

janeiro

**Janeiro molhado, se não cria
o pão, cria o gado.**

provérbio popular



A autenticidade de Braga reflete-se não só nas suas gentes como também na sua gastronomia, o que poderá comprovar em mais uma edição dos Fins de Semana Gastronómicos, com o Bacalhau à Braga® a assumir o grande destaque, rematado pelo notável Pudim Abade de Priscos, doce que ainda hoje é presença habitual nas listas dos melhores restaurantes, de norte a sul do país. E não estaria esta experiência gastronómica completa sem a ter a acompanhar o melhor vinho verde da região. A preservação da gastronomia bracarense tem tido como objetivo manter as tradições ancestrais que marcam a identidade de uma população que prima pela autenticidade. Comer e beber bem fazem parte da hospitalidade que Braga tem para oferecer aos seus visitantes.

Bacalhau à Braga

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

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

Pudim Abade de Priscos

Ingredientes: 15 gemas de ovo, 500g açúcar, 1/2l água, 50g toucinho de presunto, 1 cálice de Vinho do Porto, caramelo líquido, 1 pau de canela, casca de limão.

Preparação: Parta o toucinho em lascas muito finas. Num tacho, leve ao lume a água, o açúcar, o toucinho, a casca de limão e o pau de canela. Deixe ferver até atingir o ponto de fio. Passe depois a mistura por um coador e deixe arrefecer. Num recipiente, "misture" as gemas muito bem e junte, de seguida, o Vinho do Porto. Incorpore esta mistura na calda arrefecida, mexendo sempre. Coloque o pudim numa forma coberta com o caramelo líquido, tape muito bem e leve ao forno quente a cozer em banho-maria, durante cerca de 45 minutos. Deixe-se convencer pelos sabores divinos de uma receita que não deixa

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

Animação

XXXVI Encontro de Grupos de Reis. Presépio ao Vivo de Priscos
Programa em:
www.braganatal.cm-braga.pt
www.presepiopriscos.com





Em Santa Marta de Penaguião – Berço D'Ouro terá a oportunidade de saborear a mais variada gastronomia confeccionada com a tradição que nos caracteriza. Das variadas iguarias que aqui se preparam merece especial atenção e destaque este ano o famoso arroz de feijão cozinhado no pote, acompanhado de umas ricas pataniscas de bacalhau! Venha passar o fim-de-semana conosco e deliciar-se com a verdadeira tradição duriense, finalizando este banquete com um doce leite-creme, ao som dos cantares das janeiras. Quem faz estas delícias em Santa Marta de Penaguião tem um segredo especial – o carinho de mostrar o que é único e o que é do seu concelho Berço D'Ouro.

Seleção de iguarias Regionais

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

Arroz de Feijão feito no pote acompanhado de Pataniscas de Bacalhau

Ingredientes: arroz, feijão e uma grande pitada de tradição.

Preparação: Uma panela de ferro preto das antigas sob as labaredas servirá de base para um refogado, juntando depois o arroz e o feijão para um manjar dos deuses bem quentinho e saboroso.

Leite-creme

Ingredientes: leite, açúcar, gemas, 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 as fantásticas músicas cantadas nos Reis e durante todo o mês de janeiro, pelos nossos grupos de cantares! Animação durante todo o fim-de-semana!

**SANTA MARTA
DE PENAGUIÃO**

5, 6 e 7 JAN.

www.cm-penaguião.pt





Em Vieira do Minho, a gastronomia é tão variada quanto o seu património e é um ótimo pretexto para visitar este concelho rural. O aproveitamento dos produtos endógenos, possibilitam a confeção de iguarias verdadeiramente tentadoras.

Alheira

Em Vieira do Minho, o fumeiro é rei. Há 15 anos que a Autarquia organiza anualmente a Feira do Fumeiro de forma que os produtores locais possam comercializar o tão afamado Fumeiro Vieirense. Neste sentido, a ementa para este fim de semana não podia deixar de contemplar um petisco verdadeiramente saboroso e típico.

Couves com Feijão Amarelo

A iguaria "Couves com Feijão" é um bom exemplo do aproveitamento dos produtos endógenos que possibilitam a confeção de pratos deliciosos. Tradicionalmente, as "Couves com Feijão Amarelo" são confecionadas nos meses de inverno, entre Novembro e Março, após a matança do porco, e depois dos presuntos e enchidos estarem secos e curados. Para a preparação deste prato, são necessárias as melhores carnes caseiras e o que de melhor se produz nos campos e hortas: carne de porco (orelha, pé, presunto, pá, barriga e costela), enchidos (salpicão, chouriça de carne e chouriça de sangue), couve-galega cegada, feijão amarelo, batatas cortadas aos quadrados, bom azeite e alho picado.

