

junho

Quem em junho não descansa,  
enche a bolsa e farta a pança.

provérbio popular



O “Alfândega da Fé à Mesa” é um projeto gastronómico que pretende aproximar as receitas tradicionais e os produtores regionais, dos restaurantes aderentes que passam a ter pratos típicos do concelho nas suas ementas. O prato escolhido é uma iguaria que noutros tempos foi alimento dos segadores entre maio e junho, que de sol a sol ceifavam e recolhiam o ceireal dos campos.

#### **Tábua Fria de Enchidos**

Ingredientes: alheira e chouriça de alfândega da fé.  
Preparação: enchidos grelhados.

#### **Sopa das Segadas**

Ingredientes: A receita inclui bacalhau, pão, ovos e vários condimentos, há ainda quem lhe acrescente batata cozida, bem regado com os azeites de Alfândega da Fé.

#### **Cerejas de Alfândega da Fé**

Ingredientes: fruta fresca.

#### **Animação**

Festa da Cereja - Com mais de 30 anos de história a Festa da Cereja de Alfândega da Fé é um dos principais eventos do Nordeste Transmontano, destacando-se como espaço de mostra e divulgação dos produtos

locais e da cultura concelhia. Com organização da Câmara Municipal, a Festa concentra a grande maioria das iniciativas no Parque Municipal de Exposições. Local onde podem ser encontrados os diversos stands com o artesanato, os produtos locais, com especial destaque para a cereja, e que é palco de iniciativas e espetáculos que valorizam a produção artística local, fazendo dos grupos culturais concelhios um dos principais dinamizadores do certame. A Festa da Cereja de Alfândega da Fé é uma das principais montanhas do que melhor se faz neste concelho transmontano, tanto no campo económico como turístico, cultural e social.

**ALFANDEGA  
DA FÉ**

6, 7 e 8 JUN.

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





Em Santa Marta de Penaguião – Berço D’Ouro terá a oportunidade de saborear a mais variada gastronomia confeccionada com a tradição que nos caracteriza. Quem faz estas delícias em Santa Marta de Penaguião tem um segredo especial – o carinho de mostrar o que é único, o que é do seu concelho, do Berço D’Ouro. A comida dos pobres, o aproveitamento dos sobranes, bem como a transformação criativa das nossas matérias-primas, levam-nos por ruas maravilhosas de degustação. Pequenos petiscos, cuidadosos e tradicionalmente preparados, acompanhados da respetiva e devida bebida, farão o mote dos FDSG deste ano. Não um, mas vários minipratos, meticulosamente distribuídos numa mistura de comida, bebida, e

feita pelas ruas da Padroeira da Região Demarcada do Douro, Santa Marta. Venha passar o fim-de-semana connosco e deliciar-se com a verdadeira tradição duriense, finalizando este banquete com um doce leite-creme, num festival dedicado às nossas gentes e à nossa boa gastronomia e vinho!

#### **Seleção de Iguarias Regionais**

As tradições à mesa fazem as delícias dos comensais que nos visitam.

#### **Arroz de Troncha com Moira**

Ingredientes principais: Moira de qualidade, arroz, couve-lombarda.

Preparação: Uma panela de ferro preto das antigas sob as labaredas servirá de base para um refogado. Quando estiver alourado adiciona-se a água de cozedura da moira (realizado previamente), vai-se mexendo e junta-se a couve-lombarda cortada grosseiramente em juliana. Na fervura junta-se o arroz para um manjar dos deuses bem quentinho e saboroso.

#### **Leite-Creme**

Ingredientes: leite, açúcar, gemas, farinha “Maizena”, canela, limão.

Preparação: O leite-creme já não tem segredo de preparação, mas já se deu conta que o da mãe e o da avó sabe sempre melhor? É um segredo, que só elas sabem colocar nesta delícia de sobremesa.

#### **Animação**

Venha ouvir fantásticas músicas tradicionais dos nossos grupos culturais entre outras surpresas num festival dedicado à gastronomia e vinho! Animação durante todo o fim-de-semana!

**SANTA MARTA  
DE PENAGUIÃO**

6, 7 e 8 JUN.

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





Em Vila do Conde, a gastronomia reflete a sua situação geográfica em relação ao mar e à rica região agrícola. É particularmente apreciada a variedade de pratos de peixe e marisco sempre frescos. Os doces conventuais são uma tradição secular em Vila do Conde. O Mosteiro de Santa Clara e o Convento de Vairão foram, desde cedo, os grandes impulsionadores destas tradições. Santa Clara, onde a arte de doçaria atingiu o maior esmero e perfeição, foi uma verdadeira escola.

#### **Petinga Frita**

**Ingredientes:** Petinga, sal, farinha de milho, óleo de fritar.  
**Preparação:** Amanha-se a petinga, tempera-se com sal e passa-se em farinha de milho, envolvendo-as bem. Levam-se a fritar em óleo quente, tendo o cuidado de as ir virando até ficarem com um aspeto dourado. Retiram-se e enxugam-se em papel para conservarem a sua característica crocante.

#### **Peixe Grelhado na Brasa**

**Ingredientes:** peixe fresco, sal, ervas aromáticas  
**Preparação:** amanha-se o peixe. Tempera-se com sal q.b. e ervas aromáticas. Leva-se a grelhar em brasa bem quente. Serve-se acompanhado a gosto (batata a murro, legumes salteados, etc.).

