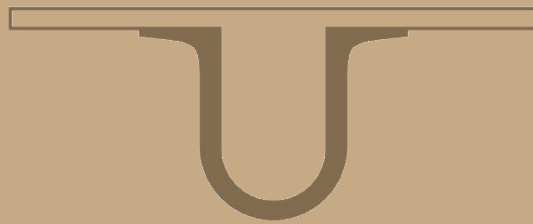




UNIVERSIDADE D  
COIMBRA



Carlos Manuel Baptista Lopes da Silva

**RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE.**

CONTRIBUTOS PARA O ESTUDO DA IDENTIDADE E DO  
PATRIMÓNIO CULINÁRIO DA CIDADE DO PORTO.

Dissertação de Mestrado em Alimentação: Fontes, Cultura e Sociedade,  
orientada pela Professora Doutora Carmen Isabel Leal Soares  
e apresentada ao Conselho Interdepartamental da Faculdade de Letras da  
Universidade de Coimbra

Dezembro de 2020

# FACULDADE DE LETRAS

## RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE. CONTRIBUTOS PARA O ESTUDO DA IDENTIDADE E DO PATRIMÓNIO CULINÁRIO DA CIDADE DO PORTO.

### Ficha Técnica

<b>Tipo de trabalho</b>	<b>Dissertação</b>
<b>Título</b>	<b>Receituário da <i>culinária portuense</i></b>
<b>Subtítulo</b>	Contributos para o estudo da identidade e do património culinário da cidade do Porto
<b>Autor</b>	<b>Carlos Manuel Baptista Lopes da Silva</b>
<b>Orientadora</b>	<b>Professora Doutora Carmen Isabel Leal Soares</b>
<b>Júri</b>	<b>Presidente: Doutora Irene Maria de Montezuma de Carvalho Mendes Vaquinhas</b> <b>Vogais:</b> <b>1. Doutor José Manuel Sobral</b> <b>2. Doutora Carmen Isabel Leal Soares</b>
<b>Identificação do Curso</b>	<b>2º Ciclo em Alimentação: Fontes, Cultura e Sociedade</b>
<b>Área científica</b>	<b>História das Culturas</b>
<b>Data da defesa</b>	<b>10-12-2020</b>
<b>Classificação</b>	<b>18 valores</b>



À Beatriz e ao Pedro.

## **AGRADECIMENTOS**

À Professora Doutora Carmen Soares, pelos ensinamentos, apoio científico, pela disponibilidade e por todo o interesse e dedicação demonstrados ao longo da realização deste trabalho.

Ao Professor de História Social e Cultura do Porto Helder Pacheco pela generosa partilha e pelo seu conhecimento magistral sobre as culturas e tradições populares do Porto.

Aos funcionários da biblioteca pública municipal do Porto, em nome da Doutora Marta Rua por me terem facilitado o acesso à bibliografia necessária.

Aos professores do mestrado por todos os ensinamentos. À Doutora Maria José Azevedo Santos, à Doutora Irene Maria de Montezuma de Carvalho Mendes Vaquinhas, à Doutora Paula Cristina Barata Dias, ao Doutor Norberto Nuno Pinto dos Santos e ao Doutor Carlos Manuel Batista Cardoso Ferreira.

Às amigas e amigo, colegas do Mestrado, pelas partilhas de muitas horas de trabalho. À Clara Dinis, à Sandra Martín, à Milene Peral, à Jamile Gularte, à Liliana Ferreira e ao Hugo Dunkel.

Agradeço, reconhecidamente, à Ana, à Amanda, à Cinthia, à Isabela, à Joana, à Magda, à Mariana, à Patrícia, à Teresa, ao André, ao Juan e ao Luís por serem exemplo de amizade e vida.

Ao Erik, por ser a criança que me capta para as coisas simples da vida.

À minha família pelo apoio e carinho.

E aos investigadores que trabalham em Cultura da Alimentação por serem fonte inspiradora com os seus estudos e publicações. De forma particular às investigadoras Wanessa Asfora Nadler e Guida Cândido.

## RESUMO

RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE.  
CONTRIBUTOS PARA O ESTUDO DA IDENTIDADE E DO PATRIMÓNIO CULINÁRIO DA CIDADE DO PORTO.

A presente investigação tem como **objetivo** estudar os contributos das obras selecionadas de culinária portuguesa do século XX para o conhecimento da identidade e do património culinário da cidade do Porto, a partir das narrativas construídas em literatura culinária. O nosso trabalho procura dar resposta às seguintes **perguntas de investigação**: Qual a expressão do receituário culinário portuense em livros de cozinha do séc. XX? Que narrativas constroem essas fontes sobre uma identidade e património culinário da cidade do Porto? Para tal, constituímos um *corpus* de **fontes** que permitisse o estudo sobre a temática da identidade e património culinário na cidade do Porto, como elemento importante na construção narrativa da culinária nacional durante os regimes políticos vigentes para o período cronológico em análise (o Estado Novo e a democracia).

Os **resultados** da nossa investigação apontam para uma expressão significativa de títulos de receitas alusivas à *culinária portuense* em livros de cozinha do séc. XX. De acordo com uma tipologia classificativa de teor interpretativo relativamente à prevalência do sentido contido nos títulos das receitas, pudemos concluir da multiplicidade de narrativas que compõem o receituário associado ao Porto. Assim, constatámos que desse discurso faz parte a *cozinha dos territórios*, patente em receitas cujos títulos apresentam as indicações “Portuenses” ou “Tripeiros”, categoria onde verificámos igualmente o uso de produtos autóctones. Apesar de em menor número, também há títulos a remeterem para a *cozinha honorífica*, individual (através da presença de nomes de pessoas ligadas à história local) ou coletiva (pela menção a comunidades religiosas).

Este estudo permitiu **concluir** que a construção da narrativa da identidade da gastronomia portuense nas fontes sob análise é marcada pela influência multidimensional da geografia, da história, do desenvolvimento educacional, económico e social, pela memória dos indivíduos passada a escrita e pela essência dos sabores próprios de uma região.

**Palavras-chave:** *culinária portuense*, identidade, *cozinha dos territórios*, *cozinha honorífica*, livros de culinária.

## ABSTRACT

CULINARY RECIPES FROM THE CITY OF PORTO.

CONTRIBUTIONS TO THE STUDY OF PORTO CULINARY IDENTITY AND HERITAGE.

The present investigation **aims** at studying the contributions of the selected works, on 20th century Portuguese culinary, to the knowledge of the culinary identity and heritage, from the narratives built in culinary literature. This work seeks to give answers to the following **investigation questions**: Which is the expression of Porto culinary recipes in 20th century cookery books? Which narratives do these sources build on identity and culinary heritage of the city of Porto? To this end, a corpus of **sources** has been established, which would allow the study of that theme, as an important element in the narrative construction of national cuisine during the Portuguese political regimes then in place, i.e. the chronological period under analysis (*Estado Novo* and *Regime Democrático*).

The **results** of this research point to a significant expression of titles, related to Porto culinary, in 20th century kitchen books. According to a classification typology of interpretative content, regarding the prevalence of the meaning contained in the titles of the recipes, it was possible to conclude from the multiplicity of narratives, which make up the culinary recipes associated with Porto. Thus, it was possible to see that, as part of that discourse, the *territorial cuisine* is evident in recipes whose titles have the indications “Portuenses” or “Tripeiros”<sup>1</sup>, where the very local products have been used. Although in smaller numbers, there are also other recipe titles referring to the *honorary cuisine*, be it individual (named after people from local history) or collective (when referring to religious communities).

From the sources under analysis in this study, it was **concluded** that the construction of the narrative of the identity of the gastronomy of Porto is marked by the multidimensional influence of geography, history, educational economic and social development, through the memory of individuals, later past to writing, and by the essence of the typical regional flavours.

**Keywords:** culinary from Porto, identity, territorial cuisine, honorary cuisine, cooking books

---

<sup>1</sup> The name “Tripeiros” is closely linked to local history.

## ÍNDICE

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>1</b>
1.1. CONCEITOS OPERATIVOS .....	1
1.2. PERGUNTAS E OBJETIVOS DE INVESTIGAÇÃO .....	6
1.3. METODOLOGIA DO ESTUDO .....	7
1.4. ESTRUTURA DO ESTUDO .....	10
1.5. ESTADO DA ARTE DOS ESTUDOS SOBRE CULINÁRIA PORTUENSE .....	11
<b>CAPÍTULO I</b>	
<b>COZINHA E TERRITÓRIO: CONSTRUÇÃO DE UMA IDENTIDADE CULINÁRIA NACIONAL</b> .....	<b>15</b>
1. CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA E CULINÁRIA NACIONAL .....	15
1.1. ESTADO NOVO .....	19
1.2. REGIME DEMOCRÁTICO .....	22
2. A CULINÁRIA PORTUENSE EM LIVROS DE COZINHA PORTUGUESA DO SÉC. XX .....	23
2.1. UNIVERSO DE FONTES SELECIONADAS .....	23
2.2. AUTORIA DAS FONTES ANALISADAS .....	26
2.3. PÚBLICO-ALVO DAS FONTES ANALISADAS .....	30
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>CONSTRUÇÃO NARRATIVA DO RECEITUÁRIO PORTUENSE: TRIPAS À MODA DO PORTO E BACALHAU À GOMES DE SÁ</b> .....	<b>34</b>
1. TRIPAS À MODA DO PORTO .....	37
2. BACALHAU À GOMES DE SÁ .....	44

### **CAPÍTULO III**

#### **A CULINÁRIA PORTUENSE COMO FORMA DE IDENTIDADE ..... 50**

1. A IDENTIDADE DA CULINÁRIA PORTUENSE CONSTRUÍDA NOS TÍTULOS DAS RECEITAS ..... 51

2. A CULINÁRIA PORTUENSE, REPOSITÓRIO DE PRODUTOS E TÉCNICAS IDENTITÁRIOS DO TERRITÓRIO ..... 56

2.1. INGREDIENTES, MÉTODOS DE CONFEÇÃO E UTENSÍLIOS DAS RECEITAS TRIPAS À MODA DO PORTO E BACALHAU À GOMES DE SÁ ..... 70

2.1.1. TRIPAS À MODA DO PORTO ..... 70

2.1.2. BACALHAU À GOMES DE SÁ ..... 77

#### **CONCLUSÃO ..... 82**

#### **BIBLIOGRAFIA ..... 85**

FONTES ..... 85

ESTUDOS ..... 88

#### **APÊNDICES ..... 94**



## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Distribuição das obras de culinária estudadas por regime político .....	24
Figura 2 - Total de autores por género e distribuição das publicações por regime .....	26
Figura 3 – Escultura de Lagoa Henriques (1960) situada no largo de António Calém, Porto .....	40
Figura 4 – Casa onde nasceu o autor da receita Bacalhau à Gomes de Sá .....	47
Figura 5 – Valor percentual do receituário da <i>culinária portuense</i> no <i>corpus</i> de fontes estudadas ...	49
Figura 6 – Títulos de receitas por construção narrativa: <i>cozinha dos territórios</i> e <i>cozinha honorífica</i>	50
Figura 7 – Receituário portuense (diagrama de Pareto) .....	53
Figura 8 – Total de títulos de receitas de pescado/marisco, carne, doce e outros .....	55
Figura 9 – Valor percentual das diversas tipologias de pescado e marisco .....	55
Figura 10 – Valor percentual das diversas tipologias de carnes que integram o receituário estudado como ingrediente principal .....	57
Figura 11 – Valor percentual das diversas tipologias de legumes, leguminosas e tubérculos .....	59
Figura 12 – Valor percentual das diversas tipologias de lípidos .....	60
Figura 13 – Valor percentual das diversas tipologias de especiarias .....	61
Figura 14 – Valor percentual das diversas tipologias de plantas aromáticas .....	62
Figura 15 – Valor percentual das diversas tipologias de ingredientes ácidos .....	63
Figura 16 – Valor percentual de ingredientes principais das receitas doces .....	64
Figura 17 – Número de ocorrências de diversas tipologias da carne nas receitas de Tripas à Moda do Porto .....	68
Figura 18 – Número de ocorrências das diversas tipologias de lípidos alimentares nas receitas de Tripas à Moda do Porto .....	69
Figura 19 – Número de ocorrências das diversas tipologias de legumes, leguminosas e tubérculos nas receitas de Tripas à Moda do Porto .....	70
Figura 20 – Número de ocorrências das diversas tipologias de temperos que foram contabilizadas nas receitas de Tripas à Moda do Porto .....	71
Figura 21 – Número de ocorrências das diversas tipologias de ingredientes ácidos das receitas de Tripas à Moda do Porto .....	71

Figura 22 – Número de ocorrências das diversas tipologias das técnicas de cozedura das receitas de Tripas à Moda do Porto .....	72
Figura 23 – Número de ocorrências das diversas tipologias dos utensílios das receitas de Tripas à Moda do Porto .....	72
Figura 24 – Número de ocorrências das diversas tipologias de legumes, leguminosas e tubérculos das receitas de Bacalhau à Gomes de Sá .....	75
Figura 25 – Número de ocorrências das diversas tipologias das plantas aromáticas das receitas de Bacalhau à Gomes de Sá .....	76
Figura 26 - Número de ocorrências das diversas tipologias de técnicas de cozedura das receitas de Bacalhau à Gomes de Sá .....	77

## LISTA DE TABELAS E QUADROS

Tabela 1 – Títulos de receitas da <i>cozinha dos territórios</i> , incluindo as suas variantes .....	51
Tabela 2 – Títulos de receitas, incluindo as suas variantes, que homenageiam pessoas ligadas à história local .....	52
Tabela 3 – Receitas doces nas fontes estudadas .....	66
Tabela 4 – Receita Tripas à Moda do Porto nas fontes estudadas, listada por ordem cronológica crescente de publicação .....	68
Tabela 5 – Receita Bacalhau à Gomes de Sá nas fontes estudadas .....	74
Quadro 1 – Receituário identificado nas cinquenta e três fontes escritas .....	49
Quadro 2 – Distribuição das categorias gerais dos ingredientes pelas <i>cozinha dos territórios</i> e <i>cozinha honorífica</i> .....	54

“As tripas à moda do Porto estão para o Douro Litoral como o leitão está para a Bairrada ou o queijo da serra para a Beira Alta. São o brasão da culinária regional a ultrapassar largamente as fronteiras da Invicta. (...) Tripas referidas, vamos ao resto. E vem logo a seguir, estandarte bem alto, o bacalhau à Gomes de Sá, seguindo-se-lhe em popularidade o bacalhau à Zé do Pipo.”

Francisco Hipólito Raposo<sup>2</sup>

## INTRODUÇÃO

### 1.1. CONCEITOS OPERATIVOS

A prática diária de comer emerge de diversos contextos da vida humana: económicos, sociais, culturais, religiosos e políticos. Esta prática transformadora, lugar de múltiplos significados, caracteriza as sociedades no seu tempo e na sua história. A cozinha é um universo amplo composto por diversas dimensões, um “facto social total” segundo Mauss, com vertentes que “põem em movimento, em certos casos, a totalidade da sociedade e das suas instituições (...) e noutros casos, apenas um enorme (muito grande) número de instituições, em particular quando estas trocas e contratos dizem respeito antes de mais a indivíduos. Todos estes fenómenos são, a um tempo, jurídicos, económicos, religiosos, e mesmo estéticos, morfológicos, etc.”<sup>3</sup>

Comer transcende a nutrição e estimula a humanidade a sociabilizar. Para além de um efeito fisiológico, marca o comportamento humano e, como elemento simbólico, capacita-o na criação de uma identidade e de um património cultural alimentar.

De acordo com Fischler, a **comida** é central na identidade individual do ser humano<sup>4</sup>. O que se come está sujeito à arte culinária, isto é, à “arte de confeccionar os alimentos para os tornar mais digeríveis e apetitosos”<sup>5</sup>. Como potenciadora de práticas culturais, a **culinária** é marcada pelas características do território, por meio da utilização de alimentos locais como ingredientes e do intercâmbio alimentar. Porque as receitas culinárias, nossa fonte de estudo, constituem “instruções escritas” sobre a arte e técnicas de confeção de pratos que não visam apenas assistir às necessidades básicas nutricionais, importa ter presente o entendimento do conceito de **gastronomia**. De maior abrangência, o conceito remete-nos para a relação entre cultura e alimento, conforme bem sintetizou Dalby:

---

<sup>2</sup> Raposo, F. H. (s.d.). *Pequeno Roteiro Gastronómico de Portugal*, Lisboa/São Paulo, Editorial Verbo, p. 14.

<sup>3</sup> Mauss, M. (2001). *Ensaio sobre a dádiva*, Lisboa, Edições 70, p. 191.

<sup>4</sup> Fischler, C. (1988). “Food, self and identity” in *Social Science Information*, vol. 27, nº 2, p. 275.

<sup>5</sup> Pereira, A. M., Pericão, M. G. (2015). *Do comer e do falar ... Vocabulário gastronómico*, Lisboa, Relógio d'Água, p. 200.

“A gastronomia implica que se deva considerar a comida uma coisa séria – a sua origem, preparação e, principalmente, as suas qualidades sensoriais (aroma, sabor, textura) quando ingerida. Não haverá gastronomia sem recursos para escolher os alimentos. Há gastronomia quando há entusiasmo para encontrar, preparar e saborear os alimentos e quando as informações e as competências relevantes forem partilhadas e transmitidas.”<sup>6</sup>

Importa ter presente que o vocábulo gastronomia, de origem grega, remonta ao séc. III a.C., segundo Soares pelas mãos do filósofo Crisipo<sup>7</sup>. Contudo temos de esperar até ao séc. XVIII, mais precisamente em França, para assistirmos a um crescente interesse pelo estudo da alimentação. O gastrónomo A. B. L. Grimod de La Reynière (1758-1838) dá um carácter institucional à gastronomia. Segundo Parkhurst-Ferguson, ele “é o protótipo do gastrónomo que se vê acima do comum. Esta imagem da gastronomia, perfeitamente egoísta e totalmente masculina, ficará firmemente ancorada no imaginário coletivo.”<sup>8</sup>

Ligado a um pensamento mais aberto à diversidade do mundo e relacionado com a sociabilidade, Brillat-Savarin (1755-1826), com a obra *Physiologie du Goût*, identifica a gastronomia como ciência, tendo por objeto “o conhecimento fundamental de tudo aquilo que se refere ao homem, na medida em que ele se alimenta.”<sup>9</sup> De acordo com Parkhurst-Ferguson, a dimensão da partilha do prazer é essencial ao conceito de gastronomia.<sup>10</sup>

A importância da gastronomia na agenda política portuguesa materializa-se na Resolução do Conselho de Ministros nº 96/2000, que consagra a gastronomia nacional como valor integrante do Património Cultural Português: “Entendida como o fruto de saberes tradicionais que atestam a própria evolução histórica e social do povo português, a gastronomia nacional integra, pois, o património intangível que cumpre salvaguardar e promover. O reconhecimento de um tal valor às artes culinárias cria responsabilidades acrescidas no que respeita à defesa da sua autenticidade, bem como à sua valorização e divulgação (...)”<sup>11</sup>. Neste contexto, as questões de identidade e divulgação da diversidade cultural expressas no património culinário português são preocupações da sociedade civil que passaram a estar politicamente legitimadas.

---

<sup>6</sup> Dalby, A. (2003). “Gastronomy” in *Food in the Ancient World from A to Z*, London, New York, Psychology Press, p. 157.

<sup>7</sup> Soares, C. (2016). *Arquéstrato, Iguarias do Mundo Grego. Guia Gastronómico do Mediterrâneo Antigo*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, p. 26.

<sup>8</sup> Parkhurst-Ferguson, P. (2018). “Gastronomie” in Poulain, J.-P. (dir.) *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Paris, Presses Universitaires de France/ Humensis pour cette édition, p. 654.

<sup>9</sup> Brillat-Savarin, J. A. (2007). *Fisiologia do Gosto*, tradução Manuel J. Costa, [S.l.], Via Occidentalis, p. 71.

<sup>10</sup> Veja-se Parkhurst-Ferguson, *op. cit.*, p. 654: “Enquadra-se no dia a dia, o que o torna acessível senão a todos, pelo menos a todos os que a ele se dedicam. Além disso, esta gastronomia não é um simples prazer, é um dever. É responsabilidade do conhecedor não saborear as delícias da boa comida somente para si, mas compartilhá-las. A sociabilidade tem precedência sobre o prazer sozinho. A boa comida é um meio e não um fim.”

<sup>11</sup> Resolução do Conselho de Ministros n.º 96/2000, *Diário da República*, 171 série I-B, 26-7-2000, pp. 3618-3620.

A comida, a arte culinária e a gastronomia refletem a interação entre as **tradições** e a inovação, contribuindo para a construção da identidade e património culinário de um território.

Para o estudo do papel das tradições culinárias nas práticas alimentares, há que ter em conta a proposta de Hobsbawm: “Mais interessante, do nosso ponto de vista, é a utilização de elementos antigos na elaboração de novas tradições inventadas para fins bastantes originais. Sempre se pode encontrar, no passado de qualquer sociedade, um amplo repertório de elementos; e sempre há uma linguagem elaborada, composta de práticas e comunicações simbólicas.”<sup>12</sup> De facto, o conceito de “tradições inventadas” defendido por Hobsbawm é central no nosso estudo, porque “esclarece bastante as relações humanas com o passado e, por conseguinte, o próprio assunto e ofício do historiador. Isto porque toda a tradição inventada, na medida do possível, utiliza a história como legitimadora das ações e como cimento de coesão grupal. Muitas vezes ela torna-se o próprio símbolo do conflito (...).”<sup>13</sup> Este autor afirma, ainda, que a “invenção das tradições é essencialmente um processo de formalização e ritualização, caracterizado por referir-se ao passado, mesmo que apenas por repetição.”<sup>14</sup> Aplicaremos esta problematização sobre a relação entre as “tradições inventadas” com a construção narrativa do receituário da *culinária portuense* em livros de cozinha do sec. XX.

Segundo Cuche, “a construção da identidade faz-se no interior de quadros sociais que determinam a posição dos agentes e, por isso mesmo, orientam as suas representações e as suas escolhas. Por outro lado, a construção identitária não é uma ilusão, porque é dotada de eficácia social e produz, assim, efeitos sociais reais.”<sup>15</sup> Ou seja, as práticas alimentares contêm e transportam a cultura de quem a pratica, podendo ser expressão das tradições e da **identidade** de um grupo.

O reconhecimento oficial do Património Cultural Imaterial foi, em 2003, institucionalizado, ao nível internacional, por meio da Convenção para a Salvaguarda do Património Cultural Imaterial da UNESCO e, em 2008, ratificada em Portugal. De acordo com Poulain:

“O fenómeno de patrimonialização consiste numa transformação das representações associadas ao espaço social alimentar. Este apresenta os produtos alimentares, os objetos e o saber-fazer utilizados na sua produção, as suas transformações, a sua conservação e o seu consumo, bem como códigos sociais, «as formas de cozinhar» ou «os modos de comer e beber», como factos culturais, detentores de uma parte da história e da identidade de um grupo social, que convém preservar como testemunhos destas identidades. A ideia de que esse

---

<sup>12</sup> Hobsbawm, E. (1984). “Introdução: A invenção das tradições” in Hobsbawm, E., Ranger, T. (orgs.), *A invenção das tradições*. São Paulo, Paz e Terra, p. 14.

<sup>13</sup> Ibidem, p. 21.

<sup>14</sup> Ibidem, p. 12.

<sup>15</sup> Cuche, D. (2006). *A noção de cultura nas ciências sociais*, trad. Miguel Serras Pereira, 3ª ed., Lisboa, Fim de Século, pp. 139-140.

saber-fazer, essas técnicas, esses produtos devem ser objetos a conservar, supõe o sentimento da sua ameaça de extinção e, até mesmo, do seu desaparecimento iminente.”<sup>16</sup>

As reflexões em torno do Património Cultural Imaterial têm como objetivos promover o estudo, a salvaguarda, a valorização e a divulgação da diferença cultural e fomentar o desenvolvimento sustentável, permitindo mostrar diferentes perspetivas sobre a formação dos nossos hábitos e gostos alimentares alicerçados num território. Segundo Csergo, “conhecer o território é também reencontrar a sua memória. (...) Nesta qualidade, a especialidade culinária, pelo facto de pôr em prática um conhecimento doméstico, artesanal ou industrial, transforma-se em território de uma continuidade histórica, de uma memória e de uma consciência de pertença comum.”<sup>17</sup>

As dimensões sociais e culturais associadas a um determinado território por meio das culinárias identitárias são essenciais à construção narrativa. Como aponta Sobral, “a culinária portuguesa, no sentido da culinária – ou das culinárias – praticada em Portugal, tem uma história, que é em grande medida a do espaço económico e cultural em que se insere o País, e partilhou o receituário e hábitos alimentares com outras, (...)”<sup>18</sup> Ainda segundo o mesmo autor, a “culinária transforma-se em algo identificado, mesmo no plano sensorial, do *habitus*, com uma coletividade cultural, a nação, cujos membros a produzem e consomem como algo que é consubstancial à sua própria identidade (nacional).”<sup>19</sup>

Nesta construção de sentido, a ligação ao território é manifestada fundamentalmente por meio da indicação dos títulos do receituário, que, de acordo com Sobral, se definem a três níveis, regional, nacional e colonial: “A identidade culinária portuguesa concebia-se assim como compo-se de várias regiões, e as colónias eram uma parte integrante dela.”<sup>20</sup> A identificação de alimentos e pratos com referentes geográficos específicos está na base da proposta interpretativa da chamada **cozinha dos territórios**. Este conceito, segundo Soares, no caso da análise dos receituários presentes em livros de cozinha, assenta na identidade que cada título confere à respetiva preparação culinária.<sup>21</sup> Aliás, conforme observa Cotter, o título é o primeiro elemento de identidade de uma receita, porque orienta o olhar do leitor para o que ela tem de essencial.<sup>22</sup> Assim, é a presença no título das receitas

---

<sup>16</sup> Poulain, J.-P. (2018). “Gastronomisation des cuisines de terroir” in Poulain, J.-P. (dir.) *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Paris, Presses Universitaires de France/ Humensis pour cette édition, p. 156.

<sup>17</sup> Csergo, J. (2001). “O surgimento das cozinhas regionais” in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, p. 387.

<sup>18</sup> Sobral, J. M. (2008). “Cozinha, nacionalismo e cosmopolitismo em Portugal (séc. XIX-XX)” in Cabral, M., Walk, K., Aboim, S e Silva, F. C. (eds.), *Itinerários: A Investigação nos 25 anos do ICS, Lisboa*, Imprensa de Ciências Sociais, p. 115.

<sup>19</sup> Ibidem, p. 119.

<sup>20</sup> Ibidem, p. 115.

<sup>21</sup> Soares, C. (2018b) “A Universidade de Coimbra no cardápio da *Cosinha Portuguesa* de 1902: uma história por contar” in Soares, C. (ed.), *BiblioAlimentaria: Alimentação, Saúde e Sociabilidade à mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, p. 166.

<sup>22</sup> Cotter, C. (1997). “Claiming a Piece of the Pie: How the Language of Recipes Defines Community” in Bower, A. (ed.), *Recipes for Reading: Community Cookbooks, Stories, Histories*. University of Massachusetts Press, Amherst, p. 59.

de termos relativos a uma indicação geográfica, remetendo para um local/localidade, uma região/regional, um país ou que inclua o adjetivo “nacional” ou “português”, que permite incluir essas receitas na construção de uma narrativa da *cozinha dos territórios*. De certa forma, esses títulos evocativos de lugares contribuem para tornar o desejo de viajar do consumidor algo concretizável, permitindo-lhe aceder ao lugar através de uma viagem sensorial.

Outra categoria operativa usada no nosso estudo é a de **cozinha honorífica**. De acordo com Soares, aplicado ao caso que tinha sob estudo (de receitas ligadas a Coimbra), este conceito diz respeito aos “casos em que a «cozinha local» se especializa em «culinária honorífica», prestando homenagem à mais expressiva comunidade da cidade (...)”<sup>23</sup>. Por sua vez, Braga associa esta cozinha ao conceito de nação, pois “a afirmação da identidade culinária só aos poucos se foi tornando algo concreto (...) surgindo os pratos à portuguesa, à castelhana, à francesa, etc. ou com certas designações que apelaram a um personagem que os inventou ou os comeu em determinadas circunstâncias especiais.”<sup>24</sup>. Nesta categoria incluem-se receitas que nos títulos exibem nomes que homenageiam sujeitos, grupos e instituições, como forma de reconhecimento do seu prestígio e valor.<sup>25</sup> Particular destaque, pela sua recorrência, são os títulos que prestam homenagem a coletividades religiosas ou civis, incluindo casos de instituições com fins caritativos.

Convém, no entanto, ressaltar que estas categorias, hermenêuticas narrativas, são dinâmicas e interatuantes, não fechadas sobre si mesmas, mas abertas a interseções.<sup>26</sup> Note-se que para esta hermenêutica do livro de receitas como uma **narrativa** ou soma de narrativas, nos apoiamos nas propostas teóricas de Bower e de Notaker, para quem “os livros de receitas contam histórias, na maioria dos casos, autobiográficas, por vezes históricas e, noutras instâncias, talvez ficcionadas ou idealizadas”<sup>27</sup>, além de que “são capazes de fornecer informações úteis sobre muitos assuntos relevantes, mas também merecem ser estudados como produtos culturais por direito próprio, e não apenas como uma fonte para outra coisa.”<sup>28</sup> De acordo com Bower, os títulos podem ter diversas leituras que permitem categorizar as receitas contribuindo para narrativas que se relacionam.<sup>29</sup>

---

<sup>23</sup> Soares 2018b, p. 166.

<sup>24</sup> Braga, I. D. (2006). “Influências estrangeiras nos livros de cozinha portugueses (sécs. XVI-XIX): alguns problemas de análise” in *Estudos em homenagem ao Professor Doutor José Marques*, vol. 1, Porto, Faculdade de Letras da Universidade do Porto, p. 238.

<sup>25</sup> Soares, 2018b, p. 166.

<sup>26</sup> Segundo Soares (2018b: 166-167) e Scholliers, P. (2001). “Meals, food, narratives and sentiments of belonging in Past and Present” in Scholliers, P. (ed.) *Food, drink and identity: cooking, eating and drinking in Europe since the Middle Ages*, Oxford, Berg Editorial, pp. 6-9.

<sup>27</sup> Bower, A. (1997), “Bound Together: Recipes, Lives, Stories and Readings” in A. Bower (ed.), *Recipes for Reading: Community Cookbooks, Stories, Histories*, University of Massachusetts Press, Amherst, p. 30.

<sup>28</sup> Notaker, H. (2012). “Printed Cookbooks: Food History, Book History, and Literature” in *Food & History*, vol. 10, nº 2, p. 134.

<sup>29</sup> Bower 1997, p. 2.



## 1. 2. PERGUNTAS E OBJETIVOS DE INVESTIGAÇÃO

Tendo por suporte teórico os conceitos operativos acabados de apresentar, o nosso trabalho procura dar resposta às duas seguintes perguntas de investigação:

- Qual a expressão do receituário culinário portuense em livros de cozinha do séc. XX?
- Que narrativas constroem essas fontes sobre uma identidade e património culinário da cidade do Porto?

Com a resposta às nossas perguntas de investigação procuramos alcançar os seguintes objetivos:

### OBJETIVO GERAL

Estudar os contributos das obras selecionadas de culinária portuguesa do século XX para a construção de uma narrativa literária sobre a identidade e o património culinário da cidade do Porto.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- i. Fazer o levantamento e registo das obras de culinária do século XX cujos títulos exibem termos de identificação com um discurso nacionalista e local, a saber: “Portugal”, “Porto” e o adjetivo “Português(a)”;
- ii. Fazer o levantamento e registo do receituário da *culinária portuense* nos livros de cozinha selecionados;
- iii. Criar fichas de leitura das obras de culinária estudadas que contemplem a identificação, contexto, conteúdo e receituário da *culinária portuense*;
- iv. Analisar a frequência com que os livros de cozinha registam títulos de receitas que identificam a cidade Porto e/ou os seus habitantes (“Portuenses” e “Tripeiros”);
- v. Analisar a frequência com que os livros de cozinha registam títulos de receitas que homenageiam pessoas e instituições ligadas à história local da cidade do Porto;
- vi. Proceder ao levantamento dos ingredientes presentes no receituário analisado, tendo em vista perceber eventuais relações entre estes, o território e a sazonalidade;
- vii. Refletir sobre o processo de consolidação, em obras de culinária selecionadas, do discurso de uma culinária identitária da cidade do Porto.

### 1.3. METODOLOGIA DO ESTUDO

A primeira etapa da nossa investigação consistiu em delimitar o universo de publicações de livros de cozinha do século XX que ofereçam uma narrativa sobre “culinária portuguesa”. O critério aplicado foi selecionar obras com títulos que exibem termos de identificação com um discurso nacionalista e local, a saber: “Portugal”, “Porto” e o adjetivo “Português(a)”.

Para a constituição do universo de estudo consultámos tanto catálogos de bibliotecas em formato digital (PORBASE - Base Nacional de Dados Bibliográficos; catálogo da BNP - Biblioteca Nacional de Portugal; catálogo da BPMP - Biblioteca Pública Municipal do Porto; catálogo da BGUC - Biblioteca Geral da Universidade de Coimbra), como catálogos editados sobre a matéria (*BiblioAlimentaria: alimentação, saúde e sociabilidade à mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra e Livros Portugueses de Cozinha*)<sup>30</sup>.

Atendendo à emergência de saúde pública de âmbito internacional, declarada pela Organização Mundial de Saúde no dia 30 de janeiro de 2020, bem como à classificação do vírus como uma pandemia, no dia 11 de março de 2020, iniciámos a pesquisa bibliográfica a partir de 8 obras da biblioteca pessoal. A 1 de junho continuámos a pesquisa bibliográfica na Biblioteca Nacional de Portugal e na Biblioteca Pública Municipal do Porto. Este *interregnum* teve a ver com as limitações vividas, já que tínhamos de cumprir as orientações da Direção Geral de Saúde e os Planos de Confinamento e Desconfinamento. Apesar deste constrangimento, foi nossa preocupação constituir uma amostra que permitisse responder aos problemas formulados.

Realizámos uma pesquisa descritiva com os livros de culinária selecionados, de que resulta um trabalho exploratório.<sup>31</sup> A investigação é de carácter exploratório, porque não foi encontrado nenhum estudo que tratasse a abordagem do tema e do problema que nos propusemos investigar, apesar de existirem alguns trabalhos publicados sobre a *culinária portuense*. Para operacionalizar o tratamento da informação recolhida a partir de um *corpus* de análise constituído por 53 obras de culinária, 48 títulos de receitas e 28 variantes, recorreremos à análise de conteúdo e à análise documental. Segundo Bardin, o universo de documentos de análise de conteúdo pode ser determinado *a priori*. Este autor refere que, “estando o universo demarcado (o género de documentos sobre os quais se pode efetuar

---

<sup>30</sup> Rêgo, M. (1998) (coord.), *Livros Portugueses de Cozinha*, Lisboa, Biblioteca Nacional e Soares, C. (2018a) (ed.), *BiblioAlimentaria: Alimentação, Saúde e Sociabilidade à Mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra.

<sup>31</sup> Segundo Gil: “há pesquisas que, embora definidas como descritivas a partir de seus objetivos, acabam servindo mais para proporcionar uma nova visão do problema, o que os aproxima das pesquisas exploratórias.” Gil, A. (2008). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*, 6ª ed., São Paulo, Editora Atlas, p. 28.

a análise), é muitas vezes necessário proceder-se à *constituição de um corpus*. O *corpus* é o conjunto dos documentos tidos em conta para serem submetidos aos procedimentos analíticos”.<sup>32</sup>

A análise de conteúdo é um conjunto de instrumentos metodológicos que, de acordo com Bardin, se aplicam a “discursos” muito diversificados, que variam entre o rigor e a subjetividade.<sup>33</sup> Conforme o autor<sup>34</sup>, planeamos a análise de conteúdo organizada em três fases. A “pré-análise”, que consistiu na escolha dos documentos a serem submetidos à análise e, portanto, na demarcação do universo de obras de culinária do século XX de “culinária portuguesa” e com títulos que exibem termos de identificação com um discurso nacionalista e local. Nesta fase também procedemos à elaboração dos indicadores que fundamentam a interpretação final e à preparação do material reunido.

A segunda fase, ou “exploração do material”, consistiu na sistematização das decisões e na criação de uma base de dados, com recurso ao programa de folha de cálculo Microsoft Excel. Para tal procedemos à criação de três documentos em Excel, que sistematizam os dados por livro de culinária. Na recolha de dados tivemos em consideração a proposta de Albala: “Tal como para qualquer documento, se possível, o historiador deve tentar responder a cinco perguntas básicas sobre proveniência e propósito. Quem escreveu o livro de culinária? Qual foi o público alvo? Onde foi produzido e quando? Porque foi escrito?”<sup>35</sup> Com base nestes princípios, construímos um dos documentos com os seguintes campos: código, data da edição, nome do livro de culinária, autoria, edição, regime político vigente ao tempo da publicação do livro, público-alvo, número total de receitas, título de receitas que identificam a cidade Porto e/os seus habitantes (“Portuenses” e “Tripeiros”), títulos de receitas que homenageiam pessoas e instituições ligadas à história local e algumas considerações. Em relação aos dois documentos relativos ao receituário recolhido, consideramos os seguintes campos: data da edição, nome do livro de culinária, autoria, edição, página, tempo de preparação, tempo de cozedura, quantidades, lista de ingredientes, utensílios/materialidades, modo de preparação, técnicas de cozedura e considerações.

Na terceira e última fase, fizemos o tratamento dos resultados e interpretações, fase em que os resultados em bruto foram tratados de modo a ganharem outro significado.<sup>36</sup> Aplicámos operações de estatística simples, que permitem a construção de quadros/tabelas e gráficos que sistematizam informações, tornando-as visualmente mais atrativas e facilitadoras da elaboração de comparações e da construção de inferências. Também, procedemos à análise documental das 53 obras de culinária, que se traduziu na produção de 59 fichas de leitura, nas quais foram condensados os dados que

---

<sup>32</sup> Bardin, L. (2004). *Análise de Conteúdo*, Lisboa, Edições 70, p. 9.

<sup>33</sup> Bardin, 2004, p. 7.

<sup>34</sup> Bardin, 2004, p. 89.

<sup>35</sup> Albala, K. (2012) “Cookbooks as Historical Documents”, in Pilcher, J. (ed.), *The Oxford Handbook of Food History*, Oxford: Handbooks, 2012, p. 231.

<sup>36</sup> Bardin, 2004, p. 95.

consideramos pertinentes representar de outro modo, “a fim de facilitar num estado ulterior a sua consulta”<sup>37</sup>, tal como defende Bardin. Com os dados recolhidos e registados nos três documentos em Excel, construímos as fichas de leituras (Apêndice). Cada ficha apresenta três campos, a saber:

- identificação da obra (título da publicação, autoria, data da publicação, local de edição, editora, cota);

- contexto e conteúdo da obra (regime político vigente ao tempo da publicação do livro, público-alvo, número total de receitas, títulos de receitas que exibem o termo de identificação com um discurso nacionalista “Português(esa)”, títulos que exibem o nome vinho do Porto, títulos de receitas que identificam a cidade do Porto e os seus habitantes (“Portuenses” e “Tripeiros”), títulos de receitas que homenageiam pessoas e instituições ligadas à história local);

- receituário da *culinária portuense* (título da receita, tempo de preparação, tempo de cozedura, quantidades, lista de ingredientes, utensílios/materialidades, modo de preparação, técnicas de cozedura).

Procedemos, de seguida, à análise do *corpus* de fontes seleccionadas, conjugando a análise documental com a análise de conteúdo; e, com o intenção de responder aos problemas formulados, procurámos aplicar os seguintes pressupostos de Bardin, “o objetivo da análise documental é a representação condensada da informação, para consulta e armazenagem; o da análise de conteúdo é a manipulação de mensagens (conteúdo e expressão desse conteúdo), para evidenciar os indicadores que permitam inferir sobre uma outra realidade que não a da mensagem.”<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup> Bardin, 2004, p. 40.

<sup>38</sup> Bardin, 2004, p. 41.

#### 1.4. ESTRUTURA DO ESTUDO

A presente dissertação está organizada em três capítulos. No primeiro capítulo - Cozinha e Território: construção de uma identidade culinária nacional - fazemos uma breve contextualização histórica, que enquadra o problema que nos propomos resolver e fazemos uma resenha das obras de culinária em estudo. A construção da identidade e património culinário da cidade do Porto tem por enquadramento ideológico o nacionalismo nos regimes políticos fascista e democrático português, contextualização que será, também, tida em conta neste capítulo.

No segundo capítulo – Construção narrativa do receituário portuense: *Tripas à moda do Porto* e *Bacalhau à Gomes de Sá* – exploramos dois pratos da *culinária portuense* que marcam a identidade do território e procuramos indagar as suas origens.

No terceiro capítulo – A *culinária portuense* como forma de identidade – apresentamos a análise de dados e a discussão dos resultados, bem como fazemos referência às fichas de leitura produzidas. Esta recolha permitiu-nos conhecer a identidade da *culinária portuense* construída nos títulos das receitas. Estudamos esta culinária como repositório de produtos e técnicas identitárias do território e fizemos também um levantamento dos ingredientes, métodos de confeção e utensílios das receitas com maior número de ocorrências: *Tripas à Moda do Porto* e *Bacalhau à Gomes de Sá*.

## 1. 5. ESTADO DA ARTE DOS ESTUDOS SOBRE CULINÁRIA PORTUENSE

No âmbito do estudo do receituário da *culinária portuense*, a nossa investigação tem por base uma diversidade de autores, os quais têm vindo a realizar estudos que dizem respeito à identidade culinária da cidade do Porto. A sua importância para a construção da culinária nacional constitui, assim, um incentivo para iniciar a investigação, bem como lhe confere abrangência e pertinência necessárias para a reflexão e debate em torno da problemática.

Para tal, apresentamos as principais referências consultadas para a nossa investigação de forma a reunir bases sobre o tema investigado. A referência mais antiga consultada consta de “Vista do Pôrto” de 1939, artigo publicado em *Portucale: Revista Ilustrada de Cultura Literária*, nº 70-71, julho-outubro. O autor, Cláudio Basto, faz referência aos usos e costumes dos Portuenses, elencando os hábitos alimentares que dizem respeito ao ciclo das festividades tradicionais da cidade: Natal, Páscoa, Entrudo, Todos os Santos e S. João. Também enumera as iguarias da *culinária portuense*: “as «tripas», o «rancho», os sábios e deliciosos cozinhados de bacalhau, e seus adjutórios: a «regueifa», a broa de Avintes, o trigo de Valongo, os doces de Paranhos, os inevitáveis biscoitos da Teixeira ... Do vinho do Porto, nem se fala!”<sup>39</sup>

Cláudio Correia D’Oliveira Guimarães, no seu estudo intitulado “Os Portuenses e a Gastronomia”, de 1952, publicado no *Boletim da União dos Grémios da Indústria Hoteleira e Similares do Norte*, tem um discurso claramente nacionalista, apropriando-se de várias personalidades portuguesas e estrangeiras para exaltar a gastronomia portuense. Assim, inicia o estudo com uma citação de Alexandre Herculano: “O Porto passou sempre por produzir bem só quatro cousas: dinheiro, morangos, nevoeiros e patriotas”<sup>40</sup>. Segundo este autor: “A terra-natal de Garrett pode e deve reivindicar (...) o ter inventado alguns dos mais saborosos e suculentos pratos de culinária portuguesa.”<sup>41</sup> O autor sublinha, ainda, a relação da cidade com a gastronomia local, exaltando os “mais saborosos e suculentos pratos da culinária portuguesa. (...) o Porto é uma cidade onde se come, ainda hoje, optimamente. (...) Na boa culinária tripeira existem pratos que devem considerar-se autênticas criações de génio, émulas de certas páginas musicais pela virtuosidade surpreendente do paladar, (...)”.<sup>42</sup>

Na *Doçaria Monástica, Regional e Popular da Área Distrital do Porto*, também de 1952, com autoria de Horácio Marçal, o autor faz uma breve contextualização da história da doçaria portuguesa,

<sup>39</sup> Basto, C. (1939). “Vista do Pôrto”, *Portucale: Revista Ilustrada de Cultura Literária*, nº 70-71, Porto, p. 158.

<sup>40</sup> Guimarães, C. C. O. (1952). “Os Portuenses e a Gastronomia”, *Boletim da União dos Grémios da Indústria Hoteleira e Similares do Norte*, ano IV, nº 26, Porto, p. 8.

<sup>41</sup> Ibidem.

<sup>42</sup> Ibidem.

apresentando, entre outras, a doçaria monástica das monjas de Santa Clara do Porto<sup>43</sup> (“como os *pastéis folhados*, os *manjares* e os *palitos de amêndoa*”)<sup>44</sup> e de S. Bento de Avé-Maria<sup>45</sup> (“aparatosos tabuleiros cobertos de finas e rendadas toalhas, os *manjares*, os *pastéis*, as *trouxas de ovos*, os *ovos em fio*, os *rebuçados*, os vinhos generosos, o chá, as loiras fatias de *pão-de-ló*, todas as guloseimas que tão delicadamente se fabricavam nas vastas e bem providas cozinhas dos mosteiros.”).<sup>46</sup> Da doçaria destacam-se, pela identificação nos títulos de nomes referentes a localidades, os “Biscoitos do Porto” e o “característico e inconfundível *doce de Paranhos*”, que, para o Autor, juntamente com o “(...) também muito popular *doce da Teixeira*” lhe merecem a observação de serem “genuinamente portuenses”.<sup>47</sup>

No que diz respeito às “lambarices” nas festividades anuais, mencionam-se “as *farturas*, fridas e açucaradas à vista do freguês, e as *barbas de velho*, feitas com açúcar queimado numa maquina em forma de caixa, e enroladas, com desenvolta mestria, numa comprida palheira. Supomos que as *barbas de velho* surgiram pela primeira vez à venda, no decurso da Exposição Colonial Portuguesa, efectuada no Palácio de Cristal, em 1934.”<sup>48</sup> O pão-de-ló de Margaride, da vila de Felgueiras e o arroz-doce também são mencionados neste estudo como pertença do receituário mais doce.

Hélder Pacheco, historiador portuense, publica em 1991 a obra *Tradições Populares do Porto*, na qual apresenta um capítulo dedicado à *culinária portuense*. Segundo o autor “A culinária e a doçaria, além de artes de qualquer região ou país, são, por isso, factores indispensáveis à compreensão dos

---

<sup>43</sup> O Convento de Santa Clara do Porto era feminino, pertencia à Ordem dos Frades Menores, e à Província de Portugal da Observância. No século XV, 1416, foi lançada a primeira pedra do convento da Ordem de S. Francisco com a presença de D. João I. Mas só em 1427 é que se efetivou a translação das franciscanas, oriundas do mosteiro de Santa Clara do Torrão. Em 1568, passou da clausura à observância e com a “Reforma geral eclesiástica”, em 1834, foi desativado em 1900 pela morte da última religiosa. De acordo com H. Marçal, “Na majestosa procissão do *Corpus Cristi* as freiras de Santa Clara do Porto, por norma, ofereciam pacotes de doces aos oficiais dos regimentos nela incorporados e aos tambores que seguiam à frente de S. Jorge.” (in *Doçaria monástica, regional e popular da área distrital do Porto*, Porto, Junta Distrital, 1952, p. 10). Atualmente o convento tem a categoria de Monumento Nacional.

<sup>44</sup> Marçal, 1952, p. 10.

<sup>45</sup> O Mosteiro de São Bento da Avé-Maria do Porto era feminino, pertencia à Ordem de São Bento e estava sob jurisdição diocesana. No final do séc. XVI, em 1518, D. Manuel I fez construir o Mosteiro de S. Bento da Avé-Maria para albergar as Beneditinas provenientes das casas de Rio Tinto, Tuías, Vila Cova e Tarouquela. É de notar que relativamente à segunda metade do século XVIII, as freiras beneditinas do Convento de Avé-Maria aparecem referenciadas como proprietárias de livros em biblioteca no universo maioritariamente masculino. Segundo Marçal (1952: 11), “No Mosteiro de S. Bento, tornaram-se notáveis os outeiros que ali se realizavam de quando em quando e aos quais compareciam os mais distintos poetas e literatos de então, a glosarem os graciosos motes fornecidos pelas freiras. O último *abadessado* ali efectuado, para solenizar a eleição de uma nova abadessa, a madre Ermelinda Doroteia de Freitas Faria e Gouveia, segundo nos elucida o jornalista Firmino Pereira, durante três noites – 13, 14 e 15 de Outubro de 1871.” Em 1892, o Mosteiro foi encerrado por morte da última religiosa de acordo com o preceituado, na “Reforma geral eclesiástica”, em 1834, que determinava a extinção de todos os conventos, mosteiros, colégios, hospícios e casas de religiosos de todas as ordens religiosas. No final do séc. XIX o convento é transformado na estação ferroviária de São Bento. Esta estação é uma interface da linha do Minho que serve a cidade do Porto; tendo-se, ao logo do tempo, afirmado como um dos principais monumentos na cidade. É conhecido pelos seus célebres painéis em azulejo que retratam a história do Mosteiro de S. Bento da Avé-Maria, desde a sua construção até à sua extinção, e a edificação da Estação de S. Bento.

<sup>46</sup> Ibidem, p. 11.

<sup>47</sup> Ibidem, p. 17.

<sup>48</sup> Ibidem, p. 19.

hábitos e pensamentos das respetivas populações.”<sup>49</sup> O autor elabora uma reflexão teórica sobre a *culinária portuense*, apontando para a sua natureza cíclica, ou seja, muito conservadora dos rituais festivos. Também identifica a sazonalidade associada às festividades, apresentando narrativas que relacionam os ciclos de vida aos repositórios do saber-fazer dos habitantes da cidade. A seu ver, a matriz do receituário portuense radica nas “famosas tripas”, nos pratos de bacalhau, arroz frito, galinha à moda do Porto, arroz de frango à tripeirinha, bifés à padre Piedade, rosbife à portuense e na doçaria portuense (a saber: doce de Paranhos, biscoitos da Teixeira, pão-de-ló e folar da Páscoa, beilhões (ou bolos de bolina), manjar branco e sopa dourada do Convento de Santa Clara, manjar branco das Freiras de S. Bento, encharcado, rebuçados de Avenca e as receitas de vinho do Porto quente).

Em 2002, o mesmo autor publica *Porto: o livro do Natal*, dedicando um estudo às tradições culinárias do Natal portuense.<sup>50</sup> O bacalhau é um alimento indiscutível da identidade nacional<sup>51</sup>, uma marca comum a todo o território nacional, devido a vários fatores (económicos, políticos, sociais, etc.) é central na mesa de consoada deste território. Assim, no elenco de alimentos características do receituário portuense, acresce a importância do bacalhau.

Em 2004, na obra *Porto: o livro do S. João*, o mesmo autor dedica agora um capítulo às “tradições culinárias dos costumes Portuenses, (...) no panorama da comida cíclica da cidade, o S. João (...)”<sup>52</sup>. Nele são elencados os diversos pratos e o contexto histórico-social que caracterizam essa festividade, a saber: cabrito guisado ou assado, bolo de S. João e as tripas, a mais imprevista “tradição inventada”, para usarmos a terminologia de Hobsbawm (1984), que nos anos setenta surgiu no Porto.

No âmbito de uma leitura mais específica e focada na importância da presença do bacalhau no receituário portuense, Hélder Pacheco escreve um capítulo na obra *Porto: Da Cidade Inventada* (2006) intitulado “O fiel amigo dos portuenses”. Deste modo, o autor reúne um conjunto de elementos sobre esta prática gastronómica, fazendo referência a fontes de natureza histórica e literária que dizem respeito ao consumo e aparecimento deste alimento no panorama culinário da cidade e chamando a atenção para o seu valor simbólico identitário: “sem qualquer dúvida, podemos considerar fator identitário, o que justifica a sua observação como elemento para o entendimento do carácter dos habitantes, costumes e da própria mentalidade Portuense.”<sup>53</sup>

---

<sup>49</sup> Pacheco, H. (1991). “A culinária portuense”, in *Tradições Populares do Porto*, Lisboa, Editorial Presença, p. 130.

<sup>50</sup> Pacheco, H. (2002). *Porto: o livro do Natal*, Porto, Edições Afrontamento. Veja-se, em particular, a menção feita na p. 150: “A cozinha natalícia, substância da festa e garante de personalidade, tem, no Burgo, tradição que, na melhor das hipóteses, remonta à época da invenção da ceia de Natal: a primeira metade do século XIX (...)”

<sup>51</sup> Sobral, J. M., Rodrigues, P. (2013). “O «fiel amigo»: o bacalhau e a identidade portuguesa”, *Etnográfica, Centro em Rede de Investigação em Antropologia*, vol. 17 (3), p. 622.

<sup>52</sup> Pacheco, H. (2004). “Comeres (e beberes) são-joaneiros”, in Pacheco, H., *Porto: o livro do S. João*, Porto, Afrontamento, p. 186.

<sup>53</sup> Pacheco, H. (2006). “O fiel amigo dos portuenses”, in Pacheco, H., *Porto: Da Cidade Inventada*, Porto, Ed. Afrontamento, p. 34.



O chefe de cozinha Hélio Loureiro, na obra *Gastronomia Portuense* (2001), elenca o receituário da *culinária portuense* recorrendo aos “(...) séculos de tradição culinária traduzidos em inúmeras receitas muitas vezes transmitidas nas famílias que as guardam como verdadeiro património que são, (...)”.<sup>54</sup>

José Quitério, na 2ª edição de *Bem Comer & Curiosidades* (2015), dedica vários estudos à *culinária portuense*, nomeadamente “Douro Litoral”, “Bacalhaus do Porto”, “Louvor e Simplificação de Gomes de Sá” e “Questões Tripeiras”. Nestas crónicas, o autor refere que “do Porto vem a enorme, pujante, rica, prolixa lista de bacalhaus. (...) Mas a grande criação local, ainda por cima com carga histórica já citada, é a tripeirinha, as tonitruantes TRIPAS À MODA DO PORTO.”<sup>55</sup> Em “Os Bacalhaus do Porto”, o autor identificou uma “abundância quantitativa e qualitativa”<sup>56</sup> da ocorrência deste pescado no receituário portuense, enumerando as receitas. Nos restantes estudos, José Quitério apontou as diferentes origens do receituário e, por aparecer mais vezes, desse universo destacam-se as Tripas à Moda do Porto e o Bacalhau à Gomes de Sá.

No periódico *O Tripeiro* encontramos as singularidades da *culinária portuense*, presente nas publicações que, segundo Araújo, são “um dos melhores exemplos de uma divulgação atrativa e transversal da historiografia portuguesa entre a fixação da memória coletiva e a erudição científica.”<sup>57</sup> Nesse periódico constam construções narrativas do receituário em vários estudos.<sup>58</sup>

O estudo que desenvolvemos distingue-se de todas as abordagens até agora feitas, na medida em que convoca um quadro teórico e uma metodologia científica ausentes daquelas, além de que assenta num *corpus* literário até à data não analisado conjuntamente, com o desígnio de dele se extrair a presença de construções narrativas identitárias sobre a *culinária portuense*.

---

<sup>54</sup> Loureiro, H. (2001). “Introdução”, in Loureiro, H., *Gastronomia Portuense*, Lisboa, Edições Inapa, p. 5.

<sup>55</sup> Quitério, J. (2015). *Bem Comer & Curiosidades*, Lisboa, Documenta, pp. 26-27.

<sup>56</sup> *Ibidem*, p. 117.

<sup>57</sup> Araújo, F. M. (2016). “Revista O Tripeiro [1908-1974]”, in Matos, S. C. (coord.), *Dicionário de Historiadores Portugueses da Academia Real das Ciências ao final do Estado Novo*, obtido a partir de [https://www.researchgate.net/publication/305933448\\_Revista\\_O\\_Tripeiro\\_1908-1974](https://www.researchgate.net/publication/305933448_Revista_O_Tripeiro_1908-1974).

<sup>58</sup> A saber: Cleto, J. (2008). “Lendas do Porto: A Origem dos Tripeiros”, in *O Tripeiro*, vol. XXVII, 7ª série, Porto, Associação Comercial, pp.210-211.; M. A. A. C. (1947-1948). “O Porto – Palestra lida numa aula de Geografia Humana, na Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, em 1946”, in Henriques, M. A. A. C., *O Tripeiro*, série V, ano III, Porto, p. 8.; Pardilhó (1925). “Bacalhau a Gomes de Sá”, in *O Tripeiro: repositório de notícias portucalenses*, 3.ª série, ano I, Porto, p. 96; Savarin, B. (1925). “Bacalhau à Gomes de Sá”, in *O Tripeiro: repositório de notícias portucalenses*, 3ª série, ano I, Porto, p. 80.

## CAPÍTULO I

### COZINHA E TERRITÓRIO: CONSTRUÇÃO DE UMA IDENTIDADE CULINÁRIA NACIONAL

#### 1. CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA E CULINÁRIA NACIONAL

“Refletir sobre a identidade nacional exige de nós um esforço de distanciamento e de reflexividade, pois ela, como parte integrante da nossa existência individual e coletiva, está implícita no que pensamos ou fazemos.”<sup>59</sup>

Entendemos, juntamente com nomes como Csergo (2001) e Sobral (2008), que o percurso histórico da construção do nacionalismo na culinária (no presente caso, a portuguesa) advém da sua relação profícua com as cozinhas regionais. O percurso que vamos fazer obriga-nos a recuar ao período final do séc. XIX e a tratar a questão para o séc. XX. Nesta breve contextualização pretendemos abordar, em linhas gerais, o nacionalismo na culinária portuguesa.

Faz-se recuar ao primeiro documento conhecido, até à data, com a forma de receituário culinário, *O Livro de Cozinha da Infanta D. Maria* (datado entre final do séc. XV e início do séc. XVI), a raiz histórica da cozinha portuguesa<sup>60</sup>. Contudo, conforme já chamou a atenção Sobral, é apenas no primeiro livro de cozinha impresso em Portugal, *Arte de Cozinha* de Domingos Rodrigues, publicado em 1680, que é possível confirmar a existência de uma tradição culinária portuguesa. Mas, continua o estudioso, só em 1715 com o códice *Receitas de Milhores Doces e de Alguns Guizados Particullares e Remedios de Conhecida Experiencia Que Fes Francisco Borges Henriques para o Uso da Sua Caza*, nos deparamos com a “maior presença de preparações culinárias que identificamos como portuguesa (...)”<sup>61</sup>.

Num país não-industrializado, caracterizado pelo liberalismo oligárquico e clientelar<sup>62</sup>, a partir do século XIX (e até parte do séc. XX) a identidade gastronómica que dominava no contexto português era apoiada e instigada por uma elite adepta da cozinha francesa. De modo que esta classe privilegiada ganhava reconhecimento e poder. De facto, nesse período histórico, Paris era o polo cultural da Europa

---

<sup>59</sup> Sobral, J. M. (2012). *Portugal, Portugueses: Uma Identidade Nacional*, Lisboa, Fundação Francisco Manuel dos Santos, p. 13.

<sup>60</sup> Sobre esta obra de referência para o conhecimento da “pegada literária” do património alimentar português, veja-se: Manupella, G. (1986). *O Livro de Cozinha da Infanta D. Maria de Portugal* com introdução de Salvador Dias Arnaut, Lisboa, Imprensa Nacional Casa da Moeda.

<sup>61</sup> Sobral, 2008, p. 108.

<sup>62</sup> Pinto, A. C. (2004). “Portugal contemporâneo: uma introdução”, in Pinto, A. C. (coord.) *Portugal Contemporâneo*, Lisboa, Publicações D. Quixote, p. 12.

e, em Portugal, a presença da cozinha francesa afirmava-se por vários meios: livros de culinária, cozinhas da elite e a restauração laureada pelos cozinheiros. Segundo Sobral, “apesar do reconhecimento dado a um receituário português, por vezes identificado por uma localidade ou região, é a cozinha de influência francesa que tem a primazia.”<sup>63</sup> No entanto, surge uma elite intelectual constituída por vários escritores que, ao criticarem a influência desta culinária, criaram a oportunidade de se pensar sobre o assunto. Novas necessidades surgiram, por questionamento dos hábitos instituídos na elite adepta da cozinha francesa, abrindo caminho ao reconhecimento do que é nacional.

O apelo ao tradicional e ao nacional rompe com uma normalidade estabelecida numa elite endinheirada e viajada. Almeida Garrett foi um dos primeiros defensores da cozinha portuguesa. O escritor e político português participou na revolução liberal do Porto de 1820. Adepto do nacionalismo, foi esse entusiasmo que o conduziu à pesquisa de tradições populares, fontes de identidade nacional.<sup>64</sup> Outro autor, Eça de Queirós, revela no romance *A cidade e as serras* um exemplo maior da defesa em prol de uma cozinha nacional.<sup>65</sup> Para além dos diversos estudos ecianos realçamos o de Peixinho referindo:

“As especialidades nacionais passam a preencher as cenas de mesa de narrativas como *A Cidade e as Serras*, *A Ilustre Casa de Ramires* e até mesmo a epistolografia de Carlos Fradique Mendes, sendo as eleitas pelos protagonistas, em detrimento dos cosmopolitas pitéus europeus, entendidos como a tradução em calão da *Haute Cuisine*.

É pela excelência da cozinha nacional que o snob e cosmopolita Jacinto é seduzido pela terra portuguesa. A personagem principal de *A Cidade e as Serras*, saturado do progresso e da sofisticação que o seu 202 em plena avenida dos Campos Elíseos lhe proporcionava, é conquistado pela ruralidade portuguesa em grande parte através da boca. Desde que chega ao seu país natal, Jacinto – que até então considerava inaceitável poder viver num submundo como aquele – é constantemente confrontado com a pureza da paisagem, a descontaminação dos ares, a beleza das serras do Douro e, claro está, com os novos paladares e odores da boa gastronomia nacional.”<sup>66</sup>

Também em Camilo Castelo Branco é notória a valorização da cozinha portuguesa. Esta aparece como reação à cozinha francesa e com inúmeros registos em contextos da dualidade entre rural e urbano. Apenas a título ilustrativo, refira-se que na obra *Coração, Cabeça e Estômago*, o autor

---

<sup>63</sup> Sobral, J. M. (2007). “Nacionalismo, culinária e classe: a cozinha portuguesa da obscuridade à consagração (séculos XIX-XX)”, *Revista Centro de Estudos Rurais – RURIS*, v. 1, n. 2, p. 28.

<sup>64</sup> Sobral, 2008, p. 111.

<sup>65</sup> Soares (2018b: 161) e Sobral (2008: 112).

<sup>66</sup> Peixinho, A. T. (2016). “Estética alimentar queirosiana: notas gastronómicas na obra de Eça de Queirós”, in Pinheiro, J., Soares, C. (eds.), *Patrimónios alimentares de quem e além-mar*, Coimbra-São Paulo, Imprensa da Universidade de Coimbra, Annablume, p. 212.

escreve “Quando cismava nisto, e me assaltava ao mesmo tempo a cobiça de entrar num restaurante *à la carte*, e pedir um pastel de pombos, corria-me de vergonha da minha viloa natureza!”<sup>67</sup>

O escritor Fialho de Almeida, que nos finais do século XIX escreve *Os Gatos*, conhecida obra de registo satírico, tem uma passagem bastante elucidativa a este respeito: “Se não pusermos dique à torrente de preparados desenxabidos com que Paris inunda as mesas do mundo dentro em pouco todos os pratos nacionais estarão perdidos.”<sup>68</sup> Na sua obra a “ligação que estabelece entre elementos reconhecidos pelas ideologias nacionalistas como parte integrante da essência da nacionalidade – a literatura e a história – e a cozinha são elucidativos.”<sup>69</sup>

Atentemos agora, de forma bastante sintética, os fenómenos socioeconómicos que deram, no período em análise, um impulso determinante ao reconhecimento da alimentação como fator identitário. Com a evolução da prática turística no final do séc. XIX, associada ao desenvolvimento das redes de transporte (comboios, barcos a vapor e carros), os agentes locais passam a valorizar essa prática, desenvolvendo-se as cozinhas regionais. De acordo com Braga, “Em Portugal, podem-se encontrar práticas turísticas com algum significado, alicerçadas em fontes diversas, desde a segunda metade do século XIX (...) limitadas ao âmbito restrito dos grupos com poder económico.”<sup>70</sup> Na Europa, esta prática estava enraizada e os guias de viagens tiveram um papel fundamental na divulgação destas atividades, “limitadas ao âmbito restrito dos grupos com poder económico”<sup>71</sup>.

Ao longo do período em estudo, a relação da culinária com a ideologia do regime político vigente está patente. Durante o regime fascista é notória essa relação ao nível do desenvolvimento da gastronomia portuguesa e da criação de narrativas, tendo como referência a tradição. É importante realçar que a tradição comporta contaminações resultantes de diversos lugares, mas fortemente alicerçada nos valores da nação. No Estado Novo a tradição é, para usarmos a conceptualização proposta por Hobsbawm, na verdade, uma “tradição inventada”, que legitima e consolida o valor de nação. Como observa o estudioso, “Muitas vezes, “tradições” que parecem ou são consideradas antigas são bastantes recentes, quando não são inventadas.”<sup>72</sup> Segundo o autor as tradições inventadas são construções da elite nacional, “altamente aplicáveis no caso de uma inovação histórica comparativamente recente, a «nação», (...).”<sup>73</sup>

---

<sup>67</sup> Castelo Branco, C. (1981a). *Coração, Cabeça e Estômago*, vol. 10, Lisboa, Círculo de Leitores, p. 49.

<sup>68</sup> Almeida, F. (1992). *Os Gatos*, vol. 4, Lisboa, Clássica Editora, p. 231.

<sup>69</sup> Sobral (2008: 112). Desse universo de autores que, no âmbito da defesa da culinária portuguesa, chamam a atenção para as cozinhas regionais e sobre os quais não desenvolveremos, fazem parte Albino Forjaz Sampaio (1884-1949), Júlio Dinis (1839- 1871), Ramalho Ortigão (1836-1915) e Teixeira de Vasconcelos (1816-1878). Em todos eles encontramos um discurso sobre a dicotomia nacional/estrangeiro em defesa do nacional.

<sup>70</sup> Braga, I. D. (2014). “Da dietética à gastronomia regional portuguesa: um estudo de caso”, *ArtCultura*, vol. 16, nº 28, p. 136.

<sup>71</sup> Braga, 2014, p. 136.

<sup>72</sup> Hobsbawm, 1984, p. 9.

<sup>73</sup> *Ibidem*, p. 9.

O século XX é marcado por grandes mudanças de ordem política, económica, social, cultural e educacional. Em Portugal vivemos um século marcado por três regimes políticos – I República (1910-1926), ditadura (1926-1974), incluindo o Estado Novo, e democracia/II República (pós -74).

Os contextos políticos vigentes no período de publicação das fontes em estudo (1936 a 2000) são relativos ao Estado Novo (regime político autoritário, autocrata e corporativista de Estado, com uma ideologia com forte componente católica que durante 41 anos ininterruptos vigorou em Portugal, desde a aprovação da Constituição de 1933) e à democracia, que se iniciou com a revolução no 25 de abril de 1974.