Rabanadas

Para finalizar o repasto, delicie-se com as tradicionais rabanadas. Típicas da época, cheias de aromas e sabores, as rabanadas são uma sugestão irresistível para finalizar um almoço perfeito.

Animação

Casa da Cultura - Casa de Lamas





A carne mais apetitosa que o Homem pode saborear é sem sombra de dúvida a vitela Barrosã, que já no séc. XVIII acompanhava as pipas do vinho do Douro para as mesas reais de Inglaterra. Sem grandes artifícios e temperos, a carne cortada e temperada apenas com sal grosso, preferencialmente na hora, é preparada na grelha. No prato, acompanhada com legumes da época, batata a murro, cozida ou frita, a vitela barrosã, reconhecida pelo certificado de Denominação Origem Protegida, é um manjar que os visitantes podem degustar em todo o concelho.

Presunto e Alheira

Ingredientes: receita da alheira - carne de galinha, carne de coelho, carne de porco, carne de vitela, alho, cebola, louro, pimentão (pimento vermelho), salsa (q.b), pão de trigo fatiado, tripas de porco.

Preparação: Lava-se as tripas em água corrente e reserva-se. As carnes, depois de serem cozidas todas juntas, são desfiadas e reservadas. Depois, para a elaboração da calda, ferve-se durante algum tempo os ossos das carnes com o alho, cebola, louro, pimentão e salsa. Noutro recipiente, juntam-se as carnes preparadas com o pão, adicionando-se a calda coada e envolvendo-se muito bem. Finalizada a fase de cozedura, enche-se a tripa do porco com o preparado e ata-se de maneira a formar um 'u'. De seguida, são colocadas no lareiro a secar. Devem ser consumidas grelhadas ou fritas em azeite, em lume brando.

Cozido à Barrosã

Ingredientes: 2 bucheiras, 2 chouriças, 1 salpicão, 3 sangueiras ou chouriças de sangue, 1 orelha de porco com meia cura, 1 pedaço de focinho de porco com meia cura, 2 pés de porco com meia cura, 2 pennis de porco, 2 rabos de porco com meia cura, 1/2 kg de carne do peito entremeada com meia cura, 1/2 kg de vitela, batata, 1 couve troncha ou repolho, cenoura.

Preparação: Na noite anterior colocam-se as carnes com meia cura, de molho, em água fria. Cozem-se as carnes todas juntas, exceto as sangueiras, que são escaldadas à parte, para que o seu gosto ativo não estrague o paladar dos demais ingredientes. Durante a cozedura, verifica-se o sal das carnes. Corta-se a couve e coze-se na água das carnes, para ficar macia. Cozem-se as batatas e as cenouras à parte. Cortam-se as carnes

em pedaços e servem-se, bem quentes, em travessas. Servem-se à parte as batatas, as cenouras e a couve a fumegar.

Doce de Abóbora com Queijo

ingredientes: 1 kg de abóbora, 800 g de açúcar, 2 paus de canela, noz (opcional).

Preparação: À abóbora cortada em cubos pequenos ou simplesmente "raspada" junta-se o açúcar e os paus de canela. Deixa-se repousar na panela, umas horas ou de um dia para outro, para que a abóbora liberte o seu líquido. De seguida, em lume brando, cozesse lentamente até atingir a espessura/ponto desejado. No final, pode-se enriquecer o preparado adicionando algumas nozes. Serve-se acompanhado com queijo.

Animação

Vai ser realizada dentro do recinto da Feira do Fumeiro de Montalegre (Pavilhão Multiusos).



MONTALEGRE

19, 20 e 21 JAN.

www.cm-montalegre.pt



Uma visita a Santa Maria da Feira não fica completa sem um passeio pelo centro histórico, local ideal para degustar a célebre Fogaça da Feira, ícone da doçaria regional com selo Indicação Geográfica Protegida, produzida diariamente em várias casas de fabrico.

Num fim de semana marcado pela programação da secular Festa das Fogaceiras, aproveite para degustar os tradicionais assados dos dias festivos, que nos transportam para os sabores de outrora, característicos desta época do ano no nosso território, agora recuperados com uma nova roupagem pelos principais restaurantes da cidade.

Tábua de Queijos Feirenses

Ingredientes: queijos de produção local.
Preparação: Alguns dos mais conhecidos e apreciados queijos portugueses são produzidos em Santa Maria da Feira. Cremosos e amanteigados, de textura macia e sabor suave, aliam o sabor à tradição, proporcionando inesquecíveis momentos de degustação, sobretudo quando acompanhados de Fogaça e do licor Chamoá.