#### **Doçaria Conventual**

A partir do séc. XVI, a arte de doçaria passaria a ser cultivada, com talento requintado, por quase todos os mosteiros e conventos existentes no país. O Real Mosteiro de Santa Clara de Vila do Conde, um dos mais belos e grandiosos do país, torna-se sinónimo dessa sabedoria doceira através da perfeição que as Clarissas empregavam às suas criações. De destacar os Beijos de Freira, a Sopa Dourada, os Pastéis de Santa Clara, as Meias-Luas, as Sapatetas e as Rosquinhas.

#### **Animação**

O Município de Vila do Conde associa a iniciativa dos FDS Gastronómicos às Festas de S. João, padroeiro da cidade. O Programa de Animação inclui todas as atividades que terão lugar nesse fim de semana. Para mais informações, consultar [www.visitviladoconde.pt](http://www.visitviladoconde.pt)





Visitar Vila Real é descobrir uma riqueza ímpar de olfatos e sabores de produtos que constituem uma Marca Gastronómica de referência no país e no mundo, reafirmando-se nos concursos públicos das 7 Maravilhas à Mesa em 2018 e 7 Maravilhas Doces em 2019, onde o território saiu vencedor com o Covilhete, notável ex-líbris da cidade; as Tripas aos Molhos; a Maronesa – DOP; os vinhos brancos e tintos Premium – Douro; mais o Doce Conventual da Crista de Galo (Pastel de Toucinho). Aqui, nesta herança do “Reino Maravilhoso” de Miguel Torga, tudo favorece a qualidade do que se come e do que se bebe.

#### **Covilhete**

Ingredientes: Massa – 400 g de farinha, água, sal, manteiga.

Recheio – 400 g carne de vaca, 50 g presunto, salsa, 1/2 cebola, 3 colheres de sopa de azeite, 1 colher de chá de farinha, sal. Preparação: amasse a farinha com água e sal. Estenda a massa com um rolo. Barre com a manteiga derretida formando um rolo. Corte o rolo com 0,5 cm de largura. Forre a forma com a massa das pontas do rolo, recheie com picado de carne e cubra com rodela de massa indo ao forno brando. Coza as carnes, faça um refogado com cebola picada e azeite, misture a carne e a farinha, tempere com sal e deixe apurar. O picado só se aplica quando estiver frio.

#### **Tripas aos Molhos**

Ingredientes: 1 Kg bucho de vitela (estômago), 150 g presunto, 1 dl azeite, 3 cebolas grandes,

Tripa fina de vaca, 35 g banha, 1 ramo salsa, 2 colheres de sopa de polpa de tomate, 1 colher de chá bem cheia de colorau, 1 cálice de aguardente velha, 2 dl de vinho branco, 1 folha de louro, 2 dentes de alho, Piri-piri e sal. Preparação: limpe muito bem o estômago, retirando toda a gordura do interior. Lave bem a tripa de vaca, abra ao meio, lave em várias águas, raspe toda a parte inferior e esfregue com sumo de limão e sal. Corte o estômago aos quadrados (cerca de 10 cm). Corte o presunto às tiras e em cada quadrado coloque uma tira de presunto e um raminho de salsa. Enrole e até com a tripa fina bem apertada com dois ou três nós. Cubra o fundo do tacho com a cebola cortada às rodela grossas, os dentes de alho picados, a polpa

de tomate, o vinho, a aguardente e a folha de louro, por cima coloque os molhos e cubra com a restante cebola. Em seguida, junte o azeite, banha, colorau e piri-piri. Tape o tacho e deixe estufar em lume brando até ficarem bem cozidas e o molho bastante grosso. Acompanhe com arroz de forno.

#### **Crista de Galo (Pastel de Toucinho)**

Ingredientes: Massa – farinha (atual nº65), manteiga 150 g, 2/3 ovos, sal, banha para untar e açúcar para polvilhar. Recheio – 100 g amêndoa, 8 Ovos (6 gemas e 2 inteiros), açúcar 250 g, 1 pedaço de toucinho gordo, canela para polvilhar, água.

Preparação: Deite a farinha numa taça onde se misturem os ovos e uma pitada de sal. Junte manteiga derretida, sem que ferva. Misture tudo e deixe a massa descansar 1h. M. P. Recheio:

Ponha ao lume o açúcar com pouca água e o toucinho, quando atingir o ponto de pérola junte a amêndoa descascada e moída, deixe ferver bem, junte

os ovos e deixe cozer um pouco mais. Tire o preparado do lume, retire dele o toucinho e polvilhe com canela.

Da massa, faça bolas que se estendam até uma folha muito fina, deite o recheio na massa, perfure a parte que se vai dobrar, dobre e faça pressão sobre os bordos para aderir a massa cortando em meia-lua com uma carrilha. Após, junte os pastéis assim obtidos com banha e polvilhe com açúcar. Coza em tabuleiro untado com manteiga.

#### **Animação**

Consultar a Agenda das Festas da Cidade em [www.cm-vilareal.pt](http://www.cm-vilareal.pt). A programação do Teatro de Vila Real pode consultar em [www.teatrodevilareal.com](http://www.teatrodevilareal.com). Podem ainda visitar a Capela de S. Brás, a Capela Nova, a Igreja de S. Pedro, o Jardim Botânico da UTAD, o Jardim da Carreira, o Museu da Vila Velha, o Museu de Arqueologia e Numismática, o Museu do Som e da Imagem, o Parque Corgo, o Parque Natural do Alvão, o Santuário de Panoias, a Sé de Vila Real e a Torre de Quintela.



**VILA REAL**

13, 14 e 15 JUN.

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