêssego), amêndoa e um pouco de queijo branco até formar uma papa que vai ao lume a engrossar com gemas de ovos. Depois da pasta fria acrescenta-se miolo de amêndoa ralado para dar o ponto de enformar. Embrulham-se em hostia, dando-se a umas a forma de estrela e a outras a forma de charutos. Vão ao forno a secar, sendo seguidamente mergulhadas numa calda de açúcar feita com água e claras em castelo, o que lhes dá depois de secas uma cor branca.

PRODUÇÃO

Apenas a Confeitaria Salvação faz a verdadeira queijadinha, embora se possam encontrar similares nas confeitarias do Porto e de Fatima.

CONTACTO
Confeitaria Colonial
4700 Barcelos

BIBLIOGRAFIA
Historial da Confeitaria Salvação



REGIÃO

Lisboa e Vale do Tejo

Areias Brancas

PARTICULARIDADE

Bolos em forma de tronco de cone baixo, amarelo-dourados e polvilhados com açúcar.

DESCRIÇÃO

Bolos apudínados, preparados a partir de gemas de ovos, amêndoa e açúcar. Medem na base maior 5,5 cm, na menor 3,5 e têm de altura 2,5 cm e pesam cerca de 50 g. Têm cor amarela e são polvilhados com açúcar. A sua textura é cremosa. Apresentam-se no comércio em caixas de 6, sendo cada unidade revestida de papel branco plissado.

HISTÓRIA

São bolos tradicionais da Praia da Areia Branca (donde lhe vem o nome), perto da Lourinhã. Pensa-se, contudo, que os bolos tenham tido a sua origem num dos conventos da região. Actualmente, estes bolos são confecciona-

dos numa pastelaria, que justamente se chama Casa das Areias Brancas. E esta casa a detentora da marca registada. A sua proprietária, Sr.^a D.^a Zélia Paula Fortunato Pereira, aprendeu a fazê-las com a sua sogra que, por sua vez, tinha aprendido a receita com a mãe.

Uso

Muito apreciadas como sobremesa, comem-se contudo a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Pisa-se muito finamente a amendoa (e nesta operação que está o segredo do doce), mistura-se o açúcar e as gemas de ovos. Deita-se a mistura em formas previamente untadas. Vão ao forno a alourar. A temperatura é determinante para a consistência final do bolo.

PRODUÇÃO

Produzem-se diariamente cerca de 1000 Areias Brancas.

CONTACTO

Casa das Areias Brancas
Eduardo Regueira
2530-100 Alentejo

BIBLIOGRAFIA

Entrevista feita à Sr.^a D.^a Zélia
Fortunato Pereira
Tradição oral



REGIÃO

Alentejo

Azevia

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Farto.

VARIANTES

Azevia de Grao. Azevia de Batata-Doce. Azevia de Gila. Azevia de Feijão.

PARTICULARIDADE

Pastel frito, constituído por uma camada exterior de massa tenra em forma de meia-lua, chata e alongada, recheado com doce geralmente de grao, de batata-doce ou de gila. Estes doces também podem levar amêndoa.

DESCRIÇÃO

Pastel frito, com cerca de 8 cm de comprimento e forma de meia-lua, coberto com açúcar e canela. A massa é feita com farinha, ovos, banha, azeite, água e sal. Pode levar sumo de laranja. Recheia-se com doce.

HISTÓRIA

A azevia é um peixe parecido com o linguado. Entre este doce frito e o referido peixe existe apenas a coincidência do formato — chato e alongado. Trata-se de um pastel em que a base de massa tenra e igual para todos os recheios. Sendo um dos -fritos- muito típicos do Carnaval, era usual rechear-se com bocados de algodão para oferecer às pessoas com quem se queria brincar. Fazendo estas histórias parte da tradição oral desta região, nem por isso deixam de estar referenciadas no tempo. Assim, este doce é referido tanto nos *Cadernos de Refeitório* como no *livre de Receitas do Convento de Santa Clara* e a sua expansão a doçaria regional deve-se à extinção das ordens religiosas com a correspondente laicização das receitas.

Uso

Como guloseima, a qualquer hora do dia, e em especial no Natal e no Carnaval.

SABER FAZER

Deita-se a farinha num recipiente e escalda-se com as gorduras quentes. Junta-se água ou sumo de laranja, amassa-se e deixa-se repousar para que a massa fique elástica. Estende-se, colocam-se montinhos de doce, dobra-se a massa, unem-se as bordas, recorta-se e fritam-se. Escorrem-se e passam-se por açúcar e canela.

PRODUÇÃO

A produção é sazonal e está de tal maneira pulverizada que não é possível a sua quantificação.

BIBLIOGRAFIA

Cadernos de Refeitório. — *Comunidade*.
Alcoitães e Guisecomas. 1741.

Mota, Carlos Bento da. *Tratado de Cozinha e de Cego*. Inq. Ant. Lousã. Lisboa. 1603.

Raposo, Francisco Hipólito. *Pequeno Relevo Gastronómico de Portugal*.

Rosa, João. *O Alentejo à Janela*.
de Pissalide. Lisboa. 1949.

Siror, Maria Teóclito do Monte do Carmo Abadessa. *livre de Receitas de Doces e Condições raras d este Convento de Santa Clara*. Reservado da Biblioteca Nacional. cota 10763. microfilm F 2486. 1729.



Região
Açores

Bolos Lêvedos

PARTICULARIDADE

Bolos apresentados sob a forma de disco, de cor torrada e massa porosa.

DESCRIÇÃO

Bolos de forma cilíndrica, ligeiramente adocicados, com uma massa porosa e a crosta ligeiramente tostada, cozidos sobre uma sertã de barro polvilhada com farinha. A massa é feita com farinha, manteiga, açúcar, fermento de pão e leite que baste.

HISTÓRIA

Augusto Gomes faz referência a uma receita de Bolos Lêvedos da freguesia da Bretanha, na ilha de S. Miguel. No entanto, os Bolos Lêvedos actualmente mais famosos são os das Furnas.

Uso

Estes bolos constituem uma especialidade do Vale das Furnas, sendo muito apreciados pela população. Podem acompanhar toda a refeição ou servir-se ao pequeno almoço ou ao lanche, com manteiga e queijo fresco ou com doce de frutas.

SABER FAZER

São bolos preparados de maneira tradicional. Para a preparação da massa, peneira-se a farinha e o açúcar, faz-se uma cova ao meio e junta-se o fermento dissolvido num pouco de leite. Mistura-se e deita-se a manteiga derretida. Amassa-se até ficar com a consistência de massa de pão. Tendem-se bolos do tamanho de uma laranja não os enrolando, mas virando as bordas para dentro. Colocam-se sobre toalhas com o remate para baixo. Levedam durante 4 horas. Após este tempo, achatam-se as bolas até ficarem com a forma de disco. Depois de levedada a massa, cozem-se sobre uma sertã de barro polvilhada com farinha.

PRODUÇÃO

A produção é de cerca de 60 toneladas por ano. A Direcção Regional de Comércio e Indústria exerce uma vigilância rigorosa sobre o fabrico deste bolo, a fim de proteger a verdadeira receita e a autenticidade destes bolos, tão apreciados.

CONTACTO

IAMA – Instituto de Alimentação
e Mercados Agrícolas
Rua do Pissal, n.º 170
9501 Ponta Delgada
5. Miguel – Açores

BIBLIOGRAFIA

Gomes, Augusto. *Culinária Tradicional
dos Açores*.



Ilustração
Alentejo

Bolota de Chocolate

PARTICULARIDADE

Doce pequeno, apresentando a forma de uma bolota.

DESCRIÇÃO

Relativamente mole, de cor escura e com cerca de 4 cm de comprimento. Prepara-se com amendoa, açúcar e chocolate. Pesa cerca de 50 g.

HISTÓRIA

Os Alentejanos são muito nostálgicos da sua terra. Como na sua região predominam o sobreiro e a azinheira, cujo fruto é a bolota, iniciou-se há cerca de 80 anos a feitura deste doce para homenagear o fruto das suas planícies.

Uso

Como guloseima, depois das refeições.

SABER FAZER

Limpam-se as amêndoas, esfregando-as com um pano. Cortam-se depois em lascas relativamente finas. Derrete-se o chocolate em gordura e, em seguida, junta-se a amêndoa e leva-se ao lume brando. Depois de ter uma massa consistente, molda-se aquela em forma de bolota. No pedunculo da bolota leva uma cobertura de açúcar em calda grossa e polvilha-se com açúcar branco. E depois coberto com o chocolate, o que lhe dá o aspecto de bolota.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 15 000 unidades.

CONTACTO

Pastelaria Luis da Rocha
Rua Capitão João Francisco
de Sousa, n.º 61
2900 Beja

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



Região
Centro

Brisas do Liz

PARTICULARIDADE

Bolos cozidos em banho-maria e que apresentam uma consistência muito semelhante aos pudins.

DESCRIÇÃO

Bolos redondos e baixos, muito gelatinosos e brilhantes.

HISTÓRIA

O Liz é o rio que banha Leiria. Esta é uma cidade associada as trovas do rei Lavrador (D. Diniz). A origem das Brisas do Liz parece ter sido, no século XVII, o Convento de Santa Ana que pertencia a ordem das Dominicanas e que ficou a dever a sua fundação a D. Catarina de Castro, filha do 2.º Duque de Bragança. Apenas existe a tradição oral de doceiras que receberam a informação de doceiras mais velhas. É um dos símbolos desta cidade, cuja receita é feita de segredo e de amêndoa. Parece que a receita das genuí-

nas desapareceu e por isso há quem diga que as que se encontram não são iguais às velhas brisas do -Colonial-.

Uso

Como guloseima, a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Ao açúcar levado a ponto de pérola fraco, adicionam-se os ovos e as gemas misturados com a amêndoa sem pele, moída, e bate-se até se obter um preparado fofo e homogêneo. Enchem-se formas, previamente untadas com manteiga e passadas por açúcar, e colocam-se num tabuleiro com água, onde vão cozer a forno moderado. Desenformadas quando frias, comercializam-se em caixas de papel frisado, com a base para cima.

PRODUÇÃO

Por todo o País, embora sejam tradicionais da região de Leiria.

CONTACTOS

Café Esplanada
2400 Leiria

Pastelaria Luz
2400 Leiria

Café Colonial
2400 Leiria

BIBLIOGRAFIA

A Descoberta de Portugal
ed. Selecções do Reader's Digest, 1983

Modesto, Maria de Lourdes
Culinária Tradicional Portuguesa
ed. Verbo, 1982

Tradição oral



Broão

Lisboa e Vale do Tejo

Broas

VARIANTES

Broas de Torres Novas, Broas de Abrantes, Broas de Almeirim, Broas de Mel.

PARTICULARIDADE

Bolos pequenos, ovais, escuros, enfeitados com meia amêndoa. Levam vinho doce da região e pinhões.

DESCRIÇÃO

As Broas de Almeirim são ovais, com um peso entre 10 a 30 g, de cor acastanhada brilhante e textura compacta e macia. São fabricadas com farinha de trigo, ovos, mel e/ou açúcar, azeite, muiolo de pinhão, vinho doce ou café, sal e especiarias (canela, cravinho e erva-doce). Nas Broas de Torres Novas e de Abrantes os frutos secos são normalmente nozes e/ou amendoas e o vinho doce é substituído por café. Também nalgumas delas a farinha é constituída por uma mistura, em diversas proporções, de farinha de trigo e de milho.

HISTÓRIA

As broas são bolos de especial tradição no Natal, sendo que em algumas regiões o são, também, do dia de Todos-os-Santos. O seu nome tem um duplo sentido, porque «receber as broas» ou a expressão «que ricás broas» são frases ancestrais que na realidade significam, em relação à primeira, receber uma prenda que em regra é dinheiro e, em relação à segunda, existe uma ironia já que a expressão significa que, numa altura em que se devia estar a receber uma prenda, se teve qualquer tipo de acidente ou problema que vai fazer despende dinheiro, tornando as festividades mais pobres. Nas feiras nacionais de agricultura do Ribatejo e nas feiras regionais, as broas estão sempre presentes numa tenda de produtos da região.

USO

Consumidas principalmente na época das festas da Páscoa, Todos-os-Santos e Natal, estão ainda presentes em todas as feiras e romarias da região.

SABER FAZER

Junta-se o azeite, vinho doce, açúcar, mel, canela, erva-doce e miolo de pinhão ou noz ou, ainda, amendoa, e leva-se ao lume até ferver. Num alguidar esta a farinha de trigo com sal que baste e escalda-se com a mistura fervida. Amassa-se e tendem-se as broas à mão, colocando em cada uma delas meia amendoa para enfeitar (facultativa e pode ser substituída por uma cereja). Barram-se com gema de ovo e levam-se ao forno quente cerca de 10 min.

PRODUÇÃO

Como se fabricam em quase todo o País, é impossível quantificar.

CONTACTOS

Direção Regional de Agricultura
do Ribatejo e Oeste

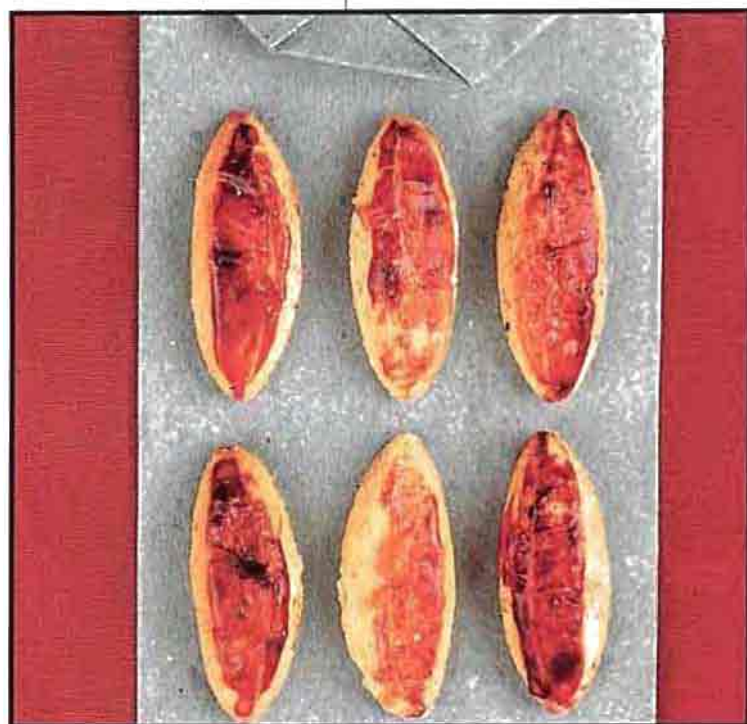
Rua Joaquim Pedro Monteiro, 10-20,
1200-191 Lisboa de Seta

Maria da Conceição M. N. Marques
Rua João XXI, 10-1A
1200-191 Lisboa de Seta

Paulo Tejo - Sociedade
de Panificação do Ribatejo
Rua Conselheiro da Junqueira, 10-40
Algueirão

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Broas Castelar

PARTICULARIDADE

Bolos pequenos, de forma elíptica, alongada e pontaguda, com cor dourada devida à cobertura de gema de ovo tostada.

DESCRIÇÃO

São bolinhos (broas) de farinha de milho, farinha de trigo, batata-doce, açúcar, ovos, amêndoa, raspa de limão e laranja. Tem forma elíptica e aproximadamente 8 cm de comprimento e 4 cm de largura máxima. A amêndoa e a raspa de limão e laranja podem ser substituídas por coco e essência de laranja. Podem ser feitas sobre pedaços de obreia ou, como antigamente, sobre folhas de laranjeira.

HISTÓRIA

Receita muito antiga cuja origem é desconhecida e que é típica da época do Natal.

Uso

Como guloseima e sobremesa na época do Natal

SABER FAZER

Faz-se um doce com a batata-doce e o açúcar. Junta-se a amêndoa ralada, as farinhas, as raspas e os ovos e envolve-se tudo. Forra-se um tabuleiro com folha de obreia, tendem-se broinhas, pincelam-se com gema de ovo e vão a forno forte para cozerem e tostarem. Corta-se a obreia junto das broas e, se necessário, passam-se por um pano, para dar brilho a zona pincelada

PRODUÇÃO

A produção ocupa apenas os três meses do fim do ano e é de cerca de 100 toneladas.

CONTACTOS

Confetaria da Apida
Rua João Baptista, n.º 33
1750-1 Lisboa
Pastelaria Suíça
Rue de
Lisboa

BIBLIOGRAFIA

Anuário do comércio de Lisboa,
24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846, 847, 848, 849, 850, 851, 852, 853, 854, 855, 856, 857, 858, 859, 860, 861, 862, 863, 864, 865, 866, 867, 868, 869, 870, 871, 872, 873, 874, 875, 876, 877, 878, 879, 880, 881, 882, 883, 884, 885, 886, 887, 888, 889, 890, 891, 892, 893, 894, 895, 896, 897, 898, 899, 900, 901, 902, 903, 904, 905, 906, 907, 908, 909, 910, 911, 912, 913, 914, 915, 916, 917, 918, 919, 920, 921, 922, 923, 924, 925, 926, 927, 928, 929, 930, 931, 932, 933, 934, 935, 936, 937, 938, 939, 940, 941, 942, 943, 944, 945, 946, 947, 948, 949, 950, 951, 952, 953, 954, 955, 956, 957, 958, 959, 960, 961, 962, 963, 964, 965, 966, 967, 968, 969, 970, 971, 972, 973, 974, 975, 976, 977, 978, 979, 980, 981, 982, 983, 984, 985, 986, 987, 988, 989, 990, 991, 992, 993, 994, 995, 996, 997, 998, 999, 1000



RECETO

Lisboa e Vale do Tejo

Broas de Espécie

PARTICULARIDADE

Bolos de forma elíptica, muito pequenos, cozidos sobre obreira, de cor dourada e polvilhados com grangeia.

DESCRIÇÃO

Bolos fabricados com amêndoa pelada e ralada, pinhões, açúcar, gemas, claras e farinha até tender. Tem cerca de 5 cm de comprimento e 2 a 3 cm de largura.

HISTÓRIA

Doce típico do Natal, a sua receita pode variar conforme o fabricante, pois nesta altura quase todas as pastelarias o fabricam. Na verdade, o nome de «broa» só é rigorosamente aplicável às que são fabricadas com farinha de milho (caso das Broas Castelar) mas, por semelhança de forma, chama-se também broas a estes bolos. As suas dimensões são, no entanto,

mais pequenas que as das broas de farinha de milho. São sempre preparadas com antecedência para poderem secar.

Uso

Como guloseima e sobremesa, na altura do Natal.

SABER FAZER

Faz-se uma calda de açúcar em ponto de cabelo e juntam-se as amendoas e os pinhões ralados. Deixa-se arrefecer, adicionam-se os ovos (gemas e claras) e leva-se a cozer. Deixa-se esfriar, tendem-se broas muito mais pequenas que as Broas Castelar e levam-se ao forno sobre folhas de obreira. Separam-se as broas, pincelam-se com ovo e polvilham-se com grangeira.

PRODUÇÃO

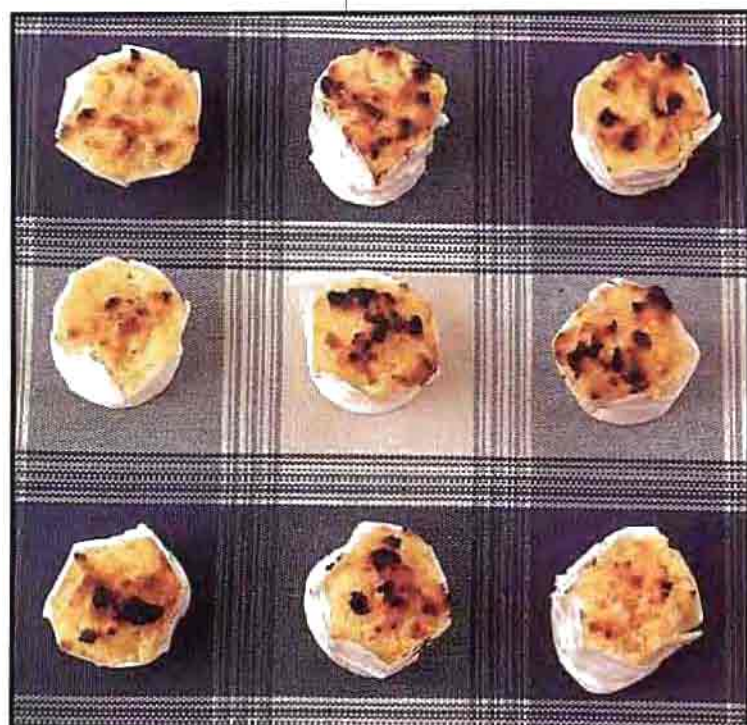
Bolos de fabrico sazonal, nos três últimos meses do ano. A título de exemplo, indica-se a produção de um dos fabricantes, que é de cerca de 100 toneladas por ano.

CONTACTO

Pastelaria Sincro
Ramos
Lobão

BIBLIOGRAFIA

Costa, C. (in press) *Equilíbrio e o Trabalho Urbano Informal*.
URL: data.bccs.org/mais-de-que-difer



Porcino

Lisboa e Vale do Tejo

Celestes de Santa Clara

PARTICULARIDADE

Bolos pequenos, cilíndricos, envolvidos em obreira e com o topo amarelo tostado.

DESCRIÇÃO

Doce de amêndoa, ovos, açúcar, manteiga e limão, envolvidos por rodela de obreira. Apresentam forma cilíndrica e cor amarela no topo e branca dos lados (obreira). São pequenos, com 3,5 cm de altura e 3 cm de diâmetro. A apresentação é individual ou em caixas de cartão de 6 ou 12 unidades.

HISTÓRIA

Os Celestes de Santa Clara de Santarém nasceram no Convento de Santa Clara, em Santarém, fundado no ano de 1250 e ao qual andam ligados os nomes de D. Afonso III e sua filha, Leonor Afonso. Segundo a lenda, a receita terá surgido concebida pelos anjos do céu, que a deram as monjas.

como recompensa pela sua fé. Foram inicialmente comercializados em Santarém, numa mercearia que já não existe, então propriedade de Ajax Augusto da Silva Rato que, a hora e dia previamente marcados, os ia buscar a roda do convento. Entretanto, através de noviças ou de postulantes, a receita foi divulgada, continuando no entanto a casa Ajax Rato a ser o local onde os Escalabitanos os iam adquirir. São tradicionalmente apresentados no Festival de Gastronomia de Santarém e incluídos na gastronomia dos roteiros turísticos da Região de Turismo do Ribatejo.

Uso

Como todos os bolos de pastelaria, são consumidos a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Ao açúcar em ponto junta-se a amêndoa ralada e vai ao forno a cozer. Retira-se do forno, deixa-se arrefecer e adiciona-se a clara batida com as gemas, a manteiga e o limão. Vai de novo ao forno, após o que são envolvidos em rodela de abreita.

PRODUÇÃO

Existem três produtores que, em Santarém, confeccionam este bolo, com uma produção anual aproximada de 30 000 unidades.

CONTACTOS

Pastelaria Anídis
Rua Serpa Pinto, 10 - 1.º
2000 Santarém

Pastelaria Biosa
Rua Carcho e Isidro, 11 - 1.º
2000 Santarém

BIBLIOGRAFIA

Beirão: Maria Amélia Rocha
Sucubos e Cucubuzetas

Carrijo: Francisco Adolfo de Almeida
e Oliveira - 1949



Bolado
Alentejo

Cernelha

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Cernelha de Montemor

VARIANTES

Queijada de Montemor

PARTICULARIDADE

Pequenas formas de massa muito fina, recheadas com uma pasta muito doce feita a base de requeijão. A var. ante Queijada de Montemor é feita com queijo fresco de ovelha.

DESCRIÇÃO

Bolos pequenos constituídos por uma caixa de massa muito fina recheada com uma pasta feita com requeijão, açúcar, ovos e manteiga. O peso é de cerca de 35 g.

HISTÓRIA

A verdadeira queijada alentejana era conleccionada originalmente com queijo de ovelha fresco (que só existe de Janeiro a Julho). Há cerca de 35 anos um pasteleiro de Montemor, de nome Sampaio, resolveu alterar a receita para que houvesse doce em todas as épocas, substituindo o queijo de ovelha por requeijão que se conserva refrigerado todo o ano. Inicialmente o pasteleiro chamou-lhes Repimpões, nome que foi substituído por Cernelhas por sugestão de uma senhora muito influente na região, D.^{ta} Isabel Branquinho, já falecida. A cernelha é uma palavra que designa uma maneira especial de pegar o touro (com dois forcados apenas, pegando um o touro de lado e o outro pelo rabo). Daí surgirem algumas quadras da autoria da Sr.^{ta} D.^{ta} Maria Helena Bote: «Forcados de Montemor... /

são bons na pega de caras / E exímios são na Cernelha... / Mas confesso e não engano, / Nem desta verdade saio: / Cernelhas em todo o ano / Só no café do Sampaio.

USO

Guloseima que se consome como sobremesa e em restaurantes de cozinha tradicional.

SABER FAZER

Faz-se uma massa com farinha, gordura, um ovo e água tépida temperada com sal. Esta massa, para forrar os bolos, deve ser muito sovada para ficar com a elasticidade e a textura típicas. Estende-se com um rolo e cortam-se rodela com 8 cm de diâmetro para forrar as formas. Com os restantes ingredientes faz-se um preparado com que se recheiam as formas. Vão a cozer em forno.

PRODUÇÃO

A produção tem vindo a decrescer, dada a menor procura. Actualmente situa-se em cerca de 40 000 unidades por ano.

CONTACTO

Café-Restaurante Sampaio
Av. Gago Coutinho, n.º 42
7050 Montemor-o-Novo

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



REGIÃO
Norte

Clarinhas de Fão

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Pastéis da Clarinha Clarinhas

PARTICULARIDADE

Pastéis recheados com doce de gila com ovos.

DESCRIÇÃO

Pasteis de massa fina, de forma rectangular ou meia-lua, recheados com doce de gila, envolvidos em gemas de ovo e fritos. Apresentam uma cor castanha com o branco do açúcar polvilhado. A sua textura é estaladiça e o recheio é macio. A massa externa é feita com farinha, manteiga, sal e água que baste. O recheio é feito com doce de gila e ovos.