Assado das Fogaceiras

Ingredientes: carne (peru, frango, lombo de porco ou vitela), batata e arroz de forno.
Preparação: O dia da Festa das Fogaceiras é de muita azáfama para os Feirenses, porque todos os momentos do programa são apetecíveis e têm de ser vivenciados. Razão pela qual era hábito preparar na véspera do feriado municipal um assado que pu-

desse estar no forno a lenha enquanto o programa festivo da manhã acontecia. Ao almoço, com o destapar do forno, os inconfundíveis aromas estimulavam o palato dos comensais que, de seguida, regressavam à rua saciados e prontos para assistir à passagem da majestosa Procissão das Fogaceiras.

Tigelada de Fogaça com Mirtilos

Ingredientes: ovos, açúcar, farinha de trigo, leite gordo, limão, canela em pó, fogaça e mirtilos.
Preparação: Aqueça o forno com as duas caçoilas de barro. Dentro da tigela, bata os ovos com o açúcar, juntando-lhe a farinha e gradualmente acrescentando o leite, misturando muito bem a fogaça e os mirtilos. Deite o preparado dentro das caçoilas sem as tirar do forno. Cozinhe durante cerca de 30 minutos ou até o doce ficar firme e tostado. Este é um ensaio a

partir do doce típico de Santa Maria da Feira e símbolo votivo da secular Festa das Fogaceiras – a Fogaça.

Animação

A Festa das Fogaceiras é a mais emblemática festividade do concelho de Santa Maria da Feira, marcada pela devoção do povo das Terras de Santa Maria. Esta festa teve origem num voto ao mártir S. Sebastião, em 1505, altura em que a região foi assolada por um surto de peste que dizimou parte da população. Em troca de proteção, o povo prometeu ao santo a oferta de um pão doce chamado Fogaça. S. Sebastião, que segundo a lenda padecia de todos os sofrimentos aquando do seu martírio em nome da fé cristã, tornou-se, assim, o santo protetor de todo o condado da Feira. No cumprimento do voto, os ofertantes incorporavam-se numa procissão

que saía do Paço dos Condes (Castelo) e seguia pela Igreja do Convento do Espírito Santo (Loios), onde eram benzidas as Fogaças, divididas em fatias, posteriormente repartidas pelo povo. Assim nasceu a Festa das Fogaceiras. Cumprida em cada dia 20 de janeiro, esta promessa constitui uma referência histórica e cultural para as Terras de Santa Maria.

**SANTA MARIA
DA FEIRA**

19, 20 e 21 JAN.
www.visitfeira.travel



No que diz respeito à gastronomia de Macedo de Cavaleiros tudo é bom, do regional ao convencional. Dos pratos de caça, nomeadamente o javali no pote com castanhas, até aos enchidos resultantes da matança do porco, passando pela doçaria ligada à castanha, Macedo de Cavaleiros é um atrativo gastronómico para quem nos visita. Para se poder deliciar com estes pratos convidamo-lo a visitar o nosso território todo ano, mas poderá apreciá-las à mesa, nos restaurantes aderentes.

Tábua de Enchidos (Alheira, Linguiça, Salpicão)

Ingredientes: Alheira, salpicão e linguíça.
Preparação: Enchidos grelhados na brasa.

Javali no pote com Castanhas

Ingredientes: 1.5kg de javali, 1dl de vinho, 500g de castanhas, 3 dentes de alho, 2 cebolas grandes, azeite, sal e pimenta, 200g de tomates bem maduros, 2 folhas de louro.
Preparação: refoga-se a cebola, com os alhos, o azeite e o louro. Depois junta-se o javali, os tomates e o vinho tinto, deixando-se refogar com o pote tapado até a carne estar tenra. Por fim, juntam-se as castanhas cozidas e serve-se com batata cozida e grelos.

Pudim de Castanhas

Ingredientes: 1kg de castanhas, 7dl de leite, 1 casca de laranja, 1 pau de canela, 7 ovos, 300g açúcar; caramelo líquido q.b.
Preparação: depois de descascadas e cozidas as castanhas, faz-se um puré. Leve o leite ao lume com a casca de laranja e pau de canela, até ferver. À parte, batem-se os ovos com o açúcar até obter um creme. Verter o leite aos poucos e mexendo sempre e misturar depois ao preparado de ovos, despeja-se numa forma caramelizada. Leva-se a cozer cerca de 15 minutos, na panela de pressão.

Animação

Neste fim-de-semana irá realizar-se a Feira da Caça e do Turismo, um certame que ocorre todos os anos, no último fim-de-semana de janeiro, no recinto do Parque Municipal de Exposições, em Macedo de Cavaleiros. Consulte o programa e atividades em www.cm-macedodecavaleiros.pt.
Visite os nossos museus: Museu de Arte Sacra, Real Filatório de Chacim, Museu Martim Gonçalves de Macedo, Museu Municipal de Arqueologia Coronel Albino Pereira Lopo, Núcleo Museológico do Azeite, Casa do Careto, Museu Rural de Salselas, Museu do Mel e da Apicultura e o Museu Religioso de Balsamão.

