



Museu do Trajo
São Brás de Alportel
Centro de
Documentação

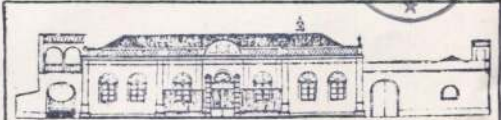
Casa da Cultura António Bentes
Biblioteca
(Secção de Recortes)

O Melhor de Portugal - Doçaria

Vários

Assunto: Doces

Correio de Domingo



Casa da Cultura António Bentes
S. Brás de Alportel

Biblioteca

Livro n.º 1425

Cota n.º

5-6

DESTACÁVEL
CORREIO
de domingo

O melhor de Portugal

doçaria

Confeitaria Nacional

1829 - 1994

PELA 165.ª VEZ VIMOS DESEJAR-LHE

*Feliz Natal e Próspero Ano Novo
Merry Christmas and Happy New Year
Joyeux Noël et Bonne Nouvelle Année*



O Melhor de Portugal!

SABORES DO SUL

No último fascículo caminhámos pelos sabores do norte. Viajámos do Minho até às Beiras e procurámos descobrir os seus doces segredos. Agora retomamos o caminho e prosseguimos viagem por novos sabores. Estremadura, Ribatejo, Alentejo, Algarve. E porque a arte de misturar os ingredientes não olha a distâncias nem oceanos, fomos saber quais são as tradições doceiras da Madeira e dos Açores. A vasta planície, os frutos secos e as arreigadas tradições conventuais marcam pontos significativos na "margem sul" da doçaria portuguesa. Mas o melhor é tentar descobri-los neste **"Melhor de Portugal"**.

CONCEPÇÃO E PRODUÇÃO: ARGUMENTOS, LDA.

Pç. Mouzinho da Albuquerque, nº172 - 3º, 4100 Porto Tels. (02) 600 64 44/61 FAX: (02) 600 64 60

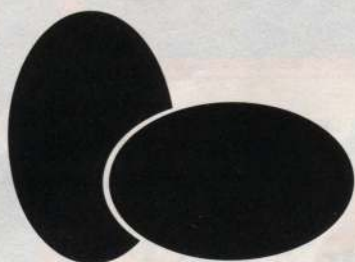
R. do Comércio, 8 - 1º, 1100 Lisboa Tels. (01) 886 77 46/72 FAX. (02) 886 77 31

Coordenação: Rui Marques Texto: Anabela Almeida, Glória Lopes, Paulo Alves

Dir. Imagem: Jorge Vicente Dir. Adjunto: Fernando Mendes Design Gráfico: Quiná Produção: Bruno Patacho, João Cachucho

SUPLEMENTO DESTACÁVEL DO "CORREIO DE DOMINGO" Nº 5693

Estremadura



O MELHOR DE PORTUGAL
Estremadura



TROUXAS DA MALVEIRA

As **cavacas**, as **queijadas**, as **trouxas** e o **pão-de-ló** são doces que embora existam em outras zonas do país, fazem sucesso na província da Estremadura. Todos têm um modo próprio de confeccionar e em alguns casos até, uma história de séculos.

Nas Caldas da Rainha o reino doceiro é das cavacas. São feitas apenas com açúcar, ovos, farinha, casca de limão e um pouco de manteiga. Faz-se uma massa homogénea com os ovos, a farinha e a manteiga derretida. Tende-se a massa com uma colher para um tabuleiro polvilhado com farinha de milho e leva-se a cozer ao forno em lume esperto. Após a cozedura, passam-se as cavacas por uma calda de açúcar. Até aos anos 70/80 as pessoas de algumas aldeias da região faziam da venda deste produto uma importante fonte de receita para a sua sobrevivência. Consta que esta receita teve origem por volta de 1820 num lugar próximo daquela cidade termal, chamado Torre. Hoje, além de as encontrarmos nas pastelarias da cidade, encontramos também nas feiras e mercados da região. Existe no entanto uma diferença. Uma são as cavacas finas, outras são as saloias. Estas últimas são normalmente mais largas, têm metade da espessura e são também um pouco mais baratas.

