

abril

**Abril frio e molhado, enche  
o celeiro e farta o gado.**

provérbio popular



Em Esposende, a gastronomia tradicional portuguesa tem lugar cativo à mesa dos nossos restaurantes. O esmero colocado na arte de bem confeccionar e servir grandes repastos, “verdadeiros manjares dos Deuses”, refletem a pureza, variedade, genuinidade e tradição da nossa cozinha onde pontificam os produtos alimentares endógenos que caracterizam a nossa alimentação atlântica, baseada nos peixes do nosso mar e rios. Nesta “Terra de Mar” despontam nas ementas, entre outras iguarias, a lampreia – em época –, o polvo da pedra, ou ainda o succulento robalo, entre outro pescado. A riqueza dos mariscos da nossa costa, fazem igualmente as delícias de todos nós e representam um cartaz gastronómico ímpar na região e no país.

Na companhia da degustação destes pratos estão os Vinhos Verdes de Quinta, suaves, leves e aromáticos provenientes das encostas soalheiras dos vales do Neiva e do Cávado. As famosas e adocicadas clarinhas de Fão, as Cavacas ou Folhadinhos rematam uma faustosa refeição.

#### **Robalo**

De um sabor e frescura inigualáveis, o Robalo faz as delícias de quem visita a nossa restauração, testemunhando a sua nobreza à mesa. Desde escalado e grelhado na brasa, assado no forno com batata, ou em arroz, a “atlanticidade” deste pescado é única e singular. As diversas formas de confeção sugeridas pela nossa restauração, puxam sabores do nosso mar e da nossa terra, levando-nos a apurar a

memória e refinar o paladar. O Robalo do Mar de Esposende é uma “expedição” absolutamente irresistível.

#### **Clarinhas de Fão**

Clarinhas de Fão  
Ingredientes: chila, açúcar, 6 gemas de ovos, farinha, manteiga, sal, pingue, rilada, açúcar moído ou “icing sugar”.  
Preparação: Coze-se a chila depois de descascada e tirada a “tripa”. Esfia-se e deixa-se de molho 2 dias. Em seguida espreme-se, pesa-se e põe-se igual porção de açúcar. Vai ao lume o açúcar até ganhar ponto de reбуçado, seguidamente deita-se chila e depois de estar em ponto leve, retira-se do lume e mistura-se as gemas necessárias (6 gemas aproximadamente). Massa tenra: Põe-se uma porção de farinha num algi-

dar, abre-se uma cova ao meio e deita-se nela um pouco de manteiga. Vai-se amassando, colocando uns golos de água tépida temperada com sal. Amassa-se bem e depois de repousar um pouco, estendem-se os pastéis e recheiam-se com a chila. Vão a fritar em pingue e rilada e, finalmente, polvilham-se com açúcar moído ou “icing sugar”

#### **Animação**

Consultar programa específico em [www.visitesposende.com](http://www.visitesposende.com)

**ESPOSENDE**

4, 5 e 6 ABRIL

[www.visitesposende.com](http://www.visitesposende.com)





O potencial da gastronomia regional portuguesa está bem patente nos dotes culinários das gentes de Braga. Rodeada de verdejantes montanhas e vales, Braga apresenta várias influências na gastronomia, desde as suas origens com o bolo romano, entretanto recuperado, até às famosas Frigideiras, já referenciadas por escritores portugueses de renome, tais como, Almeida Garrett na sua obra “Viagens na Minha Terra” e Júlio Dinis, que em 1870 se referiu a esta iguaria em “Serões da Província”. Em Braga, poderá provar o famoso Bacalhau à Braga, as deliciosas Papas de Sarrabulho, acompanhadas pelos rojões, o Cabrito Assado, as Papas de Sarrabulho, a Vitela Assada e o Arroz de Pato, assim como o Pudim

Abade de Priscos, conhecido pelos seus doces ingredientes, entre eles, meio quilo de açúcar, vinho do Porto e quinze gemas de ovo, mas a chave do sucesso do Pudim centra-se nas cinquenta gramas de toucinho que tornam a sua confeção única. A origem deste doce, remonta ao séc. XIX, pelas mãos do Abade Manuel Joaquim Machado Rebelo, que serviu a freguesia bracarense de Priscos, durante 47 anos.

Ainda, na doçaria, são de longa tradição conventual e popular os doces de romaria, os fidalguinhos, as viúvas de Braga e outros biscoitos. É imperioso provar, também, o licoroso Vinho de Missa da Sé de Braga, “provado e aprovado” pelo Arcebispo Primaz. A preservação da gastronomia

bracarense tem tido como objetivo manter as tradições ancestrais que marcam a identidade de uma população que prima pela autenticidade.

#### **Bacalhau à Braga**

**Ingredientes:** postas de bacalhau do lombo demolido, 3 cebolas grandes, azeite, colorau, pimenta, sal, folha de louro, vinagre, 1 kg de batatas (fritas às rodelas).

**Preparação:** Frite muito bem as postas de bacalhau em azeite. Faça uma cebolada no azeite em que fritou o bacalhau e deite uma folha de louro, o colorau, a pimenta, o sal e umas gotas de vinagre. Coloque as postas do bacalhau numa travessa e coloque por cima a cebola. Acompanhe com batatas fritas às rodelas.