HISTÓRIA

As Clarinhas de Fão tiveram o seu início em Barcelos, na Confeitaria Salvação, casa fundada em 1830 e cujos descendentes a mantêm até ao presente. A receita terá sido furtada por um indivíduo residente em Fão, chamado Matos, que começou a confeccionar e a comercializar os pasteis de gila que, com o tempo, passaram a chamar-se Clarinhas de Fão.

Uso

São consumidas como sobremesa e como lanche.

SABER FAZER

Faz-se uma massa com farinha, manteiga, sal e água. Esta massa é cortada em rodela e espalmada até se obter uma espessura muito fina, colocando-se no centro um pouco de doce de gila com ovos. Dobra-se a massa sobre o doce, em forma de meia-lua, frita-se e polvilha-se com açúcar ou com açúcar e canela.

PRODUÇÃO

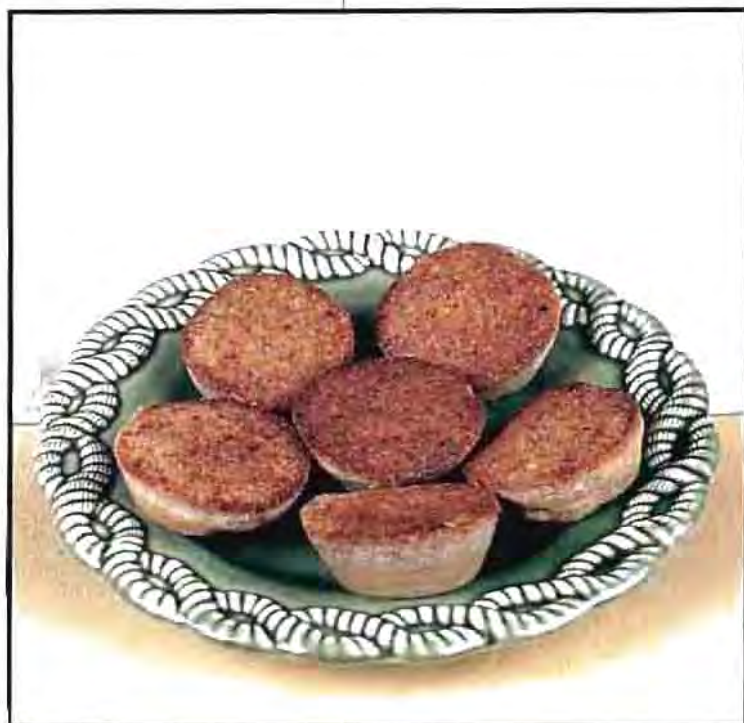
Os produtores estão distribuídos por Esposende, Fão e Barcelos.

CONTACTO

Pastelaria Rio Doce
Praça da Madre, n.º 9
4740 Esposende

BIBLIOGRAFIA

- Silva, A. *Revista Telejornal e Região*. II - especial de Dia da 1978
Texturas da Cozinha Tradicional Portuguesa, ed. Selecções do Reader's Digest, 1.ª ed. 1984
Tradic360000
Valente, M. Odete. *Cozinha Regional Portuguesa*, 4.ª ed. Circulo de Texturas, 1998



Bolinhos

Lisboa e Vale do Tejo

Delícias do Convento

PARTICULARIDADE

Bolos em forma de pequenos cones, de cor castanho-escura que lhes é conferida pela pele da amêndoa.

DESCRIÇÃO

Pequenos bolos preparados com gemas de ovos, amêndoas com pele, açúcar e um leve toque de canela. Pesam cada um cerca de 50 g e medem 5,5 cm de diâmetro de base, a 3,5 cm de diâmetro de fundo e 2,5 cm de altura. Tem uma cor escura e uma consistência menos apudorada do que as restantes especialidades da casa. As Delícias do Convento são vendidas em caixas de 6 ou a unidade, sendo cada bolo embrulhado em folha de papel muito fino. Quer o papel de embrulho quer as caixas de cartão são enriquecidos com uma fotografia do Convento de Santo António da Lourinhã.

HISTÓRIA

As Delícias do Convento relevam da velha tradição conventual portuguesa, já que se baseiam nos ingredientes habituais da doçaria religiosa — ovos, açúcar e amêndoa. Correspondendo ao pedido do pároco da Lourinhã, ansioso por encontrar uma nova forma de publicitar o Convento de Santo António, a Sr.^{ta} D.^{ca} Zélia Fortunato Pereira mais não fez do que, à receita antiga dos doces conventuais, acrescentar uma pequena inovação — não retirar o regimento da amêndoa, o que confere a estas especialidades uma cor escura. Resta acrescentar que o Convento de Santo António da Lourinhã foi fundado em 1598 e restaurado de 1989 a 1993.

Uso

Muito apreciadas como sobremesa, as Delícias do Convento comem-se, por mera gulodice, a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

As amêndoas do Algarve com pele (regimento da cor escura) são finamente moídas e incorporadas numa mistura de ovos e açúcar, a qual se adiciona uma leve pitada de canela em pó. Esta mistura é cozida em forno bem quente (cuja temperatura tem grande influência na consistência deste bolo), em formas previamente untadas com gordura.

PRODUÇÃO

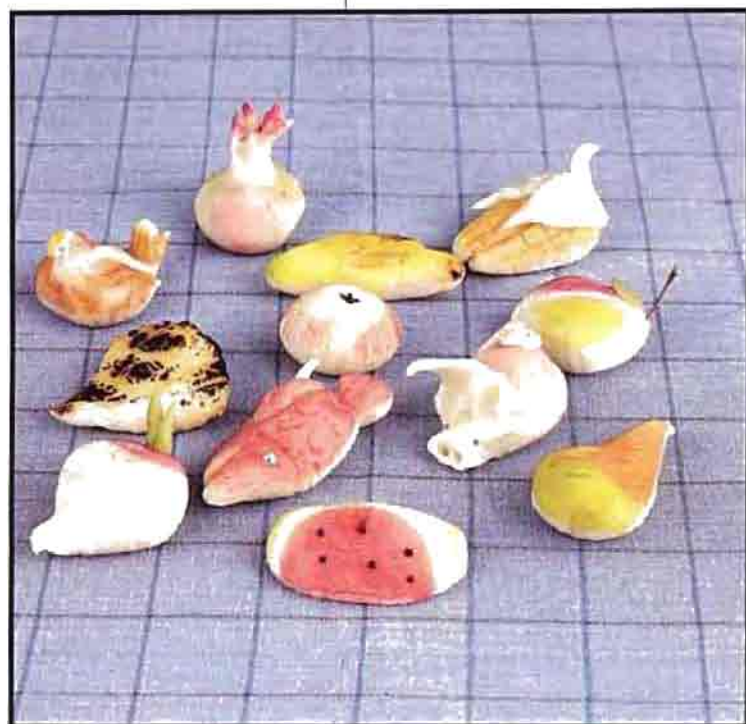
A produção das Delícias do Convento é de cerca de 250 por dia.

CONTACTO

Casa das Areias Brancas
- Doces Pequenos
2510 Lourinhã

BIBLIOGRAFIA

Entrevista com a Sr.^{ta} D.^{ca} Zélia Pereira,
doçaria e proprietária da Casa das
Areias Brancas



Região
Algarve

Doçaria Fina do Algarve

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Queijinhos. Frutos do Algarve. Doces de Amendoa.

VARIANTES

Apresentam-se sob a forma de queijos, presuntos, enchidos, frutos diversos, cestos, etc., enfeitados com corantes ou chocolate.

PARTICULARIDADE

A maior particularidade destes doces é a sua apresentação espantosa, já que imitam na perfeição os mais variados frutos e produtos hortícolas, queijos inteiros ou em fatias, etc. A sua confecção exige enorme perícia e muitas horas de trabalho especializado, face ao grau de perfeição atingido.

DESCRIÇÃO

Os bolos têm cerca de 4 a 5 cm de diâmetro, cor branca suja e textura granulada. São preparados com uma massa feita com partes iguais de amêndoa ralada e açúcar, levando 1 ou 2 claras de ovo para ligar. O recheio é doce de ovos moles e feito com açúcar. Os bolos pesam cerca de 50 g.

HISTÓRIA

Entre os doces do Algarve, não há escolha. O melhor é prova-los todos e escolher, se for capaz. São típicos os pequenos bolos, feitos com massa de amêndoa e recheados com doce de ovos, que se pensa serem de origem árabe. Julga-se que são originários da doçaria conventual e que se tornaram tradicionais no Algarve por esta região ser importante produtora de amêndoa. Embora estes doces sejam vendidos em todo o Algarve, a sua história e fama estão muito ligadas a uma antiga pastelaria algarvia, e muito especialmente aos seus proprietários. Assim, embora a pastelaria só tenha aberto as suas portas ao público há cerca de 70 anos, a primitiva proprietária já era conhecida como doceira famosa muito antes dessa data. A sua fama actual é de tal ordem, que é a esta casa que se recorre quando, por ocasião de grandes banquetes de Estado, se quer apresentar uma obra de arte doceira (como, por exemplo, aquando da visita da rainha Isabel ou do Papa a Portugal). Em 1918 os doces já são referidos e, hoje em dia, quem quer que vá a Portimão não deixa de passar pela Pastelaria Almeida, quanto mais não seja para apreciar a arte da sua decoração.

Uso

Como guloseima apreciada e também como delicado presente para se levar de recordação aos amigos.

SABER FAZER

Rala-se a amêndoa muito bem e mistura-se com açúcar e clara de ovo até ficar maleável. Fazem-se bolas, abrindo uma cavidade para meter os ovos moles. Moldam-se de novo as bolas, arredondam-se e por fim dá-se uma pancada para achatar e dar a forma de queijo ou a forma que se pretende. Acrescentam-se os enfeites requeridos pela peça que se está a preparar, como minúsculas raízes, folhas, caules, etc., também preparados com a massa de amêndoa. Antigamente, e por se não usarem corantes, as formas mais vulgares eram os queijos, os presuntos e algumas outras peças que se pudessem representar apenas com a adição de um pouco de chocolate ou queimando a superfície do doce. Feitos os doces, passam-se por açúcar em pó e colocam-se em caixinhas de papel frisado.

PRODUÇÃO

Vendem-se em todas as pastelarias do Algarve, durante todo o ano.

CONTACTOS

Pastelaria Almeida
Largo 1 de Dezembro
8500 Portimão
Casa Inglesa
Rua Portimão

BIBLIOGRAFIA

A Descoberta de Portugal,
ed. Soluções do Reader's Digest, 1982
Cabrita Ilustrar, Alentejo-Lisboa, 1982
ed. Imprensa Libanio da Silva
Lisboa, 1988



Região:
Algarve

Empanadilhas

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Pastéis de Batata-Doce

PARTICULARIDADE

Pasteis em forma de meia-lua, dourados e estaladiços, com recheio escuro.

DESCRIÇÃO

A massa do pastel é feita com farinha de trigo, ovo, manteiga, banha, limão, 1 colher de aguardente, sal e óleo para fritar. O recheio é feito com batata-doce cozida, açúcar, amêndoa ralada e casca de laranja ralada. O pastel tem cerca de 10 cm de diâmetro.

HISTÓRIA

Pensa-se que a maioria dos doces algarvios tenha tido a sua origem nos arábes que habitaram a região. A doçaria é rica e variada, vai dos doces

de ovos aos doces feitos com figo. Mas é importante não esquecer os bolos mais caseiros, menos dispendiosos e mais fáceis de realizar: os folares, as empanadilhas, etc.

Uso

São consumidos principalmente na época do Natal, embora se vendam durante todo o ano.

SABER FAZER

Prepara-se a massa com a farinha, a banha, a manteiga, o ovo, a raspa da casca de limão, a aguardente e o sal, de modo a se obter uma massa muito macia, que se deixa descansar e se estende muito fina. O recheio é feito com açúcar em ponto, ao qual se junta amêndoa ralada, batata-doce cozida e passada e raspa de casca de laranja. Cortam-se rodela de massa nas quais se deita um pouco do doce de batata-doce, voltando parte da massa de forma a tapar o recheio e cortando-se em seguida, com uma faca muito afiada, em forma de meia-lua. As meias-luas formadas são fritas em óleo e polvilhadas com açúcar e canela.

PRODUÇÃO

Vendem-se um pouco por toda a região.

CONTACTO

Direcção Regional de Agricultura
do Algarve
Apartado 282
Fátima
Beira Lata

BIBLIOGRAFIA

Marreiros, Glória, *Um Algarve*
Culinária - *Contando de Boca em Boca*
edição Livros Horizonte - 1991
Tradição oral



REGIÃO

Lisboa e Vale do Tejo

Fofos de Belas

PARTICULARIDADE

Bolos cilíndricos recheados com um creme fresco.

DESCRIÇÃO

Bolos cilíndricos, com 6 cm de diâmetro, recheados com creme e polvilhados com açúcar em pó, preparados com uma massa leve de farinha, ovos e açúcar. São vendidos em caixas contendo 6 ou 12 bolos. Vendem-se ainda à unidade, aos balcões do estabelecimento.

HISTÓRIA

A Casa dos Fofos de Belas funciona desde 1840, com o pão-de-ló caseiro e outras doçarias ali confeccionadas e vendidas nas feiras e romarias de Lisboa. Em 1850, as proprietárias da casa começaram a especializar-se, quase que exclusivamente, nos Fofos, abrindo então o estabelecimento

ao público. A receita dos doces continua na família e a casa tem sido transmitida de geração em geração mantendo o seu carácter artesanal.

Uso

Consumidos a qualquer hora, são objecto de procura, não só pelos passeantes de fim-de-semana, como por muitos comerciantes que ali se deslocam diariamente para comprar os doces para vender nos seus próprios estabelecimentos.

SABER FAZER

Batem-se as gemas com o açúcar, junta-se a farinha e, por fim, as claras em castelo. Coloca-se a massa nas respectivas formas e vão à enzer em forno aquecido a lenha de eucalipto, o que lhes confere um gosto tradicional e específico. São, depois de cozidos, polvilhados com açúcar, após o que se lhes faz um corte horizontal, introduzindo aí o creme. Este creme é feito com amido de milho, açúcar e gemas.

PRODUÇÃO

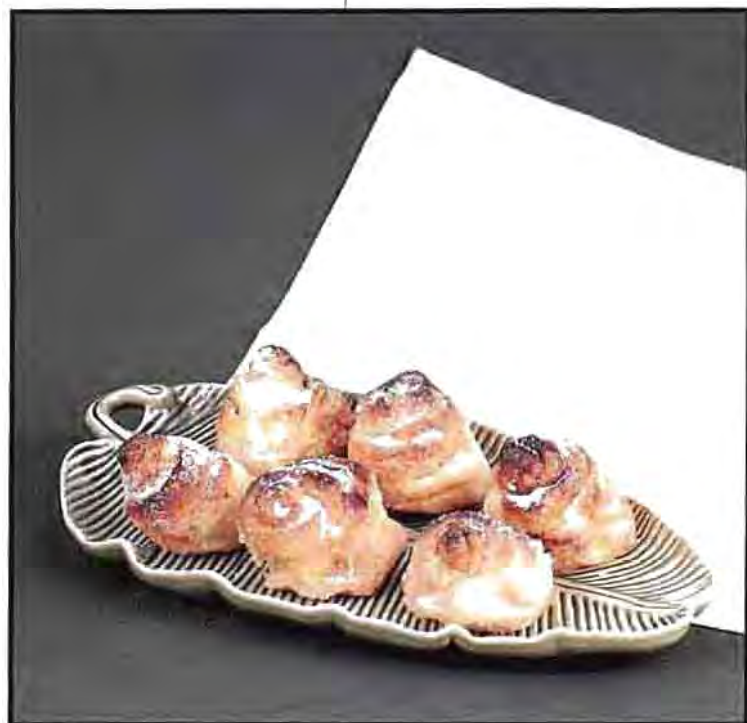
Fabricam-se várias dúzias por dia.

CONTACTO

Casa dos Infus – Bolos
2745-1002/00

BIBLIOGRAFIA

Historia da Casa dos Infus



Algarve

Algarve

Folhados de Tavira

PARTICULARIDADE

Bolos redondos, de massa folhada enrolada

DESCRIÇÃO

São bolos folhados de forma arredondada, feitos com farinha, margarina, banha e ovos. Depois de cozidos são passados por açúcar em ponto e embrulhados em papel celofane. Tem de diâmetro 10 cm, altura 7 a 8 cm e pesam entre 90 a 100 g.

HISTÓRIA

A receita actual transmitiu-se através de gerações da família Dias, actualmente proprietária da Pastelaria Gardy, em Faro, onde se continuam a fabricar os bolos que anteriormente se vendiam em Tavira, no Café Cunha, fundado no início do século e que hoje já não existe. Era a própria proprietária que os fabricava e o nome de Folhados de Tavira foi conferi-

do aos bolos pelos clientes habituais do café. Consta, por tradição oral, que se trata de uma receita criada no convento das freiras instalado no largo da Atalaia, em Tavira, no ano de 1509 e extinto em 1862. Primitivamente ter-se-ão chamado Bolos Folhados, passando a designar-se posteriormente Folhados de Tavira.

Uso

Comidos a qualquer hora do dia, como guloseima.

SABER FAZER

São feitos com massa folhada que se corta as tiras e se enrola num pauzinho para formar o bolo. Cozem no forno e são depois passados por calda de açúcar.

PRODUÇÃO

Vendem-se em todas as pastelarias de Tavira e em Faro, sendo impossível estimar a sua produção.

CONTACTO

Pastelaria Gurdy
Rua de St. António, n.º 15 e 17
8600-000

BIBLIOGRAFIA

Trajano, M. et al. *Tratado de Pastelaria*. Porto:
Livraria Armada Armada, 1994.



Região
Alentejo

Granadas

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Granadas de Vendas Novas.

PARTICULARIDADE

Bolos em forma de granada, com uma camada inferior de massa e recheio de doce fabricado a base de produtos da região. Embaladas individualmente dentro de caixas com 6 unidades, acompanhadas de um texto em verso (quatro quadras) que faz a apologia dos bolos.

DESCRIÇÃO

Bolos com 9 cm de comprimento, 4 cm de largura e 2,5 cm de altura e com 50 g de peso. Fabricados a base de farinha, margarina, ovos, açúcar, pinhão e coco.

HISTÓRIA

Vendas Novas esta situada numa região onde abundam os pinheiros mansos e não é por isso surpreendente que o doce típico inclua pinhoes na sua receita. É um centro militar importante, onde se situam vários quartéis. Provavelmente provem daí a ideia do nome Granadas com que foi baptizado o bolo regional.

USO

Como guloseima, a qualquer hora do dia

SABER FAZER

O segredo da receita está na posse da pastelaria que, há dezenas de anos, lançou este bolo. Sabe-se, no entanto, que se faz uma massa fina com que se forram as formas das Granadas, sendo estas em seguida recheadas com um doce a base de pinhão.

PRODUÇÃO

A produção anual é superior a 1500 caixas de 6 unidades.

BIBLIOGRAFIA

A História da Cozinha Portuguesa
ed. Antiquário das Regalias e Ligeiros, 1997
Lisboa, 1997



Bolinhos

Norte

Lérias de Amarante

PARTICULARIDADE

Doce confeccionado com açúcar escuro, podendo durar vários dias sem alterar as suas características.

DESCRIÇÃO

Doce à base de farinha, açúcar, amêndoa e água. Tem a forma de pequeno quadrado de cor escura e cerca de 0,5 cm de altura. Pesam à volta de 50 g.

HISTÓRIA

As Lérias são um doce tradicional de Amarante, cuja receita foi recuperada no início deste século, a partir de receitas das freiras do Convento de Santa Clara (Amarante), por Alcino dos Reis, também conhecido por Alcino das Lérias.

Uso

É usado servir as Lérias como sobremesa, nos dias de festa e nas refeições mais importantes. Normalmente são acompanhadas por outros doces de ovos tradicionais (foquetes, papos de anjo, brisas do Tamega), constituindo-se assim um conjunto de doces sortidos.

SABER FAZER

Amorna-se a água e trabalha-se a amêndoa moída, o açúcar escuro e a farinha até se obter uma massa homogênea. Molda-se um rolo, com um pouco de farinha, cortam-se rodela e espalmam-se. Vão ao forno a cozer. Por último, passam-se por calda de açúcar fino e secam-se em redes.

PRODUÇÃO

Existem actualmente três fabricantes em Amarante que produzem cerca de 2000 kg por ano.

CONTACTOS

Confeitaria Lou-Lai
Rua 11 de Janeiro n.º 17
4500 Amarante

Confeitaria Tinora
Rua 11 de Janeiro n.º 17
4500 Amarante

Confeitaria da Ponte
Rua 11 de Janeiro n.º 1
4500 Amarante

BIBLIOGRAFIA

Modesto, Maria de Lourdes
Culinária Tradicional Portuguesa
ed. Verbo 1982
(tradição oral)



81-140
Açores

Malassadas

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Mal-Assadas, Melassadas.

PARTICULARIDADE

Bolos fritos, com uma forma cilíndrica e um buraco ao meio.

DESCRIÇÃO

A massa deste doce frito é muito leve devido à sua técnica de preparação, bem amassada ou sovada, num alguidar de barro. São constituídas por uma massa de farinha, ovos batidos, açúcar, leite e fermento de padeiro. Após serem fritas em óleo bem quente, servem-se polvilhadas com açúcar e canela ou uma calda de açúcar.

HISTORIA

As Malassadas são uma especialidade micaelense, própria da época carnavalesca. Existem referências a estes fritos em Augusto Gomes e num artigo de Carreiro da Costa. Acerca do seu nome existem duas versões: segundo uns deveriam chamar-se Melassadas porque antigamente entrava na sua composição melado de cana, sendo neste caso a grafia mais correcta a de Melaçadas. Outros versão que parece mais certa, defendem que o nome Malassadas tem origem no processo de fabrico do doce. Também no cancioneiro tradicional do Carnaval há referência as Malassadas: -As filozes que nos puseres - Trazet-as numa razeira - Que a gente ha-de se pôr nelas - Que nem porcos em papoila -

Uso

Comem-se e oferecem-se a pessoas amigas durante a época do Carnaval. Nos bailes e assaltos do Carnaval serviam-se sempre Malassadas. O Dr. Carreiro da Costa, no artigo já mencionado, refere - nas cidades e nas vilas são os apara-tosos presentes de malassadas e sonhios um costume muito em voga. Actualmente ainda se continua a servir Malassadas durante as festas de Carnaval, na Ilha de S. Miguel.

SABER FAZER

Mistura-se a farinha peneirada com o açúcar; faz-se um buraco ao meio, junta-se fermento diluído em leite, ovos batidos e amassa-se bem, juntando aos poucos o leite necessário para se obter uma massa branda. Vai a levedar, tendendo-se depois pedaços de massa que se esticam com os dedos, dando-lhes a forma desejada, após o que se fritam. Depois da fritura, polvilham-se com açúcar e canela.

PRODUÇÃO

Não é possível quantificar a produção.

CONTACTO

IAMA - Instituto de Alimentação
e Mercados Agrícolas
Rua do Batalhão, 124
9900 Ponta Delgada
S. Miguel - Açores

BIBLIOGRAFIA

Linda Carreiro da - *Gastronomia do
Freguesado* - in jornal *Quatro Espelhos*
Colectânea em 4 de *Festividade do Açor*
Gomes Augusto - *Canções Tradicionais
da Ilha de S. Miguel*



Região
Alentejo

Manjar Branco

PARTICULARIDADE

Pequenos bolos muito brancos, levemente tostados à superfície.

DESCRIÇÃO

Pequenos bolos, gelatinosos, preparados com leite, farinha de arroz e açúcar. Apresentam-se normalmente sobrepostos, sendo possível destacar um desses bocados com dois dedos da mão.

HISTÓRIA

Este Manjar Branco não tem nada a ver com o clássico preparado Manjar Branco feito com peito de galinha e servido em taça como doce de colher. Este Manjar Branco é atribuído ao Convento de Santa Clara de Portalegre, nas duas publicações referidas na bibliografia. No entanto, a segunda publicação faz referência a mais dois manjares brancos: o Manjar Branco do Convento das Múnicas e o Manjar Branco assado de outro convento alentejano.

Uso

Como guloseima a qualquer hora do dia e em especial em dias festivos, como baptizados e outros.

SABER FAZER

Peneira-se a fécula com o açúcar, adiciona-se o leite frio pouco a pouco e vai-se mexendo sempre. Leva-se a mistura ao lume até se obter um creme muito espesso. Deixa-se arrefecer e dispõe-se em montinhos de modo a formar pequenos bolos. Levam-se a forno quente para alourar.

PRODUÇÃO

Por defeito, são confeccionados cerca de seis tabuleiros semanais, embora haja mais pessoas a fazer este doce e cujas produções não são conhecidas.

CONTACTO

Casa Cariloso
Rua 11 de Janeiro, n.º 2
2100 Portalegre

BIBLIOGRAFIA

Rosa, João, *O Menino e o Javali do Passado*, 1980.
Saramago, Alfredo, *Algarve Centenário do Menino*, 2.ª ed., Colares Editora, Souto, 1992.



Estado:
Norte

Meias-Luas de Viana

PARTICULARIDADE

Pasteis fritos, recheados com doce de farinha de pau (farinha de mandioca) e ovos

DESCRIÇÃO

Pasteis feitos de uma massa preparada com farinha de trigo, manteiga, água, sal e manteiga para fritar. O recheio é feito com farinha de pau, ovos, açúcar e amêndoa. Tem forma de meia-lua, com cerca de 10 cm no seu maior comprimento

HISTÓRIA

É um doce conventual, confeccionado e vendido no Recolhimento de Santiago. Diz a tradição que estes doces eram confeccionados pelas jovens recolhidas no convento após terem sido abandonadas, ainda crianças, pelos seus familiares. A sua venda era feita através da -roda- do

convento. Esta roda era constituída por uma peça de madeira que existia em certas portas dos conventos e que permitia que, do lado de fora, se depositasse o que se queria enviar para o interior do convento, anonimamente, através da abertura da mesma porta. Assim, a mesma -roda- que servia para depositar as crianças, servia também para quem queria comprar as Meias-Luas. As pessoas colocavam o dinheiro na roda, rodavam-na pela abertura própria e, do outro lado, as recolhidas colocavam as Meias-Luas embrulhadas em papel muito fino.