## 1.1. ESTADO NOVO

Embora tanto o Estado Novo como o regime democrático pretendam ambos projetar a identidade portuguesa, servem-se de propósitos diferentes e em contextos histórico e económico-sociais muito distintos. A agenda política do Estado Novo (1933-1974) foi guiada pelo orgulho nacionalista, realçando as origens ideológicas da direita radical e do tradicionalismo antiliberal<sup>74</sup>. A figura mais proeminente na história do regime, António de Oliveira Salazar, professor de Finanças na Faculdade de Direito da Universidade de Coimbra, a 27 de abril de 1928 foi convidado a assumir a pasta das finanças para restabelecer a ordem financeira, tendo governado por meio de uma política caracterizada pela austeridade. Com efeito, em 1929, com o *crash* da bolsa de Nova Iorque, a conjuntura internacional teve grande impacto no nosso país. O custo de vida aumentou de modo incontrolável para as famílias portuguesas da classe economicamente desfavorecida, num país com predomínio da ruralidade e elevados índices de analfabetismo. Estavam criadas as condições ideais para a implementação de um regime autoritário, autocrata e corporativista.

De acordo com Sobral, “As preocupações nacionalistas que, em Portugal, como em toda a parte, atravessam o campo literário, artístico e científico atingem também a cozinha.”<sup>75</sup> A literatura de cariz culinário criada no Estado Novo reflete a defesa de um receituário nacionalista com base em produtos locais de cada região. Em particular as políticas culturais do regime, desenvolvidas por António Joaquim Tavares Ferro com o objetivo de fazer sobressair o interesse pelos costumes locais, contribuem para a consolidação de uma cozinha identitária.

Os livros de cozinha publicados durante o regime do Estado Novo refletem o país governado pelos ideais contidos na tríade “Deus, Pátria e Família”. Portugal era um país católico, subjugado ao esforço exacerbado da poupança, pois para Salazar era imperativo equilibrar as finanças do país. O público feminino era o público-alvo destes livros de cozinha. Segundo Braga, “durante uma boa parte do século XX, a culinária no feminino era, antes de mais, a possibilidade de bem alimentar as famílias, uma tarefa eminentemente pertença das mulheres e, em especial, das donas de casa.”<sup>76</sup>

A grave crise alimentar instalada na cidade do Porto, em 1943, as manifestações de descontentamentos populares, estudantis e dos operários, marcadas por greves no Porto e em Matosinhos (dos pescadores, padeiros, serviços públicos)<sup>77</sup> e o atraso na concretização das reformas prometidas, tornam o regime de Salazar frágil e pouco sustentável.

---

<sup>74</sup> Pinto, 2004, p. 34.

<sup>75</sup> Sobral, 2007, p. 41.

<sup>76</sup> Braga, I. D. (2008). “Culinária no feminino: os primeiros livros de receitas escritos por portuguesas”, *Cadernos Espaço Feminino*, v. 19, nº 1, p. 135.

<sup>77</sup> Ramos, L. A. O. (2000) (dir.). *História do Porto*, Porto, Porto Editora, p. 664.

Apesar do crescimento económico em Portugal devido ao processo de adesão à EFTA, à emigração portuguesa para a Europa e ao início do turismo estrangeiro de massas para a costa Sul,<sup>78</sup> o desgaste do país decorrente da guerra colonial, desencadeou grande descontentamento na população e nas forças armadas. Neste contexto, forças militares derrubam a ditadura do Estado Novo. Dá-se a revolução do 25 de abril em 1974, com posterior instauração da democracia e da independência dos territórios africanos, as ditas “províncias ultramarinas”, que Portugal governava.

Consideremos, ainda que de forma sumária e apoiada em estudos já elaborados, a expressão do nacionalismo e da identidade culinária portuguesa na literatura da especialidade. Segundo Sobral: “Os primeiros livros que reivindicam ser da cozinha portuguesa surgem nos inícios do século XX. Talvez a melhor síntese do modo como a visão nacionalista embebe domínios diferentes resida num excerto de uma carta que Eça de Queirós escreve de França a Oliveira Martins, em 1884. Mesmo tendo em conta a ironia do autor, são linhas reveladoras do modo como se pensava que a identidade nacional podia perpassar algo tão distinto como a literatura, a psicologia coletiva, a música e a comida: «Os meus romances, no fundo, são franceses, como eu sou, em quase tudo, um francês – excepto num certo fundo sincero de tristeza lírica que é uma característica dos portugueses, um gosto depravado pelo fadinho, e no justo amor do bacalhau de cebolada.”<sup>79</sup>

Num contexto claro de exaltação nacionalista, os livros de cozinha que surgem nos inícios do séc. XX reproduzem as ideologias dos poderes políticos vigentes. Estas obras são de estudo obrigatório para conhecermos a “pegada literária” do receituário da culinária portuguesa. Por exemplo o livro *Cosinha Portuguesa ou Arte Culinária Nacional*, primeira obra a ter no título a marca inequívoca de um discurso nacionalista culinário, com a 1ª edição de 1899 e a 2ª de 1902, tem por “autoras” anónimas das receitas aí compiladas senhoras ligadas à Igreja Católica. O compilador também não se identifica, mas, de acordo com Soares, a sua ligação ao universo religioso é inequívoca<sup>80</sup>. Importa à nossa análise considerar a conclusão que a estudiosa retira sobre a natureza compósita da percepção de sentido dado a “nacional”: “percebemos que o espectro simbólico do nacional abarca tanto o coletivo como o individual, tanto o que se herda, como o que se transmite (aos familiares e vindouros), resultando num diálogo constante entre o público e o privado, o grupo e o sujeito.”<sup>81</sup>

---

<sup>78</sup> Barreto, A. (2004). “Mudança Social em Portugal: 1960-2000” in Pinto, A. C. (coord.) *Portugal Contemporâneo*, Lisboa, Publicações D. Quixote, pp. 138-142.

<sup>79</sup> Sobral, 2012, p. 88.

<sup>80</sup> De acordo com Soares (2018b: 161): “Se tivermos em linha de conta o teor das reflexões contidas nesses «preliminares» (ensinamentos sobre moral e filosofia cristãs, seguidos de guia prático de preceitos de habitação, água, vestuário e diversos), torna-se evidente o peso que a mentalidade catequizadora da instituição proponente assume na «mensagem» que a obra encerra.”

<sup>81</sup> Soares, 2018b, p. 168.

Em 1904 é publicado o *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* com autoria, sob pseudónimo, de Carlos Bento da Maia. Segundo Quitério<sup>82</sup>, é uma obra que conheceu “êxito sólido” e é “uma súmula da cozinha burguesa que não descarta a popular e a regional portuguesa.”

Em 1936 surge a primeira obra que coloca a culinária portuguesa na agenda política do regime nacionalista, a *Culinária Portuguesa* de António Maria de Oliveira Bello (OLLEBOMA), editor-compilador. Este industrial pertencia à elite que consumia a culinária francesa, foi membro da Sociedade de Propaganda de Portugal e do Conselho Internacional de Turismo e membro fundador e primeiro Presidente da Sociedade Portuguesa de Gastronomia (1933). Nesta obra é apresentado um conjunto alargado de receitas cedidas por “senhoras de Lisboa e das províncias”,<sup>83</sup> publicadas como identitárias da culinária nacional. *Culinária Portuguesa* é uma obra que, do ponto de vista do próprio autor, rompe com princípios e apresenta o receituário português com um brio nacionalista condizente com a ideologia do regime: “A cozinha Portuguesa é saborosa, higiénica, substancial e muito característica. As matérias primas empregadas de produção nacional são, culinariamente, perfeitas. A condimentação é variada, mas sem exageros.”<sup>84</sup>

Em 1962, Maria Odette Cortes Valente, autora da “primeira compilação à escala de receitas regionais”, contribuiu “para a fixação de um receituário e para a identificação entre regiões e pratos.”<sup>85</sup> A obra de Cortes Valente é importante para o nosso estudo, nomeadamente pelas sucessivas publicações feitas ao longo do século XX, que fizeram dela uma obra consentânea com os dois regimes políticos.

---

<sup>82</sup> Quitério, 2005, p. 384.

<sup>83</sup> Bello, A. M. O. (1963). “Prefácio” in Bello, A. M. O., *Culinária Portuguesa*, Lisboa, Ed. do Autor, p. 19.

<sup>84</sup> Ibidem.

<sup>85</sup> Sobral, 2008, 119.



## 1.2. REGIME DEMOCRÁTICO

A mudança de regime implica a instauração de políticas muito diferentes das do Estado Novo. Estas contemplam a criação de condições sociais, económicas, culturais e educacionais que visam permitir o exercício livre e igual de cada cidadão. Semelhantes melhorias implicam claramente um aumento do poder de compra, um maior acesso à informação e à diversidade de produtos e meios disponíveis.

No regime político democrático, a culinária estrangeira vai continuando a perder visibilidade relativamente à culinária portuguesa, alinhando agora com os ideais socialistas de dar voz e destaque ao povo, valorizando a cultura e as tradições nacionais.

Em 1976, a regionalização é inscrita na Constituição e, neste mesmo ano, nas eleições autárquicas no Porto, a maioria vencedora é socialista. No ano seguinte Portugal candidata-se à CEE. As ações governativas para salvaguarda das identidades regionais e a promoção dos produtos regionais mantiveram-se. Exemplo disso é o aparecimento tanto de produtos com denominação de origem e de indicação geográfica protegidas como de confrarias gastronómicas, constituindo mecanismos de defesa e promoção de especialidades da alimentação e da culinária nacional.

No que diz respeito aos livros de cozinha editados neste regime político, o foco continua direcionado para a culinária portuguesa, em prejuízo do interesse por cozinhas estrangeiras. Um movimento social, cultural e político de valorização da cultura, em geral, e das tradições culinárias, em particular, servem de contexto ao universo de livros culinários com que trabalhamos. Destacamos duas dessas fontes. Maria Helena Tavares de Crato publica, entre 1978-1981, a obra *Cozinha Portuguesa I, II e III*. Segundo Soares: “desde o título, à foto que ilustra a capa do vol. I (exibindo sopa de caldo verde, fatias de broa de milho, azeitonas e uma caneca de vinho tinto) e ao texto de apresentação impresso na contracapa (em que se declara estar o leitor perante “receitas genuinamente portuguesas”) que fica claro o desejo de explorar o potencial comercial da obra com base na sua dimensão identitária nacional.”<sup>86</sup>

A obra *Cozinha Tradicional Portuguesa* de Maria de Lourdes Modesto desde a primeira edição, em 1982, mantém até à atualidade grande sucesso editorial.<sup>87</sup> Segundo Abreu, esta obra surge do confronto entre a cozinha tradicional portuguesa com a cozinha estrangeira, “articulando o processo histórico e social de evolução e afirmação da identidade nacional.”

---

<sup>86</sup> Soares, 2018a, p. 87.

<sup>87</sup> Abreu, M. P. (2018). *Cozinha Tradicional Portuguesa de Maria de Lourdes Modesto: Contributos para a construção das identidades e do património culinário português*. (Monografia de Mestrado em Ciências Gastronómicas, não editada), Lisboa, Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa, p. 1.

## 2. A CULINÁRIA PORTUENSE EM LIVROS DE COZINHA PORTUGUESA DO SÉC. XX

### 2. 1. UNIVERSO DE FONTES SELECIONADAS

Para alcançarmos o objetivo geral da nossa investigação - que é estudar os contributos das obras selecionadas de culinária portuguesa do século XX para o conhecimento da identidade e do património culinário da cidade do Porto, a partir das narrativas construídas em literatura culinária - selecionámos 53 fontes escritas (todas obras de culinária portuguesa do século XX), cujos títulos evidenciam a ideia de identidade culinária nacional.

Ao longo do tempo, as receitas vão sofrendo modificações e os livros de cozinha não refletem exatamente o contexto social a elas associado na sua origem. Há incrementos, muitas vezes, resultantes da passagem da mensagem oral à escrita. Portanto, modificações no receituário vão surgindo ao longo do tempo. Basta pensarmos na raiz etimológica da palavra “receita”, que provém do latim: *recepta*. *Recepta* é o particípio passado do verbo latino *recipere* “receber”, que pressupõe a existência de um emissor e de um recetor. Neste âmbito, também é de considerar aquele que passa a receita à prática. Assim, ao longo do tempo, as receitas sofrem alterações. No entanto, procuramos a partir dos nossos dados um perfil identitário nos procedimentos, que traduza a cultura de um povo, também ela em mutação ao longo do tempo. Citando Quitério “(...) é nos livros que aqui se expõem que terá que mergulhar quem quiser conhecer e compreender o povo que somos. Esta é a nossa (possível) memória gastronómica registada, um dos elementos fundamentais da nossa cultura.”<sup>88</sup>

Seguindo a proposta de Albala, trabalhamos estes livros de culinária como documentos históricos. Tivemos por “guião” de análise as já atrás enunciadas “cinco perguntas básicas sobre proveniência e propósito. Quem escreveu o livro de culinária? Qual foi o público alvo? Onde foi produzido e quando? Porque foi escrito?”<sup>89</sup> Com base nesse questionário de investigação, elaborámos uma ficha de leitura para cada obra (Apêndice). Importa esclarecer que, no caso das obras *O Mestre Cozinheiro – Tratado Completo de Culinária: Cozinha Regional Portuguesa, Cozinha Francesa, Conservas de legumes e frutas, Doçaria e Licores. Novas Regras e Novas Receitas*, de Laura Santos (1955), e da *Cozinha Regional Portuguesa*, de Maria Odette Cortes Valente (1987), tivemos de elaborar para cada uma delas quatro fichas. Esta situação tem que ver com o facto de as obras em causa possuírem vários volumes e livros. A primeira obra inclui dozes volumes distribuídos por quatro livros

---

<sup>88</sup> Quitério, 2015, p. 316.

<sup>89</sup> Albala, 2012, p. 231.

e a segunda apresenta quatro volumes distribuídos, também, por quatro livros. Perfazendo, assim, 59 fichas de leitura em resultado da análise documental.

Segundo Notaker “os livros de culinária fornecem conhecimentos importantes sobre vários assuntos e devem ser estudados como produto cultural em si e não apenas como uma fonte para outros assuntos”.<sup>90</sup> Nesse sentido, procurámos elaborar fichas de leitura que não fossem meros documentos de informação condensada, para consulta e armazenamento, mas que veiculassem dados importantes para a compreensão da presença de uma narrativa da *culinária portuense* a partir dessas fontes.

A distribuição das obras analisadas pelos dois regimes da ditadura e da democracia, de acordo com as suas datas de publicação é a seguinte:

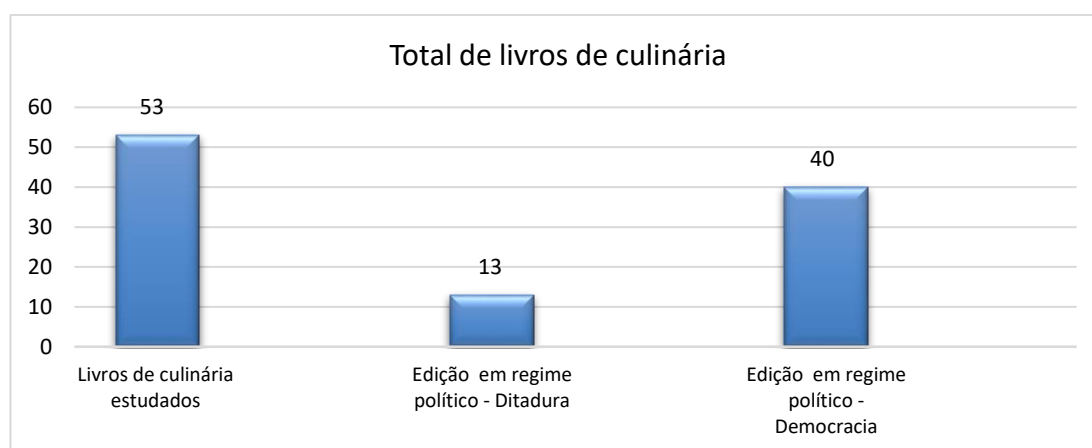


Figura 1 - Distribuição das obras de culinária estudadas por regime político.

Como observamos no gráfico da figura 1, o número de livros selecionados no regime de ditadura é menor relativamente ao número selecionado no regime democrático. Este desequilíbrio tem por causa primeira o facto de, durante a ditadura, o universo editorial ser de menor expressão<sup>91</sup>. Ao invés, o regime democrático promove o conhecimento e o desenvolvimento em várias áreas, o que nos permitiu alcançar uma amostra de 40 obras, considerando que o universo editorial em questão é, neste contexto, claramente maior.

Destacamos os livros com maior número de receitas da *culinária portuense*, pela importância que assumem na construção identitária da culinária nacional, a saber: *Culinária Portuguesa*, António

<sup>90</sup> Notaker, 2012, p. 124.

<sup>91</sup> Para essa realidade aponta nomeadamente Medeiros: “Com efeito, durante o período autoritário o conjunto dos editores defronta-se com uma realidade inegavelmente adversa, do ponto de vista da compreensão das ideias, da inserção policial no comércio de bens culturais, da inserção policial no comércio de bens culturais, da exiguidade do mercado, da progressão de meios alternativos de comunicação e entretenimento, (...)” (in “Edição de livros e Estado Novo: apostolado cultural, autonomia e autoritarismo.” in Domingos N., Pereira V. (eds.). *O Estado Novo em questão*, Lisboa, Edições 70, p. 157).

Maria de Oliveira Bello [OLLEBOMA] (1936); *A Cosinheira das Cosinheiras: A Arte de Bem Comer*, Rosa Maria (1950); *Cozinha Regional Portuguesa*, Maria Odette Cortes Valente (1962); *Cozinha Ideal*, Alda de Azevedo (1965); *Cozinha Regional Portuguesa*, Maria Odette Cortes Valente (1973); *Cozinha Tradicional Portuguesa*, Maria de Lourdes Modesto (1982); *Tesouros das Cozinheiras*, Miréne (1983); *Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa*, Maria Emília Cancellata (1984); *Cozinha Regional Portuguesa*, Maria Odette Cortes Valente (1987); *Cozinha de Portugal - Entre Douro e Minho*, Maria Odette Cortes Valente (1993); *Cem Maneiras de Cozinhar Bacalhau*, Rosa Maria (1996); *O Livro de Pantagruel*, Bertha Rosa-Limpo (1997); *Gastronomia Portuguesa – Tradição e Prática Regional*, Maria Odette Cortes Valente (1998); *Bacalhau em Português*, Carlos Consiglieri e Marília Abel (1999).

No nosso recorte de fontes tivemos ainda a preocupação de incluir alguma diversidade de perfis editoriais, nomeadamente no que se refere a publicações destinadas a um público não falante do português. Perceber qual a identidade construída pelos autores de obras de culinária destinadas a leitores estrangeiros afigura-se-nos uma dimensão indispensável a uma mais completa resposta às nossas perguntas de investigação. Assim, considerámos oito livros de culinária portuguesa escritos em idiomas estrangeiros, inglês e francês, que são: *How To Be a Good Portuguese Book – Traditional Portuguese Recipes* [autoria desconhecida] (1968); *Portuguese Cookery*, Ursula Bourne (1973); *The Home Book of Portuguese Cookery*, Maite Manjón (1974); *The Food of Portugal*, Jean Anderson (1986); *Traditional Portuguese Cooking & Typical Sweets*, Rosa Maria Cunha e Helena Raposo (1992); *Portuguese Cooking*, António Manuel Coelho (1995); *The Taste of Portugal - Traditional Portuguese Cuisine*, Edite Vieira (1995); *La Cuisine Portugaise de Tradition Populaire – Le Grand Clasique d’une Fabuleuse Cuisine de Terroir*, Jorge Tavares da Silva (1999).

## 2.2. AUTORIA DAS FONTES ANALISADAS

No que diz respeito à referência expressa nas obras quanto à identidade dos seus autores, verificámos que no total de cinquenta e três (53) obras estudadas há quarenta e dois (42) nelas contemplados. Verifica-se ainda que, destas quarenta e dois (42), oito (8) foram dadas à estampa durante o regime ditatorial (1974 inclusive) e trinta e quatro (34) durante o regime democrático (até 2000). Os resultados obtidos em termos de distribuição dessas autorias por género merece-nos uma reflexão mais detalhada.

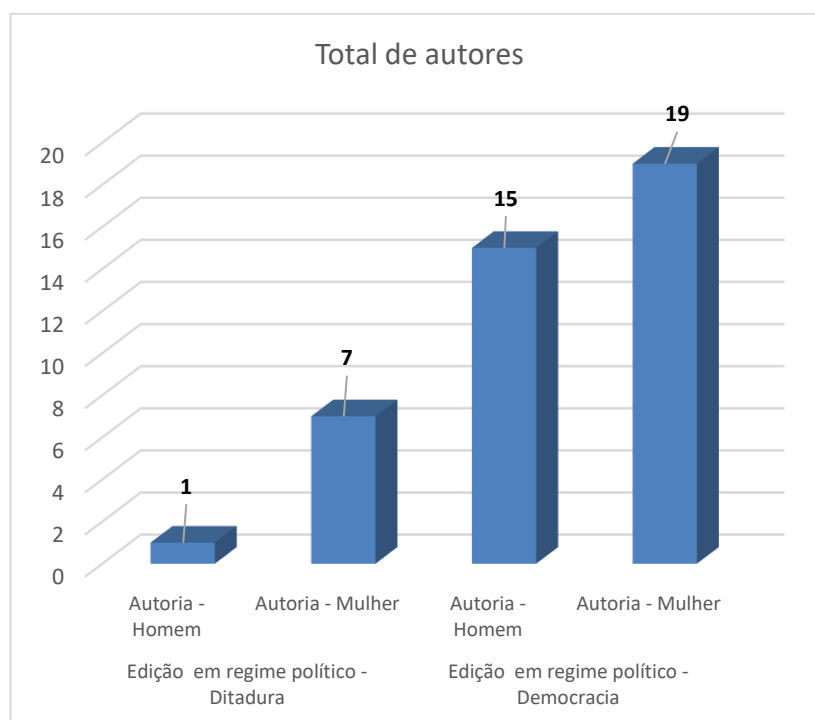


Figura 2 - Total de autores por género e distribuição das publicações por regime.

No que se refere ao período do Estado Novo, verificámos terem sido publicados mais assinados por nomes femininos (7), do que masculinos (apenas 1). O predomínio das mulheres no universo culinário condiz com os ideais políticos vigentes. Que a cozinha era um espaço de ação seu, confirma-o, por exemplo a seguinte doutrina, retirada da obra *O Mestre Cozinheiro*: “Nenhuma senhora, ciosa da sua própria aparência física, e, também zelosa da boa harmonia conjugal sob os seus múltiplos aspetos, deve descurar o seu vestuário dentro de casa, e, principalmente na cozinha, onde a sua ação é preciosa.”<sup>92</sup> Como bem sublinhou Braga, o século XX ficou marcado no panorama nacional pelos primeiros livros de culinária escritos no feminino, tornando-se relevantes ao longo do tempo devido

<sup>92</sup> Santos, L. (1955). *O Mestre Cozinheiro – Tratado Completo de Culinária: Cozinha Regional Portuguesa, Cozinha Francesa, Conservas de legumes e frutas, Doçaria e Licores. Novas Regras e Novas Receitas*, Lisboa, Editorial Laves, p. 195.

às sucessivas edições.<sup>93</sup> Note-se que, de acordo com Bower, há diferenças evidentes entre um livro de cozinha saído da mão de um homem ou de uma mulher, uma vez que “a escrita feminina de livros de culinária tem um carácter autobiográfico, mais do que biográfico, pois contém um discurso parcelar e fragmentado da vida do “eu” autoral”.<sup>94</sup>

A única obra desse período por nós estudada e com assinatura masculina é a de António Maria de Oliveira Bello, considerado o representante máximo da colocação da “culinária nacional” na agenda política do país com a extensa recolha do receituário regional português<sup>95</sup>. Também merece menção Maria Odette Cortes Valente, por ser a autora com mais obras, cinco, e por ter editado tanto no regime do Estado Novo como na democracia. Salientamos, ainda, que esta autora tem uma obra que, de acordo com Sobral, é “a primeira compilação em larga escala de receitas regionais”<sup>96</sup>, a *Cozinha Regional Portuguesa* (1973).

Das restantes autoras destacamos: Maria Minho, Alda de Azevedo, Etelevina Lopes de Almeida, Ursula Bourne e Rosa Maria. De acordo com Braga e Pilla, “Rosa Maria era, na verdade, um senhor chamado Gaspar de Almeida (...) e publicou diversos livros de cozinha, todos eles pautados pela ideia de permitir às donas de casa realizar pratos económicos. A obra de maior sucesso foi *A Cosinheira das Cosinheiras*, com 32 edições até 1999.”<sup>97</sup> Assim, por não conseguirmos confirmar os dados biográficos de todas as autoras, não descartamos a possibilidade de alguns desses nomes poderem ser pseudónimos a esconderem uma autoria masculina.

Fora desse universo de obras com autoria declarada, também inserimos no nosso universo de análise uma obra de tipologia coletiva particular. Trata-se da obra *Receitas de Cozinha e Doçaria Portuguesa*, publicada em 1971 pela Secretaria de Estado da Informação e Turismo (SEIT). É uma “Colecção das receitas premiadas no Concurso de Cozinha e Doçaria Portuguesa realizado em 1962 com a colaboração da RTP”<sup>98</sup>. Este concurso, fruto de uma política corporativista do SNI (Serviço Nacional de Informação), deu visibilidade à cozinha regional portuguesa por meio da televisão.

Esclarecemos, ainda, que não nos foi possível apurar a autoria das obras *O Vinho do Porto na Culinária* (1961) e *How To Be a Good Portuguese Book – Traditional Portuguese Recipes* (1968). No livro de culinária *A Cozinha do Mundo Português – 1001 Receitas Experimentadas* (1962) o significado da autoria M.A.M. também é por nós desconhecido.

---

<sup>93</sup> Braga, 2008, p. 117.

<sup>94</sup> Bower, 1997, pp. 30-31.

<sup>95</sup> Sobral (2008: 114-115); Braga (2014: 138).

<sup>96</sup> Sobral, 2008, p. 118.

<sup>97</sup> Braga, I. D.; Pilla, M. C. A. P. (2018). “Rosa Maria para a elite, Rosa Maria para o povo: culinária brasileira e culinária portuguesa na primeira metade do século XX” in *Revista de História*, São Paulo, n. 177, pp. 13-14.

<sup>98</sup> Portugal. S. E. I. T. (1971). *Receitas de Cozinha e Doçaria Portuguesa*, Lisboa, Secretaria de Estado da Informação e Turismo.

Como observamos no gráfico da figura 2, no regime democrático, este predomínio de número de autores por universo altera-se. O universo de autoras é de dezanove (19) e o universo de autores de quinze (15). Do primeiro grupo fazem parte Dulce Mourato, Edite Vieira Phillips, Helena Raposo, Jean Anderson, Maria da Conceição Janeiro, Maite Manjón, Marília Abel, Maria João Costa Cristóvão, Maria Laura Navega Correia e Vanda Bourgette. No entanto, as autoras que se destacam, pela notoriedade decorrente das sucessivas edições dos seus livros são sete, das quais evidenciaremos as quatro que seguem e sobre as quais pudemos apurar alguma informação biográfica (ainda que por vezes muito escassa)<sup>99</sup>:

- Bertha Rosa Limpo, cantora lírica que publicou em 1945 *O Livro de Pantagruel* (primeira edição). Da sua importância no panorama dos estudos sobre livros de culinária portugueses nos dá conta Braga, “Esta é uma obra ímpar no panorama editorial culinário português”.<sup>100</sup>

- Maria Emília Cancellata de Abreu, fundadora e diretora da revista *Banquete*, colaboradora em várias revistas e jornais, é considerada por Iken, em livro resultante da sua investigação desenvolvida para a dissertação de mestrado em “Alimentação: Fontes, Cultura e Sociedade”, “a maior gastrónoma portuguesa e de ter inventariado ao longo de 14 anos – entre 1960 e 1974 – nas páginas da revista que criou e dirigiu, aquela que é, a seu ver, a primeira grande construção identitária do património gastronómico português”.<sup>101</sup>

- Maria de Lourdes Modesto, professora e apresentadora, na televisão pública e na rádio, de um programa pioneiro intitulado “Culinária”, é também, autora de inúmeros livros de cozinha. Entre eles, destacamos no nosso estudo quatro títulos: *Doze Meses de Cozinha* (1977); *Cozinha Tradicional Portuguesa* (1982); *Receitas Escolhidas* (1982); *Doces Conventuais e Licores da Tradição Portuguesa* (1989). Em investigação conducente ao grau de mestre, Abreu (2018) defendeu que esta autora é, no panorama literário em questão, a responsável pela consagração da cozinha tradicional portuguesa e pela afirmação da identidade culinária nacional.

- Maria Helena Tavares Crato, autora de três livros de culinária constantes do nosso *corpus* de análise (*Cozinha Portuguesa I, II e III*, 1980-81), refere que “desde criança, me atraiu a azáfama criadora da cozinha (...) Mal aprendi a ler e escrever, dei em copiar receitas.” O editor da obra, destaca o contributo da mesma para a construção de uma narrativa culinária nacionalista, assente nas suas regiões, pois apresenta ao leitor “um vasto leque de receitas genuinamente portuguesas de norte a sul (e de leste a oeste) do País.”<sup>102</sup>

---

<sup>99</sup> As restantes três são Miréne, de nome próprio Maria Irene Andrade Braga da Silva Teixeira, Maria Helena Fontalva e Rosa Maria Cunha.

<sup>100</sup> Braga, I. D. (2008). “Culinária no feminino: os primeiros livros de receitas escritos por portuguesas” in *Cadernos Espaço Feminino*, v. 19, nº 1, p. 131.

<sup>101</sup> Iken, F. (2019). *Códice de Sabores Portugueses*, [s.l.], Prime Books, pp. 13-14.

<sup>102</sup> Crato, M. H. T. (1981). *Cozinha Portuguesa I*, Lisboa, Editorial Presença / Brasil: Livraria Martins Fontes, contracapa.

O universo de autores de livros de culinária evidencia o interesse pelo assunto da parte de indivíduos com perfis muito distintos. Desde Chefes de Cozinha a *entertainers* televisivos, passando por profissionais com áreas de formação académica que estimulam de forma diversa o interesse por este tipo de literatura (arquitetura, antropologia, jornalismo, linguística), até um ator e restaurador. Por exemplo: Hélio Loureiro (chefe de cozinha), Luís Goucha (*entertainer* televisivo), Emanuel Ribeiro (arquiteto, poeta, etnógrafo, arqueólogo), Alfredo Saramago (antropólogo), Alfredo Hervías y Mendizábal (jornalista), Jorge Tavares da Silva (linguista) e Jorge Vale (ator e restaurador).



### 2. 3. PÚBLICO-ALVO DAS FONTES ANALISADAS

No respeitante à caracterização do público-alvo, constatámos que é muito diversificado. No entanto, considerando três critérios (o papel da mulher na família, a profissão e o nível sociocultural) conseguimos identificar três perfis de público-alvo distintos. Com base nesses critérios, pudemos individualizar livros dirigidos às donas de casa, livros dirigidos a profissionais (hoteleiros e chefes de cozinha) e livros dirigidos a um público culto com capacidade económica e que valoriza o património culinário.

Percebemos que as publicações de culinária impressas no Estado Novo adotaram uma linha claramente orientada para as mulheres, ainda que diferenciando categorias socioeconómicas, pois deparamo-nos, como observam Braga, com “dois tipos de obras, umas dedicadas às senhoras endinheiradas e outras às mulheres mais pobres.”<sup>103</sup> Nos prefácios de algumas dessas obras, encontramos alusões expressas ao seu público-alvo feminino. Para melhor ilustrar, referimos o livro *O Vinho do Porto na Culinária* (1961), destinado às “(...) Donas de Casa, desejosas de tornar o seu lar atraente e elegante, (...)”<sup>104</sup> e a obra *A Cosinheira das Cosinheiras: a arte de bem comer de Rosa Maria* (1950), onde se lê “As senhoras que dirigem o lar doméstico (...) tive a preocupação de somente pôr neste livro, receitas práticas, facilitando às donas de casa a direção mais importante do «menage», a alimentação.”<sup>105</sup> Já Alda de Azevedo, em *Cozinheira Ideal* (1955), dedica a sua obra “às queridas leitoras” que são “donas de casa, não só depara já com a refeição diária organizada, como ainda com a maneira de encontrar facilmente, nos mercados, os alimentos a cozinhar.”<sup>106</sup> E Laura Santos, em *O Mestre Cozinheiro – Tratado Completo de Culinária: Cozinha Regional Portuguesa, Cozinha Francesa, Conservas de Legumes e frutas, Doçaria e Licores. Novas Regras e Novas Receitas* (1955), escreve: “Eis aqui um livro da mais alta utilidade, expressamente composto para todas as donas de casa, senhoras que desejam adquirir sempre, mais e melhor, conhecimentos dessa arte que se chama: culinária.”<sup>107</sup>

Esta centralidade do feminino está de acordo com o discurso ideológico do regime da ditadura portuguesa assente na trilogia Deus - Pátria - Família, contexto em que o papel tradicional da mulher é realçado. A mulher é o pilar da família e, muito “confinada” à vida em casa e da casa, é a responsável

---

<sup>103</sup> Braga, 2008, p. 120.

<sup>104</sup> *O Vinho do Porto na Culinária* (1961). Porto, Grémio dos Exportadores do Vinho do Porto, p. 2.

<sup>105</sup> Maria, R. (1950). “Senhoras que digirem o lar doméstico”, in Maria, R., *A Cosinheira das Cosinheiras: A Arte de Bem Comer*, (7ª ed.), Lisboa, Empresa Literária Universal, p. 5.

<sup>106</sup> Azevedo, A. (1965). “Às leitoras”, in Azevedo, A., *Cozinheira Ideal*, (15ª ed.), Barcelos, Companhia Editora do Minho, p. 5.

<sup>107</sup> Santos, L. (1955). *O Mestre Cozinheiro: Tratado Completo de Culinária, Cozinha Regional Portuguesa, Cozinha Francesa, Conservas de Legumes e Frutas, Doçaria e Licores. Novas Regras e Novas Receitas*, Lisboa, Editorial Laves, p. 5.

pelas práticas da economia doméstica.<sup>108</sup> Assim, na introdução do livro *Cozinha do Mundo Português – 1001 Receitas Experimentadas* (1962) de M.A.M, lemos o seguinte:

“Principiantes, não se assustem! Este não é mais um tratado de exclusiva «Alta Cozinha» em que as nossas simples, corriqueiras e quotidianas dificuldades ficam sem auxílio ou resposta. Será antes uma «Iniciação à Culinária» dirigida a todas as donas de casa, que tantas vezes se têm visto em sérios apuros (...) uma dona de casa terá de estar atenta e pronta a poder competir com tais requintes e conservar o ambiente do lar igualmente agradável e atraente. Mas cuidado com o equilíbrio do orçamento doméstico! (...) Só não poupem a paciência.”<sup>109</sup>

No contexto democrático as publicações escritas por mulheres e para mulheres mantêm-se. Exemplo disso é o caso das seguintes autoras:

- Miréne, em *Tesouro das Cozinheiras* (1983), que esclarece: “Sendo incontestável que não pode haver uma boa dona de casa que não seja, antes de mais, boa cozinheira (...) este livro (...) tem um único objetivo: torna-se o «tesouro» de todas as Mulheres desde a mais humilde à de mais elevada hierarquia social.”<sup>110</sup>

- Maria Helena Fontalva, em *Receitas Da Cozinha Portuguesa – Manual De Bem Comer Para Bem Viver* (1987), apresenta nota justificativa e dedica o seu livro “(...) pequeno manual – que auxiliará as donas de casa a elaborarem alimentos saborosos, sadios e nutritivos.”<sup>111</sup>

- Bertha Rosa-Limpo, no prefácio da 23ª edição d’*O Livro de Pantagruel*, escreve para as mulheres que queiram aprender as técnicas da arte culinária. Assim, lê-se “terminava fazendo votos para que o Pantagruel tivesse êxito «culinário», isto é, que a mulher portuguesa o recebesse como amigo, reconhecendo nele o desinteresse de um conselheiro sempre pronto a servi-la nas horas boas e nas horas más.”<sup>112</sup>

- Maria de Lourdes Modesto, em *Receitas Escolhidas* (1982), escreve no prefácio do seu livro: “Surge agora *Receitas Escolhidas*: (...), não esquece a época em que a economia de tempo e de meios não se afasta um segundo do pensamento da dona de casa. (...) Resta-me desejar às leitoras tantos sucessos quantas as receitas que adoptaram deste livro, que é também o meu livro de cozinha.”<sup>113</sup>

<sup>108</sup> De acordo com Braga (2008: 122), “Durante o Estado Novo (1933-1974), Salazar não descurou as mulheres tentando mantê-las em casa e moldá-las de acordo com os seus ideais políticos.”

<sup>109</sup> M.A.M. (1962). “Duas Palavras”, in M.A.M., *Cozinha do Mundo Português – 1001 Receitas Experimentadas*, Porto, Livraria Tavares, pp. 9-11.

<sup>110</sup> Miréne (1983). “Prefácio”, in Miréne, *Tesouro das Cozinheiras*, Porto, Porto Editora, p. 6.

<sup>111</sup> Fontalva, M. H. (1987). “Nota Justificativa”, in Fontalva, M. H., *Receitas da Cozinha Portuguesa – Manual de Bem Comer para Bem Viver*, Lisboa, Editorial Domingos Barreira, p. 3.

<sup>112</sup> Rosa-Limpo, B. (1997). “Prefácio da 23ª edição”, in Rosa-Limpo, B., *O Livro de Pantagruel*, Lisboa, Círculo de Leitores, p. 11.

<sup>113</sup> Modesto, M. L. (1982). “Prefácio – Mais duas palavras”, in Modesto, M. L., *Receitas Escolhidas*, 2ª ed. revista e aumentada, Lisboa, Editorial Verbo, pp. 7-8.

No entanto, de acordo com Barbosa e Gomes: “O tom caseiro, intimista, alegre e cúmplice, que permeava os títulos e os prefácios de muitos dos livros das décadas anteriores, se altera. A sensação de orgulho e de responsabilidade que permeava o texto das autoras, ao escreverem para mulheres que eram donas de casa e que, como elas, cozinhavam para a família e se sentiam responsáveis pela saúde de maridos e filhos, é quase inexistente no final da década de 1980.”<sup>114</sup>

Vejamos agora a categoria de livros de cozinha destinados a profissionais. Em *Culinária Portuguesa* (1936), António Maria Oliveira Bello, agradece às “senhoras de Lisboa e das províncias” a partilha das receitas, mas dedica o livro aos profissionais “hoteleiros e proprietários dos restaurantes, especialmente das regiões turísticas e de passagem mais ou menos forçada do automobilismo, para as receitas culinárias nacionais, lembrando a conveniência, para eles individualmente e para a região onde vivem e trabalham, (...)”<sup>115</sup>

José António Santos em *Cozinha Portuguesa – Escola de Cozinha* (1992), refere “Todos os que adquirirem esta Escola de Cozinha vão encontrar surpresas, sensações e verdadeiras tentações. Mas vão enternecer-se, também, (...) vão voltar a confeccionar como forma de transmitir aos filhos os velhos saberes e sabores da cozinha tradicional portuguesa.”<sup>116</sup>

Joaquim António Janeiro e Maria da Conceição Janeiro, autores do livro *Cozinha Portuguesa para Restaurantes – receitas para refeições numerosas* (1993), dedicam-no a um público profissional com teor mais técnico “Eis-nos perante um livro sobre a cozinha nacional portuguesa. Além do mais pretende ser uma referência para os profissionais que queiram auferir uma informação prática e de soluções simples no interesse da divulgação da nossa cozinha.” Observamos, também, um registo semelhante com João Luís em *Doçaria Portuguesa*:

“Ao seleccionar as receitas deste livro entendeu o Autor fazê-lo de modo simples, para facilitar a tarefa dos profissionais ou de todos aqueles que queiram simplesmente experimentar uma nova receita de bolos. Tanto mais que hoje facilmente se encontram no mercado produtos em embalagens práticas e higiénicas, como as margarinas, manteigas, gelados e outros, que facilitam enormemente a tarefa da confecção, quer no ambiente doméstico, quer no local de trabalho. Os profissionais, aliás, têm os seus fornecedores a quem dão preferência. Mas muito dependerá da arte e da imaginação de quem se dispuser à confecção destas receitas que nos propusemos divulgar nesta edição. O Autor.”<sup>117</sup>

<sup>114</sup> Gomes, L. G., Barbosa, L. (2004). “Culinária de papel” in *Estudos Históricas*, nº 33, janeiro – junho, Rio de Janeiro, p. 13.

<sup>115</sup> Bello, A.M.O. (1994) “Prefácio”, in Bello, A. M. O., *Culinária Portuguesa*, Lisboa, Assírio & Alvim, p. 25.

<sup>116</sup> Santos, J. A. (1992). “Apresentação”, in Santos, J. A., *Cozinha Portuguesa – Escola de Cozinha*, Amadora, Ediclube, p. 3.

<sup>117</sup> Luís, J. (1988). *Doçaria Portuguesa*, Lisboa, Editorial Presença, p. 7.

Quanto a obras expressamente orientadas para um público letrado com capacidade económica, essa é uma realidade com que nos confrontamos ao analisar as fontes publicadas durante a democracia. Durante este período político, caracterizado pelas transformações e mudanças socioeconómicas, assistimos ao surgimento de uma classe média que valoriza o património gastronómico de Portugal.

Neste contexto, o público que os(as) autores(as) distinguem é pela erudição e pelo bom gosto que lhes reconhecem. As obras em bom papel, com capa dura e ilustrada têm um valor de venda que selecionam, desde logo, os compradores pelo seu estatuto socioeconómico. Neste contexto, os(as) autores(as) distinguem o público pela erudição e pelo bom gosto que lhes reconhecem.

Em *Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa* (1984), Maria Emília Cancellata de Abreu, em colaboração com José Eduardo Mendes Ferrão, Francisco D' Andrada Roque de Pinho e Dr. Lopo Cancellata de Abreu, destina a sua obra a um público de gostos requintados, que se adivinha igualmente culto. Conforme esclarece, a sua obra é "Onde se descrevem mais de 500 receitas tradicionais e outras menos antigas, mas igualmente saborosas, (...) para deleite dos bons apreciadores."<sup>118</sup>

No livro *Cozinha Regional Portuguesa*, Maria Odette Cortes Valente continua a acentuar o interesse da literatura culinária para público erudito:

"Ao escrever este livro pensei essencialmente em fazer reviver a boa cozinha portuguesa, infelizmente tão caída no esquecimento. (...) organizar o que aqui considero como mais representativo na cozinha portuguesa e que me parece ser de inegável utilidade em qualquer lar português. (...) Sabe-se também, de resto, que a culinária não é arte que interesse apenas às donas de casa como o demonstram, através dos tempos, inúmeros dos nossos escritores e poetas, para citar apenas alguns dos seus divulgadores."<sup>119</sup>

---

<sup>118</sup> Cancellata de Abreu, M. E. (1984). "Parte Segunda – Receitas Tradicionais", in Cancellata de Abreu, M. E., *Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa*, Lisboa, Selecções do Reader's Digest, p. 16. Este livro cartonado está dividido em quatro partes. Realçamos a primeira parte, dado que faz "um breve relato da evolução dos hábitos alimentares desde os tempos primitivos até à actualidade, com especial relevo para a época dos Descobrimentos, quando se intensificou o intercâmbio com as terras novas e distantes. O texto é «aromatizado» com curiosidades históricas relacionadas com a alimentação." (1984: 8).

<sup>119</sup> Cortes Valente, M. O. (1987). *Cozinha Regional Portuguesa*, Lisboa, Círculo de Leitores, p. 6.

## CAPÍTULO II

### CONSTRUÇÃO NARRATIVA DO RECEITUÁRIO PORTUENSE: TRIPAS À MODA DO PORTO E BACALHAU À GOMES DE SÁ

“O Pôrto sabe comer – e abundantemente satisfaz tal sabedoria. São famosos – de nome e sabor – os pratos peculiares: as «tripas», o «rancho», os sábios e deliciosos cozinhados de bacalhau, - e seus adjutórios: a «regueifa», a broa de Avintes, o trigo de Valongo, os doces de Paranhos, os inevitáveis biscoitos da Teixeira ... Do vinho do Pôrto, nem se fala!”<sup>120</sup>

As construções narrativas são transformadas em algo identificável coletivamente, quer pela reprodução quer pelo tipo e predomínio de alimentos utilizados no quotidiano. Segundo Sobral:

“A identidade nacional não se resume a narrativas, nem a grandes rituais nacionalizadores. Por mais que esses discursos tenham sido adotados, os rituais participados, os espaços percorridos, a produção e a reprodução da identidade não se limita a isso. Como alguém disse, numa fórmula feliz, há um nacionalismo – aqui no sentido de uma identidade nacional – que é banal. Impregna o nosso quotidiano, que é por ele estruturado.”<sup>121</sup>

Ainda as construções narrativas podem ser observadas nas tipologias da *culinária portuense*, à qual nos dedicamos. Portanto, estudamos mais detalhadamente os pratos que nessa narrativa culinária identitária ocorrem, com mais frequência, nas fontes analisadas: Tripas à Moda do Porto e Bacalhau à Gomes de Sá, que se inserem na *cozinha dos territórios* e na *cozinha honorífica*, respetivamente.

A cidade do Porto situa-se na margem direita do rio Douro, junto do estuário na proximidade da Foz no oceano Atlântico. A cidade é caracterizada pela paisagem granítica e pelo clima húmido. O Porto é a segunda maior cidade de Portugal, capital da província do Douro Litoral e dá nome ao distrito ao qual pertence. Devido ao importante tráfico marítimo por meio do porto da cidade do Porto, este seria “o mais abastecido de barcos de todo o Reino”<sup>122</sup>. De acordo com Silva:

“Parece evidente que, estando a cidade do Porto implantada nas margens de um grande rio, quase junto à sua foz, e integrando o seu Termo uma vasta área do litoral, o burgo crescesse e se desenvolvesse em íntima relação e dependência do Atlântico e do Douro.”<sup>123</sup>

---

<sup>120</sup> Basto, 1939, p. 158.

<sup>121</sup> Sobral, 2012, p. 93.

<sup>122</sup> Ramos, L. A. O. (2000) (dir.). *História do Porto*, Porto, Porto Editora, p. 25.

<sup>123</sup> Silva, F. R. (1988). *O Porto e o seu termo (1580-1640). Os Homens, as Instituições e o Poder*, 2 vols., Porto, Câmara Municipal do Porto/Arquivo Histórico, p. 109.

Intitulada de capital do Norte<sup>124</sup>, considerada a mais desenvolvida por comparação com as restantes cidades do norte de Portugal, a cidade do Porto destaca-se por possuir uma verdadeira dinâmica local. Nesse sentido, desde longa data que “rivaliza” com a capital do país, Lisboa,<sup>125</sup> nomeadamente no domínio sobre o qual incide o nosso estudo, a alimentação. Icónicas dessa ancestral competição são as célebres palavras de Eça de Queirós: “Lisboa come com pretensões francesas e fantasistas: logo o Porto se afoga, cada vez mais, no chorume da velha cozinha portuguesa, e abraça-se, como a um estandarte, à travessa do cozido.”<sup>126</sup>

A afirmação da identidade culinária da cidade do Porto é caracterizada pelo historiador Helder Pacheco como um “ritual com normas e hábitos”<sup>127</sup>, obedecendo a “épocas, situações e convenções”<sup>128</sup>. Porém, já anteriormente, em 1923, o etnógrafo e filólogo Cláudio Basto enfatizava essa vivência intensa das festividades em torno de uma culinária identitária:

“No Pôrto, capital do Norte, cidade grande, conservam-se, como na mais arredada povoação pequena, as vélhas festas e tradicionais do nosso povo, - festas que, para assim dizer, giram em volta de saborosos núcleos de comezaina (...).

Pelo Natal, à ceia, é o bacalhau cozido com batatas, o bacalhau esfiado, os bolinhos de bacalhau, ou de «bolina», os pinhões, as frutas sêcas, - sem esquecimento das «rabanadas». Sem «rabanadas», não há Natal.

Pela Páscoa, o lombo de boi – o «boi» da Páscoa -, o galo, ou a galinha, as internacionais amêndoas e o loiro pão-de-ló regional.

Pelo Entrudo, toma a vez o porco (o porco do fumeiro e da salgadeira): - o focinho, o rabo, o pé, a costela, o salpicão, o toucinho, o presunto, e, sobretudo, a orelheira, com feijão branco ou acrescentada ao substancial «cozido à portuguesa».

No dia de Todos os Santos, véspera dos Fiéis-defuntos, os «magustos» e a vinhaça -, festança que se repete pelo S. Martinho. (Pelo S. Martinho, é melhor dizer a vinhaça e os magustos, porque, nesta data, o Vinho super *omnia*).”<sup>129</sup>

As particularidades do território e a identidade da comunidade refletem-se nos modos de combinar os ingredientes locais e nas técnicas de culinária, definindo, assim, um determinado

---

<sup>124</sup> Proença, R. (1982). “Douro Litoral”, in Proença, R. (ed.), *Guia de Portugal*. Fundação Calouste Gulbenkian, p. 87.

<sup>125</sup> Mattoso, M., Daveau, S., Belo, D. (2010). *Portugal: o sabor da terra*, Lisboa, Círculo de Leitores, p. 268.

<sup>126</sup> Queiroz, E. (1979). *Uma campanha Alegre de «As Farsas»*, vol. II, Porto, Lello & Irmãos, p. 189.

<sup>127</sup> Pacheco, 1991, p. 130.

<sup>128</sup> Ibidem.

<sup>129</sup> Basto, 1939, pp. 156-157.

receituário. De acordo com Guimarães, “na boa culinária tripeira existem pratos que devem considerar-se autênticas criações de génio, émulas de certas páginas musicais pela virtuosidade surpreendente do paladar, (...)”.<sup>130</sup>

A terminologia alimentar encontra-se representada de forma central na identidade portuense, por meio do vinho do Porto e das tripas à moda do Porto, considerado prato típico<sup>131</sup> que identifica os habitantes deste território – os Tripeiros. Assim, no primeiro número da revista *O Tripeiro*, 1 de junho de 1908, no artigo intitulado “Tripeiros”, lê-se:

“O desconhecimento completo de um facto da história portuense, passado quando reinava D. João I, dá frequente motivo a que, quando alguém muito esperto pretende zombar de um filho da cidade do Porto, porque lhe atire desdenhosamente à cara com a alcunha de tripeiro, como se fôra o mais ingnominoso insulto.

O portuense, conhecedor do facto, ri-se e, em vez de manifestar descontentamento por tal alcunha, desnorteia o contentor aceitando-a com legitimo orgulho. Dos nossos conterrâneos, poucos serão os que não possam de prompto citar o facto histórico, senão em todas as suas particularidades, ao mesmo pela rama. Não obstante, vamos recordal-o, um pouco pela satisfação de sermos descendentes d’aquelles honrados portuenses de há 493 annos e um pouco para elucidação dos estranhos que o não conheçam ou dos nossos que o tenham esquecido. Eil-o: (...) Eis ahi origem do honroso apodo de **tripeiros**.”<sup>132</sup>

As narrativas presentes nos títulos dos receituários analisados demonstram interesse pelos identificadores culturais da cidade do Porto e expressam um discurso identitário do território. A nossa reflexão procura destacar as marcas identitárias relativas ao território e ao contexto sociopolítico do Porto, bem como as particularidades da sociedade portuense que contextualizam o receituário mais frequente nas duas tipologias identificadas.

Na verdade, destaca-se a presença da *cozinha dos territórios*, pelo nome dos seus habitantes (Portuenses e Tripeiros), e a *cozinha honorífica* pelos nomes que homenageiam sujeitos (Gomes de Sá) e comunidades (Freiras do Convento de Santa Clara) ligados à cidade.

---

<sup>130</sup> Guimarães, 1952, p. 8.

<sup>131</sup> Pereira-Pericão, 2015, p. 211.

<sup>132</sup> *O Tripeiro: repositório de notícias portucaleses*, (1908), 1.ª série, ano I, n.º 1-36, p. 2.

“Um dia, num restaurante, fora do espaço e do tempo,  
Serviram-me o amor como dobrada fria.  
Disse delicadamente ao missionário da cozinha  
Que a preferia quente,  
Que a dobrada (e era à moda do Porto) nunca se come fria.”<sup>133</sup>

## 1. TRIPAS À MODA DO PORTO

Prato normalmente considerado célebre na culinária portuguesa,<sup>134</sup> a merecer da parte de alguns o “rótulo” de “orgulho nacional”,<sup>135</sup> tem como ingrediente principal as vísceras de bovino. Este prato apresenta variantes, nomeadamente “No Minho chamam-se *solas* e em algumas povoações próximas à fronteira chamam-lhe também *calhos* (em hespanhol *callos*) (...) de Lisboa a *dobrada* e aos portuenses as *tripas*, (...)”<sup>136</sup>. Este prato, associado ao cognome “Tripeiro” atribuído aos Portuenses, é o mais representativo no universo de fontes que estudámos.

Importa começar por enquadrar este protagonismo numa já longa linha de reconhecimento do seu sentido de prato-símbolo.

Várias são as descrições que encontramos relativamente a este prato. No nº 1 da revista *O Tripeiro* (1908) é apresentado nestes termos: “uma fórmula das *tripas à Portuense*, segundo a maneira como muitas vezes as saboreamos, preparadas por uma eximia cozinheira, tripeira da gemma e como tal auctoridade no assumpto.”<sup>137</sup> O autor, F.G.Z., publica a receita:

“Depois de cuidadosamente lavadas com limão, escaldadas e partidas aos bocadinhos, são as tripas submettidas a uma fervura pelo tempo necessario a uma meia cozedura e com o sal preciso, adicionando-se-lhe em seguida uma gallinha partida em pedaços, mão de vacca, chispe de porco já defumado, o competente salpicão, o saboroso presunto, as respectivas cenouras e o indispensavel feijão branco que algumas pessoas substituem por grão de bico, e colorau para quem gostar.”<sup>138</sup>

Contudo, nada diz sobre a sua possível origem. Sobre este aspeto encontramos diferentes referências. Remetendo-a ao século I a. C., o historiador portuense Joel Cleto defende que:

<sup>133</sup> Pessoa, F. (1997). *Poesias de Álvaro de Campos*, Mem Martins, Europa América, p. 166.

<sup>134</sup> Pereira-Pericão, 2015, p. 481.

<sup>135</sup> Torgal, G. R. (2001). “Uma receita com história”, in Loureiro, H., *Gastronomia Portuense*, Lisboa; Edições Inapa, p. 59 e Modesto, M. L. (2014). *Sabores com Histórias*, Alfragide, Oficina do Livro, p. 255.

<sup>136</sup> *O Tripeiro: repositório de notícias portucaleses*, (1908-1909), 1ª série, ano I, nº 1-36, p. 159.

<sup>137</sup> *Ibidem*.

<sup>138</sup> *Ibidem*.



“(…) é possível que tenhamos que nos deslocar até à Suábia, uma região entre o Reno e o Danúbio, no sul da actual Alemanha, numa zona de contacto com a República Checa. Por essa época aí se localizavam tribos de um povo bárbaro designado por suevos, motivo pelo qual esta região é também apelidada por Suévia. Este povo confeccionava na sua dieta alimentar tripas (nomeadamente do estômago) das vacas. E, ainda hoje, tal como no Porto, tais pratos fazem parte da gastronomia tradicional da região (são as drzky, em checo). Ora, como se sabe, após a queda do Império Romano, os suevos atravessaram a Europa, passaram pela França (onde o “cassoulet” de Carcassonne, apesar de não ter tripas, é muito parecido em tudo o resto às “tripas do Porto”).<sup>139</sup>

Trata-se, no entanto, de uma dedução meramente empírica, sem suporte documental que lhe confira validade histórica. Contudo, a “tese” que tem tido mais adeptos é a que situa as origens deste prato entre 1384 e de 1415. Segundo Quitério:

“A primeira hipótese, defendida por Sampaio Bruno, aponta para uma frota, comandada por Rui Pereira, destinada a ir em socorro do mestre de Aviz, cercado em Lisboa pelos hostes de Castela, nos idos de 1384. Na segunda hipótese, dizem os seus propugnadores (Ramalho Ortigão e outros), a armada de 70 naus e barcas aparelhada em 1415 para participar na expedição vitoriosa a Ceuta sob comando do Infante D. Henrique. (...) Com o fim de abastecer a esquadra, os burgueses e os populares do Porto abateram todo o gado bovino, que lhes foi possível reunir, com cuja carne limpa provisionaram as ucharias das embarcações. Para a alimentação dos que ficaram em terra restaram apenas as vísceras do gado, vulgarmente designadas de tripas, que passaram assim, por mor da necessidade, a ser cozinhadas. Esta a proclamada origem do pitéu e do honroso apodo de tripeiros conferido aos portuenses.”<sup>140</sup>

Cândido, por sua vez, apresenta uma explicação mais atenta aos gostos, historicamente confirmados, da mesa da Época Medieval:

“(…) atendendo aos hábitos alimentares do período medieval, é natural o consumo destas partes menos nobres dos animais. O cenário de carência de alimentos e as limitações no abastecimento não se devem compadecer com o desperdício de qualquer alimento passível de integrar a dieta humana. Mesmo nas classes mais privilegiadas, estes alimentos não estão completamente ausentes da mesa. Prova disso é a aquisição de dobrada no dia 5 de maio de 1571 para a ucharia da Casa da Rainha D. Catarina de Áustria.”<sup>141</sup>

---

<sup>139</sup> Cleto, J. (2008). “Lendas do Porto: A Origem dos Tripeiros”, in *O Tripeiro*, vol. XXVII, 7ª série, Porto, Associação Comercial, pp.210-211.

<sup>140</sup> Quitério2015, p. 182.

<sup>141</sup> Cândido, G. (2020). *A Vida Secreta da Cozinha Portuguesa – Como nasceram os pratos tradicionais portugueses*, Alfragide, Publicações Dom Quixote, p. 115.

A expedição a Ceuta, datada de 1415, também aparece referenciada no primeiro número da revista *O Tripeiro*.<sup>142</sup>

No manuscrito *Receitas de milhores doces e de alguns guizados particulares e remedios de conhecida experiencia que fes Francisco Borges Henriques para o uzo da sua caza* no ano de 1715, o autor menciona as tripas já com referência ao território do Porto.<sup>143</sup> Segundo Cândido:

“O autor, em jeito de preâmbulo à receita, esclarece que «para o sul chamam “dobrada” ao que no norte se chama “tripas”. Todavia é necessário acrescentar a palavra designativa de tal alimento se nos antolha bastante falsa, porquanto o referido guizado ou caldo ou sopa – que de todas as três maneiras se pode preparar – não são feitos rigorosamente dos intestinos ou tripas, mas dos estômagos do boi ou vacca. Isto, porém, pouco importa, desde o momento que se saiba que as “tripas” feitas no Porto ou a “dobrada” feita em Lisboa é um prato essencialmente succolento, substancial, apetitoso e portuguez ás direitas».”<sup>144</sup>

Posteriormente, no *Cozinheiro Moderno* (1780) de Lucas Rigoad, o autor já fazia referências à «dobrada» de vaca, apresentando, segundo Cândido:

“(…) cinco preparações diferentes, distantes do cânone vigente, pois nenhuma inclui o feijão, que só passa a integrar os receituários nacionais após a descoberta do Novo Mundo, e de forma pouco expressiva até ao final do século XIX.”<sup>145</sup>

N’ *O Cozinheiro dos Cozinheiros* (1870) de Paulo Plantier, indica “receituário de cariz estrangeiro para ela, e na *Arte de Cozinha* (1876) de João da Mata, por entre outras receitas, apareça até uma «dobrada guisada à portuguesa».”<sup>146</sup>

---

<sup>142</sup> “As primeiras expedições guerreiro-marítimas que deviam colocar tão alto o nome lusitano e contribuir para o engrandecimento do poderio territorial do paiz pelas terras d’além-mar, já que nas do continente tinham ido até ao extremo as possibilidades d’essa expansão, devem-se às suggestões do Infante D. Henrique, filho de D. João I./ Anunciado o apercebimento da primeira expedição a Ceuta, os burguezes do Porto mal o souberam, não desmentindo a sua fama de audazes e intrépidos, quizeram ser os primeiros a cooperar no grandioso sonho do infante e, á sua custa, aparelharam uma poderosa armada de mais de setenta embarcações, que em 1415 pôde sair galhardamente pela barra do Porto fôra, em busca de gloria para a nação e mais um florão para a corôa real./ Para abastecer tão numerosa esquadra, não foi das mais apoucadas a generosidade dos nossos conterrâneos. Não quiz ella que a falta de viveres podesse crear obstaculos ao bom exito da aventura. Abateu um enorme numero de cabeças de gado bovino com cuja carne limpa abasteceu prodigamente as dispensas das embarcações, de modo que chegasse para longo praso, e reservou para a alimentação dos que ficaram os miudos do gado, as tripas, como vulgarmente se lhes chama, com que cosinharam o celebre prato culinario muito apreciado dos portuenses.” (*O Tripeiro: repositório de notícias portugalenses*, (1908-1909), 1ª série, ano I, nº 1-36, p. 2).

<sup>143</sup> Braga, I. D. (2004). *Do primeiro almoço à ceia – Estudos de História da Alimentação*, Sintra, Colares Editora, p. 80 e Quitério, 2015, p. 313.

<sup>144</sup> Cândido, 2020, pp. 116-117.

<sup>145</sup> Cândido, 2020, p. 116.

<sup>146</sup> Quitério, 2015, p. 183.

Contudo, segundo Quitério, “o primeiro registo das tripas à portuense, na configuração que se fixou e perdurou, só o encontro em *A Cozinha Moderna*; compilada por J.M. Sousa Pereira, Lisboa, 1903.”<sup>147</sup>

O que o nosso estudo nos permitiu perceber foi que naquele que é o segundo livro impresso de culinária nacional, a *Culinária Portuguesa* (1936) de António Maria de Oliveira Bello, se insiste no estatuto identitário do prato. De facto, aí se conta que o seu autor participou num almoço intitulado “regional”:

“Este almoço a que assistiram entre outras personalidades alguns sócios da Sociedade dos Gastrónomos, o seu presidente, e o general Norton de Matos foi curioso porque todos os elementos que compuseram a sua ementa vieram directamente do Minho, e ela é uma bem interessante prova de riqueza da cozinha”.<sup>148</sup>

A ementa deste almoço regional “inclui cinco pratos, entre eles “Tripas à moda do Porto”<sup>149</sup>. Na mesma obra, relativamente à receita “Dobrada ou Tripas à Moda do Porto”, Olleboma escreve o seguinte, em jeito de conclusão: “Dobrada à moda de Lisboa: Prepara-se como à moda do Porto, substituindo o feijão branco por ervilhas, ou grão, não passados por peneiro, com ou sem a franga e empregando-se o coagulador e o folhado que são as partes melhores do estômago dos ruminantes.”<sup>150</sup> De sublinhar o facto de as diferenças residirem essencialmente em alguns ingredientes, o que pode indiciar uma eventual relação entre a sazonalidade, o território e a época de maior consumo do prato.

O estatuto de prato com um valor simbólico, conferido pela ação da “memória coletiva”,<sup>151</sup>justifica que, em 1960, a escultura da autoria de Lagoa Henriques, erigida na cidade do Porto em memória da frota do Infante D. Henrique, para além da estrutura da embarcação e das figuras humanas, tenha representado um pedaço de carne estripada.

---

<sup>147</sup> Ibidem.

<sup>148</sup> Sampaio, A. F. ([1936] 1994) “Prólogo”, in Bello, A. M. O., *Culinária Portuguesa*, Lisboa, Assírio & Alvim, p. 20.

<sup>149</sup> Ibidem.

<sup>150</sup> Ibidem, pp. 201-202.

<sup>151</sup> Halbwachs, M. (1990). *A memória coletiva*, São Paulo, Vértice.



Figura 3 – Escultura de Lagoa Henriques (1960) situada no largo de António Calém, Porto.

Fonte: Acervo Pessoal.

O historiador portuense Hélder Pacheco apresenta, no seu livro *Porto: O Livro do S. João*, as tripas à moda do Porto como a mais imprevista tradição alimentar portuense surgida nos anos setenta nas Festas de S. João.<sup>152</sup> O cabrito guisado ou assado com arroz do forno era, até então, o prato de referência da prática alimentar portuense na celebração do S. João<sup>153</sup>. Apesar de se ter mostrado uma tradição descontínua no tempo, nos anos 70 o prato de cabrito passa a ter um prato concorrente, as tripas, ainda hoje muito apreciado pelos Portuenses e pelas gentes que visitavam o Porto durante a Festa de S. João.

Entre as iniciativas políticas levadas a cabo para firmar uma narrativa do valor identitário e patrimonial das Tripas no Porto, referimos que, em 1979, a Comissão de Festas da Cidade, com o apoio da Câmara Municipal do Porto, organizou o concurso “Hoje Há Tripas” nas festas São Joaninas, de forma a promover o prato identitário portuense: “O público poderia votar no restaurante (e tripas) preferidos, através de um cupão publicado nos jornais.”<sup>154</sup> A promoção camarária das “tripas à moda do Porto” termina em 1983, tendo sido retomada, por pouco tempo, nos anos noventa: “«É uma longa tradição» que a Câmara quer manter e que faz questão de incentivar, como afirmou *O Comércio do Porto* fonte do pelouro de Turismo da autarquia. (...) para as Tripas, os restaurantes concorrentes são convidados por carta prévia, enviada durante o mês de Maio e contendo o regulamento do concurso.

<sup>152</sup> Pacheco (2004, pp. 202-207) “mas o que realmente os anos setenta trouxeram à gastronomia do tempo são-joaneiro foi a mais inesperada de todas as inovações: tripas.”

<sup>153</sup> Pacheco, 2004, p. 186.

<sup>154</sup> Ibidem.

Depois, é apresentada a data para a inscrição, a ser feita na União das Associações da Indústria Hoteleira e Similares do Norte (UAIHSN).<sup>155</sup>

Também existem outras referências para esta época festiva sanjoanina. O autor sob o pseudónimo de S.D., numa publicação avulsa, escreve que para além da tradição de comer cabrito assado passou-se a comer Tripas durante o São João:

“Deste singular e generoso procedimento, para o que muito concorreu o patriotismo e o ânimo contagioso dum portuense chamado João Ramalho, lhes veio a alcunha de «Tripeiros», com que muitas vezes se faz ironia e provém dum feito e duma abnegação do maior valor. A título de curiosidade se refere ter tido origem neste facto histórico o tão conhecido e apreciado prato de *culinária portuense* – as «tripas à moda do Porto».

As mulheres da cidade ficando a braços com total falta de carne e não sabendo o que cozinhar – até então deitavam fora as vísceras dos bois -, lembraram-se de as cozer com feijão branco, a abundar na região. Juntaram-lhe carne de porco, galinha e outros condimentos acabando por reconhecer tratar-se de uma autêntica iguaria. Na véspera de São João o prato tradicional era o cabrito assado no espeto assim como se usava e usa no dia de «Corpo de Deus».

Desde então, no dia do Santo Percursor, todas as ementas familiares das gentes do Porto passaram a incluir também as hoje já internacionalmente «tripas», a atingirem, em nossos dias, uso de tradição.

E assim passou o S. João no Porto a também ser «tripeiro».<sup>156</sup>

Na tentativa de sintetizar as conclusões de outros autores sobre este assunto, deparamo-nos com duas abordagens. Uma mais centrada na relação do mesmo com acontecimentos ou épocas históricas, outra com base em livros de receitas anteriores ao nosso período de estudo.