#### **Pudim Abade de Priscos**

**Ingredientes:** 15 gemas de ovo, 500 g açúcar, 1/2l água, 50 g toucinho de presunto, 1 cálice de Vinho do Porto, caramelo líquido, 1 pau de canela, casca de limão. **Preparação:** Parta o toucinho em lascas muito finas. Num tacho, leve ao lume a água, o açúcar, o toucinho, a casca de limão e o pau de canela. Deixe ferver até atingir o ponto de fio. Passe depois a mistura por um coador e deixe arrefecer. Num recipiente, “misture” as gemas muito bem e junte, de seguida, o Vinho do Porto. Incorpore esta mistura na calda arrefecida, mexendo sempre. Coloque o pudim numa forma coberta com o caramelo líquido, tape muito bem e leve ao forno quente a cozer em banho-maria, durante cerca de 45 minutos. Deixe-se convencer pelos sabores divinos de uma receita que não deixa ninguém indiferente. Para além da importância intrínseca da receita

para a gastronomia portuguesa, o Pudim Abade de Priscos é um dos doces mais importantes para o mundo da restauração, pastelarias e confeitarias por conseguir perdurar dias nos escaparates dos estabelecimentos sem sofrer qualquer alteração de qualidade. Para além disso contém dois produtos de enorme relevância para a economia local, regional e nacional – o Vinho do Porto e o apontamento do Toucinho, combinados originam uma das melhores ligações gastronómicas que alguma vez este país conheceu.

#### **Animação**

Celebração da Semana Santa em Braga – Programa detalhado em: [www.semanasantabraga.com](http://www.semanasantabraga.com) Concertos e Espetáculos – 11 de Abril 2025/ Igreja de São Marcos, 13 de abril 2025/ Basílica dos Congregados.







Terá a oportunidade de saborear a tradição e o paladar de produtos genuínos e de singular qualidade de uma cozinha autêntica, sobressaindo o Bacalhau à Felgueiras e o Pão de Ló de Margaride numa harmonização perfeita com os Vinhos Verdes das marcas de Felgueiras. Não resista à tentação e reserve a sua mesa num dos restaurantes que lhe sugerimos aproveitando para se divertir e para degustar doçaria/vinhos no Festival de Pão de Ló. Para que possa usufruir de toda a experiência reserve o seu quarto, a preços promocionais, no conforto do alojamento desta terra acolhedora. Venha experimentar, saborear e sentir... Felgueiras!

#### **Presunto com Broa**

As tradições da produção fazem do presunto e da broa um petisco muito apreciado em Felgueiras.

#### **Bacalhau à Felgueiras**

A eleição do bacalhau como base para o prato identitário da gastronomia de Felgueiras resultou de uma pesquisa aprofundada. Faltava um prato identitário, que harmonizasse a tradição com a inovação, inspirado e criado pelo orgulho, vocação e talento felgueirense, o “Bacalhau à Felgueiras”!

Ingredientes: receita para 4 pessoas - 4 postas de bacalhau de 200 g /300 g, 1 kg de batata, 100 g de cebola branca, 30 g de cebola roxa, ½ l de azeite, 400 g de grelos, 50 g de alho, 50 g de salsa, ¼ l de vinho de felgueiras

(vinhão), 1 colher de mel de felgueiras, 20 g de pimento amarelo, 20 g de pimento verde, 20 g de pimento vermelho, 200 ml de vinagre de vinho tinto de felgueiras, 100 g de espargos verdes frescos de felgueiras, 20 g de kiwi (desidratado) de felgueiras, sal, pimenta, 2 amores-perfeitos com as cores da bandeira de felgueiras: amarelo e púrpura.

Preparação: levar ao forno as 4 postas de bacalhau sobre uma camada de cebola, com azeite e alho em forno a 170°C durante 10 a 12 minutos. Descascar a batata e levar a cozer, escorrer e esmagar. Juntar azeite e salsa e retificar o tempero. Cozer e saltear os grelos em azeite e alho. Reduzir o vinho com o mel e deixar arrefecer. Fazer o vinagrete com azeite, vinagre, pimentos, cebola, alho em cubi-

nhos (brunese), juntar espargos laminados na diagonal e retificar de temperos.

#### **Pão de Ló de Margaride**

Ingredientes: 25 gemas de ovos, 300 g de açúcar e 260 g de farinha.

Preparação: bater as gemas e o açúcar durante 40 m. Depois juntar a farinha e mexer durante 2 minutos. Colocar a massa numa forma de barro, não vidrado, forrada em papel adequado e meter ao forno a 280°C. Aguardar 50 minutos.

E estará pronto a ser apreciado.

#### **Animação**

Festival do pão de Ló – 16.ª Mostra Internacional de Doce Tradicionais – 11 a 13 de abril 2025 na cidade de Felgueiras: O programa é rico e diversificado: degustações de doçaria, showcookings, vinhos e licores; ateliers de artes, concertos e espetáculos infantis, entre outras “experiências” que lhe dedicamos!



**FELGUEIRAS**

11, 12 e 13 ABRIL

[www.visitfelgueiras.com](http://www.visitfelgueiras.com)



Guimarães por mais vezes que seja visitado, não deixa de impressionar pela história que traz na bagagem. A qualidade e genuinidade da gastronomia vimaranense estão intimamente associadas ao valor patrimonial e à riqueza de um produto turístico genuíno e de qualidade, que se orgulha de ser património da humanidade.

Nesta edição dos fins-de-semana gastronómicos, Guimarães convida-o, mais uma vez, a conhecer os sabores da mesa vimaranense com as pataniscas de bacalhau, o cabrito assado com batata e o doce branco, através dos 10 restaurantes associados à iniciativa. Poderá também beneficiar de descontos em 12 unidades de alojamento e visitar as 3 quintas de enoturismo que estarão de portas abertas para o receber.

Está, desde já, convidado a visitar-nos e a saborear a nossa tradição.

#### **Pataniscas de Bacalhau**

**Ingredientes** (para 4 pessoas): 2 postas de bacalhau demolhado, 2 colheres de sopa de farinha de trigo, 2 ovos, 1 cebola, 1 dente de alho, 1 cl. De azeite, 2 colheres de sopa de água, 1 colher de sopa de salsa picada, pimenta q.b.