Uso

As Meias-Luas são um doce delicado e relativamente caro, estando por isso associadas a ocasiões festivas. No entanto, actualmente a sua confecção e venda estão generalizadas a todas as épocas do ano.

SABER FAZER

Peneira-se a farinha em monte num balcão de pedra mármore. Faz-se uma crava ao meio e deita-se dentro a manteiga. Liga-se, deitando a água necessária para trabalhar. Faz-se depois um rolo que se corta em fatias de cerca de 4 cm. Estas são depois estendidas com o rolo para a massa ficar muito, muito fina. Prepara-se o recheio levando ao lume o açúcar com um pouco de água. Deixa-se ferver até ponto de perola e junta-se a amêndoa pelada e ralada. Ferve mais um pouco e junta-se a farinha de pau (farinha de mandioca), sem parar de mexer. Recheiam-se os bocados de massa fina, anteriormente preparados, dobram-se e cortam-se em forma de meia-lua, fazendo aderir bem os bordos. Fritam-se numa mistura de óleo e manteiga em partes iguais. Polvilham-se com açúcar em pó.

PRODUÇÃO

Vendem-se hoje em todas as pastelarias de Viana do Castelo.

CONTACTO

Confeitaria Manuel Nataraj
Rua Manuel Inyangueira, 11 - 17
4900 Viana do Castelo

BIBLIOGRAFIA

1. Boia Verde de Alto Minho, Comissão Regional do Turismo do Alto Minho.

Modesto, Maria de Lourdes
Os doces tradicionais portugueses
ed. Verbo (Lisboa, 1982)



Região
Norte

Melindres

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Melindres de Arouca

PARTICULARIDADE

Bolos pequenos, de forma circular, de cor interna dourada e massa fofa. A superfície externa apresenta-se coberta de glacê branco.

DESCRIÇÃO

Bolos feitos com ovos, açúcar e farinha, com diâmetro de cerca de 5 cm e espessura de 1 cm. São normalmente vendidos em embalagens de 250 e 500 g.

HISTÓRIA

Trata-se de um doce tradicional de Arouca, cuja receita vai passando de família para família, por tradição oral. Os Melindres estão directa ou indirectamente ligados a certos dias de festas litúrgicas, que anualmente

fazem reacender os mitos fundadores da sua existência. Dentre estas festas salientamos o Natal e a Páscoa, bem como a festa da Rainha Santa Mafalda, que foi abadessa do extinto Convento de Arouca.

Uso

Anteriormente, a confecção destes bolos encontrava-se ligada as festas litúrgicas atrás referidas. No entanto, a reputação atingida por estes bolos fez com que o seu consumo se generalizasse, sendo consumidos durante todo o ano e a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Batem-se as gemas dos ovos longamente com o açúcar até se obter um creme esbranquiçado. Junta-se a farinha e as claras em castelo. Tende-se a massa em bolos de forma circular com 1 cm de espessura e 5 cm de diâmetro, que vão à cozer em forno de lenha. Deixam-se arrefecer e cobrem-se com um preparado feito com claras e açúcar (glace).

PRODUÇÃO

A produção média semanal é de 50 kg.

CONTACTOS

Albino Triveira Pinto & Filhos, Lda
Estrada do Bafico
4540 Arouca 1
Confeitaria Rainha
Largo Dr. António Miranda
Bafico
4540 Arouca 2

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



Bolacha
Norte

Morcela de Arouca

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Morcela Doce, Morcela de Amêndoa, Morcela de Santa Mafalda

PARTICULARIDADE

Enchido de cor amarelo torrada, feito com um doce de miolo de pão e amêndoa, metido em tripa. É frito imediatamente antes de se comer. Pesa cerca de 150 g.

DESCRIÇÃO

Tripas recheadas com doce de miolo de pão e amêndoa, exactamente como as morcelas, e daí o seu nome. Os ingredientes do doce são: açúcar, ovos, miolo de pão, amêndoa, manteiga e canela q.b. São apresentadas comercialmente em caixas rectangulares de cartão colorido.

HISTÓRIA

A doçaria de Arouca teve origem no Convento de Santa Mafalda de Arouca onde as freiras Bernardas vendiam ou ofertavam doces, como «Mimos, Brindes ou Pitancas», «... a entidades civis e eclesásticas merecedoras de proventos de tao ricos manjares». Foi assim que esta arte, cultivada com gosto e imaginação, galgou os muros da cerca do convento, penetrando em paços senhoriais, tornando-se parte indispensável de festas e romarias populares e tornando estes doces conhecidos fora da terra de Arouca. As Morcelas de Arouca, assim como outros doces conventuais, estão directa ou indirectamente ligadas a certos dias de festas litúrgicas, que anualmente fazem reacender os mitos fundadores da sua existência. O Natal e a Páscoa são as festas por excelência do calendário litúrgico as quais se vem associar a festa da Rainha Santa Mafalda.

Uso

Como sobremesa e como doce, consumido em festas e romarias.

SABER FAZER

Faz-se uma calda com açúcar e água até ponto de cabelo. Arrefece-se e adiciona-se a mistura de molo de pão, amêndoa ralada, ovos, açúcar e canela. Amassa-se a mão, repousa e enchem-se as tripas, que se escaldam depois em água a ferver e se escorrem. Na altura de servir, fritam-se.

PRODUÇÃO

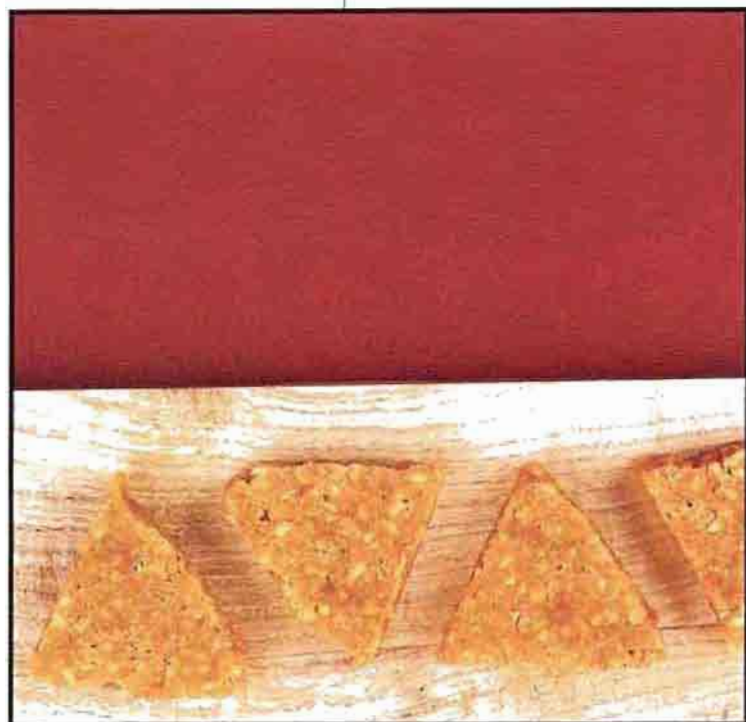
Existem entre vinte e cinco a trinta empresários e artesãos distribuídos pelo concelho de Arouca e pelo Vale do Arda que se dedicam a confecção deste produto.

CONTACTO

Confetaria Rainha
Largo Anjo da Miranda
Bragança
4520 Arouca

BIBLIOGRAFIA

Dias, Grivaldo J. A. Coelho, F. Matos. A arte de doçaria no convento de Arouca. *Arquivo Histórico da Diocese de Braga*.
Rodrigues, Fernando Matos. O doce tradicional amargoso do convento de Arouca. *Arquivo Histórico da Diocese de Braga*. ano XXV, 2.ª série, n.º 1070, 1989.



Região

Alentejo

Nógado Alentejano

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Pinhonate, Pinhole.

PARTICULARIDADE

Doce constituído por triângulos ou quadrados pequenos (cerca de 1 cm de lado) de massa frita e aglomerada com mel, servida normalmente sobre folhas de laranjeira.

DESCRIÇÃO

Doce de massa frita que pode fabricar-se com ovos, azeite, farinha (quanto basta para tender), sal, canela, casca de limão e mel. Pode também usar-se a massa que resta das liliós, a qual se frita aos bocados e envolve em mel.

HISTÓRIA

Os Nógados são, no Alentejo, uma especialidade gastronómica de grande importância. São tradicionalmente preparados durante o Carnaval, com a massa que sobejou das filhas. Em Beja, no entanto, também se fabricam pelo S. João. Por muito estranho que pareça, não levam nozes nem pinhões como o seu nome parece indicar. É misteriosa tal constatação, tanto mais que este doce não é conhecido noutras regiões do País. A origem deste doce é atribuída ao Real Convento das Servas de Borba, embora seja uma receita muito divulgada em todo o Alentejo. Surge com maior frequência nas zonas de Elvas, Estremoz e Portalegre. Num livro de receitas do princípio do século já aparece uma receita denominada Nógados do Alentejo.

Uso

Consumido como guloseima ou sobremesa. Tradicionalmente preparado, na região de Beja, pelos festejos de S. João, e nas outras regiões alentejanas pelo Natal e Carnaval.

SABER FAZER

Ou se usam restos de massa que sobejou das filhas ou se faz uma massa batendo à mão os ovos, o azeite, o sal e a farinha suficiente para tender rolinhos delgados (com 1 cm de diâmetro) que se cortam aos bocados com cerca de 1 cm de comprimento. Pode levar aguardente. Fritam-se estes bocadinhos de massa em azeite ou óleo. Ferve-se o mel com canela e raspa de limão até ponto de pasta. Introduzem-se os pedacinhos fritos e retiram-se. A forma de apresentar o doce é variável:

- enformado como um pão grosso ou em forma de telha alentejana (meia-lua) que, depois de frio, se corta aos bocados e se coloca sobre folhas de laranjeira ou limoeiro;
- fazem-se montinhos, com as mãos molhadas, comprimem-se e colocam-se sobre papel ou sobre folhas de laranjeira ou limoeiro;
- coloca-se a pasta sobre uma tábua humedecida, faz-se uma cantada, deixa-se secar e, com a faca aquecida, cortam-se rectângulos que se colocam sobre papel ou sobre folhas de laranjeira ou limoeiro.

PRODUÇÃO

A produção é sazonal e encontra-se de tal maneira pulverizada que não é possível a sua quantificação. Como mera indicação, pode dizer-se que de 24 de Dezembro a 1 de Janeiro a Pastelaria Flor Elvense produziu cerca de 60 kg.

CONTACTO

Pastelaria Avel
rua Vila Viçosa

BIBLIOGRAFIA

Hallós, Manuel, *Costas Roteiras do Alentejo*.

Lucas, M., *Costas Roteiras do Alentejo*, Alentejo e Alentejanos, 1997.

Mata, Carlos Bento da, *Tratado da cozinha do Alentejo*, Imprensa Luso-Alentejana, 1993.

Modesto, Maria de Lourdes, *Costas Roteiras do Alentejo*, Imprensa Luso-Alentejana, 1993.

Monteiro, F., *Costas Roteiras do Alentejo*, Imprensa Luso-Alentejana, 1993.

Rosa, João, *Costas Roteiras do Alentejo*, Imprensa Luso-Alentejana, 1993.



RECETO
Algarve

Nógado Algarvio

PARTICULARIDADE

Montinhos de nógado, apresentados em folhas de limoeiro ou embrulhados em papel

DESCRIÇÃO

Massa relativamente dura, de cor dourado-escuro, preparada com amêndoa e mel em partes iguais. Apresenta-se sob a forma de quadrados ou rectângulos de 5 a 6 cm de lado, embrulhados em papel, ou sob a forma de pequenos montinhos colocados sobre folhas de limoeiro. Pesa aproximadamente 30 g.

HISTÓRIA

A história da doçaria regional algarvia está muito ligada à história da Pastelaria Almeida, cujo número de licença de fabrico é o 977, datando de 1931 o contrato de arrendamento da pastelaria. Contudo, já muito antes

dessa data a mesma família fabricava doçaria que vendia na casa de jantar da sua própria casa. A pastelaria tornou-se tão conhecida que, para além da venda ao público, tem sido fornecedora da Presidência da República desde 1930 e é a fornecedora dos banquetes de Estado, com perfeitíssimas maravilhas doces (por exemplo, um morgado de amêndoa, em forma de brasão real, para o banquete oferecido a rainha Isabel de Inglaterra, em 1957).

Uso

Como guloseima, a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Limpam-se bem as amêndoas, esfregando-as com um pano. Cortam-se depois em lascas relativamente grossas. Leva-se o mel ao lume em tacho de arame ou cobre, deixando ferver. Juntam-se as amêndoas, mexe-se e, sem deixar queimar, vai fervendo até atingir a cor dourado-escura. Deita-se sobre uma tabua molhada e, com um rolo também molhado, estende-se até atingir a espessura de 0,5 cm. Cortam-se os quadrados ou rectângulos, ou fazem-se os montes, com a massa ainda quente, colocando-os sobre papel ou folhas de limoeiro.

PRODUÇÃO

Impossível de quantificar.

BIBLIOGRAFIA

Arquivo da Pastelaria Amênd
Tradução: *et al.*



REGIÃO:

Lisboa e Vale do Tejo

Paimogo

PARTICULARIDADE

Bolo em forma de pequeno tronco de cone, de cor castanho-amarelada, com sabor a baunilha.

DESCRIÇÃO

Pequeno bolo preparado com gemas de ovos, amêndoas, açúcar e essência de baunilha. Mede cerca de 5,5 cm de diâmetro de base, 3,5 cm de diâmetro de fundo e 2,5 cm de altura. Pesa cerca de 50 g. A consistência é cremosa e semelhante à dos pudins. Conserva-se durante três semanas a um mês, sem endurecer e sem se estragar devido à sua preparação cuidadosa e tradicional. O bolo é vendido à unidade ou em caixas de 6, sendo cada bolo embrulhado em folha de papel muito fino. Quer o papel de embrulho quer a caixa de cartão são enriquecidos com uma fotografia do Forte de Paimogo.

HISTÓRIA

Contrariamente ao que é usual em Portugal, a história deste bolo não provém da tradição conventual. A sua criadora, a Sr.^a D.^a Zélia Fortunato Pereira, baseou-se na sua própria imaginação e no seu saber fazer de doceira afamada para criar, há cerca de 40 anos, este bolo a que deu o nome de uma das praias da zona da Lourinhã — Palmogo — também conhecida pelo seu forte que serviu de guarda avançada contra os invasores marítimos e do qual hoje só restam ruínas.

Uso

Muito apreciado como sobremesa, come-se como gulodice a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

A amêndoa do Algarve é finamente moída, depois de lhe ser retirada a pele. É nesta operação de moenda que reside grande parte do saber fazer deste bolo. A amêndoa moída é em seguida batida conjuntamente com o açúcar, as gemas de ovos e a essência de baunilha. Em seguida, coze-se esta mistura em pequenas formas untadas.

PRODUÇÃO

Produzem-se cerca de 500 unidades por dia.

CONTACTO

Casa das Aréias Brancas
Dous Reguços
1500 Lourinhã

BIBLIOGRAFIA

Entrevista com a Sr.^a D.^a Zélia Pereira,
doceira e proprietária da Casa das
Aréias Brancas



Bolachas

Lisboa e Vale do Tejo

Pampilho

PARTICULARIDADE

Bolo em forma rectangular, amarelo-tostado, pretendendo figurar uma vara de campino

DESCRIÇÃO

Tem forma rectangular, medindo cerca de 15 cm de comprimento por 4,5 cm de largura e 2 cm de espessura. A cor é amarelo-vidrada e tostada na parte superior. Por vezes o seu comprimento atinge os 20 cm. A massa é preparada com farinha, açúcar em pó, ovos e manteiga. O recheio de doce de ovos é preparado com gemas de ovos, calda de açúcar e amendoa, até se obter uma consistência cremosa. Cada bolo pesa cerca de 120 g.

HISTÓRIA

Os Pampilhos não têm uma longa tradição por si próprios, mas têm-na na medida em que foram -imaginados- em homenagem ao homem do Ribatejo.

mais propriamente ao campino que na lezíria guarda os touros. O pampilho é a vara comprida com que o campino dirige os animais, e daí o formato do bolo. O bolo é uma criação, de há cerca de 30 anos, do Sr. Diamantino Veloso, então pasteleiro da Pastelaria Acides (local onde os alunos da Escola Agrária da região e a elite dos «forçados de Santarém» se reuniam habitualmente para confraternizar). Desta maneira a pastelaria homenageou as gentes ribatejanas leadas aos mais conhecidos *ex libris* do Ribatejo: o touro e o cavalo.

Use

Como todos os bolos, é consumido a qualquer hora do dia

SABER FAZER

Amassa-se a farinha, os ovos e o açúcar até formar uma massa. A massa é a seguir espalmada muito fina, com um rolo, e cortada em retângulos que vão envolver o recheio. A seguir pincelam-se os retângulos duas vezes com o preparado de gemas de ovos e vai a cozer ao forno durante 10 min a 400°C.

PRODUÇÃO

A produção é em Santarém, de cerca de 150 000 unidades por ano. Contudo desconhece-se a produção global, dado que alguns restaurantes também o servem aos seus clientes. Existem quatro produtores.

CONTACTOS

Café Pastelaria S. Pedro
Rua Foz, Rua Junior Lore & Cia Ltda
S. Pedro
Fone: 3414400

Paucelario Regibat

Ripa Serepa Parito II 647
 1988 Sanlatern

BIBLIOGRAFIA

Trade credit period



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Pastéis de Belém

VARIANTES

Pastéis de Nata

PARTICULARIDADE

Pequenos bolos de massa folhada, dividida em lâminas estaladiças, com creme de sabor suave.

DESCRIÇÃO

Pasteis com cerca de 7 cm de diâmetro, de massa folhada feita com farinha, margarina e água, recheados com creme de ovos, fabricado com gemas, farinha, leite gordo, açúcar, água, canela e raspa da casca de limão. São cozidos e tostados no forno.

HISTÓRIA

Os Pastéis de Belem são assim apelidados por serem especialidade de uma antiga confeitaria existente nesta zona de Lisboa, a Confeitaria de Belem, Lda. Esta casa nasceu em 1837, à beira do Convento dos Frades Jerónimos, que, segundo a lenda, já fabricavam os refeedos bolos, embora outra versão mais recente da lenda atribua os pasteis às Irmãs do Convento de Odivelas. No entanto, nada está provado, excepto que todos os pasteis de nata do País aqui vieram buscar a receita. A verdadeira receita dos Pastéis de Belem é, ainda hoje, um segredo bem guardado pelos mestres pasteleiros da firma.

USO

Muito apreciados como guloseima e consumidos a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Confeção manual na linha de produção. A massa folhada é fabricada (alguns ingredientes constituem segredo desta massa) e espalhada à mão. Cortam-se rodela com que se forram as caixinhas (utilizando os polegares para lhes dar forma). Estas são, em seguida, recheadas com o doce de ovos, cuja receita aproximada é a que consta na descrição. Numa primeira fase, o creme é cozido em banho-maria, sendo depois colocado num forno bem quente (a uma temperatura de 400°C) durante 15 min. Cozem até ficarem alourados. Podem ser polvilhados com açúcar em pó e ou canela, na altura de comer.

PRODUÇÃO

A produção mensal desta confeitaria é de 250 000 pasteis.

CONTACTO

Antiga Confeitaria de Belem
Rua do Belem 11-13
1200 Lisboa

BIBLIOGRAFIA

1. Alvarez de Cienfuegos, ed. Selección de Recetas Digest, 1981.
2. Silva, A. *Receitas tradicionais*. Segunda edição, 1978.
3. Tradução oral.



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Pastéis de Feijão de Torres Vedras

VARIANTES

Pasteis de Feijão de Torres Novas

PARTICULARIDADE

Bolos de massa frável, recheados com um doce de feijão branco

DESCRIÇÃO

Os pasteis são constituídos por uma massa de farinha e água suficiente para amassar, estendida muito fininha e recheada com um doce feito de feijão, açúcar, ovos e amêndoa. São embrulhados individualmente em papel celofane e colocados em caixas de cartão, contendo 6 bolos. Também se vendem a unidade nas pastelarias. Têm de diâmetro mais ou menos 7 cm.

HISTÓRIA

Introduzidos em Torres Vedras no início do século, os Pasteis de Feijão têm, contudo, uma origem conventual, como se pode ler no livro *A Alimentação na Idade Média*: «Muitas das especialidades conventuais, com o decorrer do tempo, tornaram-se património da região onde surgiam, e o encerramento de muitos conventos aquando das perseguições anticlericais, apressou a “passagem de testemunho” destas instituições a fabricantes locais, leigos ou ex-religiosos e a institucionalização das nossas especialidades regionais. As mais célebres, hoje património culinário e cultural do nosso País são entre tantas outras... os Pasteis de Feijão de Torres Vedras».

Uso

A toda a hora do dia, como gulodice.

SABER FAZER

Para forrar as formas faz-se uma massa muito tenra que se estende muito fina. O feijão, geralmente branco e de boa qualidade, é descascado antes de cozido. Após a cozedura, prepara-se um pure de feijão. Só depois se pesa e rala a amêndoa. Faz-se um xarope com o açúcar, até atingir o ponto ideal. Junta-se o pure de feijão, deixando-o cozer no xarope de açúcar, após o que se junta a amêndoa. Deixa-se arrefecer e, quando frio, deitam-se as gemas, levando ao lume até cozerem. Estende-se a massa muito fininha e forram-se as formas. Deita-se o recheio frio e levam-se a cozer ao forno.

PRODUÇÃO

A Pastelaria Coroa produz cerca de 100 dúzias por dia. Esta pastelaria dedica-se ao fabrico exclusivo destes bolos, o que não impede que outras pastelarias também os fabriquem.

CONTACTO

Pastelaria A Coroa
7520 Torres Vedras

BIBLIOGRAFIA

A Alimentação na Idade Média



Rouian
Centro

Pastéis de Santa Clara

PARTICULARIDADE

Semelhantes na forma e na massa exterior a um pastel de massa tenra, mas cozidos no forno em vez de fritos e com recheio doce em vez de cozinhado de carne ou peixe.

DESCRIÇÃO

Pasteis em forma de meia-lua, recheados com doce de ovos a que se adiciona, aquando da preparação, amêndoas peladas e raladas.

HISTÓRIA

Tal como muitos outros doces tradicionais, estes pasteis tiveram origem conventual, como, aliás, a maioria das obras-primas da doçaria regional portuguesa. É o caso do Convento de Santa Clara de Coimbra, que deu nome a alguns dos mais celebres doces conventuais da Beira Litoral.

Uso

Como guloseima, a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Prepara-se a massa, juntando a farinha peneirada manteiga e água fria (em muito pequena quantidade). Amassa-se bem, estende-se a massa a mão ou com o rolo, até atingir uma espessura de 2 a 3 mm, e cortam-se discos, que se recheiam com doce de ovos e amêndoas. Pincela-se à volta com ovo batido e dobra-se ao meio, em formato de meia lua. O recheio é feito levando o açúcar ao lume até fazer ponto. Deixa-se arrefecer, juntam-se as amêndoas peladas e raladas e as gemas de ovos e leva-se de novo a cozer. Antes de enfornar, os pasteis são pincelados com ovo batido e polvilhados com açúcar.

PRODUÇÃO

Principalmente por toda a região de Coimbra, sendo impossível quantificar.

BIBLIOGRAFIA

«Doce de ovos de Portugal»,
ed. Seleções da Rueda's Design, 2012.
Modesto, Maria de Lourdes,
«Culária Tradicional Portuguesa»,
ed. Verbo, 1992.



Recheio:
Centra

Pastéis de Tentúgal

PARTICULARIDADE

Bolo de camadas multfolhas de massa muito fina e seca, recheado com doce de ovos (ovos moles)

DESCRIÇÃO

Travesseiro de massa muito fina, dobrado nas pontas, que estala facilmente ao comer até se chegar ao doce, que constitui o recheio.

HISTÓRIA

Bolo conventual legado pelas freiras Carmelitas, cujo convento data do século XVI e cujas primeiras ocupantes vieram do Convento da Esperança de Beja. Ainda hoje é feito por mulheres, que se dizia deverem ser de -boa perna- que permitisse estender sobre ela a massa do bolo. É comum encontrar em roteiros de viagens a indicação -não esquecer de comprar em Tentugal os doces: pasteis de Tentugal, queijadas e suspiros-.

USO

Como guloseima ou sobremesa

SABER FAZER

O bolo é hoje quase exclusivamente fabricado em pequenas unidades que, embora artesanais, conseguem face ao seu volume de vendas, obter das moagens farinhas especiais de trigo duro indispensáveis para a obtenção da massa. Esta, muito macia, é feita com farinha e água e vai-se estendendo, à mão, sobre um lençol branco, após sucessivos e pequenos descansos tapada com outro lençol, até se obter uma autêntica «folha de papel», finíssima e translúcida que, para não partir ao esticar, só se deixa secar no final. Corta-se em pequenos retângulos que se sobrepõem e pincelam com manteiga à medida que se vão sobrepondo. Coloca-se sobre eles um montinho de doce feito com gemas e açúcar. Enrola-se a massa, dobra-se nas pontas para não deixar sair o doce, e vai a acabar de secar em forno. É depois pulverizado com açúcar.

PRODUÇÃO

Dada a sua produção artesanal, que obriga a grande paciência e necessita de condições especiais de humidade ambiente, produz-se principalmente na região de Tentugal, concelho de Montemor-o-Velho.

BIBLIOGRAFIA

- Modesto, Maria de Lourdes
Tratado Internacional Português
vol. X (1982)
Associação Nacional de Indústrias de Bolos e Doces (1997)



Receita
Alentejo

Pastéis de Toucinho do Convento da Esperança

PARTICULARIDADE

Forminhas com cerca de 6 cm de diâmetro e 3 cm de altura, de massa muito fina, recheadas com doce de ovos, amendoa e toucinho. Tem uma cor dourada.

DESCRIÇÃO

Caixinhas circulares de massa, feitas com farinha, gema de ovo e manteiga, cheias de doce feito com toucinho moído, amendoa, gemas, açúcar e canela, cozidas no forno.

HISTÓRIA

O nome provém dos ingredientes com que é fabricado e em que entra o toucinho. Um dos alimentos base da alimentação da população alentejana e o porco, não surpreende, por isso, que os seus derivados apareçam também

na doçaria regional. Trata-se de um doce que teve origem num convento desaparecido há mais de um século e fundado em 1541, o Convento da Esperança. Contudo, também há quem atribua a receita ao Convento de S. João da Penitência ou ao das Maltesinhas de Estremoz.