Realçamos ainda que, em outro tipo de fontes, nos textos literários dos séculos XIX e XX, encontramos referências a esta receita. As “tripas” surgem nas obras de Almeida Garrett, Ramalho Ortigão, Fialho de Almeida, Álvaro de Campos, entre outros. Em diversas obras, um autor incontornável no panorama da literatura de teor nacionalista, Camilo Castelo Branco escreveu: “Terra de tripas e dos tamancos, eu te arrengo, em nome da arte e da ciência!” em *Anátoma*<sup>157</sup>; “Hoje que temos hoje tripas guisadas, Basílio, o teu petisco de afeiço!” nas *Aventuras De Basílio Fernandes Enxertado*<sup>158</sup>; “Como quer que seja, eu, alternando o bacalhau com as tripas de boi – as tripas, o

---

<sup>155</sup> Pacheco, 2004, p. 203.

<sup>156</sup> Ibidem, p. 202.

<sup>157</sup> Castelo Branco, C. (1981b). *Anátoma*, 1º vol., Lisboa, Círculo de Leitores, p. 102.

<sup>158</sup> Castelo Branco, C. (1907). *Aventuras de Basílio Fernandes Enxertado*, 3ª ed., Lisboa, Parceria A. M. Pereira – Livraria Editora, p. 140.

heróico brasão do Porto -, um complexo afrodisíaco de chispe, de paio, aves, ervanços e colorau, recuperei , ao cabo de duas semanas, (...)” em *O Vinho do Porto. Processo de uma Bestialidade Inglesa*<sup>159</sup>. Albino Forjaz de Sampaio escreve sobre a dobrada ou tripas à moda do porto, considerando-as rivais das tripas à moda de Caen.<sup>160</sup>

---

<sup>159</sup> Castelo Branco, C. (2005). *O Vinho do Porto – Processo de uma Bestialidade Inglesa*, Sintra, Colares Editora, p. 54.

<sup>160</sup> Sampaio, A. F. (2000). *Volúpia – a nona arte: a gastronomia*, Lisboa, Editorial Notícias, p. 20.

“essa Praça do Anjo numa travessa enorme de porcelana, onde cabe a Terra Nova em bacalhau à Gomes de Sá (...)”<sup>161</sup>

## 2. BACALHAU À GOMES DE SÁ

Nesta receita peculiar do património culinário português, o bacalhau é, de acordo com Sobral e Rodrigues, “um alimento muito frequente no seu receituário e um símbolo da própria identidade nacional.”<sup>162</sup>

Também no capítulo da obra *Porto: Da Cidade Inventada* (2006), “O fiel amigo dos portuenses”, Hélder Pacheco escreve sobre a importância do bacalhau nas tradições culinárias da sociedade portuense, mostrando assim a sua predominância na *culinária portuense*. Na cidade do Porto, de acordo com o Autor, a primeira referência conhecida feita a este peixe está presente num “Acórdão da Câmara do Porto, de 27 de Setembro de 1559, taxando o preço do bacalhau seco e molhado.”<sup>163</sup> Neste âmbito, e de acordo com Silva, referimos:

“Ignoramos desde quando é que o bacalhau entrou na *culinária Portuense*. Possivelmente desde o início do séc. XVI visto que D. Manuel cobrava desde 1506 a dízima sobre o produto da pesca da Terra Nova. E do porto do Douro saíam para aquelas partes frotas regulares pelo menos desde os tempos de D. João III. A perda da independência e a preponderância inglesa naquela zona terá originado a decadência dessa atividade durante mais de uma centena de anos. No entanto, em 1585 ainda um navio de Miragaia para lá se dirigiu, (...)”<sup>164</sup>

No entanto, em 1625, durante a dinastia filipina, o comércio do bacalhau no Porto era uma atividade regulamentada.<sup>165</sup> De salientar “os bacalhoeiros”, negociantes com poder que, de acordo com Silva, constituíam um “grupo mercantil autónomo, perfeitamente identificado e, consequentemente dotado de alguma capacidade reivindicativa quanto a preços, inclusive dispendo de advogado.”<sup>166</sup>

Segundo Pacheco, “em finais do século XVII a importância do bacalhau era tal que os problemas relacionados com o seu comércio - especialmente a especulação – obrigavam à intervenção das autoridades.”<sup>167</sup> Já no século XVIII, e de acordo com o mesmo autor, as ementas dos frades da Colegiada de Cedofeita continham bacalhau e em finais do século XVIII, o Padre Agostinho Rebelo da

---

<sup>161</sup> Pascoaes, T. (1951) *apud* Pacheco, 2006, p. 51.

<sup>162</sup> Sobral e Rodrigues, 2013, p. 619.

<sup>163</sup> Pacheco, 2006, p. 36.

<sup>164</sup> Silva, 1988, p. 753.

<sup>165</sup> *Ibidem*, p. 752.

<sup>166</sup> *Ibidem*, p. 755.

<sup>167</sup> Pacheco, 2006, p. 38.

Costa escreve o seguinte: “O gasto do peixe, se se calcular por peso, excede o da carne; porque além dos muitos mil quintais de bacalhau que se gastam cada ano, acresce todo o peixe fresco (...)”<sup>168</sup>

Outrossim, nos anos 30 do século XIX, segundo Pacheco, o portuense Almeida Garret menciona na sua biografia o bacalhau como alimento do Exército Liberal (1983).<sup>169</sup>

Ao longo do tempo, o bacalhau foi ganhando expressão e verificamos que o receituário da *culinária portuense* possui uma grande variedade de receitas com bacalhau, conforme destaca Quitério: “do Porto vem a enorme, pujante, rica, prolixa lista dos bacalhaus. Bacalhau à Portuense, Bacalhau à Gomes de Sá, Bacalhau à Congregado, Bacalhau à Zé do Pipo, Bacalhau à Túnel, Bacalhau em Filetes, Bacalhau à João do Buraco, um rol infindo (...)”.<sup>170</sup>

Em 1940, Albino Forjaz de Sampaio escreve que “No Porto, especialmente, faz-se assado no forno, postas de meia mão travessa cobertas de finíssimo azeite, que tem fama. Também o bacalhau à minhota e o Bacalhau à Gomes de Sá constituem outra especialidade.”<sup>171</sup>

No caso do Bacalhau à Gomes de Sá, e de acordo com Ferreira, esta receita é considerada “um prato nacional que – talvez por ser temperado com muito azeite (...) – alastrou do Pôrto em todas as direcções.” As pesquisas efetuadas por nós apontam para que a autoria deste prato seja de José Luís Gomes de Sá que “nasceu na cidade do Porto, na rua Cima do Muro, freguesia de S. Nicolau, em 7 de Fevereiro de 1851.”<sup>172</sup> Ainda segundo Ferreira, o antigo ministro coronel Sr. Ferreira de Simas descreve que Gomes de Sá conhecia as propriedades do bacalhau e cuja especialidade eram os pastéis de bacalhau:

“Os pasteis de bacalhau fizeram-lhe apreciar a judiciosa ligação da batata, do ovo e do azeite com o bacalhau. Imaginou, então, esta ligação por outra forma, suprimindo a farinha cujo sabor ele entendia que prejudicava mais ou menos o paladar do conjunto. O gosto da cebola nos pasteis de bacalhau quási desaparece, não manifestando este alimento as suas qualidades sápidas. Estas podem exaltar-se, porém, com um ligeiro refogado. À batata, cortada em pequenos pedaços que não chegam a endurecer, como no prato de bacalhau assado, fica por isso mais saborosa. E um fio de bom azeite, destinado a fornecer a gordura nos termos

---

<sup>168</sup> Pacheco, 2006, p. 40.

<sup>169</sup> Segundo Pacheco (2006: 40): “Almeida Garrett, na sua autobiografia (escrita na 3ª pessoa), refere-o na parquíssima ração do próprio Exército Liberal dada à tropa no dia 8 de julho de 1832, véspera da entrada na cidade. Diz o escritor: «As praias do Mindelo viram desembarcar de espingarda ao ombro e mochila às costas o autor de tantas obras já conhecidas no mundo literário; viram-no participar da pequena ração de bacalhau e bolacha, que se distribuiu pela tarde aos soldados (...)».”

<sup>170</sup> Quitério, 2015. pp. 26-27.

<sup>171</sup> Sampaio, 2000, p. 20.

<sup>172</sup> Ferreira, Luís (1945). “Uma pessoa muito falada mas quási totalmente desconhecida ... GOMES DE SÁ e o bacalhau que o imortalizou” in *Ver e Crer*, nº 6, Lisboa, p. 50.



estabelecidos pela higiene de alimentação, dá a precisa graça. A estufa ou calor ligeiro faz o resto.”<sup>173</sup>

No periódico *O Tripeiro*, de 1925, na “Correspondência entre leitores”, o autor de nome Pardilhó escreve uma breve biografia sobre o comerciante Gomes de Sá:

“José Luiz Gomes de Sá Júnior foi ha annos negociante de bacalhau em Cima do Muro dos Bacalhoeiros e falleceu há um mez em Paranhos. O pae, que foi o fundador da casa, além de ter sido também importante negociante por grosso do mesmo género, occupou o logar de vereador da Câmara Municipal do Porto na Presidência do honrado Pinto Bessa e foi diretor do Banco Commercio e Indústria, que existiu na rua das Flores.

A receita do bacalhau á Gomes de Sá foi dada pelo filho ao extinto Restaurante Lisbonense e julgo que ao Restaurante Ventura, que houve na rua do Bomjardim na parte hoje reformada Sá da Bandeira.”<sup>174</sup>

Recorrendo a fontes distintas das nossas, também elas livros de cozinha portugueses do século XX, Quitério conclui que o primeiro registo do Bacalhau à Gomes de Sá surge na obra *Arte de Bem Comer*, com autoria de Alinanda (Porto, Tip. E Enc. Domingos d’Oliveira, 1929) e o segundo registo aparece na *Culinária Portuguesa* (1936) de Olleboma. A receita de bacalhau à Gomes de Sá intitulada de “autêntica”, de acordo com o mesmo autor, surge só em 1949: “A receita autêntica julgo ter tido estreia tipográfica em *Arte de Bem Comer* (1949), versão em português de *À L’Infortune du Pot* (1947), de Curnonsky (1872-1956), traduzida, anotada e editada por Alfredo Morais.”<sup>175</sup>.

Assim, no âmbito da obra *Arte de Bem Comer* (1949), apresentamos a receita:

“Receita fiel do bacalhau à Gomes de Sá, para 12 pessoas, copiada do original escrito por Gomes de Sá Júnior, negociante de bacalhau com armazém no Muro dos Bacalhoeiros (à Ribeira), Porto. É receita original por ele oferecido ao João do Lisbonense (Restaurante Lisbonense) da mesma cidade.

Pega-se no bacalhau demolhado e deita-se numa caçarola. Depois cobre-se todo com água a ferver e depois de tapar a caçarola abafa-se a referida caçarola com uma baeta grossa ou um pedaço de cobertor e deixa-se então assim, SEM FERVER, durante vinte minutos. A seguir, ao bacalhau que está na caçarola, e que devem ser 2 quilos pesados em cru, tiram-se-lhe todas as peles e as espinhas e faz-se em pequenas lascas, e se põem em prato fundo, cobrindo-lhe com leite quente, deixando-o em infusão durante uma hora e meia a duas horas. Depois, em

---

<sup>173</sup> Ibidem, pp. 51-52.

<sup>174</sup> Pardilhó (1925). “Bacalhau a Gomes de Sá”, in *O Tripeiro: repositório de notícias portucaleses*, 3.ª série, ano I, Porto, p. 96.

<sup>175</sup> Quitério, 2015, p. 123.

uma travessa de ir ao forno, deitam-se 3 decilitros de azeite do mais fino (isto é essencial), 4 dentes de alho, e oito cebolas cortadas às rodelas.

Estando, ou antes, começando a cebola a alourar, ter já cozido 2 quilos de batatas (cozidas à parte com casca) às quais se lhes tira a pele e se cortam às rodelas da grossura de um centímetro e bota-se as batatas mais as lascas de bacalhau que se retiram do leite. Põe-se então a travessa no forno deixando ferver tudo por 10 e 15 minutos.

Serve-se na mesma travessa com azeitonas grandes e pretas, muito boas, e mais um ramo de salsa muito picada e rodelas de ovos cozidos.

Deve servir-se bem quente, muito quente.”<sup>176</sup>

Referimos, ainda, que Maria de Lourdes Modesto, na obra *Cozinha Tradicional Portuguesa* (1982), também diz apresentar “a verdadeira receita de bacalhau à Gomes de Sá tal como a criou o seu inventor, que foi comerciante de bacalhau no Porto.”<sup>177</sup>

“Para 4 pessoas

*500g de bacalhau; 500 g de batatas; 1,5 dl de azeite; 1 dente de alho; 2 cebolas; 2 ovos cozidos; azeitonas pretas; salsa; 5 dl de leite; sal; pimenta.*

Demolha-se o bacalhau, coloca-se num tacho e escalda-se com água a ferver. Tapa-se e abafa-se o recipiente com um cobertor e deixa-se ficar assim durante 20 minutos.

Depois escorre-se o bacalhau, retiram-se-lhe as peles e as espinhas e desfaz-se em lascas. Põem-se estas num recipiente fundo, cobrem-se com leite bem quente e deixam-se ficar de infusão 1.30 a 3 horas.

Entretanto, cortam-se as cebolas e o dente de alho às rodelas e levam-se a alourar ligeiramente com o azeite. Juntam-se as batatas, que se cozeram com a pele, se pelaram e se cortaram às rodelas. Junta-se ainda o bacalhau escorrido. Mexe-se tudo ligeiramente, mas sem deixar refogar. Tempera-se com sal e pimenta. Deita-se imediatamente num tabuleiro de barro e leva-se ao forno bem quente durante 10 minutos.

Serve-se no prato em que foi ao forno, polvilhado com salsa picada e enfeitada com rodelas de ovo cozido e azeitonas pretas.”<sup>178</sup>

Ambos os autores se arvoram em arautos de apresentarem a “verdadeira” receita do prato Bacalhau à Gomes de Sá. Portanto, é pertinente fazer as devidas comparações entre as duas receitas. Apesar de existir uma distância temporal de aproximadamente trinta anos entre a publicação de

---

<sup>176</sup> Moraes, A. (1949) in Curnonsky (1949). *Arte de Bem Comer*, tradução e anotações de Alfredo Moraes, Lisboa, Editorial Minerva, pp. 286-287.

<sup>177</sup> Modesto, M. L. (1982). *Cozinha Tradicional Portuguesa*, Lisboa, Verbo, p. 14.

<sup>178</sup> *Ibidem*.

ambas verificamos que concordam em diversos processos de confeção, ingredientes e utensílios utilizados. Assim, os autores referem-se à técnica de imersão em água para cozer o bacalhau, ao abafar o recipiente que contém o bacalhau a repousar com “baeta grossa ou um pedaço de cobertor”<sup>179</sup> e “abafa-se o recipiente com um cobertor”<sup>180</sup>, e ao desfazer em lascas o bacalhau. Também é mencionado em ambas as receitas a utilização do leite bem quente deixando o bacalhau em infusão, as batatas cozidas com pele e o empratamento é idêntico: “Serve-se na mesma travessa com azeitonas grandes e pretas, muito boas, e mais um ramo de salsa muito picada e rodelas de ovos cozidos.”<sup>181</sup> e “Serve-se no prato em que foi ao forno, polvilhado com salsa picada e enfeitada com rodelas de ovo cozido e azeitonas pretas.”<sup>182</sup>.

No entanto, há algumas particularidades em cada uma das receitas. Alfredo Morais faz referência à qualidade do azeite “de azeite do mais fino (isto é essencial)”<sup>183</sup> e Maria de Lourdes Modesto refere o uso de sal e a pimenta.<sup>184</sup>

Ainda em relação à discussão que a receita de bacalhau à Gomes de Sá suscita na revista *O Tripeiro*, há que referir que, no nº de 1925, na rubrica “Novas Perguntas”, alguém sob o pseudónimo do famoso gastrónomo francês Brillat-Savarin, escreve o seguinte: “Já o tenho comido, e regalado com ele. Devo, em paga da satisfação que me tem dado, prestar a meu preito ao autor da receita de o preparar tão bem. Mas quem vinha afinal a ser esse Gomes de Sá?”<sup>185</sup>

De forma a imortalizar a autoria e este prato identitário da cidade do Porto, pode ler-se, na casa onde nasceu o referido comerciante de bacalhau: “Aqui nasceu José Luís Gomes de Sá, que inventou para o mundo o Bacalhau à Gomes de Sá, glória da culinária portuguesa. Homenagem de seus admiradores de Portugal e do Brasil, 1988.”

---

<sup>179</sup> Moraes, 1949, p. 287.

<sup>180</sup> Modesto, 1982, p. 14.

<sup>181</sup> Morais, 1949, p. 287.

<sup>182</sup> Modesto, 1982, p. 14.

<sup>183</sup> Morais, 1949, p. 287.

<sup>184</sup> Modesto, 1982, p.14.

<sup>185</sup> Savarin, B. (1925). “Bacalhau à Gomes de Sá”, in *O Tripeiro: repositório de notícias portucalenses*, 3ª série, ano I, Porto, p. 80.



Figura 4 – Casa onde nasceu o autor da receita Bacalhau à Gomes de Sá.

Fonte: Acervo Pessoal.

“Intelectivo, o restaurante tripeiro, fosforeava.  
Por ocasião das grandes festas do ano, mais do que nunca se apurou a natural tendência  
para bem comer da gente do Porto.”<sup>186</sup>

### **CAPÍTULO III**

#### **A CULINÁRIA PORTUENSE COMO FORMA DE IDENTIDADE**

Neste capítulo procede-se à apresentação, análise de dados e discussão dos resultados obtidos do estudo que fizemos ao receituário que identificámos como diretamente relacionado à cidade do Porto através dos títulos. Organizámos a nossa reflexão em dois momentos. Num primeiro ponto, consideramos a informação que se pode extrair dos títulos em si. De seguida, prosseguimos para uma análise dos conteúdos das receitas propriamente ditas, uma vez que os ingredientes que as compõem são o repositório da disponibilidade de produtos no território sob estudo e das técnicas de preparação praticadas pelas suas gentes.

---

<sup>186</sup> Guimarães, C. C. O. (1952). “Os Portuenses e a Gastronomia” in *Boletim da União dos Grémios da Indústria Hoteleira e Similares do Norte*, ano IV, nº 26, Porto, pp. 11.

## 1. A IDENTIDADE DA CULINÁRIA PORTUENSE CONSTRUÍDA NOS TÍTULOS DAS RECEITAS

Nos cinquenta e três livros de cozinha (53 livros de cozinha) estudados foram identificadas quase vinte e sete mil receitas (mais exatamente 26953), sendo que quatrocentas e duas (402) dizem respeito ao receituário da culinária nacional (com identificação “à portuguesa”) e cento e sessenta e sete receitas (167 receitas) dizem respeito ao receituário da *culinária portuense*.

Livros de Culinária	Receituário Total	Receituário da Culinária Nacional	Receituário da Culinária Portuense
53	26953	402	167

Quadro 1 – Receituário identificado nas cinquenta e três fontes escritas.

As cento e sessenta e sete receitas de *culinária portuense*, pelos títulos que apresentam, são categorizáveis em *cozinha dos territórios* e *cozinha honorífica*. Apesar de um valor percentual muito baixo, cerca de 1% por arredondamento às décimas, o receituário da culinária nacional e o receituário da *culinária portuense* foram encontrados nos livros estudados, e têm significado neste universo pela presença de narrativas sobre culinária nacional e local.



Figura 5 – Valor percentual do receituário da *culinária portuense* no *corpus* de fontes estudadas.

Vejamos em detalhe a distribuição do receituário da *culinária portuense* categorizado pelas construções narrativas *cozinha dos territórios* e *cozinha honorífica*. Conforme representado no gráfico da figura 6, verifica-se uma presença bastante mais significativa da *cozinha dos territórios* no

receituário estudado, o que revela que, tal como sucede com a identidade das pessoas, também a identidade do receituário pode estar muito ligada ao território de produção/confeção/tradição alimentar.



Figura 6 – Títulos de receitas por construção narrativa: *cozinha dos territórios* e *cozinha honorífica*.

Para uma perceção completa dos títulos em causa, construímos a tabela 1, que nos permite verificar que há um número significativo de receitas (37) e variantes (20) que mencionam a cidade do Porto e/os seus habitantes (“Portuenses” e “Tripeiros”).

Titulos de receitas	Variantes	Nº de ocorrências
1. Arroz de Bacalhau à Moda do Porto		3
2. Arroz de Cabrito no Forno à Moda do Porto		4
3. Arroz de Frango à Tripeira		2
	3.1. Arroz de Frango à Tripeirinha	
4. Arroz Frito - Porto		2
	4.1. Arroz Frito à Moda do Porto	
5. Bacalhau à Moda do Porto		13
	5.1. Bacalhau à Moda do Porto   Morue a la Mode de Porto	
	5.2. Bacalhau Assado à Moda do Porto	
	5.3. Bacalhau à Portuense	
6. Bacalhau com Broa - Porto		3
7. Bacalhau em Filetes à Moda do Porto		6
	7.1. Bacalhau em Filetes - Porto	
8. Bacalhau no Forno com Batatas - Porto		1
9. Batatas do Porto		1
10. Biscoitos do Porto		1
11. Bolinhos do Porto		1
12. Bolo Portuense		1
13. Chambão de Vaca Portuense		1
14. Coelho Bravo à Portuense		1
15. "Consommé" do Porto		1
16. Creme Torrado - Porto		1
17. Dobrada com Grão - Porto		1
18. Doce Portuense		4
	18.1. Doce do Porto	
19. Encharcado à Moda do Porto		3
20. Especialidade do Porto		1
21. Formigos à Moda do Porto		2
	21.1. Formigos - Porto	
22. Frango Apetitoso à Portuense		1
23. Galinha à Moda do Porto		3
24. Lambareiros à Moda do Porto		1
25. Línguica de Sangue à Portuense		2
26. Massapães - Porto		1
27. Mexidos - Porto		1
28. Migas de Bacalhau à Moda do Porto		4
	28.1. Migas de Bacalhau - Porto	
29. Omeleta à Moda do Porto		1
30. Papas de Sarrabulho - Porto		2
	30.1. Sarrabulho à Porto	
31. Picado de Peixe à Moda do Porto		1
32. Portuenses		1
33. Rosbife à Portuense		1
34. Roscas - Porto		1
35. Sardinhas à Hotel do Porto		1
36. Tainha à Portuense		4
37. Tripas à Moda do Porto		31
	37.1. Dobrada à Moda do Porto (Tripas)	
	37.2. Dobrada ou Tripas à Moda do Porto	
	37.3. Tripas à Moda do Porto   Tripes a la Mode de Porto	
	37.4. Tripas à Moda do Porto   Tripe in the manner of Porto	
	37.5. Tripas à Moda do Porto   Tripe of Oporto Style	
	37.6. Tripas à Moda do Porto   Tripe, Oporto Style	
	37.7. Tripas à Portuense	
	37.8. Tripas à Portuguesa	
	37.9. Tripe-Stero, Portuguese-Style (Tripas ou Dobrada)	
38. Tripas de Fricassé - Porto		1

Tabela 1 – Títulos de receitas da *cozinha dos territórios*, incluindo as suas variantes.

Os títulos, pela referência expressa ao território, indiciam a intencionalidade, por parte de quem escreve as receitas, de as catalogar como provenientes do Porto, quer seja pelos produtos utilizados, pelas técnicas de preparo ou tradições associadas. Claramente as “Tripas à Moda do Porto” destacam-se como o título com mais ocorrências e variantes (31), o que lhe confere o estatuto de receita mais emblemática.



Ao analisarmos os dados que dizem respeito à *cozinha honorífica* (ver tabela 2) verificamos que, comparativamente à *cozinha dos territórios*, há um número bastante menor de receitas (11) e suas variantes (8).

Titulos de receitas	Variantes	Nº de ocorrências
1. Bacalhau à Congregados - Porto		1
2. Bacalhau à Gomes de Sá	2.1. Casserole of Salt Cod, Potatos and Onion   Bacalhau à Gomes de Sá	26
	2.2. Codfish Casserole   Bacalhau à Gomes de Sá	
	2.3. Morue Gomes de Sá   Bacalhau à Gomes de Sá	
	2.4. Salt Cod Gomes de Sá Fashion   Bacalhau à Gomes de Sá	
3. Bacalhau à João do Buraco		2
4. Bacalhau à João do Porto		1
5. Bacalhau à Zé do Pipo	5.1. Bacalhau à Zé do Pipo - Douro Litoral	11
	5.2. Bacalhau à Zé do Pipo - Entre Douro e Minho	
6. Bifes à Padre Piedade - Porto		5
7. Biscoitos da Teixeira - Receita Regional do Porto		1
8. Manjar Branco - Convento de Santa Clara - Porto		1
9. Pão Podre da D. Celeste - Porto		2
10. Sopa Dourada das Freiras de Santa Clara do Porto	10.1. Doce Dourado de Chila - Porto	6
	10.2. Golden Spaghetti Squash   Doce Dourado de Chila - Oporto	
11. Toucinho-do-céu Conventual - Porto		1

Tabela 2 – Títulos de receitas, incluindo as suas variantes, que homenageiam pessoas ligadas à história local.

Os dados expostos apontam para ideia de que a categoria da *cozinha honorífica*, em muitas circunstâncias, comporta implícita ou explicitamente uma ligação ao território, reforçando, como bem sugeriu Soares, que as narrativas construídas sobre a identidade alimentar nos livros de cozinha se faz por meio de categorias permeáveis.<sup>187</sup> De facto, observamos essa convivência na mesma receita da marca territorial e da intenção de recordar uma figura ou instituição ligadas ao local em boa parte do receituário elencado.

De acordo com Csergo “a particularidade culinária torna-se, neste mesmo desejo de reconstituir a identidade originária, num fator importante de estruturação de redes de notabilidade.”<sup>188</sup>

Do universo das 19 receitas pertencentes a esta *cozinha honorífica*, a receita com mais ocorrências (26), incluindo as quatro variantes da tradução para inglês ou francês, é o Bacalhau à Gomes de Sá.

<sup>187</sup> Soares, 2018b, p. 166.

<sup>188</sup> Csergo, 2001, p. 390.

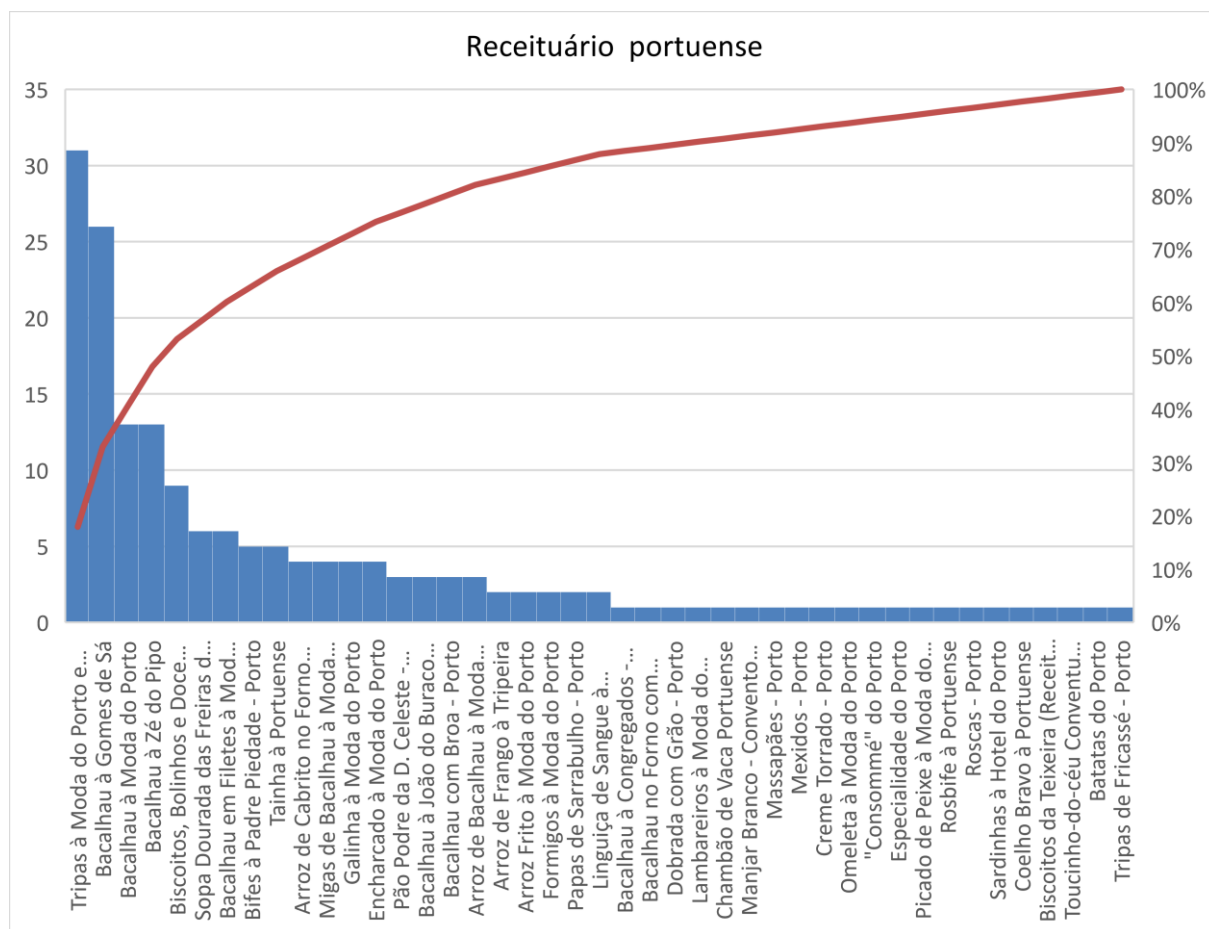


Figura 7 – Receituário portuense (diagrama de Pareto).

Os dados da figura 7 permitem claramente identificar as receitas com maior frequência nos livros de cozinha em estudo, a saber: as Tripas à Moda do Porto (31) e o Bacalhau à Gomes de Sá (26).

## 2. A CULINÁRIA PORTUENSE, REPOSITÓRIO DE PRODUTOS E TÉCNICAS IDENTITÁRIOS DO TERRITÓRIO

Estudar a *culinária portuense* no que ela contém de produtos e métodos de preparação é aceder ao retrato de um território urbano, rodeado por quintas agrícolas e marcado pelo rio Douro e pelo oceano Atlântico (logo muito aberto a produtos cujo acesso essas vias proporcionam).

Organizámos a nossa análise dos ingredientes em níveis distintos, começando por categorias mais abrangentes (carne, pescado, doce). Daí, passámos para uma análise mais fina, resultante da individualização em sub-categorias dentro daquelas.

Continuámos a ter por referente de análise as categorias narrativas apuradas da análise dos títulos, pelo que a nossa leitura dos resultados não descarta o seu enquadramento em termos de identidade culinária associada ao território (*cozinha dos territórios*) e às suas gentes homenageadas (*culinária honorífica*).

Como observamos nos dados do quadro 2, nos pratos do receituário da *cozinha dos territórios*, os de carne são os que apresentam maior representatividade, seguidos dos de doce e de pescado. Na *cozinha honorífica* é o pescado o respeitante à tipologia de prato com maior representatividade, tendo os pratos de doce e de carne uma baixa representatividade. Ainda no respeitante à *cozinha dos territórios*, esclarecemos que o termo “outros” diz respeito aos pratos com menor representatividade e com ausência de pescado, carne e açúcar, sendo eles: Arroz Frito-Porto, Arroz Frito à Moda do Porto, Batatas do Porto, “Consommé” do Porto e Omeleta à Moda do Porto.

Receituário	RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)				RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL OU QUE MENCIONAM COMUNIDADES RELIGIOSAS <sup>26</sup>		
	Pescado/marisco	Carne	Doce	Outras	Pescado/marisco	Carne	Doce
Total	14	23	15	5	11	1	7
	<b>57</b>				<b>19</b>		

Quadro 2 – Distribuição das categorias gerais dos ingredientes pelas *cozinha dos territórios* e *cozinha honorífica*.

Ao avaliar a representatividade total do pescado/marisco, da carne e do doce na *culinária portuense*, verificamos um predomínio, ainda que pouco expressivo, do pescado, relativamente à carne e desta relativamente ao doce. Ou seja, afigura-nos um equilíbrio na representatividade destas tipologias de pratos no receituário portuense.

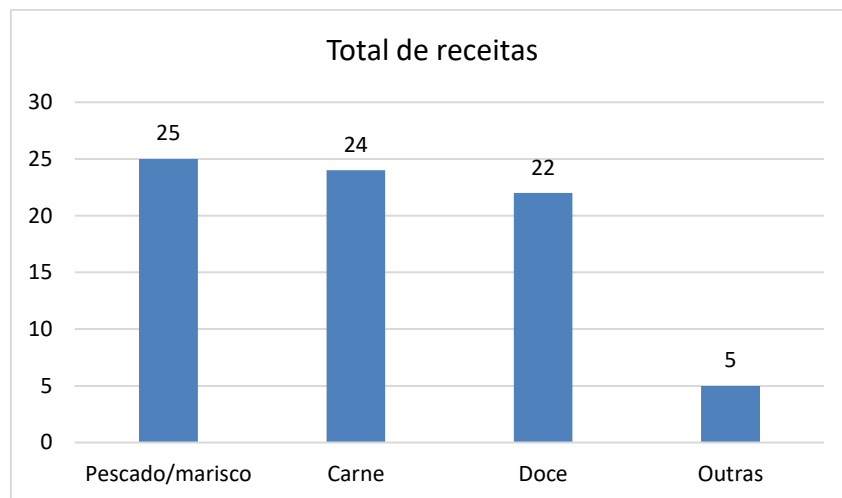


Figura 8 – Total de títulos de receitas de pescado/marisco, carne, doce e outros.

Passando a detalhar as sub-categorias por grande categoria, o resultado quanto ao pescado e marisco é o apresentado abaixo.

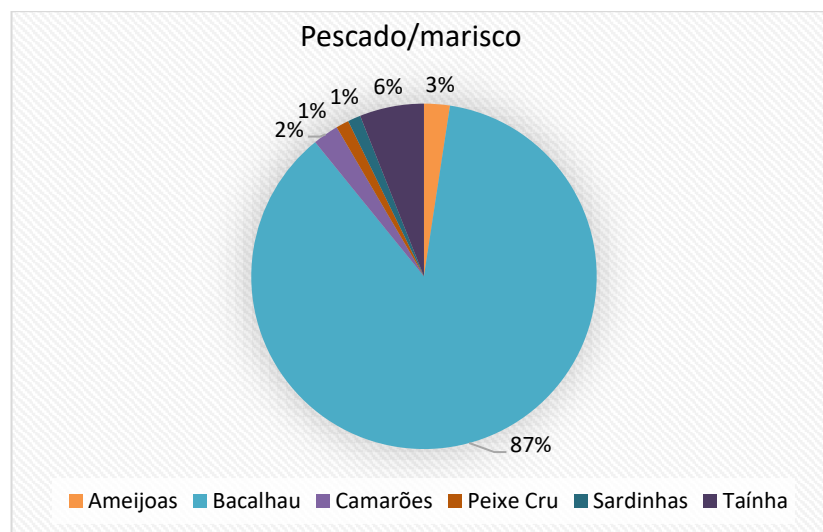


Figura 9 – Valor percentual das diversas tipologias de pescado e marisco.

Como podemos verificar no gráfico da figura 9, o pescado com maior predominância é o bacalhau (87%) seguido, com grande distância, da tainha (6%). Para este maior valor contribui a lista de receitas com bacalhau, a saber:

Títulos de receitas	Nº de ocorrências
Bacalhau à Moda do Porto	13
Bacalhau com Broa - Porto	3
Bacalhau à Congregados – Porto	6
Bacalhau em Filetes à Moda do Porto	1
Bacalhau no Forno com Batatas - Porto	1
Bacalhau à Gomes de Sá	26
Bacalhau à João do Buraco	2
Bacalhau à João do Porto	1
Bacalhau à Zé do Pipo	11

A propósito do destacado protagonismo do bacalhau na *culinária portuense*, não se trata de um exclusivo da região em análise, mas, conforme já evidenciaram vários estudiosos, este peixe, pescado em paragens longínquas, mas tratado segundo um saber-fazer muito enraizado também na cultura do povo português, o bacalhau, figura no ADN do Português como alimento incorporado na identidade e nos seus hábitos alimentares. Nas palavras de Sobral e Rodrigues, no que diz respeito ao estatuto do bacalhau como património alimentar português: “Ao longo de séculos, o bacalhau transformou-se de simples género alimentar em símbolo da identidade portuguesa, de comida socialmente conotada com situações de abstinência e mesmo própria de pobres, em alimento caro e prestigiado no campo gastronómico.”<sup>189</sup>

Não esquecer, igualmente, que, por motivos impostos pela doutrina religiosa cristã, os interditos alimentares adquiriram, ao longo de muitos séculos, um papel central na mesa das populações da Europa cristã. De acordo com Teuteberg e Flandrin, o pescado teve “um papel importante tanto na gastronomia antiga como na história dos países cristãos na Idade Média e durante os tempos modernos, (...)”<sup>190</sup>. Maria Angélica Andresen de Castro Henriques, em 1946, na palestra intitulada “O Porto”, refere que a cidade é “profundamente religiosa e crente, o povo pôs uma igreja em cada rua. E multiplicam-se as torres, nas igrejas, nos edifícios públicos, nas casas. Este aspeto dá-lhe uma

<sup>189</sup> Sobral e Rodrigues, 2013, p. 622.

<sup>190</sup> Teuteberg, H. J. e Flandrin, F.-L.-(2001). “Transformações do consumo alimentar”, in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, p. 306.

espiritualidade, uma característica bem sua e que não seria de esperar.”<sup>191</sup> Daí a importância do pescado nas vivências religiosas da cidade do Porto.

No que se refere às variantes de carne presentes no receituário portuense, reunimos os seus resultados percentuais no gráfico abaixo.

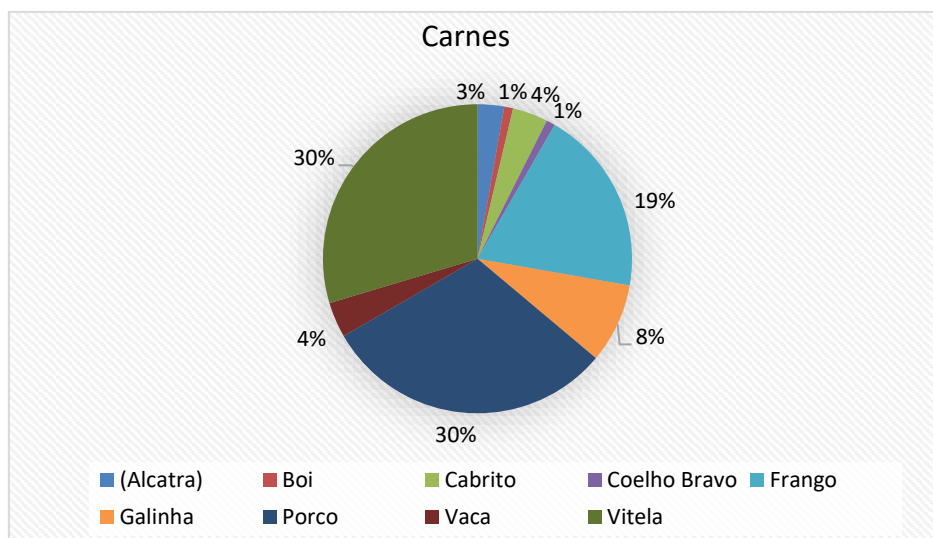


Figura 10 – Valor percentual das diversas tipologias de carnes que integram o receituário estudado como ingrediente principal.

No que diz respeito à identificação do ingrediente-base de proteína animal, encontramos com maior prevalência a vitela (30%) e o porco (30%), seguidos do frango (19%), da galinha (8%) e do cabrito (4%) e vaca (4%). O itinerário percorrido pelos pratos de carne torna visível a múltipla presença deste alimento proteico no receituário analisado, a saber:

Títulos de receitas	Nº de ocorrências
Arroz de Cabrito no Forno à Moda do Porto	4
Arroz de Frango à Tripeira	2
Bifes à Padre Piedade	5
Chambão de Vaca Portuense	1
Coelho Bravo à Portuense	1
Frango Apetitoso à Portuense	1
Galinha à Moda do Porto	3
Tripas à Moda do Porto	31

<sup>191</sup> Henriques, M. A. A. C. (1947-1948). “O Porto – Palestra lida numa aula de Geografia Humana, na Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, em 1946” in Henriques, M. A. A. C., *O Tripeiro*, série V, ano III, Porto, p. 8.

Na história da alimentação em Portugal do séc. XV ao séc. XVIII, segundo Ferro: “a carne, sobretudo a de vaca, era de difícil acesso, a não ser para as classes médias e alta da sociedade.”<sup>192</sup> O mesmo autor defende que a carne era a base da alimentação das classes médias e superior, e que em contextos citadinos, consumia-se a carne fresca que provinha dos mercados.

Segundo Montanari: “Em meados e no fim da Idade Média, duas classes sociais desfrutavam de um certo privilégio alimentar. Primeiro, por tradição, a aristocracia, a chamada classe dos comedores de carne e cuja mesa se desprezavam os legumes dos pobres. Depois, o que é uma novidade, as populações urbanas, incluindo as classes populares, protegidas pelas políticas de abastecimento das autoridades da cidade, que se comprometem a assegurar a presença de produtos alimentares no mercado urbano.”<sup>193</sup>

Os autores Teuteberg e Flandrin defendem ainda que a carne é um alimento considerado essencial à alimentação do ser humano: “não existe qualquer dúvida de que em todos os países europeus, a ração média da carne veio a aumentar ao longo dos séculos XIX e XX considerados em conjunto.”<sup>194</sup>

Tivemos também em conta, os acompanhamentos dos pratos do receituário selecionado. Os resultados obtidos para a categoria “legumes, leguminosas e tubérculos” estão graficamente apresentados na figura 11.

---

<sup>192</sup> Ferro, J P. (1996). *Arqueologia dos Hábitos Alimentares*, Lisboa, Publicações D. Quixote, p. 16.

<sup>193</sup> Montanari, M. (2001). “A caminho de um novo equilíbrio alimentar” in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, p. 9.

<sup>194</sup> Teuteberg, H. J. e Flandrin, F.-L.(2001). “Transformações do consumo alimentar” in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, p. 304.

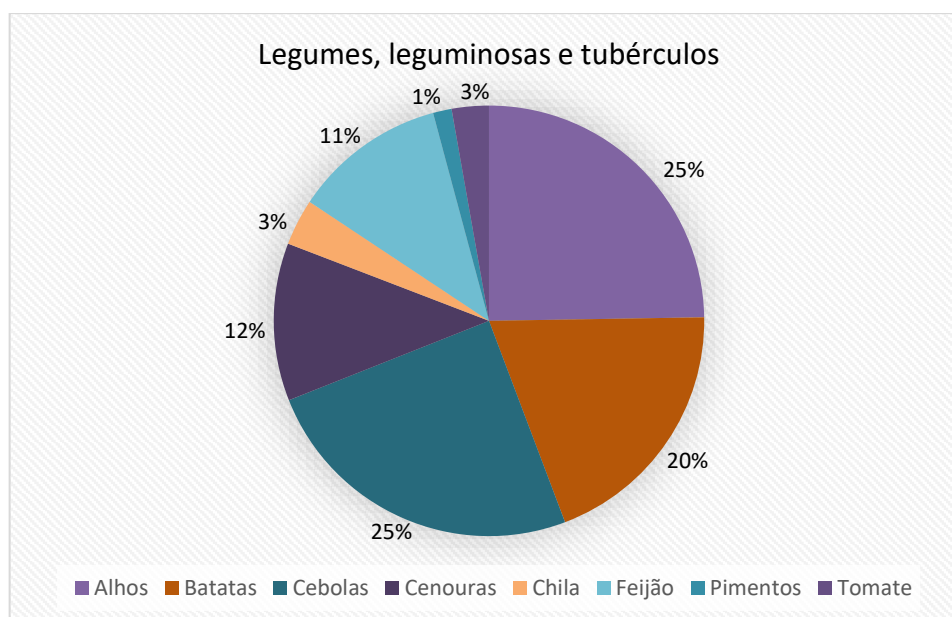


Figura 11 – Valor percentual das diversas tipologias de legumes, leguminosas e tubérculos.

Claramente os bolbos, alhos e cebolas surgem com maior representatividade no *receituário portuense* (cada um deles com 25%), seguidos das batatas (20%), das cenouras (12%), do feijão (11%), da chila (3%) e do tomate (3%), permitindo estabelecer uma associação ao território. O Porto estava rodeado de quintas produtoras e abastecedoras da cidade em frescos. Nas palavras de Sobral, “alguns dos ingredientes mais comuns da cozinha portuguesa, como é o caso da cebola que, para além de ser utilizada crua – “Cebola e pão, comida de vilão”, dizia-se na Idade Média – ou como componente das saladas, entra no refogado e em inúmeros pratos estufados. O alho é igualmente um ingrediente básico dessa cozinha. O louro também, em particular nas zonas do Norte.”<sup>195</sup>

Segundo os dados da figura 11, o feijão aparece no *receituário portuense* com uma expressão de 11%. Este alimento pertence ao grupo das leguminosas e, de acordo com Sobral:

“As leguminosas têm sido uma parte fundamental da alimentação humana ao longo de milénios. Todavia, ao menos nas sociedades ocidentais, elas estiveram associadas à pobreza e à rusticidade, não figurando nas mesas das classes dominantes. Com a subida dos rendimentos da população europeia ocidental, em que se insere a portuguesa, elas viram o seu consumo diminuir enquanto aumentava o de outros alimentos, como a carne, outrora em larga medida apanágio dos possidentes. Ao mesmo tempo surgiram associadas nas últimas décadas à

<sup>195</sup> Sobral, 2007, p. 20.



redescoberta das cozinhas regionais e locais, um movimento que também encontra uma larga expressão em Portugal.”<sup>196</sup>

Ainda segundo Sobral, no *Inquérito Económico-Agrícola* dirigido por Lima Basto (século XX), há informações importantes sobre as leguminosas na agricultura e na alimentação em contexto nacional. Assim referimos, “O mesmo inquérito permite estabelecer uma geografia diferenciada da produção destas leguminosas. Enquanto a produção de feijão se concentrava no Entre Douro e Minho (44,5%) e nas Beiras (37,5%), a de fava ocorria na Estremadura (38%) e no Alentejo (54%), e a de grão-de-bico no Alentejo (68,7%) e na Estremadura (15,8%).”<sup>197</sup> A proximidade dos locais de produção do feijão pode justificar a presença deste tipo de alimento na totalidade das receitas da *culinária portuense* analisadas.

No século XX, segundo o mesmo autor, as leguminosas emergem nos livros de cozinha portugueses, “quando a cozinha nacional e regional é exaltada num contexto de «nacionalização culinária» (...) Recupera, assim, para integrarem esse cânone, alimentos que eram a base da alimentação dos mais pobres, mas que se encontrariam também em sectores mais abastados, como o comprovam pratos enriquecidos com carnes variadas, como as feijoadas.”<sup>198</sup>

Consideremos, de seguida, o conjunto de ingredientes agregadores de sabor, de uso transversal à quase totalidade das nossas rubricas nesta análise. Começando pelas gorduras, os resultados obtidos são os que se seguem.

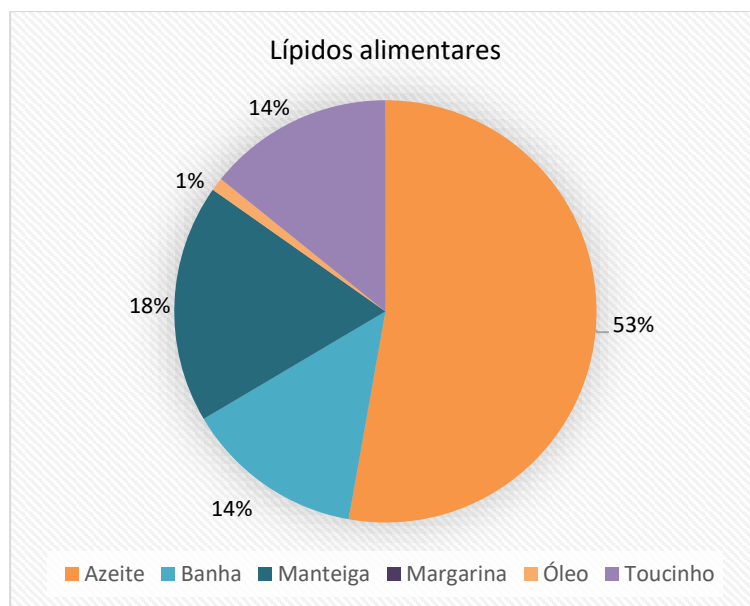


Figura 12 – Valor percentual das diversas tipologias de lípidos.

<sup>196</sup> Sobral, J. M. (2018). “As leguminosas: da obscuridade à celebração”, *Trabalhos de Antropologia e Etnografia*, vol. 58, Porto, p. 193.

<sup>197</sup> *Ibidem*, pp. 195-196.

<sup>198</sup> *Ibidem*, pp. 196-197.

A gordura predominante é a vegetal, em detrimento das de origem animal. No caso da *culinária portuense*, verificamos que o azeite destaca-se pela sua representatividade. O azeite está presente em 53% das receitas estudadas, a manteiga em 18%, o toucinho em 14%, a banha em 14% e o óleo quase sem representação (1%).

De acordo com Teuteberg e Flandrin:

“Ao longo dos séculos XIX e XX assistiu-se a um aumento considerável do consumo de todas as gorduras, tanto de origem animal como vegetal. No entanto, apesar das pressões exercidas por importantes interesses industriais, atualmente o seu consumo continua a ser bastante diferente consoante os países.”<sup>199</sup>

O azeite é uma fonte fundamental de gordura utilizada desde a Antiguidade Clássica, integrando a “Tríade Alimentar Mediterrânea” conhecida comumente por pão, vinho e azeite<sup>200</sup>. O valor de uso desta gordura, na atualidade, aumentou, devido ao estatuto de “gordura saudável” que lhe reconhece a “Dieta Mediterrânica”, sobretudo desde que foi reconhecida e incluída na Lista Representativa do Património da Humanidade da UNESCO.

No que concerne as especiarias, a variedade de ingredientes está representada no gráfico abaixo.

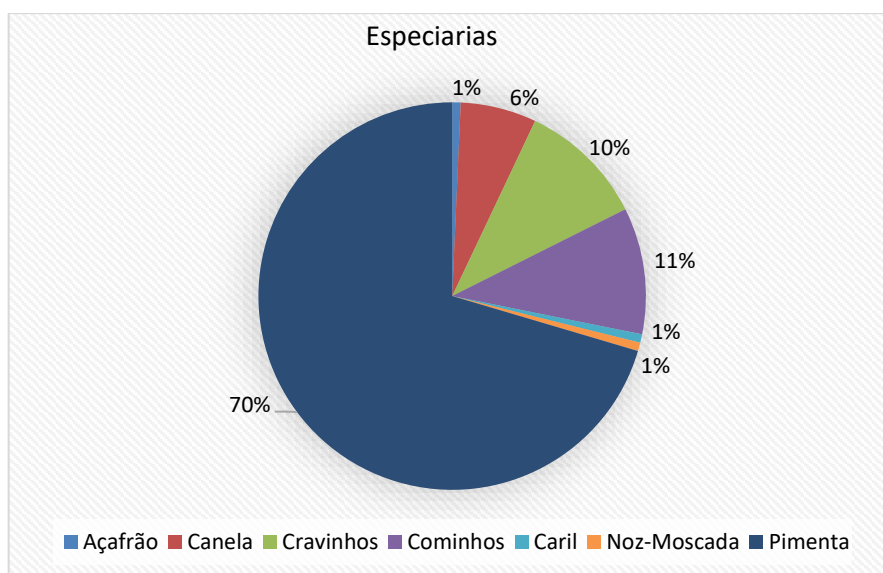


Figura 13 – Valor percentual das diversas tipologias de especiarias.

<sup>199</sup> Teuteberg, H. J. e Flandrin, F.-L. (2001). “Transformações do consumo alimentar”, in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, p. 309.

<sup>200</sup> Estudo de síntese sobre esta conceção, encontra-se em Soares, C. (2011). “Origens da Dieta Mediterrânea. Breves apontamentos”, *Gastronomias*. Revista da Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas, 18, pp. 24-27.

Podemos observar no gráfico da figura 13 a predominância, com grande destaque, da pimenta (70%) relativamente às outras especiarias - cominhos (11%), cravinhos (10%) e canela (6%). Os restantes 3% dizem respeito às especiarias com menor expressividade e que são: açafreão (1%), caril (1%) e noz-moscada (1%).

Em termos de conjunto predominante, importa sublinhar que as especiarias se configuram, pela sua presença total em 97% das receitas em estudo, como ingrediente transversal e indispensável da *culinária portuense*.

A pimenta, na história do seu uso culinário, começou por ser considerada uma especiaria que ostentaria distinção social. Desse sentido social da sua presença à mesa nos dão conta, a título de exemplo, o estudo de Coelho e Santos, sobre a viagem dos cónegos do mosteiro de Santa Cruz de Coimbra a Roma (em 1558), ocasião em que incluem na oferta ao Auditor: aves, canela, pimenta e açúcar.<sup>201</sup>

Da categoria genérica dos “cheiros”<sup>202</sup> (para recuperarmos a terminologia medieval e moderna) faz parte um conjunto de plantas de aromáticas autóctones. O seu uso no receituário estudado é o que se segue.

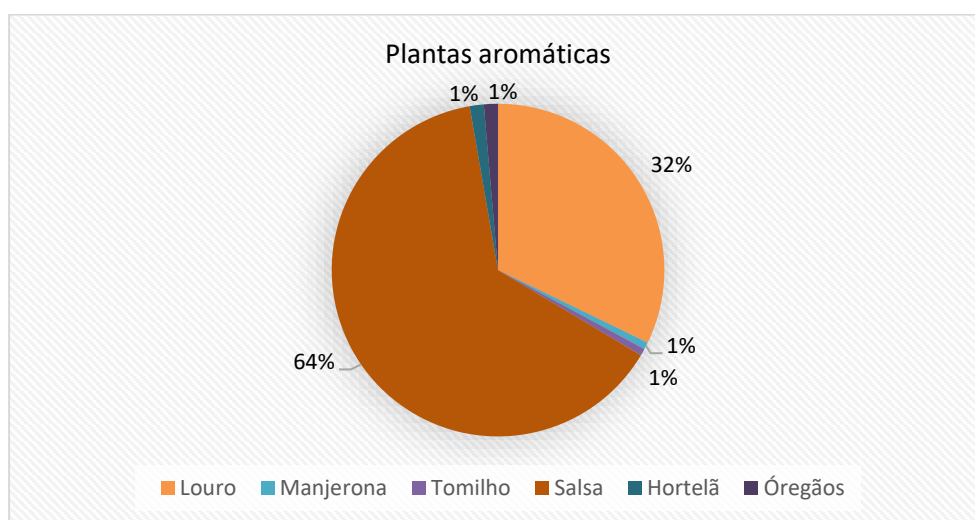


Figura 14 – Valor percentual das diversas tipologias de plantas aromáticas.

No que concerne as plantas aromáticas, podemos verificar pelos dados da figura 14 que a salsa é a mais utilizada no receituário estudado (64%), seguida do louro (32%). As restantes plantas

<sup>201</sup> Coelho, M. H. C., Santos, M. J. A. (1990). *De Coimbra a Roma – uma viagem em meados de Quinhentos*, Coimbra, Coimbra Editora, p. 42.

<sup>202</sup> Segundo Pereira e Pericão (2015: 163) entende-se por “cheiros”: “nome dado às ervas aromáticas que servem de tempero”.

aromáticas identificadas no *receituário portuense* foram encontradas com um valor muito baixo (1%), denunciando a falta de hábito em usar estas plantas na confeção dos pratos. A presença da salsa vem atestada para o receituário escrito em português desde o mais antigo manuscrito culinário que possuímos, *O Livro de Cozinha da Infanta D. Maria de Portugal*. Aliás, em comentário a uma das receitas desse códice, Santos<sup>203</sup> inclui-a na explicação que dá para o sentido do termo “cheiros”, quando afirma que “nos ‘cheiros’ incluir-se-ia salsa, coentro, hortelã e cebola”. Se cruzarmos os resultados dos gráficos 11, 13 e 14, verificamos que a maior incidência em cada um deles, revela a seguinte “tríade de condimentos”: pimenta, alho e salsa. Assim, observamos a prática combinada do uso culinário de uma especiaria importada, com um bolbo e uma planta aromática autóctones.

Comum em muitos preparados salgados é a junção de líquidos ácidos, os chamados “azedos”, na literatura culinária medieval e moderna. Segundo Pereira e Pericão, entende-se por acidificar “acrescentar um elemento ácido a um alimento, tal como vinagre, o sumo de limão, o vinho ou o agraço; (...)”<sup>204</sup> Os dados sobre o seu uso estão representados no gráfico que se segue.

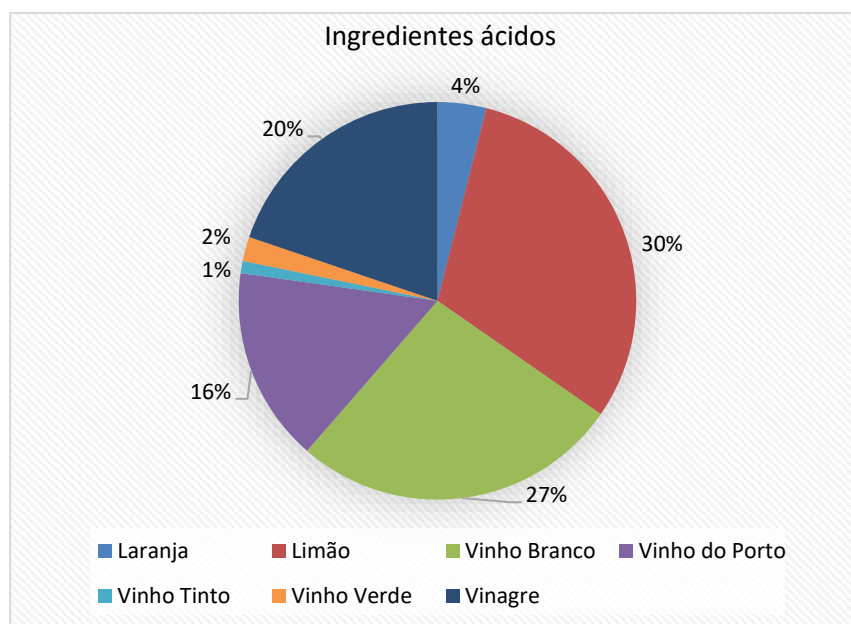


Figura 15 – Valor percentual das diversas tipologias de ingredientes ácidos.

<sup>203</sup> Santos, M. J. (1997). *A Alimentação em Portugal na Idade Média: Fontes, Cultura e Sociedade*, Coimbra, p. 46.

<sup>204</sup> Pereira-Pericão, 2015, p. 31.

No sentido de identificarmos os ingredientes ácidos utilizados como temperos, foi feito o levantamento considerando as expressões “temperada com”, tempera-se com”, “rectifica-se o tempero”. Ao analisarmos os dados da figura 15, constatamos que os ingredientes ácidos mais utilizados são o limão (30%), o vinho branco (27%) e o vinagre (20%).

O conjunto das quinze (15) receitas doces do receituário portuense, por incluírem ingredientes absolutamente distintos do universo encontrado nos pratos salgados, levou-nos a propor uma rubrica autónoma. Atendendo à impossibilidade de encontrar uma designação-chapéu para os ingredientes em causa (açúcar, amêndoa e ovos), optámos por um termo que cumprisse o intuito de autonomizar esses ingredientes dos anteriores. Assim surgiu a proposta “outros ingredientes”.



Figura 16 – Valor percentual de ingredientes principais das receitas doces.

Considerando os dados da figura 16, realçamos a existência de três ingredientes principais nos doces estudados, o açúcar (41%), os ovos (37%) e a amêndoa (22%), que à semelhança da matriz da doçaria conventual aparecem com predomínio no receituário da *culinária portuense*.

Neste contexto e segundo Braga: “Na doçaria conventual, ovos, açúcar e, muitas vezes, amêndoas foram ingredientes omnipresentes. As comunidades femininas dedicaram-se frequentemente à doçaria para consumo próprio, oferta e comercialização, neste caso obtendo uma fonte de receita para as casas religiosas.”<sup>205</sup>

Algranti, em estudo sobre hábitos alimentares da vida conventual feminina, conclui que nos conventos portugueses a doçaria produzida é “à base de muitos ovos e açúcar, como reza a tradição conventual, (...). As receitas, por sua vez, envolvem produtos simples de serem obtidos em Portugal (...).”<sup>206</sup>

A presença de açúcar na doçaria, usada como término de uma refeição, está associada a um produto que tem poder curativo, pois o açúcar durante muito tempo esteve relacionado com a ideia

<sup>205</sup> Braga, I. D. (2013). “Ovos, ovos, ovos e mais Ovos. Cultura, Economia, Dietética e Gastronomia”, *Revista de História da Sociedade e da Cultura*, 13, p. 423.

<sup>206</sup> Algranti, L. M. (2002). “Doces de ovos, doces de freiras: a doçaria dos conventos portugueses no livro de receitas da irmã Maria Leocádia do Monte do Carmo (1729)”, *Cadernos Pagu*, 17-18, Campinas, p. 401.

de remédio/tratamento. Este glícido, de acordo com Philip e Mary Hyman, “enquadra-se perfeitamente na lógica da dietética antiga, em que se considerava nomeadamente que o açúcar favorecia a digestão. Assim, os confeitos, doces e outras doçarias eram reservados para o último serviço de um jantar (...)”.<sup>207</sup>

A presença de ovos nas receitas doces da *culinária portuense*, e no universo da culinária nacional, tem a ver com o facto de constituírem um tipo de alimento acessível às diferentes classes sociais e serem apreciados como fonte de proteína mais barata. Segundo Braga, “Tendo em conta o valor nutricional do ovo uma realidade parece clara ao longo dos tempos: era bem mais barato consumir ovos do que carne ou peixe, (...)”. De acordo com a mesma autora: “Nos conventos franciscanos de Santa Clara, do Porto, (...) o peixe podia igualmente ser substituído pelos ovos durante a Quarentena, no século XVIII.”<sup>208</sup>

De acordo com Cândido, “o emprego maciço de gemas e açúcar”<sup>209</sup> caracteriza a doçaria conventual, cuja prática está associada principalmente aos conventos femininos.

A doçaria é de grande apreço na *culinária portuense* e aparece nela com alguma expressão, dividida pelas *cozinha dos territórios* e *cozinha honorífica*, conforme a tabela 3.

---

<sup>207</sup> Hyman, P. e M. (2001). “Imprimir a cozinha: os Livros de cozinha em França entre os séculos XV e XIX”, in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, p. 229.

<sup>208</sup> Braga, 2013, pp. 406-407.

<sup>209</sup> Cândido, 2020, p. 207.

Titulos de receitas	Nº de ocorrências
Sopa Dourada das Freiras de Santa Clara do Porto	6
Encharcada à Moda do Porto	4
Pão Podre D. Celeste – Porto	3
Doce Portuense	3
Formigos à Moda do Porto	2
Biscoitos da Teixeira	1
Bolinhos do Porto	1
Doce do Porto	1
Portuenses	1
Lambareiros à Moda do Porto	1
Manjar Branco – Convento de Santa Clara - Porto	1
Massapães – Porto	1
Mexidos do porto	1
Roscas – Porto	1
Toucinho – do – céu – Porto	1

Tabela 3 – Receitas doces nas fontes estudadas.

As receitas doces que identificamos nas fontes estudadas encontram-se na tabela 3 por ordem decrescente de frequência no receituário da *culinária portuense*. Desta inventariação, podemos concluir que a Sopa Dourada das Freiras de Santa Clara do Porto é a receita com maior número de ocorrências (6).



## 2.1. INGREDIENTES, MÉTODOS DE CONFEÇÃO E UTENSÍLIOS DAS RECEITAS TRIPAS À MODA DO PORTO E BACALHAU À GOMES DE SÁ

### 2.1.1. TRIPAS À MODA DO PORTO

Esta receita aparece em diversos livros de cozinha, conforme tabela abaixo.

Livros de cozinha do séc. XX	Ano	Titulos de receitas	Nº de página
Culinária Portuguesa	1936	Dobrada ou Tripas à Moda do Porto	140
A Cosinheira das Cosinheiras: A Arte de Bem comer	1950	Tripas à moda do Porto	146
Cozinha Regional Portuguesa	1962	Tripas à moda do Porto	140-141
Cozinha do Mundo Português - 1001 Receitas Experimentadas	1962	Tripas à Moda do Porto	216-217
Cozinheira Ideal	1965	Tripas à Portuguesa	110
Cozinheira Ideal	1965	Tripas à Moda do Porto	171
Receitas de Cozinha e Doçaria Portuguesa	1971	Tripas à Moda do Porto	43-44
Cozinha Regional Portuguesa	1973	Tripas à Moda do Porto	242-243
Portuguese Cookery	1973	Tripas à Moda do Porto / Porto Style Tripe	66-67
The Home Book Of Portuguese Cookery	1974	Tripas à Moda do Porto / Tripe Oporto Style	82-83
Doze Meses de Cozinha	1977	Tripas à Moda do Porto	246
Cozinha Portuguesa II	1981	Dobrada à Moda do Porto (Tripas)	139
Cozinha Tradicional Portuguesa	1982	Tripas à Moda do Porto	28
Receitas Escolhidas	1982	Tripas à Moda do Porto	222
Tesouro das Cozinheiras	1983	Tripas à Portuguesa	529
Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa	1984	Tripas à Moda do Porto - Douro Litoral	112-113
The Food of Portugal	1986	Tripe in the Manner of Porto / Tripas à Moda do Porto	148-149
Cozinha Regional Portuguesa - Vol.2	1987	Tripas à Moda do Porto - Entre Douro e Minho	140-141
Cozinha Portuguesa	1992	Tripas à Moda do Porto	136
Roteiro da Cozinha Portuguesa	1992	Tripas à Moda do Porto	100-101

Cozinha de Portugal - Entre Douro e Minho	1993	Tripas à Moda do Porto	78
Comer à Portuguesa	1994	Tripas à Moda do Porto	66
Portuguese Cooking	1995	Tripe of Oporto Style / Tripas à Moda do Porto	66
The Taste of Portugal	1995	Tripe, Oporto Style / Tripas à Moda do Porto	107-108
Portugal Gastronómico	1996	Tripas à Moda do Porto	184
O Livro de Pantagruel	1997	Tripas à Moda do Porto	474-475
Gastronomia Portuguesa - Tradição e Prática	1998	Tripas à Moda do Porto - Entre Douro e Minho	203
La Cuisine Portugaise de Tradition Populaire (...)	1998	Tripes a la Mode de Porto / Tripas à Moda do Porto	188
Traditional Portuguese Cooking & Typical Sweets	1998	Tripe-Stero, Portuguese-Style / Tripas ou Dobradas	81
À Roda do Tacho - Volta a Portugal em Culinária	1999	Tripas à Moda do Porto	98
Gastronomia Regional Portuguesa - Sabores que o Tempo não Apaga	2000	Tripas à Moda do Porto	16

Tabela 4 – Receita Tripas à Moda do Porto nas fontes estudadas, listada por ordem cronológica crescente de publicação.

Prato inequivocamente popular é rico pela multiplicidade de ingredientes, destaca-se pela presença da carne não nobre.