**Preparação:** Desfia-se o bacalhau, junta-se a farinha com os ovos e água suficiente para fazer o polme com a espessura pretendida. Seguidamente, leva-se o azeite ao lume, junta-se o alho e a cebola picada e deixa-se alourar um pouco. Adiciona-se a massa das pataniscas, o bacalhau e a salsa e envolve-se tudo bem, temperando com sal e pimenta. Por fim, tendo como

medida uma colher de sobremesa, colocam-se várias colheres a fritar em azeite bem quente. Escorrem-se e colocam-se em papel absorvente.

#### **Cabrito Assado com Batata**

**Ingredientes:** 1 cabrito pequeno (3/3,5 kg), vinho branco, alhos q.b., salsa q.b., malagueta, azeite puro, batatas pequenas, 6 cebolas pequenas, pimento vermelho, sal q.b.

**Preparação:** Limpa-se o cabrito, tira-se o bedum e lava-se com água morna. Depois, deixa-se em água fria e limão durante 2 horas. Faz-se uma salmoura com os alhos, o sal e a malagueta, com a qual se tempera o cabrito. De seguida rega-se com vinho branco e tempera-se com salsa, ficando a marinar de um dia para o outro. Dispõe-se o ca-

brito numa pingadeira de barro, juntamente com as batatinhas, as cebolas e o pimento cortado em quatro. Rega-se com azeite e vai ao forno em lume brando. De vez em quando, rega-se o cabrito com o vinho em que esteve a marinar.

#### **Doce Branco**

**Ingredientes:** para a massa - 3 gemas de ovos, 5 ovos inteiros, 160 g de açúcar, 200 g de farinha de trigo sem fermento, ajustar farinha e manteiga a gosto, para o glacé - 150 g açúcar em pó, 1 clara de ovo, 1 limão.

**Preparação:** Batem-se os ovos inteiros, as gemas e o açúcar durante 20 minutos, sem parar. De seguida, juntam-se a raspa de limão e a farinha peneirada. Mistura-se tudo, sem bater. Unta-se um tabuleiro com

manteiga, forra-se com papel vegetal e polvilha-se com farinha. Com um saco de pasteleiro fazem-se pequenas gotas de massa no tabuleiro. Leva-se ao forno, pré-aquecido a 180° c. Assim que cozidas, retiram-se do forno e deixam-se arrefecer. Para finalizar, envolvem-se as cavacas com o açúcar glacé. Este é feito misturando muito bem o açúcar em pó e a clara de ovo, juntando, a pouco e pouco, uma colher de sobremesa de sumo de limão. Uma vez pronto, o preparado deve ser passado pela superfície das cavacas com os dedos em formas circulares. Deixa-se secar.

#### **Animação**

Programação da Quaresma à Páscoa em: [www.visitguimaraes.travel](http://www.visitguimaraes.travel)



**GUIMARÃES**

11, 12 e 13 ABRIL

[www.visitguimaraes.travel](http://www.visitguimaraes.travel)



O Cabrito Transmontano DOP é um prato essencial na oferta da restauração local e também nas tradições gastronómicas regionais.

O cabrito é um prato típico da Páscoa transmontana e motivo de um festival gastronómico. A tradição diz-nos que o período Pascal é uma das alturas em que o cabrito é mais apreciado nas mesas transmontanas, pelo que a Câmara Municipal de Mirandela, a CAPRISSERRA – Cooperativa de Produtores de Cabrito de Raça Serrana e os restaurantes locais unem-se na organização do Festival Gastronómico do Cabrito Transmontano DOP promovendo assim a afirmação deste produto como elemento importante na estrutura económica local, bem como uma oferta gastronómi-

ca de referência com a máxima qualidade.

Durante este Festival Gastronómico os restaurantes aderentes disponibilizam nos seus menus, assados, ensopados e caldeiradas de Cabrito Transmontano com a garantia de qualidade DOP, bem acompanhados por outros produtos certificados.

#### Alheira de Mirandela

Enchido tradicional fumado, feito de carnes diversas (de porco e de aves, podendo levar carne de caça, de vaca, salpicão ou presunto) cozidas e condimentadas (sal, alho e colorau doce e/ou picante), azeite de Trás-os-Montes e pão regional de trigo.

Preparação: Põe-se a alheira a assar até ficar bem tostadinha.

Serve-se cortada em pedaços pequenos com torradas de azeite.

#### Cabrito transmontano (DOP) assado no forno com batata assada

Ingredientes: Cabrito transmontano (DOP), batatas, grelos, 2 cebolas, azeite virgem extra q.b., vinho branco q.b., 6 dentes de alho, 3 folhas de louro, colorau q.b., sal q.b., pimenta q.b.

Preparação: Corta-se o Cabrito Transmontano em pedaços, tempera-se com sal grosso. Trituram-se os alhos, junta-se o louro, o colorau e o vinho branco e envolve-se o cabrito Transmontano com este tempero. Deixa-se nesse tempero de um dia para o outro.

Num tabuleiro, coloca-se uma camada de cebola às rodelas e o

Cabrito temperado. Distribuem-se as batatas cortadas em quatro de volta do Cabrito; rega-se com Azeite Virgem Extra. Leva-se a assar no forno, pré-aquecido e deixa-se ficar até estar tostado.

#### Pudim de Azeite

Ingredientes: 10 ovos, 1,5 l de leite, 5 dl de leite condensado, 10 dl de azeite virgem extra, 700 gr de açúcar, 1 cálice de vinho do porto, raspa de laranja, 1 colher de farinha maizena.

Preparação: Numa terrina bate-se 10 ovos, junta-se 1,5 lt de leite, 5 dl de leite condensado, 10 dl de azeite virgem extra, 700 gr de açúcar, 1 cálice de vinho do porto, raspa de uma laranja e uma colher de farinha Maizena; mistura-se tudo com uma varinha. Derreter 300 gr de açúcar

até ficar em caramelo para barrar a forma. Por fim adicionar o azeite e mexer durante 5 minutos. Cozer em banho-maria durante 20 minutos. Depois de frio retirar da forma.