Ainda naquela cidade podemos experimentar os sabores gulosos das **trouxas das Caldas**. 18 gemas, 2 claras e 1 kg. de açúcar são as quantidades necessárias para fazer esta delícia de ovo. Passam-se as gemas por um passador fino e misturam-se com as claras, apenas para ligar os dois elementos. Estando o açúcar em ponto de fio, retira-se o tacho do lume e deita-se imediatamente no meio um pouco da mistura de ovos. Vai novamente a lume forte e com a escumadeira retira-se a placa logo que os ovos tenham coagulado. Depois coloca-se a placa de ovos a escorrer sobre uma peneira. Isto vai-se fazendo sucessivamente até obter um conjunto de placas, que depois são sobrepostas, duas a duas. Aparam-se os lados com uma faca e colocam-se as aparas sobre o meio das placas. São enroladas e regadas com calda de açúcar.

Perto das Caldas existe uma vila que deu nome a um dos pães-de-ló mais conhecidos do país: o **pão-de-ló de Alfeizerão**. É feito com 2 ovos inteiros batidos com 100 gr. de açúcar. Quando a mistura começa a ficar esbranquiçada, vão-se juntando as 6 gemas desfeitas. Bate-se tudo durante 20 minutos e juntam-se 50 gr. de farinha peneirada. Depois vai a forno bem quente durante 10 minutos numa forma de folha ou de barro forrado e tapado com um papel



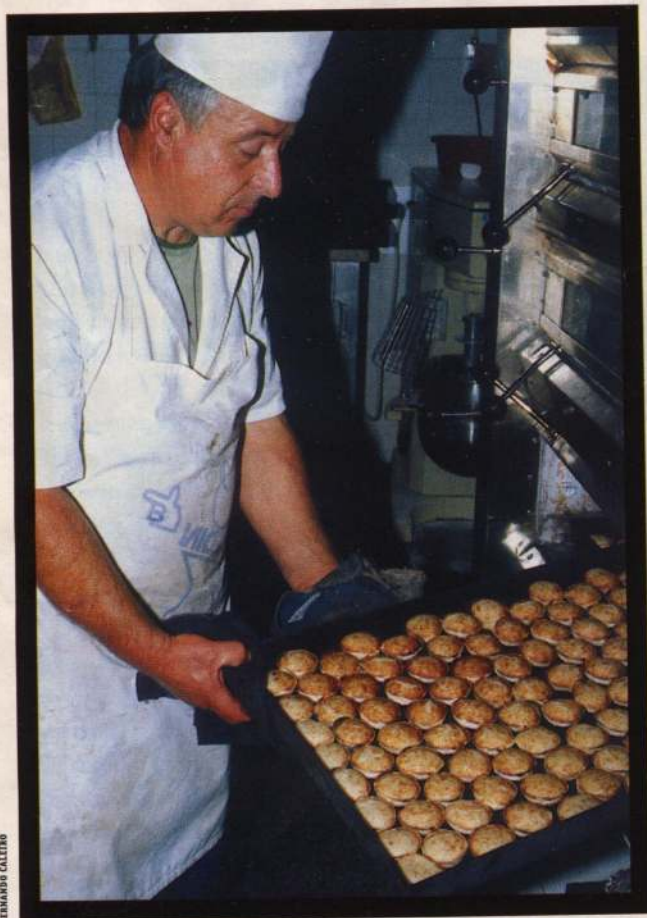
TROUXAS DE OVOS - CALDAS DA RAINHA

grosso. Deve-se comer no dia seguinte.

Anda-se mais para norte e chega-se a Alcobaça. Foi terra de frades, por isso não admira que a doçaria seja sobretudo conventual. O **pudim de ovos dos frades do convento de Alcobaça** é uma das suas sobremesas mais típicas. Para o poder saborear é necessário 1 kg. de açúcar, 4 ovos inteiros, 14 gemas e manteiga. Leva-se o açúcar ao lume com 2,5 dl de água e deixa-se ferver até fazer ponto de pasta. Misturam-se os ovos inteiros e as gemas, sem bater, e juntam-se ao açúcar depois de frio. Coloca-se numa forma de buraco no meio e vai a cozer em banho-maria durante 1 hora sensivelmente.



PASTÉIS DE BELÉM



QUEIJADAS DE SINTRA

Caminha-se em direcção a Lisboa numa viagem em que os sabores que se sucedem são uma tentação. É de provar as **trouxas da Malveira**, que ao contrário das trouxas das Caldas, estas são feitas com farinha, ovos e açúcar.