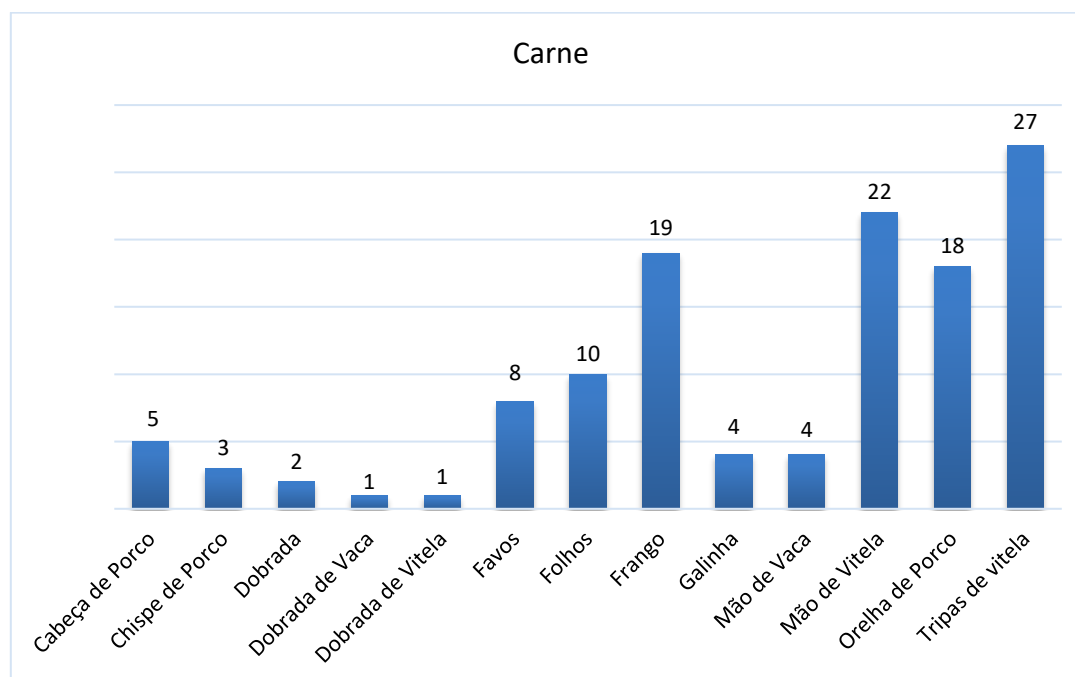


Figura 17 – Número de ocorrências de diversas tipologias da carne nas receitas de Tripas à Moda do Porto.

Os dados da figura 17 evidenciam a importância dada à carne neste tipo de prato. Assim, verificamos um predomínio das tripas de vitela (27), mão de vitela e mão de vaca (26), do frango e galinha (23) e de orelha de porco (18). Outras partes do animal também são utilizadas, mas com menor incidência, os folhos (10), os favos (8) e a cabeça de porco (5).

Esta receita da *culinária portuense* agrega carnes de três tipologias de animal (suíno, bovino e galináceo), o que evidencia a sua riqueza e adequação ao consumo em mesas festivas. Destacamos, no caso da vaca e do porco, que as partes destes animais mais usadas são respetivamente: mão de vitela, orelha de porco e cabeça de porco. No caso das carnes conservadas em sal, em outros tempos denominada “carne da salgadeira”, importa relacionar o seu consumo com a época do ano em que se diz que se consumia mais as Tripas (de acordo com o calendário, não é quando se mata o porco – em pleno inverno, onde cai o Natal). Mais se refere que de acordo com Pacheco<sup>210</sup> e a missão da Confraria Gastronómica das Tripas à Moda do Porto<sup>211</sup>, este prato é promovido anualmente no mês de junho, nas Festas Sanjoaninas.

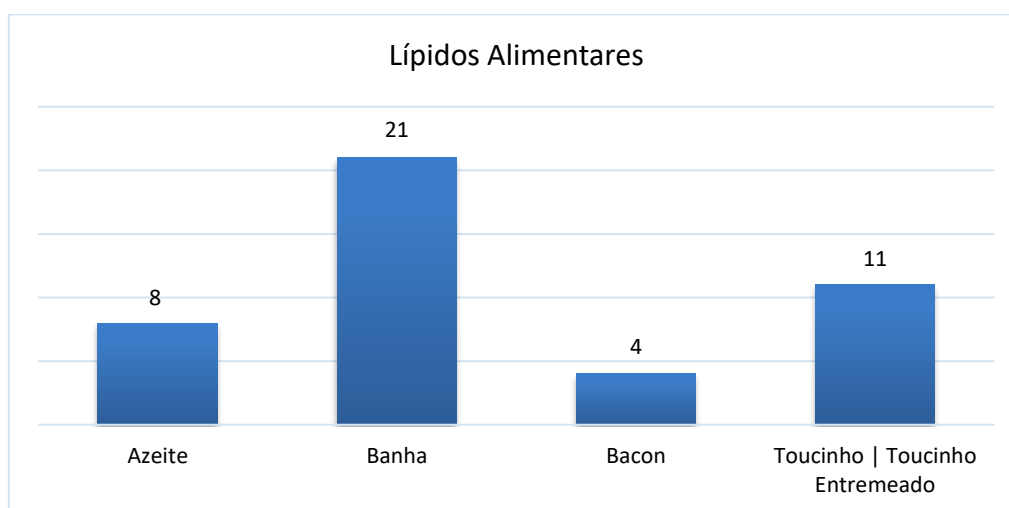


Figura 18 – Número de ocorrências das diversas tipologias de lípidos alimentares nas receitas de Tripas à Moda do Porto.

Quanto aos lípidos alimentares, e considerando os dados da figura 18, aparecem com presença bem marcada os de origem animal, a saber: banha (21), toucinho e toucinho entremeado (11) e bacon (4). Deste modo, refira-se que, por ser um prato que utiliza carne de porco (cabeça de porco, orelha de porco, chispe de porco), a presença da gordura deste animal está naturalmente incluída. Este resultado contrasta com o que apurámos para o universo total do receituário da *culinária portuense*, onde se destacava a gordura vegetal (*supra*, figura 12). Convém, contudo, lembrar que o protagonismo

<sup>210</sup> Pacheco, 2004, p. 202.

<sup>211</sup> <http://www.confrariadastripas.com/missao.html>, consultado em 27-10-2020.

da gordura de porco nesta receita em concreto parece estar em consonância com práticas alimentares de outros países europeus, já estudadas para os sécs. XIX e XX.<sup>212</sup>

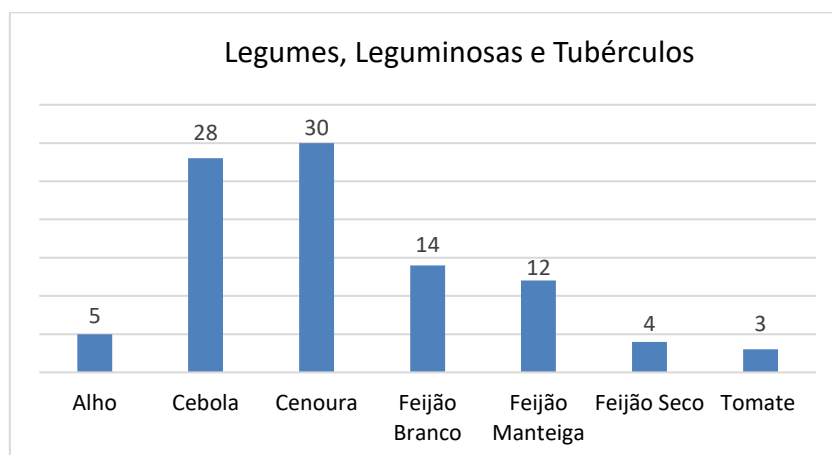


Figura 19 – Número de ocorrências das diversas tipologias de legumes, leguminosas e tubérculos nas receitas de Tripas à Moda do Porto.

A análise dos dados da figura 19 permite observar que os bolbos, cebola (28) e alho (5), predominam na receita Tripas à Moda do Porto. Também o feijão – branco, manteiga e seco – (30) e a cenoura (30) têm uma alta representação neste prato típico dos Portuenses. Valerá a pena voltar a perceber que as épocas festivas do consumo deste prato não coincidem com a época de disponibilidade dos feijões verdes. Somando este aspeto ao anteriormente mencionado para a carne de porco, no geral, o prato faz uso de uma quantidade significativa de ingredientes que chegam à panela em estado de conserva (sal ou seco).

<sup>212</sup> Veja-se o estudo de Teuteberg e Flandrin (2001: 309) para França e Alemanha.

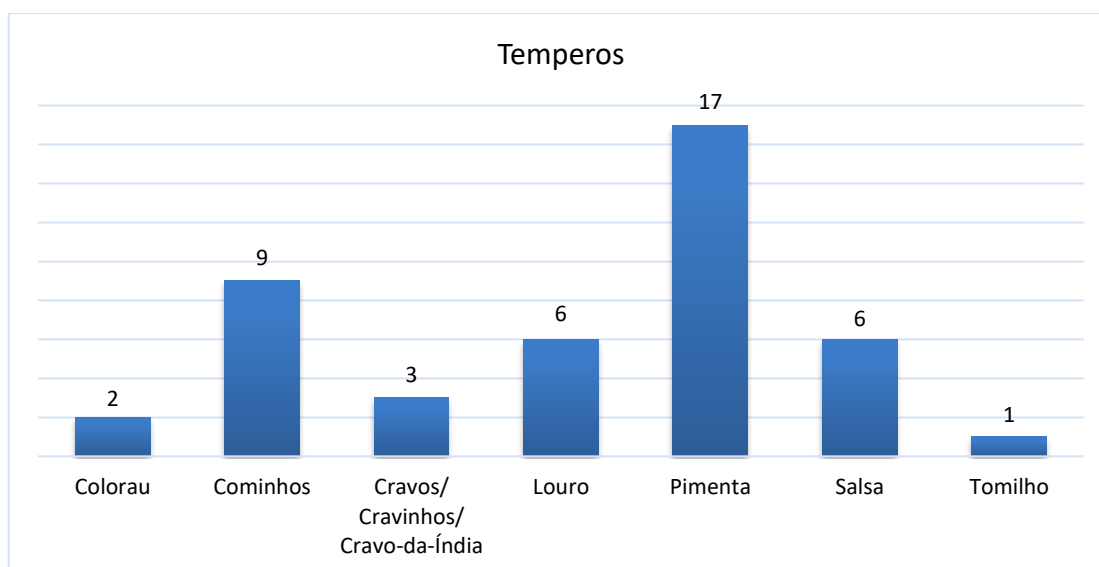


Figura 20 – Número de ocorrências das diversas tipologias de temperos foram contabilizadas nas receitas de Tripas à Moda do Porto.

Confirma-se, nesta receita, o padrão acima estabelecido a partir da análise do universo total das receitas da *culinária portuense*. Ou seja, a principal especiaria continua a ser a pimenta (17). Surge, contudo, outro tempero, agora de uma planta aromática autóctone, com alguma representatividade, os cominhos (9). Com menor frequência temos outras duas plantas aromáticas, a salsa (6) e o louro (6).

O tempero do prato completa-se com os ingredientes ácidos, sendo o limão aquele que é utilizado com maior frequência, conforme figura abaixo.

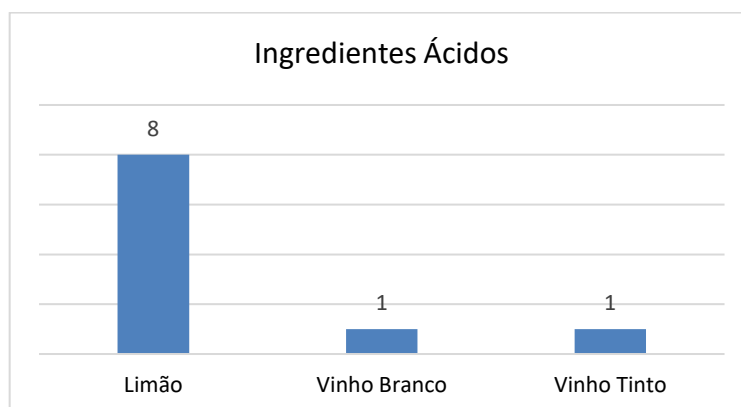


Figura 21 – Número de ocorrências das diversas tipologias de ingredientes ácidos das receitas de Tripas à Moda do Porto.

Quanto às técnicas de cozedura, as diversas receitas de Tripas à Moda do Porto recorrem a cinco processos distintos.

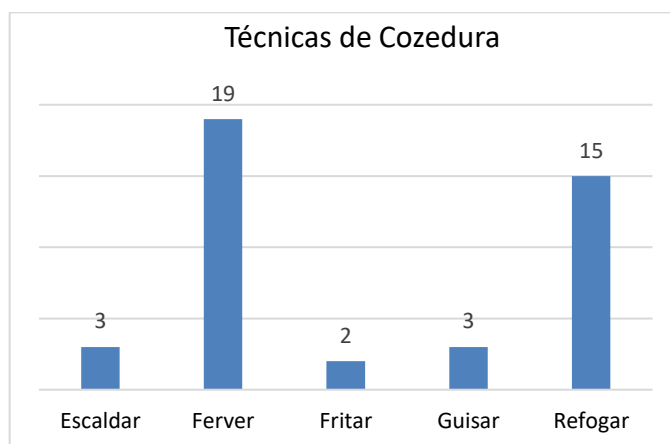


Figura 22 – Número de ocorrências das diversas tipologias das técnicas de cozedura das receitas de Tripas à Moda do Porto.

Em termos de representatividade, a fervura (19) e o refogado<sup>213</sup> (15) predominam. O refogado, segundo Vieira, é uma técnica de cozedura característica da cozinha portuguesa, porque muitas receitas portuguesas o mencionam.<sup>214</sup>

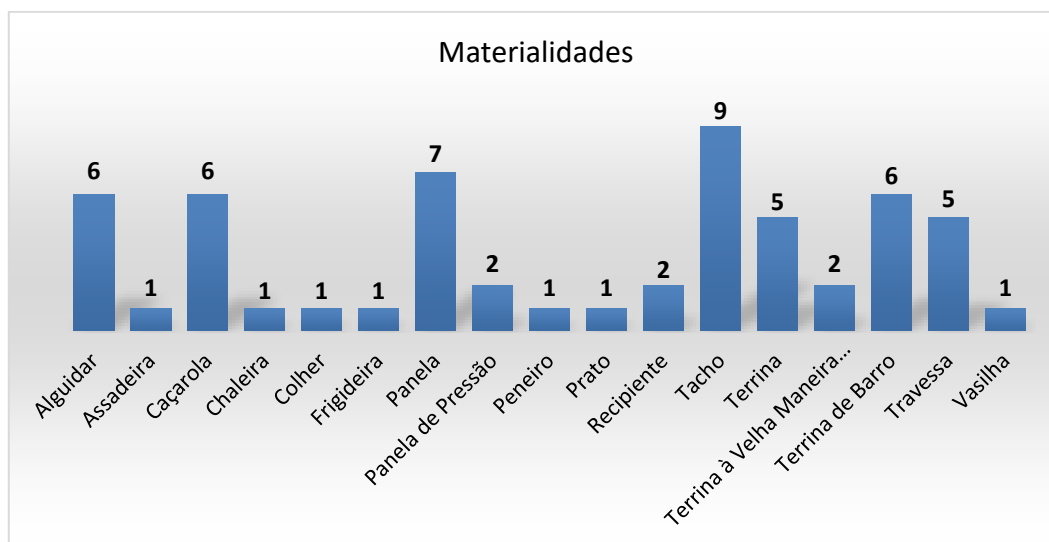


Figura 23 – Número de ocorrências das diversas tipologias dos utensílios das receitas de Tripas à Moda do Porto.

<sup>213</sup> De acordo com Pereira e Pericão (2015: 425), “fritura de cebola picada em gordura, geralmente azeite, de modo a torná-la transparente ou loura, como base para pratos como arroz, carne, peixe, marisco, etc.; por vezes adicionam-se outros produtos como tomate, alhos, cenoura, louro, etc. Estrugido.”

<sup>214</sup> Vieira, E. (1995). “Introduction”, in Vieira, E., *The Taste of Portugal – Traditional Portuguese Cuisine*, London, Grub Street, p. 31.

Com os dados da figura 23, identificamos uma variedade de utensílios utilizados na confeção das Tripas à moda do Porto. Os que apresentam maior frequência são: tacho (9); panela (7); alguidar (6); caçarola (6); terrina de barro (6), terrina (5) e travessa (5). Do ponto de vista do sentido que se pode atribuir/reconhecer ao uso específico de alguns desses objetos, há que referir que Maria de Lourdes Modesto reconhece um valor identitário ligado ao Porto, referindo: “sirva as tripas numa terrina à velha maneira portuense, que tanto pode ser de porcelana como de barro vidrado”<sup>215</sup> e “Retire o ramo de salsa e sirva as tripas numa terrina à velha maneira portuense.”<sup>216</sup>

---

<sup>215</sup> Modesto, M. L. (1978). *Receitas Escolhidas*, 2ª ed., Lisboa, Editorial Verbo, p. 222.

<sup>216</sup> Modesto, M. L. (1977). *Doze Meses de Cozinha*, 3ª ed., Lisboa, Selecções do Reader's Digest, p. 246.

### 2.1.2. BACALHAU À GOMES DE SÁ

Relativamente ao *corpus* em estudo, encontramos a receita Bacalhau à Gomes de Sá em vinte e seis obras de culinária, conforme tabela abaixo.

Livros de cozinha do séc. XX	Ano	Titulos de receitas	Nº de página
Culinária Portuguesa	1936	Bacalhau à Gomes de Sá	90
A Cosinheira das Cosinheiras: A Arte de Bem comer	1950	Bacalhau à Gomes de Sá	40
O Mestre Cozinheiro: Tratado Completo de Culinária, Cozinha Regional Portuguesa (...)	1955	Bacalhau à Gomes de Sá	184-185
Cozinha Regional Portuguesa	1962	Bacalhau à Gomes de Sá	41
Cozinha do Mundo Português - 1001 Receitas Experimentadas	1962	Bacalhau à Gomes de Sá	408-409
Cozinheira Ideal	1965	Bacalhau à Gomes de Sá	37
How To Be a Good Portuguese Cook	1968	Bacalhau à Gomes de Sá / Codfish Casserole	15
ABC da Culinária	1969	Bacalhau à Gomes de Sá	397
Cozinha Regional Portuguesa	1973	Bacalhau à Gomes de Sá	96
Portuguese Cookery	1973	Bacalhau à Gomes de Sá	43
Cozinha Tradicional Portuguesa	1982	Bacalhau à Gomes de Sá	14
Receitas Escolhidas	1982	Bacalhau à Gomes de Sá	159
Tesouro das Cozinheiras	1983	Bacalhau à Gomes de Sá	416
Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa	1984	Bacalhau à Gomes de Sá - Douro Litoral	95-96
The Food of Portugal	1986	Casserole of Salt Cod, Potatos and Onion / Bacalhau à Gomes de Sá	180-181
Cozinha Regional Portuguesa - Vol.2	1987	Bacalhau à Gomes de Sá - Entre Douro e Minho	14
Cozinha Portuguesa	1992	Bacalhau à Gomes de Sá	70
Roteiro da Cozinha Portuguesa	1992	Bacalhau à Gomes de Sá	65
Cozinha Portuguesa para Restaurantes - Receitas para Refeições Numerosas	1993	Bacalhau à Gomes de Sá	47
Cozinha de Portugal - Entre Douro e Minho	1993	Bacalhau à Gomes de Sá	39
The Taste of Portugal	1995	Salt Cod Gomes de Sá Fashion / Bacalhau à Gomes de Sá	73-74
Cem Maneiras de Cozinhar Bacalhau	1996	Bacalhau à Gomes de Sá	14
O Livro de Pantagruel	1997	Bacalhau à Gomes de Sá	243
La Cuisine Portugaise de Tradition Populaire	1998	Morue Gomes de Sá   Bacalhau à Gomes de Sá	137-138
Bacalhau em Português	1999	Bacalhau à Gomes de Sá	115
4 Estações na Casa da Comida: Cozinha em Portugal	1999	Bacalhau à Gomes de Sá	69

Tabela 5 – Receita Bacalhau à Gomes de Sá nas fontes estudadas.



A receita de Bacalhau à Gomes de Sá, conhecida além-fronteiras, enaltece o alimento identitário da culinária nacional, o bacalhau, que constitui o termo central do título.

Consideremos os ingredientes, técnicas de confeção e materialidades a ela associados no receituário estudado.

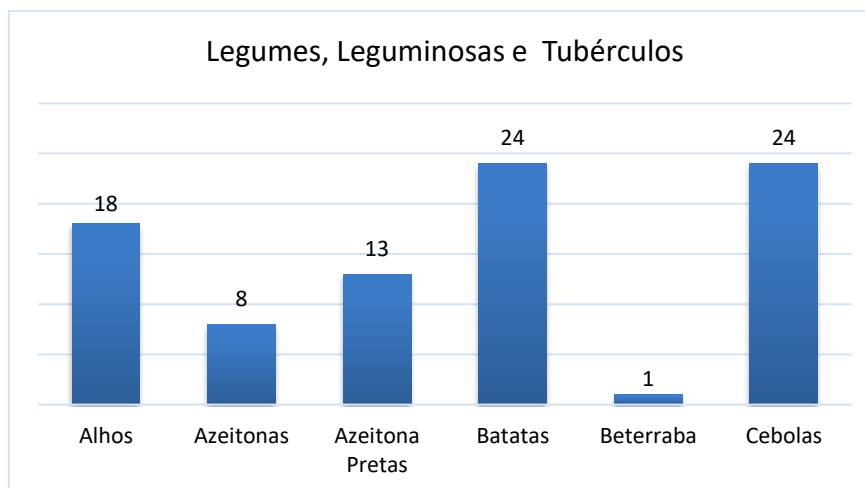


Figura 24 – Número de ocorrências das diversas tipologias de legumes, leguminosas e tubérculos das receitas de Bacalhau à Gomes de Sá.

Como observamos na figura 24, está patente nesta receita a matriz culinária portuguesa da utilização de cebolas (24) e alhos (18). Estes bolbos são usados na base do processo de cozedura mais recorrente, o refogado, para a confeção deste prato. Outro ingrediente que, também, tem uma alta representação no prato em estudo é a batata (24), ingrediente que teve um papel de relevo na alimentação da população do território nacional e na região Norte em geral.

De acordo com Neto, a difusão da cultura da batata em Portugal ocorreu nos finais do séc. XVIII, e tal como nas várias regiões da Europa, por se desenvolver bem em solos pobres, foi utilizada em tempos de guerra e de fome em substituição de cereais que escasseavam.<sup>217</sup> Segundo a mesma historiadora, “a expansão do cultivo da batata acompanhou em algumas regiões o aumento da população”<sup>218</sup>, ajudando a compreender a sua presença expressiva no receituário da *culinária portuense*.

<sup>217</sup> Neto, M. M. S. (1994). “Introdução e expansão da cultura da batata na região de Coimbra (sécs. XVII-XIX)”, separata da *Revista Portuguesa de História*, Tomo XXIX, Coimbra, p. 56-59.

<sup>218</sup> *Ibidem*, p. 63.

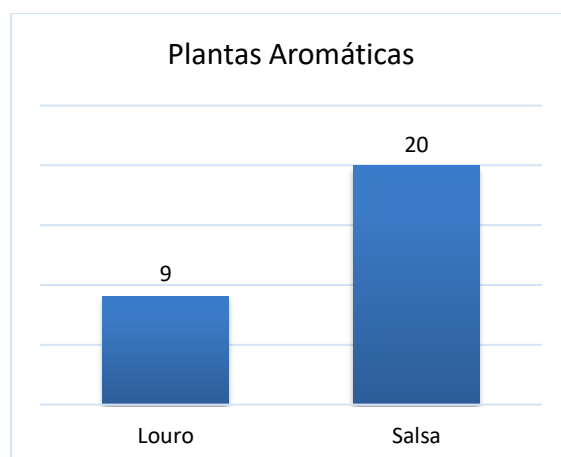


Figura 25 – Número de ocorrências das diversas tipologias das plantas aromáticas das receitas de Bacalhau à Gomes de Sá.

De acordo com a figura 25, claramente a planta aromática de uso mais frequente é a salsa (20). Esta é utilizada, fundamentalmente, na fase final do receituário, para conferir frescura ao prato.

As receitas de Bacalhau à Gomes de Sá prato têm o seu tempero completo com o uso de uma especiaria por excelência que é pimenta. O sal é um tempero omnipresente, quer no ato de confeção do prato quer na preparação e conservação do bacalhau.

É a gordura de origem vegetal, o azeite de boa qualidade e em quantidade, que surge com maior incidência na confeção do Bacalhau à Gomes de Sá. Na lista de ingredientes da receita, Bello refere “1 decilitro e meio de azeite do mais fino.”<sup>219</sup> Ainda em relação à quantidade, na obra *ABC da Culinária* “O que importa neste prato é a quantidade de azeite, que se não pode diminuir em caso algum para que o prato não fique seco.”<sup>220</sup>

Na obra *Cozinheira Ideal*, a autora refere “Deita-se tudo numa caçarola, com bastante azeite, vinagre e pimenta.”<sup>221</sup> Nas receitas estudadas, os ingredientes ácidos não foram encontrados com frequência significativa. Os que foram identificados, apenas em três receitas, dizem respeito ao vinagre e ao vinho branco.

<sup>219</sup> Bello, 1936, p. 90.

<sup>220</sup> Almeida, E. L. (1969). *ABC da Culinária*, Lisboa, Publicações Europa-América, p. 397.

<sup>221</sup> Azevedo, Alda (1965). *Cozinheira Ideal*, Barcelos, Companhia Editora do Minho, p. 37.

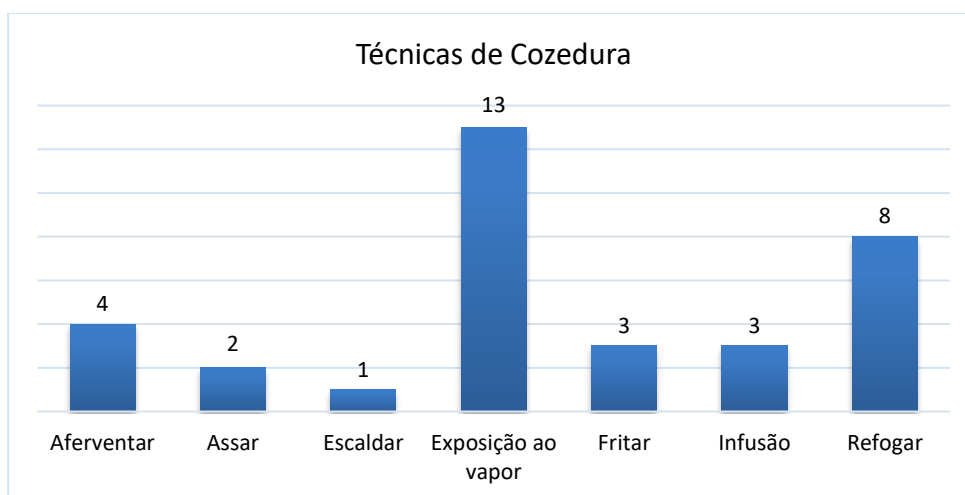


Figura 26 – Número de ocorrências das diversas tipologias de técnicas de cozedura das receitas de Bacalhau à Gomes de Sá.

Em relação às técnicas de cozedura, mantém-se como procedimento mais recorrente uma técnica, por nós identificada como importante no receituário nacional, o refogado (8). Com os dados da figura 26, percebemos que a exposição ao vapor (13) e o aferventar (4) são técnicas importantes na confeção deste prato.

Em relação ao bacalhau, a técnica de exposição ao vapor é importante, pois permite conservar a consistência gelatinosa que lhe é característica, evitando que fique seco e fibroso.<sup>222</sup> Aliás, também, Quitério advertiu para a importância desta técnica a vapor na confeção do presente pescado:

“Como seria de prever, dada a nossa habitual tendência para o aviltamento, e também porque a receita passou a figurar deturpada nos manuais culinários, ninguém segue hoje os ditames de mestre Sá, (...) é sabido que a fervura derrete a gordura que envolve as fibras do peixe, fazendo-a passar para a água, o que lhe retira a melhor parte das suas características, ficando as fibras secas e menos claras. De resto, só com a progressiva degradação e simplificação redutora da arte de cozinha é que se assiste atualmente a fervuras de peixes, quantas vezes em cachão.”<sup>223</sup>

Uma novidade desta receita relativamente à de Tripas é a recorrente menção ao empratamento, sendo formas dos verbos “enfeitar” e “ornamentar” os vocábulos mais recorrente para indicar os cuidados específicos a ter nessa etapa que antecede imediatamente o consumo. Alguns exemplos desse uso:

<sup>222</sup> Segundo Bello (1936: 90): “Toma-se o bacalhau demolhado, põe-se numa caçarola com tampa, cobre-se com água a ferver, tapa-se e aguarda-se que passe um quarto de hora, sem ferver.”

<sup>223</sup> Quitério, 2015, pp. 124-125.

“Serve-se no prato em que foi ao forno, polvilhado com salsa picada e enfeitada-se com rodelas de ovo cozido e azeitonas pretas.”<sup>224</sup>;

“Quando se retira e antes de levar à mesa, ornamentar-se com rodelas do ovo, salsa picada e azeitonas.”<sup>225</sup>;

“(…) sirva-se bem ornamentado com os ovos cozidos cortados às rodelas, azeitonas e salsa picada.”<sup>226</sup>.

Para as diferentes operações culinárias desta receita, são mencionados diferentes utensílios: assadeira, tacho, travessa, travessa de ir ao forno, frigideira e recipiente. Desta análise constatamos que a travessa de ir ao forno é a mais mencionada. Exemplificando, “coloca-se numa travessa que possa ir ao forno, onde fica cerca de 10 minutos.”<sup>227</sup>

---

<sup>224</sup> Modesto, 1982, p. 14.

<sup>225</sup> Silva, J. T. (1999). *La Cuisine Portugaise de Tradition Populaire – Le Grand Clasique d’une Fabuleuse Cuisine de Terroir*, Rhode-Saint- Genèse, Le Guide des Connaisseurs, p. 100.

<sup>226</sup> Bello, 1963, p. 90.

<sup>227</sup> Cortes Valente, 1962, p. 14.

## CONCLUSÕES

No séc. XX, o reconhecimento da culinária nacional resultante do surgimento das cozinhas regionais e de um progressivo desinteresse pela culinária francesa, implantada nos hábitos alimentares dos portugueses de maiores posses económicas e sociais, marca a identidade culinária do povo português.

A *culinária portuense* liga-se a um território caracterizado pela grande proximidade do rio Douro e do oceano Atlântico, abastecido por quintas agrícolas próximas, e está bem marcada pelos hábitos e as memórias culinárias dos seus habitantes. A análise levada a cabo permitiu responder às nossas perguntas de investigação e atingir os objetivos propostos.

Portanto, conseguimos responder às perguntas: Qual a expressão do receituário da *culinária portuense* em livros de cozinha do séc. XX? Que narrativas constroem essas fontes sobre uma identidade e património culinário da cidade do Porto?

Assim e tendo em conta os resultados na nossa investigação podemos dizer que o receituário da *culinária portuense* tem expressividade no nosso *corpus* de fontes selecionadas. É constituído por 167 receitas e os títulos apresentados são categorizáveis em *cozinha dos territórios* e *cozinha honorífica*, sendo respetivamente 57 e 27.

No *corpus* de análise, verificámos também a ocorrência de duas receitas com maior frequência, a saber: Tripas à Moda do Porto e Bacalhau à Gomes de Sá.

Ainda, no respeitante aos resultados obtidos, podemos constatar nas obras estudadas, o reconhecimento de duas construções narrativas, não estanques, portadoras da identidade e património da *culinária portuense*, e que são: *cozinha dos territórios* e *cozinha honorífica*.

Com os dados recolhidos foi também possível identificar, no receituário analisado, ingredientes que se afirmam como identitários neste território (a saber: tripas de vitela e bacalhau) e percebemos eventuais relações entre a sua utilização e a sazonalidade (a saber: Tripas à Moda do Porto promovidas nas festas Sanjoaninas).

Ainda com os dados recolhidos também criámos fichas de leitura das obras de culinária estudadas que contemplam a identificação, contexto, conteúdo e receituário da *culinária portuense*. Também e com recurso a outras fontes para além das obras de culinária do séc. XX, procedemos a reflexões sobre o processo de consolidação do discurso de uma culinária identitária da cidade do Porto.

Com recurso a outras fontes para além das obras de culinária do séc. XX, procedemos a reflexões sobre o processo de consolidação do discurso de uma culinária identitária da cidade do Porto.

Portanto, o objetivo geral proposto foi atingido. Os objetivos específicos foram também alcançados, pois além de terem estado na base do estudo feito ao longo dos capítulos I, II e III da dissertação, traduzem-se na produção de um conjunto de instrumentos de trabalho em Excel que

servem para a construção dos gráficos, tabelas e quadros incluídos em diferentes capítulos e noutros disponibilizados no apêndice (fichas de leitura).

Com o contributo das dimensões biológica, pela necessidade de sobrevivência e bem-estar, geográfica, pelas características do território, e cultural, pela interpretação das vivências humanas desta sociedade com características muito próprias, o receituário portuense traduz um trabalho genealógico sociocultural do património imaterial do Porto. A memória cultural está presente nas festividades da vida coletiva dos “Tripeiros”, as quais comportam a sazonalidade na confeção do receituário portuense, constituindo manifestações antigas da vida coletiva da cidade.

Dos resultados obtidos no estudo da construção narrativa da identidade da *culinária portuense*, podemos concluir sobre uma robusta presença da *cozinha dos territórios* (cujos títulos apresentam a indicação de “Portuenses” e “Tripeiros”, seguindo-se a *cozinha honorífica* (cujos títulos das receitas referem nomes de pessoas ligadas à história local ou a coletividades religiosas). Observamos que a *cozinha honorífica* pode potenciar as narrativas ligadas ao território. As pessoas homenageadas, bem como as organizações e instituições que fazem parte integrante do tecido urbano, ou seja, do mesmo território e, portanto, recebem a sua influência multidimensional.

Verificamos, nas narrativas analisadas, por meio dos dados dos autores, um nacionalismo visível na preocupação e no brio em fazer ressaltar a coerência, a singularidade e o sentido de uma *culinária portuense* diversificada e ligada a uma região. Também as conclusões retiradas em termos de género nos revelam contextos sociopolíticos e mentalidades muito moldadas pelos regimes sob os quais as obras foram publicadas. Os autores das obras estudadas são maioritariamente do género feminino. O universo de autores na democracia é substancialmente maior do que no regime político ditadura, não obstante, sob os dois regimes, se produzir em qualquer dos casos um discurso culinário nacionalista.

A análise feita veio confirmar, mas agora com base num estudo amplo de livros de culinária, o lugar de destaque que outros autores conferem às Tripas à Moda do Porto e ao Bacalhau à Gomes de Sá como pratos icónicos da *culinária portuense*. Avançamos, em relação a toda a literatura anteriormente publicada sobre este tema, com uma análise em profundidade da informação que as receitas propriamente ditas nos fornecem em termos de ingredientes, métodos de confeção e materialidades. Pudemos concluir que na *culinária portuense* sobressaem as carnes, nomeadamente vitela, porco e frango. O pescado é marcado, claramente, pela presença de bacalhau, apesar da tainha ter uma expressão não desprezível. Verificámos a grande importância dada aos bolbos, alho e cebola, e às plantas aromáticas, salsa e louro. Observámos, também, a prática combinada de uma especiaria predominante, a pimenta, e de plantas aromáticas autóctones; havendo, assim, um misto de exotismo e territorialidade. Em particular, importa sublinhar que os diferentes ingredientes autóctones utilizados na *culinária portuense*, quer os de origem animal quer os de origem vegetal, evidenciam a relação estabelecida com as províncias produtoras e abastecedoras dos mercados da cidade.

Podemos concluir desta análise de detalhe às receitas, que as linhas reveladoras da *culinária portuense* se configuram por um perfil de simplicidade e sabor (temperos), transportados pela memória gustativa herdada geracionalmente e por referências marcadas pela territorialidade, sazonalidade dos produtos e modos de confeção.

Reconhecemos a importância de se efetuar a triangulação de resultados para aumentar a fiabilidade dos mesmos, mas por questões de *timing* não nos foi possível fazê-lo. Portanto, as nossas conclusões baseiam-se nos dados recolhidos na amostra que constitui o *corpus* do estudo e no estado da arte. Também por questões de *timing* e de limitações na acessibilidade às obras em bibliotecas, não fomos capazes de aprofundar o estudo dos livros de cozinha publicados em idiomas estrangeiros, bem como fazer uma análise comparativa com os resultados de culinárias associadas nos títulos a outras localidades portuguesas.

Para investigações futuras identificamos a necessidade de aprofundar o estudo da expressividade do receituário da *culinária portuense* nos livros de cozinha publicados em idiomas estrangeiros e alargar o estudo ao território pertencente à antiga província de Entre Douro e Minho e à região do Douro, bem como fazer uma análise comparativa entre a *culinária portuense* e as outras culinárias locais portuguesas.

## BIBLIOGRAFIA

### FONTES

- Almeida, E. L. (1969). *ABC da Culinária*, 2ª ed., Lisboa, Publicações Europa-América.
- Almeida, A. G., Correia, A., Ferreira, A. M. G. (1994). *À Roda do Tacho: Volta a Portugal em Culinária*, Lisboa, Asa.
- Anderson, J. (1986). *The Food of Portugal*, New York, William Morrow and Company.
- Azevedo, A. (1965). *Cozinha Ideal*, 15ª ed., Barcelos, Companhia Editora do Minho.
- Bello, A. M. O. (1963), *Culinária Portuguesa*, Lisboa, Ed. do Autor.
- Bourne, U. (1973). *Portuguese Cookery*, Harmondsworth, Penguin Books.
- Cancell de Abreu, M. E. (1984). *Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa*, Lisboa, Selecções do Reader's Digest.
- Coelho, A. M. (1994). *Comer à Portuguesa*, Porto, Porto Editora.
- Coelho, A. M. (1995). *Portuguese Cooking*, Porto, Porto Editora.
- Consiglieri, C., Abel, M. (1999). *Bacalhau em Português*, Sintra, Colares Editora.
- Correia, M. L. N. (1999). *Receitas da Cozinha Regional Portuguesa*, Lisboa, Edição Presença.
- Cortes Valente, M. O. (1962). *Cozinha Regional Portuguesa*, Lisboa, Dep. Editorial Organizações.
- Cortes Valente, M. O. (1973). *Cozinha Regional Portuguesa*, Coimbra, Livraria Almedina.
- Cortes Valente, M. O. (1987). *Cozinha Regional Portuguesa*, Lisboa, Círculo de Leitores.
- Cortes Valente, M. O. (1993). *Cozinha de Portugal - Entre Douro e Minho*, Lisboa, Círculo de Leitores.
- Cortes Valente, M. O. (1998). *Gastronomia Portuguesa: Tradição e Prática Regional*, Sintra, Colares Editora.
- Crato, M. H. T. (1982). *Cozinha Portuguesa I*, Lisboa, Ed. Presença, Brasil, Livraria Martins Fontes.
- Crato, M. H. T. (1981). *Cozinha Portuguesa II*, Lisboa, Presença, Brasil, Livraria Martins Fontes.
- Crato, M. H. T. (1980). *Cozinha Portuguesa III*, Lisboa, Ed. Presença, Brasil, Livraria Martins Fontes.
- Cunha, R. M., Raposo, H. (1992). *Traditional Portuguese Cooking & Typical Sweets*, Lisboa, Editora Três.
- Fontalva, M. H. (1987). *Receitas da Cozinha Portuguesa – Manual de Bem Comer para Bem Viver*, Lisboa, Editorial Domingos Barreira.
- Goucha, L. (1986). *Chefe-Mate! Ou quando os (as) Cozinheiros são Poetas: Receitas e Rostos da Cozinha Portuguesa*, Lisboa, Dom Quixote.
- Goucha, L., Sobral, V. (1996). *Nova Cozinha Portuguesa*, Porto, Edições Asa.
- How to be a Good Portuguese Cook* (1968). Angra do Heroísmo, Of. Diário Insular.
- Janeiro, J. A., Janeiro, M. C. (1993). *Cozinha Portuguesa para Restaurantes*, Mem Martins, CETOP.
- Loureiro, H. (1999). *Receitas para Vinho do Porto*, Porto, Instituto do Vinho do Porto e Campo das Letras.



- Luís, J. (1988). *Doçaria Portuguesa*, Lisboa, Editorial Presença.
- Luís, J. (1991). *Novas Receitas da Doçaria Portuguesa*, Lisboa, Editorial Presença.
- M.A.M (1962). *Cozinha do Mundo Português – 1001 Receitas Experimentadas*, Porto, Livraria Tavares.
- Manjón, M. (1974). *The Home Book of Portuguese Cookery*, London, Faber & Faber.
- Maria, R. (1950). *A Cosinheira das Cosinheiras: A Arte de Bem Comer*, 7ª ed., Lisboa, Empresa Literária Universal.
- Maria, R. (1996). *Cem Maneiras de Cozinhar Bacalhau*, Porto, Livraria Civilização.
- Mendizábal, A. H. (1996). *Portugal Gastronómico*, Sintra, Colares Editora.
- Minho, M. (1944). *Doces Portugueses*, Porto, Portucalense Editora.
- Miréne (1983). *Tesouro das Cozinheiras*, Porto, Porto Editora.
- Modesto, M. L. (1977). *Doze Meses de Cozinha*, 3ª ed., Lisboa, Selecções do Reader's Digest.
- Modesto, M. L. (1982). *Cozinha Tradicional Portuguesa*, Lisboa, Editorial Verbo.
- Modesto, M. L. (1982). *Receitas Escolhidas*, 2ª ed., Lisboa, Editorial Verbo.
- Modesto, M. L. (1989). *Doces Conventuais e Licores de Tradição Portuguesa*, Lisboa/ São Paulo, Editorial Verbo.
- Mourato, D., Bourgette, V., Cristóvão, M. J. C. (2000). *Gastronomia Regional Portuguesa – Sabores que o Tempo não Apaga*, Sintra, Impala Editores.
- O Vinho do Porto na Culinária* (1961). Porto, Grémio dos Exportadores do Vinho do Porto.
- Phillips, E. V. (1992). *Roteiro da Cozinha Portuguesa*, Lisboa, Editorial Presença.
- Portugal, S. E. I. T. (1971). *Receitas de Cozinha e Doçaria Portuguesa*, Lisboa, Secretaria de Estado da Informação e Turismo.
- Ribeiro, E. (1997). *O Doce Nunca Amargou ... Doçaria Portuguesa – História. Decoração. Receituário*, Sintra, Colares Editora.
- Rosa-Limpo, B. (1997). *O Livro de Pantagruel*, 60ª ed., Lisboa, Círculo de Leitores.
- Santos, J. A. (1992). *Cozinha Portuguesa*, Amadora, Ediclube.
- Santos, L. (1955). *O Mestre Cozinheiro: Tratado Completo de Culinária, Cozinha Regional Portuguesa, Cozinha Francesa, Conservas de Legumes e Frutas, Doçaria e Licores. Novas Regras e Novas Receitas* (2ª ed.), Lisboa, Editorial Laves.
- Saramago, A. (1995). *O Vinho do Porto na Cozinha: História e Gastronomia*, Sintra, Colares Editora.
- Saramago, A. (1996). *Doçaria Conventual do Norte: História e Alquimia da Farinha*, Sintra, Colares Editora.
- Silva, A. (2000). *Doçaria Tradicional Portuguesa do Chefe Silva*, Lisboa, Meribérica/Liber.
- Silva, J. T. (1999). *La Cuisine Portugaise de Tradition Populaire – Le Grand Clasique d'une Fabuleuse Cuisine de Terroir*, Rhode-Saint- Genèse, Le Guide des Connaisseurs.
- Vale, J. (1999). *4 Estações na Casa da Comida – Cozinha em Portugal*, Rio de Mouro, Everest Editora.

Vieira, E. (1995). *The Taste of Portugal – Traditional Portuguese Cuisine*, London, Grub Street.

**ESTUDOS**

Abreu, M. P. (2018). *Cozinha Tradicional Portuguesa de Maria de Lourdes Modesto: Contributos para a construção das identidades e do património culinário português*. (Monografia de Mestrado em Ciências Gastronómicas não editada), Lisboa, Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa.

Albala, K. (2012) "Cookbooks as Historical Documents", in Pilcher, J. (ed.), *The Oxford Handbook of Food History*, Oxford: Handbooks, 2012, pp. 227–240.

Algranti, L. M. (2002). "Doces de ovos, doces de freiras: a doçaria dos conventos portugueses no livro de receitas da irmã Maria Leocádia do Monte do Carmo (1729)", *Cadernos Pagu*, 17-18, Campinas, pp. 397-408.

Almeida, F. (1992). *Os Gatos*, vol. 4, Lisboa, Clássica Editora.

Araújo, F. M. (2016). "Revista O Tripeiro [1908 - '1974']", in Matos, S. C. (coord.), *Dicionário de Historiadores Portugueses da Academia Real das Ciências ao final do Estado Novo*, obtido a partir de [https://www.researchgate.net/publication/305933448\\_Revista\\_O\\_Tripeiro\\_1908-'1974'](https://www.researchgate.net/publication/305933448_Revista_O_Tripeiro_1908-'1974').

Azevedo, A. (1965). "Às leitoras", in Azevedo, A., *Cozinheira Ideal*, (15ª ed.), Barcelos, Companhia Editora do Minho, p. 5.

Bardin, L. (2004). *Análise de Conteúdo*, Lisboa, Edições 70.

Barreto, A. (2004). "Mudança Social em Portugal: 1960-2000" in Pinto, A. C. (coord.) *Portugal Contemporâneo*, Lisboa, Publicações D. Quixote, pp. 138-162.

Basto, C. (1939). "Vista do Pôrto" in *Portucale: Revista Ilustrada de Cultura Literária*, nº 70-71, Porto, pp. 156-160.

Bello, A. M. O. (1963). "Prefácio" in Bello, A. M. O., *Culinária Portuguesa*, Lisboa, Ed. do Autor, pp. 19-26.

Bower, A. (1997). "Bound Together: Recipes, Lives, Stories and Readings" in A. Bower (ed.), *Recipes for Reading: Community Cookbooks, Stories, Histories*, University of Massachusetts Press, Amherst, pp. 30-31.

Braga, I. D. (2006). "Influências estrangeiras nos livros de cozinha portugueses (sécs. XVI-XIX): alguns problemas de análise" in *Estudos em homenagem ao Professor Doutor José Marques*, vol. 1, Porto, Faculdade de Letras da Universidade do Porto, pp. 237-247.

Braga, I. D. (2008). "Culinária no feminino: os primeiros livros de receitas escritos por portuguesas", *Cadernos Espaço Feminino*, v. 19, nº 1, pp. 117-141.

Braga, I. D. (2013). "Ovos, ovos, ovos e mais Ovos. Cultura, Economia, Dietética e Gastronomia", *Revista de História da Sociedade e da Cultura*, 13, pp. 399-432.

- Braga, I. D. (2014). “Da dietética à gastronomia regional portuguesa: um estudo de caso”, *ArtCultura*, vol. 16, nº 28, pp. 129-142.
- Braga, I. D., Pilla, M. C. (2018). “Rosa Maria para a elite, Rosa Maria para o povo. Culinária Brasileira e culinária Portuguesa na primeira metade do século XX” *Revista de História*, nº 117, São Paulo, pp. 1-28.
- Brillat-Savarin (2007). *Fisiologia do Gosto*, trad. Manuel J. Costa, 1ª ed., [S.l.], Via Occidentalis.
- Cancella de Abreu, M. E. (1984). “Parte Segunda – Receitas Tradicionais”, in Cancella de Abreu, M. E., *Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa*, Lisboa, Selecções do Reader’s Digest, p. 16.
- Cândido, G. (2020). *A Vida Secreta da Cozinha Portuguesa*, Alfragide, Publicações Dom Quixote.
- Castelo Branco, C. (1907). *Aventuras de Bazilio Fernandes Enxertado*, 3ª ed., Lisboa, Parceria A. M. Pereira – Livraria Editora, p. 140.
- Castelo-Branco, C. (1981a). *Coração, Cabeça e Estômago*, vol. 10, Lisboa, Círculo de Leitores, p. 49.
- Castelo Branco, C. (1981b). *Anátema*, 1º vol., Lisboa, Círculo de Leitores.
- Castelo Branco, C. (2005). *O Vinho do Porto – Processo de uma Bestialidade Inglesa*, Sintra, Colares Editora.
- Cleto, J. (2008). “Lendas do Porto: A Origem dos Tripeiros”, *O Tripeiro*, vol. XXVII, 7ª série, Porto, Associação Comercial, pp.210-211.
- Coelho, M. H. C., Santos, M. J. A. (1990). *De Coimbra a Roma – uma viagem em meados de Quinhentos*, Coimbra, Coimbra Editora.
- Cotter, C. (1997). “Claiming a Piece of the Pie: How the Language of Recipes Defines Community” in A. Bower (ed.), *Recipes for Reading: Community Cookbooks, Stories, Histories*. University of Massachusetts Press, Amherst, pp. 51-71.
- Courtine, R. J. (1990) (dir.). *Larousse Gastronómico*, vol. 1, Lisboa, Círculo de Leitores.
- Csergo, J. (2001). “O surgimento das cozinhas regionais” in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, pp. 383-398.
- Cuche, D. (2006). *A noção de cultura nas ciências sociais*, trad. Miguel Serras Pereira, 3ª ed., Lisboa, Fim de Século.
- Curnonsky (1949). *Arte de Bem Comer*, tradução e anotações de Alfredo Moraes, Lisboa, Editorial Minerva.
- Dalby, A. (2003). “Gastronomy”, *Food in the Ancient World from A to Z*, London, New York, Psychology Press, 157-158.
- Fischler, C. (1988). “Food, self and identity”, *Social Science Information*, vol. 27, nº 2, pp. 275-279.
- Fontalva, M. H. (1987). “Nota Justificativa”, in Fontalva, M. H., *Receitas da Cozinha Portuguesa – Manual de Bem Comer para Bem Viver*, Lisboa, Editorial Domingos Barreira, p. 3.
- Gil, A. (2008). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*, 6ª ed., São Paulo, Editora Atlas.

- Gomes, L. G., Barbosa, L. (2004). “Culinária de papel”, *Estudos Históricos*, nº 33, janeiro – junho, Rio de Janeiro, pp. 3-23.
- Guimarães, C. C. O. (1952). “Os Portuenses e a Gastronomia”, *Boletim da União dos Grémios da Indústria Hoteleira e Similares do Norte*, ano IV, nº 26, Porto, pp. 8-11.
- Halbwachs, M. (1990). *A memória coletiva*, São Paulo, Vértice.
- Henriques, M. A. A. C. (1947-1948). “O Porto – Palestra lida numa aula de Geografia Humana, na Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra (1946)” in Henriques, M. A. A. C., *O Tripeiro*, série V, ano III, Porto, pp. 3 – 10.
- Hobsbawm, E. (1984). “Introdução: A invenção das tradições” in Hobsbawm, E.; Ranger, T. (org.), *A invenção das tradições*. São Paulo: Paz e Terra, pp. 9-23.
- Hyman, P. e M. (2001). “Imprimir a cozinha: os Livros de cozinha em França entre os séculos XV e XIX” in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, pp. 225-236.
- Iken, F. (2019). *Códice de Sabores Portugêses*, [s.l.], Prime Books.
- Loureiro, H. (2001). “Introdução” in Loureiro, H., *Gastronomia Portuguesa*, Lisboa, Edições Inapa, p. 5.
- M.A.M. (1962). “Duas Palavras”, in M.A.M., *Cozinha do Mundo Português – 1001 Receitas Experimentadas*, Porto, Livraria Tavares, pp. 9-11.
- Manupella, G. (1986). *O Livro de Cozinha da Infanta D. Maria de Portugal* com introdução de Salvador Dias Arnaut, Lisboa, Imprensa Nacional Casa da Moeda.
- Maria, R. (1950). “Senhoras que digirem o lar doméstico”, in Maria, R., *A Cosinheira das Cosinheiras: A Arte de Bem Comer*, (7ª ed.), Lisboa, Empresa Literária Universal, p. 5.
- Marçal, H. (1952). *Doçaria monástica, regional e popular da área distrital do Porto*, Porto, Junta Distrital.
- Mattoso, M., Daveau, S., Belo, D. (2010). *Portugal: o sabor da terra*, Lisboa, Círculo de Leitores.
- Mauss, M. (2001). *Ensaio sobre a dádiva*, Lisboa, Edições 70.
- Medeiros, N. (2009). *Os mundos da edição em Portugal durante o Estado Novo*, Estudos do Século XX, 9, pp. 229-247.
- Medeiros, N. (2010) “Edição de livros e Estado Novo: apostolado cultural, autonomia e autoritarismo.” in: Domingos N., Pereira V. (eds.). *O Estado Novo em questão*, Lisboa, Edições 70, pp. 131-164.
- Miréne (1983). “Prefácio”, in Miréne, *Tesouro das Cozinheiras*, Porto, Porto Editora, p. 6.
- Modesto, M. L. (1982). “Prefácio – Mais duas palavras”, in Modesto, M. L., *Receitas Escolhidas*, 2ª ed. revista e aumentada, Lisboa, Editorial Verbo, pp. 7-8.
- Montanari, M. (2001). “A caminho de um novo equilíbrio alimentar” in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, pp. 7-10.
- Moraes, A. (1949) in Curnonsky (1949). *Arte de Bem Comer*, tradução e anotações de Alfredo Moraes, Lisboa, Editorial Minerva, pp. 286-295.

- Neto, M. M. S. (1994). “Introdução e expansão da cultura da batata na região de Coimbra (sécs. XVII-XIX)”, separata da Revista Portuguesa de História, Tomo XXIX, Coimbra, p. 55-83.
- Notaker, H. (2012) “Printed Cookbooks: Food History, Book History, and Literature” in *Food&History*, vol. 10, nº 2, pp. 131-159.
- O Tripeiro: repositório de notícias portugalenses*, (1908), 1.ª série, ano I, nº 1-36, p. 2.
- O Tripeiro: repositório de notícias portugalenses*, (1908-1909), 1ª série, ano I, nº 1-36, p. 159.
- Pacheco, H. (1991). “A culinária portuense” in *Tradições Populares do Porto*, Lisboa, Editorial Presença, pp. 130-140.
- Pacheco, H. (2002). *Porto: o livro do Natal*, Porto, Edições Afrontamento.
- Pacheco, H. (2004). “Comeres (e beberes) são-joaneiros” in Pacheco, H., *Porto: o livro do S. João*, Porto, Afrontamento, pp. 184-217.
- Pacheco, H. (2006). “O fiel amigo dos portuenses” in Pacheco, H., *Porto: Da Cidade Inventada*, Porto, Ed. Afrontamento, pp. 35-63.
- Pacheco, H. (1991). *Tradições Populares do Porto*, 3ª edição, Lisboa, Presença.
- Pardilhó (1925). “Bacalhau a Gomes de Sá”, *O Tripeiro: repositório de notícias portugalenses*, 3.ª série, ano I, Porto, p. 96.
- Parkhurst-Ferguson, P. (2018). “Gastronomie”, in Poulain, J.-P. (dir.) *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Paris, Presses Universitaires de France/ Humensis pour cette édition, pp. 650-656.
- Peixinho, A. T. (2016). “Estética alimentar queirosiana: notas gastronómicas na obra de Eça de Queirós” in *Patrimónios alimentares de aquém e além-mar*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, Annablume, pp. 199-218.
- Pereira, A. M., Pericão, M. G. (2015). *Do comer e do falar ... Vocabulário gastronómico*, Lisboa, Relógio d'Água.
- Pessoa, F. (1997). *Poesias de Álvaro de Campos*, Mem Martins, Europa América.
- Pinto, A. C. (2004). “Portugal contemporâneo: uma introdução” in Pinto, A. C. (coord.) *Portugal Contemporâneo*, Lisboa, Publicações D. Quixote.
- Poulain, J.-P. (2018). “Gastronomisation des cuisines de terroir” in Poulain, J.-P. (dir.) *Dictionnaire des cultures alimentaires*, Paris, Presses Universitaires de France/ Humensis pour cette édition, pp. 656-662.
- Proença, R. (1982) (ed.). *Guia de Portugal*, Lisboa, Fundação Calouste Gulbenkian.
- Quitério, J. (2015). *Bem Comer & Curiosidades*, Lisboa, Documenta.
- Ramos, L. A. O. (2000) (dir.). *História do Porto*, Porto, Porto Editora.
- Raposo, F.H. (s.d.). *Pequeno Roteiro Gastronómico de Portugal*. Lisboa/São Paulo, Editorial Verbo.
- RCM nº 96/2000, Resolução do Conselho de Ministros, Diário da República, 171 série 1-B, de 26 de julho 6-7-2000, pp. 3618-3620.

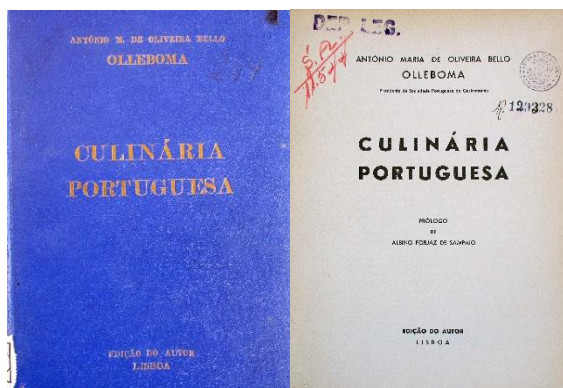
- Rêgo, M. (1998) (coord.), *Livros Portugueses de Cozinha*, Lisboa, Biblioteca Nacional.
- Rosa-Limpo, B. (1997). “Prefácio da 23ª edição”, in Rosa-Limpo, B., *O Livro de Pantagruel*, Lisboa, Círculo de Leitores, p. 11.
- Salvado, J., Joukes, V. (2020). “Bacalhau, um Marcador Simbólico da Identidade Alimentar Portuguesa: Um Olhar Sobre o Território de Trás-Os-Montes e Alto Douro” in *Revista portuguesa de estudos regionais*, nº 53, pp. 55-68.
- Sampaio, A. F. ([1936] 1994) “Prólogo” in Bello, A. M. O., *Culinária Portuguesa*, Lisboa, Assírio & Alvim, pp. 11- 21.
- Sampaio, A. F. (2000). *Volúpia – a nona arte: a gastronomia*, Lisboa, Editorial Notícias.
- Santos, J. A. (1992). “Apresentação”, in Santos, J. A., *Cozinha Portuguesa – Escola de Cozinha*, Amadora, Ediclube, p. 3.
- Santos, M. J. (1997). *A Alimentação em Portugal na Idade Média: Fontes, Cultura e Sociedade*, Coimbra.
- Savarin, B. (1925). “Bacalhau à Gomes de Sá”, in *O Tripeiro: repositório de notícias portugalenses*, 3ª série, ano I, Porto, p. 80.
- Scholliers, P. (2001). “Meals, food, narratives and sentiments of belonging in Past and Present” in Scholliers, P. (ed.) *Food, drink and identity: cooking, eating and drinking in Europe since the Middle Ages*, Oxford, Berg Editorial, pp. 3-22.
- Serén, M. C., Pereira, G. M. (2000). “O Porto oitocentista” in Ramos, L. A. O. (dir.) *História do Porto*, Porto, Porto Editora, pp. 378-521.
- Silva, F. R. (1988). *O Porto e o seu termo (1580-1640). Os Homens, as Instituições e o Poder*, 2 vols., Porto, Câmara Municipal do Porto/Arquivo Histórico.
- Soares, C. (2016). *Arquétrato, Iguarias do Mundo Grego. Guia Gastronómico do Mediterrâneo Antigo*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Soares, C. (2011). “Origens da Dieta Mediterrânea. Breves apontamentos”, *Gastronomias*, Revista da Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas, 18, pp. 24-27.
- Soares, C. (2018a) (ed.), *BiblioAlimentaria: Alimentação, Saúde e Sociabilidade à Mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra.
- Soares, C. (2018b) “A Universidade de Coimbra no cardápio da *Cosinha Portuguesa* de 1902: uma história por contar”, in Soares, C. (ed.), *BiblioAlimentaria: Alimentação, Saúde e Sociabilidade à mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, pp. 158-169.
- Soares, C., Coelho, M. H. C. (2018). “Um doce e nutritivo fruto: a castanha na história da alimentação e da gastronomia portuguesas”, in Soares, C., Ribeiro, C. G. (eds.), *Mesas Luso-brasileiras: Alimentação, Saúde & Cultura*, vol. 2, Coimbra, DIAITA: Scripta & Realia, Imprensa da Universidade de Coimbra, pp. 103-176.

- Sobral, J. M. (2007). “Nacionalismo, culinária e classe: a cozinha portuguesa da obscuridade à consagração (séculos XIX-XX)”, *Revista Centro de Estudos Rurais – RURIS*, vol. 1, nº. 2, pp. 13-52.
- Sobral, J. M. (2008). “Cozinha, nacionalismo e cosmopolitismo em Portugal (séc. XIX-XX)”, in Cabral, M., Walk, K., Aboim, S e Silva, F. C. (eds.), *Itinerários: A Investigação nos 25 anos do ICS*, Lisboa, Imprensa de Ciências Sociais, pp. 99-123.
- Sobral, J. M. (2012). *Portugal, Portugueses: Uma Identidade Nacional*, Lisboa, Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Sobral, J. M., Rodrigues, P. (2013). “O «fiel amigo»: o bacalhau e a identidade portuguesa” in *Etnográfica, Centro em Rede de Investigação em Antropologia*, vol. 17 (3), pp. 619-649.
- Sobral, J. M. (2014). “The high and the low in the making of a Portuguese national cuisine in the nineteenth and twentieth centuries”, in Klein, J. A., Murcott, A. (eds.), *Food consumption in global perspective: essays in the anthropology of food in honour of Jack Goody*, U.K., Palgrave Macmillan, pp. 108-134.
- Sobral, J. M. (2018). “As leguminosas: da obscuridade à celebração”, *Trabalhos de Antropologia e Etnografia*, vol. 58, Porto, pp. 193-209.
- Teuteberg, H. J. e Flandrin, F.-L-(2001). “Transformações do consumo alimentar” in Flandrin, J.-L. & Montanari, M. (dir.), *História da Alimentação*, vol. 2, Lisboa, Terramar, pp. 297-315.
- Torgal, G. R. (2001). “Uma receita com história”, in Loureiro, H., *Gastronomia Portuguesa*, Lisboa; Edições Inapa, p. 59.
- Viana, A. M. C. (1993). “A mesa de Entre Douro e Minho” in Valente, M. O. C., *Cozinha de Portugal – Entre Douro e Minho*, Lisboa, Círculo de Leitores. pp. 5-6.
- Vieira, E. (1995). “Introduction” in Vieira, E., *The Taste of Portugal – Traditional Portuguese Cuisine*, London, Grub Street.