#### Animação

Consultar agenda cultural - [www.cm-mirandela.pt](http://www.cm-mirandela.pt)

MIRANDELA

11, 12 e 13 ABRIL

[www.cm-mirandela.pt](http://www.cm-mirandela.pt)







A gastronomia reflete a identidade de um povo. Em Valpaços está muito relacionada com os produtos regionais, repletos de características próprias do mundo rural.

A gastronomia Valpacense destaca-se por reunir a riqueza, diversidade e a qualidade da terra fria e da terra quente transmontana. O melhor azeite do mundo é aqui produzido sendo ingrediente de eleição, que compõe a base da gastronomia local. O afamado Folar de Valpaços IGP dispensa apresentações, bem como os milhos, o fumeiro, as várias receitas de bacalhau, a posta, entre outros que quem prova não esquece.

#### **Folar IGP de Valpaços**

Ingredientes: farinha trigo, ovos, sal, fermento de padeiro, azei-

te, manteiga, linguiça, salpicão, presunto, toucinho cortados a gosto.

Preparação: Falando de especialidades gastronómicas de Valpaços, no topo da lista surge, inevitavelmente, o Folar de Valpaços.

Num recipiente junte o sal e os ovos e bata tudo. Numa taça, dissolva o fermento com um pouco de água morna. Adicione a farinha à mistura de sal e ovos. Junte depois os restantes ingredientes. Misture tudo e bata energeticamente até formar uma bola de massa elástica.

Deixe essa bola de massa levedar até dobrar de tamanho e ganhar algumas bolhas. Corte a massa levedada em porções. Estenda a massa, recheie com as carnes e enrole a massa.

Coloque a massa numa forna

untada com manteiga e deixe a levedar por cerca de 30 a 40 minutos. Por fim, leve ao forno a cerca de 200°C durante 30 a 40 minutos.

#### **Feijoada à Transmontana**

Ingredientes: cebola, alho, louro, feijão, linguiça, pé de porco, presunto, salpicão, azeite, focinho e orelha de porco, malagueta e sal.

Preparação: É um prato tradicional da cozinha portuguesa, típico de Valpaços. Na véspera deve colocar o feijão de molho em água fria. As carnes fumadas mantêm-se num recipiente à parte. No dia da confeção deve-se cozer o feijão demolido. Noutra panela cozem-se as carnes e depois de bem cozidas partem-se em pedaços. Refoga-se a cebola e após

junta-se o feijão com a água da cozedura. Juntam-se também as carnes com alguma água da sua cozedura. Verifica-se o sal e juntam-se os restantes ingredientes, deixando-se apurar em lume brando.

Normalmente é acompanhado com arroz branco.

#### **Bolo de Castanha**

Ingredientes: castanhas, açúcar, ovos, fermento em pó, margarina, chocolate.

Preparação: cozem-se as castanhas DOP (Denominação de Origem Protegida) da Padrela. Retira-se da água depois de cozidas, reduz-se a puré, que deve equivaler a 500 g. Numa tijela, misture 250 g açúcar, com cinco gemas, duas colheres de fermento em pó, 125 g de margarina derretida e por fim o puré de castanhas. Bata as claras em castelo e misture ao preparado anterior. Verta para uma forma untada e forrada de papel vegetal também untado de manteiga e leve ao forno a 180°C, por cerca de 40-45 minutos. O bolo é húmido e delicioso.

Adicionalmente pode levar uma cobertura de chocolate.

#### **Animação**

A Feira do Folar de Valpaços - realiza-se este ano pela 23ª vez. São três dias de festa para mais de 100 mil visitantes, onde estará em destaque o Folar de Valpaços IGP, único com esta designação, além de outros produtos endógenos que o concelho tem para oferecer através de cerca de uma centena de expositores e tasquinhas regionais. O programa compreende provas desportivas, com o passeio de BTT e o Raid TT - Rota do Folar. A animação está garantida com a atuação de grupos e ranchos folclóricos, programas de televisão em direto, animação musical, com bombos e concertinas, entre outros. De destacar, ainda, os espaços de Showcooking, acompanhado da melhor gastronomia regional e vinhos. Não pode deixar ainda de visitar a Casa do Vinho e Loja Interativa de Turismo, no centro de Valpaços.

# VALPAÇOS

11, 12 e 13 ABRIL

[www.valpacos.pt](http://www.valpacos.pt)





Viana do Castelo é concelho afamado no que toca à boa gastronomia portuguesa. Para além dos inúmeros pratos de bacalhau, dos quais se destaca o “Bacalhau à Viana”, são também dignos de realce o peixe fresco e o marisco, sempre acompanhados do inigualável Vinho Verde. Para sobremesa, o destaque vai para a conventual Torta de Viana.

#### **Patanisca de Bacalhau**

Ingredientes: 2 postas de bacalhau demolido finas ou 1 posta do lombo, 2 chávena farinha de milho, 1 cebola, 4 ovos, 1 ramo salsa, q.b. sal e pimenta, azeite ou óleo para fritar.

Preparação: Enxugue o bacalhau já demolido, limpe-o de peles e espinhas e desfie-o bem. Escolha, lave e pique a

salsa muito fina até que tenha 2 colheres de sopa bem cheias. Descasque e pique muito bem a cebola. Numa tigela, mexa os ovos e coloque a farinha, mexendo com uma colher de pau; acrescente um pouquinho de água se vir que está uma massa muito consistente. Mexa bem e depois junte o bacalhau já desfiado, a salsa, a cebola e tempere com sal e pimenta.