Uso

Como guloseima, a qualquer hora do dia, e como sobremesa.

SABER FAZER

Faz-se uma massa que se estende e dobra várias vezes, como a massa folhada. Finalmente, estende-se muito fina e forram-se forminhas baixas e de preferência caneladas. Recheiam-se com doce de toucinho, cobrem-se com outra rodelas de massa e vão ao forno. Para o doce de toucinho usa-se toucinho fresco, sem couro, demolido durante algumas horas, se necessário, seco e triturado. Faz-se uma calda de açúcar, junta-se o toucinho, ferve-se e passa-se por uma peneira. Junta-se a amêndoa, as gemas e a canela e leva-se ao lume a engrossar.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 40 000 unidades.

BIBLIOGRAFIA

Murillo, H. (1994) *Alimentos da Festa*.
Ponte: Pontus e do Lã Seca.
ed. Lúcia Barreira, serializações
contínuas de 30 anos.

Modesto, Maria de Lourdes.
Cozinha Tradicional Portuguesa.
ed. Artur, 1994.

Raposo, Francisco Hipólito. *Cozinha
Velha, Cozinha Antiga de Portugal*.

Saramago, Alfredo. *Doçaria*.
Conceitos de Amêndoa, 2. ed.
Lolans-Edição, 1994-1995.



Região
Centro

Pastéis de Vouzela

PARTICULARIDADE

Pastéis de delicada massa folhada, extremamente fina, recheada com um creme de ovos.

DESCRIÇÃO

Pastéis rectangulares, com as pontas dobradas sobre si, feitos de massa muito fina, recheados, cozidos no forno e polvilhados com açúcar.

HISTÓRIA

Pode afirmar-se com segurança que este produto já era confeccionado no início deste século por duas famílias tradicionais da vila de Vouzela, que terão herdado o saber fazer através dos tempos mantendo-o como segredo familiar. Alguns defendem que esta receita é tão antiga como um convento cuja memória se perdeu no tempo. Actualmente, o saber fazer continua a passar de família para família, o que faz com que seja um segredo bem guar-

dado. No entanto, embora produzido com fins comerciais, as doceiras contemporâneas garantem utilizar o mesmo método artesanal que lhes foi ensinado pelas suas avós. Em roteiros desta região são usuais menções como «os pasteis de massa tão finos como cabelos de anjos... que gostaríamos todos os anos de poder provar».

Uso

Ao pequeno almoço e ao lanche, acompanhando o chá, ou como sobremesa.

SABER FAZER

A receita continua secreta. São fabricados actualmente por quatro famílias da vila de Vouzela segundo um método completamente artesanal, a partir de uma fina massa folhada, tendida e seca numa tela especial, onde reside o segredo. São seguidamente recheados com ovos moles. Deste processo resulta um pastel com várias camadas de massa fina e estalada a envolver o recheio.

PRODUÇÃO

A produção de 500 dúzias por semana, feita em pequenos núcleos familiares, não chega para as encomendas.

CONTACTO

Casa Boa
923000050

BIBLIOGRAFIA

Universidade de Coimbra
ed. «Coleção do Braseiro Regional»
(Lisboa 1993)



RECETO
Norte

Pitos de Santa Luzia

PARTICULARIDADE

Pequenas trouxas de massa, recheadas com uma mistura de abóbora, açúcar, canela e pimenta

DESCRIÇÃO

Bolos preparados com massa tenra feita com farinha, açúcar, banha, ovo e sal, tendo 6 cm de lado, com cerca de 3 cm de altura. Os bolos tem mais ou menos a forma de pirâmide quadrangular ou trouxa da lavadeira, já que são feitos a partir de um quadrado de massa cujas pontas são repuxadas para o centro e para cima. A massa tenra é recheada com doce de abóbora e canela (preparado com abóbora e açúcar, sendo o açúcar metade do peso da abóbora, e condimentado com canela e pimenta)

HISTÓRIA

É uma receita do antigo Convento de Vila Real. Os Pitos são um doce sazonal que apenas se faz nos últimos três meses do ano, sendo o dia 13 de Dezembro, dia de Santa Luzia, o dia de maior comercialização, pois tradicionalmente as raparigas compram os Pitos para oferecer aos rapazes, que no dia de S. Brás lhe devolvem o presente sob a forma de outro doce regional, as Ganchas. Mais do que um doce, os Pitos são um objecto de sedução amorosa. Diz a tradição que quem passa por Vila Real não deve esquecer a deliciosa doçaria: os Pasteis de Toucinho, os Covilhetes e, sobretudo, os Pitos.

Uso

São muito apreciados como guloseima, sendo comidos a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Amassa-se a farinha, ovos, banha, leite e fermento muito bem. Deixa-se levedar um pouco. A seguir, coze-se a abobora, escorre-se muito bem, mistura-se com açúcar em ponto e junta-se canela. Estende-se a massa com cerca de 3 mm de espessura e recortam-se pequenos quadrados. Dentro, e ao centro do quadrado, coloca-se um montinho de doce. Unem-se as quatro pontas do quadrado de modo a formar uma pequena trouxa. Vão a cozer em forno muito quente.

PRODUÇÃO

Fabricam-se em três pastelarias de Vila Real. A produção da Casa Lapão é de cerca de 400 a 500 unidades por dia, na época de maior fabrico, em especial Dezembro.

CONTACTO

Casa Lapão
Rua da Mouraria, n.º 2143
5000 Vila Real

BIBLIOGRAFIA

1. *Devoção de Portugal*, ed. Seleções do Reader's Digest, 1982.
2. Casa Lapão. De como transformar um segredo num investimento prodigioso, in *Revista Diniz*, (número especial), Instituto do Emprego e Formação Profissional, 1994.
3. *Logo, Pedro*. Entre a Varado e o Pesado, in *Artes e Ofícios*, Março, 1994.



Receita
Madeira

Queijadas da Madeira

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Queijadas

PARTICULARIDADE

Pequenos bolos achatados, de sabor muito agradável e característico, que lhes é conferido pelo recheio de requeijão de leite de cabra.

DESCRIÇÃO

Pequenos bolos de forma achatada e arredondada cuja base, de massa muito fina, é dobrada para o centro, por forma a conter o recheio. A massa da Queijada prepara-se com farinha, manteiga, açúcar e água para amassar. O recheio é feito com requeijão de queijo de cabra, açúcar, ovos e farinha. As queijadas tem entre 7 a 8 cm de diâmetro e uma espessura de 1 cm.

HISTÓRIA

Por extracto de um código manuscrito do Convento da Encarnação, no Funchal, publicado no Arquivo Histórico da Madeira, em Maio de 1937, se ajuza da confeitaria monástica. Na ementa relativa ao triénio de 1813 a 1815, faz-se referência a uma grande variedade de doces, entre os quais está presente a Queijada, em quantidades medidas por alqueire, para festejar solenidades religiosas e suas óitavas (in *Ilhas de Zézele*).

Uso

Muito apreciadas como guloseima, sendo comidas a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

O recheio de requeijão de leite de cabra, açúcar, ovos e farinha é colocado sobre uma rodela de massa (farinha, manteiga, açúcar e água) muito fina cujos bordos são dobrados para cima. Cozem em forno quente.

PRODUÇÃO

As Queijadas são produzidas segundo as receitas tradicionais em diversas pastelarias. São comercializadas a unidade.

CONTACTOS

Pastelaria Rosa
Rua do Seminário, n.º 40
9400 Funchal

Camaçariadas, Sítio Conf.
e Pastelaria, Lda.
Rampa - Camaçari
9405 Camão

Café Apolo
Rua Dr. António José de Almeida, n.º 21
9400 Funchal

BIBLIOGRAFIA

Costuras e Costuras do Funchal,
Madeira, ed. Governo Regional
da Madeira, Secretaria Regional do
Turismo e Cultura, Dez. 07 Jan. 08

Pereira, Eduardo C. N.
Ilhas de Zézele, 1986



Bolado
Alentejo

Queijadas de Requeijão

VARIANTES

Nalgumas variantes o requeijão é substituído por queijo fresco de ovelha. Queijadas de Évora. Queijadas de Estremoz. Queijadas de Elvas. Queijadas de Vila Viçosa. Queijadas de Portalegre.

PARTICULARIDADE

Pequenas formas de massa muito fina, recheadas com uma pasta doce feita à base de requeijão.

DESCRIÇÃO

Bolos constituídos por uma caixa de massa muito fina, feita com farinha, ovo, manteiga e banha, cheias de pasta doce fabricada com requeijão, ovos, açúcar, manteiga e farinha. As formas são redondas, geralmente caneladas, e tem um diâmetro de cerca de 7 cm e uma altura de 3 cm.

Nas variantes Queijadas de Évora e Queijadas de Estremóz, o requeijão é substituído por queijo fresco de ovelha e as proporções variam ligeiramente.

HISTÓRIA

O requeijão é um produto fresco, de difícil conservação, tendo sido consumido durante séculos como base de alimentação das populações serranas. No Alentejo, região pródiga em doces conventuais, começou a ser utilizado em receitas da doçaria tradicional para aproveitamento deste produto sazonal e facilmente perecível, sendo disso exemplo típico as -queijadas-. Nesta região, o requeijão é escorrido dentro de um pano branco atado pelas pontas, ficando com a forma de bula e muito compacto. Do baixo teor de água provém o aspecto e o sabor do recheio deste bolo que, em certas zonas, é fabricado com queijo de ovelha fresco (produto também muito escorrido). Foram encontradas referências a queijadas num receituário do Convento de Santa Clara de Moura e constam também no receituário de S. João da Penitência (extinto em 31 de Maio de 1787, com a morte da última abadessa). Num jornal publicado em Évora nos anos 20 aparece um anúncio às Queijadas de Évora.

Uso

Como guloseima e como sobremesa em casas de família e em restaurantes de cozinha tradicional.

SABER FAZER

A massa que forra as formas deve ser muito sovada para lhe dar a elasticidade e a textura típicas. Faz-se a massa com a farinha, a gordura, o ovo e água tepida temperada com sal. Estende-se com um rolo e cortam-se rodela muito finas com cerca de 8 cm de diâmetro para forrar as formas. Faz-se um preparado com os restantes elementos e recheiam-se as formas. Vão a cozer no forno moderadamente quente até ficarem bem louras. Depois de retiradas do forno são geralmente colocadas com o fundo para cima para ficarem bem direitas.

PRODUÇÃO

Estima-se para as de Vila Viçosa 100 unidades por dia, para as de Portalegre 1500 por semana, para as de Elvas 100 a 120 por dia, para as de Estremoz cerca de 200 por dia, para as de Évora cerca de 750 por dia e para as de Beja 20 por dia.

CONTACTOS

Restaurante Fialho
7000 Évora

Pastelaria Luz da Rocha

Rua Capitão João Francisco de Sousa
7100 Beja

Pastelaria Azul
Vila Viçosa

BIBLIOGRAFIA

Fialho, Manuel. *Cozinha Serrana*
no Alentejo

Lucio, Manuel. *Cozinha Serrana*
Região do Baixo Alentejo, ed.
Presença, 1986

Pereira, Gabriel. *A Vida dos Escravos*
Tipografia do Dia (1988), 1991

Saramago, Alfredo. *Receitas*
Cozinha do Alentejo, 2.ª ed.
Colares Editora, Lisboa, 1994



REGIÃO:

Lisboa e Vale do Tejo

Queijadas de Sintra

PARTICULARIDADE

Caixas de massa que servem de suporte ao doce, feito de uma mistura de queijo fresco, ovos e canela, a qual lhes confere um gosto particular.

DESCRIÇÃO

Caixas de massa tenra, com cerca de 5 cm no diâmetro maior, cheias com uma pasta feita de queijo fresco, ovos, açúcar, farinha e canela (1 colher de chá) e cozidas no forno. São embaladas em rolos de 6, juntas duas a duas pelo diâmetro maior com um separador de papel entre elas. Pesam cerca de 35 g.

HISTÓRIA

As Queijadas de Sintra são conhecidas pelo menos desde 1227, sendo utilizadas como pagamento de loros e tendo a sua industrialização começado no século XIX. Eça de Queiroz refere a recomendação de uma mãe ao seu

filho que vai dar um passeio a Sintra. Não te esqueças das queijadas. Tude Martins de Sousa refere uma serie de rendas pagas em queijadas. Alfredo Pinto refere que a sua industrialização teria começado em 1756 com Maria Sapa, de Ranholas, que fabricaria, por dia, 20 dúzias de queijadas. As Queijadas de Sintra foram premiadas nas Exposições Regionais de Sintra e Oeiras, em 1926, 1929 e 1936.

Uso

São muito apreciadas como guloseima, sendo comidas a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

A massa de farinha, manteiga e água é preparada com 24 horas de antecedência e conservada coberta com um pano seco sobre o qual se coloca um pano húmido. A massa deve ficar muito rija. Para o recheio, tritura-se o queijo, mistura-se com o açúcar e juntam-se as gemas, a farinha e a canela. Estende-se a massa muito fina, cortam-se rodela de 6 cm de diametro, dão-se alguns golpes na borda com uma tesoura e forram-se as formas. Recheiam-se com o preparado e vão a cozer ao forno muito quente.

PRODUÇÃO

As queijadas são actualmente fabricadas segundo os modos tradicionais em cinco casas da região de Sintra, tendo sido a Fabrica de Queijadas da Sapa registada em 1912. A produção destas cinco casas é de cerca de 35 000 a 40 000 pacotes por mês.

CONTACTO

Queijadas da Sapa
Avda do Duque, n.º 12
2710-2 Sintra

BIBLIOGRAFIA

Pinto, Alfredo. Oeiras de Sintra, 1926.
Queijos. Fça. 5.ª. Livro IIIII.
Sousa, Tude Martins, conferência, proferida em 11.05.35, na reunião da Assembleia de Sintra, e publicada pelo Conselho de Iniciação do Turismo da mesma data.



REGIÃO:
Norte

Roscas de Amêndoa

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Roscas

PARTICULARIDADE

Doces de amêndoa em forma de rosca. Internamente a massa é muito mole e, exteriormente, apresentam uma cor dourada.

DESCRIÇÃO

Doces em forma de rosca com cerca de 5 cm de diâmetro e um peso aproximado de 45 g. São vendidos em caixas de 12 unidades.

HISTÓRIA

Arouca é, sem dúvida alguma, a fiel depositária de toda uma tradição doceira que remonta à actividade das laboriosas freiras Bernardas do extinto Convento de Arouca. As freiras fabricavam os doces que se vendiam

e se ofereciam como «mimos, brindas ou pitaças» à entidades civis e eclesásticas merecedoras de tão ricos presentes. E foi assim que esta arte cultivada com gosto e imaginação ultrapassou os muros do convento, penetrando nos paços senhoriais, tornando-se parte indispensável de festas e romarias tão conhecidos como o próprio nome de Arouca. A transmissão destas receitas foi feita através das chamadas «moças da ordem» (mulheres laicas que trabalhavam nos conventos).

Uso

As Roscas de Amêndoa, bem como os restantes doces de Arouca, estão directa ou indirectamente ligadas a certos dias de festas litúrgicas, que anualmente fazem reacender os mitos fundadores da sua existência. Destas festas salientamos o Natal e a Páscoa, bem como a festa da Rainha Santa Matilde.

SABER FAZER

São preparadas com ovos, açúcar e amêndoas. Não é possível indicar as proporções, pois tanto o açúcar como as amêndoas são medidos em peso, enquanto os ovos são medidos em unidades. Mistura-se tudo de modo a se obter uma massa pastosa (os ovos são adicionados até se conseguir a consistência desejada) de que se tendem rolos com cerca de 1 cm de espessura que se moldam em espiral de 5 cm de diâmetro. São cozidos em forno de lenha.

PRODUÇÃO

Existem cerca de trinta produtores na região de Arouca.

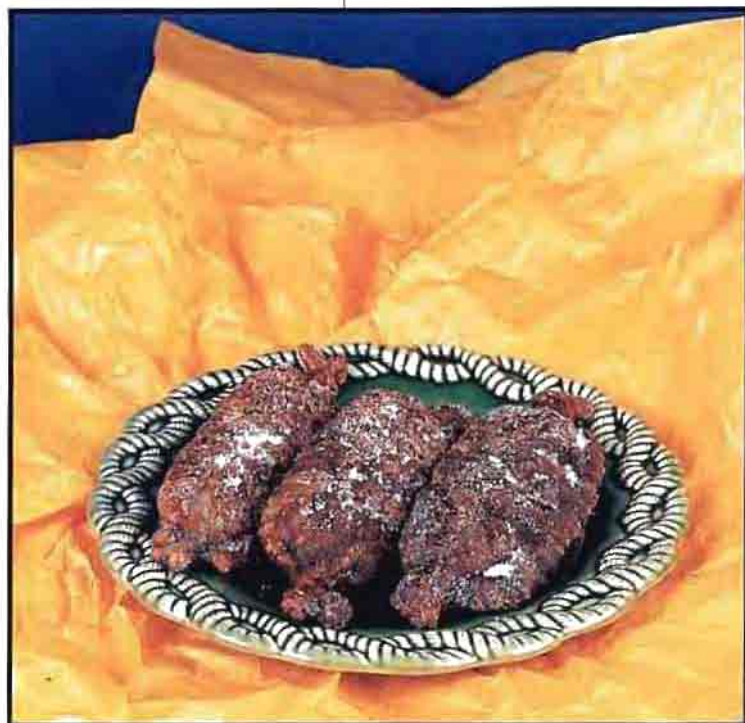
CONTACTO

Manuel da Silva Bastos
Rua do Povoado
4200 Arouca

BIBLIOGRAFIA

Dias, Geraldo J. A. *Doçaria e mimos*.
A arte da doçaria tradicional de
Arouca. In: *Revista do Centro de Estudos
da UCA*.

Rodrigues, Fernando Matos. *O doce e
mimo: um guia para o consumo de
Arouca*. In: *Revista do Centro de Estudos
da UCA*.



Região
Centro

Sardinhas Doces de Trancoso

PARTICULARIDADE

Doce frito, com forma de sardinha, onde são bem visíveis a cabeça e o rabo, de cor escura (castanho de cacau). Tem uma crosta de massa relativamente estaladiça e um recheio interior de cor amarela de ovo, pastoso e de homogeneidade mediana. São muito doces.

DESCRIÇÃO

Doce feito a base de ovos, amêndoa ralada, azeite, chocolate, açúcar, sal e canela. Tem um comprimento que varia entre 13 a 16 cm e um peso de 120 a 150 g. A cabeça e o rabo da sardinha são envolvidos em chocolate.

HISTÓRIA

Trata-se de um doce de origem conventual. É uma especialidade referenciada em guias gastronômicos. Francisco Hipólito Raposo não se esquece

de lembrar as pessoas que a esta terra vão fazer uma visita, que provem as Sardinhas de Trancoso.

Uso

Como guloseima, a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Amassa-se a farinha com azeite e água para formar uma massa de cobertura. Faz-se o recheio com o açúcar, os ovos e a amêndoa. Envolve-se o recheio na massa, dá-se-lhe a forma de sardinha, frita-se em óleo, passam-se as extremidades por chocolate quente e depois por açúcar e canela.

PRODUÇÃO

Não existem dados que permitam quantificar exactamente a produção, mas estima-se em 5 toneladas por ano.

CONTACTO

Associação Comercial da Guarda
Rua Francisco de Paiva n.º 11
6300 Guarda

BIBLIOGRAFIA

Raposo, F. Hipólito. *Alentejo Alentejo*.
Abrunço (Tudo) a Serra da Estrela.
Tradições oral



Município:
Alentejo

Tiborna de Vila Viçosa

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Tiborna de ovos de Vila Viçosa; Tiborna Grande; Tiborna de ovos do Convento da Esperança

PARTICULARIDADE

Doce com forma arredondada, constituído por uma camada de massapão de cor praticamente branca, recheada com doce de ovos, fios de ovos e doce de gila.

DESCRIÇÃO

Doce apresentado envolto em papel de seda recortado em forma de renda, composto por amendoa, gemas de ovos, pão, doce de gila, açúcar e canela. Tem a forma de uma calote esférica baixa, coberta com fios de ovos e decorada com frutas cristalizadas ou perolas doces prateadas. Apresenta-se em diferentes tamanhos, sendo o mais tradicional o que tem entre 0,5 e 1 kg.

No entanto, por se tratar de um doce muito afamado, embora dispendioso, há quem o fabrique em tamanho pequeno, isto é, doces com cerca de 3 a 6 cm de diâmetro.

HISTÓRIA

Trata-se de um doce conventual muito usado em banquetes no Palácio de Vila Viçosa (palácio real a partir do século XVII). Julga-se que eram confeccionadas, sob segredo, por freiras de um convento próximo, o Convento das Chiagas de Vila Viçosa, pois só no século XIX a sua receita foi divulgada. No entanto, num livro publicado no século XVIII já apareceram referências a este doce. Em livros mais modernos fala-se deste doce como património do recetário do Convento da Esperança de Vila Viçosa.

Uso

Como sobremesa e gulodice. Dada a sua categoria e apresentação, as Tibornas eram presentes de honra quando se desejava homenagear alguém.

SABER FAZER

Com o açúcar, um pouco de água e metade das gemas fazem-se fios de ovos que se reservam. Com o açúcar que ficou, as amêndoas, o pão, a canela e as restantes gemas faz-se um massapão. Para armar a Tiborna, torra-se uma tigela com papel vegetal e torra-se depois com uma camada de massapão. Enche-se a cavidade central com doce de gila que se cobre com o resto do massapão. No dia seguinte desentorma-se sobre um papel de seda recortado, cobre-se com fios de ovos e enfeita-se com perolas prateadas e/ou frutas cristalizadas. Atam-se as pontas do papel de seda com fios de lã ou de seda de várias cores.

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 16 000 unidades. Não é possível indicar o número de produtores por se tratar de um bolo muito requintado, apresentado em restaurantes de luxo, o que no tamanho tradicional é geralmente fabricado por encomenda.

CONTACTO

Pastelaria Ant.
1900 Vila Viçosa

BIBLIOGRAFIA

Ante-Nova, C. e Antónia, C. *Confeiteiros e Confeições*, Imprensa Nacional de José Augusto de Brito, Lisboa, 1990.

Modesto, Maria de Unádes. *Os doces tradicionais portugueses*, ed. Verbo, 1982.

Ribeira, João. *O doçoteiro*, ed. Verbo, 1986.

Saramago, Alentejo, *Doces e mais doces*, ed. Verbo, 1984.



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Tigelada de Abrantes

VARIANTES

Tigelada de Ferreira do Zêzere

PARTICULARIDADE

Doce apudinado, de agradável textura e sabor, cuja cozedura é feita em tigela própria de barro vidrado, previamente aquecida.

DESCRIÇÃO

A Tigelada tem a forma de um disco com 2 cm de espessura e 10 a 12 cm de diâmetro. Apresenta cor amarelo-torrada e uma textura apudinada. A sua parte inferior é alveolada devido à alta temperatura que a tigela atinge no forno antes da junção da mistura. As Tigeladas são feitas com ovos, leite, farinha sem fermento, açúcar, limão e sal.

HISTÓRIA

Por consulta aos arquivos históricos verificou-se constar a receita de um doce denominado Tigeladas de D. Maria de Vilhena no *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria*, publicado pela Imprensa Nacional – Casa da Moeda que coincide com a receita das Tigeladas de Abrantes. De uma forma mais ou menos consensual, o produto é considerado um doce conventual. Existe no Arquivo Histórico do Concelho de Abrantes um conjunto de documentação no qual figura uma relação de receitas do Convento da Graça de Abrantes, onde consta a receita das Tigeladas. Todavia, a sua origem é reclamada em várias localidades do concelho de Abrantes.

Uso

Utilizado como sobremesa pode, no entanto, ser consumido a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Batem-se os ingredientes (excepto o leite) com um colher de pau. Posteriormente junta-se o leite e bate-se normalmente. O segredo das Tigeladas está no forno (de lenha) que deverá estar muito quente. Só depois se colocam as tigelas dentro do forno até aquecerem bem. Quando as tigelas estão bem quentes, deita-se o preparado atrás descrito (com um utensílio próprio). Retiram-se do forno quando estiverem douradas.

PRODUÇÃO

Na região de Abrantes, Constância e Sardoal existem dezotto produtores com uma produção média de cerca de 5000 duzias de tigeladas por mês.

CONTACTOS

Café Central
Rua do Mondim
2200-000 Ribeira Mortua

Maria da Conceição Marques
Rua João XXIII n.º 54
2200-000 Alfama de
Abrantes

Pastelaria Fágide
Rua do Sul do Tejo
2200-000 Abrantes

BIBLIOGRAFIA

Livro de Cozinha da Infanta D. Maria
Códex Português 113 da Biblioteca
Nacional de Nápoles, cópia da
impressão Nacional – Casa da Moeda

Salgueiro, Francisco Egídio e
Salgueiro, Emílio Dumas Pombal
documentação existente no Arquivo
Histórico de Abrantes



Beijos

Lisboa e Vale do Tejo

Torta de Azeitão

PARTICULARIDADE

Pequeno rolo amarelo, com aspeto vidrado, recheado com doce de ovos

DESCRIÇÃO

Rolo de massa leita com ovos, açúcar e farinha de milho com cerca de 12 cm de comprimento por cerca de 5 cm de diâmetro, recheado com doce de ovos (ovos e açúcar)

HISTÓRIA

As Tortas de Azeitão tem a sua origem em Fronteira (Alentejo) e a receita foi trazida por um familiar do dono da pastelaria O Cego, no início do século. Ai começou o seu fabrico, primeiro com uma torta grande que era vendida em fatias, e só passado algum tempo se fixou o seu fabrico sob a forma de bolo individual. Embora muita gente fabrique tortas, nenhuma

se igualam as famosas e já conhecidas tortas do Cego, família que detém o segredo e que o tem passado de geração em geração.

USO

São muito apreciadas como guloseima, fazendo deslocar pessoas propositadamente a Areitão para comer as famosas tortas, já que se não encontram a venda em localidades próximas.

