

setembro

Se em setembro a cigarra  
cantar, não compres  
trigo para guardar.

provérbio popular



À semelhança do que se vai verificando um pouco por todo o país, o bacalhau sempre marcou presença nas mesas das famílias trofenses. O seu consumo estava associado, por um lado, a motivações de natureza religiosa e por outro a reflexos da própria atividade económica da região, dada a proximidade geográfica com o mar e com importantes portos marítimos. Não obstante tais considerandos, a sua conotação sofreu uma metamorfose interessante ao longo dos tempos ... de contextos de abstinência e realidades francamente precárias, assumiu-se como um alimento exaltado e sofisticado, presença irrefutável nos dias de festa mais importantes. Poderá assim dizer-se que a fusão e absorção de todos estes fatores e inspi-

rações terá sido determinante na influência que o bacalhau foi assumindo na gastronomia trofense.

Encontrará, com facilidade, saborosas sugestões e derivações, nos vários restaurantes do concelho, deste que é, com certeza, o alimento mais nos singulariza.

No domínio da doçaria, pode dizer-se que a Trofa também terá sofrido uma grande influência das receitas conventuais guardadas e perpetradas nas congregações religiosas da região. Como refere Maria Manuel Batista (2011), a doçaria conventual terá sido a “mãe” da doçaria popular, regional e até caseira. Numa das suas derivações, a história remete-nos, em especial nos dias festivos, para o pudim de ovos.

#### Rojões

Ingredientes: 800 g carne da pá do porco, 1 cebola, vinho branco q.b., alhos q.b, louro q.b, pimenta q.b, cominhos q.b, sal q.b, banha de porco q.b.

Preparação: faz-se uma marinada com alhos picados, cebola, pimenta, vinho branco, cominhos, louro e sal. Corta-se a carne em pedaços não muito grandes (quadrados médios), envolvem-se os pedaços de carne nesta marinada e deixa-se repousar umas horas. Deita-se a banha num tacho e fritam-se os pedaços de carne, em lume brando. Serve-se numa púcara de barro.

#### Bacalhau à Narcisca

Ingredientes: 4 postas bacalhau demolidado, 650 g batatas, 2 dl azeite, 2 und. cebolas grandes, 2

und. folhas de louro, 2 und. cravinhos, q.b. sal

Preparação: Descasque as batatas e as cebolas e corte-as às rodelas. Escalde o bacalhau em água a ferver durante 5 minutos, escorra-o e seque-o num pano. Frite-o no azeite. Dê uma fritura às batatas e cebolas no mesmo azeite. Junte ao azeite da fritura o louro partido aos bocadinhos misturado com o colorau e os cravinhos inteiros. Leve ao lume a ferver por 5 minutos. Numa travessa, coloque o bacalhau no centro, sobre este a cebolada e à volta as batatas. Regue com o molho e sirva.

#### Pudim de Ovos

Ingredientes: 11 gemas, 1 ovo completo, 12 colheres de sopa de açúcar, 3 colheres de sopa de amido de milho, 1/2 L de leite, 1

cálice de Vinho do Porto, caramelo q.b.

Preparação: Bater bem as gemas, o ovo e o açúcar. Diluir amido de milho no leite e acrescentar-lhes o Vinho do Porto. Juntar esta mistura no creme de ovos e mexer bem.

Deitar o preparado na forma de pudim, previamente untada com o caramelo.

Cozer em banho-maria durante 1 hora.

#### Animação

Consultar programa alusivo ao evento “Domingar” em [www.mun-trofa.pt](http://www.mun-trofa.pt) ou [www.facebook.com/cmtrofa](http://www.facebook.com/cmtrofa), a divulgar oportunamente.



**TROFA**  
5, 6 e 7 SET.  
[www.mun-trofa.pt](http://www.mun-trofa.pt)



Castelo de Paiva é um Município rico em gastronomia, tradição e cultura. Os caminhos dos sabores por Terras de Paiva conduzem-nos, algumas vezes no ano, a Romarias de raízes ancestrais, que atraem visitantes em grande número: o São Domingos, a Senhora das Amoras e a Santa Eufémia. Aqui, restaurantes improvisados no recinto festivo, enquadrados por soberbas paisagens, servem o tradicional Bife à Romaria, que se faz acompanhar pelo excelente Vinho Verde de Paiva e por doces tentações a que não se resiste!

#### **Fumeiro Tradicional**

Ingredientes: presunto, salpicão, vários tipos de enchidos etc.  
Preparação: o fumeiro tradicional é uma forma de conservar as carnes salgadas, que foi passando de geração em geração, perdurando até aos nossos dias. O nosso fumeiro é muito procurado pela sua qualidade e sabor característico, mantendo ainda tradição.

#### **Bife à Romaria**

Ingredientes: bife (bem alinho), azeite, cebola, batatas, sal, piri-piri (opcional).  
Preparação: temperam-se os bifos (que devem ser grossos e tenros) com sal e vão a fritar em azeite. Corta-se a cebola às rodela e vai a fritar no molho, de fritar os bifos, (para fazer a cebolada). Quando a cebola estiver dourada deita-se meio copo de vinho tinto, deixa-se apurar um pouco e tempera-se com sal e piri-piri a gosto. Entretanto fritam-se as batatas aos palitos. Dispor os bifos numa travessa com as batatas fritas à volta e cobre-se com cebolada. Acompanha com Vinho Verde de Castelo de Paiva.

#### **Rabanadas à Moda de Paiva**

Ingredientes: pão (cacete), água, limão, canela, açúcar, ovos.  
Preparação: numa panela coloca-se água, uma casca de limão, um pau de canela, açúcar e leva-se ao fogão até ferver. Corta-se o pão (cacete) em fatias largas. De seguida retiráramos a calda do fogão e coloca-se num recipiente e deixamos arrefecer por uns minutos. Batemos os ovos inteiros noutra recipiente. Depois passamos as fatias de pão na calda deixando demolhar bem o pão, passamos no ovo e levamos a fritar em óleo que já deve estar bem quente. Depois de fritas as rabanadas, colocam-se numa cama de guardanapos para deixar escorrer bem o restante óleo. No final adicionamos num recipien-

te açúcar e canela, misturamos bem e polvilhamos as rabanadas com essa mistura.

#### **Animação**

Consultar o programa completo em [www.cm-castelo-paiva.pt](http://www.cm-castelo-paiva.pt). Podem ainda aceder ao [www.facebook.com/@municipiocas-telodepaiva](https://www.facebook.com/@municipiocas-telodepaiva)