Numa frigideira larga, leve a aquecer o azeite ou o óleo. Depois de estar quente, deite colheradas de massa separadas umas das outras. Espalme-as com um garfo e vire-as quando estiverem louras para fritarem do outro lado. Depois de fritas retire-as e escorra-as em papel absorvente e frite mais até acabar a massa.

#### **Bacalhau à Viana**

Ingredientes: 220 g de bacalhau em posta, 30 g cebola, 2 dentes de alho, pimentão-doce/colorau q.b., 150 g de batata, 100 g couve portuguesa, 1 fatia de broa, ½ L de azeite.

Preparação: confeitur o bacalhau com a cebola em meia-lua e alho picado e pimentão-doce (cozer em baixa temperatura no azeite). Cozer a batata com pele e alourar no mesmo azeite (às rodela grossas). Cortar uma fatia de broa e fritar em azeite. Saltear a couve cozida em azeite e alho. Dispor no prato ou travessa com disposição adequada. Decorar com azeitona (pasta de azeitona) e salsa.

#### **Torta de Viana**

Ingredientes: 10 gemas, 4 ovos inteiros, 200 g de açúcar, 170 g de farinha, aroma de laranja ou limão.

Preparação: Batem-se as gemas com o açúcar e deita-se a raspa de limão ou laranja, conforme o gosto. Batem-se também as claras em castelo e junta-se à massa. A seguir, deita-se a farinha, que deve ser peneirada, bate-se levemente, e vai ao forno em tabuleiro forrado com papel. Não se deve deixar cozer de mais para não ser difícil de enrolar.

Recheio: 4 gemas, 100 g de açúcar.

O açúcar é posto em ponto brando, deita-se nas gemas já batidas e vai ao lume a levantar fervura. Desenforma-se a massa sobre um pano polvilhado com

açúcar pilé. Recheia-se a torta com o doce de ovos e enrola-se cuidadosamente.

#### **Animação**

11, 12 e 13 abril 2025 – Visita e Provas de Vinho – máx. 16 pessoas. Adegas locais.

12 abril 2025 – Feirão da Patanisca - Praça da República, das 10h00 às 13h00

12 de abril 2025 – Consuma Português – prova vinho loureiro. República Bar (Praça da Erva). Neste fim-de-semana, aproveite para visitar o Museu do Traje, o Museu de Artes Decorativas, o Centro de Mar, o Navio-Hospital Gil Eannes e os Núcleos Museológicos dispersos pelo concelho de Viana do Castelo. Consultar programa específico e agenda cultural em: [www.cm-viana-castelo.pt](http://www.cm-viana-castelo.pt)

**VIANA DO  
CASTELO**

11, 12 e 13 ABRIL

[www.cm-viana-castelo.pt](http://www.cm-viana-castelo.pt)







O paladar aguça o apetite, daí que Carrazeda de Ansiães goste de apresentar bons petiscos para satisfazer qualquer especialista e apreciador de gastronomia. Pratos recheados acompanhados por bom vinho e para terminar a refeição o chamado “vinho fino ou tratado” mais conhecido nacional e internacionalmente como “Vinho do Porto”.

A 15 e 16 de setembro, pode-se ir à Lavandeira assistir à romaria em honra de Santa Eufémia e comer a marrã, carne de porco assada na brasa. Em Carrazeda de Ansiães, o fumeiro local reina em qualidade e paladar, destacando-se entre os mais apreciados o presunto, o salpicão e o chouriço de carne. Se preferir, também pode saborear partos de caça,

como o javali, perdiz ou coelho à caçador, que não vai deixar de aconselhar aos seus amigos. Em Foz-Tua e na Senhora da Ribeira, locais ribeirinhos ao rio Douro, pode-se degustar os famosos peixinhos do rio, fritos ou com molho de escabeche. Outros pratos regionais que estão também ao dispor do turista são o bacalhau e cabrito assado no forno, com batata a murro, a feijoada à transmontana e o famoso polvo cozido com batata e couve, na noite de consoada.

A nível de doçaria existem diversas variedades de bolos tradicionais como o económico e o torcido. Pode ainda degustar o bolo e folar de maçã, o típico doce de abóbora, o tradicional arroz-doce ou os folares doces, na altura da Páscoa.

#### **Alheira Assada.**

Ingredientes: carne e gordura de porco, a carne de aves (galinha e/ou peru) e pão de trigo, o azeite e a banha, condimentados com sal, alho e colorau doce e/ou picante.

Preparação: Colocar a alheira sobre as brasas utilizando para o efeito uma grelha metálica, deixar assar durante cerca de 15 minutos.

#### **Cabrito Assado no Forno, acompanhado por Batata Assada e Arroz Branco.**

Ingredientes: cabrito, sal, maçãs, alho, louro, malagueta, colorau, banha, azeite e água.

Preparação: lava-se e retiram-se as gorduras do cabrito, pica-se o cabrito com um espeto e põe-se a marinar em água e juntamente com maçãs cor-

tadas em quatro partes e deixar assim durante 24 horas. De seguida retira-se o cabrito da marinada e limpa-se o mesmo muito bem. Ao mesmo tempo num recipiente põe-se o alho picado, louro, malagueta, colorau, banha, azeite, um pouco de água e envolvem-se todos os ingredientes formando uma papa. Com esta papa barra-se e recheia-se o cabrito ficando pronto para ir ao forno de lenha durante 1h30 a 2h00. Numa assadeira à parte assam-se as batatas que são temperadas com sal, alho, azeite, louro, vinho branco e colorau. Prepara-se o arroz seco a lume brando e a meio da cozedura é transferido para uma caçarola de barro que vai ao forno de lenha, corta-se pedaços de cabrito e coloca-se por cima da caçarola de barro com uma grelha para o arroz ficar mais suculento.