SABER FAZER

A massa, feita com ovos, açúcar e farinha, é colocada em formas de 10 a 16 cm sendo a cozer ao forno. São depois recheadas com doce de ovos e enroladas. Apesar de existirem muitas receitas não é possível obter a verdadeira receita, visto constituir um segredo de família.

PRODUÇÃO

A produção é calculada em 5000 a 6000 tortas por semana.

CONTACTO
Pastelaria O Cego
2475 Areitão

BIBLIOGRAFIA
Tradição oral



Região

Lisboa e Vale do Tejo

Travesseiros da Piriquita

PARTICULARIDADE

Bolos de massa folhada recheados com doce de ovos. É tradição comerem-se quentes, na fábrica da Piriquita.

DESCRIÇÃO

Bolos com cerca de 12 cm de comprimento, 5 cm de largura e 2 cm de espessura, cobertos com açúcar. São feitos de massa folhada recheada com doce de ovos com amêndoa.

HISTÓRIA

Sintra é uma região por excelência turística. Muitos lisboetas têm por hábito ir aos fins-de-semana até Sintra gozar da paisagem e regalar-se com os doces da Piriquita. Esta confeitaria prepara, para além das queijadas tradicionais de Sintra, as nozes e os afamados Travesseiros. A invenção da receita cabe a Sr.^{ta} D.^{ta} Constância Cunha, que os começou a vender há mais de 50 anos.

Uso

Como guloseima afamada comem-se a qualquer hora do dia. Em Sintra, aos fins-de-semana, veem-se filas de pessoas à espera da sua vez para comerem um Travesseiro bem quentinho.

SABER FAZER

Prepara-se uma massa folhada de quatro voltas que se estende com cerca de meio centímetro. Corta-se em rectângulos de 10 a 12 cm, recheiam-se e enrolam-se. Vão ao forno muito quente, salpicando-se com açúcar a saída do forno. O doce do recheio é feito juntando a açúcar em ponto de perola morno, gemas de ovos e amêndoa ralada.

PRODUÇÃO

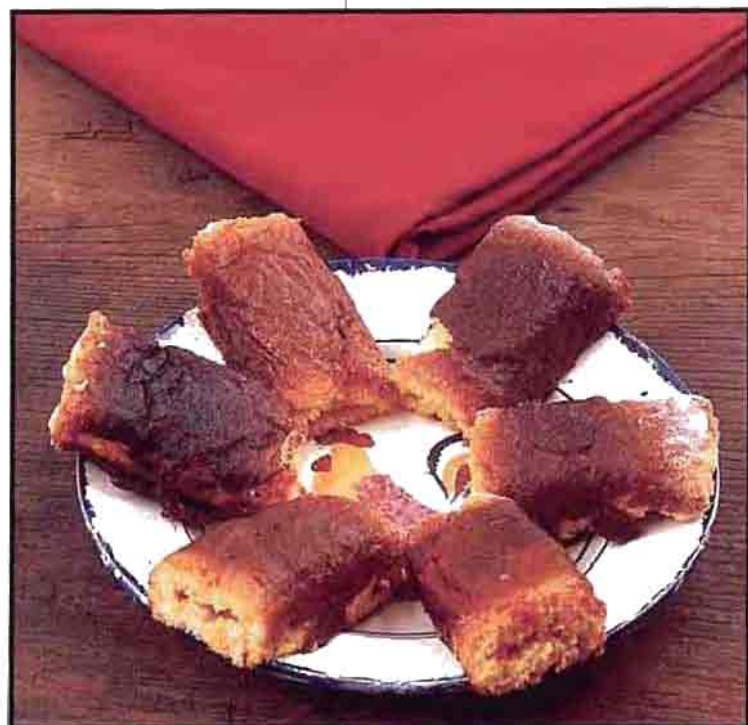
Produzem-se cerca de 900 a 1000 dúzias por mês.

CONTACTO

Fabrica de Queijadas A Piriqueta
2750 Sintra

BIBLIOGRAFIA

Tradição oral



BOLINHO

Lisboa e Vale do Tejo

Trouxas da Malveira

OUTRAS DENOMINAÇÕES

Tortas ou Travesseiros Fofos

PARTICULARIDADE

Bolos com forma de travesseiro, recheados com um creme de baunilha e frutos secos

DESCRIÇÃO

Bolos feitos com farinha, ovos e açúcar, recheados com um creme feito com farinha, leite, ovos, baunilha e frutos secos. Os bolos tem o formato de travesseiro com 8,5 a 5,5 cm e pesam cerca de 80 g. A espessura da massa é de cerca de 8 mm. Vendidos em caixas de 6 ou de 4 ou, ainda, a unidade

HISTÓRIA

Amândio Quinto estudou estes bolos e chegou à conclusão de que a sua origem era o Convento de Odiveias, donde teriam vindo pela mão de duas senhoras oriundas desse convento. Uma cantilena popular refere: -Compre trouxas da Malveira - Delícia que nos encanta - Não se esqueça de levar - Trouxas para a sua "santa" -.

Esta cantilena era reproduzida no interior das caixas da cartao onde as Trouxas eram vendidas.

USO

Esta golusemia pode-se comer a qualquer hora do dia.

SABER FAZER

Prepara-se uma massa de torta, tipo pão-de-ló, com ovos, farinha e açúcar. Corta-se em rectângulos que se recheiam com o creme feito com leite, farinha de milho, ovos e frutos secos (em especial amendoa). Esta receita, que, tendo sido a original, tem vindo a sofrer adulterações, está agora a ser recuperada pela casa herdeira das duas senhoras anteriormente citadas como oriundas do convento.

PRODUÇÃO

A produção anual é de 6000 kg.

CONTACTO

Casa das Trouxas da Malveira
Rua da Malveira

BIBLIOGRAFIA

Quinto, Amândio T. *Carrochoes do Alentejo*, pp. XII n. 200.



carne de aves

carne de aves

»



REGIÃO
Norte

Capão de Freamunde

PARTICULARIDADE

Galo vivo castrado, criado de modo a que se apresente à venda no dia 13 de Dezembro, dia da Feira dos Capões, em Freamunde.

DESCRIÇÃO

Os frangos a transformar em capões são das raças tradicionalmente existentes nesta área, nomeadamente a Galega. São preferidos frangos de quilha torta e veia grossa debaixo da asa. A escolha recai nas espécies de carne de melhor qualidade e crescimento lento. Estas espécies dão origem a capões de penugem colorida, sedosa, brilhante e penas muito longas. A carcaça possui coloração amarelada e aspecto macio. O peso está compreendido entre os 4 e os 8 kg.

HISTÓRIA

Num misto de lenda e história, conta-se que o cônsul romano, Caio Cânio, tendo insonias por causa dos galos, conseguiu que o Senado aprovasse uma lei que proibia a existência dessas aves na urbe romana. As populações tornearam a lei capando os frangos, o que os torna abúlicos e passivos, deixando o cantar alívio. O capão é um *ex libris* da vila de Freamunde, cuja feira se realiza a 13 de Dezembro, tendo sido instituída oficialmente por El-Rei D. João V em 1719. "... rezestada na chancellaria Mor da Corte e Reino no livro dos officios e Mercês a folhas 48. (em) Lisboa Occidental (a) dois de Novembro de mil sete centos e dezanove ... D. Francisco Manuel de Melo e Gil Vicente, bem como historiadores e cronistas, mesmo da Idade Medieval, referem-se ao capão como iguaria requintada que ia a mesa do rei. José Quitério aconselha a comer-se capão assado como quem celebra um rito.

Uso

O capão é, cada vez mais, um objecto de requintada oferta, para gratificar amigos e favores. A forma mais tradicional de cozinhar o capão é o Capão à Freamunde, substituindo o tradicional peru do Natal.

SABER FAZER

A operação de castração dos frangos é apenas efectuada por mulheres, segundo o modelo tradicional. O frango é castrado aos 3 meses de vida, após um jejum de dia e meio. Depluma-se o frango junto da última costela, numa área de 7 cm. Faz-se nessa zona, após desinfectação, um golpe de 4 cm, e com um dedo untado em azeite procede-se à extracção dos testículos. O frango fica em liberdade, não se deixando empoleirar durante 4 dias, sendo alimentado com papas 15 horas depois da castração. Apenas se vendem obrigatória e tradicionalmente animais vivos, não devendo ter mais de 250 dias após a castração.

PRODUÇÃO

A zona de produção distribui-se pelas freguesias próximas de Freamunde, desconhecendo-se o número de produtores.

CONTACTO

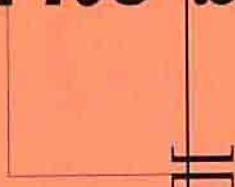
Direcção Regional de Agricultura
de Entre-Douro e Minho
Rua Dr. Francisco Duarte, n.º 105 - 1.
º Andar, Braga

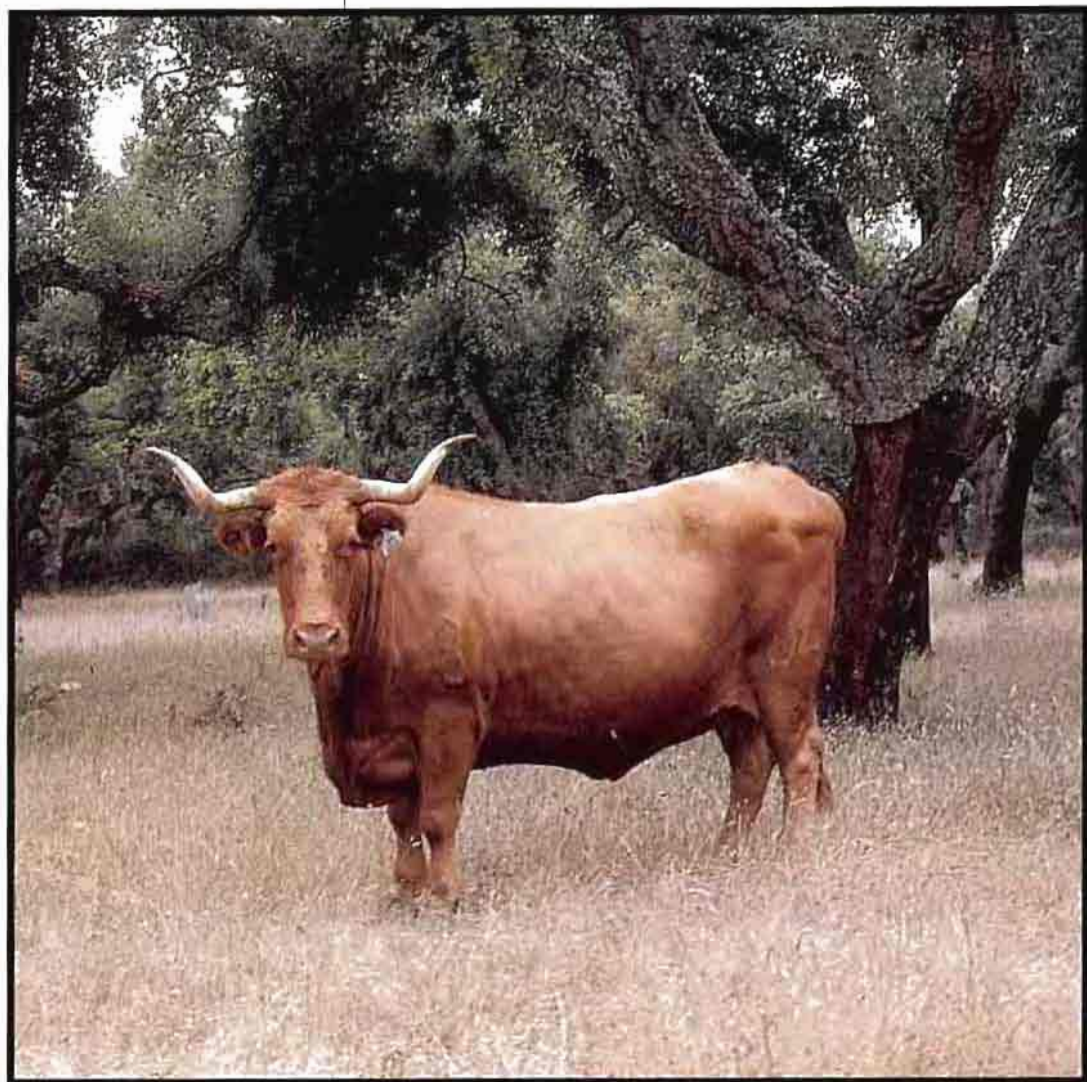
BIBLIOGRAFIA

Livro dos Offícios e Mercês de D. João V
Quitério, José. Livro de Bem Comer
ed. Assírio e Alvim, 1987



carne bovina { **carne bovina**





REGIÃO
Alentejo

Carnalentejana / DOP



PARTICULARIDADE

Carne de grão fino, muito saborosa e succulenta, obtida a partir de bovinos da raça Alentejana, que se caracterizam por apresentar uma pelagem vermelho-escura, tipo longilíneo bastante comprido e a cauda muito encabelada.

DESCRIÇÃO

Carne cuja cor varia entre o rosa-escuro e o vermelho-escuro, com gordura firme, não exsudativa e de cor entre o branco e o amarelo e pH inferior a 6. Comercialmente pode apresentar-se como carne de vitela (carcaças com peso inferior a 150 kg e abatidas entre os 6 e os 9 meses); carne de novilha (carcaças de fêmeas com peso inferior a 300 kg e abatidas entre os 12 e os 29 meses); e carne de novilho (carcaças de machos com peso mínimo de 200 kg e abatidos entre os 14 e os 30 meses). A raça bovina Alentejana é convéxilinea, de pelagem vermelha, com tons que vão de frigueiro ao retinto cor de mogno. A cabeça tem um perfil convexo ou subconvexo, fronte ligeiramente convexa, sobretudo no sentido transversal, e de ventas almaradas. O pescoço é curto, espesso, horizontal e provido de barbeta, a qual tem uma larga e comprida dobra. O dorso, lombo e garupa são compridos e largos. Os membros são de tamanho e grossura média, bem musculados e regularmente apumados.

HISTÓRIA

Os primeiros registos desta raça foram feitos por volta de 1870. Eram animais de trabalho sendo utilizados, sem dúvida devido à sua corpulência, nas lavouras dos solos argilosos da sua região de origem. A sua alimentação era feita à base dos restos de cereais, palhas e alguma pastagem. Este sistema de produção foi sendo utilizado até ao advento da mecanização que, no nosso País, só começou a ser generalizada depois da Segunda Guerra Mundial. Os vitelos e os novilhos eram destinados ao abate, sendo apenas deixados crescer até à idade adulta os animais estritamente necessários à conservação do efectivo para o trabalho e para a preservação da raça. Nos últimos 40 anos, esta raça foi alvo de criteriosos cuidados de selecção, de modo a se aproveitar as suas inegáveis aptidões para a produção de carne. O sistema de manejo foi modificado, de modo que os animais aproveitam as capacidades forrageiras das pastagens sob montados existentes no Alentejo. Em 1979, a Direcção-Geral dos Serviços Veterinários instituiu o *Livro Genealógico da Raça Bovina Alentejana* com a finalidade de manter, proteger e melhorar esta raça autóctone, tentando não perder a elevada adaptação que estes animais têm ao meio onde são criados.

Uso

A Carnalentejana é hoje utilizada em muitos dos pratos principais da cozinha portuguesa, designadamente em assados e estufados, para além dos chamados bifes à alentejana. Sendo uma carne muito saborosa, ganha extraordinariamente em ser cozinhada com grande simplicidade, apenas acompanhada de sal, azeite e ervas aromáticas como a mangerona e a salsa, aproveitando-se o forno de lenha e as assadeiras de barro, típicas do Alentejo. Atendendo a que a venda dos vitelos e dos novilhos constituía um rendimento apreciável da exploração agrícola, as populações locais consumiam apenas a carne dos animais mais velhos, necessariamente mais dura, mas também mais saborosa. Esta carne tinha aproveitamento quer nos cozidos (cozido de grão e cozido com legumes), quer estufada ou guisada, acompanhada com legumes da época.

SABER FAZER

Os bovinos são criados em sistema extensivo, com cerca de 1,4 cabeças por hectare, alimentando-se de pastagens naturais, à base de bolota, feno, restolho e palhas, em simbiose perfeita com o cultivo tradicional de cereais. Este tipo de criação confere à carne especiais características organolépticas. A carne apresenta-se em carcaças ou hemicarcaças, peças acondicionadas em sacos ou recipientes apropriados, devidamente rotuladas e identificadas como «Carnalentejana» – Denominação de Origem Protegida –



PRODUÇÃO

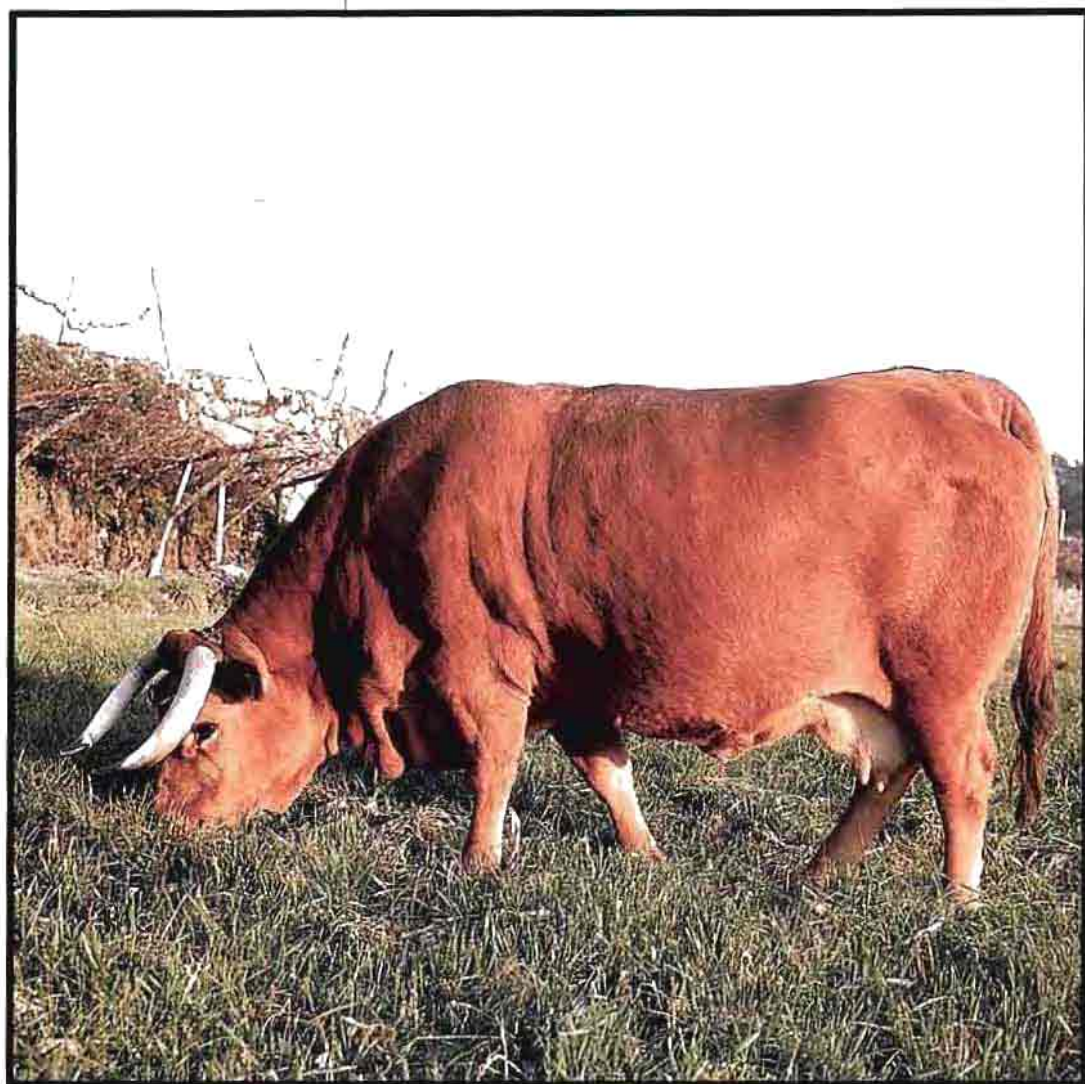
Bovinos produzidos na área geográfica constante do Despacho n.º 5/94, de 04/01 (todos os concelhos do distrito de Beja, Évora e Portalegre e os concelhos de Alcácer do Sal, Grândola, Santiago do Cacém e Sines do distrito de Setúbal). Estima-se o número de produtores em 70 e a produção anual em 1000 toneladas de carcaças. O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido a Certialestejo por Despacho de 26/01/00 do Director-Geral de Desenvolvimento Rural. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho n.º 5/94, de 04/01/94. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06.

CONTACTO

CARNALEITEJANA - Agrupamento
de Produtores de Bovinos de
Raça Alentejana - S.A.
Estrada do Monte de Vestito
7450-110, Beja

BIBLIOGRAFIA

Região Alentejana - Região Alentejana
Direcção-Geral dos Serviços Veterinários e do Fomento e Melhoramento Animal - 1981
Lima, Silvestre, Bernardo
Associação Local dos Gados Alentejanos do Grupo de Portalegre
Associação dos Gados Alentejanos do Grupo de Beja - 1979



Região

Centro e Norte

Carne Arouquesa / DOP



PARTICULARIDADE

Carne com uma succulência de tal natureza que a torna particularmente apta para ser assada na brasa ou grelhada em chapa apropriada. Provem de bovinos da raça Arouquesa.

DESCRIÇÃO

Carne de cor roseo-pálida ou roseo-clara, nos animais jovens, a vermelho-escura, nos animais adultos. A gordura apresenta uma coloração branca a amarela, distribuída homogeneamente, apresentando o músculo um grão fino e sendo a consistência firme. A carne é ligeiramente húmida, o que denota succulência. A carne é obtida a partir de animais da raça Arouquesa que têm uma estatura média e corpulência média (1,18 a 1,24 m ao garrote, nas fêmeas e 1,48 a 1,52 m nos machos) e cabeça eumétrica. Na cabeça nota-se uma certa saliência das órbitas oculares e o locinho negro destaca-se da uria de pêlos de cor creme que o rodeiam. O tronco destes animais é harmonioso, espesso e roliço. Os membros são compridos e bem conformados, o que revela uma adaptação às serranias onde estes animais vivem. As pelagens vão do castanho a cor palha. Estes animais são apresentados comercialmente nas seguintes categorias: vitelo — macho ou fêmea a partir de 5 até aos 9 meses de idade e com peso de carcaça entre 70 e 135 kg; novilho — macho ou fêmea sem parto, com idade entre os 9 meses e 2 anos e com peso de carcaça entre 135 e 230 kg; vaca —

fêmeas com idade entre 2 e 4 anos e com peso de carcaça mínimo de 150 kg;
boi – macho castrado com idade entre 2 e 5 anos e com peso de carcaça mínimo de 150 kg

HISTÓRIA

O solar da raça Arouquesa foi definido por Silvestre Bernardo de Lima, no início de 1850, do seguinte modo: «É na Região da Beira que, a partir das alturas de Lamego endireitando ao Caramulo, se compreende depois principalmente entre o Douro e o Vouga, fora da beira-mar...». Na exposição do Porto apareciam arouquesas com 800 a 1000 kg de peso vivo de que se fazia larga engorda no distrito de Aveiro indo bom número de reses semigordas, com 300 a 500 kg de peso vivo, dando em carne limpa 50 a 55%, para o abastecimento do Matadouro de Lisboa e seguindo as melhores e mais gordas a caminho do Porto para exportação. Já nessa altura referia o mesmo autor: «Vitelas e bezerrinhos, que se não reciam, tanto no leite como logo depois de desmamados tem bastante procura para o açougue». Sabino de Sousa, director do Matadouro de Lisboa nos finais do século XIX, referia o primeiro lugar ocupado no rendimento em carne quando comparada com as restantes raças nacionais. De destacar ainda que o único prémio que nos coube na exposição de Paris de 1878 foi concedido a um bovino da raça Arouquesa, sem hesitação, pelo presidente do júri, Tiessaud e restantes jurados, de origem britânica. Na *História de Portugal* de José Mattoso diz-se: «Era sabida esta fartura e boa qualidade das carnes de Baam que levam todas as carnes de boi em sabor... e outros de Entre-Douro e Minho».

Uso

A carne destes animais é muito apreciada quando assada na brasa (casos da -posta- e costeleta) ou grelhada (no caso do afamado -bife- de Alvarenga). As restantes peças têm também grande procura para os usos culinários normais da carne bovina, nomeadamente assados em forno de padeiro, estufados e cozidos à portuguesa, acompanhadas sempre dos excelentes legumes da região.

SABER FAZER

No século passado esta raça era de aptidão mista, para o trabalho e produção de carne, sendo mesmo exportada para Inglaterra. Nas serranias de Arouca estes animais acompanhavam os agricultores na subida as terras de sementeira. A sua alimentação faz-se à base das pastagens pobres dos terrenos graníticos daquela região, suplementada com as forragens dos terrenos de cultivo. Esta raça era, ainda, utilizada sobretudo no seu solar de origem, como produtora de leite, que, pelo elevado teor butíroso, era bastante utilizado na produção de manteiga. Apresenta-se comercialmente



em carcaças ou em peças acondicionadas em sacos ou em recipientes plásticos nos quais conste a menção -Carne Arouquesa – Denominação de Origem Protegida-.

PRODUÇÃO

O efectivo desta raça, inscrito no Livro Genealógico, é de 9578 animais, sendo a produção de carne de cerca de 1000 toneladas (em peso de carcaça). Os bovinos arouqueses são produzidos na área geográfica constante do Despacho n.º 17/94, de 12/01 (concelhos de Baião, Cinfães, Castelo de Paiva, Arouca, Castro Daire, São Pedro do Sul, Vale de Cambra, Sever do Vouga, Oliveira de Frades, Vouzela e Resende — com excepção da freguesia de Barrô — e algumas freguesias dos concelhos de Celorico de Basto, Amarante, Marco de Canaveses, Vila da Feira, Oliveira de Azemeis, Albergaria-a-Velha, Lamego, Tarouca, Vila Nova de Paiva, Viseu e Tondela). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido a Associação Norte e Qualidade — Instituto de Certificação de Produtos Agro-Alimentares, pelo Aviso publicado no D.R. n.º 25, de 31/01/94. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima mencionado. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06.