# APÊNDICES

FICHA DE LEITURA Nº 1 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>CULINÁRIA PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	BELLO, António M. de Oliveira (OLLEBOMA)
DATA DA PUBLICAÇÃO	1936
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Edição de autor
COTA (biblioteca)	T7-6-18 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	“Hoteleiros e proprietários dos restaurantes, especialmente das regiões turísticas e de passagem” (p. III)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	586
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Sopa de galinha à portuguesa (canja) (p. 2) Sopa rica de puré de peixe à portuguesa (Lisboa) (p. 4) Sopa de camarão à portuguesa (Lisboa) (p. 11) Sopa simples de tomate à portuguesa (p. 13) Sopa de couves à portuguesa (Norte) (p. 18) Sopa de arroz com caldo de carne de açougue à portuguesa (pp. 20-21) Sopa de ervas à portuguesa (p. 24) Sopa de caldo de cozido à portuguesa (p. 26) Ovos estrelados à portuguesa (pp. 31-32)

Ovos escalfados com cebolada à portuguesa (p. 32)  
Omelete de bacalhau à portuguesa com tomate (pp. 33-34)  
Omelete de bacalhau à portuguesa sem tomate (p. 34)  
Ovos mexidos ou em omelete com tomate e arroz à portuguesa (p. 37)  
Ovos mexidos com jardineira e tomatada à portuguesa (Lisboa) (p. 37)  
Filetes de linguado à portuguesa (Lisboa) (pp. 51-52)  
Peixe assado à portuguesa (Lisboa-Setúbal) (pp. 52-54)  
Pescada no forno à portuguesa (pp. 59-60)  
Pescada cozida à portuguesa - Receita lisboeta (pp. 60-61)  
Outras roupas velhas de peixe à portuguesa (pp. 65-66)  
Bacalhau com arroz à portuguesa (pp. 75-76)  
Bolos ou pastéis de bacalhau à portuguesa (pp. 78-79)  
Bacalhau cozido à portuguesa (p. 82)  
Bacalhau em puré à portuguesa (p. 96)  
Bacalhau com tomates à portuguesa (p. 99)  
Empadas de creme de camarão à portuguesa (p. 102)  
Ensopado de camarões e de filetes de peixe à portuguesa (pp. 102-103)  
Lagosta à portuguesa (p. 104-105)  
Almôndegas de carne de vaca à portuguesa (p. 119)  
Bifes de carne de vaca de cebolada à portuguesa - A (pp. 121-122)  
Bifes de carne de vaca de cebolada à portuguesa - B (p. 122)  
Bifes de vaca de cebolada à portuguesa com tomates (p. 122)  
Cozido português (p. 127)  
Língua de vaca à portuguesa (p. 132)  
Roupa velha de restos de cozido à portuguesa (p. 135)  
Sobras de carne cozida ou assada com cebolada à portuguesa (p. 137)  
Sobras de carne cozida ou assada com molho de vilão à portuguesa (p. 137)  
Fígado de vitela de cebolada à portuguesa (p. 141)  
Mãosinhas de vitela guisadas à portuguesa (p. 142)  
Costeletas de carneiro à portuguesa (pp. 146-147)  
Paio com ervilhas à portuguesa (pp. 160-161)  
Frango com arroz à portuguesa - A (p. 167)  
Frango com arroz à portuguesa - B (p. 168)  
Frango com ervilhas à portuguesa (p. 169)  
Frango estufado à portuguesa sem tomate (prato nacional) (p. 170)  
Frango estufado à portuguesa com tomate (p. 170)  
Pato com arroz à portuguesa (p. 173)  
Pato de cabidela à portuguesa (p. 174)  
Lebre cozida à portuguesa (p. 180)  
Perdiz com arroz à portuguesa (pp. 181-182)  
Perdiz fria à portuguesa com molho de vilão (p. 182)  
Açorda de alho à portuguesa (p. 186)  
Arroz com grelos à portuguesa (p. 193)

	<p>Arroz de lagostins ou de camarões grandes à portuguesa (pp. 194-195)</p> <p>Arroz de pato à portuguesa (p. 197)</p> <p>Arroz com tomate à portuguesa (p. 200)</p> <p>Batatas estufadas à portuguesa (p. 201)</p> <p>Cebolada à portuguesa (p. 208)</p> <p>Couve lombarda recheada à portuguesa (p. 209)</p> <p>Ervilhas guisadas à portuguesa (p. 210)</p> <p>Feijão branco guisado à portuguesa (pp. 213-214)</p> <p>Outra receita de feijão branco à portuguesa (p. 214)</p> <p>Feijão verde ou carrapato guisado à portuguesa (p. 215)</p> <p>Molho de tomate à portuguesa (p. 218)</p> <p>Papas de milho à portuguesa (pp. 219-220)</p> <p>Tomatada à portuguesa (p. 222-223)</p> <p>Pudim à portuguesa (p. 230)</p> <p>Sável de escabeche (prato nacional) (pp. 71-72)</p> <p>Fatias de pão recheadas com picado de carne (prato nacional) (p. 131-132)</p> <p>Cabeça de porco e orelheira com feijão branco e hortaliça (prato nacional) (p. 152-153)</p> <p>Frango estufado à portuguesa sem tomate (prato nacional) (p. 170)</p> <p>Abóbora carneira guisada com tomates (prato nacional) (p. 185)</p>
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIPEIROS”)	<p>Picado de peixe à moda do Porto (p. 63)</p> <p>Bacalhau assado à moda do Porto (p. 77)</p> <p>Bacalhau em filetes à moda do Porto (p. 87)</p> <p>Bacalhau no forno com Batatas (Porto) (p. 88)</p> <p>Dobrada ou Tripas à moda do Porto (p. 140)</p> <p>Frango apetitoso à Portuense (p. 167)</p> <p>Portuenses (p. 266)</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (p. 90)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Picado de peixe à moda do Porto</b> (p. 63)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	800 gramas de peixe cru   2 decilitros de azeite   1 cebola cortada miúdo   1 decilitro de leite fervido   600 gramas

	de batatas   ½ litro de molho aveludado branco   12 gramas de sal   7 decigramas de pimenta
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Este prato deve-se fazer pouco antes de ser servido.</li> <li>- Deitam-se numa caçarola dois decilitros de azeite e uma cebola cortada miúdo; em estando a cebola cozida, começando a alourar, deita-se o peixe cru que se faz passar pela máquina de picar carne, mexe-se para que o peixe absorva o azeite e se misture com a cebola, mas ficando bem solto como saíu da máquina.</li> <li>- Em estando o peixe cozido (15 a 20 minutos), junta-se um decilitro de leite que se fez ferver previamente, o sal e a pimenta.</li> <li>- Cozem-se as batatas com a pele, despelam-se e passam-se por um passador próprio para passar batatas, directamente para a travessa de serviço.</li> <li>- Deve-se deitar a batata em volta da travessa para ficar um vazio no centro, onde se põe o peixe que se estufou no azeite e cebola.</li> </ul> <p>Serve-se cobrindo a batata com um molho branco.</p>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
<b>TÍTULO DA RECEITA</b> <b>Bacalhau assado à moda do Porto (p. 77)</b>	
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b> <b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	6 a 8 pessoas
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	<p>Bacalhau  Batatas  Azeite  Alho  Louro  Salsa  Sal</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tabuleiro, travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Põe-se de molho a dessalgar um quilo de lombo de bacalhau sem pele.</li> <li>- Estando dessalgado tira-se.</li> <li>- Numa panela com água a ferver mete-se o bacalhau e deixa-se levantar fervura tirando-o a seguir.</li> <li>- Põe-se um tabuleiro esmaltado sobre uma panela com água que esteja a ferver ao lume; no tabuleiro põem-se 3 decilitros de azeite e 3 alhos.</li> <li>- Num outro tabuleiro untado com azeite assa-se o bacalhau no forno devendo ficar louro mas não queimado.</li> </ul>

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desfaz-se o bacalhau em lascas e deita-se no tabuleiro onde está o azeite e os alhos e tapa-se.</li> <li>- Na travessa em que há-de ser servido põe-se 1 quilo de batatas cozidas cortadas às rodelas e o bacalhau, e por cima o azeite e alho bem quente e um pouco de salsa picada rectificando o sal.</li> <li>- O azeite não deverá ferver, só bem quente.</li> <li>- Há quem deite por cima do bacalhau 3 cebolas medianas cortadas às rodas finas depois de lours no azeite com o alho e o resto de azeite por cima de tudo.</li> </ul> <p>Levantar fervura.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p>	<p><b>Bacalhau em filetes à moda do Porto (p. 87)</b></p>
<p>TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA</p>	
<p>QUANTIDADES</p>	<p>6 a 8 pessoas</p>
<p>LISTA DE INGREDIENTES</p>	<p>Bacalhau Cenouras Cebolas Ovos Limão Pão ralado Toucinho Molho de carne assada Vinho branco seco Vinho do Porto seco Salsa Sal Pimenta.</p>
<p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p>	
<p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tomam-se 600 gramas de lombo de bacalhau grosso, dessalga-se e corta-se em filetes quadrados depois de tiradas as peles e as espinhas; temperam-se com meio grama de pimenta moída, sumo de um limão deixando-se repousar por algum tempo.</li> <li>- Passam-se os filetes por pão ralado fino, por ovos batidos e fritam-se numa frigideira com dois decilitros de bom azeite.</li> <li>- À parte faz-se um refogado com 2 cenouras grandes raladas, e duas cebolas medianas cortadas miúdo, juntando mais 200 gramas de toucinho cortado miudinho, meio decilitro de molho de carne assada, deixando refogar até a cebola começar a alourar juntando-se depois mais um decilitro de vinho branco seco, fazendo apurar tudo devagarinho em lume brando.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<p>- Estando tudo pronto tira-se para fora e junta-se uma colher das de sopa de vinho do Porto seco, 10 gotas de limão, um ramo de salsa picada, e 3 gemas de ovos, mistura-se tudo bem indo a lume brando a cozer o ovo sem o talhar, rectificam-se os temperos de sal e pimenta, deita-se por cima dos filetes e serve-se bem quente.</p> <p>Fritar, refogar.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau no forno com Batatas - Porto (p. 88)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	5 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 quilo de bacalhau do mais grosso dessalgado  3 decilitros de azeite do mais fino  100 gramas de manteiga fresca  3 dentes de alho  1 grama de pimenta moída  1 limão  3 colheres, das de sopa, de pão ralado  1 cebola grande cortada às rodas finas  500 gramas de batatas pequenas</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Prato de ir ao forno
MODO DE PREPARAÇÃO	<p>- Tomam-se as postas de bacalhau bem grossas e bem dessalgas, assando-as na grelha sem as desmanchar.  - Depois de bem assadas põem-se num prato de ir ao forno com as cebolas, depois de passadas em azeite, mas sem alourar, e com 3 decilitros de azeite, 100 gramas de manteiga fresca de vaca, 2 dentes de alhos inteiros, 1 grama de pimenta moída, o sumo de um limão e 3 colheres das de sopa, de pão ralado.  - Vai a seguir ao forno até que o azeite ferva por 10 minutos e serve-se.  - Como acompanhamento: batatas cozidas pelo vapor, sem mais preparo, ou assadas no forno no mesmo prato de bacalhau.  - Deve servir-se bem quente.</p>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 90)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	

QUANTIDADES	5 a 6 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	1 quilo de bacalhau rosso (peso em cru) 1 quilo de batatas 1 decilitro e meio de azeite do mais fino 1 grama de pimenta 4 cebolas medianas 2 dentes de alho 4 ovos cozidos 4 decilitros de leite 1 ramo de salsa
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa de ir ao forno
MODO DE PREPARAÇÃO	- Toma-se o bacalhau demolhado, põe-se numa caçarola com tampa, cobre-se com água a ferver, tapa-se e aguarda-se que passe um quarto de hora, sem ferver. - A seguir tiram-se as peles e as espinhas separando-se a carne do bacalhau em pequenas lascas. - Estas lascas vão para um prato fundo, cobrindo-se com leite quente, deixando em infusão pelo menos por uma hora. - Numa travessa de ir ao forno deita-se azeite, os alhos e as batatas previamente cozidas cortadas às rodas de 1 centímetro de espessura e as lascas saídas da infusão em leite. - Leva-se a travessa ao forno deixando ferver tudo por 10 a 15 minutos, sirva-se bem quente ornamentado com os ovos cozidos cortados às rodelas, azeitonas e salsa picada.
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Dobrada ou Tripas à moda do Porto (p. 140)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	2 quilos de dobrada de vitela (coagulador) 250 g de cenouras 100 g de cebolas cortadas fino 40 g de sal grosso 2 g de pimenta moída 40 g de salsa cortada miúdo 1 mão de vitela 1 franga 40 g de banha de porco 150 g de presunto cortado às tiras 150 g de chouriço preparado à moda do Norte 500 g de feijão branco ou feijão manteiga.



UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Caçarola
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coze-se a dobrada, depois de bem lavada e limpa de peles, em 2 litros de água e 20 gramas de sal.</li> <li>- A cozedura deve levar de 3 a 5 horas, conforme a qualidade e macieza.</li> <li>- Coze-se à parte a mão de vitela em pouca água (a suficiente para a cobrir) e com 10 gramas de sal.</li> <li>- Numa caçarola põe-se a banha, a salsa e a cebola até esta estar cozida sem alourar, juntando-se a dobrada cortada aos bocados, a mão de vitela cozida desossada e cortada, a franga cortada igualmente aos bocados, o presunto, o chouriço, as cenouras, o sal, a pimenta, e o feijão previamente cozido e passado por peneiro, deixando ferver até estarem os vegetais e a franga cozidos, servindo-se bem quente.</li> <li>- Geralmente não se passa o feijão por peneiro, mas na receita regional passa-se.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Frango apetitoso à Portuense</b> (p. 167)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 a 5 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 frango gordo</li> <li>Manteiga fresca</li> <li>1 dl vinho branco seco</li> <li>Caldo de carne de açougue ou de aves</li> <li>Salsa</li> <li>Sal fino</li> <li>Pimenta</li> <li>Farinha de trigo</li> <li>Queijo de ovelha.</li> </ul>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Caçarola   prato ou travessa
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Depois de depenado um frango gordo pesando 900 gemas a 1 quilo, bem limpo e lavado, deita-se numa caçarola onde caiba pouco à vontade, com uma colher, das de sopa, de manteiga fresca, 1 decilitro de vinho branco seco, outro de caldo de carne de açougue ou de aves, 1 ramo de salsa, 2 gramas de sal fino e meio grama de pimenta, fazendo-se cozer na caçarola tapada por meia hora e três quartos de hora.</li> <li>- Estando pronto tira-se da caçarola, e ao molho que ficou junta-se mais uma colher, das de sopa mal cheia de</li> </ul>

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p>manteiga, e uma das de sobremesa, de farinha de trigo dissolvida num pouco de água fria.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estando a farinha cozida e o molho com a espessura que se quiser, (juntando a água ou caldo que for preciso) deita-se metade do molho numa travessa ou prato de ir ao forno, e uma colher, das de sopa, de queijo de ovelha ralado, põe-se por cima o frango, e por cima deste o resto de molho e igual quantidade de queijo de ovelha ralado.</li> <li>- Põe-se no forno deixando alourar e serve-se muito quente no próprio prato ou travessa.</li> <li>- Como acompanhamento: ervilhas à inglesa, arroz de manteiga ou batatas preparadas de qualquer maneira.</li> </ul> <p>Alourar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p><b>Portuenses</b> (p. 266)</p> <p>500 g de farinha de trigo muito fina  200/300 g de açúcar refinado branco  50 g de amêndoas pisadas o mais fino possível  Manteiga</p> <p>Tábua.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pesa-se 500 gramas de farinha de trigo muito fina, junta-se-lhe 200 a 300 gramas de açúcar refinado branco, conforme se desejar o preparado mais ou menos doce, e 50 gramas de amêndoas pisadas o mais fino possível.</li> <li>- Mistura-se tudo muito bem e em seguida vai-se deitando pouco a pouco água fria na massa e mexendo até reduzir a pasta maleável; obtido isto amassa-se bem e divide-se em pedaços do tamanho de uma ameixa, que se espalmam em cima de uma tábua fritando-os em seguida em boa manteiga a ferver, e deixando-os algum tempo a secar na fomalha antes de serem servidos.</li> </ul> <p>Fritar.</p>

FICHA DE LEITURA Nº 2 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.

### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>DOCES PORTUGUESES</b>
AUTOR(ES)	MINHO, Maria
DATA DA PUBLICAÇÃO	1944
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORIA	Portucalense Editora, S.A.R.L.
COTA (biblioteca)	S.A. 24217(18) P. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	130
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	XIX - Bolachas de vinho do Pôrto (p. 20-21)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0

TÍTULOS DE RECEITAS QUE  
HOMENAGEIAM PESSOAS  
LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL 0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

TÉCNICAS DE COZEDURA

FICHA DE LEITURA Nº 3 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>A COSINHEIRA DAS COSINHEIRAS: A ARTE DE BEM COMER</b>
AUTOR(ES)	MARIA, Rosa
DATA DA PUBLICAÇÃO	1950 (7ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Empresa Literária Universal
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	“Senhoras que dirigem o lar doméstico”
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	516
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Açorda à portuguesa (p. 23) Bacalhau à portuguesa (p. 30) Cabeça de vitela à portuguesa (p. 65) Carne assada à portuguesa (p. 71) Carne estufada à portuguesa (p. 72) Leitão assado à portuguesa (p. 99) Mólho de vilão à portuguesa (p. 112) Ovos estrelados à portuguesa (p. 117)

	Papas de milho à portuguesa (p. 118) Sopa de carne à portuguesa (p. 139)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Bacalhau à moda do Pôrto (p. 33) Bacalhau à portuense (p. 33) Rosbife à portuense (p. 132) Tripas à moda do Pôrto (p. 146)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (p. 40)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 40)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas Cebola Azeite Pimenta
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho bem coberto com uma tampa
MODO DE PREPARAÇÃO	- Bacalhau cozido, cortado aos bocadinhos, batatas cozidas e cortadas às rodelas e cebola crua às rodelas, deitar tudo dentro do tacho com azeite e pimenta, refogar bem, tando o tacho bem coberto com uma tampa. - Servir quente.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à moda do Pôrto (p. 33)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	<p>Cebola Salsa Alho Cravo de <i>cacinha</i> Pimenta Azeite</p> <p>Tacho.</p>
MODO DE PREPARAÇÃO	<p>- Demolhar o bacalhau e dividi-lo em lascas; descascar batatas cruas e cortá-las em rodas. - Deitar num tacho uma camada de rodas de cebola, um ramo de salsa, rodas de dentes de alho, cravo de <i>cacinha</i>, pimenta, uma camada de bacalhau e uma de rodas de batatas; cobrir tudo com azeite fino e levar o tacho tapado a lume brando, agitando-o até que o bacalhau esteja cozido.</p>
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à portuense</b> (p. 33 - 34)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES LISTA DE INGREDIENTES	<p>Bacalhau Batatas Salsa Pimenta Azeite Alhos</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Máquina de picar, frigideira
MODO DE PREPARAÇÃO	<p>- Cozer o bacalhau segundo a regra; tirar a pele e as espinhas, dividir em lascas e misturar com bocados de batatas cozidas, em quantidade superior à de bacalhau; temperar com salsa picada e uma pitada de pimenta; passar na máquina de picar. - Pôr ao lume numa frigideira uma porção de azeite fino; em estando a ferver juntar a massa preparada e misturá-la bem com o azeite, ligando-a em seguida para formar um bolo, que se retira do lume, quando começa a aloirar. - Pode-se perfumar o azeite juntando-lhe dentes de alhos picados que se retiram quando loiros.</p>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver, alourar.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Rosbife à portuense</b> (p. 132)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES LISTA DE INGREDIENTES	Rosbife Sal fino Pimenta em pó Sumo de limão
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Espeto
MODO DE PREPARAÇÃO	- Toma-se uma peça grande de rosbife, limpa-se dos ossos e gorduras que se podem aproveitar para fazer caldo do pingo, esfrega-se muito bem com sal fino, pimenta em pó e sumo de limão, enfia-se com o espeto, de modo que o peso fique igualmente distribuído e põe-se no forno, regando a carne com o molho que dela vai caindo.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Pôrto</b> (p. 146)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA QUANTIDADES LISTA DE INGREDIENTES	Tripas Feijão manteiga Mão de vitela Galinha Presunto Chouriço Cenouras Banha de porco Cebola Salsa picada
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Toma-se uma parte do estômago do boi, conhecida pelo nome de dobrada, lava-se muito bem em alguma água fria; escalda-se e em seguida separam-se dela as seguintes túnicas de que é formado, operação que apresenta algumas dificuldades e que geralmente é feito por duas pessoas. - Aproveita-se apenas a túnica média, cujas fibras são comparáveis às da galinha em tenreza, e cose-se. - Cose-se também feijão manteiga, espremendo-o em seguida para lhe aproveitar o polme e ainda, em separado, mão de vitela e galinha com presunto, chouriço, cenouras.



## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Depois de tudo preparado, faz-se um refogado com banha de porco, cebola e salsa picada e nele se deitam as tripas (tiras da referida túnica média), o polme do feijão, a mão de vitela cozida e a galinha com o presunto e chouriço, tudo cortado em pedaços, leva-se ao lume a ferver e serve-se.

Guisar, refogar, ferver.

FICHA DE LEITURA Nº: 4, 5, 6 e 7 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.

### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>O MESTRE COZINHEIRO - TRATADO COMPLETO DE CULINÁRIA: COZINHA REGIONAL PORTUGUESA, COZINHA FRANCESA, CONSERVAS DE LEGUMES E FRUTAS, DOÇARIA E LICORES. NOVAS REGRAS E NOVAS RECEITAS</b> (volume 1, 2, 3, 4)
AUTOR(ES)	SANTOS, Laura
DATA DA PUBLICAÇÃO	1955 (2ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Editorial Lavoeres
COTA (biblioteca)	O4-5-1 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	Donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	1376
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Sopa e cozido à portuguesa (p. 69-70) Sopa de tomate à portuguesa (pp. 84-85) Bacalhau assado à lusa (pp. 175-176) Peru assado à portuguesa (p. 273) Cabrito à portuguesa (p. 301) Carne porco ou feijoada à portuguesa (p. 326) Lombo de porco assado à portuguesa (p. 331) Carne estufada à portuguesa (p. 339-340)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Bolinhos do Porto (p. 545) – (Vol. 7)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (pp. 184-185)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bolinhos do Porto</b> (p. 545)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Açúcar 200 gr Miolo de amêndoa 200 gr Ovos 6 gemas Polme de batata 100 gr
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Leva-se o açúcar a fazer ponto com metade do seu peso de água, junta-se-lhe a amêndoa passada pela máquina própria e o polme de batata (a batata é só cozida em água, passada pelo passador, tudo em quente e logo misturada ao açúcar em ponto) mexendo bem; retira-se do lume e deixa-se arrefecer um pouco, junta-se-lhe as gemas e volta novamente ao lume até secar. - Deixa-se arrefecer e tendem-se pequenas bolas que se passam por açúcar pilé, depois de todas prontas passam-se novamente por açúcar pilé e colocam-se em caixinha de papel frisado.
TÉCNICAS DE COZEDURA	

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> (pp. 184-185)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	

## LISTA DE INGREDIENTES

## UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

## MODO DE PREPARAÇÃO

- Coze-se o bacalhau e batatas com casca. As batatas descascam-se e cortam-se em meia lua fina, e tira-se ao bacalhau a pele e as espinhas. Põe-se uma frigideira ao lume com bastante azeite, cebola cortada às rodelas, alho e mais meio folha de louro. Junta-se o bacalhau e as batatas, salteiam-se durante 2 minutos, temperam-se com pimenta e vinho branco e levam-se ao forno a corar um pouco.

- Descascam-se os ovos cozidos, cortam-se uma parte em gomos e a outra pica-se fininha. Põe-se o bacalhau numa travessa, enfeita-se com ovos cozidos, salsa picada e beterraba também picada fina.

## TÉCNICAS DE COZEDURA

FICHA DE LEITURA Nº 8 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>O VINHO DO PORTO NA CULINÁRIA</b>
AUTOR(ES)	[s.n.]
DATA DA PUBLICAÇÃO	1961
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORA	Grémio dos Exportadores do vinho do Porto
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	Donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	93
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Molho português (p. 3) Melão gelado à portuguesa (p. 5) Pudim de amêndoas à portuguesa (p. 7) Ovos à portuguesa (p. 14) Filetes de pescada à portuguesa (p. 15) Sável à portuguesa (p. 15) “Tournedos” à portuguesa (p. 18)

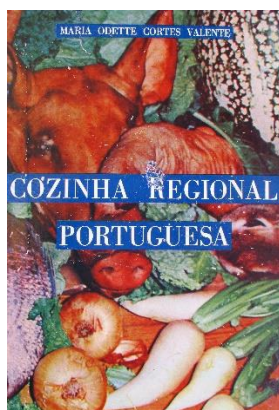
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	<p>Melão com Vinho do Porto (p. 3)</p> <p>Pérolas de melão com Vinho do Porto (p. 3)</p> <p>Ameixas secas com Vinho do Porto (p. 5)</p> <p>Melão com Vinho do Porto [outra receita] (p. 6)</p> <p>Doce de ovos com Vinho do Porto (p. 6)</p> <p>Mistura de Damascos com Vinho do Porto (p. 6)</p> <p>"Consommé" de Vinho do Porto (p. 9)</p> <p>Molho com Vinho do Porto (p. 13)</p> <p>"Omolettes" com Vinho do Porto (p. 15)</p> <p>Bacalhau com Vinho do Porto (p. 15)</p> <p>Lampreia com Vinho do Porto (p. 15)</p> <p>Creme de camarão com Vinho do Porto (pp. 16-17)</p> <p>Lagostins com Vinho do Porto (p. 17)</p> <p>Ameijoas com Vinho do Porto (p. 17)</p> <p>Língua de boi com Vinho do Porto (p. 18)</p> <p>"Tournedos" com Vinho do Porto (p. 20)</p> <p>Rim com Vinho do Porto (p. 20)</p> <p>Rolo de carne com Vinho do Porto (p. 21)</p> <p>Alface assada com Vinho do Porto (p. 23)</p> <p>Trufas com Vinho do Porto (p. 24)</p> <p>Batatas com Vinho do Porto (p. 24)</p> <p>Cogumelos com Vinho do Porto (p. 24)</p> <p>"Soufflé" com Vinho do Porto (p. 25)</p> <p>Sonhos com Vinho do Porto (p. 25)</p>
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES ("PORTUENSES" E "TRIPEIROS")	<p>"Consommé" do Porto (p. 9)</p> <p>Bolo Portuense (p. 26)</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bolo Portuense</b> (p. 26)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>10 ovos</p> <p>250 grs de açúcar</p> <p>300 grs de farinha</p> <p>Vinho do Porto seco</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Forma

MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batem-se muito bem os ovos com o açúcar, juntando um pouco de Vinho do Porto.</li> <li>- Em seguida liga-se com a farinha e deita-se numa forma untada com manteiga.</li> <li>- Coze em forno brando.</li> <li>- Depois de frio abre-se ao meio, borrifa-se com Vinho do Porto e recheia-se com creme de chocolate.</li> <li>- Decora-se com <b>um motivo da cidade do Porto (Barco Rabelo)</b>.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>“Consommé” do Porto</b> (p. 9)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	6 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	600 grs. de carne de vaca bem picada 2 cenouras 3 tomates alho porro aipo 4 grãos de pimenta 2 cravinhos 6 claras
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Caçarola.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mistura-se tudo e bate-se muito bem numa caçarola; em seguida juntam-se 3 litros de caldo de galinha quente, ou, na falta deste, água.</li> <li>- Leva-se ao lume até levantar fervura, tendo o cuidado de mexer para não agarrar ao fundo.</li> <li>- Em seguida, retira-se para lume brando onde deve cozer durante duas horas e meia, juntando-se nesta altura, 2 decilitros e meio de Vinho do Porto seco.</li> <li>- Pode ser servido quente ou frio.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Levantar fervura.

FICHA DE LEITURA Nº 9 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA REGIONAL PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	CORTES VALENTE, Maria Odette
DATA DA PUBLICAÇÃO	1962 (1ª edição)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Dep. Editorial Organizações
COTA (biblioteca)	T7-7-11 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	527
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Sopa de grão de bico à portuguesa (p. 27) Garoupa à portuguesa (p. 55) Pargo à portuguesa (pp. 59-60) Robalo assado à portuguesa (pp. 63-64) Amêijoas à portuguesa (p. 73) Lagosta com molho de tomate à portuguesa (p. 74) Lagosta à portuguesa (p. 75) Lagostins à portuguesa (p. 77) Arroz à portuguesa (p. 91) Carne estufada à portuguesa (p. 103)



	<p>Cozido à portuguesa (pp. 110-111)  Empadão à antiga portuguesa (p. 111)  Frango com ervilhas à portuguesa (p. 116)  Isclas à portuguesa (p. 123)  Língua de vaca à portuguesa (p. 127)  Pernas de cabrito à portuguesa (p. 135)  Perdizes estufada à portuguesa (p. 150)  Filhós portugueses (pp. 262-263)</p>
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Perua com Porto (p. 136-137) (ausência da identificação do território)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIPEIROS”)	<p>Bacalhau em filetes à moda do Porto (pp. 40-41)  Migas de Bacalhau à moda do Porto (p. 58)  Tainhas à Portuense (p. 67)  Arroz de bacalhau à moda do Porto (p. 86)  Arroz de Cabrito no forno à moda do Porto (p. 86)  Galinha à moda do Porto (pp. 121-122)  Tripas à moda do Porto (pp. 140-141) (única receita com tripas)  Doce Portuense (p. 240)  Encharcado à moda do Porto (p. 242)</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	<p>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 41)  Bacalhau à Zé do Pipo – Porto (p. 45)  Bifes à Padre Piedade – Porto (pp. 98-99)</p>

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz de bacalhau à moda do Porto</b> (p. 86)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>0,5 l de azeite  2 cebolas  1 ramo de salsa  1 dente de alho  Sal e pimenta  1 folha de louro  2 chávenas de arroz  1 posta regular de bacalhau  3 tomates  1 pimento verde  4,5 dl de água</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho de ir ao forno

MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Faz-se um refogado com o azeite, a cebola picada, salsa e o dente de alho também picado.</li> <li>- Quando a cebola estiver cozida, deitam-se no tacho os tomates limpos das peles e sementes, o pimento verde cortado aos bocados e o bacalhau previamente dessalado e às lascas.</li> <li>- Deixa-se refogar e junta-se a água a ferver e o arroz bem lavado.</li> <li>- Logo que levante outra vez fervura, mete-se o tacho no forno para cozer.</li> <li>- Quando estiver cozido, tira-se do forno e serve-se.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogado.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz de Cabrito no forno à moda do Porto (p. 86)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>2 chávenas de chá de arroz  4 chávenas de chá de água  Pimenta e colorau doce  1 folha de louro  4 dentes de alho  Sal e açafião  Azeite  2 colheres de sopa de banha  Vinho branco  2 colheres de sopa de banha  Vinho branco  1 ramo de salsa  1 cabrito pequeno</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Alguidar oval ou num panelo de barro, pauzinhos de loureiro
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Faz-se um molho com colorau, pimenta, os dentes de alho picados, o louro aos bocadinhos, sal, azeite, banha, salsa picada, vinho branco e açafião, misturando tudo muito bem.</li> <li>- Depois do cabrito arranjado, esfrega-se por dentro e por fora com o molho obtido.</li> <li>- Entretanto, num alguidar oval ou num panelo de barro põe-se água temperada com sal.</li> <li>- Logo que ferva deita-se-lhe o arroz.</li> <li>- Em cima do alguidar, põem-se uns pauzinhos de loureiro e sobre estes o cabrito temperado.</li> <li>- Mete-se no forno e vai-se pincelando sempre o cabrito de</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	maneira que o molho escorrendo caia sobre o arroz, que fica muito saboroso.  Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau em filetes à moda do Porto</b> (pp. 40-41)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	600 g de bacalhau 1 limão Azeite 3 cenouras 2 cebolas 100 g de toucinho 1 dl de vinho branco 0,5 l de molho de carne assada 2 colheres de sopa de vinho do Porto 1 ramo de salsa 3 gemas de ovos Pimenta.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Põe-se o bacalhau de molho durante doze horas.</li> <li>- Passado esse tempo, corta-se em quadradinhos.</li> <li>- Tira-se-lhes a pele e as espinhas, tempera-se com pimenta e sumo de limão deixando descansar durante trinta minutos.</li> <li>- Depois passam-se os quadradinhos de bacalhau por farinha, ovos batidos e pão ralado.</li> <li>- Fritam-se em gordura.</li> <li>- regam-se seguidamente os filetes com o molho de que damos a seguir a receita:</li> <li>- O molho é preparado com azeite, cenouras raladas, cebolas finamente peladas e o toucinho cortado aos quadradinhos.</li> <li>- Rega-se com o vinho branco e deixa-se refogar.</li> <li>- Em seguida, junta-se o molho da carne, o vinho do Porto, o sumo de limão, a salsa picada e liga-se com as gemas.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> (p. 41)
TEMPO DE PREPARAÇÃO	

TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	750 g de bacalhau Azeite 500 g de batatas 3 cebolas 1 folha de louro 2 ovos cozidos 1 ramo de salsa Azeitonas 2 dentes de alho.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa que possa ir ao forno
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cozem-se as batatas com a pele mas sem ficarem demasiado cozidas, aferventa-se o bacalhau depois de demolido e faz-se em pequenas lascas.</li> <li>- Num tacho deita-se bastante azeite, as cebolas cortadas às rodelas, os dentes de alho e o louro;</li> <li>- leva-se ao lume até alourar a cebola e depois desta estar bem loirinha, junta-se o bacalhau e as batatas cortadas aos bocados, deixando saltar.</li> <li>- Tira-se do lume e põe-se numa travessa que possa ir ao forno onde se mete cerca de dez minutos.</li> <li>- Não pôr uma camada espessa na travessa, de forma a ficar tudo tostado por igual.</li> <li>- Serve-se enfeitado com rodelas de ovos cozidos, azeitonas e salsa picada.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogado.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Zé do Pipo – Porto (p. 45)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500 g de bacalhau muito alto 2,5 dl de azeite 2,5 dl de leite 1 dente de alho 1 cebola pequena Azeitonas e pickles Maionese Mostarda
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira de barro.

MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demolha-se o bacalhau durante dois dias, põe-se numa tigela, sobre ele deita-se o azeite, o leite, o dente de alho picadinho e deixa-se repousar quatro horas.</li> <li>- Depois tira-se do molho e leva-se ao forno a alourar com duas colheres de molho.</li> <li>- Unta-se com azeite numa assadeira de barro, coloca-se o bacalhau já assado por cima, mais cebola a alourar em cinco colheres de azeite e um pouco de maionese temperada com sal, pimenta e mostarda.</li> <li>- À volta, puré de batata.</li> <li>- Polvilha-se com pão ralado e vai ao forno a gratinar.</li> <li>- Serve-se na assadeira enfeitado com pickles e azeitonas.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bifes à Padre Piedade – Porto</b> (pp. 98-99)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>500 g de carne para bifes  1,5 dl de azeite  ½ dl de vinagre  1 raminho de salsa  1 ovo cozido  1 cebola pequena  1 dente de alho  Sal e pimenta.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cortam-se os bifes grossos, temperam-se com sal e dente de alho pisado.</li> <li>- Grelham-se, deixando-os mal passados.</li> <li>- Faz-se um molho vinagrete com azeite e o vinagre batendo bem, mistura-se a salsa picada, o alho e a cebola picada e o ovo cozido ralado.</li> <li>- Tempera-se com sal e pimenta, envolve-se bem e deita-se sobre os bifes.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Grelhar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Doce Portuense</b> (p. 240)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	

LISTA DE INGREDIENTES	500 g de açúcar 10 gemas de ovos 25 g de manteiga 100 g de amêndoas 100 g de chila.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Máquina, taça.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Leva-se o açúcar com um pouco de água ao lume. - Deixa-se ferver até obter-se ponto de espadana; - mistura-se a amêndoa pelada e passada pela máquina e a chila. - Tira-se do lume, arrefece um pouco, juntam-se as gemas misturadas com a manteiga. - Leva-se novamente ao lume, mexendo sempre até as cozer. - Serve-se numa taça.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver, ponto de espadana.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Encharcado à moda do Porto</b> (p. 242)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	125 g de bolachas torradas 2 dl de água quente 250 g de açúcar 4 gemas de ovos.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho, taças.
MODO DE PREPARAÇÃO	Deita-se num tacho a água quente, mistura-se-lhe a bolacha e leva-se ao lume até levantar fervura. - Noutro tacho põe-se ao lume o açúcar com um pouco de água e, logo que esteja em ponto de pérola, mistura-se a bolacha e o açúcar; - Tira-se do lume, deixa-se arrefecer um pouco e juntam-se as gemas batidas. - Leva-se novamente ao lume para cozer as gemas. - Deita-se em taças e enfeita-se com as quatro claras batidas em castelo com quatro colheres de açúcar.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fervura, ponto pérola.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Galinha à moda do Porto</b> (pp. 121-122)
-------------------	--

TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 galinha nova e tenra 4 colheres de sopa de manteiga 2 colheres de sopa de banha 12 cebolinhas 1 colher de sopa cheia de farinha 1 copo de vinho branco 4 dl de caldo de carne 1 folha de louro 1 ramo de salsa 1 colher de sobremesa de vinagre Sal, pimenta
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tigela, colher de pau, travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Apara-se o sangue de uma galinha para uma tigela onde previamente se deitou ma colher de sobremesa de vinagre. - Mexe-se com uma colher de pau para não coagular. - Prepara-se e corta-se a galinha aos bocados e deixa-se alourar nas gorduras, juntamente com as cebolinhas, que se retiram logo que tomem cor. - Adiciona-se o vinho, o caldo, a farinha desfeita num pouco de caldo e os restantes temperos. - Deixa-se ferver lentamente para apurar. - No momento de servir, mistura-se ao molho o sangue de galinha sem deixar ferver. - Coloca-se os bocados da galinha numa travessa bem aquecida e regam-se com o molho. - Acompanham-se com batatas salteadas
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Migas de Bacalhau à moda do Porto (p. 58)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	400 g de feijão branco 300 g de bacalhau Pão duro 1 molhinho de salsa 3 dentes de alho

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Sal e pimenta 3 colheres de sopa de azeite
MODO DE PREPARAÇÃO	Prato numa assadeira de barro
TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Põe-se o feijão e o bacalhau de molho doze horas.</li> <li>- Passado esse tempo, coze-se o feijão em água com sal e ao bacalhau dá-se uma fervura.</li> <li>- Meia hora antes de ir para a mesa, prepara-se o prato numa assadeira de barro.</li> <li>- Coloca-se no fundo uma camada de fatias de pão finas que se molham no caldo de feijão, depois uma camada de bacalhau às lascas, uma camada de feijão, a cebola, o alho picado, a pimenta e o azeite.</li> <li>- Põe-se novamente pão molhado no caldo do feijão, rega-se com umas colheres da água do bacalhau a embeber tudo.</li> <li>- Leva-se ao forno a corar.</li> </ul>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tainhas à Portuense</b> (p. 67)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 tainha com peso aproximado de dois quilos e meio  100 g de toucinho  2 colheres de sopa de manteiga  2 colheres de sopa de azeite  3 colheres de sopa de manteiga para o recheio  4 colheres de sopa de farinha de pau  1 cálice de vinagre  2 cálices de vinho branco  2 gemas de ovos  2 cebolas  1 ramo de salsa  Limão, sal e pimenta  Azeitonas de Elvas</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escama-se a tainha e tira-se-lhe as tripas e as guelras sem a abrir.</li> <li>- Lava-se bem, tempera-se com sal e sumo de limão, deixando-a ficar assim durante três horas.</li> <li>- Passado esse tempo recheia-se da seguinte maneira:</li> <li>- levam-se três colheres de sopa de manteiga ao lume, com a cebola picada.</li> </ul>



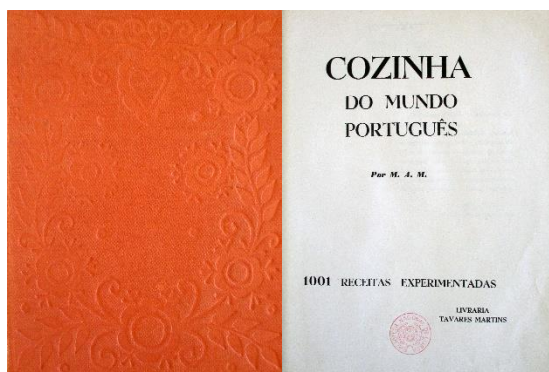
<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Logo que a cebola esteja loura, mistura-se-lhe a farinha de pau, mexendo sempre até a farinha ficar loura;</li> <li>- seguidamente misturam-se as gemas, as azeitonas de Elvas descaroadas, sal e pimenta.</li> <li>- Recheia-se a tainha com esta mistura e depois da tainha recheada coloca-se na assadeira, regando com o vinagre, o vinho e o azeite, cobrindo com as cebolas picadas, a salsa picada, metade da manteiga e o toucinho cortado às tiras.</li> <li>- Depois de repousar durante duas horas, leva-se ao forno, regando de vez em quando com o próprio molho.</li> <li>- Quando a tainha estiver a meio da assadura, acrescenta-se-lhe 2,5 dl de água e a restante manteiga.</li> <li>- Serve-se com puré de batata.</li> </ul> <p>Assar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<p><b>Tripas à moda do Porto</b> (pp. 140-141)</p> <p>1,5 kg de tripas e folho  200 g de chouriço  150 g de presunto com gordura  1 orelha de porco  1 mão de vitela  2 cebolas  1 l de feijão branco  6 cenouras  1 colher de sopa bem cheia de banha  1 ramo de salsa  Sal e pimenta  Cominhos</p> <p>Alguidar, tacho, terrina de barro</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparam-se as tripas, lavando-as muito bem, esfregando com sal e sumo de limão.</li> <li>- Põem-se depois num alguidar com água, e rodela de limão até ficar branco.</li> <li>- Cozem-se todas as carnes separadamente.</li> <li>- Coze-se o feijão como habitualmente.</li> <li>- Leva-se num tacho a alourar na banha a cebola picada e o presunto cortado aos cubos.</li> <li>- Juntam-se as tripas e todas as carnes cortadas aos bocados, o feijão e as cenouras cozidas e um pouco de caldo de carne;</li> <li>- tempera-se com sal, pimenta e um pouco de cominhos.</li> <li>- Ferve durante 25 minutos e serve-se em terrina de barro.</li> </ul>

PROCESSOS CULINÁRIOS

- Simultaneamente faz-se um tacho de arroz de forno, que se serve juntamente com as tripas.

Alourar.

FICHA DE LEITURA Nº 10 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA DO MUNDO PORTUGUÊS – 1001 RECEITAS EXPERIMENTADAS</b>
AUTOR(ES)	M. A. M.
DATA DA PUBLICAÇÃO	1962
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORIA	Livraria Tavares
COTA (biblioteca)	S.A. 27335 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	Donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	905
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Chispada à portuguesa (p. 171) Cozido à portuguesa (p. 179) Orelheira à portuguesa (p. 203) Peixes com ervilhas à portuguesa (p. 303) Sopa de camarão à portuguesa (p. 501) Sopa de peixe à portuguesa (p. 508) Sopa de rabo de boi à portuguesa (p. 509)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Linguiça de sangue à portuense (p. 194)  
Sardinhas à Hotel do Porto (p. 145)  
Tripas à moda do Porto (pp. 216-217)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Gomes de Sá (p. 679)  
Bacalhau à João do Buraco (p. 409)

## RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> (p. 408-409)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 quilo Bacalhau 1 quilo Batatas (As batatas são cozidas com a pele e depois peladas) 1 ½ decilitros Azeite 2 dentes Alho q.b. Leite 4 Cebolas q.b. Azeitonas 3 Ovos cozidos 1 ramo Salsa
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Pano forte, prato fundo, travessa de ir ao forno.
MOO DE PREPARAÇÃO	- Pega-se o bacalhau demolido, escalda-se com água a ferver e abafa-se com um pano forte, deixando-o assim durante 20 minutos. - Depois limpa-se de peles e espinhas e desfaz-se em pequenas lascas que se colocam num prato fundo e se cobrem com leite a ferver, deixando-as assim durante mais 1 a 2 horas. - Numa travessa de ir ao forno deita-se o azeite, os dentes de alho e as cebolas às rodelas. - Quando a cebola começar a alourar juntam-se as batatas já cozidas cortadas às rodelas de 1 centímetro de espessura, e as lascas de bacalhau bem espremidas do leite. - Enfeita-se a travessa com azeitonas pretas, rodelas de ovo cozido e salsa picadinha. - Serve-se quente.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Escaldar.

<b>TÍTULO DA RECEITA</b>	<b>Bacalhau à João do Buraco (p. 409)</b>
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b> <b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	q.b. Bacalhau q.b. Cebolas q.b. Azeite q.b. Salsa q.b. Manteiga q.b. Pimenta q.b. Camarões q.b. Amêijoas q.b. Ovos q.b. Puré de batata q.b. Molho branco
<b>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</b>	Tacho de ir ao forno.
<b>MODO DE PREPARAÇÃO</b>	- Dá-se uma fervura ao bacalhau alto e bem demolido. - Num tacho de ir ao forno põem-se cebolas às rodela com bastante azeite, deixando refogar até ficarem loiras. - Junta-se-lhes o bacalhau às lascas, salsa, manteiga e pimenta. - Por cima dispõe-se uma camada de amêijoas e outra de camarões, e depois um pouco de molho branco colorido com uma ou duas gemas. - Cobre-se com o puré de batata a que se juntam as claras em castelo, pinta-se com gema de ovo e vai ao forno até ficar bem loiro.
<b>TÉCNICAS DE COZEDURA</b>	Refogar.
<b>TÍTULO DA RECEITA</b>	<b>Linguíça de sangue à portuense (p. 194)</b>
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b> <b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	q.b. Vinho verde q.b. Vinagre q.b. Colorau doce q.b. Colorau picante q.b. Dentes de alho q.b. Sal q.b. Pimenta

<p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p>q.b. Louro q.b. Orégãos ou hortelã q.b. Sangue de porco q.b. Gorduras de porco q.b. Salsa q.b. Cebola</p> <p>Alguidar.</p> <p>- Deitam-se num alguidar quatro decilitros de vinho verde e dois decilitros de vinagre, um pouco de colorau doce, um pouco de pimenta, uma colher de colorau picante, 18 dentes de alho pisados, 5 folhas de louro, um pouco de sal e uma mão-cheia de orégãos ou hortelã. - Deitam-se as tripas de molho nesta mistura durante 2 dias. - Ao sangue que se aparou à matança do porco junta-se uma porção de gordura do mesmo muito bem picada, salsa e muita cebola também picada, alhos pisados, pimenta, colorau doce, sal, orégãos ou hortelã, um pouco de vinho e um gole de vinagre e um pouco de colorau picante. - Mexe-se tudo muito bem e enchem-se as linguiças, atando-as de espaço em espaço. - Depois de cheias dá-se-lhes uma fervura em água e sal e levam-se ao fumeiro.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<p><b>Sardinhas à Hotel do Porto</b> (p. 145)</p> <p>q.b. Sardinhas q.b. Vinho branco q.b. Limão q.b. Azeite q.b. Pimenta q.b. Sal</p> <p>Tabuleiro.</p> <p>- Amanham-se as sardinhas sem cabeça e tempera-se com sal, pimenta e limão. - Colocam-se num tabuleiro untando com azeite e umas gotas de vinho branco. - Vão ao forno brando de 10 a 15 minutos. - Servem-se frias.</p>

TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (pp. 216-217)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>½ l Feijão manteiga  500 g Dobrada de vaca  1 pequeno Chispe de porco  metade Mão de vaca  200 g Presunto gordo  200 g Salpicão do Douro  metade Galinha pequena  q.b. Pimenta  q.b. Sal  q.b. Colorau  1 Cebola grande  2 c. sopa Azeite ou banha  3 Cenouras  1 ramo Tomilho  1 ramo Salsa  2 cabeças Cravinho  1 folha Louro</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Raspa-se muito bem a dobrada de vaca que se escolhe variada: sola, folhada, etc., e deita-se em água fresca depois de muito bem esfregada com limão.</li> <li>- Põe-se a cozer bem coberta de água que se tempera com um ramo de tomilho, salsa e cravo-da-índia, pimenta em grão e uma folhinha de louro.</li> <li>- Ferve durante 3 a 4 horas num lume certo, acrescentando água a ferver para compensar a que se evapora, pois deve estar sempre coberta de água e não afrouxar a fervura. À parte coze-se o feijão que deve ser novo e ter ficado de molho de véspera.</li> <li>- Cozem-se também o chispe, a mão de vaca, a galinha e as cenouras.</li> <li>- Depois do feijão ter fervido algum tempo deitam-se 2 decilitros de água fria para abrir e cozer depressa.</li> <li>- Faz-se depois um refogado bem puxado com a cebola e a gordura.</li> <li>- Junta-se-lhe o feijão cozido juntamente com as cenouras às rodelas, o salpicão também assim cortado e o presunto aos quadradinhos.</li> </ul>

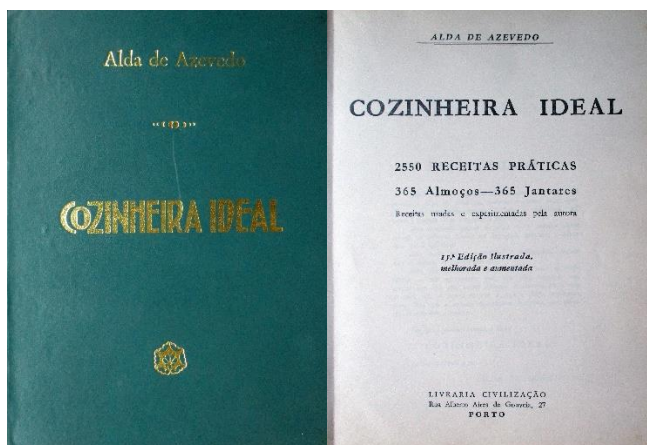
## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Dá-se uma volta com a colher e juntam-se-lhe então as carnes também cortadas aos pedaços.
- Tempera-se com sal, pimenta em pó e colorau.
- Deixa-se depois ferver em fogo certo, mexendo amiudadas vezes para que não se pegue, pois daria mau paladar.
- Serve-se em prato coberto e bem quente, acompanhado de arroz branco bem solto.

Refogar.



FICHA DE LEITURA Nº 11 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da culinária portuense.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHEIRA IDEAL</b>
AUTOR(ES)	AZEVEDO, Alda
DATA DA PUBLICAÇÃO	1965 (15ª Edição)
LOCAL DE EDIÇÃO	Barcelos
EDITORA	Companhia Editora do Minho
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	Leitoras
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	2401
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	<p>Galinha corada, à portuguesa (p. 125)          Perdiz estufada à portuguesa (p. 52)          Coelho à portuguesa (p. 332)          Escalopes de vitela à portuguesa (p. 298)          Lombo de vitela à portuguesa (p. 287)          Mãozinhas de carneiro à portuguesa (p. 271)          Mãozinhas de vitela à portuguesa (p. 60)          Mioslos à alentejana (p. 323)          «Roast-beef» à portuguesa (p. 228)</p>

	Lagosta à portuguesa (p. 102)
	Filetes de linguado à portuguesa (p. 244)
	Feijão verde à portuguesa (p. 92)
	Tomatada à portuguesa (p. 298)
	Besugos à portuguesa (p. 388)
	Caldeirada à portuguesa (p. 146 e 259)
	Lampreia à portuguesa (p. 267)
	Rodovalho à portuguesa (p. 286)
	Sopa à portuguesa (p. 40)
	Creme à portuguesa (p. 275)
	Tornedós à portuguesa (p. 46)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Tripas à moda do Porto (p. 171) Tripas à portuense (p. 110) Bacalhau à moda do Porto (p. 48) Doce do Porto (p. 155) Encharcada à moda do Porto (p. 159) Especialidade do Porto (p. 89)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (p. 37)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 37)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas Ovo Cebola Azeite Vinagre Pimenta Salsa Azeitonas
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Caçarola.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Depois de demolido e cozido, corta-se o bacalhau aos bocados e juntam-se-lhe batatas cozidas, às rodelas, e cebola crua às rodelas. - Deita-se tudo numa caçarola, com bastante azeite, vinagre e pimenta.

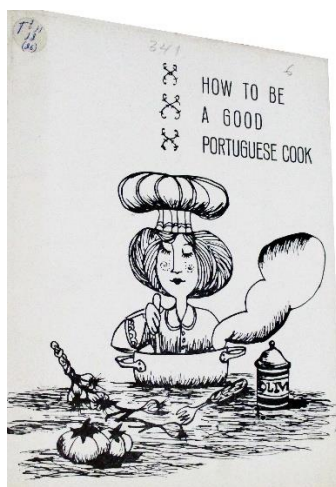
TÉCNICAS DE COZEDURA	- Deixa-se ferver e serve-se, bem quente, enfeitado com salsa picada, rodela de ovo cozido e azeitonas.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à moda do Porto</b> (p. 48)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas Cebola Salsa Alho Cravo de cabecinha Pimenta
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Demolhar o bacalhau e dividi-lo em lascas; descascar batatas cruas e cortá-las em rodas. - Deitar, num tacho, uma camada de rodas de cebola, um ramo de salsa, rodas de dentes de alho, cravo de cabecinha, pimenta, uma camada de bacalhau e uma camada de rodas de batata. - Cobrir tudo com azeite fino e levar o tacho, tapado, a lume brando, agitando-o até que o bacalhau esteja cozido.
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Doce do Porto</b> (p. 155)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Palitos de la reine vinho do Porto doce de maçã ou alperche leite creme
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Prato ou travessa de ir à mesa
MODO DE PREPARAÇÃO	- Em vinho do Porto, põem-se palitos <i>de la reine</i> que fiquem bem encharcados; sobre o prato ou travessa de ir à mesa, coloca-se uma camada de palitos e outra de doce de maçã ou alperches, intercalando uma camada de palitos,

	outra de doce de fruta, cobrindo este doce com camada de leite-creme que se faz, em separado, antes de servir.
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Encharcada à moda do Porto</b> (p. 159)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	125 grs Bolacha torrada 250 grs Açúcar 3 Ovos
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Vasilha, taças.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Em 2 dls. de água quente, deitam-se 125 grs de bolacha torrada e leva-se ao lume até levantar fervura.</li> <li>- Põem-se ao lume, noutra vasilha, 250 grs de açúcar, até que fique em ponto.</li> <li>- Mistura-se a bolacha com o açúcar.</li> <li>- Tira-se do lume, deixa-se arrefecer e juntam-se 3 gemas batidas.</li> <li>- Uma vez tudo misturado, deita-se este doce em taças, não as enchendo totalmente.</li> <li>- As 3 claras que sobram, batem-se em nuvem, adicionando-lhe duas colheres, das de sopa, cheias de açúcar e continuando a bater até ficar bem misturado.</li> <li>- As claras só se devem bater meia hora antes de se servir o doce, e destinam-se a enfeitar as taças em que o mesmo é servido.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fervura.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Especialidade do Porto</b> (p. 89)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	6 gemas de ovos 200 grs amêndoas trituradas 200 grs açúcar em ponto 100 grs batata em polme
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	

MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tomem-se 6 gemas de ovos, 200 grs de amêndoas trituradas, 200 grs de açúcar em ponto e 100 grs de batata em polme.</li> <li>- Posto o açúcar em ponto, junta-se-lhe a amêndoa triturada e o polme de batata.</li> <li>- Tira-se do lume para se acrescentarem as gemas, mexendo até obter uma massa grossa bem ligada, voltando ao lume, até ficar bem seca.</li> <li>- Formam-se pequenas bolas que se enrolam em açúcar cristalizado.</li> <li>- Este doce mantém-se 6 ou 7 dias sem se alterar.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Açúcar em ponto.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (p. 171)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tripas</li> <li>Feijão-branco</li> <li>Presunto</li> <li>Chouriço</li> <li>Frango</li> <li>Linguiça</li> <li>Mão de vaca</li> <li>Cenouras</li> <li>Cebolas</li> <li>Azeite</li> <li>Sal</li> </ul>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Caçarola,
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Muito bem limpas, esfregam-se com sal e põem-se de molho com rodas de limão durante 10 horas, cozendo-se depois em água e sal.</li> <li>- Coze-se em separado, o feijão-branco.</li> <li>- Numa caçarola deita-se azeite, cebola picada, cenouras cortadas às rodas, presunto às lascas, chouriço às rodelas, pedaços de frango, linguiça e mão de vaca.</li> <li>- Deita-se alourar, misturam-se as tripas cortadas em pedaços e o feijão escorrido da água da cozedura.</li> <li>- Deixe-se ferver durante meia hora e serve-se.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à portuense</b> (p. 110)

TEMPO DE PREPARAÇÃO	
TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1kg Tripas 1 Mão de vaca ou de vitela Presunto Frango ou galinha Rodelas de chouriço de carne Cenouras Tomates sem pele ou sementes Banha Sal.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Caçarola.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Leva-se a cozer um quilo de tripas num litro e meio de água temperada de sal, durante 3 horas. - Em separado, coze-se um pedaço de mão de vaca ou de vitela, em pouca água, temperada de sal. - Põe-se a dobrada e a mão de vaca, cortadas aos pedaços, numa caçarola; junta-se-lhes presunto cortado em pedaços pequenos, frango ou galinha, cenouras cruas, tudo isto a ferver sobre um refogado de banha de tomates sem pele ou sementes. - Quando quase cozido, juntam-se-lhe rodelas de chouriço de carne.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.

FICHA DE LEITURA Nº 12 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>HOW TO BE A GOOD PORTUGUESE COOK - TRADITIONAL PORTUGUESE RECIPES</b>
AUTOR(ES)	[s.n.]
DATA DA PUBLICAÇÃO	1968
LOCAL DE EDIÇÃO	Angra do Heroísmo
EDITORA	Of. Diário Insular
COTA (biblioteca)	S.A. 36296 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

Regime Político Vigente Na Publicação Do Livro	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	“American housewife” (p. 3)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	27
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Sopa à portuguesa (Portuguese Soup) (p. 11) Alcatra (Roast Meat Portuguese Style) (p. 21) Coelho à caçador (Rabbit Portuguese Style) (p. 24) Coscurões (Crescurouis Portuguese Cookies) (p. 27) Bolo podre (Portuguese Cake) (p. 28) Cocktail português (Portuguese Cocktail) (p. 30)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (Codfish Casserole) (p. 16)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

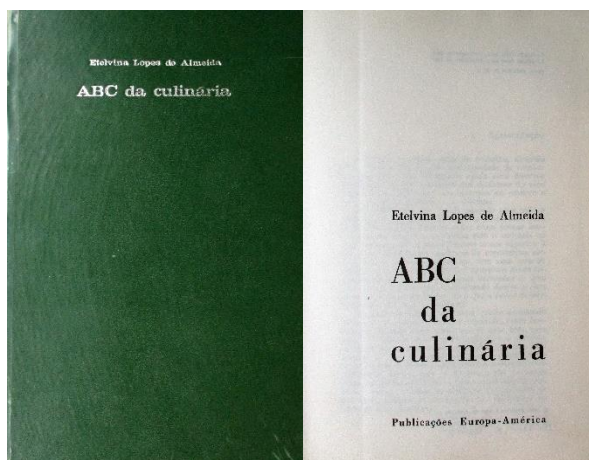
TÍTULO DA RECEITA	<b>BACALHAU À GOMES DE SÁ / Codfish Casserole p. 16</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	serves 8
LISTA DE INGREDIENTES	2 lbs dried codfish 6 potatoes 1 ½ cup olive oil 3 onions, sliced 4 cloves garlic, minced 1 tsp Pepper ½ cup white wine 6 hard-cooked eggs ¼ cup chopped parsley
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Baking dish or casserole
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wash fish thoroughly in several changes of water.</li> <li>- Drain well.</li> <li>- Add fresh water to cover.</li> <li>- Cook over medium heat 20 minutes.</li> <li>- Drain, reserving liquid.</li> <li>- Remove skin and bones carefully.</li> <li>- Shred fish coarsely.</li> <li>- Cook unpeeled potatoes in fish stock until tender – about 30 minutes.</li> <li>- Peel and slice them thinly.</li> <li>- Heat olive oil in skillet.</li> <li>- Add onions and garlic and saut 5 minutes.</li> <li>- Add fish and potatoes.</li> <li>- Cook over high heat 2 minutes, stirring constantly.</li> <li>- Add pepper and white wine and stir.</li> <li>- Place mixture in buttered baking dish or casserole.</li> <li>- Bake in 425 F oven 15 minutes.</li> </ul>



TÉCNICAS DE COZEDURA

- Chop 3 of the eggs, coarsely and slice the other 3.
- Garnish with the eggs and parsley.
- Serve directly from casserole.

FICHA DE LEITURA Nº 13 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>ABC DA CULINÁRIA</b>
AUTOR(ES)	ALMEIDA, Etelvina Lopes de
DATA DA PUBLICAÇÃO	1969
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Publicações Europa-América
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	Mulheres
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	454
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Pudim de cozido à portuguesa (1ª e 2ª receita) (pp. 77-78) Sopa de tomate à portuguesa (1ª e 2ª receita) (pp. 477-478)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (p. 397)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 397)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>2 postas de bacalhau          6 batatas          3 cebolas          2 dl de azeite          Leite          2 ovos cozidos          125 g de azeitonas pretas          1 folha de louro          Pimenta          1 ramo de salsa</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira de barro, escumadeira.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lavam-se muito bem as batatas, cortam-se às rodelas, com casca, e cozem-se, tendo o cuidado de as não deixar desfazer.</li> <li>- Limpa-se de escamas o bacalhau, que esteve de molho uma noite em água e duas horas em leite.</li> <li>- Leva-se ao lume o azeite com o louro, os alhos, às rodelas, e as cebolas, cortadas às rodelas também.</li> <li>- Quando a cebola alourar ligeiramente, introduz-se o bacalhau, a tomar gosto por uns minutos apenas, não mais de cinco.</li> <li>- Unta-se uma assadeira de barro com um pouco do azeite do bacalhau e dispõem-se as rodelas de batata cozida, bem secas e já sem pele, no fundo, e, em cima, os pedaços de bacalhau e as cebolas, tiradas com uma espumadeira.</li> <li>- Enfeita-se por cima com rodelas de ovos cozidos e azeitonas pretas e rega-se com o azeite que fritou as cebolas e o bacalhau.</li> <li>- Leva-se ao forno a aquecer apenas, sem deixar tostar, e serve-se bem quente.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA

- O que importa neste prato é a quantidade de azeite, que se não pode diminuir em caso algum para que o prato não fique seco.

Refogado.

FICHA DE LEITURA Nº 14 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>RECEITAS DE COZINHA E DOÇARIA PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	Portugal. Secretaria de Estado da Informação e Turismo
DATA DA PUBLICAÇÃO	1971
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Secretaria de Estado da Informação e Turismo
COTA (biblioteca)	S.A. 54913 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	68
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Tripas à moda do Porto (1º Prémio) (pp. 43-44)  
Arroz de frango à tripeira (4ª Prémio) (pp. 49-50)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Sopa dourada das freiras de Santa Clara do porto (2º Prémio) (p. 55)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Arroz de frango à tripeira (4ª Prémio) (pp. 49-50)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

1 frango  
100 g de toucinho entremeado  
100 g de salpicão  
500 g de arroz  
1 colher de vinagre  
2 colheres de azeite  
1 cebola  
Salsa, pimenta e sal

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

- Ao matar-se o frango, aproveita-se-lhe o sangue, ao qual se junta um pouco de vinagre.
- Corta-se aos bocados.
- Ao azeite junta-se a cebola picada, o toucinho e o frango, deixando refogar.
- Rega-se com um copo de água em que se deitou um pouco de sal e deixa-se ferver.
- Quando o frango estiver quase cozido, acrescenta-se a restante água e a salsa picada, temperando com sal e pimenta.
- Assim que levantar fervura põe-se o arroz; quando estiver bem cozido junta-se-lhe o sangue, mexendo para que tudo fique bem misturado.
- Por fim entra o salpicão, cortado às rodelas.
- Deve ficar bastante húmido e serve-se imediatamente.

TÉCNICAS DE COZEDURA

Refogar, fervura.

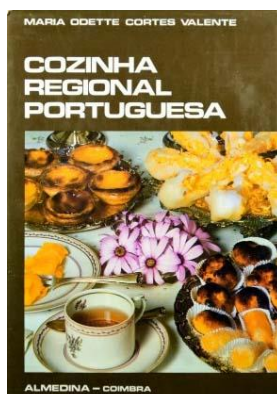
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (1º Prémio) (pp. 43-44)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 kg de tripas de vitela 1 kg de mão de vitela 150 g de chouriço do Norte 150 g de orelheira 150 g de toucinho entremeado ou presunto 150 g de salpicão do Norte sem colorau 150 g de carne de cabeça de porco 1 frango 1 kg de feijão manteiga
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Vasilha, caçarola grande, colher, travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Depois de limpas e bem lavadas as tripas (com limão e sal), assim como a mão de vitela, cozem-se separadamente noutra vasilha todas as outras carnes e o frango, que se vão retirando à medida que estejam cozidos.</li> <li>- Coze-se o feijão e, a meio da cozedura, juntam-se-lhe rodelas de cenoura e cebola.</li> <li>- As carnes depois de cozidas cortam-se aos bocados e deitam-se juntamente com as tripas, numa caçarola grande, onde previamente se puderam 50 g de cebola picada e uma colher de banha.</li> <li>- Tempera-se de sal, pimenta preta, louro e ramo de salsa (que depois se retira) e deixa-se apurar.</li> <li>- Faz-se acompanhar de arroz branco muito seco, que se serve numa travessa à parte.</li> <li>- Podem salpicar-se, as tripas, de salsa picada e um pouco de cominhos.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	

TÍTULO DA RECEITA	<b>Sopa dourada das freiras de Santa Clara do porto</b> (2º Prémio) (p. 55)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 kg de açúcar 24 gemas de ovos 250 g de amêndoas doces 500 g de doce de chila

	50 g de cidrão 300 g de pão-de-ló Canela
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Peneira, travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cortam-se fatias de pão-de-ló, que se molham no açúcar em ponto de espadana, aromatizado com flor de laranjeira, e põem-se a escorrer numa peneira.</li><li>- Volta o açúcar ao lume e junta-se-lhe a chila e o cidrão picado.</li><li>- Deixa-se ferver um pouco e junta-se a amêndoa.</li><li>- Batem-se as gemas de ovos numa tigela e juntam-se ao açúcar, ligeiramente arrefecido.</li><li>- Volta ao lume para engrossar, tendo o cuidado de mexer sempre.</li><li>- Colocadas as fatias de pão-de-ló numa travessa, cobrem-se com o preparado e polvilham-se de canela.</li></ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ponto de espadana, ferver.



FICHA DE LEITURA Nº 15 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA REGIONAL PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	CORTES VALENTE, Maria Odette; PERES, Alberto (Fot.); MONTEIRO, Luís de Sttau
DATA DA PUBLICAÇÃO	1973
LOCAL DE EDIÇÃO	Coimbra
EDITORA	Livraria Almedina
COTA (biblioteca)	S.A. 52779 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	Donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	1229
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Cozido à portuguesa (p. 25) Sopa de grão de bico à portuguesa (p. 44) Empadão à antiga portuguesa (p. 75) Pastelão de ovos com batata à portuguesa (p. 82) Pargo à portuguesa (p. 124) Robalo assado à portuguesa (p. 130) Lagosta com molho de tomate à portuguesa (p. 150) Lagostins à portuguesa (p. 152) Arroz com grão à portuguesa (p. 170)

	Arroz com linguiça e ervilhas à portuguesa (p. 171)
	Arroz à portuguesa (p. 176)
	Perna de cabrito à portuguesa (p. 191)
	Frango com ervilhas à portuguesa (p. 201)
	Língua de vaca à portuguesa (p. 214)
	Bolas de carne à portuguesa (p. 251)
	Carne estufada à portuguesa (p. 252)
	Perdiz estufada à portuguesa (p. 281)
	Nabos guisados à portuguesa (p. 319)
	Filhós de forma à portuguesa (p. 529)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Perua com Porto [ausência da identificação geográfica] (p. 218)
	Rabanadas de Vinho do Porto – Guimarães (p. 536)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIPEIROS”)	Papas de Sarrabulho – Porto (pp. 29-30)
	Migas de Bacalhau à moda do Porto (p. 65)
	Bacalhau com Broa – Porto (p. 91)
	Bacalhau em Filetes à moda do Porto (pp. 95-96)
	Bacalhau à moda do Porto (p. 100)
	Tainha à Portuense (p. 136)
	Arroz de Bacalhau à moda do Porto (p. 166)
	Arroz de Cabrito no forno à moda do Porto (p. 167)
	Arroz Frito – Porto (pp. 169-170)
	Galinha à moda do Porto (p. 211)
	Tripas de Fricassé – Porto (p. 242)
	Tripas à moda do Porto (pp. 242-243)
	Doce Portuense (p. 482)
	Encharcado à moda do Porto (p. 485)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (p. 96)
	Bacalhau à Zé do Pipo – Porto (p. 104)
	Bifes à padre Piedade – Porto (p. 251)
	Pão podre da D. Celeste – Porto (pp. 422-423)

## RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz de Bacalhau à moda do Porto</b> (p. 166)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	0,5 dl azeite 1 posta de bacalhau 300 g arroz 2 cebolas

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	1 ramo de salsa 1 dente de alho 1 folha de louro 3 tomates 1 pimentão verde Sal e pimenta 8,5 dl água. Tacho
MODO DE PREPARAÇÃO	- Faz-se um refogado com o azeite, a cebola picada, salsa e o dente de alho também picado. - Quando a cebola estiver cozida, deitam-se num tacho os tomates limpos das peles e sementes, o pimentão verde cortado às tiras e o bacalhau previamente dessalado e às lascas. - Deixa-se refogar, adiciona-se a água a ferver e o arroz bem lavado e enxuto. - Logo que levante outra vez fervura, mete-se o tacho no forno para acabar de cozer.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz de Cabrito no forno à moda do Porto (p. 167)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	350 g arroz 9 dl água Pimenta e colorau doce 1 folha de louro 4 dentes de alho Sal e açafião 1 dl azeite 100 g banha 2 dl vinho branco 1 ramo de salsa 1 cabrito pequeno.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Alguidar de barro, pauzinhos de loureiro
MODO DE PREPARAÇÃO	- Faz-se um molho com o colorau, pimenta, os dentes de alho picados, o louro aos bocadinhos, sal, azeite, banha, salsa picada, vinho branco e açafião, misturando tudo muito bem. - Depois do cabrito arranjado, esfrega-se por dentro e por fora, com o molho obtido. - Entretanto, num alguidar de barro põe-se a água temperada com sal. - Logo que ferva deita-se-lhe o arroz.