#### **Arroz-doce**

Ingredientes: sal, arroz, pau de canela, leite, limão, açúcar, manteiga e ovos (gemas).

Preparação: Leva-se ao lume uma panela com água até ferver onde se lhe junta sal e o arroz. Entretanto noutra panela põe-se o leite a ferver com a canela em pau e uma casca de limão. Entretanto vai-se deitando aos poucos o leite. Deixa-se cozer destapado em lume brando. Retira-se do lume e adiciona-se o açúcar. Mexe-se rapidamente e junta-se as gemas e manteiga. Coloca-se o arroz sobre lume muito brando durante uns minutos sem deixar ferver. Por fim deita-se o arroz nos recipientes e pulverizam-se com canela.

#### **Animação**

Feira do Folar e dos Produtos da Terra, que irá decorrer nos dias 17, 18 e 19 de abril de 2025. Lista de museus com entrada gratuita: Museu da Memória Rural em Vilarinho da Castanheira, Centro Interpretativo do Castelo de Ansiães, Lagar de Azeite em Lavandeira, Museu da Telha e Portas de Entrada do Vale do Tua. E ainda o Centro Interpretativo do Vale do Tua (entrada 2€).

**CARRAZEDA  
DE ANSIÃES**  
18, 19 e 20 ABRIL  
www.cmca.pt





A gastronomia do Concelho de Tabuaço está intimamente ligada ao modo de vida dos nossos antepassados. Em casa de agricultores não havia loja que não criasse o porco e lareira que não secasse o fumeiro. Tabuaço oferece uma gastronomia de sabores e sabores tradicionais, com especialidades como o cabrito recheado com arroz de forno. Terra de bom vinho, mas também de excelentes azeites, não é, pois, de admirar que a Páscoa seja palco dos tão afamados e, por isso, procurados folares de azeite.

A não esquecer também, ainda no cenário gastronómico, a riquíssima herança deixada pelos monges de Cister, no que toca a doces conventuais, e o Bolo-Rei de Tabuaço, conhecido como o melhor bolo-rei do país.

A gastronomia do nosso concelho prova-se! E comprova-se! Tabuaço: Mais Que D' Ouro!

#### **Fumeiros e Carnes Fumadas**

Com uma gastronomia feita de Saberes e que lhe confere um sabor único, vindo a Tabuaço não deixe de começar a sua refeição com as maravilhas do fumeiro e da carne fumada de Tabuaço: moiras, alheiras, moiros e chouriças ou o delicioso presunto e salpicão entre outras iguarias, abrirão o seu apetite para um almoço ou um jantar que ficará, com certeza, na sua memória.

#### **Cabrito Assado com Batata Assada e Arroz de Forno**

Ingredientes: Cabrito, sal, azeite, pasta de pimentão, alho, vinho branco, ervas aromáticas, entre as quais alecrim e folha de louro. Preparação: A carne é assada no forno depois de ficar por várias horas em marinada de vinho branco e ervas aromáticas. A particularidade do nosso cabrito assado é que os líquidos da assadura servem de tempero também às batatas e ao arroz, igualmente assados no forno.

#### **Pudim de Ovos**

Ingredientes: ovos, açúcar, farinha, vinho do Porto e laranja. Preparação: A confeção varia de restaurante para restaurante, mas as diferentes versões recorrem para o preparo do Pudim de Ovos a gemas de ovos, açúcar, de vinho do Porto, sendo aromatizado com laranja. Vai a cozer no forno em banho-maria.

#### **Animação**

Museu do Imaginário Duriense (MIDU) pretende ser um espaço de divulgação e preservação de todas as manifestações do imaginário tradicional do Douro. Aqui poderá degustar o magnífico azeite produzido no concelho de Tabuaço.

Loja Interativa de Turismo de Tabuaço onde pode visitar o relógio mais completo do Mundo, o famoso RIJOMAX, e degustar o delicioso Vinho Generoso. 18 de abril, 21h00 - Via Sacra da Granja do Tedo.

**TABUAÇO**  
18, 19 e 20 ABRIL  
[www.cm-tabuaco.pt](http://www.cm-tabuaco.pt)







Na gastronomia armamarense, a tradição anda de mãos dadas com a inovação. Os produtos endógenos fundem-se em variadas propostas gastronómicas ricas em sabores, que evocam memórias e introduzem novas experiências sensoriais.

O cabritinho continua a sobressair, fazendo-se acompanhar pelos vinhos das regiões do Douro e de Távora-Varosa. O repasto fica completo com uma fatia de tarte de maçã de montanha e um cálice de vinho licoroso.

Deixe-se cair em pecado, não resista à tentação e venha saborear a nossa gastronomia!

#### Alheira de Maçã

Esta alheira é um enchido tradicional fumado que contém pequenos pedaços de vários

tipos de carne e pão, em que a maçã lhe confere um toque de inovação. Pode ser consumida grelhada, assada ou frita em lume brando.

#### Cabritinho de Armamar acompanhado por Batata Assada e Arroz do Forno

Ingredientes para o tempero do cabrito: 1 cabrito pequeno, 4 dentes de alho, 1 dl azeite, 1 raminho salsa, sal q.b., colorau q.b., hortelã q.b., 2 copos vinho branco, 3 folhas louro.

Junte o alho, a salsa, o azeite, o sal, o colorau e o vinho branco e tempere o cabrito com esta mistura. No fim coloque a hortelã e o louro. Deixe repousar durante 2 horas.

Ingredientes para o recheio: 1 dl azeite, 1 cebola, 2 dentes alho, miúdos do cabrito, batatas cor-

tadas em cubos, azeitonas.