CONTACTO

ANCBA – Associação Nacional dos Criadores da Raça Arouquesa
Mercado Municipal
Apartado 12
4100 Cinfães

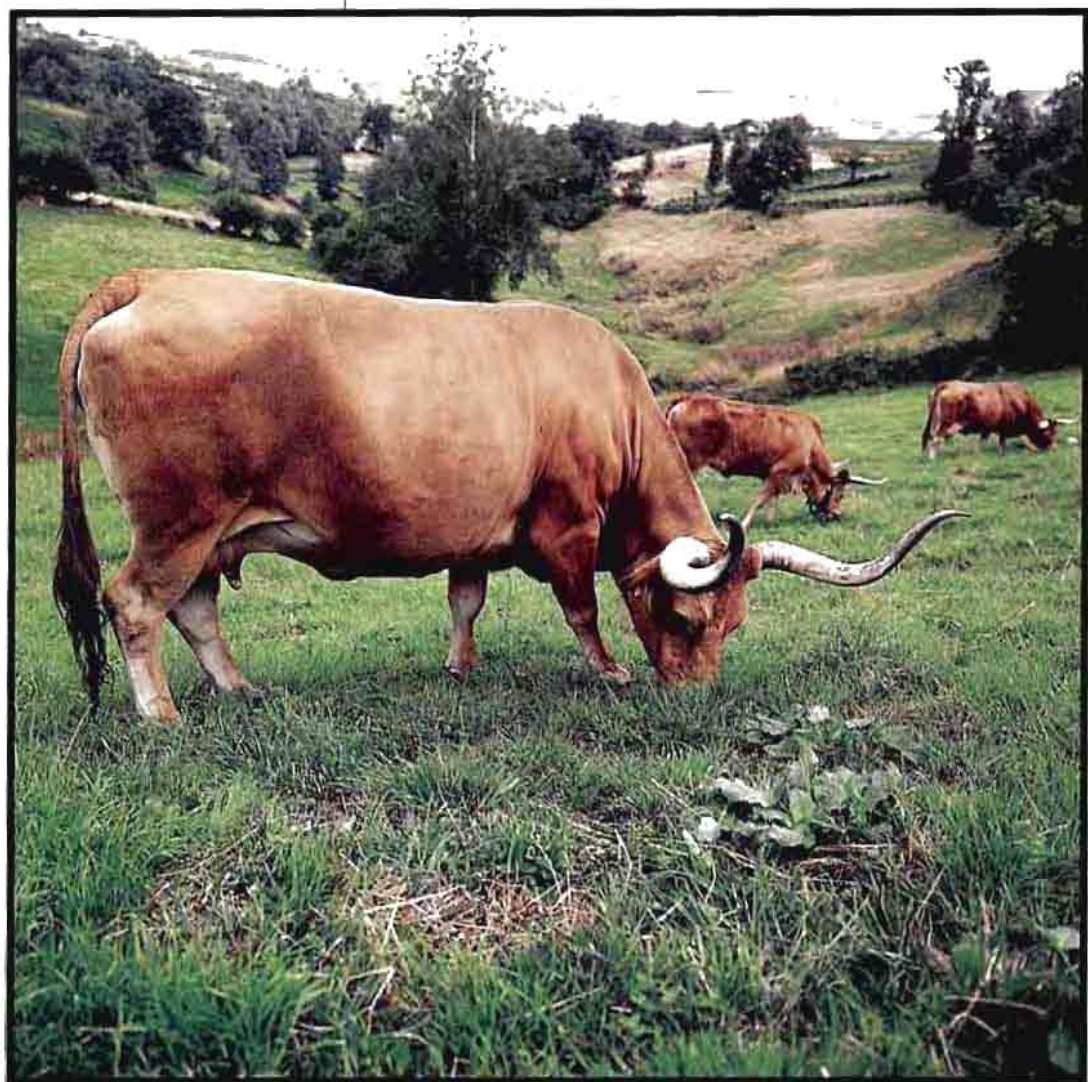
BIBLIOGRAFIA

Bovinos em Portugal. Direcção-Geral dos Serviços Veterinários e do Fomento e Melhoramento Animal. p. 117, 1981.

Lima, Silvestre, Bernardo, E. *Arouquesa Rural*. vol. 1, 1950.

Mattoso, José. *Colecção de mededus*. vol. V, p. 243 in *Revista de Portugal*. vol. III, p. 207.

Rato, José A. C. *O Gado Bovino Arouquesa no Distrito de Aveiro*. in *Boletim Inquérito*. n.º 1, 1954.



REGIÃO
Norte

Carne Barrosã / DOP



PARTICULARIDADE

Carne particularmente succulenta, tenra e fina, o que a torna apta para ser cozinhada com muito poucos condimentos. Provem de bovinos da raça Barrosã, que têm como particularidade a cabeça de perfil côncavo, as arcadas orbitárias bastante salientes e os cornos compridos e dirigidos para frente, recurvando-se depois para diante e virando-se as suas pontas para baixo.

DESCRIÇÃO

A Carne Barrosã tem uma cor rosada a vermelho-escura, com gordura branca a branco sujo, conforme se trate de vitela ou animal adulto. A carne é tenra, succulenta e saborosa a muito saborosa, dependendo da idade do animal. Esta carne bovina apresenta-se no mercado como: **carne de vitela** – carcaças de animais abatidos entre os 5 e os 9 meses, com peso compreendido entre 70 e 130 kg; **carne de novilho** – carcaças de animais cujas idades variam entre 9 e 36 meses, com o peso mínimo de 130 kg; **carne de vaca** – carcaças de animais abatidos entre os 3 e 4 anos e com peso mínimo de 130 kg. De acordo com Silvestre Bernardo Lima, podemos afirmar que estes animais são de raça Barrosã. A sua pelagem é castanho-clara, tendendo para a cor palha ou para o acerejado. São animais de cabeça curta e larga, com uma fronte quadrada e deprimida no centro, donde resulta uma pronunciada saliência orbitária, os olhos muito

alforados com pestanas muito escuras. O tronco destes animais é largo, fundo e horizontal. Finalmente, os membros são de extremidades pouco desenvolvidas, bem aprumadas e pouco ossudas.

HISTÓRIA

O passado remoto desta raça pura e original no continente europeu tem origem no tronco Mauritano, constituído por animais de tipo côncavo e brevilíneo. Estes animais poderão ter chegado a esta região através dos contactos que se estabeleceram com os povos do Norte de África desde tempos anteriores à Nacionalidade (1143), tendo sido substituídos ao longo da história por animais do tronco Ibérico e Aquitânico nas restantes regiões do País, tendo restado um núcleo no planalto do Barroso, que deu origem a esta raça. No século passado a raça atingiu o seu apogeu, nomeadamente no segundo quartel, em que chegou a ser exportada para Inglaterra a partir do Porto. Nesta época, o efectivo atingia os 200 000 animais, o que a tornava no segundo lugar dos efectivos nacionais. Neste século, e sobretudo nos últimos 40 anos, tem-se assistido a uma progressiva contracção da área ocupada por estes animais, devido em parte à mecanização da agricultura, à substituição (no litoral do Entre Douro e Minho e na região em volta do Porto) dos efectivos por raças de aptidão leiteira e à introdução de culturas (como a batata de semente) que levaram a uma redução das áreas de pastagem. Referindo-se às afamadas qualidades organolépticas da carne destes bovinos, Manuel Garcia citava dados populacionais e afirmava que «... a tenrura e finura da carne fazia aguar os subditos de sua majestade britânica de modo que só de Janeiro a Julho de 1882 Portugal exportou para Inglaterra 16 708 cabeças, a maior parte de raça Barrosa».

Uso

Em especial, a Carne Barrosa é consumida grelhada e em *roast beef*, devido à suculência, tenrura e ao seu sabor natural. As restantes peças têm aproveitamento em excelentes pratos da gastronomia local, nomeadamente assados no forno, cozidos à nortenha e à portuguesa, estufados, rancho, etc. São também particularmente apreciadas as tripas e as mãos, que são utilizadas na confecção das tripas à moda do Porto e do rancho nortenho e ainda os escalopes de vitela à Barrosa.

SABER FAZER

Os bovinos desta raça autóctone vivem em pequenas explorações familiares e são alimentados essencialmente com pastagens naturais e forragens. Existem diferenças entre os modos de produção destes animais no seu solar de origem, o planalto do Barroso, e os que são criados no Minho. Assim, enquanto no Barroso estes animais são alimentados com feno dos



lameiros desta região, no Minho são alimentados a base de forragens verdes e palhas de milho e azevém. A criação faz-se durante grande parte do ano em regime de pastoreio livre das pastagens naturais das áreas baldias, por vezes com fornecimento de subprodutos naturais de algumas culturas e ainda com forragens produzidas na exploração. A estabulação permanente do gado apenas se verifica no Inverno, quando o mau tempo impede a sua saída para o monte. Apresenta-se comercialmente em carcaças ou em peças acondicionadas em sacos ou recipientes apropriados nos quais consta a menção -Carne Barrosá— Denominação de Origem Protegida—.

PRODUÇÃO

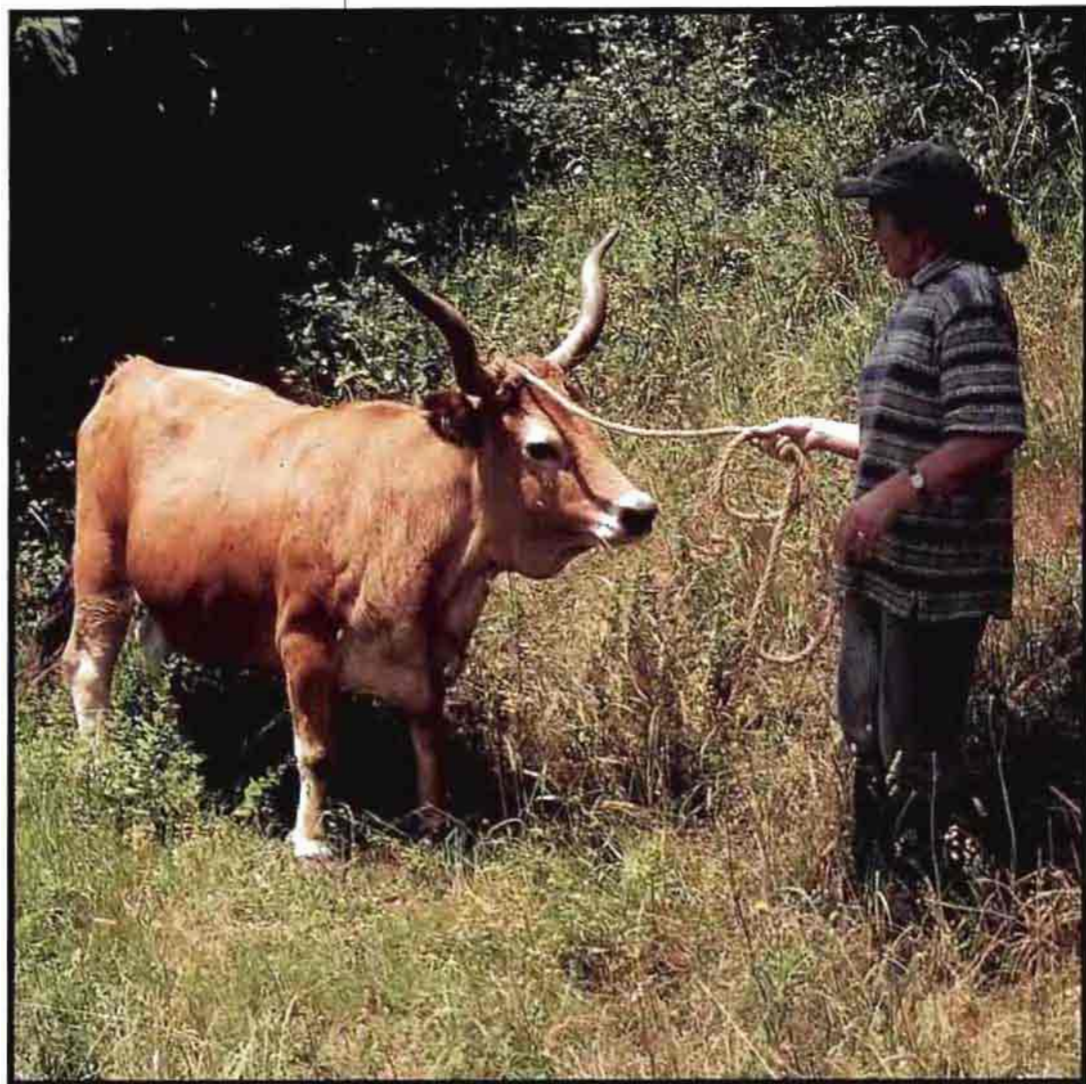
A produção destes animais foi de aproximadamente 3720 toneladas em 1991, das quais 1293 foram de vitelos(as) e 2423 de animais adultos. Actualmente estima-se que a produção anual seja de 2500 toneladas. O número de animais é de 13 000 cabeças. Os bovinos desta raça são produzidos na área geográfica que abrange a região indicada no Despacho n.º 18/94, de 12/01 (concelhos de Amares, Braga, Cabeceiras de Basto, Celorico de Basto, Fafe, Guimarães, Póvoa de Lanhoso, Terras do Bouro, Vieira do Minho, Vila Verde, Felgueiras, Paços de Ferreira, Arcos de Valdevez, Melgaço, Monção, Ponte da Barca, Ponte de Lima, Paredes de Coura, Valença, Boticas e Montalegre). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Associação Norte e Qualidade — Instituto de Certificação de Produtos Agro-Alimentares, pelo Aviso publicado no D.R. n.º 25, de 31/01/94. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima mencionado. Registrada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1263/96, de 01/07.

CONTACTO

CAPOUB — Cooperativa Agrícola
de Boticas, CRL
Av. do Lim
5480 Boticas

BIBLIOGRAFIA

- GARCIA, Manuel. — Raça Barrosá Barrosá
in *Boletim Occidente*, n.º 1, 1984.
- GARCIA, Manuel, e outros. *Bóvidos em
Exatidão (a Raça Barrosá)*, pp. 33-79.
Lisboa, 1988.
- LEITE, José Vieira. — A Raça Barrosá
in *Revista do Serviço Regional de
Agricultura de Entre Douro e Minho*,
ano XVI, n.º 33, p. 40-44/86.
- LIMA, Silvestre Bernardo.
*Reconhecimento Genético dos Gados e o
Continente do Reino de Portugal 1884-
Indicações Gerais e Conclusões*, 1970.



REGIÃO
Norte

Carne Cachena da Peneda / DO

PARTICULARIDADE

Carne de bovino muito tenra e succulenta, obtida a partir de animais da raça Cachena, que têm como particularidade o seu pequeno tamanho e os cornos de forma helicoidal.

DESCRIÇÃO

Carne de cor entre rosa-pálido a vermelha muito clara, com gordura de cor branca a cremosa, homogeneamente distribuída. O músculo é de grão fino, sendo a carne ligeiramente húmida, o que denota succulência. Os animais abatidos para consumo são: **vitela** — carcaças de macho ou fêmea, com idade compreendida entre os 4 e os 9 meses, e peso de carcaça entre os 70 e 120 kg; **novilho** — carcaças de macho, entre os 9 e os 24 meses e com peso entre os 120 e 210 kg. A carne é obtida a partir de animais de raça Cachena, raça rústica e autóctone, criada no seu solar de origem. Estes animais têm uma altura de 1 m ao garrote. Têm pelagem castanho-clara, cabeça longa onde se notam os cornos em forma de saca-rolhas. Os membros são bastante fortes, como adaptação ao seu meio natural. Os vitelos têm um peso variável entre os 23 e 25 kg à nascença. Os animais que estão de acordo com o padrão da raça são inscritos no Registo Zootécnico.

HISTÓRIA

O solar desta raça, também conhecida como Cabreira, Carramelha ou Carramilhinha, estende-se pelas serras da Peneda, Soajo e Amarela. Em 1900, M. C. R. de Moraes escreveu - a raça Cabreira é uma raça de montanha, robusta e sobria. Sendo criada exclusivamente na região administrativa do Vale do Vez. - Em 1953, Raquel S. Brito dizia: - ... São animais de pequeno tamanho - muito ágeis e sobrios - Finalmente, em 1976, Manuel Garcia e outros, referindo-se aos bovinos do Parque Natural da Peneda-Geres, referia que -nEle havia 6000 bovinos dos quais 50% seriam ananados - os quais eram criados nas montanhas acima citadas e conhecidos como cachenos. Na Serra Amarela os animais agrupam-se nas -vezeiras- (grupos constituídos por animais pertencentes a diversos proprietários que se associam de modo a fazer um -acordo- ou -junta- para o pastoreio conjunto dos animais que se realiza do mês de Maio ao mês de Setembro). A título de exemplo, na aldeia da Ermida a -Vezeira das Vacas- inicia-se no dia 1 de Maio e termina no último domingo de Setembro. Diz-se lá o seguinte rifão -O final de Setembro, cito menos oito vacas ao eido-, o que significa que quando o tempo está bom os animais ficam na montanha até ao meio de Outubro, se chove muito o gado desce mais cedo. Nesta aldeia cada criador que tenha três vacas dá um dia a -vezeira-; quando tem cinco vacas vão -duas rodas a feito- e à terceira roda vão apenas um dia. Em cada dia vão duas pessoas por -vezeira-. O touro é comunitário e é designado por -boi das vacas-. Vive num estabulo especial, a que se chama corte, e tem um pasto contíguo à aldeia para ele reservado. O boi tem também uma bouça no monte, o -chão do boi-, para onde vai todos os dias sempre que está bom tempo. A alimentação do touro é da responsabilidade do proprietário das vacas, estando cada criador obrigado a fornecer um -matão- de feno e uma -copa- de palha por cada vaca. O responsável pelo touro é sempre a mesma pessoa, a qual recebe como recompensa o estrume do touro.

Uso

Pela sua finura, esta carne é particularmente apreciada em assados no forno (lombos e acém). No entanto, as restantes peças são naturalmente consumidas nos pratos da gastronomia regional - cozidos à moda do norte, estufados, guisados, etc.

SABER FAZER

Estes animais acompanham os agricultores das montanhas da Peneda e do Soajo nas suas subidas periódicas às -verandas- (agrupamentos de habitações temporárias utilizados aquando do aproveitamento de terrenos situados longe das aldeias com aptidão agrícola e pascícola, nos primeiros cultiva-se o milho até aos 650 m de altitude, a batata e o centeio até aos 1100 m, as pas-

tagens são comunitárias, sendo a vegetação predominante constituída por tojo, carrasco, giesta, urze, carqueja, sargaço, codeço e piorno, entre outra vegetação de tipo atlântico, o feno e espontâneo nos solos mais fundos). No Soajo as vacas e os touros andam sempre na serra, de Verão e de Inverno, só recolhendo as cortes muito raramente quando há muita neve. Antigamente as crias também permaneciam na serra, mas agora, por causa dos lobos, depois do desmame (4 a 5 meses) recolhem as cortes e só voltam à serra no início do próximo Verão. A carne sofre um período de maturação de pelo menos 7 dias a contar da data de abate até a colocação para venda. A carne apresenta-se comercialmente em carcaças, hemicarcaças, quartos de carcaça ou em peças acondicionadas em sacos ou recipientes apropriados nos quais consta a menção -Carne Cachena da Peneda – Denominação de Origem-.

PRODUÇÃO

A produção anual é de 246 animais repartidos por 79 criadores. A área geográfica de produção está delimitada pelo Despacho n.º 3934/98 (2.ª série), de 02/02/98 (freguesias de Sistelo, Gavião, Cabreiro, Gondoriz, Carralcova, Couto, Grade, Ermelo, Cabana Maior, Soajo e Vale, do concelho de Arcos de Valdevez; freguesias de Castro Laboreiro, Lamas de Mouro, Parada do Monte e Gave, do concelho de Melgaço; freguesias de Merufe, Tangil e Riba de Mouro do concelho de Monção; freguesias do Lindoso, Britelo, Ermida, Germil, S. João Baptista, Entre Ambos-os-Rios, Sampriz e Azias, do concelho de Ponte da Barca; freguesias de Aboim da Nóbrega, Gondomar e Valdreu, do concelho de Vila Verde; freguesias de Cibões, Gondoriz, Brule e Campo do Geres, do concelho de Terras de Bouro). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Associação Norte e Qualidade – Instituto de Certificação de Produtos Agro-Alimentares, de acordo com o Aviso publicado no D.R. n.º 29, de 04/02/94. A Denominação de Origem foi reconhecida pelo Despacho acima mencionado.

CONTACTO

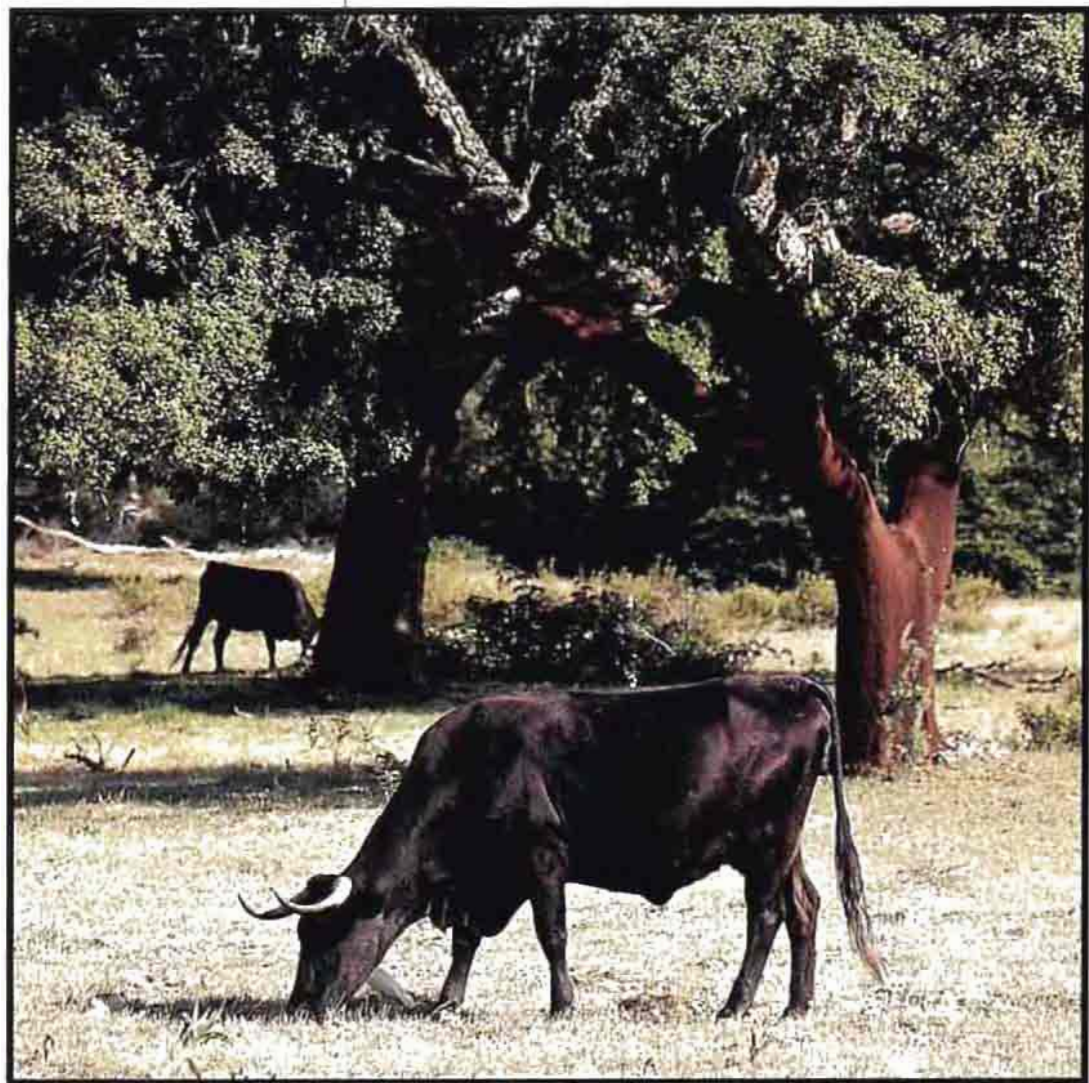
Cooperativa Agrícola dos Agricultores
de Arcos de Valdevez, CRI
2770-000 Arcos de Valdevez

BIBLIOGRAFIA

Brito, Ruiquel S. *Uma Alameda da
Alentejania de Moura*. F. Seng, 1973.

Garcia Manuel e outros. *Receitas
em Terras de Trás-os-Montes*. 1981.

Morais M. C. R. *Le Portugal au point
de vue agricole*. 1900.



Receita

Lisboa e Vale do Tejo
e Alentejo

Carne da Charneca / DO

PARTICULARIDADE

Carne de bovino cujo aroma e sabor a tornam facilmente reconhecida pelos seus consumidores habituais.

DESCRIÇÃO

Carne de cor rosa-escura a vermelho-escura, com gordura de cor variável de branca a branca-amarelada, não exsudativa e com consistência firme. Tem fraca acumulação de gordura de cobertura. É obtida a partir de bovinos da raça bovina Preta (Gado da Terra). A pele e as mucosas tem cor negra. Considera-se carne de vitela a obtida a partir de carcaças com peso entre 120 e 200 kg e carne de novilho a obtida a partir de carcaças com pesos variáveis entre 200 e 400 kg.

HISTÓRIA

O bovino preto peninsular tem relação directa com o *Bos taurus ibericus*, o tronco ancestral autóctone, comum também a outras raças da península Ibérica. Nos meados do século passado aparece inventariada uma raça sob a designação -gado charnequeiro do sul do Tejo- e posteriormente -gado da terra- e -gado preto-, que apascentava nas charnecas do Ribatejo e do Alentejo. Uma das primeiras referências a esta raça, mas ainda referida como mestiça, foi feita por Cincinnato da Costa e por D. Luiz de Castro, numa publicação executada para a Exposição Universal de 1900. Nessa altura a raça ainda não estava

fixada morfológicamente e era fundamentalmente utilizada como animal de tracção na exploração agrícola. Mais tarde, Silva Picão descreve em pormenor este gado e o seu trabalho. Hoje em dia, as características morfológicas desta raça estão perfeitamente fixadas e descritas no *Padrão da Raça Bovina Preta* publicado pela Associação Portuguesa de Raça Bovina Preta.