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Em cima do alguidar colocam-se uns pauzinhos de loureiro e sobre estes o cabrito temperado.</li> <li>- Mete-se no forno e vai-se pincelando sempre o cabrito de maneira que o molho escorrendo caia sobre o arroz, que fica muito saboroso.</li> </ul> <p>Assar.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz Frito – Porto</b> (pp. 169-170)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 cebola pequena  1 dl azeite  180 g arroz  0,5 l água  Sal.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pica-se a cebola e leva-se ao lume com o azeite.</li> <li>- Logo que esteja loura junta-se o arroz escolhido e lavado e bem enxuto.</li> <li>- Deixa-se fritar até ficar cor de palha.</li> <li>- Adiciona-se a água a ferver temperada com sal e deixa-se ferver 5 minutos; mete-se depois no forno para acabar de cozinhar (com o tacho destapado).</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau com Broa – Porto</b> (p. 91)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>600 g lombo de bacalhau demolido  6 fatias de presunto ou salpicão  1 folha de louro  Pimenta  5 colheres de sopa de vinho branco  2 dentes de alho  150 g broa  1 cebola média  2 dl azeite  Manteiga.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	

MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tempera-se o bacalhau com pimenta, louro, vinho branco e os dentes de alho picados.</li> <li>- Abre-se dos dois lados até à espinha e recheia-se com presunto ou salpicão.</li> <li>- Cobre-se com a broa esfarelada por cima, pequenas nozes de manteiga e coloca-se em tabuleiro com o fundo coberto com o azeite e a cebola às rodelas.</li> <li>- Leva-se ao forno a assar.</li> <li>- Serve-se com grelos cozidos ou batatas salteadas.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau em Filetes à moda do Porto</b> (pp. 95-96)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	600 g bacalhau 1 limão Farinha Pão ralado 1 dl azeite 2 ovos 3 cenouras 2 cebolas médias 100 g toucinho 1 dl vinho branco 2 dl caldo de carne 2 colheres de sopa de vinho do Porto 1 ramo de salsa 3 gemas de ovos Pimenta.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Põe-se o bacalhau de molho durante doze horas.</li> <li>- Passado esse tempo, corta-se em quadrinhos.</li> <li>- Tira-se-lhe a pele e as espinhas, tempera-se com pimenta e sumo de limão, deixando descansar meia hora.</li> <li>- Depois passam-se os quadrados de bacalhau por farinha, ovos batidos e pão ralado.</li> <li>- Fritam-se em azeite.</li> <li>- Regam-se seguidamente os filetes com o seguinte molho: leva-se o azeite ao lume com as cenouras raladas, cebolas finamente picadas e o toucinho cortado aos quadrados.</li> <li>- Rega-se com o vinho branco e deixa-se refogar.</li> <li>- Em seguida adiciona-se o caldo de carne e o vinho do Porto, sumo de limão, salsa picada e liga-se com as gemas.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar, refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 96)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	750 g bacalhau Azeite 500 g batatas 3 cebolas médias 1 folha de louro 2 ovos cozidos 1 ramo de salsa 2 dentes de alho Sal Azeitonas.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa que possa ir ao forno
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cozem-se as batatas com pele, aferventa-se o bacalhau depois de demolido e faz-se em pequenas lascas.</li> <li>- Num tacho deita-se bastante azeite, as cebolas cortadas às rodelas, os dentes de alho e louro;</li> <li>- leva-se ao lume até alourar a cebola e depois desta estar lourinha, junta-se o bacalhau e as batatas cortadas aos bocados, deixando saltar.</li> <li>- Tira-se do lume, coloca-se numa travessa que possa ir ao forno, onde fica cerca de 10 minutos.</li> <li>- A travessa deve ser larga, para tostar tudo por igual.</li> <li>- Serve-se enfeitado com rodelas de ovos cozidos, azeitonas e salsa picada.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Aferventar
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à moda do Porto (p. 100)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	400 g bacalhau do lombo 2 dl azeite 2 dentes de alho 2 ovos cozidos 1 limão Sal

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Pão ralado. Pano, passador, prato de serviço.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dessala-se o bacalhau.</li> <li>- Seca num pano, molha-se em azeite e envolve-se em pão ralado.</li> <li>- Leva-se ao lume num tacho, o azeite com os dentes de alho e frita-se muito bem o bacalhau às postas, dos dois lados.</li> <li>- Tiram-se as gemas dos ovos, que se desfazem e se batem com 1 dl de azeite da fritura (passado pelo passador) o sumo de limão e sal.</li> <li>- Bate-se muito bem para ligar.</li> <li>- Coloca-se o bacalhau num prato de serviço, cobre-se com o molho e serve-se acompanhado de esparregado.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Zé do Pipo – Porto (p. 104)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>500 g bacalhau muito alto  2,5 dl azeite  2,5 dl leite  1 dente de alho  1 cebola pequena  Pão ralado  Azeitonas e pickles  2,5 dl maionese  Sal, pimenta, mostarda, vinagre  Puré de batata.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tigela, tabuleiro, assadeira de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demolha-se o bacalhau durante dois dias.</li> <li>- Numa tigela coloca-se o bacalhau com o azeite, o leite e o dente de alho picadinho, repousando quatro horas.</li> <li>- Tira-se e leva-se ao forno num tabuleiro, com duas colheradas do molho.</li> <li>- Unta-se uma assadeira de barro com azeite, coloca-se o bacalhau já assado e por cima deste a cebola já alourada em 5 colheres (de sopa) de azeite.</li> <li>- Cobre-se com maionese em camada espessa, temperada com sal, pimenta, vinagre e mostarda;</li> <li>- À volta, enche-se com puré de batata.</li> <li>- Polvilha-se com pão ralado e vai ao forno a gratinar.</li> <li>- Serve-se na assadeira enfeitado com pickles e azeitonas.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bifes à padre Piedade – Porto</b> (p. 251)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500 g carne de alcatra 1,5 dl azeite 0,5 dl vinagre 1 ramo de salsa 1 ovo cozido 1 cebola pequena 1 dente de alho Sal e pimenta.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Cortam-se bifes grossos e temperam-se com sal e o dente de alho picado. - Grelham-se, deixando-os mal passados. - Faz-se um molho vinagrete com o azeite e o vinagre, batendo bem; misturam-se a salsa, o dente de alho, a cebola picada e o ovo cozido ralado. - Tempera-se com sal e pimenta e envolve-se bem. - Deita-se sobre os bifes.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Grelhar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Doce Portuense</b> (p. 482)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500 g açúcar 10 gemas 25 g manteiga 100 g amêndoas 100 g doce de chila.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Máquina.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Leva-se o açúcar com um pouco de água ao lume. - Ferve até ter ponto de pérola; - juntam-se a amêndoa pelada e passada pela máquina e a chila.



TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Retira-se do lume, arrefece um pouco e adicionam-se as gemas misturadas com a manteiga.</li> <li>- Leva-se novamente ao lume, mexendo sempre para as cozer.</li> </ul> <p>Ferver, ponto pérola.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Encharcado à moda do Porto</b> (p. 485)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>125 g de bolachas torradas  2 dl de água quente  250 g de açúcar  4 gemas de ovos.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deita-se num tacho a água quente, misturam-se as bolachas e vai ao lume até levantar fervura.</li> <li>- Noutro tacho põe-se ao lume o açúcar com água a cobrir a atingir ponto de pérola.</li> <li>- Junta-se ao preparado anterior;</li> <li>- tira-se do lume, amorna e adicionam-se as gemas batidas.</li> <li>- Volta ao lume para as cozer.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fervura, ponto pérola.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Galinha à moda do Porto</b> (p. 211)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 galinha nova  80 g manteiga  1 cebola  25 g farinha  2 dl vinho branco  2 dl caldo verde  1 folha de louro  1 ramo de salsa  1 colher de sobremesa de vinagre  Sal e pimenta.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tigela, travessa.

MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apara-se o sangue da galinha para uma tigela onde se deitou o vinagre.</li> <li>- Mexe-se para não coagular.</li> <li>- Corta-se a galinha aos bocados e aloura-se na gordura.</li> <li>- Junta-se a cebola cortada aos quartos, a farinha, o caldo, o vinho e todos os temperos.</li> <li>- Deixa-se ferver lentamente para apurar.</li> <li>- No momento de servir, mistura-se ao molho o sangue da galinha, sem deixar ferver.</li> <li>- Serve-se em travessa acompanhado com batatas salteadas.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Migas de Bacalhau à moda do Porto (p. 65)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>400 g feijão branco  300 g bacalhau  200 pão duro  1 cebola  1 ramo de salsa  3 dentes de alho  Sal e pimenta  1 dl azeite.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cozem-se o feijão e o bacalhau depois de demolhados.</li> <li>- Numa assadeira de barro, coloca-se uma camada de fatias de pão cortadas fitinhas, que se molham com o caldo do feijão, por cima o feijão e por último o bacalhau às lascas.</li> <li>- À parte, leva-se o azeite, com a cebola e os dentes de alho picados, ao lume, até a cebola ficar mole.</li> <li>- Deita-se sobre o preparado anterior e por cima colocam-se raminhos de salsa.</li> <li>- Rega-se tudo com um pouco de água de cozedura do bacalhau, temperada com pimenta.</li> <li>- Leva-se ao forno para tostar um pouco.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogado.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Pão podre da D. Celeste – Porto (pp. 422-423)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	

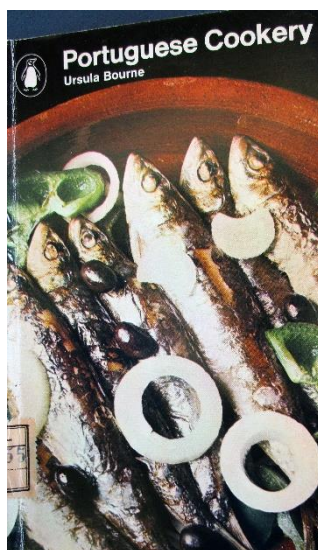
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	250 g açúcar 1 kg farinha 100 g massa de pão levedado 125 g manteiga 12 gemas de ovos 6 claras.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Guardanapo ou cobertor, tabuleiros.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Batem-se muito bem os ovos levemente aquecidos em banho-Maria (para não cozerem). - Esfarela-se o fermento e aos poucos vai-se desfazendo nos ovos. - Junta-se a farinha e depois a manteiga derretida. - Amassa-se como se fosse pão. - Deixa-se repousar em lugar quente, coberto com um guardanapo e um cobertor até levedar. - Quando a massa tiver atingido o dobro do volume formam-se roscas que se colocam em tabuleiros polvilhados com farinha. - Descansam uma hora e vão a cozer em forno bem quente.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Banho-maria.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Papas de Sarrabulho – Porto</b> (pp. 29-30)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	300 g carne de vaca 200 g toucinho entremeado 200 g presunto gordo 1 osso da suã 300 g costeletas de porco Metade de uma galinha Grelos de couve Farinha de milho Água Sal, pimenta e cominhos 200 g sangue de porco cozido.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Panela grande
MODO DE PREPARAÇÃO	- Deitam-se as carnes numa panela grande com água e sal. - Deixa-se ferver brandamente até a água da cozedura ficar em metade. - Retiram-se as carnes e desossam-se.

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No caldo cozem-se os grelos cortados aos bocados.</li> <li>- Por fim deita-se a farinha de milho peneirada até ficar na consistência desejada.</li> <li>- Volta ao lume mexendo sempre para cozer a farinha.</li> <li>- Mistura-se então o sangue esfarelado e a carne desfiada.</li> <li>- Tempera-se com cominhos e pimenta.</li> </ul> <p>Ferver.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p>	<p><b>Tainha à Portuense</b> (p. 136)</p>
<p>TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA</p>	
<p>QUANTIDADES</p>	
<p>LISTA DE INGREDIENTES</p>	<p>1 tainha com peso aproximado de 2 kg  100 g toucinho  100 g manteiga  2 colheres de sopa de azeite  120 g manteiga para o recheio  80 g farinha de pau  1 cálice de vinagre  2 cálices de vinho branco  2 gemas de ovos  2 cebolas  1 ramo de salsa  1 limão  Sal e pimenta  Água  Puré de batata  Azeitonas.</p>
<p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p>	<p>Assadeira.</p>
<p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escama-se a tainha, tiram-se-lhe as tripas pelas guelras sem a abrir.</li> <li>- Lava-se bem, tempera-se com sal e sumo de limão deixando ficar assim durante umas horas.</li> <li>- Depois recheia-se da seguinte maneira: leva-se a manteiga ao lume com a cebola picada.</li> <li>- Logo que esteja mole, mistura-se a farinha de pau, mexendo sempre até esta ficar loura;</li> <li>- em seguida misturam-se as gemas, as azeitonas sem caroços, sal e pimenta.</li> <li>- Recheia-se a tainha com esta mistura e coloca-se numa assadeira regando com o vinagre, o vinho e o azeite, cobrindo com a cebola picada, a salsa também picada, manteiga e o toucinho cortado às tiras.</li> <li>- Repousa durante 2 horas.</li> <li>- Leva-se ao forno, regando de vez em quando com o próprio molho.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quando a tainha estiver a meio da assadura, acrescenta-se um pouco de água.</li> <li>- Serve-se com o puré de batata.</li> </ul> <p>Assar.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas de Fricassé – Porto (p. 242)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg tripas grossas  1 cebola média  0,5 dl azeite  Sal e pimenta  Caldo de carne  2 gemas  1 limão.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Depois de convenientemente limpas, lavadas e voltadas, as tripas cozem-se em água com sal e cortam-se aos bocados pequenos.</li> <li>- Faz-se um refogado com a cebola picada e o azeite, só para amolecer a cebola.</li> <li>- Juntam-se as tripas e deixam-se apurar.</li> <li>- De vez em quando deitam-se uns golinhos de caldo de carne.</li> <li>- Temperam-se com sal e pimenta.</li> <li>- Tiram-se do lume e misturam-se-lhes as gemas batidas com o sumo de limão.</li> <li>- Servem-se com puré de batata.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogado.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto (pp. 242-243)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1,5 kg tripas e folho  200 g chouriço  150 g presunto com gordura  1 orelha de porco  1 mão de vitela  2 cebolas  1 l feijão branco</p>

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	6 cenouras 100 g banha 1 ramo de salsa Salsa, pimenta, cominhos 1 limão. Alguidar, terrina de barro, tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Preparam-se as tripas, lavando-as muito bem, esfregando com sal e sumo de limão.</li><li>- Põem-se num alguidar com água e rodela de limão, até ficarem brancas.</li><li>- Cozem-se todas as carnes separadamente e o feijão como habitualmente.</li><li>- Leva-se num tacho a alourar na banha a cebola, a salsa picada e o presunto aos cubos.</li><li>- Juntam-se as tripas e todas as carnes cortadas aos bocados, o feijão, as cenouras cozidas e um pouco de caldo de carne;</li><li>- tempera-se com sal, pimenta e cominhos.</li><li>- Ferve durante 25 minutos e serve-se em terrina de barro.</li><li>- Simultaneamente, faz-se um tacho de arroz de forno, que se serve ao mesmo tempo.</li></ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar, ferver.

FICHA DE LEITURA Nº 16 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



#### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>PORTUGUESE COOKERY</b>
AUTOR(ES)	BOURNE, Ursula
DATA DA PUBLICAÇÃO	1973
LOCAL DE EDIÇÃO	Harmonsworth
EDITORIA	Penguin Books
COTA (biblioteca)	S.A. 32755 P. BNP

#### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	137
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	Sopa de ervas à portuguesa / Portuguese Vegetable Soup (pp. 26-27) Filetes de linguado à portuguesa / Fillets of Sole (p. 35) Amêijoas à portuguesa / Portuguese Clams or Mussels (p. 49)

	<p>Carneiro recheado à portuguesa / Portuguese Stuffed Lamb] (p. 59)</p> <p>Língua de vaca à portuguesa / Portuguese Ox Tongue (p. 62)</p> <p>Frango com ervilhas à portuguesa / Chicken with Peas (p. 70)</p> <p>Omelete com tomate e arroz à portuguesa / Omelette with Tomato and Rice (pp. 80-81)</p> <p>Ervilhas guisadas à portuguesa / Stewed Peas (p. 85)</p> <p>Feijão frade guisado à portuguesa / Haricot Bean Stew (pp. 85-86)</p> <p>Batatas estufadas à portuguesa / literally Stewed Potatoes; in reality boiled potatoes with a tomato sauce (p. 87)</p> <p>Tomatada à portuguesa / Portuguese Tomato Pulp (p.89)</p> <p>Cebolada à portuguesa / Onion Sauce or Stuffing (p. 90)</p> <p>Arroz com grelos à portuguesa / Rice with Turnip Tops (pp. 90-91)</p> <p>Arroz doce à portuguesa / Portuguese Rice Sweet (pp. 96-97)</p>
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	<p>Camarões com vinho do Porto / Prawns with Port Wine (p. 51)</p> <p>Coelho com vinho do Porto / Rabbit in Port Wine (p. 71-72)</p> <p>Ananás com vinho do Porto /Pineapple with Port Wine (pp. 101-102)</p>
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	<p>Tripas à moda do Porto / Porto Style Tripe (pp. 66-67)</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	<p>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 43)</p>

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 43)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	serves four
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 ½ lb. dried salt cod</p> <p>½ pint olive oil</p> <p>2 onions, sliced</p> <p>1 lb. cooked potatoes, sliced</p> <p>2 oz. black olives</p> <p>1 clove garlic, crushed</p>

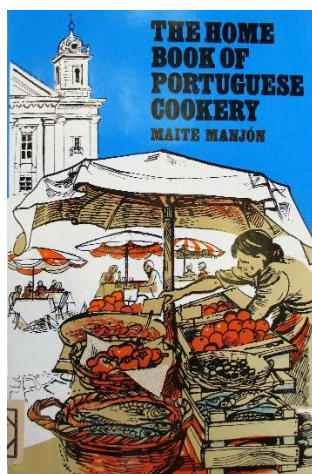


UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	4 hard-boiled eggs chopped parsley  Casserole
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soak the cod in cold water for 24 hours, changing the water several times, then simmer until tender in just enough water to cover (2-3 hours).</li> <li>- Remove the skin and bones and flake into large pieces.</li> <li>- Heat the oil in a heavy casserole, put in the onions and cook gently until soft.</li> <li>- Add the potatoes, cod, olives and garlic and bake in a moderate oven (350º F., gas 4) until browned, about 10 minutes.</li> <li>- Garnish with quartered eggs and sprinkle with the parsley.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto / Porto Style Tripe</b> (pp. 66-67)
TEMPO DE PREPARAÇÃO	
TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	serves four
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 lb. tripe  1 calf's foot or 1 gammon bone seasoning  5 oz. dried haricot beans, previously soaked for at least 24 hours  3 oz. ham  6 oz. chouriço (see p. 18) or garlic sausage  2 carrots, thinly sliced  3 medium onions, sliced  1 oz. lard  3 teaspoons ground cumin  1 small handful parsley, chopped  1 bay leaf   cooked Patna rice</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Casserole
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wash the tripe well in cold water.</li> <li>- Cut into smallish pieces and put in a saucepan with the calf's foot or gammon bone and just enough salted water to cover.</li> <li>- Cover, bring to the boil and simmer until the tripe is cooked, 2 ½ - 3 hours.</li> <li>- Drain.</li> <li>- In another pan cook the beans, again with just enough water to cover, until they are tender, about an hour.</li> <li>- Drain.</li> </ul>

## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Cut up the ham and the chouriço or garlic sausage and put them in a saucepan together with the carrots and one onion.
- Season and cover with water and cook until the carrots are tender, about 15 minutes.
- Drain, saving  $\frac{1}{2}$  a pint of the broth.
- Melt the lard in a casserole and cook the rest of the onions, sprinkled with the cumin, until soft.
- Add the broth and all the other ingredients except the bone and the rice, season and simmer for a further 30 minutes.
- Serve with the rice.

FICHA DE LEITURA Nº 17 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>THE HOME BOOK OF PORTUGUESE COOKERY</b>
AUTOR(ES)	MANJÓN, Maite
DATA DA PUBLICAÇÃO	1974
LOCAL DE EDIÇÃO	London
EDITORA	Faber & Faber
COTA (biblioteca)	S.A. 45635 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Ditadura/ Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	157
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Molho português/ Sauce Portugaise (p. 28) Omelete com tomate e arroz à portuguesa/ Portuguese Omelette with Tomato and Rice (p. 44) Ovos portugueses/ Portuguese Eggs (p. 47) Lagosta portuguesa quente/ Hot Portuguese Lobster (p. 59) Lagosta portuguesa fria/ Cold Portuguese Lobster (p. 59)

	<p>Almondegas de carne de vitela à portuguesa/ Portuguese Meat Balls (p. 68)</p> <p>Cozido à portuguesa/ Meat Stew (pp. 72-73)</p> <p>Dobrada à portuguesa/ Tripe with Haricot Beans (pp. 73-74)</p> <p>Isclas à portuguesa/ Portuguese Liver (p. 75)</p> <p>Frango com ervilhas à portuguesa/ Chicken with Peas (p. 86)</p> <p>Arroz de tomate à portuguesa/ Tomato Rice (pp. 92-93)</p> <p>Brócolos salteados à portuguesa/ Sautéed Broccoli (p. 95)</p> <p>Ervilhas à portuguesa/ Green Peas Portuguese Style (p. 96)</p> <p>Salada portuguesa/ Salad Portugaise (p. 100)</p> <p>Crepes à portuguesa/ Crepes Portuguese Style (pp. 105-106)</p>
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Rim salteado com Porto/ Kidneys Sautéed in Port (pp. 80-81)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Tripas à moda do Porto/Tripe Oporto Style (pp. 82-83)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto/Tripe Oporto Style (pp. 82-83)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	serves 8
LISTA DE INGREDIENTES	<p>2 lb. (1 kg) cleaned and boiled tripe (p. 73), cut into strips or squares</p> <p>1 pig's trotter, blanched</p> <p>7 oz. (200 g) presunto, ham or bacon</p> <p>½ lb. (225 g) boiling fowl, jointed</p> <p>½ lb. (225 g) chouriço, sliced salt and Pepper</p> <p>½ lb. (225 g) dry haricot beans</p> <p>3 onions, 2 of them chopped</p> <p>4 oz. (110 g) toucinho or belly of pork, cut up cumin seeds, ground in the mortar powdered cloves   1 tablespoon Indian curry powder</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	

## MODO DE PREPARAÇÃO

- If the tripe has not already been washed and blanched by your butcher, proceed according to the instructions on page 73.
- For the final period of simmering for 2 ½ to 3 hours add the following ingredients instead of those listed for the earlier recipe: the pig's trotter, *presunto*, the pieces of boiling fowl, the *chouriço* and salt and pepper to season.
- Cover the haricot beans with water, add an onion and a little salt, and simmer them separately for 2 to 3 hours until tender.
- Drain and reserve.
- Fry the chopped onion and toucinho for 10 minutes, then drain off the excess fat from the toucinho and add the ground cumin seeds, the powdered cloves and the curry powder.
- Add this refogado to the stewpot together with the haricot beans.
- Stir well and taste to check the seasoning, adding more salt and pepper if necessary.
- Simmer for a further ½ hour before serving.

## TÉCNICAS DE COZEDURA

Refogado.

FICHA DE LEITURA Nº 18 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>DOZE MESES DE COZINHA</b> (EDIÇÃO PORTUGUESA)
AUTOR(ES)	MODESTO, Maria de Lourdes
DATA DA PUBLICAÇÃO	1977 (3ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Seleções do Reader's Digest, SARL
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	643
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	Lombo de porco à portuguesa (p. 83) Favas à portuguesa (p. 88) Garoupa à portuguesa (p. 161) Caracóis à portuguesa (p. 182) Saladas portuguesas de Verão (p. 191) Terrina de lebre à portuguesa (p. 290) Arroz-doce à portuguesa (p. 300)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Filetes de pescada com vinho do Porto, p. 60 (ausência de referência ao território) Costas de lebre com Porto p. 67 (ausência de referência ao território)

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Bacalhau com vinho do Porto à portuguesa, p. 286 (“Este prato de bacalhau da <b>cozinha portuguesa</b> é digno de figurar numa ementa de grande cerimónia ou num jantar de natal.” p. 286) (sem referência à cidade do Porto)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Tripas à moda do Porto (p. 246)
	Bacalhau à Zé do Pipo (p. 204)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Zé do Pipo</b> (p. 204)
TEMPO DE PREPARAÇÃO	20 min
TEMPO DE COZEDURA	30 min
QUANTIDADES	4 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	4 postas de bacalhau 2 colheres (de sopa) de manteiga ou margarina 1 colher (de sopa) de azeite 7,5 dl de leite 4 cebolas Puré de batata 3 dl de maionese Sal, pimenta e louro
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira de barro, saco de pasteleiro munido de um bico canelado.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Ponha o bacalhau de molho de um dia para o outro e coza-o em leite. - À parte, coza na margarina e no azeite as cebolas, cortadas muito finamente. - Tempere com sal, pimenta e louro e junte um pouco do leite onde o bacalhau cozeu. - Coloque o bacalhau cozido numa assadeira de barro e regue-o com o preparado de cebola e leite. - Cubra finamente as postas de bacalhau com molho de maionese e à volta faça uma cercadura de puré de batata, passado através de um saco de pasteleiro munido de um bico canelado. - Leve a gratinar em forno quente e sirva enfeitado com azeitonas.”

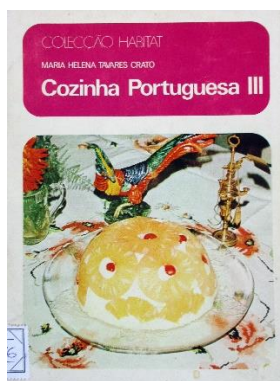
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (p. 246)
TEMPO DE PREPARAÇÃO	45 min
TEMPO DE COZEDURA	2h30min
QUANTIDADES	6-8 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	1 kg de tripas de vitela 2 colheres (de sopa) de banha 1 mão de vitela 150 g de chouriço de carne 150g de cabeça de porco 1 frango novo 1 kg de feijão seco 2 cebolas 4 cenouras 150 g de orelheira 150 g de presunto 150 g de salpicão Sal e pimenta Louro, salsa e cominhos 2 cravinhos Limão.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Recipiente, panela, tacho grande, terrina à velha maneira portuense.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Limpe muito bem as tripas e a mão de vitela e lave-as com limão e sal.</li><li>- Coza separadamente as tripas e a mão em água temperada com sal.</li><li>- Noutro recipiente, coza as restantes carnes e o frango.</li><li>- Retire a espuma que se forma à superfície.</li><li>- À medida que as carnes vão cozendo, retire-as da panela.</li><li>- Ainda noutro recipiente, coza o feijão e, a meio da cozedura, junte as cenouras cortadas em rodelas e uma cebola cortada em gomos finos.</li><li>- Num tacho grande aloure a restante cebola picada com a banha.</li><li>- Junte as carnes cozidas e cortadas em bocados, as tripas e o feijão.</li><li>- Tempere com sal, pimenta, louro, cravinho e um ramo de salsa.</li><li>- Deixe cozer até apurar.</li><li>- Junte um pouco do caldo onde as carnes cozeram.</li><li>- Retire o ramo de salsa e <b>sirva as tripas numa terrina à velha maneira portuense.</b></li><li>- Polvilhe com salsa picada e cominhos.</li><li>- Acompanhe com arroz à crioula (v. p. 352).</li></ul>



TÉCNICAS DE COZEDURA

Alourar.

FICHA DE LEITURA Nº 19 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA PORTUGUESA III</b>
AUTOR(ES)	CRATO, Maria Helena Tavares
DATA DA PUBLICAÇÃO	1981 (2ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Presença
COTA (biblioteca)	C.G. 12547 V.
<b>CONTEXTO E CONTEÚDO</b>	
REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Leitores
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	283
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Bolo à Portuguesa (p. 58)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Pudim de vinho do Porto (p. 106) (ausência da indicação geográfica)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE	0

PORTO E/OS SEUS  
HABITANTES (“PORTUENSES”  
E “TRIFEIROS”)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE  
HOMENAGEIAM PESSOAS  
LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL 0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

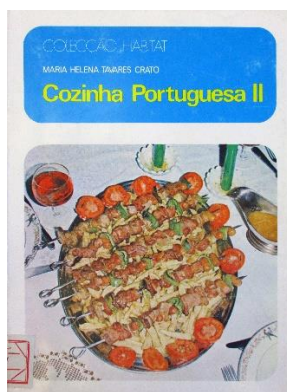
LISTA DE INGREDIENTES

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

TÉCNICAS DE COZEDURA

FICHA DE LEITURA Nº 20 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA PORTUGUESA II</b>
AUTOR(ES)	CRATO, Maria Helena Tavares
DATA DA PUBLICAÇÃO	1981 (2ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Editorial Presença
COTA (biblioteca)	C.G. 12547 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	(Leitores)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	216
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Salada à portuguesa (p. 24) Coelho à antiga portuguesa (p. 46) Bifanas à portuguesa (p. 81) Carne de vaca assada à antiga portuguesa (p. 100) Cozido à portuguesa (p. 106) Fígado de porco à portuguesa (p. 110) Passarinhos à portuguesa (p. 117) Rins de porco à portuguesa (p. 123) Pudim de restos de cozido à portuguesa (p. 156)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Dobrada à moda do Porto (Tripas) (p. 139)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	

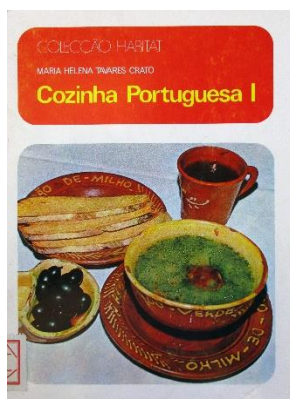
### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Dobrada à moda do Porto (Tripas) (p. 139)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg Dobrada  1 l Feijão branco  500g Orelheira ou chispe  2 Cebolas  1,5 dl Azeite  1 Frango novo  q.b. Sal  2 dentes Alho  200 g Chouriço de carne  1 ramo Salsa  2 Cenouras pequenas  q.b. Cravinho e cominhos em pó</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coze-se e escorre-se a dobrada; não se aproveita a água.</li> <li>- Coze-se o feijão com a orelheira ou o chispe e guarda-se a água da cozedura.</li> <li>- Faz-se um refogado com as cebolas picadas, o azeite, deita-se o frango partido, o sal, os dentes de alho e o chouriço cortado às rodelas.</li> <li>- Depois do frango estufado, junta-se a dobrada, a orelheira ou o chispe e o feijão.</li> <li>- Deita-se o ramo da salsa e as cenouras cortadas às rodelas.</li> <li>- Tempera-se com cominhos em pó.</li> <li>- Vai-se adicionando um pouco de água onde se cozeu o feijão, até as cenouras cozerem.</li> <li>- Acompanha-se com arroz branco solto</li> </ul>

TÉCNICA DE COZEDURA

Refogar.

FICHA DE LEITURA Nº 21 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA PORTUGUESA I</b>
AUTOR(ES)	CRATO, Maria Helena Tavares
DATA DA PUBLICAÇÃO	1981 (3ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Editorial Presença
COTA (biblioteca)	C.G. 12547 V.

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Leitores (p. 9)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	231
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Ovos mexidos à portuguesa (p. 44) Bacalhau à portuguesa (p. 118)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”) 0

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL 0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

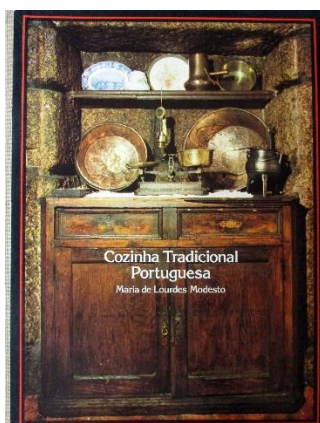
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

TÉCNICAS DE COZEDURA



FICHA DE LEITURA Nº 22 | Livro de culinária portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	MODESTO, Maria de Lourdes
DATA DA PUBLICAÇÃO	1982
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa/São Paulo
EDITORIA	Editorial Verbo
COTA (biblioteca)	

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	832
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Cozido à portuguesa (Trás-os-Montes e Alto Douro) (pp. 54-55) Caracóis à portuguesa (Estremadura) (p. 195) Favada à portuguesa (Estremadura) (p. 209) Feijoada à portuguesa (Estremadura) (p. 209) Cozido à portuguesa (Estremadura) (p. 206)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Tripas à moda do Porto (p. 28)  
Sarrabulho à Porto (pp. 28 – 29)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Gomes de Sá (p. 14)  
Bacalhau à Zé do Pipo – Porto (p. 16)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 14)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	500 g de bacalhau 500 g de batatas 1,5 dl de azeite 1 dente de alho 2 cebolas 2 ovos cozidos azeitonas pretas salsa 5 dl de leite Sal Pimenta
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho, cobertor, recipiente fundo, tabuleiro de barro, prato que foi ao forno.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demolha-se o bacalhau, coloca-se num tacho e escalda-se com água a ferver.</li> <li>- Tapa-se e abafa-se o recipiente com um cobertor e deixa-se ficar assim durante 20 minutos.</li> <li>- Depois escorre-se o bacalhau, retiram-se-lhe as peles e as espinhas e desfaz-se em lascas.</li> <li>- Põem-se estas num recipiente fundo, cobrem-se com leite bem quente e deixam-se ficar de infusão 1.30 a 3 horas.</li> <li>- Entretanto, cortam-se as cebolas e o dente de alho às rodela e levam-se a alourar ligeiramente com o azeite.</li> <li>- Juntam-se as batatas, que se cozeram com a pele, se pelaram e se cortaram às rodela.</li> <li>- Junta-se ainda o bacalhau escorrido.</li> <li>- Mexe-se tudo ligeiramente, mas sem deixar refogar.</li> <li>- Tempera-se com sal e pimenta.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deita-se imediatamente num tabuleiro de barro e leva-se ao forno bem quente durante 10 minutos.</li> <li>- Serve-se no prato em que foi ao forno, polvilhado com salsa picada e enfeita-se com rodelas de ovo cozido e azeitonas pretas.</li> </ul> <p>Ficar de infusão, refogar.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Zé do Pipo – Porto (p. 16)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 lombo de bacalhau  1 litro de leite  2 cebolas médias  4 colheres de sopa de azeite  1 folha de louro  sal e pimenta  1 tigela de maionese (feita com 2 gemas e 4 dl de azeite)  750 de batatas em puré  azeitonas pretas.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Recipiente de barro, seringa ou saco.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Depois de bem demolido, corta-se o bacalhau em postas.</li> <li>- Leva-se a cozer com o leite.</li> <li>- Entretanto, picam-se as cebolas e levam-se a estalar com azeite, o louro, sal e pimenta e um pouco do leite de cozer o bacalhau.</li> <li>- A cebola deve ficar branca e macia e nunca loura.</li> <li>- Depois de cozido, escorre-se o bacalhau e coloca-se num recipiente de barro ou, o que é preferível, cada posta num recipiente de barro individual.</li> <li>- Deita-se a cebola sobre as postas de bacalhau, que depois se cobrem completamente com a maionese.</li> <li>- Contorna-se com o puré de batata passado pela seringa ou saco e leva-se a gratinar.</li> <li>- Enfeita-se com azeitonas preta.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogado.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Sarrabulho à Porto (pp. 28 – 29)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	

QUANTIDADES	5 ou 6 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg de carne de porco magra (cabeça do lombo)  250 gr de gordura dos folhos  100 g de banha  250 g de fígado de porco  250 g de tripa enfarinhada  250 g de sangue cozido  6 dentes de alho  1 copo (2 dl) de vinho branco  1 cebola  2 colheres de sopa de azeite  sal; pimenta e cominhos</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa, recipiente
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De véspera, ou algumas horas antes, corta-se a carne em bocados regulares e tempera-se com os alhos picados, o vinho branco, sal, pimenta e cominhos.</li> <li>- Corta-se a gordura dos folhos (gordura que liga as tripas) e derrete-se suavemente.</li> <li>- Escorrem-se os rojões e introduzem-se na banha bem quente.</li> <li>- Deixam-se alourar, reduz-se o calor e deixam-se cozer.</li> <li>- Quando a carne já estiver loura e macia, rega-se com a marinada e deixa-se evaporar.</li> <li>- Entretanto, corta-se a tripa em bocadinhos com cerca de 5 cm e frita-se na banha até ficar bem loura.</li> <li>- Na mesma banha frita-se o fígado cortado em pedacinhos.</li> <li>- À parte, aloura-se a cebola picada com o azeite.</li> <li>- Junta-se o fígado esfarelado e deixa-se cozer um pouco.</li> <li>- Junta-se tudo num recipiente e aquecem-se em conjunto e rectificam-se os temperos ou dispõem-se numa travessa, espalhando por cima o fígado, depois de bem temperado com cominhos.</li> <li>- Serve-se com batatinhas novas meio cozidas, que se deixam alourar na gordura dos rojões, ou acompanhado com arroz.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (p. 28)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	10 pessoas

LISTA DE INGREDIENTES	1 kg de tripas de vitela (compreendendo livros ou folhos, favos e a touca) 1 mão de vitela 150 g de chouriço de carne 150 g de orelheira 150 g de toucinho entremeado ou presunto 150 g de salpicão 150 g de carne da cabeça de porco 1 frango ou meia galinha 1 kg de feijão manteiga 2 cenouras 2 cebolas grandes 1 colher de sopa de banha 1 ramo de salsa 1 folha de louro sal pimenta.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Recipiente, terrina de porcelana ou de barro
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Lavam-se as tripas muito bem e esfregam-se com sal e limão.</li><li>- Cozem-se em água com sal.</li><li>- Limpa-se a mão de vitela e coze-se.</li><li>- Noutro recipiente, cozem-se as restantes carnes e o frango.</li><li>- Estas carnes retiram-se à medida que vão estando cozidas.</li><li>- Coze-se o feijão, que já está demolido, com as cenouras às rodelas e uma cebola aos gomos.</li><li>- Pica-se uma cebola e «estala-se» numa colher de banha.</li><li>- juntam-se todas as carnes cortadas em bocados (incluindo as tripas, frango, enchidos, etc.).</li><li>- Deixa-se apurar um pouco e introduz-se o feijão.</li><li>- Tempera-se com sal, pimenta preta moída na altura, o louro e a salsa.</li><li>- Deixa-se apurar bem.</li><li>- Retira-se a salsa e serve-se em terrina de porcelana ou de barro, polvilhado, segundo o gosto, com cominhos ou salsa picada e acompanhado com arroz branco seco.</li></ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogado.

FICHA DE LEITURA Nº 23 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>RECEITAS ESCOLHIDAS</b>
AUTOR(ES)	MODESTO, Maria de Lourdes
DATA DA PUBLICAÇÃO	1982 (2ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa/São Paulo
EDITORA	Editorial Verbo
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Dona de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	727
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Arroz doce à portuguesa (p. 352) Caracóis à portuguesa (p. 102) Cozido à portuguesa (p. 176) Favas à portuguesa (p. 287) Feijão guisado à portuguesa (p. 292) Garoupa à portuguesa (p. 144) Isclas de fígado à portuguesa (p. 216) Leite-creme à portuguesa (p.355) Lombo de porco assado à portuguesa (p. 198) Ovos escalfados à portuguesa (p. 124)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Fiambre com vinho do Porto (p. 116) Filetes com vinho do Porto (p. 147) Vinho do Porto Quente (p. 380)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Tripas à moda do Porto (p. 222)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá (p. 159)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> (p. 159)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	500g de bacalhau 500g de batatas 1dl de azeite 1 dente de alho 3 cebolas 2 ovos cozidos azeitonas pretas salsa leite sal e pimenta
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Prato fundo que possa ir ao lume e ao forno.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ponhas as postas de bacalhau, previamente demolido, numa caçarola e cubra-as com água a ferver.</li> <li>- Tape o recipiente e embrulhe-o num cobertor.</li> <li>- Deixe ficar assim durante 20 minutos.</li> <li>- Passado este tempo retire o bacalhau da água, tire-lhe a pele e as espinhas e faça-o em lascas.</li> <li>- Coloque o bacalhau num prato fundo, cubra-o com leite quente e deixe-o de infusão durante 1:30 a 2 horas.</li> <li>- Num prato fundo, que possa ir ao lume e ao forno, deite o azeite, o alho e as cebolas cortadas em rodelas.</li> <li>- Leve ao lume a refogar.</li> <li>- Logo que a cebola comece a alourar junte as batatas, previamente cozidas com casca, peladas e cortadas em rodelas.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adicione ainda as lascas de bacalhau.</li> <li>- Tempere e leve ao forno durante 15 a 20 minutos.</li> <li>- Sirva muito quente, no mesmo prato, e enfeite com azeitonas pretas, salsa picada e os ovos cozidos em rodelas.</li> </ul> <p>Refogar, deixar de infusão.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (p. 222)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	6 a 8 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg de tripas de vitela (compreendendo livros ou folhos, favos e a touca)  1 mão de vitela  150 g de chouriço de carne  150 g de orelheira  150 g de toucinho entremeado ou presunto  150 g de salpicão  150 g de carne da cabeça de porco  1 frango ou meia galinha  1 kg de feijão manteiga  2 cenouras  2 cebolas grandes  1 colher de sopa de banha  1 ramo de salsa  1 folha de louro  sal  pimenta.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Terrina à velha maneira portuense, de porcelana ou de barro vidrado.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpe muito bem as tripas e a mão de vitela e lave-as com limão e sal.</li> <li>- Coza separadamente as tripas e a mão de vitela.</li> <li>- Noutro recipiente coza as restantes carnes e o frango e retire as carnes à medida que vão cozendo.</li> <li>- Coza também à parte o feijão, e a meio da cozedura junte-lhe as cenouras cortadas às rodelas e 1 cebola cortada aos gomos.</li> <li>- Assim que as carnes estiverem cozidas corte-as aos bocados.</li> <li>- Entretanto, num tacho grande, aloure na banha a restante cebola picada.</li> <li>- Junte-lhe as carnes, as tripas e o feijão.</li> <li>- Tempere com sal, pimenta, louro e um ramo de salsa.</li> </ul>



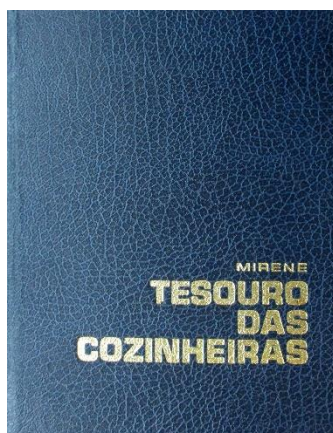
## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Deixe cozer, adicionando sempre que necessário um pouco de caldo em que as carnes cozeram.
- Retire a salsa e sirva as tripas numa terrina à velha maneira portuense, que tanto pode ser de porcelana como de barro vidrado.
- Acompanhe com arroz solto de substância, servido à parte numa travessa.
- Se desejar pode polvilhar as tripas com salsa e cominhos.

Nota: "Os tempos de cozedura são apenas uma referência, devendo ser tomada em conta a diferente composição dos alimentos e a fonte de calor." (p. 8)

Alourar.

FICHA DE LEITURA Nº 24 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>TESOURO DAS COZINHEIRAS</b>
AUTOR(ES)	Miréne (Maria Irene Andrade Braga da Silva Teixeira)
DATA DA PUBLICAÇÃO	1983
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORA	Porto Editora
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Boas donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	2057
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Sopa de grão-de-bico à portuguesa (p. 81) Ostras à portuguesa (p. 304) Peixe à portuguesa (p. 326) Robalo assado à portuguesa (pp. 343-345) Pudim português (p. 394) Linguiça nacional (p. 454) Perna de carneiro à portuguesa (p. 488) Cozido à portuguesa (p. 504) Carne à portuguesa (p. 506) Tripas à portuguesa (p. 529)

	<p>Galinha à portuguesa (p. 544)          Molho português (para peixes) (p. 636)          Pudim de pão português (p. 904)          Pudim português (p. 916)          Creme português (p. 957)          «Grog» Português (p. 1009)</p>
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	<p>Melão com Vinho do Porto (p. 93)          Pudim de Vinho do Porto (p. 903)          Doce «Port Wine» (p. 943)</p>
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	<p>Omeleta à moda do Porto (p. 263)          Tainha à portuense (p. 354)          Bacalhau à moda do Porto (p. 415)          Galinha à moda do Porto (p. 546)          [Tripas à portuguesa (p. 529)]</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	<p>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 416)</p>

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> (p. 416)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES LISTA DE INGREDIENTES	<p>500 g de bacalhau do lombo          750 g de batatas que não sejam farinhentas          8 colheres (das de sopa) de azeite          2 cebolas de tamanho regular          2 ovos cozidos          Azeitonas q.b.          Salsa a gosto</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	<p>- Depois do bacalhau bem demolido, retiram-se-lhe todas as peles e espinhas e abre-se em lascas pequenas.          - Deita-se num tacho o azeite com a cebola às rodelas e leva-se ao lume a alourar levemente.          - Junta-se-lhe então o bacalhau e deixa-se apurar bem.          - As batatas cozem-se com a casca, em água temperada de sal; depois de cozidas, despelam-se, cortam-se aos quadrinhos e misturam-se ao bacalhau, deixando apurar mais um pouco.          - Verificam-se os temperos; quem gostar pode ainda juntar-lhe uma pitada de pimenta.</p>

TÉCNICAS DE COZEDURA	- Serve-se polvilhado com os ovos e a salsa muito picadinhos e guarnecidos com as azeitonas. Alourar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à moda do Porto</b> (p. 415)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500 g de lombo de bacalhau demolido 1 kg de batatas fritas às rodelas 3 decilitros de azeite 2 cebolas grandes às rodelas 1 dente de alho bem picado Farinha suficiente
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Corta-se o bacalhau em filetes grossos que se passam na farinha. - Fritam-se os filetes no azeite ou óleo a ferver. - Em seguida, deita-se a cebola às rodelas e o alho, no azeite em que se fritaram os filetes, deixando apurar bem. - Colocam-se os filetes numa travessa e sobre estes despeja-se a cebolada. - Servem-se bem quentes, rodeados pelas batatas fritas.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Galinha à moda do Porto</b> (p. 546)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 galinha, grande, nova e tenra 4 colheres (das de sopa) de manteiga ou margarina 2 colheres (das de sopa) de pingue de porco 12 cebolas pequenas 1 colher (das de sopa) cheia de farinha 1 copo (dos de água) de vinho branco seco 4 decilitros de caldo de carne 1 folha de louro Salsa a gosto Sal e pimenta ao paladar Vinagre suficiente

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Pão quanto baste Vasilha, terrina.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quando se mata a galinha, põe-se a aparar o sangue uma vasilha com mais ou menos uma colher (das de sobremesa) de vinagre, e vai-se mexendo sempre com uma colher de pau, para não coagular.</li> <li>- Depois da galinha convenientemente preparada, aloura-se nas gorduras juntamente com as cebolas, que se retiram logo que tomam cor.</li> <li>- Adiciona-se-lhe então o vinho, o caldo, a farinha previamente desfeita num bocado de caldo e os restantes temperos.</li> <li>- Deixa-se ferver lentamente para apurar bem e, sendo necessário, vai-se acrescentando com mais caldo.</li> <li>- Corta-se o pão em fatias, torra-se no forno e põe-se a forrar o fundo de uma terrina, das de guisados.</li> <li>- No momento de servir, mistura-se ao molho o sangue da galinha, mas sem deixar ferver, para não destalhar.</li> <li>- O molho deita-se por cima da galinha, previamente trinchada e colocada sobre as fatias de pão, de forma a cobrir tudo bem.</li> <li>- Se for necessário, pode aumentar-se o molho com mais um pouco de caldo.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Omeleta à moda do Porto</b> (p. 263)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>8 ovos Bacalhau demolhado q.b. Cebola e sal a gosto Azeite</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Sertã.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batem-se e temperam-se os ovos como nas outras receitas.</li> <li>- Abre-se o bacalhau em lascas pequenas e refoga-se no azeite com um pouco de cebola picada.</li> <li>- Despejam-se os ovos na sertã, sobre o azeite a ferver, e, quando estes começarem a ficar consistentes, deita-se-lhes no centro o bacalhau refogado e enrola-se como as outras omeletas.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tainha à Portuense</b> (p. 345)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 tainha que pese 2 kg  100 g de toucinho, cortado em tiras  2 colheres (das de sopa) de manteiga ou margarina  3 colheres (das de sopa) de azeite  1 colher (das de sopa) cheia de farinha  1 cálice de vinagre  2 cálices de vinho branco  2 gemas  2 cebolas grandes e picadas  1 ramo de salsa  Sumo de 1 limão  Sal ao paladar  Puré de batatas  Farofa em quantidade suficiente</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira, travessa
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escama-se a tainha e tiram-se-lhe as tripas e as guelras sem a abrir.</li> <li>- Lava-se bem, dão-se-lhe 4 a 5 golpes enviesados, tempera-se com sal e sumo de limão e deixa-se a tomar gosto durante 2 ou 3 horas.</li> <li>- Enche-se com a farofa, põe-se numa assadeira e deita-se-lhe por cima o toucinho, o azeite, a cebola, a salsa, metade de manteiga ou margarina, o vinagre e o vinho e deixa-se assim durante 1 ou 2 horas.</li> <li>- Leva-se ao forno, regando-a de vez em quando com os próprios temperos.</li> <li>- Quando a tainha estiver meio assada, acrescentam-se-lhe 2 decilitros e meio de água.</li> <li>- Logo que o peixe esteja completamente assado, cõa-se o molho que se engrossa com a farinha, as gemas e o resto da manteiga ou margarina.</li> <li>- Coloca-se a tainha numa travessa e em volta dispõe-se o puré de batatas.</li> <li>- Deita-se o molho sobre a tainha e serve-se bem quente.</li> </ul> <p>Nota: Também se pode servir acompanhada de batatinhas novas, cozidas e alouradas em manteiga ou ainda salteadas em manteiga e polvilhadas de salsa muito picadinha.</p>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à portuguesa</b> (p. 529) (variante da receita "Tripas à moda do Porto")
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	2 kg tripas 200 g presunto, cortado em pedaços 200 g salpicão, cortado em rodela 6 cenouras, cortadas às rodela 4 cebolas 1 l feijão branco, manteiga 1/2 dl azeite Sal ao paladar 2 limões, cortados às rodela 1 pitada de cominhos.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho, terrina.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Preparam-se as tripas como já se disse e cozem-se em água temperada de sal.</li><li>- Noutro tacho coze-se o feijão (previamente demolido de um dia para o outro), em água sem tempero algum, pois o sal não deixa o feijão ficar tenro.</li><li>- Põe-se num tacho o azeite, a cebola, as cenouras, o presunto e o salpicão e deixa-se alourar um pouco.</li><li>- Juntam-se-lhe então as tripas cortadas em pedaços e o feijão, verificam-se os temperos, juntam-se os cominhos e deixa-se ferver durante uns 30 minutos.</li><li>- Deita-se tudo numa terrina e serve-se bem quente.</li></ul> <p>Nota: A acompanhar, servir arroz branco.</p>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar, ferver.

FICHA DE LEITURA Nº 25 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>TESOUROS DA COZINHA TRADICIONAL PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	CANCELLA DE ABREU, Maria Emília; PINHO, Francisco D'Andrada Roque; FERRÃO, José Eduardo Mendes; ABREU, Dr. Lopo Cancellá..
DATA DA PUBLICAÇÃO	1984 (1ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Selecções do Reader's Digest.
COTA (biblioteca)	O4-2-90 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	"Para deleite dos bons apreciadores" (p. 16)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	1016
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	Sopa de lagosta à portuguesa – Estremadura (p. 32) Sopa de grão à portuguesa – Todo o país (pp. 34-35) Ovos estrelados com queijo e paio à portuguesa – Todo o país (p. 38) Caracóis à portuguesa – Todo o país (p. 40) Brócolos à portuguesa – Todo o país (p. 41) Alcachofras recheadas à portuguesa – Todo o país (p. 42) Vieiras à portuguesa – Todo o país (p. 56) Lagostins à portuguesa – Todo o país (p. 57) Enguias com colorau à portuguesa – Todo o país (p. 70) Garoupa à portuguesa – Todo o país (p. 77)



	Lampreia à antiga portuguesa – Todo o país (p. 83)
	Peixe assado à portuguesa – Todo o país (p. 84)
	Grão com massa e chouriço à portuguesa – Todo o país (p. 107)
	Feijoada à antiga portuguesa – Beira Alta (p. 117)
	Mãozinhas de carneiro à portuguesa – Todo o país (p. 118)
	Cozido à portuguesa – Todo o país (pp. 122-123)
	Língua de vaca à portuguesa – Todo o país (p. 135)
	Bifes de cebolada à portuguesa – Todo o país (p. 136)
	Rim de porco à portuguesa – Todo o país (p. 142)
	Feijão branco guisado à portuguesa – Todo o país (p. 142)
	Carne de vaca assada no tacho à portuguesa – Todo o país (pp. 143-144)
	Pato bravo à portuguesa – Todo o país (p. 158)
	Frango recheado à antiga portuguesa – Todo o país (p. 163)
	Peru assado à portuguesa – Todo o país (p. 165)
	Frango assado à portuguesa – Todo o país (p. 169)
	Arroz de pato à portuguesa – Todo o país (p. 170)
	Ervilhas guisadas à portuguesa – Todo o país (p. 182)
	Espargado de nabijas à portuguesa – Todo o país (p. 187)
	Nabos guisados à portuguesa – Todo o país (p. 188)
	Salada à portuguesa – Todo o país (p. 188)
	Tomatada à portuguesa – Todo o país (p. 198)
	Molho português – Todo o país (p. 199)
	Molho de vinho da madeira à portuguesa (p. 201)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Bacalhau com vinho do Porto – Douro Litoral (p. 85) Maçãs assadas com vinho do Porto – Todo o País (p. 278)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Tripas à moda do Porto – Douro Litoral (pp. 112-113) Coelho bravo à portuense – Douro Litoral (p. 153) Arroz de frango à tripeirinha – Douro Litoral (p. 162) Linguíça de sangue à portuense – Douro Litoral (p. 214) Sopa dourada das freiras de Santa Clara do Porto – Douro Litoral (pp. 269)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à João do buraco – Douro Litoral (pp. 77-78) Bacalhau à Zé do Pipo – Douro Litoral (p. 87) Bacalhau à Gomes de Sá – Douro Litoral (p. 95-96)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz de frango à tripeirinha</b> - Douro litoral (p. 162)
TEMPO DE PREPARAÇÃO	1h 30 min
TEMPO DE COZEDURA	1h 20 min
QUANTIDADES	4-5 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	1 frango de cerca de 1kg 500 g de arroz

	<p>100 g de toucinho entremeado  100 g de salpicão  1 colher de sopa de vinagre  2 colheres de sopa de azeite  1 cebola  1 ramo de salsa  Caldo de carne, sal e pimenta q.b.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mate o frango e aproveite o sangue, juntando-lhe o vinagre.</li> <li>- Depene, arranje, chamusque e corte a ave em bocados.</li> <li>- Introduza numa caçarola a cebola e o toucinho picados, junte os pedaços de frango e o azeite e deixe refogar, mexendo sempre.</li> <li>- Regue com um copo de caldo a que juntou um pouco de sal e pimenta.</li> <li>- Deixe ferver e, a meio da cozedura, acrescente mais caldo e a salsa picada e rectifique os temperos.</li> <li>- Quando levantar fervura, introduza o arroz, misture bem e deixe cozer em lume brando.</li> <li>- Quando estiver cozido, adicione o sangue, misture-o e por fim acrescente o salpicão cortado às rodelas.</li> <li>- Deve ficar húmido.</li> <li>- Sirva imediatamente.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> – Douro Litoral (p. 95-96)
TEMPO DE PREPARAÇÃO	30 min
TEMPO DE COZEDURA	2h 15 min
QUANTIDADES	6-7 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg de bacalhau  1 kg de batatas  1,5 dl de azeite  4 cebolas médias  2 dentes de alho  4 ovos cozidos  4 dl de leite  1 ramo de salsa  Azeitonas pretas e pimenta q.b.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Introduza numa caçarola as postas de bacalhau, demolhado de véspera, cubra-as com água a ferver e tape

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p>a caçarola com a tampa e um pano grosso por cima, conservando assim, sem ferver, 20 minutos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Retire e enxugue as postas, limpe-as das peles e das espinhas e faça-as em pequenas lascas.</li> <li>- Disponha estas lascas num prato fundo e cubra-as com o leite quente, deixando-as de molho 1 a 2 horas.</li> <li>- Numa travessa de ir ao forno e à mesa deite o azeite, os alhos esmagados e as cebolas cortadas às rodelas.</li> <li>- Em estando a cebola a alourar, junte as batatas, previamente cozidas com a pele, já descascadas e cortadas às rodelas de 1 cm de espessura e as lascas retiradas do leite e tempere com pimenta.</li> <li>- Leve de novo a travessa ao forno, deixando ferver 10 a 15 minutos.</li> <li>- Sirva bem quente, ornamentado com os ovos cortados às rodelas, azeitonas grandes pretas e a salsa picada.</li> </ul> <p>Refogar, ferver.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p>	<p><b>Bacalhau à João do buraco</b> (pp. 77-78)</p>
<p>TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA</p>	<p>45 min 50 min</p>
<p>QUANTIDADES</p>	<p>8 pessoas</p>
<p>LISTA DE INGREDIENTES</p>	<p>600 g de bacalhau alto e bem demolido 4 cebolas grandes 1,5 dl de azeite 1 ramo de salsa 250 g de camarões 1,5 kg de amêijoas Pimenta q.b.</p> <p>PURÉ DE BATATA: 1 kg de batatas; 50 g de manteiga; 2 claras; Leite q.b.</p> <p>MOLHO AMARELO: 7,5 dl de leite; 2 colheres de sopa de farinha; 2 colheres de sopa de manteiga; 2 gemas</p>
<p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p>	<p>Prato de ir ao forno</p>
<p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dê uma fervura ao bacalhau.</li> <li>- Refogue num tacho as cebolas às rodelas com o azeite até ficarem louras.</li> <li>- Descasque e coza as batatas.</li> <li>- Derreta a manteiga para o molho, polvilhe-a com a farinha, adicione gradualmente o leite e mexa sempre até obter um molho com a devida consistência.</li> <li>- Por fim, incorpore as gemas.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passe a batata cozida, leve-a ao lume juntamente com a manteiga e, mexendo sempre, vá acrescentando leite a ferver até obter um preparado homogéneo.</li> <li>- Depois, junte a este puré as claras em castelo.</li> <li>- Num prato de ir ao forno coloque o refogado das cebolas; junte-lhe o bacalhau às lascas, a salsa picada e pimenta.</li> <li>- Disponha por cima as amêijoas, em seguida o camarão, regue com o molho amarelo e cubra com o puré de batata.</li> <li>- Leve ao forno até alourar.</li> </ul> <p>Fervura, Refogar.</p>
TÍTULO DA RECEITA  TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA  QUANTIDADES  LISTA DE INGREDIENTES          UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES  MODO DE PREPARAÇÃO          TÉCNICAS DE COZEDURA	<p><b>Bacalhau à Zé do Pipo</b> – Douro Litoral (p. 87)</p> <p>35 min 30 min</p> <p>4 pessoas</p> <p>4 postas de bacalhau com cerca de 200 g cada uma 4 cálices de vinho branco 4 dl de maionese 4 cálices de azeite 4 colheres de sopa de pickles picados 2 cenouras cozidas 1 pimento Morrón de conserva 2 dentes de alho Farinha, sal, pimenta e azeite q.b.</p> <p>PURÉ: 1 kg de batatas de polpa amarela; 1 l de leite, aproximadamente; 100 g de manteiga; Sal e pimenta q.b.</p> <p>- Ponha o bacalhau de molho durante 36 horas. - Enxugue-o, passe-o por farinha e frite-o em azeite. - Coloque em seguida cada posta no centro de uma frigideira individual, de barro ou faiança. - Regue cada posta com 1 cálice do azeite, previamente aquecido com os dentes de alho, e com 1 cálice de vinho branco. - Divida os pickles pelas 4 postas, cubra com o molho de maionese, rodeie com o puré e leve ao forno a gratinar. - Quando retirar do forno, enfeite com rodela de cenoura cozida e coloque sobre a maionese um motivo recortado no pimento Morrón.</p> <p>Fritar.</p>

TÍTULO DA RECEITA	<b>Coelho bravo à portuense</b> (p. 153)
-------------------	--

TEMPO DE PREPARAÇÃO	35 min
TEMPO DE COZEDURA	1h 15 min
QUANTIDADES	2-3 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	1 coelho bravo 2 dl de caldo de carne 4 tomates médios 1 ramo de cheiros 2 cálices de vinho do Porto seco 1 colher de sopa de salsa picada 2 colheres de sopa de manteiga 2 colheres de sopa de azeite Colorau, sal e pimenta q.b. 4-6 fatias de pão Azeite q.b.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esfole, limpe e corte aos bocados o coelho.</li> <li>- Aloure os pedaços no azeite e na manteiga cerca de 10 minutos, mexendo.</li> <li>- Quando estiver louro, adicione o caldo de carne, os tomates, sem pele nem sementes, sal, pimenta e o ramo de cheiros.</li> <li>- Deixe cozinhar a fogo brando aproximadamente 1 hora.</li> <li>- A meio da cozedura, acrescente o vinho do Porto, a salsa e um pouco de colorau.</li> <li>- Quando o coelho estiver cozinhado, se necessário retire-o e reduza o molho.</li> <li>- Sirva bem quente num prato coberto no qual dispôs previamente algumas fatias de pão fritas em azeite.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Linguiça de sangue à portuense (p. 214)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO	1h 15 min   6 dias (fumeiro)
TEMPO DE COZEDURA	3-5 min
QUANTIDADES	20 linguiças
LISTA DE INGREDIENTES	1 sangria de porco 500 g de gordura de porco (toucinho fresco ou banha em rama) pesada limpa 4 dl de vinho verde branco 2 dl de vinagre 5 cebolas 15 dentes de alho 5 folhas de louro

<p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p>	<p>2 colheres de sopa de colorau doce 1 colher de sopa de colorau picante 1 ramo de salsa 2,5 m de tripas de porco estreitas e frescas 2 colheres de sopa de hortelã ou orégãos picantes Sal e pimenta q.b.</p>
<p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Introduza as tripas bem lavadas numa marinada preparada com 3 dl do vinho, 1,5 dl do vinagre, 2 cebolas cortadas às rodelas, 2 ou 3 hastes de salsa, 6 dentes de alho inteiros, as folhas de louro, sal e pimenta.</li> <li>- Decorridas 48 horas, misture bem a sangria, a gordura do porco passada pela máquina da carne, as restantes cebolas raladas, os restantes dentes de alho picados, a restante salsa, os orégãos ou a hortelã, o vinho e vinagre restantes e tempere com os coloraus doce e picante, sal e pimenta.</li> <li>- Mexa muito bem e recheie as tripas com esta mistura, atando-as de 12 em 12 cm aproximadamente.</li> <li>- Afervente-as em água temperada com sal, retirando-as no início da fervura.</li> <li>- Limpe as linguiças e pendure-as ao fumeiro até adquirirem exteriormente o aspecto de secas.</li> </ul>
<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p>Aferventar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p>	<p><b>Sopa dourada das freiras de Santa Clara do Porto</b> (pp. 269)</p>
<p>TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA</p>	<p>1 hora 50 min</p>
<p>QUANTIDADES</p>	<p>8-10 pessoas</p>
<p>LISTA DE INGREDIENTES</p>	<p>1 kg de açúcar 24 gemas 250 g de miolo de amêndoas doces 500 g de doce de chila (v. receita p. 228) 50 g de cidrão 300 g de pão-de-ló Flor de laranjeira e canela q.b.</p>
<p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p>	
<p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prepare com o açúcar uma calda em ponto de espadana aromatizada com flor de laranjeira.</li> <li>- Corte o pão-de-ló em fatias, molhe-as na calda e ponha-as a escorrer numa peneira.</li> <li>- Leve de novo a calda ao lume e junte-lhe a chila e o cidrão picado.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deixe ferver um pouco e adicione a amêndoa, pelada e picada.</li> <li>- Bata as gemas e acrescente à calda, ligeiramente arrefecida.</li> <li>- Leve de novo ao lume para engrossar, tendo o cuidado de mexer sempre.</li> <li>- Disponha as fatias de pão-de-ló numa travessa, cubra-as com o preparado anterior e polvilhe-as com canela.</li> </ul> <p>Calda em ponto de espadana, ferver.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> – Douro litoral (pp. 112-113)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	2h15 min 5 horas
QUANTIDADES	4-6 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>600 g de tripas de vaca ou vitela (coagulador)  150 g de cenouras  100 g de cebolas  ½ mão de vitela  100 g de linguiça à portuguesa  1 orelha de porco  100 g de presunto  100 g de salpicão do Douro  100 g de cabeça de porco  ½ frango novo  600 g de feijão manteiga  1 ramo de salsa  1 folha de louro  30 g de salsa  1 folha de louro  30 g de banha  Salsa picada, limão, sal e pimenta preta q.b.  400 g de arroz</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	uma terrina de barro vermelho vidrado e uma travessa
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coza as tripas, lavadas em muitas águas, escaldadas com sal e limão, em 2 l de água, temperada com sal, durante 3 a 5 horas.</li> <li>- Entretanto, e à parte, coza a mão da vitela em água suficiente para a cobrir, temperada com sal.</li> <li>- Noutro recipiente coza o frango e as restantes carnes, retirando-os à medida que estejam cozidos.</li> <li>- À parte, coza o feijão, previamente demolido 12 horas, e, a meio da cozedura, junte as cenouras às rodelas e 60 g de cebola em gomos fininhos.</li> </ul>

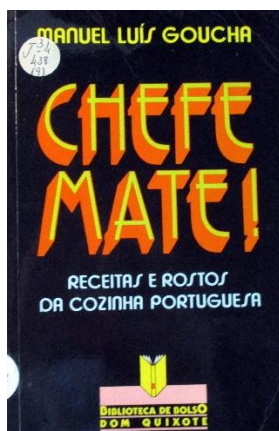
## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Em estando todos os ingredientes cozidos, corte as carnes aos bocados, desosse a mão de vitela e o frango e corte-os também aos bocados.
- Numa caçarola faça um refogado com a banha e a restante cebola picada.
- Em alourando, adicione todas as carnes e as tripas, também cortadas aos quadrados.
- Dê-lhes umas voltas, introduza o feijão com as cenouras, o ramo de salsa, a folha de louro, sal e pimenta e deixe apurar a fogo brando.
- Leve à mesa em terrina de barro vermelho vidrado, acompanhado à parte por uma travessa de arroz branco cozido muito seco.

Refogar.



FICHA DE LEITURA Nº 26 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>CHEFE-MATE! OU QUANDO OS (AS) COZINHEIROS SÃO POETAS: RECEITAS E ROSTOS DA COZINHA PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	GOUCHA, Luís
DATA DA PUBLICAÇÃO	1986
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	D. Quixote
COTA (biblioteca)	J3-4-438 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

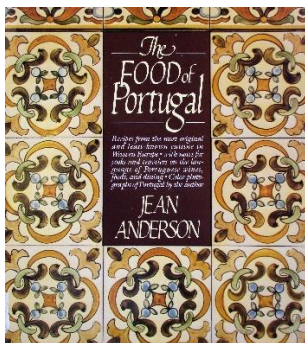
REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	73
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Pato com arroz à Portuguesa (p. 84)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Bacalhau com vinho do Porto (p. 75)

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bifes à padre Piedade (p. 76)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bifes à padre Piedade (p. 76)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Lombo Manteiga Pimenta e sal Alho.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Maço ou um batedor próprio, frigideira com uma tampa
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cortam-se boas fatias de carne do lombo, que se batem fortemente com um maço ou um o batedor próprio.</li> <li>- Numa frigideira coloca-se uma boa camada de manteiga, a primeira fatia de carne que se polvilha com pimenta e sal, deitando-se-lhe também alguns dentes de alho picados grosseiramente.</li> <li>- Sobre a primeira fatia de carne deita-se um pouco de manteiga e coloca-se outra fatia de carne, temperando-se do mesmo modo que a anterior.</li> <li>- Depois uma nova fatia de carne, seguindo-se o mesmo processo até se esgotar a carne.</li> <li>- Abafa-se então a frigideira com uma tampa e leva-se ao lume.</li> <li>- Com o calor a manteiga derrete-se e a carne começa a largar um esplêndido molho.</li> <li>- Deixa-se ferver.</li> <li>- Tira-se então a tampa e mexem-se os bifes que vão fritando no molho.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar.