Preparação: Leve ao lume um recipiente com o azeite, 1 cebola e 2 dentes de alho picados e deixe refogar. Introduza os miúdos do cabrito cortados aos bocadinhos, batatas cortadas em cubos e as azeitonas. Deixe refogar, tempere com sal, pimenta, um pouco de noz-moscada e salpique com vinho branco. Deixe cozinhar. Recheie o cabrito com o estufado de miúdos, costure-o e perfure-o em vários lugares com um espeto. Coloque-o no forno já quente até que o cabrito esteja dourado e assado.

Numa assadeira à parte asse as batatas que são temperadas com sal, alho, azeite, louro, vinho branco e colorau. Prepare o arroz seco a lume brando e a meio da cozedura transfira-o

para uma caçarola de barro que vai ao forno de lenha. Corte pedaços de cabrito e coloque por cima da caçarola de barro com uma grelha para o arroz ficar mais suculento.

#### Tarte de Maçã de Montanha

Ingredientes: para a massa: 200 g de farinha de trigo, 100 g de manteiga fria cortada em cubos, 2 colheres de sopa de açúcar, 1 colher de sal, 1 ovo (opcional), 2 a 3 colheres de sopa de água gelada. Para o recheio: 4 a 5 maçãs (de preferência tipo golden, mas pode usar qualquer uma), 100 g de açúcar, 1 colher de chá de canela em pó, sumo de meio limão, 1 colher de sopa de manteiga, 1 colher de chá de essência de baunilha (opcional).

Preparação da massa: Numa tigela, misture a farinha, o açúcar e o sal. Adicione a manteiga e com a ponta dos dedos misture até formar uma pasta. Se usar o ovo, adicione-o e misture bem. Acrescente a água gelada aos poucos até a massa se unir. Forme uma bola com a massa, envolva em filme plástico e reserve no frigorífico durante 30 minutos.

Preparação do recheio: Descasque e corte as maçãs em fatias pequenas. Coloque-as numa

tigela e regue com o sumo de limão para evitar que escureçam. Adicione o açúcar, a canela e a baunilha (se optar por usar). Misture bem para que todas as fatias fiquem temperadas.

Pré-aqueça o forno a 180°C. Abra a massa em uma superfície levemente enfarinhada, formando um círculo de aproximadamente 0,5 cm de espessura. Coloque a massa numa forma de tarte (de preferência com fundo removível) e pressione para que se ajuste bem no fundo e nas laterais. Retire o excesso de massa nas bordas. Arrume as fatias de maçã sobre a massa, começando de fora para dentro, formando círculos concêntricos. Distribua pedacinhos de manteiga sobre as maçãs.

Leve a tarte ao forno pré-aquecido por cerca de 40 a 45 minutos ou até que a massa esteja dourada e as maçãs macias. Retire do forno e deixe arrefecer um pouco antes de desenformar. Se preferir, polvilhe com um pouco de canela e de açúcar para dar um aspeto brilhante. Bom apetite!

#### Animação

Consulte a agenda cultural do município em: [www.cm-armamar.pt](http://www.cm-armamar.pt)

**ARMAMAR**  
25, 26 e 27 ABRIL  
[www.cm-armamar.pt](http://www.cm-armamar.pt)







É na riqueza do património natural que a gastronomia de Mondim de Basto vai buscar os seus principais valores. A dicotomia criada entre o ambiente e o animal, ancestralmente adaptado a este ambiente, tem promovido um bom aproveitamento dos pastos pobres de montanha que, por sua vez, resulta em produtos gastronómicos de excelência – a Carne Maronesa DOP e o cabrito proveniente da raça autóctone bravía. As propostas de iguarias podem passar pela deliciosa posta maronesa temperada só com sal e grelhada na brasa, ou por cabrito assado no forno, tenro e succulento com um sabor que reflete as características únicas do terroir local. A riqueza destas duas propostas só ficará completa com o acompanha-

mento dos famosos e frescos verdes de Basto, onde sobressaem as marcas premiadas dos nossos produtores locais. Venha confirmar as apetecíveis sugestões gastronómicas. Venha subir ao alto de Nossa Senhora da Graça e contemplar os abismos nas quedas das Fisgas de Ermelo. Venha a Mondim!

Pataniscas de bacalhau

**Ingredientes:** 500 g de bacalhau, 4 ovos, 50 g farinha, 1 cebola, 1 ramo salsa, óleo para fritar, sal e pimenta.

**Preparação:** Depois de demolhado, coza o bacalhau. De seguida escorra-o e lasque-o retirando também todas as peles e espinhas. Faça o polme juntando os ovos com a farinha até obter um creme. Pode acrescentar um pouco da água de cozer o bacalhau, se

achar necessário. De seguida, pique a cebola miudinha, bem como a salsa e junte no polme acrescentando também o bacalhau. Por fim tempere com sal e pimenta e frite colheradas do preparado em óleo bem quente.

#### **Posta Maronesa**

**Ingredientes:** Carne maronesa e sal grosso.

**Preparação:** A Posta Maronesa é temperada só com sal grosso e grelhada na brasa. Feita na hora, vai para a mesa com aspeto rosado, succulento e apetitoso. Serve-se com batatinhas a murro e grelos salteados.

#### **Pão de Ló Húmido**

**Ingredientes:** ovos, açúcar e farinha.

**Preparação:** O Pão de Ló húmido é confeccionado só com gemas

de ovos, açúcar e farinha. Vai a cozer em tigelinhas forradas com papel almaço. Retira-se do forno antes de a massa estar completamente cozida.

#### **Animação**

Visit Mondim – Abre Asas até Mondim. Trail das Fisgas de Ermelo – A AMA – Associação Mondim Atletismo vai realizar a VIII edição do Trail Fisgas de Ermelo, nos dias 26 e 27 de abril. O evento desportivo decorre entre as Fisgas de Ermelo, quedas de água de beleza única integradas no Parque Natural do Alvão e a Senhora da Graça, local mítico da etapa rainha do ciclismo nacional. O Trail termina na bonita vila de Mondim de Basto situada junto às margens do rio Tâmega, aos pés de Nossa Senhora da Graça.

