

dezembro



**Dezembro quer lenha na lareira
e vinho a andar na cafeteira.**

provérbio popular



A gastronomia aliojoense reflete a história de uma região bem marcada pelas suas características bem diferentes, mas tão peculiares. Por um lado, o Douro essa região mágica, com um microclima tão próprio, patente nos sabores e aromas dos seus excelentes vinhos. Por outro, o contraste com uma região de Montanha bastante mais fria e seca onde se cultivam para além do vinho, batata, cereais, castanha, amêndoa e azeite. É nesta zona que se faz criação de algumas raças autóctones como a vaca maronesa, a cabra serrana e o porco bisarro. Todos estes elementos dão azo a uma panóplia de sabores que nos aguçam o paladar. O Douro traz-nos à memória a época das vindimas e as suas refeições à lavrador bastante enérgicas por sinal. É o caso do rancho, da

sopa de feijão, do bacalhau frito com broa logo ao pequeno-almoço. Um pouco mais acima em Favaios, aliado ao famoso moscatel, o tão apetecível pão de trigo de quatro cantos confeccionado ainda em fornos a lenha e também a excelente bola de carne. Sempre em sintonia com uma reserva de vinho tinto para acompanhar um saboroso cabrito assado no forno, uma feijoada à transmontana, umas batatas de sarrabulho e a imensa riqueza dos nossos enchidos: alheiras, chouriços e salpicões. Apreciar um Porto velho seria praticamente impensável sem o acompanhamento de um doce caseiro. O pão-de-ló de água, o bolo de amêndoa, as cavacas de Santa Eugénia, as amêndoas cobertas ou o bolo borrachão, são sempre excelentes opções.

Tábua de Enchidos

Ingredientes: enchidos regionais (alheira, chouriço de sangue, linguiça, salpicão)

Preparação: A alheira é confeccionada com carnes de porco, frango, vitela, coelho, pão e especiarias; chouriço de sangue confeccionado com carne de porco, miúdos, pão e sangue de porco e especiarias; linguiça confeccionada com carne de porco em vinha de alhos; salpicão confeccionado com carne do lombo de porco em vinha de alhos. Selecionar os vários enchidos da melhor qualidade, cortar em fatias e dispor numa tábua.

Milhos com Carne de Porco em Vinha d'Alhos

Ingredientes: entrecosto de porco, vinho tinto, farinha de milho, cebola, alho, sal pimenta, azeite, couve.

Preparação: coloca-se de véspera a carne numa caçarola, com sal, pimenta, alho e rega-se com vinho tinto. Deixa-se marinhar até ao dia seguinte. Lava-se a farinha de milho em várias águas e guarda-se a primeira, filtrando-a e livrando-a de cascas. Reserva-se. Faz-se um refogado com cebola e azeite e leva-se a refogar a carne em lume brando até ficar macia. Vai-se juntando aos poucos alguma da água da lavagem da farinha de milho. Acrescenta-se a couve partida em pedaços e deixa-se cozinhar. Quando a carne e a couve estiverem cozinhadas, junta-se aos poucos a farinha de milho mexendo constantemente até atingir a consistência desejada.

Doce de Abóbora com queijo de cabra

Ingredientes: 1 kg de abóbora aos cubinhos, 850 gr de açúcar, 1 casca de laranja, 2 paus de canela; nozes ou amêndoas a gosto.

Preparação: descascar a abóbora e parti-la em cubos. Lavar e levar ao lume com o açúcar, a casca de laranja e o pau de canela. Cozinhar até que a abóbora fique cristalizada e deixar ferver o tempo necessário até fazer ponto de estrada. Acompanhar com queijo de cabra da região.

Animação

Atividade cultural no Teatro Auditório Municipal, ou em outro espaço cultural.