FICHA DE LEITURA Nº 27 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>THE FOOD OF PORTUGAL</b>
AUTOR(ES)	ANDERSON, Jean
DATA DA PUBLICAÇÃO	1986
LOCAL DE EDIÇÃO	New York
EDITORA	William Morrow and Company, Inc.
COTA (biblioteca)	S.A. 65872 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	154
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	<p>Portuguese Toast/ Pão torrado (p. 93)</p> <p>Portuguese Stone Soup/ Sopa de pedra (p. 104-105)</p> <p>Steak Portuguese à La Ritz Hotel/ Bife à portuguesa à moda do Hotel Ritz Lisboa (pp. 123-124)</p> <p>Portuguese Boiled Dinner/ Cozido à portuguesa (pp. 128-129)</p> <p>Roast Stuffed Chicken in the Old Portuguese Manner/ Frango recheado à antiga moda portuguesa (pp. 154-156)</p> <p>Baked Hake Portuguese-Style/ Pescada no forno à portuguesa (pp. 172-173)</p>

	Scallops Portuguese-style/ Vieiras à portuguesa (pp. 196-197) Portuguese Rice/ Arroz à portuguesa (p. 214) Portuguese Salad/ Salada à portuguesa (pp. 221-222) Portuguese Country Bread/ Pão (pp. 224-225)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Tripe in the manner of Porto/ Tripas à moda do Porto (pp. 148-149)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Casserole of salt cod, potatoes and onion/ Bacalhau à Gomes de Sá (pp. 180-181)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Casserole of salt cod, potatoes and onion/ Bacalhau à Gomes de Sá</b> (pp. 180-181)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	makes 6 serving
LISTA DE INGREDIENTES	1 pound dried salt cod 6 cups boiling water 1 tablespoon unsalted butter 3 tablespoons olive oil 1 large Spanish onion, peeled and sliced thin 2 pounds California long white or new potatoes, boiled until tender, then peeled and slice thin 1/3 cup minced parsley ¼ teaspoon freshly ground black pepper  GARNISH: 1 large hard-cooked egg, shelled and cut in thin wedges; 12 medium unpitted oil-cured black olives
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Casserole
MODO DE PREPARAÇÃO	- Soak the salt cod in the refrigerator 24 hours in several changes of cold water. (Keep the bowl covered so that the whole refrigerator doesn't smell of fish.) - Drain the cod, rinse, and drain well again. - Place in a large heavy saucepan, pour in the boiling water, set over moderate heat, cover and simmer 10 to 12 minutes – just until the cod flakes at the touch of a fork.

- Drain and rinse well, then flake the cod, removing any bits of skin or bone.
- Preheat the oven to moderate (350°F.).
- In a large heavy skillet set over moderate heat, warm the butter and 1 tablespoon of the oil for about 1 minute.
- Add the onion, separating the slices into rings, and stir-fry 8 to 10 minutes until limp and golden; do not brown.
- Remove the onions from the skillet and set aside.
- Add the remaining 2 tablespoons of oil to the skillet, dump in the potatoes, and stir-fry about 5 minutes until golden.
- Layer half the potatoes in a well-buttered 2-quart shallow casserole or *au gratin* and sprinkle with a little of the minced parsley and pepper.
- Add one third of the onion, half the cod, and another scattering of parsley and pepper.
- Repeat the layering, ending with onion ring on top.
- Sprinkle with the remaining pepper and all but a tablespoon or so of the parsley.
- Bake the casserole for 35 to 40 minutes until hissing hot and touched with brown.
- Garnish with wedges of hard-cooked eggs and the olives, placed artfully on top of the casserole, plus a final light scattering of minced parsley.

## TÉCNICAS DE COZEDURA

## TÍTULO DA RECEITA

**Tripe in the manner of Porto/ Tripas à moda do Porto** (pp. 148-149)

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

## QUANTIDADES

makes 8 servings

## LISTA DE INGREDIENTES

1 pound dried great northern beans, washed and sorted  
 2 ½ quarts water (about)  
 3 large garlic cloves, peeled and minced  
 4 large yellow onions, peeled and coarsely chopped  
 3 medium carrots, peeled and slices 1/4 -inch thick  
 ¼ cup olive oil  
 2 tablespoons paprika  
 2 teaspoons ground cumin  
 1 teaspoon crumbled leaf marjoram  
 ½ teaspoon crumbled leaf thyme  
 ½ teaspoon cayenne pepper  
 ¼ teaspoon freshly ground black pepper  
 ¼ teaspoon ground cloves  
 ½ cup chopped Italian parsley  
 2 large bay leaves (do not crumble)

1 can (1 pound 12 ounces) tomatoes packed in tomato purée  
 2 ½ cups dry red wine  
 2 pounds honeycomb tripe, washed in cool water, stripped of all fat, and cut into 1-inch squares  
 ¾ pound linguiça, chouriço (or the Spanish chorizo), pepperoni, or other dry, garlicky sausage, sliced thin  
 ½ pound prosciutto (in one piece), trimmed of fat and cut into small dice.

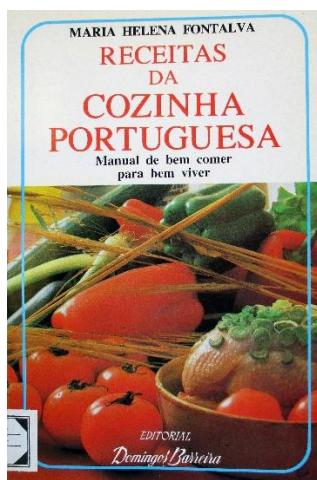
#### UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

#### MODO DE PREPARAÇÃO

- Soak the beans in 6 cups of the water overnight; next day, drain the beans, reserving the soaking water; set both aside.
- Preheat the oven to slow (300º F).
- In a large heavy kettle set over moderate heat, sauté the garlic, onions, and carrots in the oil 10 at 12 minutes until the onions are golden; blend in the paprika, cumin, marjoram, thyme, cayenne, black pepper, cloves, and parsley; drop in the bay leaves and mellow over moderate heat 3 to 5 minutes.
- Add the tomatoes, wine, and tripe, bring to a simmer, cover, and set on the middle shelf of the oven.
- Cook 3 hours, stirring every hour.
- Meanwhile, measure the bean soaking water and add enough additional water to total 2 quarts.
- Place the beans in a large heavy saucepan, add the water, and bring to a simmer over moderate heat.
- Adjust the heat so that the water barely bubbles, cover, and cook the beans 40 to 45 minutes until *al dente*; drain, reserving 2 cups of the cooking water.
- Set both aside.
- When the tripe has cooked 3 hours, stir in the sausage, prosciutto, and reserved beans and cooking water.
- Re-cover and bake 1 to 1 ½ hours longer, stirring every half hour, until tripe and beans are both tender.
- If at any point the mixture threatens to cook dry, add a little additional water.
- Serve as a main course accompanied by boiled rice, a crisp green salad tartly dressed, and chunks of bread, preferably the wonderful *Pão do Minho* (page 226).

#### TÉCNICAS DE COZEDURA

FICHA DE LEITURA Nº 28 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>RECEITAS DA COZINHA PORTUGUESA – Manual de bem comer para bem viver</b>
AUTOR(ES)	FONTALVA, Maria Helena
DATA DA PUBLICAÇÃO	1987
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Editorial Domingos Barreira
COTA (biblioteca)	S.A. 65462 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	409
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Leitão assado à portuguesa p. 106 Perdiz à portuguesa p. 129

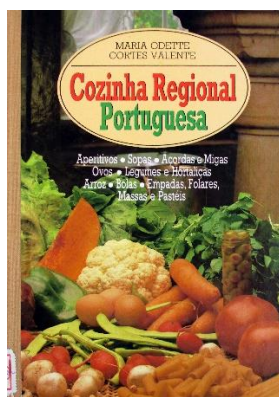
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Bacalhau à moda do Porto (pp. 62-63)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à moda do Porto</b> (pp. 62-63)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas fritas Azeite Cebolas Alhos
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Corta-se o bacalhau em filetes grossos que se passam na farinha. - Fritam-se os filetes no azeite a ferver. - Seguidamente deita-se a cebola e o alho no azeite em que se fritou o bacalhau, deixando apurar bem. - Colocam-se os filetes numa travessa e sobre estes despeja-se a cebola. - Guarnece-se de batatas fritas.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar, ferver.



FICHA DE LEITURA N.º 29 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA REGIONAL PORTUGUESA - Vol 1</b>
AUTOR(ES)	CORTES VALENTE, Maria Odette PERES, Alberto (Fot.) MONTEIRO, Luís de Sttau
DATA DA PUBLICAÇÃO	1987
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Círculo de Leitores
COTA (biblioteca)	O4-4-47 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	“Caro leitor” (p. 6)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	404
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Cozido à portuguesa (p. 34) Sopa de grão-de-bico à portuguesa (p. 56) Empadão à antiga portuguesa (p. 92) Pastelão de ovos com batata à portuguesa (p. 97) Nabos guisados à portuguesa (p. 117)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Migas de bacalhau à moda do Porto (p. 80) Arroz de bacalhau à moda do Porto (p. 122) Arroz de cabrito no forno à moda do Porto (p. 123) Arroz frito à moda do Porto (p. 128)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz de bacalhau à moda do Porto</b> (p. 122)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	0,5 dl de azeite 1 posta de bacalhau 300 g de arroz 2 cebolas 1 ramo de salsa 1 dente de alho 1 folha de louro 3 tomates 1 pimentão verde Sal e pimenta 8,5 dl de água.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Faz-se um refogado com o azeite, a cebola picada, a salsa e o dente de alho também picado. - Quando a cebola estiver cozida, deitam-se num tacho os tomates limpos de pele e sementes, o pimentão verde cortado às tiras e o bacalhau previamente dessalado e às lascas. - Deixa-se refogar, adiciona-se a água a ferver e o arroz bem lavado e enxuto. - Logo que levante outra vez fervura, mete-se o tacho no forno para acabar de cozer.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.

<b>TÍTULO DA RECEITA</b>	<b>Arroz de cabrito no forno à moda do Porto (p. 123)</b>
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b> <b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	350 g de arroz 9 dl de água Pimenta e colorau doce 1 folha de louro 4 dentes de alho Sal e açafão 1 dl de azeite 100 g de banha 2 dl de vinho branco 1 ramo de salsa 1 cabrito pequeno
<b>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</b>	Alguidar de barro, pauzinhos de loureiro.
<b>MODO DE PREPARAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Faz-se um molho com o colorau, pimenta, os dentes de alho picados, o louro aos bocadinhos, sal, azeite, salsa picada, vinho branco e açafão, misturando tudo muito bem.</li> <li>- Depois de arranjado o cabrito, esfrega-se por dentro e por fora, com o molho obtido.</li> <li>- Entretanto, num alguidar de barro põe-se a água temperada com sal.</li> <li>- Logo que ferva deita-se-lhe o arroz.</li> <li>- em cima do alguidar colocam-se uns pauzinhos de loureiro e sobre estes o cabrito temperado.</li> <li>- Mete-se no forno e vai-se pincelando sempre o cabrito de maneira que o molho, escorrendo, caia sobre o arroz, que fica muito saboroso.</li> </ul>
<b>TÉCNICAS DE COZEDURA</b>	Assar.

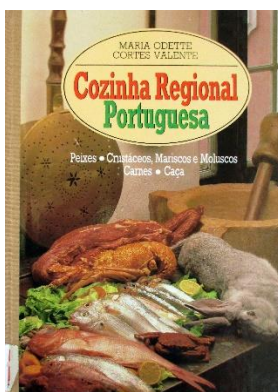
  

<b>TÍTULO DA RECEITA</b>	<b>Arroz frito à moda do Porto (p. 128)</b>
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b> <b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	1 cebola pequena 1 dl de azeite 180 g de arroz 0,5 l de água Sal

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pica-se a cebola e leva-se ao lume com o azeite.</li> <li>- Logo que esteja loura junta-se o arroz escolhido, lavado e bem enxuto.</li> <li>- Deixa-se fritar até ficar cor de palha.</li> <li>- Adiciona-se a água a ferver, temperada com sal, e deixa-se ferver 5 minutos; mete-se depois no forno para acabar de cozinhar (com o tacho destapado).</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar, fritar, ferver.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Migas de bacalhau à moda do Porto (p. 80)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>400 g de feijão-branco  300 g de bacalhau  200 g de pão duro  1 cebola  1 ramo de salsa  2 dentes de alho  Sal e pimenta  1 dl de azeite</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cozem-se o feijão e o bacalhau depois de demolhados.</li> <li>- Numa assadeira de barro, coloca-se uma camada de fatias de pão cortadas fininhas, que se molham com o caldo do feijão, por cima o feijão e por último o bacalhau às lascas.</li> <li>- À parte, leva-se o azeite, com a cebola e os dentes de alho picados, ao lume, até a cebola ficar mole.</li> <li>- Deita-se sobre o preparado anterior e por cima colocam-se raminhos de salsa.</li> <li>- Rega-se tudo com um pouco da água da cozedura do bacalhau, temperada com pimenta.</li> <li>- Leva-se ao forno para tostar um pouco.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	

FICHA DE LEITURA Nº 30 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA REGIONAL PORTUGUESA - Vol 2</b>
AUTOR(ES)	CORTES VALENTE, Maria Odette PERES, Alberto (Fot.) MONTEIRO, Luís de Sttau
DATA DA PUBLICAÇÃO	1987
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Círculo de Leitores
COTA (biblioteca)	O4-4-47 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Leitor
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	453
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Pargo à portuguesa (p. 37) Robalo assado à portuguesa (p. 45) Lagosta com molho de tomate à portuguesa (p. 61) Lagostins à portuguesa (p. 62) Bolas de carne à portuguesa (p. 82) Carne estufada à portuguesa (p. 90) Frango com ervilhas à portuguesa (p. 108)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Galinha com vinho do Porto à alentejana (p. 114) Perua com vinho do Porto (p. 132) [ausência de identificação do território]
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Bacalhau em filetes à moda do Porto (p. 14) Bacalhau à moda do Porto (p. 17) Tainha à portuense (p. 52) Tripas à moda do Porto - Entre Douro e Minho (pp. 140-141)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá - Entre Douro e Minho (p. 14) Bacalhau à Zé do Pipo - Entre Douro e Minho (p. 21) Bifes à padre Piedade - Entre Douro e Minho (p. 82)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau em filetes à moda do Porto</b> (p. 14)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	600 g de bacalhau 1 limão Farinha Pão ralado 1 dl de azeite 2 ovos 3 cenouras 2 cebolas médias 100 g de toucinho 1 dl de vinho branco 2 dl de caldo de carne 2 colheres de sopa de vinho do Porto 1 ramo de salsa 3 gemas de ovos Pimenta.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Põe-se o bacalhau de molho durante 12 horas. - Passado esse tempo, corta-se em quadradinhos. - Tira-se-lhe a pele e as espinhas, tempera-se com pimenta e sumo de limão, deixando descansar meia hora. - Depois passam-se os quadrados de bacalhau por farinha, ovos batidos e pão ralado. - Fritam-se em azeite.

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regam-se seguidamente os filetes com o seguinte molho:</li> <li>- leva-se o azeite ao lume com as cenouras raladas, cebolas finamente picadas e o toucinho cortado aos quadrados.</li> <li>- Rega-se com o vinho branco e deixa-se refogar.</li> <li>- Em seguida adiciona-se o caldo de carne, o vinho do Porto, sumo de limão e salsa picada e liga-se com as gemas.</li> </ul> <p>Fritar, refogar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p><b>Bacalhau à Gomes de Sá - Entre Douro e Minho (p. 14)</b></p> <p>750 g de bacalhau  Azeite  500 g de batatas  3 cebolas médias  1 folha de louro  2 ovos cozidos  1 ramo de salsa  2 dentes de alho  Sal  Azeitonas.</p> <p>Tacho, travessa que possa ir ao forno e larga.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cozem-se as batatas com pele, aferventa-se o bacalhau, depois de demolido, e faz-se em pequenas lascas.</li> <li>- Num tacho deita-se bastante azeite, as cebolas cortadas às rodelas, os dentes de alho e o louro.</li> <li>- Leva-se ao lume até alourar a cebola, e depois de esta estar lourinha juntam-se o bacalhau e as batatas cortadas aos bocados, deixando saltar.</li> <li>- Tira-se do lume e coloca-se numa travessa que possa ir ao forno, onde fica cerca de 10 minutos.</li> <li>- A travessa deve ser larga, para tostar tudo por igual.</li> <li>- Serve-se enfeitado com rodelas de ovos cozidos, azeitonas e salsa picada.</li> </ul> <p>Aferventar, alourar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p>	<p><b>Bacalhau à moda do Porto - Entre Douro e Minho (p. 17)</b></p>

QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	400 g de bacalhau do lombo 2 dl de azeite 2 dentes de alho 2 ovos cozidos 1 limão Sal Pão ralado.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Pano, prato de serviço.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Dessala-se o bacalhau. - Seca-se num pano, molha-se em azeite e envolve-se em pão ralado. - Leva-se ao lume, num tacho, o azeite com os dentes de alho e frita-se muito bem o bacalhau às postas, dos dois lados. - Tiram-se as gemas dos ovos, que se desfazem e se batem com 1 dl de azeite da fritura (passado pelo passador), o sumo de limão e sal. - Bate-se muito bem para ligar. - Coloca-se o bacalhau num prato de serviço, cobre-se com o molho e serve-se acompanhado com esparregado.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Zé do Pipo - Entre Douro e Minho (p. 21)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500 g de bacalhau muito alto 2,5 dl de azeite 2,5 dl de leite 1 dente de alho 1 cebola pequena Pão ralado Azeitonas e pickles 2,5 dl de maionese Sal, pimenta, mostarda, vinagre Puré de batata.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Recipiente, assadeira de barro
MODO DE PREPARAÇÃO	- Demolha-se o bacalhau durante 2 dias. - Num recipiente coloca-se o bacalhau com o azeite, o leite e o dente de alho picado, repousando quatro horas.

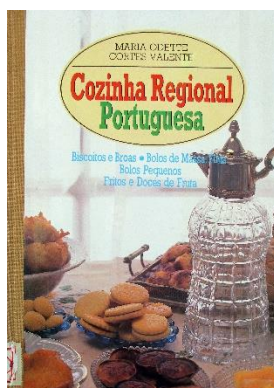


<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tira-se e leva-se ao forno num tabuleiro, com 2 colheres de molho.</li> <li>- Unta-se uma assadeira de barro com azeite, coloca-se o bacalhau assado e por cima deste a cebola já alourada em 5 colheres de sopa de azeite.</li> <li>- Cobre-se com maionese em camada espessa, temperada com sal, pimenta, vinagre e mostarda.</li> <li>- À volta enche-se com puré de batata.</li> <li>- Polvilha-se com pão ralado e vai ao forno a gratinar.</li> <li>- Serve-se na assadeira enfeitado com pickles e azeitonas.</li> </ul> <p>Alourar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p><b>Bifes à padre Piedade - Entre Douro e Minho (p. 82)</b></p> <p>500 g de carne de alcatra  1,5 dl de azeite  0,5 dl de vinagre  1 ramo de salsa  1 ovo cozido  1 cebola pequena  1 dente de alho  Sal e pimenta</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cortam-se bifes grossos e temperam-se com sal e o dente de alho picado.</li> <li>- Grelham-se, deixando-os mal passados.</li> <li>- Faz-se um molho vinagrete com o azeite e o vinagre, batendo bem.</li> <li>- Misturam-se a salsa, o dente de alho, a cebola picada e o ovo cozido ralado.</li> <li>- Tempera-se com sal e pimenta e envolve-se bem.</li> <li>- Deita-se sobre os bifes.</li> </ul> <p>Grelhar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p>	<p><b>Tainha à portuense (p. 52)</b></p>

LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 tainha com cerca de 2 kg  100 g de toucinho  100 g de manteiga  2 colheres de sopa de azeite  120 g de manteiga para o recheio  80 g de farinha de pau  1 cálice de vinagre  2 cálices de vinho branco  2 gemas de ovos  2 cebolas  1 ramo de salsa  1 limão  Sal e pimenta  Água  Puré de batata  Azeitonas</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Escama-se a tainha, tiram-se-lhe as tripas pelas guelras, sem a abrir.</li> <li>- Lava-se bem, tempera-se com sal e sumo de limão, deixando ficar assim durante umas horas.</li> <li>- Depois recheia-se da seguinte maneira: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leva-se a manteiga ao lume com a cebola picada.</li> <li>- Logo que esteja mole, mistura-se a farinha de pau, mexendo sempre, até ficar loura.</li> <li>- em seguida juntam-se as gemas, as azeitonas sem caroços, sal e pimenta.</li> <li>- Recheia-se a tainha com esta mistura e coloca-se numa assadeira, regando com o vinagre, o vinho e o azeite e cobrindo com cebola picada, salsa também picada, manteiga e o toucinho cortado às tiras.</li> <li>- Repousa durante 2 horas.</li> <li>- Leva-se ao forno, regando de vez em quando com o próprio molho.</li> <li>- Quando a tainha estiver a meio da assadura, acrescenta-se um pouco de água.</li> <li>- Serve-se com o puré de batata.</li> </ul> </li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar, assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto – Entre Douro e Minho</b> (pp. 140-141)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1,5 kg de tripas e folho  200 g de chouriço</p>

	<p>150 g de presunto com gordura 1 orelha de porco 1 mão de vitela 2 cebolas 1 l de feijão-branco 6 cenouras 100 g de banha 1 ramo de salsa Salsa, pimenta, cominhos 1 limão.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Alguidar, tacho, terrina de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Preparam-se as tripas, lavando-as muito bem e esfregando com sal e sumo de limão.</li><li>- Põem-se num alguidar com água e rodela de limão, até ficarem brancas.</li><li>- Cozem-se todas as carnes separadamente e o feijão como habitualmente.</li><li>- Leva-se, num tacho, a alourar na banha a cebola, a salsa picada e o presunto aos cubos.</li><li>- Juntam-se as tripas e todas as carnes cortadas aos bocados, o feijão, as cenouras cozidas e um pouco de caldo de carne.</li><li>- Tempera-se com sal, pimenta e cominhos.</li><li>- Ferve durante 25 minutos e serve-se em terrina de barro.</li><li>- Simultaneamente, faz-se um tacho de arroz de forno, que se serve ao mesmo tempo</li></ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver.

FICHA DE LEITURA Nº 31 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA REGIONAL PORTUGUESA - Vol 3</b>
AUTOR(ES)	CORTES VALENTE, Maria Odette PERES, Alberto (Fot.) MONTEIRO, Luís de Sttau
DATA DA PUBLICAÇÃO	1987
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Círculo de Leitores
COTA (biblioteca)	O4-4-47 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Leitor
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	410
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Bolo com creme de vinho do Porto (p. 22) (ausência da identificação do território)

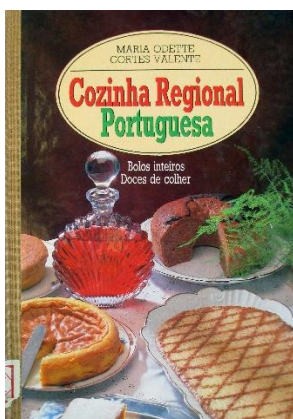
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Pudim com vinho do Porto (p. 127) (ausência da identificação do território) Doce portuense (p. 90) Encharcado à moda do Porto (p. 94) Formigos à moda do Porto (p. 98)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Doce portuense</b> (p. 90)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500 g de açúcar 10 gemas 25 g de manteiga 100 g de amêndoas 100 g de doce de chila
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Máquina.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Leva-se o açúcar com um pouco de água ao lume. - Ferve até ter ponto de pérola. - juntam-se a amêndoa pelada e passada pela máquina e a chila. - Retira-se do lume, arrefece um pouco e adicionam-se as gemas misturadas com a manteiga. - Leva-se novamente ao lume, mexendo sempre, para as cozer.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver, ponto de pérola.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Encharcado à moda do Porto</b> (p. 94)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	125 g de bolachas torradas

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	2 dl de água quente 250 g de açúcar 4 gemas de ovos  Tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Deita-se num tacho a água quente, misturam-se as bolachas e vai ao lume até levantar fervura. - Noutro tacho, põe-se ao lume o açúcar com água a cobrir a atingir ponto de pérola. - Junta-se ao preparado anterior. - Tira-se do lume, amorna e adicionam-se as gemas batidas. - Volta ao lume para as cozer.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver, ponto pérola.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Formigos à moda do Porto (p. 98)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES LISTA DE INGREDIENTES	400 g de açúcar 200 g de água Casca de 1 limão ralada 3 colheres de sopa de pão duro ralado 6 gemas de ovos 200 g de amêndoas, passas e pinhões 3 colheres de sopa de mel Canela em pau 1 copo de vinho do Porto 35 g de manteiga
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Leva-se o açúcar ao lume com um pouco de água até obter ponto de pérola. - Juntam-se todos os elementos sem as gemas e deixa-se ferver com cuidado para não ficar duro. - Tira-se do lume, arrefece um pouco e misturam-se as gemas, previamente batidas. - Volta ao lume para cozer as gemas, mexendo sempre.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ponto de pérola, ferver.

FICHA DE LEITURA Nº 32 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA REGIONAL PORTUGUESA - Vol 4</b>
AUTOR(ES)	CORTES VALENTE, Maria Odette PERES, Alberto (Fot.) MONTEIRO, Luís de Sttau
DATA DA PUBLICAÇÃO	1987
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Círculo de Leitores
COTA (biblioteca)	O4-4-47 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Leitor
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	478
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Filhós de forma à portuguesa (p. 137)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Bolinhos com vinho do Porto (p. 81) (ausência de identificação de território)

	Rabanadas de vinho do Porto de Guimarães (p. 143) Maçãs assadas com vinho do Porto (p. 153) [ausência de identificação de território]
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

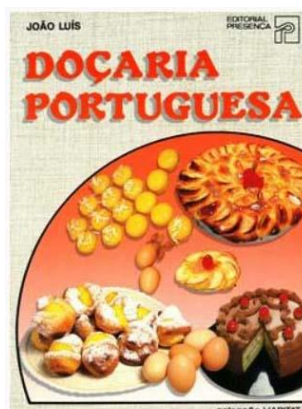
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

TÉCNICAS DE COZEDURA



FICHA DE LEITURA Nº 33 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>DOÇARIA PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	LUÍS, João
DATA DA PUBLICAÇÃO	1988 (1ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Editorial Presença
COTA (biblioteca)	S.A. 70512 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

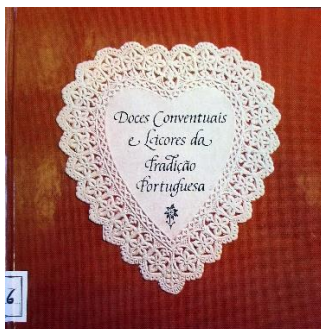
REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Profissionais ou todos que queiram experimentar uma nova receita de bolos
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	192
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Biscoitos do Porto (p. 23)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Biscoitos do Porto</b> (p. 23)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500g Farinha 230g Açúcar 270g Margarina 50g (1) ovo Raspa de limão
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Mesa, tabuleiros.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disponha a farinha sobre a mesa e abra-a em círculo.</li> <li>- Dentro ponha o açúcar, o ovo, a margarina e a raspa de limão.</li> <li>- Seguidamente comece por amassar o açúcar com a margarina e o ovo, misturando a farinha gradualmente até obter uma massa compacta.</li> <li>- Deixe a massa descansar cerca de dez minutos.</li> <li>- Depois tenda os biscoitos em modelos variados, à mão.</li> <li>- Coza em tabuleiros untados, em forno de temperatura média, durante dez minutos.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.

FICHA DE LEITURA N.º 34 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>DOCES CONVENTUAIS E LICORES DA TRADIÇÃO PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	MODESTO, Maria Lourdes
DATA DA PUBLICAÇÃO	1989
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa/São Paulo
EDITORIA	Editorial Verbo
COTA (biblioteca)	S.A. 36446 P BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	33
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Manjar-branco – Convento de Santa Clara – Porto (p. 24)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Manjar-branco – Convento de Santa Clara – Porto (p. 24)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 peito de frango 5 dl de leite 250 g de açúcar 250 g de farinha de arroz 2 colheres de sopa de água de flor de laranjeira.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Almofariz, pratinhos
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coza-se o peito de frango sem a pele em água ligeiramente temperada com sal.</li> <li>- Escorra-se e esmague-se num almofariz até se obter uma pasta.</li> <li>- Junte-se a farinha ao peito de frango e dissolva-se tudo com metade da porção do leite.</li> <li>- Leve-se ao lume e deixe-se cozer até a farinha deixar de saber a cru e espessar bem.</li> <li>- Retire-se do calor e junte-se o restante leite, batendo o preparado fortemente.</li> <li>- Leve-se novamente ao lume, desta vez muito brando, e deixe-se ferver suavemente.</li> <li>- Junte-se a água de flor de laranjeira e deite-se o manjar-branco em pratinhos por duas vezes: quando a primeira camada solidificar, deite-se outra, fazendo montinho.</li> <li>- Leve-se o manjar-branco a forno forte só para corar o montinho.</li> <li>- Fica com o aspeto de um seio de mulher, pelo que também se chama teta-de-freira.</li> </ul>
PROCESSOS CULINÁRIOS	Ferver suavemente.

FICHA DE LEITURA Nº 35 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>NOVAS RECEITAS DA DOÇARIA PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	LUÍS, João
DATA DA PUBLICAÇÃO	1991 (1ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Editorial Presença
COTA (biblioteca)	S.A. 70512 V.

### CONTEXTO E CONTEÚDO

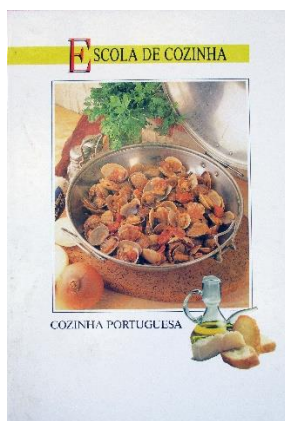
REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	“todos os leitores e leitoras, quer sejam profissionais ou não” (p. 7)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	156
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Lambareiros à moda do Porto (p. 50)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Lambareiros à moda do Porto (p. 50)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Açúcar (fino) - 500 gr 6 Gemas de ovos - 120 g 6 Ovos inteiros – 300 g Amêndoa pelada moída (torrada) – 50 g Vinho do Porto – 50 g.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Formas de pastéis de nata.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Misture o açúcar com as gemas e os ovos, ligando bem. - Adicione a amêndoa moída e por fim o vinho do Porto. - Entretanto, unte as formas de pastéis de nata, com manteiga e passe com farinha. - Encha com o preparado e coza em forno de temperatura média. - Desenforme depois de frios e passe por açúcar, ficando com a base voltada para cima.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.

FICHA DE LEITURA Nº 36 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA PORTUGUESA - ESCOLA DE COZINHA</b>
AUTOR(ES)	SANTOS, José António
DATA DA PUBLICAÇÃO	1992
LOCAL DE EDIÇÃO	Amadora
EDITORIA	EDICLUBE
COTA (biblioteca)	B5-8.41(14) BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	“Todos os que adquirirem esta Escola de Cozinha vão encontrar surpresas, sensações e verdadeiras tentações.” (p. 3)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	146
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Feijão verde guisado à portuguesa (p. 28) Arroz de coelho à portuguesa (p. 30-32) Pastelões de ovos com batata à portuguesa (p. 34) Brócolos à portuguesa (p. 52) Empadão à antiga portuguesa (p. 60) Bacalhau à portuguesa (pp. 86-87) Bacalhau à portuguesa (p. 88) Mexilhão à portuguesa (p. 92)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Robalo à portuguesa (p. 94) Frango com ervilhas à portuguesa (pp. 118-120) Rim de porco à portuguesa (p. 124) Carne estufada à portuguesa (p. 138)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Tripas à moda do Porto (p. 136)  Bacalhau à Gomes de Sá (p. 70)

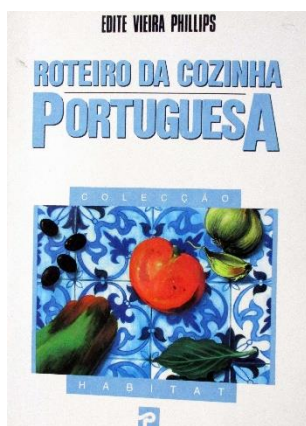
### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 70)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	750 g de bacalhau demolido Azeite 500 g de batatas 3 cebolas médias cortadas em rodelas 1 folha de louro 2 ovos cozidos 1 ramo de salsa 2 dentes de alho Sal, azeitonas
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Prato de forno.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Coza as batatas sem lhes retirar a pele. - Dê uma rápida fervura ao bacalhau e desfaça-o em lascas. - Num tacho com bastante azeite, aloure as cebolas cortadas em rodelas, os dentes de alho e o louro. - Leve ao lume e quando a cebola estiver loura junte o bacalhau e as batatas cortadas aos bocados salteando a mistura uns minutos. - Retire do lume e disponha a mistura num prato de forno bastante largo e asse durante cerca de 10 minutos.



	- Sirva enfeitado com rodela de ovos cozidos, salsa picada e azeitonas.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (p. 136)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	6 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	1 kg de tripas de vitela 1 mão de vitela 150 g de orelha de porco 150 g de chouriço 150 g de presunto 1 frango cortado em pedaços 1 kg de feijão branco, já demolhado 2 cenouras raspadas 2 cebolas grandes, descascadas 1 folha de louro 1 colher de sopa de banha 1 raminho de salsa Sal pimenta.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Panela, recipiente, frigideira.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Lave as tripas muito bem, assim como a mão de vitela e a orelha de porco levando tudo a ferver numa panela com água salgada. - Noutro recipiente, coza o frango junto com o chouriço e o presunto. - Deite o feijão, previamente demolhado, num tacho com as cenouras, o louro e uma cebola. - Cubra com água, tempere e deixe ferver até que o feijão esteja macio. - Enquanto todos os ingredientes cozem, pique a cebola restante e refogue-a lentamente numa frigideira com a banha. - Quando as tripas, a mão de vitela e a orelha, estiverem tenras, escorra, deite-as no mesmo recipiente em que está o frango. - Escorra o feijão e junte também no mesmo recipiente. - Junte ainda a cebola frita rectifique o tempero, junte a salsa e deixe ferver tudo junto durante alguns minutos para que os sabores se misturem. - Sirva acompanhando com arroz branco.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.

FICHA DE LEITURA Nº 37 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>ROTEIRO DA COZINHA PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	PHILLIPS, Edite Vieira
DATA DA PUBLICAÇÃO	1992 (1ª edição)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	Editorial Presença
COTA (biblioteca)	T7-12-15(78) BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	250
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	Caracóis à portuguesa (p. 85) Feijoada à portuguesa (p. 95-96) Arroz de galinha à portuguesa (p. 118-119) Molho de tomate à portuguesa (ou tomatada) (p. 129-130) Guisado de feijões à portuguesa (p. 135-136)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Molho de vinho do Porto (ou da Madeira) (p. 131-132) Porto quente (p. 230)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE	Tripas à moda do Porto (pp. 100-101) Doce dourado de chila (Porto) (p. 167)

PORTO E/OS SEUS  
HABITANTES (“PORTUENSES”  
E “TRIFEIROS”)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE  
HOMENAGEIAM PESSOAS  
LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Gomes de Sá (p. 65)

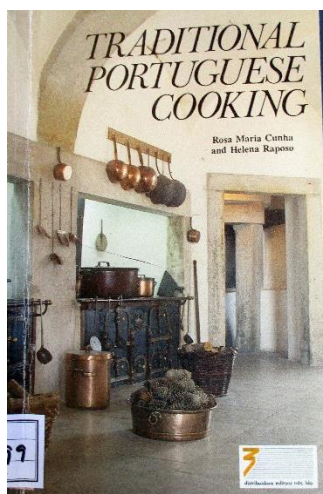
### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 65)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>500 g aproximadamente de bacalhau grosso            700 g de batatas (cozidas com casca e depois descascadas e cortadas às rodelas)            3 ou 4 ovos cozidos, cortados às rodelas            3 dl de leite quente            2 cebolas médias, cortadas às rodelas            2 dentes de alho, picados            1,2 dl de azeite            Sal e pimenta            2 dúzias de azeitonas pretas para guarnecer</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho, recipiente fundo, frigideira, pirex ou vasilha de barro
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demolhe o bacalhau muito bem, de preferência durante 24 horas, mudando a água várias vezes.</li> <li>- Ponha-o (depois de limpo de peles e espinhas) num tacho com suficiente água a ferver para o cobrir, mas sem levar ao lume.</li> <li>- Deixe-o de molho durante meia hora com o tacho tapado para conservar o calor.</li> <li>- Escorra o bacalhau e faça-o em lascas, pondo-as num recipiente fundo.</li> <li>- Deite-lhe por cima o leite quente e deixe, mais uma vez, descansar – durante duas horas.</li> <li>- A seguir, ponha o azeite, as cebolas e o alho numa frigideira, para refogar em lume brando, até a mistura estar dourada.</li> <li>- Acrescente as rodelas de batata cozida, o bacalhau (escorrido do leite), um pouco de pimenta e sal, se necessário.</li> <li>- Leve ao lume brando e mexa para aquecer bem, mas sem deixar fritar.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Transfira depois para um pirex ou uma vasilha de barro que possa ir ao forno e coloque na prateleira de cima do forno (bem quente) durante uns 15 minutos.</li> <li>- Sirva imediatamente, guarnecido com os ovos e as azeitonas.</li> <li>- Pode salpicar com salsa picada.</li> </ul> <p>Refogar, fritar.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto</b> (pp. 100-101)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 a 6 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>700 g de tripas de vitela (peça que lhe forneçam as partes mais adequadas, como favos, folhos, etc.)          ½ frango          100 g de toucinho entremeado          100 g de chouriço de carne          100 g de toucinho entremeado          100 g de chouriço de carne          100 g de presunto          ½ mão de vaca          1 orelha de porco          2 cebolas grandes, picadas          2 cenouras médias, às rodelas          1 colher de sopa de banha          2 pés de salsa          450 g de feijão-manteiga          1 folha de louro          Sal e pimenta moída na ocasião</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Panela.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lave as tripas o melhor que puder, por dentro e por fora, com várias águas, escale-as e esfregue bem com sal e sumo de limão.</li> <li>- Volte a lavar, em água corrente.</li> <li>- Ferva em água com sal, até as tripas ficarem macias.</li> <li>- Numa panela separada coza a mão de vitela e noutra panela coza as outras carnes (ao temperar recorde que os enchidos e as carnes salgadas contêm bastante sal).</li> <li>- Vigie a cozedura e vá retirando as carnes que cozeram primeiro.</li> <li>- Num outro tacho coza o feijão, demolido de véspera, e, quando estiver meio cozido, deite as cenouras e metade da cebola.</li> <li>- Quando estiver tudo cozido, faça um refogado com a banha, a restante cebola, o louro e a salsa.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acrescente as carnes já cozidas, depois de as ter desossado e cortado aos bocados.</li> <li>- Misture bem, ferva um pouco e deite depois o feijão, ferva de novo (acrescentando uma quantidade suficiente de caldo para fazer um guisado espesso), apure em lume brando para engrossar e misturar bem todos os sabores.</li> <li>- Prove de temperos, deite a pimenta e sirva com arroz branco – o clássico acompanhamento das tripas à moda do Porto.</li> </ul> <p>Refogar.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Doce dourado de chila (Porto)</b> (p. 167)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	6 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	<p>250 g de doce de chila (veja pág. 217)  175-200 g de pão-de-ló duro (receita na pág. 205)  10 gemas de ovos  450 g de açúcar  Um pedacinho de casca de laranja (ou um pouco de água-de-flor-de-laranjeira)  1 colher de sopa de cidrão (cristalizado)  150 g de amêndoas raladas grosseiramente  1 colher de chá de canela</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Prato de serviço
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Corte o bolo às fatias e coloque-as num prato de serviço.</li> <li>- Entretanto, faça uma calda com o açúcar e um pouco de água-de-flor-de-laranjeira ou água simples perfumada com casca de laranja.</li> <li>- Ferva até obter uma calda não muito espessa que se deite por cima das fatias de bolo, mas guarde um pouco.</li> <li>- Misture o doce de chila com o cidrão cortado aos bocados e alguma calda que tenha sobejado, e ferva em lume brando durante 1 a 2 minutos.</li> <li>- Acrescente as amêndoas, mexa bem e ferva durante mais um minuto.</li> <li>- Retire do lume, deixe arrefecer um pouco e junte as gemas.</li> <li>- Ferva de novo, devagarinho, mexendo sempre até engrossar.</li> <li>- Deite por cima das fatias embebidas em calda.</li> <li>- Polvilhe com canela depois de frio.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Calda de açúcar, ferver.

FICHA DE LEITURA Nº 38 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>TRADITIONAL PORTUGUESE COOKING &amp; TYPICAL SWEETS</b>
AUTOR(ES)	CUNHA, Rosa Maria; RAPOSO, Helena
DATA DA PUBLICAÇÃO	1992 (3ª edição)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Dist. Editora Três
COTA (biblioteca)	S.A. 37599 P. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	128
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Beans and Green Cabbage Soup / Sopa de feijão com couve portuguesa (pp. 19-20) Stewed Portuguese Cabbage / Couve portuguesa estufada (p. 69) Boiled Beef, Portuguese-Style / Cozido à portuguesa (pp. 74-75)

	<p>Broad-Beans, Portuguese-Style / Favas à portuguesa (pp. 75-76)</p> <p>Peas, Portuguese-Style / Ervilhas à portuguesa (p. 78)</p> <p>Roast Pork, Portuguese-Style / Carne de porco à portuguesa (P. 79)</p> <p>Tripe-Stero, Portuguese-Style / Tripas ou Dobrada (p. 81)</p> <p>Pork-Liver, Portuguese-Style / Iscas à portuguesa (p. 95)</p> <p>Custard, Portuguese-Style / Leite creme (pp. 112-113)</p> <p>Portuguese Puffs / Filhós (p. 125)</p> <p>Sponge Cake, Portuguese-Style (p. 127)</p>
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	<p>Canteloupe With Port-Wine / Meloa com vinho do Porto (p. 9)</p> <p>Cake Soaked in Port-Wine / Bolo ensopado em vinho do Porto (pp. 110-111)</p>
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES ("PORTUENSES" E "TRIFEIROS")	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

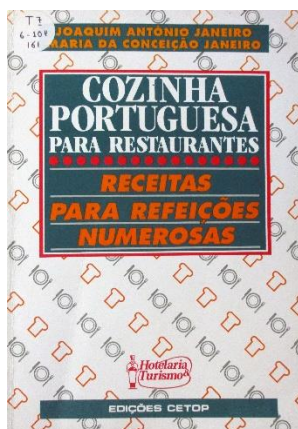
### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripe-Stero, Portuguese-Style/Tripas ou Dobrada</b> (p. 81) (variante da receita "Tripas à moda do Porto")
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg of white kidney-beans (which have been soaked in cold water for 24 hours)</p> <p>1 kg of tripe</p> <p>200 g of sausage</p> <p>100 g of bacon</p> <p>1 soup-spoon lard</p> <p>2 dl of olive-oil</p> <p>1 wine-glass of with wine</p> <p>2 onions and 2 carrots</p> <p>2 ripe tomatões</p> <p>1 garlic clove</p> <p>1 bunch of parsley</p> <p>1 lay-leaf</p>

	<p>½ a lemon Pepper and cumin (spice), to taste.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Boil the tripe in water with one onion, salt and half a lemon (in the pressure-cooker, if you wish).</li><li>- When it is well boiled, drain the tripe and cut it up into small pieces.</li><li>- Throw away the water.</li><li>- Cook the beans and keep the water.</li><li>- In a pan, place the olive-oil and the lard; chop and add the onion and the garlic; cut the bacon and the sausage into thin slices, and add, as well as the chopped carrots and parsley.</li><li>- Finally add the peeled and seedless tomatoes, bay-leaf and the wine.</li><li>- Let all this stew, together with the tripe.</li><li>- Season with salt, let it stew a little longer, then add the beans, the cumin and the Pepper, adding some of the water from cooking the beans, should you want it more liquid.</li><li>- Let it stew.</li><li>- Serve, accompanied with white rice and sprinkled with chopped parsley.</li></ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	



FICHA DE LEITURA Nº 39 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA PORTUGUESA PARA RESTAURANTES - RECEITAS PARA REFEIÇÕES NUMEROSAS</b>
AUTOR(ES)	JANEIRO, Joaquim António; JANEIRO, Maria da Conceição
DATA DA PUBLICAÇÃO	1993
LOCAL DE EDIÇÃO	Mem Martins
EDITORA	Ed. CETOP
COTA (biblioteca)	cota: T7-6-104(6) BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Profissionais da restauração (p. 11)
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	143
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Sopa de feijão com couve à portuguesa (p. 23) Pargo assado à portuguesa (p. 62)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Lebre com vinho do Porto (p. 88) Bacalhau com vinho do Porto (p. 165)

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

0

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Gomes de Sá (p. 47)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Bacalhau à Gomes de Sá (p. 47)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

1 pessoa

LISTA DE INGREDIENTES

1,2 kg de bacalhau  
2 kg de batatas  
500 g de cebolas  
5 ovos  
150 g de azeitonas pretas  
60 g de alhos  
4 dl de azeite  
1 dl de vinho branco  
10 pés de salsa  
2 folhas de louro  
20 g de sal

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

Tabuleiro, frigideira, travessa de ir à mesa

MODO DE PREPARAÇÃO

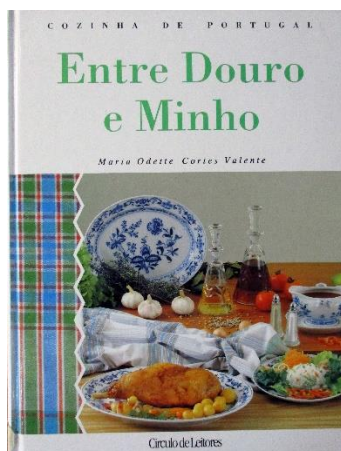
- O bacalhau, depois de demolido, põe-se a cozer.
- Depois disso, retiram-se a pele e as espinhas e fazem-se lascas.
- As batatas, depois de lavadas, cozem-se com a casca, retira-se esta e cortam-se em meia-lua finas.
- Num tabuleiro ou numa frigideira grande põe-se o azeite e deixa-se aquecer.
- Em seguida a cebola cortada em rodelas finas e os alhos, o louro, e deixam-se alourar ligeiramente.
- Juntam-se as batatas, o bacalhau, tempera-se com o sal e envolve-se tudo bem na gordura.
- Deixa-se ganhar uma cor levemente loura e refresca-se com o vinho.
- Com o bacalhau na travessa de ir à mesa, salpica-se com a salsa e uma parte dos ovos picados finos, decorando-o com as azeitonas e os ovos que se guardaram cortados em

TÉCNICAS DE COZEDURA

rodela.

Alourar.

FICHA DE LEITURA Nº 40 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COZINHA DE PORTUGAL - ENTRE DOURO E MINHO</b>
AUTOR(ES)	VALENTE, Maria Odette Cortes; CAEIRO, Mário (ilust.)
DATA DA PUBLICAÇÃO	1993
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Círculo de Leitores
COTA (biblioteca)	B5-8-45 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	423
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Pudim com vinho do Porto (p. 102) Rabanadas de vinho do Porto – Arouca (p. 127)

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Migas de bacalhau – Porto (p. 16)  
 Arroz de cabrito – Porto (p. 22)  
 Bacalhau com broa – Porto (p. 37)  
 Bacalhau em filetes – Porto (p. 38)  
 Tainha à portuense (p. 58)  
 Dobrada com grão – Porto (p. 69)  
 Tripas à moda do Porto (p. 78)  
 Toucinho-do-céu conventual – Porto (p. 92)  
 Creme torrado – Porto (p. 94)  
 Doce portuense (p. 95)  
 Formigos – Porto (p. 96)  
 Mexidos – Porto (p. 98)  
 Roscas – Porto (p. 114)  
 Massapães – Porto (120)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Gomes de Sá (p. )  
 Bifes à padre Piedade – Porto (p. 65)  
 Pão podre da D. Celeste – Porto (p. 113)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Migas de bacalhau – Porto (p. 16)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
 TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

400 g de feijão-branco  
 300 g de bacalhau  
 200 g de pão duro  
 1 cebola  
 1 ramo de salsa  
 2 dentes de alho  
 1 dl de azeite  
 Sal e pimenta

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

Assadeira de barro

MODO DE PREPARAÇÃO

- Cozem-se o feijão e o bacalhau depois de demolhados.
- Numa assadeira de barro, coloca-se uma camada de fatias de pão cortadas fininhas, que se molham com o caldo do feijão, por cima o feijão e por último o bacalhau às lascas.
- À parte, leva-se ao lume o azeite, com a cebola e os dentes de alho picados, até a cebola ficar mole.
- Deita-se sobre o preparado anterior e por cima colocam-se raminhos de salsa.
- Rega-se tudo com um pouco de água da cozedura do bacalhau temperada com pimenta.
- Leva-se ao forno para tostar.

TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Arroz de cabrito – Porto (p. 22)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 cabrito pequeno 350 g de arroz 9 dl de água Pimenta e colorau doce 1 folha de louro 4 dentes de alho 1 dl de azeite 100 g de banha 2 dl de vinho branco 1 ramo de salsa Sal e açafão
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Alguidar de barro, pauzinhos de loureiro.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Faz-se um molho com colorau, pimenta, os dentes de alho picados, o louro aos bocadinhos, sal, azeite, salsa picada, vinho branco e açafão, misturando tudo muito bem. - Depois de arranjado, esfrega-se o cabrito, por dentro e por fora, com o molho obtido. - Entretanto, num alguidar de barro põe-se a água temperada com sal. - Logo que ferva deita-se o arroz. - Em cima do alguidar colocam-se pauzinhos de loureiro e sobre estes o cabrito temperado. - Mete-se no forno e vai-se pincelando sempre o cabrito, de maneira a que o molho, escorrendo, caia sobre o arroz.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau com broa – Porto (p. 37)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	600 g de lombo de bacalhau demolido 6 fatias de presunto ou salpicão 1 folha de louro

	<p>Pimenta 5 colheres de sopa de vinho branco 2 dentes de alho 150 g de broa 1 cebola média 3 dl de azeite Manteiga</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tabuleiro
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tempera-se o bacalhau com pimenta, louro, vinho branco e os dentes de alho picados.</li> <li>- Abre-se dos dois lados até à espinha e recheia-se com presunto ou salpicão.</li> <li>- Cobre-se com a broa esfarelada e pequenas nozes de manteiga e coloca-se em tabuleiro com o fundo coberto com o azeite e a cebola às rodelas.</li> <li>- Leva-se ao forno a assar.</li> <li>- Serve-se com grelos cozidos ou batatas salteadas.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau em filetes – Porto (p. 38)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>600 g de bacalhau 1 limão Farinha Pão ralado 1 dl de azeite 2 ovos 3 cenouras 2 cebolas médias 100 g de toucinho 1 dl de vinho branco 2 dl de caldo de carne 2 colheres de sopa de vinho do Porto 1 ramo de salsa 3 gemas de ovo Pimenta</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Põe-se o bacalhau de molho durante doze horas.</li> <li>- Passado esse tempo, corta-se em quadrados.</li> <li>- Tira-se-lhe a pele e as espinhas e tempera-se com pimenta e sumo de limão, deixando descansar durante</li> </ul>

	<p>meia hora.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Depois passam-se os quadrados de bacalhau por farinha, ovos batidos e pão ralado.</li> <li>- Fritam-se em azeite.</li> <li>- Regam-se depois os filetes com o seguinte molho:</li> <li>- leva-se o azeite ao lume com as cenouras raladas, as cebolas finamente picadas e o toucinho cortado aos quadrados.</li> <li>- Rega-se com o vinho branco e deixa-se refogar.</li> <li>- Em seguida adiciona-se o caldo de carne, o vinho do Porto, o sumo do limão e a salsa picada e liga-se com as gemas.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar, refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p.39 )</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO	
TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>750 g de bacalhau  Azeite  500 g de batatas  3 cebolas médias  1 folha de louro  2 ovos cozidos  1 ramo de salsa  2 dentes de alho  Sal  Azeitonas</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho, travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cozem-se as batatas com pele.</li> <li>- Aferventa-se o bacalhau, depois de demolido, e faz-se em pequenas lascas.</li> <li>- Num tacho, deita-se bastante azeite, as cebolas cortadas às rodelas, os dentes de alho e o louro.</li> <li>- Leva-se ao lume até alourar a cebola e depois de estar lourinha juntam-se o bacalhau e as batatas cortadas aos bocados, deixando saltar.</li> <li>- Tira-se do lume e coloca-se numa travessa que possa ir ao forno, onde fica cerca de dez minutos.</li> <li>- A travessa deve ser larga, para tostar tudo por igual.</li> <li>- Serve-se enfeitado com rodelas de ovos cozidos, azeitonas e salsa picada.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Aferventar, refogar.



<b>TÍTULO DA RECEITA</b>	<b>Tainha à portuense (p. 58)</b>
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b>	
<b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	1 tainha com cerca de 2 kg 100 g de toucinho 50 g de manteiga 2 colheres de sopa de azeite 120 g de manteiga para o recheio 80 g de farinha de pau 2 cálices de vinho branco 2 gemas de ovo 2 cebolas 1 ramo de salsa 1 limão Sal e pimenta Água Puré de batata Azeitonas 1 cálice de vinagre
<b>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</b>	Assadeira
<b>MODO DE PREPARAÇÃO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Escama-se a tainha e tiram-se-lhe as tripas pelas guelras, sem a abrir.</li><li>- Lava-se bem e tempera-se com sal e sumo de limão, deixando ficar assim durante umas horas.</li><li>- Depois recheia-se da seguinte maneira:<ul style="list-style-type: none"><li>- leva-se a manteiga ao lume com a cebola picada;</li><li>- logo que esteja mole mistura-se a farinha de pau, mexendo sempre, até ficar loura;</li><li>- em seguida juntam-se as gemas, as azeitonas sem caroços, sal e pimenta.</li></ul></li><li>- Recheia-se a tainha com esta mistura e coloca-se numa assadeira, regando com o vinagre, o vinho e o azeite e cobrindo com cebola picada, salsa também picada, manteiga e o toucinho cortado às tiras.</li><li>- Repousa durante duas horas.</li><li>- Leva-se ao forno, regando de vez em quando com o próprio molho.</li><li>- Quando a tainha estiver a meio da assadura acrescenta-se um pouco de água.</li><li>- Serve-se com puré de batata.</li></ul>
<b>TÉCNICAS DE COZEDURA</b>	Assar.

<b>TÍTULO DA RECEITA</b>	<b>Bifes à padre Piedade – Porto (p. 65)</b>
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b> <b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	500 g de carne de alcatra 1,5 dl de azeite 0,5 dl de vinagre 1 ramo de salsa 1 ovo cozido 1 cebola pequena 2 dentes de alho Sal e pimenta
<b>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</b>	
<b>MODO DE PREPARAÇÃO</b>	- Cortam-se bifes grossos e temperam-se com sal e os dentes de alho picados. - Grelham-se, deixando-os mal passados. - Faz-se um molho com o azeite e o vinagre; - misturam-se a salsa, o dente de alho, a cebola picada e o ovo cozido ralado. - Tempera-se com sal e pimenta e envolve-se. - Deita-se sobre os bifes.
<b>TÉCNICAS DE COZEDURA</b>	Grelhar.

<b>TÍTULO DA RECEITA</b>	<b>Dobrada com grão – Porto (p. 69)</b>
<b>TEMPO DE PREPARAÇÃO</b> <b>TEMPO DE COZEDURA</b>	
<b>QUANTIDADES</b>	
<b>LISTA DE INGREDIENTES</b>	0,5 l de grão 700 g de dobrada 2 cebolas grandes 1 ramo de salsa 1 folha de louro 1 limão 200 g de toucinho 1 dl de azeite Sal e pimenta
<b>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</b>	Tacho
<b>MODO DE PREPARAÇÃO</b>	- Coze-se o grão demolido de véspera. - Lava-se a dobrada em várias águas, raspa-se, escalda-se, esfrega-se com sal e sumo de limão e volta a lavar-se.

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coze-se num tacho com água temperada com sal, salsa e uma cebola.</li> <li>- Depois de cozida corta-se aos bocados.</li> <li>- Num tacho põe-se o azeite com o toucinho cortado aos cubos e logo que esteja derretido tira-se e na gordura que ficou aloura-se a cebola picada.</li> <li>- Junta-se a dobrada e o grão cozido e um pouco de água da cozedura da dobrada.</li> <li>- Deixa-se apurar e serve-se bem quente.</li> </ul>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<p><b>Tripas à moda do Porto (p. 78)</b></p> <p>1,5 kg de tripas, folho e favos de vitela</p> <p>200 g de chouriço</p> <p>150 g de presunto com gordura</p> <p>1 orelha de porco</p> <p>1 mão de vitela</p> <p>1 chouriço</p> <p>Meio frango</p> <p>2 cebolas</p> <p>1 l de feijão-branco</p> <p>3 cenouras</p> <p>1 folha de louro</p> <p>100 g de banha</p> <p>1 ramo de salsa</p> <p>1 limão</p> <p>Sal, pimenta e cominhos</p> <p>Tacho, terrina</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparam-se as tripas, lavando-as muito bem e esfregando-as com sal e sumo de limão.</li> <li>- Põem-se num alguidar com água e rodelas de limão, até ficarem brancas.</li> <li>- Cozem-se todas as carnes separadamente e o feijão como habitualmente.</li> <li>- Num tacho, leva-se a alourar na banha a cebola e a folha de louro.</li> <li>- Juntam-se as tripas e todas as carnes cortadas aos bocados, o feijão, as cenouras cozidas e um pouco de caldo de carne;</li> <li>- tempera-se com sal, pimenta e cominhos.</li> <li>- Ferve durante 25 minutos e serve-se em terrina polvilhada com salsa picada.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	- Simultaneamente, faz-se um tacho de arroz de forno, que se serve ao mesmo tempo.  Alourar, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Creme torrado – Porto</b> (p. 94)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 l de leite 60 g de farinha maisena 4 gemas de ovo 60 g de açúcar 250 g de açúcar para caramelo
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Taça pouco profunda
MODO DE PREPARAÇÃO	- Amorna-se o leite. - Desfaz-se a maisena, o açúcar e as gemas num pouco de leite frio (tirado do litro). - Mistura-se ao leite morno, envolve-se bem e leva-se ao lume, mexendo sempre, até cozer. - Deita-se em taça pouco funda ou em tacinhas individuais. - Quando frio rega-se com o caramelo.
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Doce portuense</b> (p. 95)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	500 g de açúcar 10 gemas 25 g de manteiga 100 g de miolo de amêndoa 100 g de doce de chila
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Máquina, taça.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Leva-se ao lume o açúcar com um pouco de água. - Ferve até ter ponto de pérola; - juntam-se a amêndoa pelada e passada pela máquina e a chila.

TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Retira-se do lume, arrefece e adicionam-se as gemas misturadas com a manteiga.</li> <li>- Leva-se novamente ao lume, mexendo sempre, para as cozer.</li> <li>- Serve-se em taça.</li> </ul> <p>Ferver, ponto pérola.</p>
TÍTULO DA RECEITA	<b>Formigos – Porto (p. 96)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>400 g de açúcar  4 dl de água  Casca de 1 limão ralada  3 colheres de sopa de pão duro ralado  6 gemas de ovo  200 g de amêndoas, passas e pinhões  3 colheres de sopa de mel  Canela em pau  1 copo de vinho do Porto  35 g de manteiga</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leva-se o açúcar ao lume com a água até obter ponto de pérola.</li> <li>- Juntam-se todos os elementos sem as gemas e deixa-se ferver com cuidado, para não ficar duro.</li> <li>- Tira-se do lume, arrefece um pouco e misturam-se as gemas, previamente batidas.</li> <li>- Volta ao lume para as cozer, mexendo sempre.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ponto de pérola, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Massapães – Porto (120)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>600 g de miolo de amêndoa  500 g de açúcar  1 clara  Amêndoa para enfeitar  Obreia ou hóstia</p>

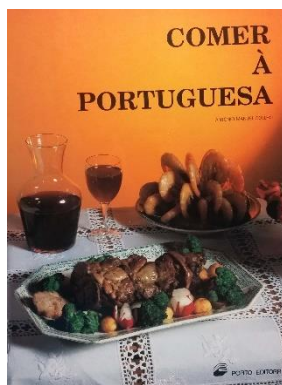
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Máquina, tacho, tabuleiro, tesoura
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leva-se o açúcar, com água a cobrir, ao lume, até ter ponto de espadana.</li> <li>- Nessa altura mistura-se a amêndoa pelada e passada pela máquina.</li> <li>- Deixa-se ferver até fazer estrada no fundo do tacho.</li> <li>- Retira-se do lume e arrefece completamente.</li> <li>- Mistura-se com a clara.</li> <li>- Num tabuleiro, coloca-se uma folha de obreia e sobre ela colocam-se vários montinhos de preparado com uma amêndoa inteira em cima.</li> <li>- Vão ao forno forte para tostar, o que é rápido.</li> <li>- Tiram-se do forno e com uma tesoura apura-se a obreia à volta dos massapães.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ponto de espadana, ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Mexidos – Porto (p. 98)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO	
TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>4 papos-secos  1 colher de sopa bem cheia de mel  150 g de açúcar  1 limão  1 pau de canela  1 cálice de vinho do Porto  1 l de leite  30 g de nozes  50g de pinhões  50 g de passas de uva  50 g de abóbora  Canela para polvilhar</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho, taça.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leva-se ao lume, num tacho, o leite com o pau de canela, uma tira da casca do limão e o açúcar.</li> <li>- Quando começar a ferver mistura-se o pão duro e cortado aos quadradinhos.</li> <li>- Ferve até desfazer o pão e juntam-se os frutos secos e picados e o mel.</li> <li>- Ferve mais um pouco, até ter a consistência desejada.</li> <li>- Ao retirar do lume mistura-se a abóbora picada.</li> <li>- Deita-se em taça e polvilha-se com canela.</li> </ul>

TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Pão - podre da D. Celeste – Porto (p. 113)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	250 g de açúcar 1 kg de farinha 100 g de massa de pão 125 g de manteiga 12 gemas de ovo 6 claras
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batem-se muito bem os ovos, levemente aquecidos em banho-maria (para não cozerem).</li> <li>- Esfarela-se o pão em massa e aos poucos vai-se desfazendo nos ovos.</li> <li>- Junta-se a farinha e, depois, a manteiga derretida.</li> <li>- Amassa-se como se fosse pão.</li> <li>- Deixa-se repousar em lugar quente, coberto com um guardanapo e um cobertor, até levedar.</li> <li>- Quando a massa tiver atingido o dobro do volume formam-se roscas, que se colocam em tabuleiros polvilhados com farinha.</li> <li>- Descansam durante uma hora e vão a cozer em forno bem quente.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Roscas – Porto (p. 114)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	3 ovos inteiros 2 gemas 90 g de manteiga 180 g de açúcar 30 g de fermento de padeiro Leite Farinha até tender Gema de ovo para dourar.

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Alguidar, cobertor, tabuleiros.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Num alguidar, deitam-se os ovos aquecidos em banho-maria (mornos) e, pouco a pouco, batem-se com o açúcar.</li> <li>- Mistura-se o fermento, que se desfaz num pouco de leite morno, e a manteiga amolecida.</li> <li>- Junta-se a farinha até tender e amassa-se muito bem.</li> <li>- Cobre-se com um cobertor e põe-se em sítio quente, para levedar.</li> <li>- Quando levedado formam-se pequenas argolas, que se colocam em tabuleiros, polvilhadas com farinha, que voltam a repousar, cobertas com um pano, cerca de uma hora.</li> <li>- Douram-se com gema de ovo e vão ao forno a cozer.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Banho-maria.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Toucinho-do-céu conventual – Porto (p. 92)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>500 g de açúcar  Água  100 d de miolo de amêndoa  2 dl de doce de cabaço  20 gemas.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Máquina, forma baixa.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Leva-se ao lume o açúcar com um pouco de água, até atingir ponto de espadana.</li> <li>- Junta-se a amêndoa sem pele e passada pela máquina.</li> <li>- Ferve um pouco e adiciona-se o doce de cabaço.</li> <li>- Deixa-se ferver tudo cerca de quinze minutos, mexendo sempre.</li> <li>- Retira-se do lume, arrefece um pouco e misturam-se as gemas já batidas.</li> <li>- Volta ao lume para as cozer.</li> <li>- Deita-se a mistura, depois de completamente fria, numa forma baixa, untada com manteiga e forrada com papel vegetal também untado.</li> <li>- Leva-se ao forno para cozer.</li> <li>- Desenforma-se e polvilha-se com açúcar, a cobrir completamente.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ponto de espadana, ferver.



FICHA DE LEITURA Nº 41 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>COMER À PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	COELHO, António Manuel
DATA DA PUBLICAÇÃO	1994 (1ª edição)
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORA	Porto Editora
COTA (biblioteca)	Q6-11-71 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	40
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE	Tripas à moda do Porto (p. 66)

PORTO E/OS SEUS  
HABITANTES (“PORTUENSES”  
E “TRIFEIROS”)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE  
HOMENAGEIAM PESSOAS  
LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL 0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Tripas à moda do Porto (p. 66)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

1 kg feijão manteiga  
1 kg de tripas  
1 mão de vitela  
½ frango  
2 chouriças  
200 g de toucinho  
200 g de presunto  
1 ouvido de porco  
3 cravinhos  
2 cenouras  
1 cebola grande  
colorau  
salsa  
alho  
2 folhas de louro  
sal e pimenta

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

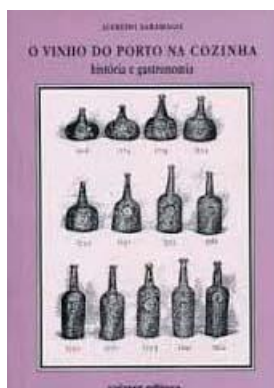
- Coza o feijão à parte.
- Coza as tripas e a mão de vitela com folhas de louro.
- Faça um refogado com uma cebola e o alho.
- Adicione as carnes, o toucinho, o presunto e uma chouriça, cortados em bocados, as tripas e a mão cozidas também cortadas e junte um pouco de água.
- De seguida, junte o ouvido de porco, a outra chouriça, o meio frango inteiro e deixe refogar.
- Junte o cravinho, o colorau, os cominhos e a cenoura às rodelas.
- Quando as carnes estiverem bem cozidas, retire as carnes inteiras (o ouvido, o frango e a chouriça), acrescente o feijão, retifique os temperos e deixe apurar.
- Corte o ouvido aos palitos, a chouriça às rodelas e esfie o frango.

TÉCNICAS DE COZEDURA

- Espalhe estas carnes por cima das tripas.
- Polvilhe com cominhos e salsa picada.

Refogar.

FICHA DE LEITURA Nº 42 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>O VINHO DO PORTO NA COZINHA - HISTÓRIA E GASTRONOMIA</b>
AUTOR(ES)	SARAMAGO, Alfredo
DATA DA PUBLICAÇÃO	1995
LOCAL DE EDIÇÃO	Sintra
EDITORA	Colares Editora
COTA (biblioteca)	T7-7-117(5) BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	99
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	Arenque à portuguesa (p. 67) Ovos à portuguesa (p. 74) Filetes de pescada à portuguesa (p. 78) Tornedós à portuguesa (p. 90)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Chambão de vaca portuense (p. 92) Batatas do Porto (p. 118)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

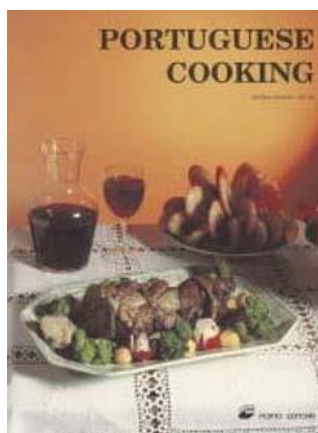
### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Batatas do Porto</b> (p. 118)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Batatas Manteiga Vinho do Porto Farinha Salsa Pimenta preta Sal
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Desfaça meio pacote de manteiga em lume brando e junte-lhe pimenta preta, sal, salsa e uma colher de farinha. - Mexa muito bem. - Adicione depois um copo médio de vinho do Porto. - Volte a mexer e deixe ferver durante três minutos. - Coza as batatas, corte-as às rodelas grossas e ponha o molho em cima.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Chambão de vaca portuense</b> (p. 92)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Chambão Cebola Alho Louro Canela

	Café Cravinhos Vinho do Porto Azeite
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tacho
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Pique o chambão com dois cravinhos.</li><li>- Tempere-o com sal e pimenta.</li><li>- Faça um refogado com duas cebolas picadas, três dentes de alho, uma folha de louro, uma colher de café de canela, uma colher de café de açúcar, tudo passado por duas colheres de azeite.</li><li>- Quando o refogado estiver pronto, junte dois tomates pelados e sem pevides.</li><li>- Desfaça-os bem no refogado.</li><li>- Junte um copo grande de vinho do Porto.</li><li>- Ponha o chambão dentro do tacho e espere uma hora.</li><li>- Não passe o molho.</li></ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.