Uso

Em pratos de cozinha tradicional, pois o seu sabor torna-a muito apreciada. É também usada para grelhar, dada a sua boa qualidade.

SABER FAZER

Obtida a partir da desmancha de carcaças de vitela, novilho e vaca de raça bovina Preta (Gado da Terra) inscritos no Livro de Nascimentos, filhos de pai e mãe inscritos no Livro Genealógico da Raça Bovina Preta. As suas características são devidas em grande parte as condições edafo-climáticas (quer para a criação dos animais, quer para a preservação das pastagens naturais das quais se alimentam) e igualmente ao saber fazer das populações. As vacadas de bovino da raça Preta são exclusivamente exploradas em regime extensivo, abaixo de 1,4 CN/ha. Após o desmame, entre os 6 e 8 meses, os vitelos passam para recria, que tem duas fases distintas: uma inicial, entre os 10 e 18 meses, em que o interesse fundamental é o desenvolvimento do esqueleto e da estrutura muscular do animal, com uma dieta mais fibrosa e proteica; e uma segunda fase que visa fundamentalmente o acabamento da carcaça para o abate, com uma dieta mais energética. A alimentação baseia-se no aproveitamento de pastagens naturais/melhoradas, palhas, restolhos, feno, silagens e lande/bolota. Nos períodos de maior escassez os animais são suplementados com produtos da exploração. A carne é produzida de acordo com as práticas tradicionais de manejo e com as regras estabelecidas em que se incluem, designadamente, a identificação dos animais, o saneamento, a assistência veterinária, o sistema de produção, a alimentação, as substâncias de uso interdito e as condições a observar no abate e conservação das carcaças. Após o abate a carne é refrigerada durante um mínimo de 10 h a 1 °C. O período de maturação ideal é de 7 dias a 1 °C, mas pode ser posta à venda 4 dias após o abate. Comercialmente a carne de bovino da raça Preta pode apresentar-se em carcaças, hemicarcaças ou as peças delas provenientes acondicionadas em sacos ou recipientes apropriados. A rotulagem deve cumprir os requisitos da legislação em vigor, mencionando também a Denominação de Origem. A Carne da Charneca deve ostentar a marca de certificação aposta pela respectiva entidade privada de controlo e certificação.



PRODUÇÃO

A área geográfica de produção (nascimento, cria e abate dos animais) está circunscrita a algumas freguesias do concelho de Gavião e aos concelhos de Nisa, Castelo de Vide, Marvão, Crato, Portalegre, Ponte de Sor, Alter do Chão, Campo Maior, Arronches, Avis, Fronteira, Monforte e Elvas, a algumas freguesias dos concelhos de Abrantes, Constância, Vila Franca de Xira e ainda aos concelhos de Chamusca, Alpiarça, Almeirim, Salvaterra de Magos, Coruche, Benavente, Palmela, Montijo, Alcacer do Sal e Grandola, Mora, Arraiolos, Estremoz, Borba, Vila Viçosa, Vendas Novas, Montemor-o-Novo, Évora, Redondo, Alandroal e Ferreira do Alentejo. O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Certalentejo por Despacho de 26/01/00 do Director-Geral de Desenvolvimento Rural. Reconhecido o uso de Denominação de Origem pelo Despacho n.º 6641/98.

CONTACTO

MERCOCAR – Sociedade
de Produtores de Carne
de Qualidade, Lda
Rua D. João de Lencastre, 10
0201-507 Lisboa
T: 210025017 Fax: 210025018

BIBLIOGRAFIA

- Costa, R. C. Confinamento e Castro, João
de Portugal, In: *Boletim de Imprensa*,
N.º 1004, 1999.
- União do Rato Branco Preto
ed. Associação Portuguesa do Bataco
do Rato Preto.
- Picão, José da Silva. *Atuação dos
Compostos de Sulfato de Sódio e
Sulfato de Amónio*, ed. 1993,
Instituto de Melhoramentos do Gado.



REGIÃO

Alentejo

Carne de Bovino Tradicional do Montado / ETG-RP

PARTICULARIDADE

Carne muito tenra e succulenta

DESCRIÇÃO

Carne com cor rosada, rosada-escura ou vermelha, dependendo da idade do animal e infiltração de gordura a nível intramuscular. É muito succulenta, com textura suave, aroma e sabor característico, próprio e inerente ao modo de produção tradicional destes animais e à ingestão de alimentos naturais. A gordura de cobertura e cavitária tem cor branca a branco-amarelada e consistência firme. Pode apresentar-se como: **vitela tradicional do montado** — quando proveniente da desmancha de bovinos abatidos entre os 6 e os 12 meses, com peso de carcaça para as fêmeas entre 120 e 175 kg e para os machos entre 150 e 220 kg; **novilho tradicional do montado** — quando o animal donde provém foi abatido entre os 12 e os 30 meses, com peso de carcaça superior a 175 kg para as fêmeas e a 220 kg para os machos, **vaca tradicional do montado** — quando abatido com mais de 30 meses e peso de carcaça superior a 200 kg

HISTÓRIA

O carácter tradicional desta carne reside no facto de estes animais serem criados nos moldes em que, desde sempre, se produziram bovinos nas áreas de montado: os animais pastoreiam livremente pelas florestas de sobreiros e de azinheiras,

as quais na realidade se parecem mais com as savanas africanas do que com as florestas do Norte da Europa, aproveitando os recursos disponíveis constituídos por vegetação espontânea de fraco porte e pequena produtividade e, em especial no inverno, pela bolota, a qual contribui decisivamente para a satisfação das suas necessidades energéticas. Mas melhor do que as palavras é deixar que os antigos falem. Assim, bastará ler alguns excertos do que J. Picão escreveu em 1903: «... muitas herdades do Alentejo, são povoadas, no todo ou em parte, de importantes arvoredos de azinho e sobre de diferentes idades, valor e extensão, a que se dá o nome de montados - e ainda - os boieiros - costumam ser dois: o maioral e o ajuda. Ocupam-se na guardaria, apascentação e tratamento dos bois e novilhos que compõem a boiada. muitas vezes interrompem o repouso para cuidarem do gado... as dez levantam-no para repastar livremente no próprio invernoiro ou para chegarem a palha, ao leno, rama, etc ».

Uso

A carne é consumida quer em grelhados quer como ingrediente de pratos de cozinha tradicional, cozida, estufada, guisada ou assada.

SABER FAZER

A produção da Carne de Bovino Tradicional do Montado está intimamente ligada e dependente do montado de sobre e azinho, das pastagens espontâneas e vegetação de características xerófitas associadas a estes povoamentos arbóreos, tendo obrigatoriamente as explorações onde os animais são criados povoamentos que permitam a existência de uma relação mínima de 20 árvores por cada cabeça normal nas áreas forrageiras afectas à alimentação do gado. A carne é produzida de acordo com as regras estipuladas no caderno de especificações, o qual inclui, designadamente, a identificação dos animais, o saneamento e a assistência veterinária, o sistema de produção, a alimentação, as substâncias de uso interdito e as condições a observar no abate e conservação das carcaças. Após o abate, a carne deve permanecer, para maturação, durante um período mínimo de 24 h a 7°C, procedendo-se depois ao arrefecimento gradual até 2°C, só podendo ser posta à venda 72 h após o abate, sendo interdita a congelação da carne até ao momento de venda ao consumidor final. Comercialmente esta carne de bovino pode apresentar-se em carcaças, hemicarcaças ou em peças pré-embaladas (inteiras ou fariadas). A rotulagem deve cumprir os requisitos da legislação em vigor, com a menção: «Vitela Tradicional do Montado — ETG», «Novilho Tradicional do Montado — ETG» ou «Vaca Tradicional do Montado — ETG». A Carne de Bovino Tradicional do Montado deve ostentar a marca de certificação aposta pela respectiva entidade certificadora.



PRODUÇÃO

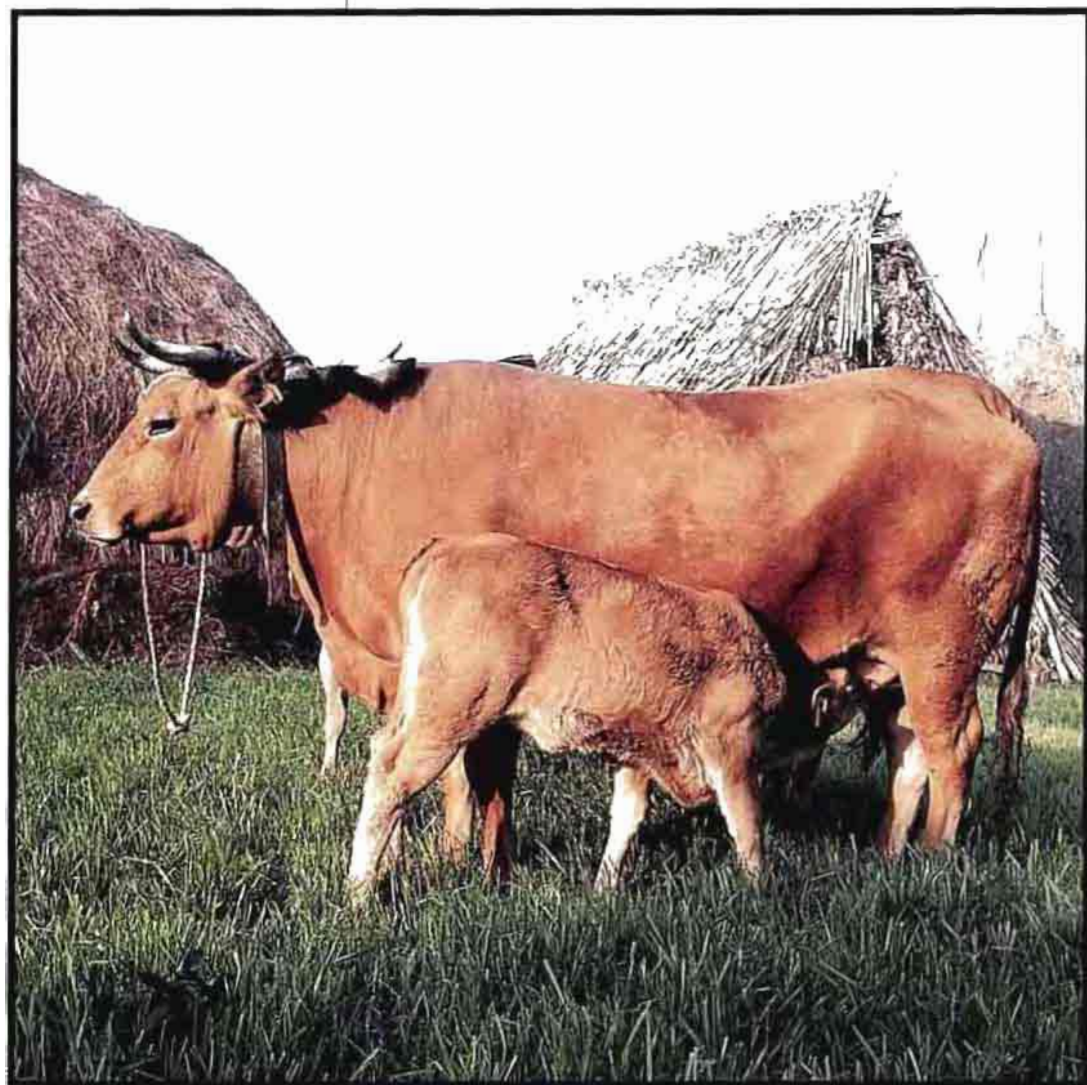
Reconhecida a Especialidade Tradicional Garantida pelo Despacho n.º 138/96, de 27/10. O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido a Certialentejo por Despacho de 26/01/00 do Sr. Director-Geral de Desenvolvimento Rural.

CONTACTO

ALUMOR – Agrupamento de
Produtores de Montemor-o-Novo S.A.
Parque de Usos, Exposições
Aparição 204
7050 Montemor-o-Novo Codex

BIBLIOGRAFIA

Pires, José da Silva. *Atraves dos
Campos: usos e costumes do povo
alentejano*, ed. 1902, reedição de
Publicações Dom Quixote.



REGIÃO

Centro

Carne Marinhua / DOP



PARTICULARIDADE

Carne muito tenra e succulenta, obtida a partir de bovinos da raça Marinhoa, que se caracterizam pela sua grande corpulência e focinho comprido.

DESCRIÇÃO

A Carne Marinhoa tem cor que varia do rosa-pálido na vitela, ao vermelho-escuro nos animais adultos, de consistência firme e ligeiramente húmida, o que denota succulência. Também a cor da gordura oscila entre o branco e o amarelado, consoante a idade dos animais. Os animais da raça Marinhoa são de grande porte, de cor castanho-clara tendente para o palha. A cabeça é comprida e achatada, o chanfro recto e os olhos bem afluídos. O tronco destes animais é bem desenvolvido e harmonioso, o abdómen é volumoso, o dorso e o costado são compridos, largos e fundos. Os membros são musculados, fortes e bem apumados. Estes animais têm de altura, a cernelha, cerca de 1,40 m e pesam cerca de 600 kg. A Carne Marinhoa apresenta-se como: **vitela** — carne de animais abatidos entre os 4,5 e os 9 meses, tendo a carcaça entre 70 a 120 kg; **novilho** — carne de animais abatidos entre os 9 meses e os 2 anos, tendo a carcaça entre 120 a 300 kg; **vaca** — carne de fêmeas abatidas a partir dos 2 anos, tendo a carcaça entre 220 a 450 kg; **touro** — carne de machos abatidos a partir dos 2 anos, tendo a carcaça entre 250 a 600 kg.

HISTÓRIA

As primeiras referências a esta raça são de autoria de Silvestre Bernardo Lima, afirmando que Marinhão - ... é o nome que designa o gado que produz, cria e cria, trabalha e engorda em toda a Beira Mar do distrito de Aveiro e Coimbra. (). nas terras da Gandra e das Marinhas- Mais adiante, na mesma publicação, refere que o gado originário da região de Aveiro, designado Marinhão, era conhecido dos marchantes do Matadouro de Lisboa, que o tinham como - muito falso na gordura que apresenta, dá menos peso em carne do que inculca- Mais tarde, nos anos 40, são publicados dois estudos sobre esta raça, sendo que no primeiro se analisam os dados biométricos de modo a definir o padrão da raça. No segundo, o mesmo autor publica um estudo monográfico no qual associa a raça ao ambiente onde é criada, descreve as suas características típicas, discute as suas aptidões e os seus sistemas de produção. Já nos anos 90 é publicado um estudo de caracterização da raça Marinhão, no qual se avaliam as potencialidades desta raça para as engordas de tipo intensivo, aproveitando os vastos recursos forrageiros da região onde tem o seu solar.

Uso

Utilizada em muitos pratos tradicionais da cozinha portuguesa, sobretudo ao nível regional, sendo nomeadamente apreciada a carne assada no forno e o bife grelhado feito por especialistas que o apresentam muito tenro e suculento. As restantes peças são consumidas em diversos pratos da gastronomia portuguesa como estufados, guisados, etc. Também ao nível regional é usual tirar partido da confecção e apresentação desta carne, na loiça de barro tradicional.

SABER FAZER

A raça bovina Marinhão está associada a uma das zonas mais férteis de Portugal, a bacia hidrográfica do Vouga, nomeadamente a uma zona conhecida por Ria de Aveiro, a qual se divide em três subzonas: a Marinha, a Galanha e as Dunas. O seu *habitat* ocupa uma área de fácil e precisa demarcação. A zona da Marinha, onde estes animais são na maioria criados, é caracterizada pelos seus solos bastante encharcados, com lençóis de água de pouca profundidade, muito férteis e de grande aptidão forrageira. As características destes solos sempre impediram a mecanização, daí que o bovino Marinhão não tenha ainda perdido a grande importância que tem na economia da pequena exploração agrícola, como fornecedor de força motriz, para a cultura tradicional desta região (o milho). Os vitelos são amamentados naturalmente até aos 4-5 meses (atingindo pesos variáveis entre os 90 e os 100 kg de peso vivo), acompanhando as mães nas pastagens, designadas por -tapadas- e constituídas por ervas espontâneas, ou em

estabulos onde as vacas são alimentadas com forragem seca, a base de azevém, milho, palhas de cereais e algum feno. Após o desmame os animais são abatidos, ou então recriados de modo a serem utilizados como gado de trabalho. As recrias são feitas em estabulos, nos concelhos de Ovar, Ilhavo e Vagos, sendo a sua alimentação igual àquela já descrita para as vacas. Nos dias em que o tempo o permite, os animais pastam, em pequenas parcelas de terreno, presos a uma corda de modo a impedir que atinjam propriedades alheias. Nos concelhos da Ria propriamente dita (Aveiro, Murtosa, Estarreja e Abergaria-a-Velha) os animais pastam nas ilhas, só indo ao estabulo na altura das cheias ou quando estão em idade de prestar trabalho. Apresenta-se comercialmente em carcaças ou em peças acondicionadas em sacos ou recipientes apropriados, em que consta a menção -Carne Marinhã -- Denominação de Origem Protegida-

PRODUÇÃO

A produção anual é de cerca de 240 toneladas de peso de carcaça. Produzida na área geográfica constante do Despacho n.º 32/94, de 17/01 (concelhos de Murtosa, Estarreja, Aveiro, Abergaria-a-Velha, Vagos, Ilhavo, Oliveira do Bairro, Agueda, Anadia, Mealhada, Sever do Vouga, Ovar e algumas freguesias do concelho de Oliveira de Azeméis do distrito de Aveiro e ainda os concelhos de Mira e Cantanhede do distrito de Coimbra). Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima mencionado. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12-06

CONTACTO

Associação de Criadores de Bovinos
da Raça Marinhã
Quinta da Medela
Vendimões
4800-145 Aveiro

BIBLIOGRAFIA

Trasota da Silva, M. - Contributo para a caracterização da Raça Bovina Marinhã - *Revista de Cultura* - *Arquivos*, vol. X/6, n.º 4, pp. 87-97, 1990.

Lima Silvestre Bernardo - Alguns apontamentos sobre as Raças Bovinas Portuguesas - in *Tratado Rumin. vol. 1*, p. 11, 1970 e 1972.

Machado, Jaime - *Bovinos*, em *Tratado de Rumin. Marinhã*, 1991.
Instituto Central dos Serviços Veterinários, pp. 151-171, 1988.

Portugal, J. da Silva - *Ensaio: Genealogia da Raça Marinhã* - *de 1900* - *Desenho*, XII, n.º 2, pp. 11-16, 1944.

Portugal, J. da Silva - *Bovinos* - *Monografia da Raça Marinhã* - *Revista Portuguesa*, XII, n.º 2, pp. 9-24, 1945.



8111000

Norte

Carne Maronesa / DOP



PARTICULARIDADE

Carne de coloração rosa-escura a avermelhado-escura, com um aroma que oscila de simples e delicado no animal jovem, a adocicado e indutor de grande secreção salivar no animal adulto. Tem uma suculência extraordinária. Esta carne é obtida a partir de animais da raça Maronesa, os quais se distinguem pela pelagem castanho-escura a negra, com um listão, mais ou menos evidenciado, situado na linha dorso-lombar direita, de cor branca a creme. Muito característica é, na cabeça, a marrafa de pelagem mais clara.

DESCRIÇÃO

A Carne Maronesa tem uma cor rosa-escura (vitela) a avermelhado-escura (vaca), com gordura branca e uniformemente distribuída nos animais jovens e cor de marfim nos adultos. Comercialmente apresenta-se como: **vitela Maronesa** — animal abatido entre os 5 e os 9 meses, com um peso de carcaça entre os 75 e os 130 kg; **vaca Maronesa** — animal abatido entre os 2 e os 4 anos, com um peso de carcaça entre os 200 e os 300 kg. Os bovinos da raça Maronesa são de pequena estatura (1,30 m ao garrote) e, para além das particularidades já referidas, ... têm uma cabeça pequena, espessa e bem expressiva, perfil côncavo, ainda mais evidenciado pelas protuberâncias orbitárias. A cabeça é rematada por um grosso focinho negro e orlado de pelos brancos. No tronco destaca-se a cernelha ligeiramente larga, de resto é rectilíneo, bem musculado, largo e

comprido em relação ao desenvolvimento desta raça. Finalmente, os membros são bem ligados ao tronco e fortes.

HISTÓRIA

As referências mais antigas que encontramos acerca da área do Maronês datam de 1835, da autoria do Visconde de Villarinho de São Romão que situa esta raça nas povoações das "... Abas do Marão, como he Tujendes, ... - Algumas d'ellas chegam a dar um cantaro (14 l) de leite, ... quando grandes e bem nutridas, embora o normal fosse que dessem três ou quatro canadas (7 a 10 l). Assim esta raça e descrita como leiteira. Mais tarde, Silvestre Bernardo Lima diz "... as vacas molaes de Trás os Montes de que fala o Sr. Visconde de Vilarinho são vacas maronesas". O solar da raça é descrito como sendo "... toda a região serrana do Marão estendendo-se pelos concelhos de Vila Pouca de Aguiar, Vila Real, Mondim de Basto, Ribeira de Pena e Ribeira de S. Jovão até ao Tâmega defronte do Barroso". Este autor volta a destacar esta raça como produtora de leite. Já no nosso século, o Dr. João Tierno situa o solar desta raça na Serra do Alvão e afirma, referindo-se as características morfológicas desta raça, "... são animais de perfil côncavo e um tanto simiesco, os cornos têm forma liniforme, o corpo é roliço e têm uma pelagem castanho-escura". Também do início do nosso século é o contributo do Professor Paula Nogueira que afirma "... Le bétail maronéz a son habitat dans la partie méridionale du district de Vila Real (...). C'est une bonne race de travail et de boucherie, donnant un rendement de 63 pour cent de viande nette, sur un poids vif de 565 kilogrammes. Les Vaches ne sont pas mauvaises laitières". Alves Torgo refere-se a esta raça dizendo que as suas aptidões são a masculina (trabalho) e a da engorda fornecendo reses com 565 kg e rendimento de carcaça de 63%, rivalizando com os bovinos barrosoes quanto a superioridade da qualidade da carne. A razão de ser do Maronês e do estado de pureza que o caracteriza, no seu solar, deve-se fundamentalmente ao facto de este se situar numa das zonas mais inóspitas do País, lugar em que dificilmente poderia ser explorado outro dos nossos bovinos.

Uso

A carne destes animais é grelhada (posta maronesa) ou assada no espeto, utilizando-se o mínimo de temperos, desnecessários face ao gosto próprio da carne. As restantes peças são utilizadas em estufados ou em cozidos a portuguesa. É ainda vulgar utiliza-la na preparação de pratos mais elaborados onde é misturada com carnes de outros animais (bolas de carne, por exemplo).



SABER FAZER

Os bovinos são criados no sistema de agricultura tradicional, isto é, fornecem aos agricultores destas regiões de montanha, onde o tractor dificilmente entra, o trabalho e estrumes para fertilização dos campos, consumindo subprodutos das explorações, além de algumas pastagens e forragens (sobretudo a milharada no Inverno) oriundas das parcelas de terra em pousio onde a vegetação dominante são as urzes, a carqueja e a troga. O encabeçamento é de cerca de 1,2 animais por hectare. De referir, ainda, que o número médio de cabeças por exploração é de 2,1. A Carne Maronesa apresenta-se comercialmente em carcaças inteiras ou em peças, acondicionadas em sacos ou recipientes apropriados, devidamente identificados e rotulados com a menção «Carne Maronesa — Denominação de Origem Protegida».

PRODUÇÃO

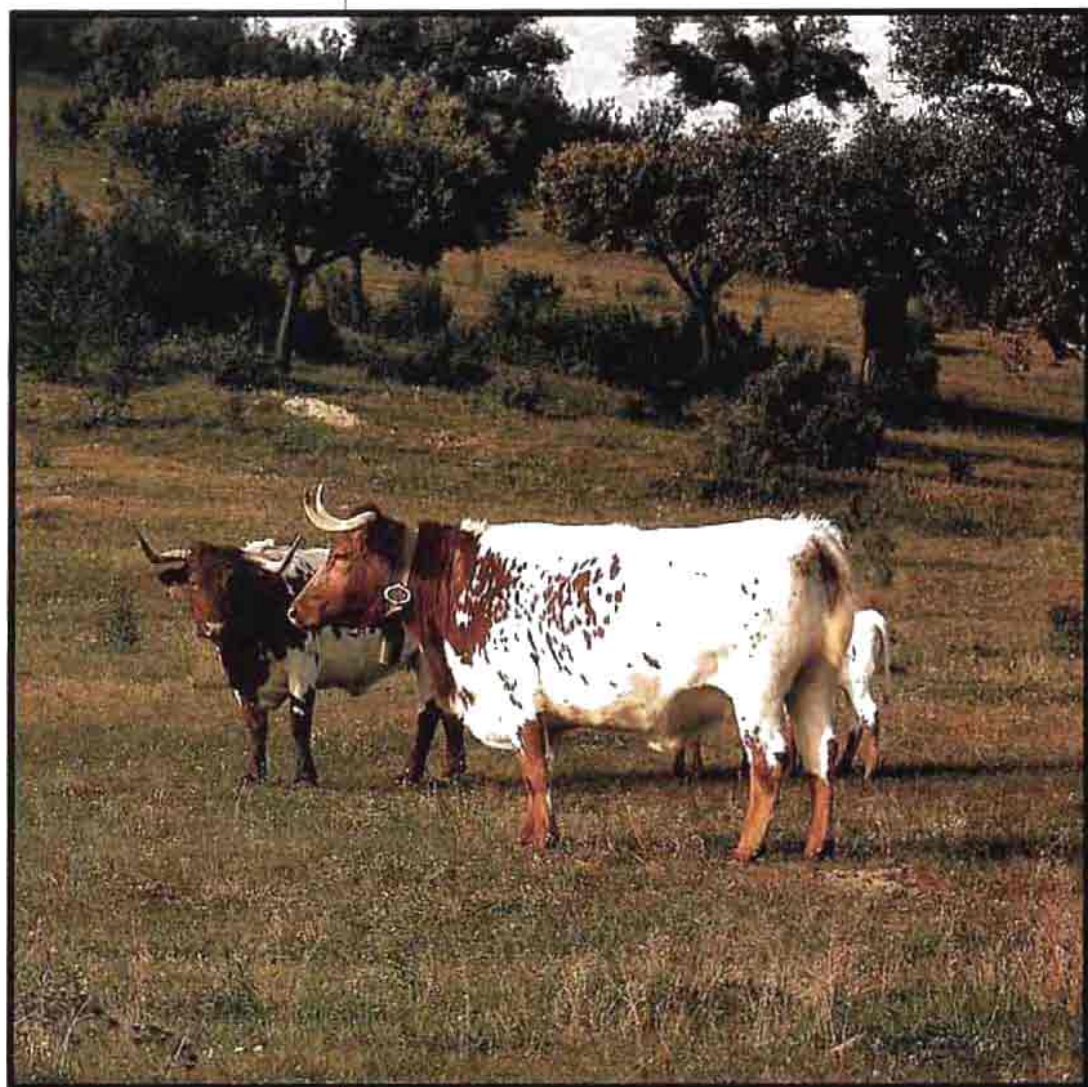
A produção anual é de 500 toneladas de carcaça, oriundas de um efectivo total de 15 685 animais, dos quais aproximadamente 5000 são nascimentos registados. A área geográfica de produção consta do Despacho n.º 14/94, de 06/01 (concelhos de Cabeceiras de Basto, Mondim de Basto, Ribeira de Pena, Vila Pouca de Aguiar e Vila Real e algumas freguesias dos concelhos de Amarante, Boticas, Chaves, Montalegre, Murça e Valpaços). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Associação de Criadores do Maronês pelo Aviso publicado no D.R. n.º 21, de 26/01/94. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima referido. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1263/96, de 01/07.