**MACEDO DE
CAVALEIROS**

26, 27 e 28 JAN.

www.cm-macedodecavaleiros.pt





Em Ponte de Lima a gastronomia, suculenta e saborosa, tem o seu ex-libris no Arroz de Sarrabulho, servido com rojões de porco, um prato rico em sabores e tradição. A lampreia do Rio Lima também é muito apreciada, e o Bacalhau de Cebolada, prato tradicional estimado a nível popular, confeccionado nas tascas e nos restaurantes limianos, tornando-se num pitéu afamado e muito procurado. Os mais gulosos, os que gostam de doces, não podem deixar de saborear a textura do Leite-Creme queimado.

Rojões à Minhota

Ingredientes: 1 colher (sobremesa) de colorau, 100 g de fígado de porco, 100 g de sangue cozido, 2 folhas de louro, 20 castanhas assadas, 3 colheres (sopa) de banha, 350 g de belouras, 350 g de tripa enfarinhada, 350 ml de vinho verde branco, 4 dentes de

alho, 800 g de perna de porco sem pele, mas com gordura, sal e pimenta a gosto.

Preparação: Corte a carne de porco em cubos com cerca de 10 cm de lado. Ponha a carne a marinar, durante 2 horas, com o vinho, os dentes de alho esmagados, o louro, sal e pimenta a gosto. Leve a cozer em lume forte até o vinho se evaporar. Junte, então, a banha e, em lume brando, deixe cozer os rojões até alourarem bem. Junte, então, ao molho, o colorau dissolvido num pouco de vinho verde. Retire um pouco da gordura de cozer os rojões para uma sertã e frite a tripa enfarinhada (cortada em pedaços de 3 cm a 5 cm), as belouras (cortadas em rodelas com 0,5 cm de espessura), o fígado e o sangue cortados em fatias. À medida que os ingredientes vão fritando, junte-os aos rojões, a fim de se manterem todos quentes. Junte

igualmente as castanhas assadas, descascadas.

Sirva os rojões numa travessa com batatas douradas, em cubos, enfeitando com rodelas de limão e um raminho de salsa.

Arroz de Sarrabulho à moda de Ponte de Lima

Ingredientes: 1/2 kg. de carne de vaca (ganso redondo), 1/2 kg. galinha gorda, 1/2 kg. de costeletas de porco frescas, 1 osso de assuão fresco, 150 g. de chouriço de carne (caseiro), 1/2 coração de porco, 1/4 kg. de bofe de porco, 1 kg. de arroz, 1/4 de litro aproximadamente de sangue de porco, (ao que se junta um pouquinho de vinagre para não coagular).

Preparação: Num tacho, põem-se as carnes todas a ferver em três litros aproximadamente de água fria, junta-se um pouco de louro, cravinho, no-

z-moscada, sal e pimenta. Deixam-se cozer as carnes muito bem retirando a espuma que se forma na superfície. Logo que as carnes estejam bem cozidas, retira-se tudo do lume. As carnes depois de arrefecidas são desfiadas. À calda de cozer as carnes, depois de retificados os temperos é retirada a gordura que porventura esteja a mais, leva-a novamente ao lume e deixa-se levantar fervura tendo já acrescentado a água necessária. Junta-se o arroz. Quando estiver meio cozido, junta-se as carnes desfiadas e o sangue liquefeito. Retificam-se temperos e deixa-se ferver até o arroz estar cozido completamente. Junta-se-lhe, então, sumo de limão, cravinho e cominhos em pó. Serve-se, de imediato. Em travessa à parte vão os rojões e as frituras de belouras, chouriço de verde e tripa enfarinhada. Os rojões levam também batata louira, cortada em cubos e vão guarnecidas as travessas com limão às rodas e salsa em ramo. (Receita para 8 pessoas de D. Belozinda Varela)

Leite-creme

Ingredientes: 2l de leite, 8 colheres de sopa, de farinha (tipo branca de neve), 12 colheres de açúcar, 6 gemas de ovo
Preparação: Juntar tudo em frio e mexer. Colocar ao lume a ferver, durante cerca de 10 minutos, em lume brando. Depois colocar em travessas e cobrir com açúcar e queimar, ou com canela. (receita de Cândida Castelo Branco)

PONTE DE LIMA

26, 27 e 28 JAN.
www.visitepontedelima.pt

Animação

Grupos de Folclore e Grupos de Música Popular
XII Feira do Porco e as Delícias do Sarrabulho