FICHA DE LEITURA Nº 43 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>PORTUGUESE COOKING</b>
AUTOR(ES)	COELHO, António Manuel
DATA DA PUBLICAÇÃO	1995
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORA	Porto Editora
COTA (biblioteca)	S.A. 79722 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	40
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	TRIFE OF OPORTO STYLE / Tripas à Moda do Porto (p. 66)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

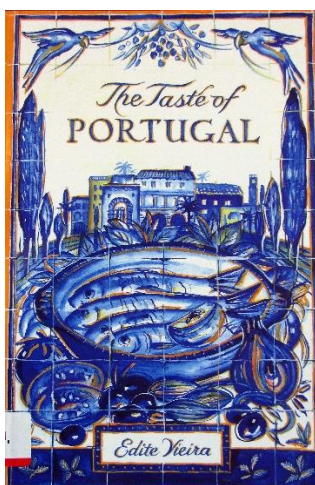
TÍTULO DA RECEITA	<b>TRIFE OF OPORTO STYLE / Tripas à Moda do Porto (p. 66)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 people
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg butter beans  1 kg tripe  1 knuckle of calf  ½ chicken  2 “chouriças” (smoked sausages)  200 g “toucinho” (uncured bacon)  200 g “presunto” (smoked ham)  1 pig’s ear  3 cloves  2 carrots  1 large onion  paprika  cumin  parsley  garlic  2 bay leaves  salt and pepper</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Boil the beans separately.</li> <li>- Boil the tripe and the knuckle of calf with the bay leaves. Fry the onion with the crushed garlic, when the onion is brown add the uncured bacon, smoked ham and the sausage, all chopped small.</li> <li>- Then add the boiled ham and the sausage, all chopped small, and a little water.</li> <li>- Next, add the whole pieces of meat (the pigs ear, the other sausage, and the half chicken) and leave to cook.</li> <li>- When the meats are well cooked, check the seasoning and add the cloves, paprika, cumin, and the carrots (chopped).</li> </ul>



## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Take out the whole pieces of meat (the ear, “chouriça” and chicken).
- Then add the beans to the pot, add salt and pepper if needed, and leave to simmer until all the meats and beans are soft.
- In the meantime, cut the ear in strips, the sausage in slices and part the chicken.
- Put the “tripas” in a serving dish and spread the meats on top.
- Sprinkle some cumin and chopped parsley on top and the dish is ready to serve.

FICHA DE LEITURA Nº 44 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>THE TASTE OF PORTUGAL</b> - Traditional Portuguese Cuisine.
AUTOR(ES)	VIEIRA, Edite
DATA DA PUBLICAÇÃO	1995
LOCAL DE EDIÇÃO	London
EDITORA	Grub Street
COTA (biblioteca)	S.A. 157450 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	353
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	Bread-Pap, Portuguese Style / Açorda (pp. 58-59) Snails, Portuguese Style / Caracois à portuguesa (p. 93) Boiled Meat and Vegetables, Portuguese Style / Cozido à portuguesa (pp. 100-101) Bean Stew, Portuguese Style / Feijoada à portuguesa (p. 103) Chicken Rice, Portuguese Style / Arroz de galinha à portuguesa (p. 125)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	<p>Tomato Sauce, Portuguese Style / Molho de tomate à portuguesa – or Tomatada (pp. 135-136)</p> <p>Stewed Green Beans, Portuguese Style / Feijão verde guisado à portuguesa (p. 141)</p> <p>Chantilly Cream, Portuguese Style (p. 217)</p> <p>Butter Cream of Fillings, Portuguese Style (p. 218)</p> <p>Custard for Fillings, Portuguese Style (p. 218)</p>
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	<p>Port Wine Sauce (p. 137)</p> <p>Mulled Port/ Porto Quente (p. 228)</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	<p>Tripe, Oporto Style/ Tripas à Moda do Porto (pp. 107-108)</p> <p>Golden Spaghetti Squash / Doce Dourado de Chila (pp. 167-168) – variante de “Sopa dourada das Freiras de Santa Clara do Porto)</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	<p>Salt Cod Gomes de Sá Fashion/ Bacalhau à Gomes de Sá (pp. 73-74)</p>

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Salt Cod Gomes de Sá Fashion/ Bacalhau à Gomes de Sá</b> (pp. 73-74)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	serves 4 to 6
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 lb (450 g) salted cod, from the thick middle slices</p> <p>1 ½ lb (675 g) potatoes (boiled in their skins, then peeled and sliced)</p> <p>3-4 hard-boiled eggs</p> <p>½ pint (300 ml) hot milk</p> <p>2 medium onions, sliced</p> <p>2 cloves garlic, finely chopped</p> <p>4 fluid oz (120 ml) olive oil</p> <p>2 sprigs parsley, chopped</p> <p>salt and pepper</p> <p>20 black olives, for garnishing</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Soak the cod really well for 24 hours, changing the water various times.</li> <li>- Place it in a pan with enough boiling water to cover it.</li> <li>- Do not bring to the boil.</li> <li>- Leave it soaking in the boiling water for 30 minutes.</li> </ul>

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Put a thick cloth over the pan, to keep it hot.</li> <li>- Then drain the cod; skin and bone it.</li> <li>- Flake it carefully with your fingers, and put the pieces into a deep dish, pouring the hot milk over.</li> <li>- Leave to soak for 2 hours.</li> <li>- Put the oil, onions and garlic in a large pan and fry until golden.</li> <li>- Add the sliced potatoes and the flaked cod (having drained off the milk).</li> <li>- Taste for salt, and sprinkle with pepper.</li> <li>- Heat the whole mixture in the oil, over a low flame, turning it now and then, without actually allowing it to fry.</li> <li>- Transfer it to a fireproof dish (or an earthenware one, if possible) and bake for 15 minutes, top shelf, in a preheated oven (210º/425ºF/Gas 7).</li> <li>- Serve at once, garnished with the sliced boiled eggs, olives and chopped parsley.</li> </ul>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p>	<p><b>Tripe, Oporto Style/ Tripas à Moda do Porto</b> (pp. 107-108)</p>
<p>TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA</p>	
<p>QUANTIDADES</p>	<p>serves 4 to 6</p>
<p>LISTA DE INGREDIENTES</p>	<p>1 ½ LB (675 g) white tripe (veal, for preference) – honeycomb, flat tripe and thick seam          ½ medium-size chicken          4 oz (110 g) streaky bacon          4 oz (110 g) chouriço          4 oz (110 g) presunto          1 calf's foot (optional)          1 pig's ear (optional)          2 large onions, chopped          2 medium carrots, sliced          1 tablespoon lard          2 sprigs parsley          1 bay leaf          1 lb (450 g) butter beans          ½ teaspoon cumin (optional)          salt          freshly ground pepper</p>
<p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p>	
<p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wash the tripe thoroughly, both outside and in rub well with lemon and salt to clean still further.</li> <li>- Wash again, under the tap.</li> <li>- Boil in salted water until tender.</li> </ul>

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- It is difficult to predict how long it will take, because much depends on how the tripe dresser has prepared it.</li> <li>- The best policy is to cook the tripe well in advance and test it now and then, keeping it waiting later on, if necessary, as it is essential that it is tender.</li> <li>- In a separate pot, boil the other meat (remember that the cured meat contains salt already), together with the trotter and/or pig's ear. (You should at least use one or the other, for a richer dish.) Add to this pan the onions, carrots, chopped parsley, bay leaf and lard.</li> <li>- When everything is cooked, set aside.</li> <li>- Using enough of the cooking liquor, bring the beans (soaking since the previous day) to the boil, and cook until tender.</li> <li>- When all is done, drain the meat and vegetables, cut the tripe and all the other meat in conveniently-sized pieces and mix with the beans.</li> <li>- Add some of the liquor to this and boil it all together for 10-15 minutes over low flame, to combine the flavours and thicken a little.</li> <li>- Taste for seasoning, add some freshly ground pepper and serve, sprinkled with a few cumin seeds (optional) and/or some chopped parsley.</li> <li>- The classic accompaniment for this dish is rice.</li> </ul>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<p><b>GOLDEN SPAGHETTI SQUASH / DOCE DOURADO DE CHILA</b> (pp. 167-168) variante da receita - Sopa Dourada das Freiras de Santa Clara do Porto -</p> <p>Serves 6 to 8.</p> <p>8 oz (225 g) spaghetti squash jam (p. 213) 6-7 oz (175-200 g) stale sponge cake (see recipes for pão de ló, p. 203) 10 eggs yolks 1 lb (450 g) granulated sugar 1 piece of orange rind (or some orange water) 1 tablespoon candied citron or lemon peel 5 oz (140 g) roughly ground almonds 1 teaspoon cinnamon.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Slice the cake and place it on a platter.</li> <li>- Set aside.</li> <li>- Make a syrup with the sugar and some orange water or</li> </ul>

## TÉCNICAS DE COZEDURA

with plain water and the orange rind.

- Boil until thickish and pour some over the sliced cake, just to soak it.
- Mix the jam and candied peel with the remaining syrup and simmer for 1-2 minutes.
- Add the almonds, mix well, boil for another minute.
- Remove from the heat and allow to cool a little.
- Then beat in the egg yolks and simmer again, whilst stirring, to thicken.
- Pour this mixture over the sliced cake and when cold sprinkle the cinnamon.

FICHA DE LEITURA Nº 45 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>CEM MANEIRAS DE COZINHAR BACALHAU</b>
AUTOR(ES)	MARIA, Rosa
DATA DA PUBLICAÇÃO	1996
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORA	Civilização
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	86
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Bacalhau à portuguesa (p. 3)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Bacalhau à Congregado (Porto) (p. 3)  
Bacalhau à modo do Porto (pp. 6-7)  
Bacalhau à portuense (p. 7)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Gomes de Sá (p. 14)

## RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Bacalhau à Congregado (Porto) - p. 3**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

Bacalhau  
Batatas  
Cebolas  
Salsa  
Dentes de alho  
Cravo  
Pimenta  
Azeite.

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

- Toma-se bacalhau cru, depois de posto de molho, parte-se em lascas e batatas cruas em rodas.  
- Deita-se num tacho ou numa caçarola uma camada de rodas de cebola com um ramo de salsa, dentes de alho em rodas, cravo, pimenta e outra camada de bacalhau e rodas de batatas.  
- Por cima destas duas camadas deita-se uma porção de bom azeite que quase cubra a mistura.  
- Leva-se a caçarola tapada a lume brando, agitando-a até que o bacalhau esteja cozido.

TÉCNICAS DE COZEDURA

TÍTULO DA RECEITA

**Bacalhau à Gomes de Sá (p. 14)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES



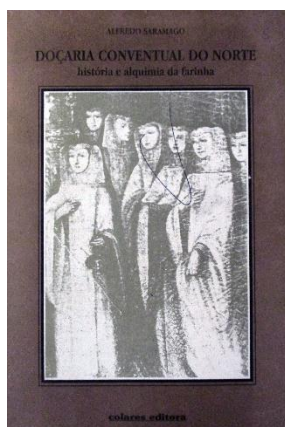
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas Cebolas Azeite Pimenta.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Bacalhau cozido, cortado aos bocadinhos, batatas cozidas e cebolas cruas cortadas às rodelas; deitar tudo dentro do tacho com azeite e pimenta, refogar bem, tendo o tacho bem coberto com a tampa. - Servir quente.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à moda do Porto</b> (pp. 6-7)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas Cebola Salsa Dentes de alho Cravo de cabecinha Pimenta Azeite fino
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Demolhar o bacalhau e dividi-lo em lascas; descascar batatas cruas e cortá-las em rodelas. - Deitar num tacho uma camada de rodas de cebola, um ramo de salsa, rodas de dentes de alho, cravo de cabecinha, pimenta, uma camada de bacalhau e uma de rodas de batatas; cobrir tudo com azeite fino e levar o tacho tapado a lume brando, agitando-o até que o bacalhau esteja cozido.
TÉCNICAS DE COZEDURA	

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à portuense</b> (p. 7)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	

QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau Batatas Salsa Pimenta Azeite.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cozer o bacalhau, segundo a regra; tirar a pele e as espinhas, dividir em lascas e misturar com bocados de batata cozida, em quantidade superior à do bacalhau; temperar com salsa picada e uma pitada de pimenta; passar na máquina de picar.</li><li>- Pôr ao lume, numa frigideira, uma porção de azeite fino; em estando a ferver, junta a massa preparada e misturá-la bem com o azeite, ligando-a em seguida para formar um bolo, que se retira do lume, quando começa a alourar.</li><li>- Pode-se perfumar o azeite, juntando-lhes dentes de alho picados que se retiram quando loiros.</li></ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	

FICHA DE LEITURA Nº 46 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>DOÇARIA CONVENTUAL DO NORTE - HISTÓRIA E ALQUIMIA DA FARINHA</b>
AUTOR(ES)	SARAMAGO, Alfredo
DATA DA PUBLICAÇÃO	1996
LOCAL DE EDIÇÃO	Sintra
EDITORA	Colares Editora
COTA (biblioteca)	T7-7-117(10) BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

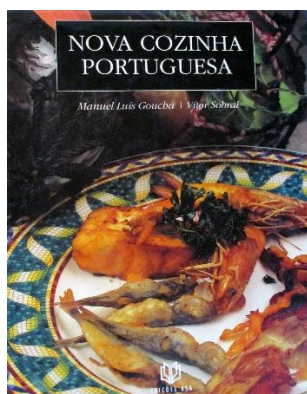
REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	186
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Sopa Dourada das Freiras de Santa Clara do Porto (p. 73)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Sopa Dourada das Freiras de Santa Clara do Porto (p. 73)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Fatias de pão-de-ló Açúcar Ovos Laranja Chila Cidrão ou cascas de limão cristalizadas Amêndoas raladas
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Embeba fatias de pão-de-ló vulgar em calda de açúcar em ponto de espadana na qual deve ter deitado raspas de meia laranja. - Retire as fatias e coloque numa travessa. - Na mesma calda de açúcar que serviu para embeber as fatias de pão-de-ló deite pedaços muito pequenos de chila, de cidrão (se tiver dificuldade em encontra-lo pode substituir por cascas de limão cristalizadas) e deite também 250 g de amêndoas raladas. - Deixe ferver e depois de retirar do lume junte 20 gemas de ovos. - Leve novamente esta massa ao lume para cozer os ovos e deixe engrossar. - Deite depois por cima das fatias de pão-de-ló que já estão na travessa.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ponto de espadana, ferver.

FICHA DE LEITURA Nº 47 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>NOVA COZINHA PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	GOUCHA, Luís; SOBRAL, Vítor
DATA DA PUBLICAÇÃO	1996
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORA	Asa
COTA (biblioteca)	B5-9-12 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	49
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	O meu bife à portuguesa (p. 88)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”) 0

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL 0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

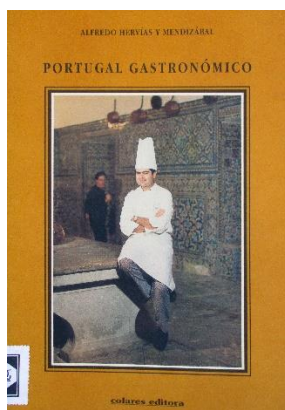
LISTA DE INGREDIENTES

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

TÉCNICAS DE COZEDURA

FICHA DE LEITURA Nº 48 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>PORTUGAL GASTRONÓMICO</b>
AUTOR(ES)	MENDIZÁBAL, Alfredo Hervías
DATA DA PUBLICAÇÃO	1996
LOCAL DE EDIÇÃO	Sintra
EDITORA	Colares Editora
COTA (biblioteca)	T7-7-117(9) BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	109
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Bife na frigideira à portuguesa (Tavares Rico) (p. 20) Cozido à portuguesa (Chanquinhas) (p. 185)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Tripas à Moda do Porto (p. 184)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à Moda do Porto</b> (p.184)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>Tripas Folhos e mãos de vitela Chouriço Orelha de porco Frango Cebolas Cenouras Louro, alho Feijão branco (manteiga) Azeite e óleo Sal q.b., pimenta e picante</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Alguidar, tacho.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prepare as tripas de vitela, lavando-as muito bem e esfregando-as com sal e limão (muito limão).</li> <li>- Meta-as num alguidar com água e rodela de limão, até ficarem brancas, pelo menos durante 24 horas.</li> <li>- Coza todas as carnes separadamente e o feijão, como habitualmente.</li> <li>- Num tacho, leve a alourar no azeite e/ou óleo, a cebola, o louro e o alho.</li> <li>- Deixe refogar bem, até obter um tom alourado.</li> <li>- No refogado junte então as tripas, e todas as carnes que foram previamente entaladas (cozidas um pouco).</li> <li>- Este refogado deve estar a cozinhar em lume brando, para que fique bem apurado.</li> <li>- Depois das carnes estarem a refogar lentamente em lume brando e durante mais ou menos meia hora, junte-lhes o feijão q.b., e a água de cozer o mesmo, assim como um pouco de água de cozer as carnes.</li> <li>- Deixe novamente cozinhar em lume brando, mexendo de vez em quando, para não pegarem ao fundo do tacho.</li> </ul>



## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Rectifique os temperos.
- Cobra com salsa inteira e deixe repousar.
- Quando for a servir, enfeite com as carnes cortadas às fatias ou bocados.
- Acompanhe com arroz branco, ou de forno

Refogar.

FICHA DE LEITURA Nº 49 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>O LIVRO DE PANTAGRUEL</b>
AUTOR(ES)	ROSA LIMPO, Bertha; CANTO, Jorge Brum; CAETANO, Maria Manuela Limpo
DATA DA PUBLICAÇÃO	1997 (60ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Círculo de Leitores
COTA (biblioteca)	Biblioteca Pessoal

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Donas de casa
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	5246
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	<p>Creme de ostras à portuguesa (p. 141)</p> <p>Sopa de água de peixe à portuguesa (p. 147)</p> <p>Sopa gratinada de cebola à portuguesa (p. 158)</p> <p>Sopa de hortaliça à portuguesa (p. 159)</p> <p>Cozido à portuguesa (p. 186)</p> <p>Croquetes de atum de conserva à portuguesa (p. 243)</p> <p>Filetes à portuguesa (p. 329)</p>

	<p>Bifes de vaca na frigideira à portuguesa (p. 374)</p> <p>Bifes de vaca panados à portuguesa (p. 377)</p> <p>Vaca estufada à portuguesa (p. 389)</p> <p>Cabeça de vitela à portuguesa (p. 404)</p> <p>Peito de vitela recheado à portuguesa (p. 406)</p> <p>Carneiro guisado à portuguesa (p. 414)</p> <p>Cabeça de achar à antiga portuguesa (p. 430)</p> <p>Fiambre à antiga portuguesa (p. 437)</p> <p>Covilhetes à portuguesa (p. 445)</p> <p>Frango de fricassé à portuguesa (pp. 485-486)</p> <p>Peru assado e recheado à portuguesa (p. 512)</p> <p>Tarambolas à portuguesa (p. 546)</p> <p>Massa quebrada à portuguesa 1, 2, 3 (pp. 584-585)</p> <p>Massa para «pâtés» e «tartes» à portuguesa 1,2, (p. 588)</p> <p>Croquetes de atum de conserva à portuguesa (p. 603)</p> <p>Torta à portuguesa (p. 626)</p> <p>Feijão verde guisado à portuguesa (p. 676)</p> <p>Esparregado de nabiças à portuguesa (p. 679)</p> <p>Esparregado de nabiças à portuguesa com coentros (p. 679)</p> <p>Bolo-rei à portuguesa (p. 861)</p> <p>Massa areada à portuguesa com manteiga (pp. 893-894)</p> <p>Massa areada à portuguesa com manteiga e banha (p. 894)</p> <p>Massa areada à portuguesa com margarina (p. 894)</p> <p>Pudim de ovos à portuguesa [2 Versões) (p. 923)</p> <p>Farólias à portuguesa (p. 940)</p> <p>Ovos mexidos à antiga (receita portuguesa do século XV) (p. 948)</p> <p>Tapioca doce à portuguesa (p. 952)</p> <p>Bomba portuguesa (p. 1018)</p> <p>Aguarela portuguesa (p. 1020)</p> <p>Abril em Portugal (p. 1061) («Cocktails»)</p>
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	<p>Molho de vinho do Porto (p. 74)</p> <p>Escalopes de vitela com porto (p. 402)</p> <p>Túberas com madeira ou porto (p. 686)</p> <p>«Noisettes» com porto (p. 1038)</p> <p>Porto 19 - «Cocktails» - (p. 1063)</p> <p>Porto de espécie – Outras bebidas compostas - (p. 1073)</p>
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	<p>Tripas à moda do Porto (p. 474)</p>
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	<p>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 243)</p> <p>Bacalhau à Zé do Pipo (p. 255)</p> <p>Sopa dourada das freiras de Santa Clara do Porto (p. 950)</p>

## RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> (p. 243)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	3 postas grandes de bacalhau cozido 750 g batatas cozidas 3 cebolas médias em rodelas 2 alhos cortadinhos 3 ovos cozidos Salsa, pimenta, sal, azeite e azeitonas q.b.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Frigideira larga.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Desfaz-se o bacalhau em lascas e cortam-se as batatas aos bocados. - Numa frigideira larga, cozem-se as cebolas e os alhos em bastante azeite até ficarem transparentes. - Juntam-se os pedaços de bacalhau e de batata, refogam-se levemente e adiciona-se um ovo cozido picado. - Retira-se do lume, tempera-se com pimenta, rectificam-se de sal e serve-se guarnecido com bastante salsa picada, os restantes ovos cozidos cortados em rodelas e azeitonas pretas.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	“1) Uma versão” <b>Bacalhau à Zé do Pipo</b> (p. 255)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	4 postas bacalhau bem demolido 2 cebolas em rodelas finas 3 gemas de ovos 1 a 2 fatias de pão de milho (broa) q.b. azeite, óleo, puré de batata e azeitonas
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira funda de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Espalham-se as cebolas numa assadeira funda de barro untada com azeite e, sobre elas, colocam-se as postas de bacalhau, regando tudo abundantemente com azeite até quase o cobrir. - Coze-se em fogo médio.

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Estando assado, escorre-se o azeite para uma tigela, que se coloca dentro de outra com bastante gelo, a fim de perder rapidamente o excesso de calor.</li> <li>- Bate-se então uma maionese com as gemas e um pouco de óleo.</li> <li>- Quando principia a engrossar, continua-se com o azeite (já morno) da assadura do bacalhau, deitando-o sempre em fio delgado até ao fim.</li> <li>- Espalha-se sobre o bacalhau, salpica-se com o miolo da broa esfarelado e contorna-se a assadeira com puré de batata.</li> <li>- Mete-se em forno esperto para tostar levemente e, ao tirar, guarnece-se com azeitonas.</li> </ul> <p>Assar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p>“2) Outra versão” <b>Bacalhau à Zé do Pipo</b> (p. 255)</p> <p>3 a 4 postas bacalhau demolhadas  1 cebola picadinha  2 alhos picados  1 1/2 dl azeite  q.b. puré de batata, maionese (nº 83), farinha e pickles</p> <p>Plangana de barra, pírex.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dá-se uma fervura às postas de bacalhau, passam-se por água fria e limpam-se das peles e espinhas mais fáceis de retirar.</li> <li>- Enxugam-se, passam-se por farinha, fritam-se de ambos os lados no azeite fervente até ficarem douradinhas e dispõem-se numa plangana de barro ou num pírex.</li> <li>- Alouram-se a cebola e os alhos no azeite da fritura e vaza-se tudo sobre as postas de bacalhau, juntando a gosto pickles picados.</li> <li>- Contorna-se a plangana (ou o pírex) com puré de batata, cobre-se o bacalhau com maionese e vai a forno quente de 5 a 10 minutos.</li> <li>- Serve-se sem demora.</li> </ul> <p>Fervura, fritar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p>	<p>“3) Ainda outra versão” <b>Bacalhau à Zé do Pipo</b> (p. 255-256)</p>

TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 lombo grosso bacalhau 1 cebola picadinha 4 gemas de ovos q.b. leite, azeite, puré de batata, azeitonas, louro, sal e pimenta
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Travessa de ir à mesa e ao forno, escumadeira
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demolha-se o bacalhau durante 24 horas, mudando-lhe a água por duas vezes.</li> <li>- Corta-se em postas largas e torna a pôr-se de molho em água mais 24 horas, mudando-a também por duas vezes.</li> <li>- Escorre-se, enxuga-se e coze-se coberto de leite.</li> <li>- Leva-se a cebola ao lume com bastante azeite, só até ficar transparente, juntam-se louro, pimenta e algumas colheres do leite da cozedura do bacalhau, para, por seu turno, a cebola cozer completamente.</li> <li>- Colocam-se numa travessa que possa ir à mesa e ao forno as postas de bacalhau e, sobre elas, as cebolas retiradas do molho com uma escumadeira.</li> <li>- Com as gemas prepara-se um molho abundante, incorporando-lhes, alternadamente e sempre a bater como quem faz maionese, azeite suficiente e o molho em que cozeu a cebola, e rectifica-se de sal.</li> <li>- Com esta espécie de maionese cobrem-se bem as postas de bacalhau, que se rodeiam com puré de batata.</li> <li>- Vai ao forno só para aquecer.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Sopa dourada das freiras de Santa Clara do Porto (p. 950)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	150 g Fatias de pão-de-ló duro 1/2 kg Açúcar 12 Gemas de ovos 125 g Amêndoa pelada 250 g Doce de chila nº 4497 25 g Cidrão picadinho 1/2 dl escasso Água de flor de laranjeira q.b. Canela em pó

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Peneira, passador de rede, travessa de serviço, passada pela máquina
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cobre-se o açúcar com água e leva-se ao lume até fazer ponto de espadana.</li> <li>- Retira-se e adiciona-se a água de flor de laranjeira.</li> <li>- Nesta calda mergulham-se rapidamente as fatias de pão-de-ló, escoam-se numa peneira ou num passador de rede e passam-se com cuidado para uma travessa de serviço de modo a não se desfazerem.</li> <li>- A calda volta ao lume, juntam-se-lhe o cidrão, a chila e a calda escorrida do pão-de-ló, ferve alguns minutos, leva a amêndoa passada pela máquina, dão-se-lhe umas voltas e retiram-se.</li> <li>- Em amornando, incorporam-se as gemas bem batidas, regressa uma vez mais ao lume, para as cozer e engrossar, o que é rápido.</li> <li>- Vaza-se sobre as fatias de pão-de-ló e polvilha-se com canela.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ponto de espadana, ferver.

TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto (pp. 474-475)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>750g Dobrada  125g Presunto  100g Toucinho  125g Chouriço do Norte  1 Mão pequena de vitela  7 1/2dl Feijão-branco ou manteiga  1 c. sopa cheia Banha  1 c. sopa Azeite  3 Cebolas picadas  4 Cenouras raspadas e cortadas em rodela grossas  1 Ramo Salsa  Sal e pimenta q.b.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Panela de pressão
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Na véspera à noite, põe-se o feijão de molho em água.</li> <li>- No dia seguinte, coze-se, devendo ficar muitíssimo bem cozido.</li> <li>- Em panela de pressão, basta meia hora.</li> <li>- Limpa-se a dobrada das peles, esfrega-se com sal grosso, lava-se em várias águas e coze-se em 7 1/2dl de água temperada com sal, o que leva mais ou menos 4 horas.</li> </ul>

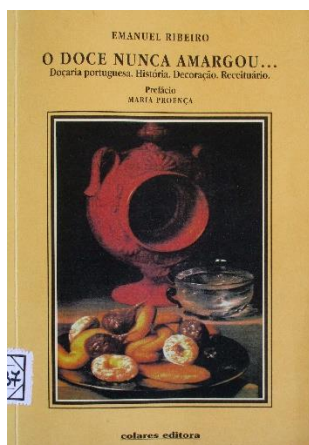
## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Separadamente, coze-se o frango, assim como a mão de vitela, em água e sal.
- Cozem-se as cebolas no azeite e na banha, mexendo sempre, e, antes de aloarem, cobrem-se com caldo da cozedura das carnes e deitam-se o presunto, o toucinho, o chouriço, a salsa picada e as cenouras e temperam-se com pimenta.
- Depois de os enchidos estarem quase cozidos, adicionam-se a dobrada cortada em pedaços, a mão de vitela desossada e o frango, ambos cortados em pedaços, e o feijão cozido, juntando mais caldo das carnes, o necessário para o guisado ficar com molho grosso.
- Servem-se as tripas muito quentes, depois de ferverem para apurar, acompanhadas pelo arroz e guarnecidas com rodelas de chouriço.

Refogar, ferver.



FICHA DE LEITURA Nº 50 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>O DOCE NUNCA AMARGOU ... DOÇARIA PORTUGUESA - HISTÓRIA. DECORAÇÃO. RECEITUÁRIO</b>
AUTOR(ES)	RIBEIRO, Emanuel; PROENÇA, Maria (pref.)
DATA DA PUBLICAÇÃO	1997
LOCAL DE EDIÇÃO	Sintra
EDITORIA	Colares Editora
COTA (biblioteca)	O4-4-77(6) BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

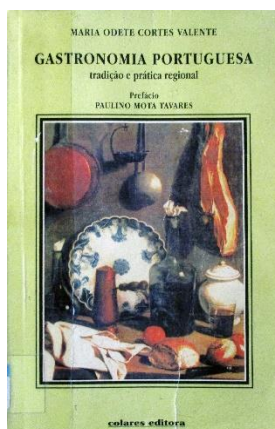
REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	88
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	Compota de maçã à portuguesa (p. 117) Compota de pêssegos à portuguesa (p. 117) Fatias albardadas à portuguesa (p. 120) Manjar branco à portuguesa (p. 121) Manjar real à portuguesa (p. 122) Pudim à portuguesa (p. 124) Sopa dourada à portuguesa (p. 127)

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Biscoitos da Teixeira (p. 85) (Doce - Receita regional do Porto)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Biscoitos da Teixeira</b> (p. 85)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 kg Farinha de primeira qualidade 1 kg Açúcar refinado 100 g Manteiga Ovos Casca de um limão ralada
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Tabuleiros
MODO DE PREPARAÇÃO	- Farinha de primeira qualidade, um quilo; outro quilo de açúcar refinado e 100 gramas de manteiga. - Tudo isto se amassa com os ovos precisos, juntando-se-lhe a casca de um limão ralada. - Feita a massa, formam-se os biscoitos, que vão ao forno em tabuleiros untados de manteiga. - Juntando um pouco a massa, ficam os biscoitos pegados uns aos outros.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.

FICHA DE LEITURA Nº 51 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>GASTRONOMIA PORTUGUESA – TRADIÇÃO E PRÁTICA REGIONAL</b>
AUTOR(ES)	CORTES VALENTE, Maria Odette
DATA DA PUBLICAÇÃO	1998
LOCAL DE EDIÇÃO	Sintra
EDITORIA	Colares Editora
COTA (biblioteca)	64 VALMg BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	498
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Caracóis à portuguesa – Estremadura (p. 12)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Galinha com vinho do Porto – Estremoz – Alentejo (p. 185)

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Bacalhau com broa – Porto – Entre Douro e Minho (p. 107)  
 Tripas à moda do Porto – Entre Douro e Minho (p. 203)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Zé do Pipo – Entre Douro e Minho (p. 110)  
 Pão-Podre da Dona Celeste – Porto – Entre Douro e Minho (pp. 289-290)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Bacalhau com broa – Porto – Entre Douro e Minho (p. 107)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
 TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

600 g de lombo de bacalhau demolido  
 6 fatias de presunto ou salpicão  
 1 folha de louro  
 Pimenta  
 5 colheres de sopa de vinho branco  
 4 dentes de alho  
 150 g de broa  
 1 cebola média  
 3 dl de azeite  
 Manteiga

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

Tabuleiro.

MODO DE PREPARAÇÃO

- Tempera-se o bacalhau com pimenta, louro e vinho branco e os dentes de alho picados.
- Abre-se dos dois lados até à espinha e recheia-se com presunto ou salpicão.
- Cobre-se com a broa esfarelada e pequenas nozes de manteiga e coloca-se em tabuleiro com o fundo coberto com o azeite e a cebola às rodela.
- Leva-se ao forno a assar.
- Serve-se com grelos cozidos ou batatas salteadas.

TÉCNICAS DE COZEDURA

Assar.

TÍTULO DA RECEITA

**Bacalhau à Zé do Pipo – Entre Douro e Minho (p. 110)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
 TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>700 g de bacalhau muito alto  2,5 dl de azeite  2,5 dl de leite  1 dente de alho  1 cebola pequena  Pão ralado  Azeitonas  Puré de batata  2,5 dl de maionese  Sal, pimenta, mostarda e vinagre</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Recipiente, tabuleiro, assadeira de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	<p>- Demolha-se o bacalhau durante dois dias.  - Num recipiente, coloca-se o bacalhau com o azeite, o leite e o dente de alho picado, repousando durante quatro horas.  - Tira-se e leva-se ao forno num tabuleiro, com duas colheres de molho.  - Unta-se uma assadeira de barro com azeite, coloca-se o bacalhau assado e por cima deste a cebola já alourada em cinco colheres (de sopa) de azeite.  - Cobre-se com maionese, em camada espessa, temperada com sal, pimenta, vinagre e mostarda; à volta, enche-se com puré de batata.  - Polvilha-se com pão ralado e vai ao forno a gratinar.  - Serve-se na assadeira enfeitado com azeitonas.</p>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à moda do Porto - Entre Douro e Minho (p. 203)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1,5 kg de tripas, folho e favos de vitela  3 dentes de alho  150 g de presunto com gordura  1 orelha de porco  1 mão de vitela  1 chouriço  ½ frango  2 cebolas  1 l de feijão branco  3 cenouras  1 folha de louro  100 g de banha</p>

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	1 ramo de salsa 1 limão Sal, pimenta e cominhos
MODO DE PREPARAÇÃO	Alguidar, tacho, terrina
TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparam-se as tripas, lavando-as muito bem e esfregando-as com sal grosso e sumo de limão.</li> <li>- Põem-se num alguidar com água e rodela de limão, até ficarem brancas, durante oito horas.</li> <li>- Cozem-se todas as carnes separadamente e o feijão como habitualmente.</li> <li>- Num tacho, leva-se a alourar na banha a cebola, o alho, o presunto às lascas, o chouriço e as cenouras às rodela e a folha de louro.</li> <li>- Juntam-se as tripas e todas as carnes cortadas aos bocados e sem ossos, o feijão e um pouco de caldo de carne; tempera-se com sal, pimenta e cominhos (poucos).</li> <li>- Ferve durante vinte e cinco minutos e serve-se em terrina polvilhada com salsa picada.</li> <li>- Simultaneamente, faz-se um tacho de arroz de forno, que se serve ao mesmo tempo.</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.

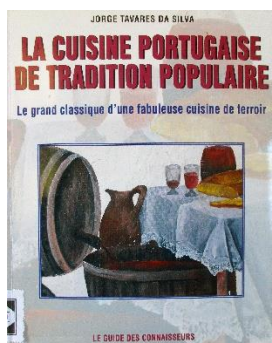
TÍTULO DA RECEITA	<b>Pão-Podre da Dona Celeste – Porto – Entre Douro e Minho</b> (pp. 289-290)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	250 g de açúcar 1 kg de farinha 100 g de massa de pão 125 g de manteiga 12 gemas de ovo 6 claras
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Guardanapo, cobertor, tabuleiros.
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Batem-se muito bem os ovos, levemente aquecidos em banho-maria (para não cozerem).</li> <li>- Esfarela-se o pão em massa e aos poucos vai-se desfazendo nos ovos.</li> <li>- Junta-se a farinha e, depois, a manteiga derretida.</li> <li>- Amassa-se como se fosse pão.</li> <li>- Deixa-se repousar em lugar quente, coberto com um guardanapo e um cobertor, até levedar.</li> </ul>

## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Quando a massa tiver atingido o dobro do volume formam-se roscas, que se colocam em tabuleiros polvilhados com farinha.
- Descansam durante uma hora e vão a cozer em forno bem quente.

Banho-maria, assar.

FICHA DE LEITURA Nº 52 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>LA CUISINE PORTUGAISE DE TRADITION POPULAIRE – LE GRAND CLASIQUE D’UNE FABULEUSE CUISINE DE TERROIR</b>
AUTOR(ES)	SILVA, Jorge Tavares
DATA DA PUBLICAÇÃO	1998 (2ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Rhode-Saint-Genèse
EDITORIA	Le Guide des Connaisseurs
COTA (biblioteca)	S.A. 90669 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	299
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	<p>Cabillaud en Filets a la Portugaise/ Filetes de bacalhau frescal à portuguesa (p. 71)</p> <p>Merluche au Four a la Portugaise/ Pescada no forno à portuguesa (p. 94)</p> <p>Sole a la Portugaise/ Linguado à portuguesa (p. 112)</p> <p>Homard en salade a la Portugaise/ Salada de lavagante à portuguesa (p. 157)</p> <p>Langouste etuvee a la Portugaise/ Lagosta suada à portuguesa (p. 159)</p> <p>Bouilli a la Portugaise/ Cozido à portuguesa (pp. 182-183)</p> <p>Steak a la Portugaise/ Bifes à portuguesa (pp. 186-187)</p>



	Canard au riz a la Portuguese/ Pato com arroz à portuguesa (pp. 217-218) Pluvier a la Portuguese/ Tarambola à portuguesa (p. 227) Feijoada à portuguesa (pp. 260-261) Pois Chiches au Coulis de Tomates/ Tomatada de grão à portuguesa (p. 264) Puree d'épinards a la portugaise/ Esparregado à portuguesa (p. 266) Tomatada à portuguesa (p. 267) Steak a l'Indienne/ Bifes de vaca da Índia portuguesa (p. 281)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Ananas au Porto/ Ananás com vinho do Porto (p. 307-308) Coquilles Saint-Jacques au Porto/ Vieiras com Vinho do Porto (p. 153)
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Morue a la mode de Porto/ Bacalhau à moda do Porto (p. 140) Tripes a la mode de Porto/ Tripas à moda do Porto (p. 188)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Morue Gomes de Sá/ Bacalhau à Gomes de Sá (pp. 137-138)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

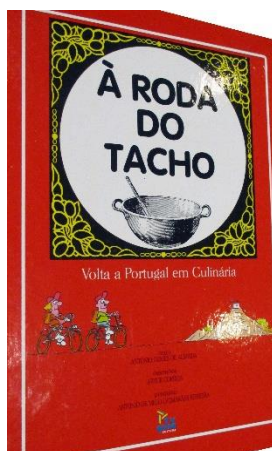
TÍTULO DA RECEITA	<b>Morue Gomes de Sá/ Bacalhau à Gomes de Sá</b> (pp. 137-138)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 personnes
LISTA DE INGREDIENTES	600 g morue sèche 1/2 kg d'oignons 1 cuillère à soupe de paprika doux 3 dl d'huile d'olive 4 oeufs 4 gousses d'ail 2 feuilles de laurier 4 grandes pommes de terre 100 g d'olives noires 1 botte de persil sel et poivre
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Sautesse, thermostat, plat de cuisson

<p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dessaler et hydrater la morue selon le procédé décrit au chapitre.</li> <li>- Faire bouillir à l'eau à peine salée la morue, les pommes de terre entières et les oeufs.</li> <li>- Sortir les pommes de terre quand elles sont encore bien fermes.</li> <li>- La morue et des oeufs cuiront encore un peu.</li> <li>- Couper les pommes de terres en rondelles de 5 mm et les oeufs un peu plus finement.</li> <li>- Défaire la morue en feuilles qui se détachent aisément à la rain, et enlever la peau et les arêtes.</li> <li>- Ces opérations se font plus facilement si on laisse refroidir les ingrédients au préalable.</li> <li>- Entre-temps, dans une sauteuse, cuire très doucement les oignons coupés en fines rondelles dans l'huile d'olive imprégnée de paprika, enrichie d'ail en rondelles et de laurier.</li> <li>- Cette opération - qui garantit la réussite du plat - est assez longue (30 à 35 minutes) et requiert un maximum d'attention.</li> <li>- En effet, les oignons doivent brunir très doucement et de façon uniforme sans brûler.</li> <li>- Ils acquièrent ainsi un goût sucré, qui tourne à l'amer si la cuisson les amène au delà du ton brun foncé.</li> <li>- Il convient d'être particulièrement vigilant en empêchant les rondelles d'oignon d'attacher au fond du plat de travail.</li> <li>- Les quelques oignons qui, malgré tout, brûleraient, seront écartés.</li> <li>- Une fois la cuisson des oignons achevée, disposer dans un plat à rôtir, dans l'ordre: <ul style="list-style-type: none"> <li>- La moitié de l'huile de cuisson des oignons, une couche d'oignons, une couche de pommes de terre, une couche de morue et des rondelles d'oeuf dur.</li> <li>- Répéter autant de fois qu'il le faut, toujours dans le même ordre, saler et poivrer entre les couches.</li> <li>- Sur la dernière couche, disposer la moitié des olives et du persil haché, arroser du reste d'huile de cuisson des oignons et enfourner (thermostat 7/8).</li> </ul> </li> <li>- Laisser cuire environ 10 minutes, sortir du four, ajouter le reste des olives et du persil, en brins, et servir dans le plat de cuisson.</li> </ul>
<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	
<p>TÍTULO DA RECEITA</p>	<p><b>Morue a la mode de Porto/ Bacalhau à moda do Porto (p. 140)</b></p>
<p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p>	
<p>TEMPO DE COZEDURA</p>	
<p>QUANTIDADES</p>	<p>4 personnes</p>

LISTA DE INGREDIENTES	600 g de morue sèche (4 darnes) 2 gros oignons 600 g de pommes de terre 4 gousses d'ail 2 dl d'huile d'olive 1 botte de persil 2 clous de girofle Sel, poivre
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Cocotte
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dessaler et hydrater la morue selon le procedédé décrit au début du chapitre.</li> <li>- Enlever soigneusement la peau et les arêtes, défaire le poisson en feuilles.</li> <li>- Disposer dans une cocotte, dans l'ordre: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les oignons en rondelles, le persil en branches, les clous de girofle, l'ail en rondelles, la morue en feuilles et les pommes de terre crues en rondelles (5 mm).</li> <li>- Répéter l'opération si nécessaire.</li> <li>- Poivrer et saler modérément entre chaque couche, verser dessus toute l'huile d'olive, couvrir la cocotte et cuire à feu très doux.</li> <li>- Pendant la cuisson, prendre la cocotte par les poignées et imprimer vigoureusement un mouvement rotatif d'un quart de tour.</li> <li>- Ceci pour empêcher que la préparation n'attache au fond.</li> <li>- Répéter l'opération 2 ou 3 fois durant la cuisson qui est terminée quand les pommes de terre sont cuites.</li> <li>- Servir sans tarder, soit dans la cocotte soit dans un plat pré-chauffé, couvert.</li> </ul> </li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	
TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripes a la mode de Porto/ Tripas à moda do Porto (p. 188)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	4 personnes
LISTA DE INGREDIENTES	750 g de gras-double 200 g de jambon cru (presunto) 100 g de lard salé 75 g de chouriço 2 pieds de porc 1 pied de veau 1/2 poule à bouillir

	<p>400 g de haricots blancs (secs)  3 oignons  1 oreille de porc  1 cuillère à café de graines de cumin  3 carottes  1 botte de persil  1 cuillère à dessert de saindoux  2 cuillère à dessert de concentré de tomates  1,5 dl de vin blanc  eau (selon les besoins)  sel et poivre</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Casserole, marmite, plat couvert
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Faire tremper la veille les haricots secs, dans de l'eau claire.</li> <li>- Ils s'hydrateront et augmenteront de volume.</li> <li>- Le gras double aura été préparé comme expliqué précédemment.</li> <li>- Faire cuire les haricots, seuls, dans de l'eau légèrement salée, environ 2 heures, à feu moyen, en casserole découverte.</li> <li>- Le gras-double déjà cuit sera découpé en morceaux, et ajouté aux autres viandes également découpées, que l'on aura également fait cuire à l'eau en casserole séparée.</li> <li>- Faire revenir dans l'huile d'olive et le saindoux mélangés, les trois oignons hachés et les carottes en rondelles.</li> <li>- Quand les oignons commencent à dorer, incorporer les viandes déjà cuites et laisser saisir en tournant à l'aide d'une cuillère en bois.</li> <li>- Ajouter le vin blanc et le concentré de tomates, couvrir la marmite à bouillon et laisser cuire environ 20 minutes.</li> <li>- Surveiller la cuisson pour éviter que les ingrédients attachent au fond.</li> <li>- Au besoin ajouter un peu d'eau.</li> <li>- Ajouter les haricots (qui ont déjà deux heures), assaisonner de sel et poivre, et saupoudrer de cumin et de persil haché.</li> <li>- Laisser parfaire la cuisson et servir dans un plat couvert, préalablement chauffé, éventuellement accompagné d'un riz blanc (voir chapitre correspondant).</li> </ul>
TÉCNICAS DE COZEDURA	(refogar).

FICHA DE LEITURA Nº 53 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>À RODA DO TACHO - VOLTA A PORTUGAL EM CULINÁRIA</b>
AUTOR(ES)	ALMEIDA, António Gomes; CORREIA, Artur (desenhos); FERREIRA, António de Melo Guimarães (co-autor)
DATA DA PUBLICAÇÃO	1999 (2ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORIA	ASA
COTA (biblioteca)	6c 000132 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Leitores
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	175
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA "PORTUGUÊS(ESA)"	0

TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	Bacalhau à portuense (p. 92) Tripas à Moda do Porto (p. 98)
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à João do Porto (p. 93)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à João do Porto (p. 93)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau demolido Azeite Azeitonas Ovos cozidos Salsa picada Alho Cebola
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	- Cortar o bacalhau às postas e passa-las por azeite. - Assar as postas na brasa ou no grelhador. - Cobrir com as azeitonas sem caroço, os ovos cozidos às rodelas e a salsa picada. - Regar tudo com azeite previamente fervido com alho. - Servir com batatas cozidas e rodelas de cebola crua.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Assar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à portuense (p. 92)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	Bacalhau demolido Azeite

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Alho picado Cebola 1 folha de Louro Vinho branco Batatas Pimenta e sal q.b.
MODO DE PREPARAÇÃO	Assadeira de barro
TÉCNICAS DE COZEDURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Colocar o bacalhau, bem demolhado, na assadeira, com azeite, muito alho picado e a cebola cortada às rodelas.</li> <li>- Temperar com pimenta, sal (se necessário), louro e um pouco de vinho branco.</li> <li>- Colocar batatas às rodelas em volta e levar ao forno, em temperatura moderada, para que o bacalhau asse lentamente.</li> <li>- Regar, de vez em quando, com o próprio azeite.</li> <li>- Servir na assadeira.</li> </ul>

TÍTULO DA RECEITA	<b>Tripas à Moda do Porto</b> (p. 98)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	<p>1 kg de tripas de vitela 1 mão de vitela 150 gr de chouriço do Norte (sem colorau) 150 gr de orelheira 150 gr de toucinho entremeado ou presunto 150 gr de salpicão do Norte (sem colorau) 150 gr de cabeça de porco 1 frango novo 1 kg de feijão manteiga 2 cebolas 1 colher de sopa de banha cenouras, sal, pimenta preta, louro, salsa e arroz solto.</p>
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	
MODO DE PREPARAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Limpar muito bem as tripas e a mão de vitela, e lavá-las com limão e sal.</li> <li>- Pô-las a cozer.</li> <li>- Cozer à parte as restantes carnes, que se irão retirando à medida que estejam cozidas.</li> <li>- Cozer, também à parte, o feijão; a meio da cozedura, juntar as cenouras cortadas às rodelas e 1 cebola cortada em gomos fininhos.</li> </ul>

## TÉCNICAS DE COZEDURA

- Quando as carnes estiverem cozidas, cortá-las aos bocados.
- Entretanto, numa caçarola grande, alourar na banha 50 gr de cebola picada.
- Juntar a este refogado as carnes, as tripas e o feijão.
- Temperar com sal, pimenta preta, louro e um ramo de salsa, deixando cozer até apurar.
- Retirar o ramo de salsa e servir as tripas numa terrina de barro.
- Acompanhar com arroz solto seco, servido à parte numa travessa.
- Podem polvilhar-se as tripas com salsa picada e cominhos.

Refogar.



FICHA DE LEITURA Nº 54 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da culinária portuense.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>RECEITAS DA COZINHA REGIONAL PORTUGUESA</b>
AUTOR(ES)	CORREIA, Maria Laura Navega
DATA DA PUBLICAÇÃO	1999
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Edição Presença
COTA (biblioteca)	6a 000351 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

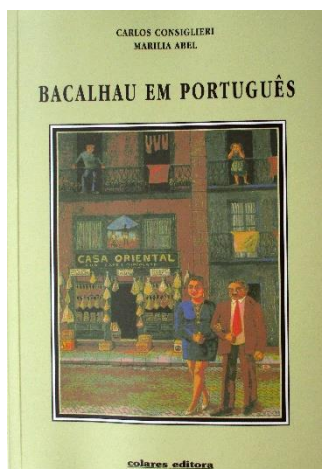
REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	297
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Ganso assado à moda antiga portuguesa (p. 82)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Zé do Pipo (p. 56)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Zé do Pipo (p. 56)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	4 postas de bacalhau 1 litro de leite 2 cebolas picadas 2 dl de azeite 1 folha de louro 1 chávena de maionese 700 g de batatas em puré azeitonas pretas q.b.
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Assadeira de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Coze-se o bacalhau em leite. - Depois de cozido escorre-se e deita-se numa assadeira de barro. - Leva-se ao lume as cebolas no azeite até estalarem, junta-se-lhe sal e pimenta, o louro e uma colher de leite de cozer o bacalhau. - A cebola não deve chegar a alourar. - Deita-se sobre as postas de bacalhau e depois cobrem-se com maionese. - Contorna-se com puré de batata e vai ao forno bem quente a gratinar. - Enfeita-se com azeitonas pretas.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Alourar, gratinar.

FICHA DE LEITURA Nº 55 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>BACALHAU EM PORTUGUÊS</b>
AUTOR(ES)	CONSIGLIERI, Carlos; ABEL, Marília
DATA DA PUBLICAÇÃO	1999
LOCAL DE EDIÇÃO	Sintra
EDITORA	Colares Editora
COTA (biblioteca)	64 CONCb BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	65
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Bacalhau à portuguesa (p. 102)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Bacalhau à Moda do Porto (p. 102)  
Bacalhau em Filetes à Moda do Porto (p. 115)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Gomes de Sá (p. 100)  
Bacalhau à Zé do Pipo (p. 105)

## RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Bacalhau em Filetes à Moda do Porto (p. 115)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

0,5 kg bacalhau grosso  
2 cenouras grandes  
2 cebolas pequenas  
200 gr toucinho  
0,5 dl caldo de carne  
1 dl vinho branco  
1 colher de sopa vinho do Porto seco  
1 limão  
5 ovos  
Azeite  
Pão ralado  
Pimenta  
Salsa

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

- Demolha-se o bacalhau e parte-se em filetes.
- Deixa-se abeberar em sumo de limão e pimenta, durante algum tempo.
- Em seguida passam-se por pão ralado, ovos batidos e fritam-se em azeite.
- O Molho:
  - À parte faz-se um refogado com as cenouras raspadas, as cebolas picadas, o toucinho, o caldo de carne e a cebola até alourar.
  - Depois, lentamente, vai-se deitando o vinho branco e o vinho do Porto.
  - Tira-se do lume e junta-se a salsa picada, o sumo de limão, as gemas de ovo, o sal e a pimenta, e vai-se mexendo até o ovo estar cozido sem talhar.
  - Deita-se sobre os filetes e serve-se quente.

TÉCNICAS DE COZEDURAS	Fritar, refogar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá</b> (p. 100)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 kg bacalhau cru 1 kg batatas cozidas 1,5 dl azeite 4 cebolas 4 ovos cozidos 4 dl leite Pimenta Alhos Salsa Azeitonas
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Recipiente, travessa de levar ao forno
MODO DE PREPARAÇÃO	- Sobre o bacalhau demolhado deita-se água a ferver. - Em seguida, durante quinze minutos, vai cozer, mas sem ferver. - Tiram-se as peles e as espinhas e separa-se as lascas. - No fundo de um recipiente colocam-se as lascas e sobre elas o leite quente, deixando fervilhar, em lume brando, durante uma hora. - Numa travessa de levar ao forno, deitam-se o azeite, os alhos, as cebolas às rodelas e a pimenta, para irem alourar. - Em seguida, juntam-se as batatas cortadas em rodelas e depois o bacalhau. - Vai ao forno de dez a quinze minutos para tostar. - Quando se retira e antes de levar à mesa, ornamentar-se com rodelas do ovo, salsa picada e azeitonas.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Ferver, fervilhar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Moda do Porto</b> (p. 102)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	1 posta de bacalhau 4 gemas de ovos cozidos 1 limão Azeite

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Pão ralado Alhos Sal
MODO DE PREPARAÇÃO	- Demolhado bem o bacalhau, frita-se em azeite com os alhos, previamente envolto em pão ralado. - Com as gemas desfeitas no azeite de fritar o bacalhau, junta-se o sumo de limão e o sal. - Cobre-se, por fim, o bacalhau com o molho. - É servido com legumes ou salada.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Fritar.
TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Zé do Pipo</b> (p. 105)
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	
LISTA DE INGREDIENTES	4 postas de bacalhau grosso e bem demolhado 1 l leite 2 cebolas 4 colheres sopa azeite Puré de batata a gosto Louro Sal Pimenta Maionese com duas gemas e 4 dl azeite Azeitonas
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Recipiente de barro.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Desfaz-se o bacalhau em lascas e coze-se no leite. - À parte faz-se um refogado com as cebolas em azeite, sal, louro e pimenta. - Vai-se deitando lentamente um pouco de leite de cozer o bacalhau, de modo a que a cebola fique branca e não escura. - Num recipiente de barro, para servir individualmente, coloca-se o bacalhau e sobre ele a cebola. - Em seguida, uns deitam a maionese e depois o puré, outros deitam o puré e depois a maionese. - Vai ao forno. - Tira-se quando estiver tostado e enfeita-se com azeitonas.
TÉCNICAS DE COZEDURA	Refogar.

FICHA DE LEITURA Nº 56 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX – Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>4 ESTAÇÕES NA CASA DA COMIDA: COZINHA EM PORTUGAL</b>
AUTOR(ES)	VALE, Jorge
DATA DA PUBLICAÇÃO	1999
LOCAL DE EDIÇÃO	Rio de Mouro
EDITORA	Everest Editora, Ida.
COTA (biblioteca)	S.A. 7442 A. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Leitor
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	528
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Chocos no forno à portuguesa – Verão (p. 56) Atum à portuguesa – Verão (p. 67) Caldeirada à portuguesa – Verão (p. 76) Esparregado de nabiças à portuguesa – Verão (p. 114) Açorda de bacalhau e couve portuguesa – Outono (p. 142) Pato com arroz à portuguesa – Outono (p. 159) Perdiz estufada à portuguesa – Outono (p. 182) Massa quebrada à antiga portuguesa – Outono (p. 203) Cozido à portuguesa – Inverno (pp. 258-259)

	Favas à portuguesa – Inverno (p. 261) Lombinhos de porco à portuguesa – Inverno (p. 264)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)	0
TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL	Bacalhau à Gomes de Sá – Verão (p. 69)

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA	<b>Bacalhau à Gomes de Sá (p. 69)</b>
TEMPO DE PREPARAÇÃO TEMPO DE COZEDURA	
QUANTIDADES	6/8 pessoas
LISTA DE INGREDIENTES	1,300 kg bacalhau 1 l leite 1 kg batatas Sal grosso q.b. 8 cebolas médias 8 dentes de alho 4 dl azeite 1 colher, das de chá, rasa, de pimenta moída na ocasião 4 ovos cozidos 36 azeitonas pretas 1 ramo de salsa (15 pés)
UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES	Panela, tacho, escumadeira, outro recipiente, recipiente que possa ir ao forno e à mesa.
MODO DE PREPARAÇÃO	- Demolha-se o bacalhau, durante 30 horas ou mais, conforme a gordura do peixe. - Muda-se a água, pelo menos 3 vezes. - Põe-se o bacalhau numa panela e cobre-se com água a ferver. - Tapa-se e coloca-se a panela dentro de um tacho maior (fora do lume), também com água a ferver e mantém-se assim durante 15 minutos.

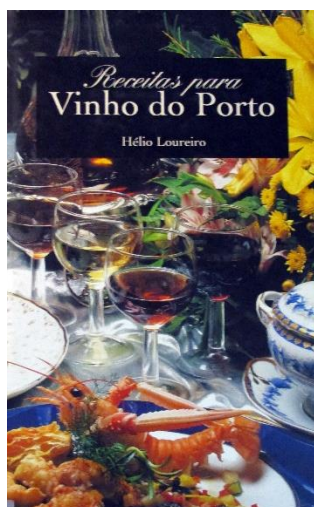


- Tira-se o peixe com uma escumadeira, limpa-se de peles e espinhas e faz-se em lascas.
- Mete-se num outro recipiente, cobre-se com o leite quente e tapa-se, deixando a abeberar cerca de 1 hora.
- Cozem-se as batatas, com casca, em água com sal.
- Pelam-se e cortam-se em rodelas.
- Descasgam-se as cebolas, lavam-se e fazem-se em rodas.
- Pelam-se os alhos e laminam-se.
- Põe-se ao lume um tacho largo, com o azeite, as cebolas e os alhos e deixam-se alourar.
- Juntam-se as batatas, o bacalhau escorrido, tempera-se de pimenta e sacoleja-se o tacho, para envolver os ingredientes, sem os desfazer.
- Deita-se num recipiente que possa ir ao forno e à mesa, e leva-se a forno aquecido a 1800<sup>o</sup>, dez minutos.
- Decora-se com os ovos cortados em rodelas, as azeitonas e a salsa lavada e picada.

#### TÉCNICAS DE COZEDURA

Imersão em água.

FICHA DE LEITURA Nº 57 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>RECEITAS PARA VINHO DO PORTO</b>
AUTOR(ES)	LOUREIRO, Hélio
DATA DA PUBLICAÇÃO	1999
LOCAL DE EDIÇÃO	Porto
EDITORA	Instituto do Vinho do Porto: Campo das Letras
COTA (biblioteca)	6c 000234 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	58
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	Pudim de ovos acompanhado de ananás macerado em Vinho do Porto

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

0

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

0

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

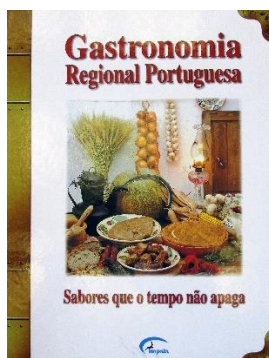
LISTA DE INGREDIENTES

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

TÉCNICAS DE COZEDURA

FICHA DE LEITURA Nº 58 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>GASTRONOMIA REGIONAL PORTUGUESA - SABORES QUE O TEMPO NÃO APAGA</b>
AUTOR(ES)	MOURATO, Dulce; BOURGUETTE, Vanda; CRISTÓVÃO, Maria João Costa
DATA DA PUBLICAÇÃO	2000 (1ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Ranholas
EDITORA	Impala Editores
COTA (biblioteca)	S.A. 93823 V. BNP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	“É o nosso contributo e contamos com os leitores para o valorizar; (...)” p. 3
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	204
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	Cozido à portuguesa - Estremadura (p. 142)
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0

TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE PORTO E/OS SEUS HABITANTES (“PORTUENSES” E “TRIFEIROS”)

Tripas à moda do Porto – Entre Douro e Minho (p. 16)

Sopa Dourada – Entre Douro e Minho (p. 24)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE HOMENAGEIAM PESSOAS LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

Bacalhau à Zé do Pipo – Entre Douro e Minho (p. 6)

## RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

**Bacalhau à Zé do Pipo (p. 6)**

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

4 postas de bacalhau demolido  
3 dl de leite  
0,5 dl de azeite  
2 dentes de alho  
1 cebola  
2 colheres (de sopa) de pickles picados  
3 dl de maionese  
3 colheres (de sopa) de broa de milho ralada  
Azeitonas pretas  
Salsa picada q.b.

PARA O PURÉ DE BATATA:

1 kg de batatas  
75 g de manteiga ou margarina  
1,5 dl de leite  
Sal, pimenta e noz-moscada, q.b.

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

Tabuleiro, tacho, colher de pau, frigideira de barro, saco de pasteleiro, munido de bico frisado.

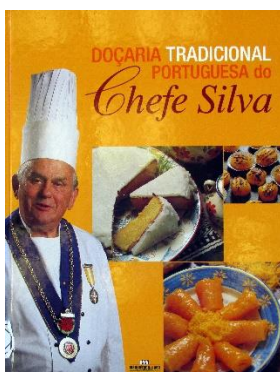
MODO DE PREPARAÇÃO

- Coloque o bacalhau num tabuleiro e regue com o leite e parte do azeite.
- Acrescente 1 dente de alho, previamente pelado e picado, e deixe tomar gosto durante algumas horas.
- Findo esse tempo, leve ao forno a assar.
- Entretanto, confeccione o puré de batata; coloque as batatas num tacho e cubra-as completamente com água.
- Tempere com sal e leve a cozer, em lume forte.
- Quando estiverem prontas, escorra-as e reduza-as a puré.
- Ponha este num tacho e leve-o a lume muito brando, mexendo sempre com uma colher de pau.

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Adicione a manteiga e bata energicamente, até ser completamente absorvida pelo puré.</li> <li>- Em seguida, acrescente a pouco e pouco o leite a ferver.</li> <li>- Tempere com sal, pimenta e noz-moscada e reserve.</li> <li>- Depois, aloure a cebola e o restante alho, ambos picados, no azeite que sobrou.</li> <li>- Disponha o bacalhau numa frigideira de barro e em volta e em volta o puré de batata, com a ajuda de um saco de pasteleiro, munido de bico frisado.</li> <li>- Por cima do bacalhau, distribua a cebola, os alhos, os pickles e cubra com a maionese.</li> <li>- Polvilhe com a broa de milho ralada e leve ao forno a gratinar.</li> <li>- Antes de servir, decore a gosto com azeitonas e salsa picada.</li> </ul> <p>Assar, ferver.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p>	<p><b>Tripas à moda do Porto (p. 16)</b></p> <p>500 g de tripas de vitela  1 mão de vitela  ½ frango  200 g de linguiça  1 orelha de porco  150 g de presunto  150 g de salpicão do Douro  600 g de feijão branco  4 cenouras  2 cebolas  1 colher (de sopa) de banha  1 ramo de salsa  1 folha de louro  200 g de arroz  Limão, sal e pimenta q.b.</p> <p>Recipiente, terrina de barro.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Depois de lavadas em várias águas, escaldadas e raspadas com sal e limão, coza as tripas em 2 litros de água temperada com sal, por um período de 3 a 5 horas.</li> <li>- À parte, coza a mão de vitela, coberta com água temperada com sal.</li> <li>- Noutro recipiente, coza o frango e as restantes carnes, retirando-as à medida que estejam prontas.</li> </ul>

<p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Coza também o feijão, depois de devidamente demolido, e a meio da preparação junte as cenouras, cortadas às rodelas, e uma das cebolas, aos quartos.</li> <li>- Depois de tudo cozido, corte as carnes aos pedaços.</li> <li>- Pique a outra cebola e aloure-a na banha.</li> <li>- Acrescente depois as carnes; mexa um pouco e, de seguida, adicione o feijão com as cenouras, a salsa e o louro.</li> <li>- Rectifique os temperos e deixe apurar em lume brando, mexendo de vez em quando.</li> <li>- Sirva as tripas numa terrina de barro e acompanhe com arroz branco.</li> </ul> <p>Refogar.</p>
<p>TÍTULO DA RECEITA</p> <p>TEMPO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TEMPO DE COZEDURA</p> <p>QUANTIDADES</p> <p>LISTA DE INGREDIENTES</p> <p>UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES</p> <p>MODO DE PREPARAÇÃO</p> <p>TÉCNICAS DE COZEDURA</p>	<p><b>Sopa Dourada</b> – Entre Douro e Minho (p. 16)</p> <p>300 g de pão-de-ló</p> <p>750 g de açúcar</p> <p>15 gemas de ovos</p> <p>Canela em pó q.b.</p> <p>250 g de miolo de amêndoa (facultativo)</p> <p>Escumadeira, travessa, faca,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Corte o pão-de-ló em fatias grossas.</li> <li>- Entretanto, leve o açúcar ao lume em 3 dl de água, até obter ponto de cabelo.</li> <li>- Passe as fatias de pão-de-ló por esta calda e, com a ajuda de uma escumadeira, coloque-as cuidadosamente numa travessa.</li> <li>- Adicione um pouco de água à calda e deixe ferver, até obter ponto de pérola.</li> <li>- Acrescente depois um pouco de calda às gemas, apenas “abertas” com uma faca, e envolva depois este preparado na restante calda.</li> <li>- Em seguida, leve ao lume a engrossar, até ficar com a consistência de ovos moles.</li> <li>- Por fim, verta estes ovos moles sobre as fatias de pão-de-ló e polvilhe com canela.</li> <li>- Se desejar incluir a amêndoa, junte o miolo desta bem picadinho, no momento em que prepara a calda de açúcar em ponto de pérola.</li> </ul> <p>Ponto de cabelo, ferver, ponto de pérola.</p>

FICHA DE LEITURA Nº 59 | Livro de cozinha portuguesa do séc. XX - Títulos do receituário da *culinária portuense*.



### IDENTIFICAÇÃO

TÍTULO DA PUBLICAÇÃO	<b>DOÇARIA TRADICIONAL PORTUGUESA DO CHEFE SILVA</b>
AUTOR(ES)	SILVA, Chefe António
DATA DA PUBLICAÇÃO	2000 (1ª ed.)
LOCAL DE EDIÇÃO	Lisboa
EDITORA	Meribérica/Liber
COTA (biblioteca)	6c 000577 BPMP

### CONTEXTO E CONTEÚDO

REGIME POLÍTICO VIGENTE NA PUBLICAÇÃO DO LIVRO	Democracia
PÚBLICO-ALVO	Todas as pessoas.
NÚMERO TOTAL DE RECEITAS	110
TÍTULOS DE RECEITAS QUE EXIBAM O TERMO DE IDENTIFICAÇÃO COM UM DISCURSO NACIONALISTA “PORTUGUÊS(ESA)”	0
TÍTULOS QUE EXIBEM O NOME VINHO DO PORTO	0
TÍTULO DE RECEITAS QUE IDENTIFICAM A CIDADE	0



PORTO E/OS SEUS  
HABITANTES (“PORTUENSES”  
E “TRIFEIROS”)

TÍTULOS DE RECEITAS QUE 0  
HOMENAGEIAM PESSOAS  
LIGADAS À HISTÓRIA LOCAL

### RECEITUÁRIO DA CULINÁRIA PORTUENSE

TÍTULO DA RECEITA

TEMPO DE PREPARAÇÃO  
TEMPO DE COZEDURA

QUANTIDADES

LISTA DE INGREDIENTES

UTENSÍLIOS/MATERIALIDADES

MODO DE PREPARAÇÃO

PROCESSOS CULINÁRIOS