ALIJÓ
5, 6 E 7 DEZ.
www.cm-alijo.pt



Em Cabeceiras de Basto, a Gastronomia é uma das quatro bases da identidade do concelho, aliando-se, de forma harmoniosa e prazerosa, à Natureza, à Cultura e ao Desporto. Este reconhecimento da importância fulcral da Gastronomia manifesta-se através de uma aposta consistente do município, na promoção das matérias-primas autóctones e dos sabores sublimemente resultantes de receitas elaboradas com identidade. Celebra-se o último mês do ano promovendo um programa de animação de Natal que pretende tornar Cabeceiras de Basto – Um Lugar Mágico e que se manifesta também através de uma rica variedade gastronómica, com iguarias típicas e recheadas de sazonalidade.

Indo ao encontro do objetivo dos Fins-de-semana Gastronómicos, Cabeceiras de Basto vai apresentar uma ementa autêntica, baseada em produtos endógenos certificados, tais como o fumeiro confeccionado a partir de carnes de porco de raça Bísara, da posta de vitela barrosã – Denominação de Origem Protegida (DOP) e dos codornos assados, fruto local ligado às ancestrais tradições de inverno deste território, revelando-se, a par disso, um produto diferenciador. O prato apresentado harmoniza-se perfeitamente com os excelentes vinhos verdes das Terras de Basto, sub-região vitícola da Região dos Vinhos Verdes – DOP.

Tábua de Enchidos

Este Concelho é muito rico na elaboração dos enchidos tradicionais.

Posta Barrosã com Arroz de Grellos

Ingredientes: 1 molho de grelos, 4 dentes de alho, 1 cebola, azeite q.b., 1 medida de arroz (por exemplo, 1 copo), 3 medidas de água, sal q.b.
Preparação: Numa panela com água a ferver e um pouco de sal, junte os grelos e dê-lhe só uma fervura muito rápida. Escoa-os e reserve. Pique os alhos e a cebola, alourando-os num tacho com azeite. Acrescente ao refogado a água, o arroz, os grelos e sal q.b. Deixe cozer lentamente, mexendo regularmente e controlando a quantidade de água de modo que o arroz fique solto. Tempere

a posta de vitela barrosã com sal grosso, antes de a grelhar na brasa.

Codornos Assados

Ingredientes: Codornos e vinho verde tinto.
Preparação: Envolve os codornos, individualmente, em folha de alumínio. Coloque-os diretamente na brasa, virando-os regularmente até ficarem macios. Depois de retirar o alumínio, descasque-os e coloque-os quentes num recipiente com o vinho verde tinto. Caso não seja apreciador de vinho, poderá saboreá-los quentes depois de descascados.

Animação

Convidamos os nossos visitantes para uma viagem de emoções, num Lugar Mágico. Embarque no Núcleo Ferroviário do Arco de Baúlhe, perca-se nos corredores da Casa do Tempo, mergulhe na História do Mosteiro de S. Miguel de Refojos. Viaje até à Casa da Lã, deixe-se encantar pelas “Mulheres de Bucos”, admire os jogadores do pau e sente-se à nossa mesa para saborear produtos gastronómicos. Percorra a levada de Víbora, respire profundamente os ares da Serra Cabreira e contemple as nossas paisagens do alto dos Miradouros de Cabeceiras de Basto!





O Património Gastronómico de Paços de Ferreira é expresso na arte de bem cozinhar sendo rico e variado, contemplando diversas especialidades gastronómicas, como o Cabrito ou Anho assado com arroz de forno, Cozido à Portuguesa ou os Rojões, mas aquele que se destaca como ex-libris e genuinamente diferenciador em todo o território e que muito orgulhosamente temos Classificado como Produto IGP – Indicação Geográfica Protegida é o “Capão à Freamunde” como grande anfitrião do saber fazer da nossa gente, acompanhado com Batata Assada e grelos. O Capão mereceu atenção de vários autores como Gil Vicente, D. Francisco Manuel de Melo, Camilo Castelo Branco e Eça de Queirós, referindo-o nas suas obras como “Manjar dos Reis”.