## **MONDIM DE BASTO**

**25, 26 e 27 ABRIL**

[www.municipio.mondimdebasto.pt](http://www.municipio.mondimdebasto.pt)





Vila Nova do Foz Côa é conhecida pelos excelentes vinhos, azeites e amêndoa, mas também por outros produtos de excelência como o pão, que é a base de muitos pratos locais, como as migas de tomate, de peixe e pilongas, as azeitonas, alcaparras, enchidos e queijos de ovelha e cabra. Da sua rica gastronomia fazem ainda parte o peixe do rio, pratos de caça e um conjunto alargado de produtos endógenos, diferenciadores, doados pela natureza em vários períodos do ano, que carregam história e cultura, e que refletem as dificuldades sentidas pelas gentes do passado, mas que hoje fazem as delícias de quem os saboreia.

Este ano apresentamos uma ementa típica da gastronomia portuguesa, que será confecio-

nada com produtos que destacam o nosso território. A entrada será composta por uma delícia de alheira com amêndoa e mel. Como prato principal encontrará um bacalhau à lagareiro generosamente regado com o azeite de requinte desta região. Para finalizar poderá deliciar-se com alguns doces onde a amêndoa será a rainha.

#### **Delícia de Alheira com Amêndoa e Mel**

Ingredientes: Alheira, mel, amêndoa.

Preparação: Bolinhas de alheira envolvidas em amêndoa crocante e mel.

#### **Bacalhau à Lagareiro**

Ingredientes: Bacalhau, azeite, alho, cebola e batatas.

Preparação: Bacalhau assado no forno/brasa com azeite alho e cebola a acompanhar com batatas esmagada ou murro

#### **Doces variados com Amêndoa**

(Tarte, Pudim, Telha c/gelado)

Ingredientes: a amêndoa é um dos produtos mais caraterísticos da região, que motivou a classificação de Vila Nova de Foz Côa como capital da amendoeira, sendo por isso um ingrediente presente em vários pratos e sobremesas.

#### **Animação**

Festival de Poesia e Música.

**VILA NOVA  
DE FOZ COA**  
25, 26 e 27 ABRIL  
[www.cm-fozcoa.pt](http://www.cm-fozcoa.pt)





Vila Nova de Gaia situada na margem sul do rio Douro, apresenta-se como um verdadeiro convite à experiência gastronómica que reflete as tradições culinárias da região do Porto e do Douro, mas com características próprias, combinando o melhor da tradição com os gostos contemporâneos.

A cozinha gaiense funde-se pela sua riqueza e diversidade dos seus produtos locais aliados a uma rica tradição culinária, fortemente enraizada pelo saber fazer tradicional, que se entrelaça com a história da região e com a produção do vinho do Porto.

Gaia é, assim, um destino imperdível, com forte identidade cultural, para os amantes dos pratos e produtos locais que oferecem uma fusão perfeita entre

a autenticidade e a criatividade, que a tornam num destino gastronómico de excelência, com profunda ligação aos sabores tradicionais da gastronomia portuguesa.

Atualmente, assume-se internacionalmente como a Casa do Vinho do Porto.

#### **Desfiada de Bacalhau**

Ingredientes: 300 g de bacalhau desfiado, 100 g de cebola nova, germinado de salsa, 50 ml azeite virgem extra, azeitonas, pimenta, tomate cherry.

Preparação: desfiar o bacalhau e colocar num pirex. Descascar e cortar a cebola em meia-lua fina, juntar ao pirex. Adicionar o azeite e misturar muito bem. Empratar a gosto e decorar com o germinado de salsa, azeitonas e tomate cherry.

#### **Gratinado de Rojões com Broa de Avintes**

Ingredientes: 1 kg perna de porco, 100 ml vinho verde, 400 g de banha de porco, 2 dentes de alho, 2 folhas de louro, qb paprika, 400 g redanho, 250 g tripas enfarinhadas, 150 g broa de Avintes picada, q.b. sal, q.b. pimenta, batata cartão e grelos. Preparação: cortar a perna em cubos, marinar com o vinho, a paprika, o alho esmagado, o sal, a pimenta e o louro. Marinar durante 12 horas. Colocar tacho ao lume, juntar a carne e a marinada. Juntar a banha e deixar corar. Fritar em banha, o figado em escalopes, a tripa farinha e o redanho. Assar as batatas (se for altura substituir as batatas pelas castanhas). Empratar as batatas, colocar por cima os rojões, o figado, a tripa e o re-

danho cobrir com broa picada e levar ao forno a gratinar. Servir com grelos salteados.

#### **Rabanadas de Regueifa Doce com Vinho do Porto**

Ingredientes: 1 L leite, 2 und. canela pau, 1 und. vidrado de limão, 1 kg regueifa, 3 L óleo, 2 kg açúcar, q.b. canela em pó, q.b. fios de ovos, 6 ovos, 0,75 L Vinho do Porto, q.b. amêndoa torrada, q.b. de nozes.

Preparação: cortar a regueifa em fatias 2 cm cada. Levar o leite a um tacho com o pau de canela e o vidrado de limão. Deixar ferver. Passar as fatias de regueifa e deixar escorrer. Abrir os ovos para o recipiente. E bater ligeiramente. Passar as fatias de regueifa por ovo e fritar em óleo bem quente. Escorrer. E passar as rabanadas por açúcar e canela.

Calda de vinho do Porto: colocar o vinho do Porto com 0,500 kg de açúcar a ferver até reduzir a 3/4. Empratar as rabanadas com os fios de ovos os frutos secos e a calda de Vinho do Porto.

#### **Animação**

Consultar o [www.cm-gaia.pt/eventos](http://www.cm-gaia.pt/eventos).