CONTACTO

Cooperativa Agrícola de Vila Real, CRL
Estação Fruteira de Abadimões
5000 Vila Real

BIBLIOGRAFIA

- Alves, Torgo. «Um Trocho da Fauna Pecuária Transmontana». in *Ilustração Transmontana*, ano II, 1909.
- Bernardo Lima Silvestre. *Arquivo Rural*, vol. 13, 1870.
- Lenau, Manuel. «A raça Maronesa» in *Bovinos em Portugal*, Direcção-Geral dos Serviços Veterinários, 1981.
- Paula Nogueira. Prof. João Viegas. *Le Portugal au point de vue agricole*, 1900.
- Tierno, Juan. *O Gado Bovino*. Madrid, 1904.
- Visconde de Vilarinho de S. Romão. *Tratado Rural e Hematologia*, 1885.



BRUNAS

Lisboa e Vale do Tejo
e Alentejo

Carne Mertolenga / DOP



PARTICULARIDADE

Carne de grão fino, succulenta e de gosto acentuado, obtida a partir de bovinos da raça Mertolenga, que se caracterizam por terem tamanho médio, pelagem vermelha ou vermelha malhada de branco e cornos brancos ligeiramente mais escuros nas pontas e em forma de gancho.

DESCRIÇÃO

Carne de cor rosa-escura a vermelho-escura e pH inferior a 6, com gordura firme e não exsudativa, de coloração variável de branca a amarela. Comercialmente pode apresentar-se como: **carne de vitela** — proveniente de machos ou fêmeas abatidos entre os 6 e os 10 meses, com peso de carcaça entre 90 a 120 kg; **carne de novilha** — proveniente de fêmeas abatidas entre os 15 e os 30 meses, com peso de carcaça entre 180 a 220 kg; **carne de novilho** — proveniente de machos abatidos entre os 15 e os 30 meses, com peso de carcaça entre 200 a 250 kg. A raça bovina Mertolenga é uma raça autóctone rústica, criada no seu solar de origem, tendo os animais adultos um peso compreendido entre 300 a 450 kg. Possuem, à nascença, entre 22 a 28 kg. A cabeça é de tamanho médio, as faces descarnadas e o focinho estreito. As orelhas são finas e muito móveis e os olhos grandes e oblíquos.

HISTÓRIA

Mencionam-se quatro solares de origem da raça (concelho de Barrancos, zonas mais pobres dos concelhos de Beja e Serpa, vale do Sado e vale do Sorraia) e, desde um passado longínquo, o termo -Mertolengo- terá sido atribuído - aquele tipo de bovino que existia, bem adaptado pela sua pequenez e rjeza, as terras asperas de Mertola e Alcôutim, montuosas, bastante dobradas e parcas em forragem -. Foi a partir destas zonas que, nos meados do século, se assistiu a uma maior difusão por todo o Alentejo e Ribatejo destes animais extremamente rústicos e capazes de se adaptarem a solos pedregosos e de escasso alimento. Estes animais estão inscritos no Livro Genealógico da Raça Bovina Mertolenga. A venda das vitelas e novilhos para o abate tem constituído desde essa data apreciável rendimento para os seus criadores, o que tem contribuído para a preservação da raça em linha pura.

Uso

A carne destes animais jovens é usualmente utilizada em assados, consumindo-se também frita ou grelhada. Utilizam-se como temperos apenas o sal e algumas ervas aromáticas de modo a realçar o sabor da carne. As peças menos nobres são muito apreciadas em cozidos a portuguesa ou, ainda, em estufados e gisados. A confecção destas carnes na tradicional loiça de barro alentejana confere-lhe um gosto e uma apresentação muito particulares.

SABER FAZER

Os bovinos são criados em sistema extensivo, com encabeçamentos abaixo de 1,4 cabeças por hectare, sendo o desmame dos vitelos entre os 6 e os 9 meses. A alimentação é constituída por pastagens naturais/melhoradas, palhas, feno/silagens, restolhos e boloria. Em algumas zonas do Ribatejo e do Alentejo, estes animais acompanham as manadas de gado bravo, sendo os machos castrados desta raça utilizados nos espetáculos taurinos para recolha dos touros já lidados. A carne é apresentada em carcaças ou hemi-carcaças, peças embaladas em sacos ou recipientes apropriados, devidamente rotulados e identificados como -Carne Mertolenga - Denominação de Origem Protegida-

PRODUÇÃO

Estima-se o número de produtores em 26 e a produção anual em 900 toneladas de carcaças. Estes bovinos são produzidos na área geográfica constante do Despacho n.º 7/94, de 04/01 (todos os concelhos dos distritos de Beja, Évora, Portalegre, Santarém e Setúbal). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido à Certialentejo por Despacho de 26/01/00 do Director-Geral de Desenvolvimento Rural. Reconhecido o uso



da Denominação de Origem pelo Despacho n.º 7/94 de 04/01/94. Registada e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06

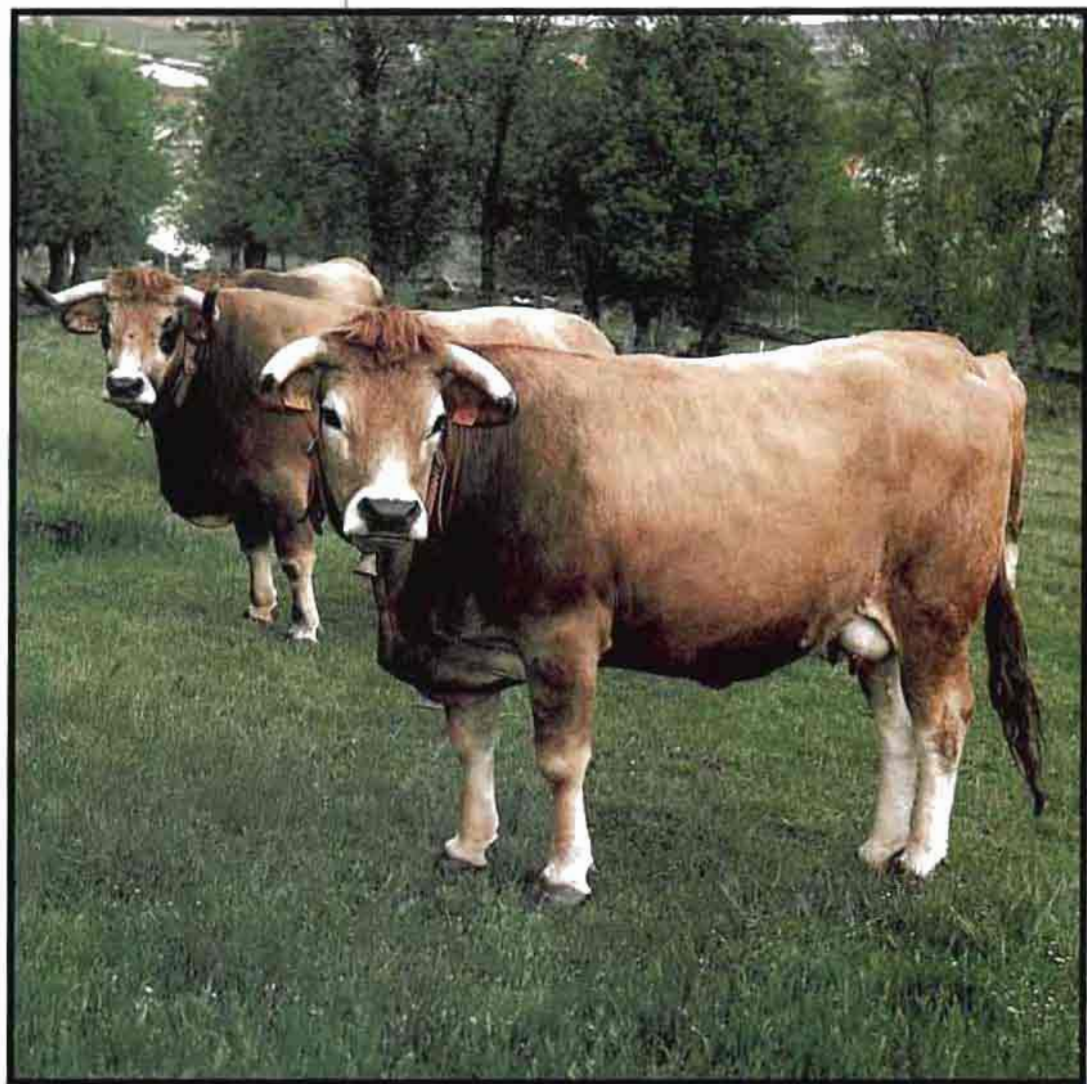
CONTACTO

MERTOCAR – Sociedade
de Produtores de Carne
de Qualidade, Lda.
Rua Dama do Lio
Horta do Bispo
Apartado 149
2002-927 Évora

BIBLIOGRAFIA

Lima, Silvestre Bernardo
«Revisão Geral dos Dados do
Conteúdo do Resú de Portugal –
Considerações Gerais e Análises»,
in *Relatório Freixano*, n.º 1, ano XXI,
p. 51-60

Monteiro, Pena e outros. *Alimentos
de Portugal*. O Livro Meritíssimo.
Direção Geral dos Serviços
Veterinários, pp. 197-206, 1980



Ros. 1.1.11
Norte

Carne Mirandesa / DOP



PARTICULARIDADE

Carne muito saborosa e succulenta. Provem de bovinos da raça Mirandesa que possuem grande corpulência, com uma cor castanha que vai escurecendo para as extremidades. Na cabeça destaca-se a marrala saliente e coberta com um tufo de pêlos alourados

DESCRIÇÃO

A carne tem uma cor que vai de rosa-clara a vermelho-clara, com gordura branca homogeneamente distribuída, com distribuição intramuscular moderada no novilho. O músculo é de grão fino, com consistência firme e ligeiramente húmida. Comercialmente pode apresentar-se como: **vitela** – carcaças de animais abatidos entre os 5 e os 9 meses; **novilho** – carcaças de animais abatidos entre os 10 e os 18 meses. Os bovinos Mirandeses têm a cabeça pequena e de perfil ligeiramente côncavo, os olhos e o focinho são negros, estando circundados de pêlos brancos. Os cornos são na origem ligeiramente inclinados para baixo, revirando depois para cima. O tronco é comprido, largo e bem musculado, tendo uma linha dorso-lombar quase horizontal. A cauda é de média inserção, comprida, fina e bem tufada. Finalmente, os membros são bem apumados e musculados, com extremidades fortes e bem articuladas.

HISTÓRIA

A primeira referência a estes bovinos vem de tempos medievais. Leite Vasconcelos cita um documento de D. Dinis de 1286, que se refere ao solar desta raça situando-o no actual corcelho do Freixo. Mais tarde, Bernardo Lima, em 1870, refere-se a estes animais situando o seu solar no planalto Mirandês e afirmando ser este «um animal corpulento, espadaudo, resistente e pesando em média 608 kg». Nestes tempos o bovino teve muita expansão, encontrando-se grandes efectivos desta raça em explorações de todo o País. Eram utilizados para criação e também fornecedores de trabalho. Outros autores do início do século referem-se a esta raça, nomeadamente Alves Torgo, que a descreve e discute a sua origem, mas pouco adianta ao que escreve Bernardo Lima. Virgílio Taborda faz uma recolha dos escritos existentes sobre esta raça, pouco adiantando aos autores que cita. Nota, no entanto, a pouca aptidão desta raça para a produção leiteira e refere a sua utilização com função de engorda na região Entre Douro e Tejo. De destacar é a Portaria n.º 17 132, de 22 de Abril de 1959, que estabeleceu o Regulamento do Livro Genealógico da Raça Bovina Mirandesa. Finalmente, deve ser salientada a obra *Os Bovinos em Portugal* que descreve a situação desta raça nos anos 70.

Uso

A carne destes animais é bastante utilizada na cozinha tradicional desta região, sendo de destacar a muito alameda posta mirandesa, que é uma forma de carne grelhada cujo único tempero é o sal, apenas para realçar o excelente sabor da carne. Frequente é também o consumo sob forma de vitela assada no forno, bifes à Alto Douro e vitela entronchada à transmontana. As restantes peças açougueiras, menos nobres, são consumidas noutros pratos tradicionais da cozinha regional e nacional, designadamente no cozido nortenho e no cozido à portuguesa e em estufados e guisados vários.

SABER FAZER

Os bovinos são criados nos antigos lameiros no seu solar, onde os terrenos são mediantemente férteis, com monocultura cerealífera e prados naturais com vegetação espontânea na qual predominam as gramíneas em relação às leguminosas. O abate e a desmancha das carcaças não podem fazer-se em simultâneo com os de outros animais não inscritos no Livro Genealógico. Após o abate, as carcaças são mantidas em ambiente controlado, a temperaturas entre 4 e 8°C a fim de se obter um arrelecimento progressivo. Seguidamente procede-se a um tratamento térmico de modo que a temperatura no interior do músculo seja de 7°C. O período de maturação deve ser de 2 dias para os quartos dianteiros e de 4 dias para os quartos traseiros. Apresenta-se comercialmente em carcaças ou em peças acondicionadas



em embalagens nas quais consta a menção «Carne Mirandesa – Denominação de Origem Protegida»

PRODUÇÃO

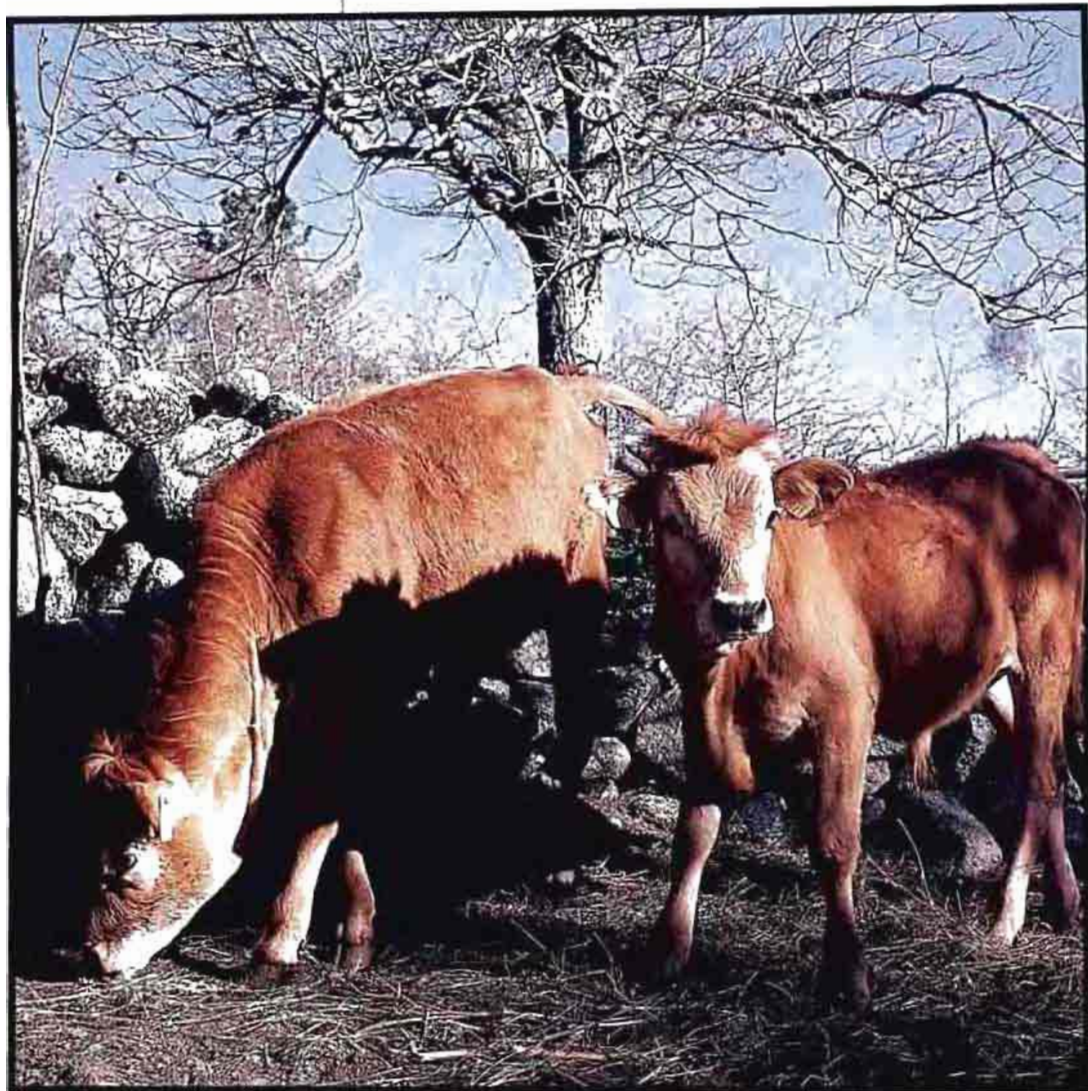
A produção anual é de 4000 toneladas de peso vivo. Estes animais são produzidos na área geográfica constante do Despacho n.º 35/94, de 18.01 (concelhos de Bragança, Macedo de Cavaleiros, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). Concedido o estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação à Associação de Criadores de Bovinos da Raça Mirandesa, pelo Aviso publicado no D.R. n.º 29, de 04/02/94. Reconhecida a Denominação de Origem pelo Despacho acima mencionado. Reconhecida e protegida a Denominação de Origem pelo Regulamento (CE) n.º 1263/96, de 01/07.

CONTACTO

AGROPOMA – Cooperativa
Agro Pecuária Mirandesa, CRL
Póvoa do Inferno de Malhadas
Malhadas
5200 Miranda do Douro

BIBLIOGRAFIA

- Alves, Jorge. *Um Trecho da Fauna Pecuária Transmontana – os Equídeos Transmontanos*. Ano II, 1999.
- Leitão, Manuel e outros. *Bezerros em Portugal*. Direcção Geral dos Serviços Veterinários, 1981.
- Leite de Vasconcelos, J. *Estudos de História Mirandesa*, vol. II, p. 235.
- Lima, Silvestre Bernardo. *Bovideos e Equídeos*. *at Boletim do Ministério da Agricultura*, Ano LII, 2, p. 161 (Janeiro, 1911).
- Talhoela, Virgílio. *Os Índios da Montanha*. *Estudo Geográfico*. Universidade de Coimbra, 1991.



Reservas

Centro

Vitela de Lações / IGP



PARTICULARIDADE

A carne da Vitela de Lafões é muito saborosa e suculenta, sendo extraordinariamente tenra. É obtida a partir de carcaças (machos e fêmeas, até a fase de desmame), de animais obtidos por cruzamento de duas raças autóctones, a Mirandesa e a Arouquesa, criadas numa região montanhosa do centro de Portugal.

DESCRIÇÃO

A carne da Vitela de Lafões tem uma cor rosa-clara e gordura de cor branca, homogeneamente distribuída na massa muscular. O microclima da região e respectiva vegetação conferem características organolépticas de excepção à carne da Vitela de Lafões, que é por isso muito macia, saborosa e suculenta. Atendendo a que a Vitela de Lafões é obtida a partir de um cruzamento, não se pode realizar uma descrição homogênea deste animal, pois tem características de cada uma das raças que lhe dão origem. A raça Mirandesa apresenta como principais características a sua grande corpulência, a cor castanha que vai escurecendo para as extremidades e presença de uma marrafa saliente coberta por um tufo de pelos alourados. A raça Arouquesa é constituída por animais de corpulência meã, bastante bem adaptados às escassas pastagens das serranias da região de Lafões.

HISTÓRIA

A região de Lafões é uma enorme bacia verde atravessada pelo rio Vouga. As gentes vivem do cultivo das terras e do gado, que é abundante, sobretudo as vitelas. Daí a tradição desse manjar que é a Vitela de Lafões. Já em meados do século XIX se conheciam as qualidades da Vitela de Lafões e com alguma precisão se definia o seu solar, como nos dizeres de Silvestre Berrardo de Lima: «Vitelas e bezerrinhos que se não recriam, tanto ao leite como logo depois de desmamados, têm bastante procura para o açougue e dão a alameda vitela de S. Pedro do Sul e de Lafões.»

Uso

Muito apreciada em pratos tradicionais da região, nomeadamente a vitela assada em forno de lenha, nacionalmente reconhecida. A sua reputação é tal que é frequente encontrarem-se longas listas de espera em alguns restaurantes da serra. Também a sua fama faz com que, um pouco por todo o País, os restaurantes anunciem vitela à moda de Lafões apropriando-se, indevidamente, do nome e da reputação da carne. A Vitela de Lafões é cozinhada de forma particular, nesta zona da Beira Alta, dando origem a um prato típico com o mesmo nome. A carne passa-se por água, sem lavar, e rola-se em sal grosso. De seguida enfiase a carne num espeto de ferro e assa-se num lume de brasas, preferentemente obtidas a partir de lenha de azevinho ou de vides. A medida que se vai rodando o espeto vai-se salpicando a carne com um ramo de salsa, previamente molhado em vinho branco. Quando a carne está bem loura retira-se imediatamente do lume, para evitar que seque, e abafa-se com uma tigela para largar o molho. É utilizada como acompanhamento a batata frita ou cozida e a cebola crua cortada em rodelas.

SABER FAZER

A existência de um microclima na sua área geográfica de produção suporta uma vegetação particular que confere, inegavelmente, características organolépticas de excepção a carne da Vitela de Lafões. Os animais vivem estabulados na exploração agrícola até ao abate, sendo alimentados com leite materno. Esta alimentação pode ser suplementada por feno, pastos verdes da época e concentrados à base de farinha de milho produzidos na própria exploração. As mães são objecto de um maneio tradicional, alimentadas à base de produtos naturais. O abate é feito aos 5-7 meses. Após o abate decorre um período de maturação de cerca de 5 dias. Comercialmente, a Vitela de Lafões apresenta-se em carcaças ou em peças acondicionadas em sacos ou recipientes apropriados, devidamente rotulados e identificados com a marca da respectiva entidade certificadora e onde conste a menção «Vitela de Lafões – Indicação Geográfica Protegida».



**VITELA
DE LAFÕES**

Indicação Geográfica Protegida

PRODUÇÃO

A produção anual é de 480 toneladas de peso vivo, repartidas por 4885 produtores. A área geográfica de produção é a definida no Despacho n.º 55/94, de 20/01 (concelhos de Oliveira de Frades, Vouzela, São Pedro do Sul e algumas freguesias dos concelhos de Sever do Vouga, Viseu e Castro Daire). O estatuto de Organismo Privado de Controlo e Certificação foi reconhecido a ADRL — Associação de Desenvolvimento Rural de Lafões, pelo Aviso publicado no D.R. n.º 28, de 03/02/94. Reconhecida a Indicação Geográfica pelo Despacho acima mencionado. Registada e protegida a Indicação Geográfica pelo Regulamento (CE) n.º 1107/96, de 12/06.

CONTACTO

CAV — Cooperativa Agrícola de
Vouzela, IRL
Rua Ribeiro Cardoso, n.º 29
4670 Vouzela

BIBLIOGRAFIA

Linha: Bernardo Silvestre, *Arquivo
Linha*, vol. 1, 1998.

Modesto: Maria de Lurdes
Coelho, *Indicação Geográfica*,
ed. Verbo, p. 40, 1982.

Ficha Técnica

TÍTULO

Produtos Tradicionais Portugueses

COORDENAÇÃO CIENTÍFICA DO PROJECTO

Ana Soeiro

COORDENAÇÃO EDITORIAL

DGDRural – Divisão de Documentação e Tratamento de Informação

DESIGN GRÁFICO

Atelier Adriano Rangel

REVISÃO

Laurinda Brandão

FOTOGRAFIA

Isto É, comunicação visual, lda

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS

Azeite do Ribatejo – Foto cedida pela Direcção Regional de Agricultura do Ribatejo e Oeste (Pag. 36)

Azeitona Negrinha do Freixo – Foto Olival cedida pela Direcção Regional de Agricultura de Trás-os-Montes (Pag. 46)

Bolos Lêvedos – Foto cedida pela Direcção Regional de Desenvolvimento Agrário dos Açores (Pag. 154)

PAGINAÇÃO E SELECÇÃO DE CORES

Isto É, comunicação visual, lda

IMPRESSÃO E ACABAMENTO

Rocha, artes gráficas, lda

EDIÇÃO

Direcção-Geral de Desenvolvimento Rural (DGDRural)

DISTRIBUIÇÃO

DGDRural / Divisão de Documentação e Tratamento de Informação
Avenida Defensores de Chaves, 6 - r/c – 1049-063 LISBOA

TIRAGEM

1000 exemplares

ISBN

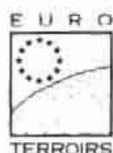
972-9175-96-9

DEPÓSITO LEGAL

166368/01



Fundo Europeu de Orientação
e Garantia Agrícola



Compilação desenvolvida no
âmbito do GEIE EUROTERROIRS