Confeccionado “À Freamunde”, coleciona apreciadores famosos, que todos os anos não perdem a Semana Gastronómica, que se realiza todos de 1 a 13 de dezembro, sendo 13 dia da famosa Feira dos Capões. Diz o provérbio popular “Do frango capão a perna, e da galinha o peito”, o escritor Camilo Castelo Branco, autor de Amor de Perdição (1862), aconselhava-o ligeiramente flambado com aguardente velha e conduzido à mesa com a pele estaladiça. Para acompanhar esta tão “muito nobre e sublime iguaria”, aconselha-se a nossa doçaria tradicional a Sopa Seca. Saboreie os pratos e doces típicos da Gastronomia Tradicional, venha a Paços de Ferreira Reconheça... Recomende e Regresse. Experimente. Não se vai arrependar...

Capão à Freamunde

Ingredientes: Capão, Vinho branco, Sal q.b., Limão, Alhos, Vinho do Porto, Azeite, Pimenta ou piri-piri, Cebolas, Manteiga ou gordura animal, Farófia, Salpicão e Presunto. Preparação: Procedimento prévio - Embraga-se o capão, com um cálice de vinho do Porto e passada meia hora, mata-se, depena-se, abre-se e lava-se. Depois de estar em água fria com rodela de limão, cerca de uma hora, põe-se a escorrer e mergulha-se em “vinha d'alhos” (molho de vinho branco, algumas colheres de azeite, sal e pimenta, e vários dentes de alho esmagados), deve proceder-se a diversas viragens, esfregando o capão por dentro e por fora, ficando assim 24 horas. No dia de o consumir, põe-se ao lume uma

caçarola com azeite, gordura de porco e cebolas às rodela. Quando a cebola está estalada, deita-se uma boa colher de sopa de manteiga, meio quartilho (2,5 dl) de vinho branco e vinho do porto sal q.b. Escorre-se o capão, esfrega-se todo com este novo molho. Antes de meter no forno picado refogado: azeite, cebola, alho, os miúdos do capão, presunto, salpicão, chouriço de carne, um pouco de carne de vaca, temperada com vinho branco, piri-piri, louro, salsa, etc. Depois de guisado é passado e bem misturado com “farófia” no resto do molho de guisar para ligar bem. Em seguida, enche a barriga do capão e cose-se para não sair o picado durante a assadura. Coloca-se na assadeira, de preferência uma “pingadeira” de barro, e leva-se ao forno a assar lentamente (cerca de 3h), coberto com papel de alumínio para não queimar demais, deve picar-se com um garfo de vez em quando, enquanto se rega com o molho da assadeira e vinho do porto. A operação de picar com o garfo deve ser cuidadosa para não ferir a pele que deve ficar estaladiça e loura. Meia hora antes, tira-se o papel para alourar. Acompanha-se com batatas assadas e grelos.

Sopa Seca

Ingredientes: 1 “alguidar” de barro, trigo de Padronelo (Trigo de Ovelhinha), 1 coxa de frango ca-

seiro, ¼ de presunto, ¼ de carne de vaca, mel q.b., açúcar louro a gosto, rodela de limão sem casca, canela q.b. Preparação: Retira-se a calda das carnes de porco, vaca e galinha provenientes do cozinho à portuguesa para um “alguidar” de barro e adiciona-se à calda bastante mel, açúcar louro, uma rodela de limão sem casca e canela q.b. De seguida partem-se quantidades de pão de ovelhinha às fatias dependendo da quantidade de água/calda do cozido. No fundo do “alguidar” de Barro deita-se uma boa camada de açúcar louro e canela e vai-se alterando com uma camada de pão e uma camada de calda até encher o “alguidar”. O pão terá que ficar bem molhado com a calda. Por fim rega-se as camadas com a restante calda e polvilha-se com açúcar louro. Depois de preparado o alguidar de barro, esta vai ao forno durante meia hora devendo-se cobrir esta com papel de alumínio para apurar. Quando esta estiver a ferver, retira-se o papel de alumínio e deixa-se ficar mais um pouco no forno para a Sopa Seca ganhar cor. Devendo ser servida bem quente.

Animação

Convidamos a visitar a dia 13 de dezembro a Feira Franca de venda de Capões – Feira dos Capões que conta com mais de 300 anos de existência (instituída por provisão régia do Rei D.

PAÇOS DE FERREIRA

12, 13 e 14 DEZ.

www.cm-pacosdeferreira.pt