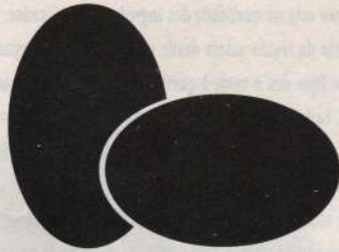
Em Sintra outros sabores se impõem. Para além das delicias naturais que só a sua serra sabe esconder, os **focos de Belas**, as **queijadas de Sintra** e os **travesseiros** são mais alguns atractivos desta região tão bela. As queijadas começaram por ser feitas no século XIII e foram durante muito tempo uma forma de pagar o foral ao rei. Dizem os entendidos que o segredo da sua confecção está na qualidade dos ingredientes utilizados, sobretudo do queijo. O facto de se estar perto da região saloia desde cedo facilitou a chegada do queijo de vaca puro e fresco. Ao queijo (que deu o nome à queijada) veio juntar-se a canela. E assim foi surgindo este doce típico. Farinha e água é quanto basta para fazer a massa. Para o recheio são necessários 400 gr. de queijo fresco sem sal, 350 gr. de açúcar, 4 gemas, 60 gr. de farinha e um pouco de canela. Prepara-se a massa tenra com um dia de antecedência para ficar rija. Cobre-se com um guardanapo seco e depois com um pano molhado para não ganhar crosta. O recheio começa por se fazer com o queijo fresco, que depois de ser passado no *passo-vite*, é misturado com o açúcar. Juntam-se as gemas, a farinha e a canela e bate-se tudo até obter um preparado homogéneo. Corta-se a massa em redondo e levantam-se as margens. Vão a cozer em lume forte durante 15 minutos e pronto, aí estão as queijadas de Sintra. O facto de actualmente se venderem muitas nas ruas e de a sua qualidade ser inferior levou as quatro fábricas com história em Sintra a fundarem a Associação da Queijada de Sintra.

Os **travesseiros** têm uma história mais curta. Consta que a receita data de há 60 anos atrás, quando uma senhora a quem davam o nome de "periquita" (por ser pequenina) resolveu adaptar à sua maneira uma série de receitas antigas. Amêndoa, ovos e açúcar são os ingredientes. Dizem os peritos que o segredo está na massa, que tem que levar um certo número de voltas para obter o folhado estaladiço.

Chegados a Lisboa, é impossível resistir ao chamamento dos **pastéis de Belém**. Todos os fins-de-semana é ver catadupas de gente aflita por conseguir apanhar o doce mais pretendido de Lisboa. 1837 foi a data que marcou a passagem deste doce conventual do Mosteiro dos Jerónimos para fora de portas. Foi então que esta receita passou para as mãos de uma loja que existiu no lugar onde ainda hoje se encontra a casa que os confecciona. E a receita foi tão bem guardada que ainda permanece no segredo dos deuses. Dos deuses e dos três mestres que todos os dias se fecham na "oficina do segredo" para confeccionar a componente secreta dos pastéis. Dos ingredientes sabemos que fazem parte o açúcar, os ovos, a farinha e o leite, mas mais do que isso não é revelado. Existem no entanto os **pastéis de nata** que têm uma forma semelhante aos famosos pastéis de Belém. Para estes são necessários, para fazer o folhado: 500 gr. de farinha, 500 gr. de manteiga, 2 a 3 dl de água e sal. Para o creme são precisos 5 dl de natas, 8 gemas, 2 colheres de chá de farinha, 200 gr. de açúcar e casca de limão. É necessário derreter o sal em água morna e dividir a gordura em três partes iguais. Coloca-se a farinha sobre uma mesa de pedra e deita-se a água num buraco ao centro da farinha. Amassa-se e deixa-se ficar durante 20 minutos. Estende-se a massa até ficar um quadrado. Com uma terça parte da gordura barra-se a massa, deixando por barrar a largura de um dedo em torno do quadrado. Dobra-se a massa de baixo para cima e da esquerda para a direita. Estende-se novamente a massa até formar outro quadrado e repete-se o processo com os outros dois terços da margarina. Finalmente, estende-se a massa o mais fina possível, corta-se em tiras e enrolam-se de modo a obterem-se rolos compridos que depois são cortados em pedaços de 2 a 3 cm. Forram-se as formas com a massa e prepara-se o recheio com todos os ingredientes misturados, que entretanto vão ao lume até levantar fervura. Deixam-se arrefecer e colocam-se nas formas. Depois vão a cozer em forno bastante quente. Após estarem prontos, podem ser servidos polvilhados com açúcar e canela.

Na Estremadura podemos ainda encontrar outros doces como as **farólias**, os **sonhos à antiga** e o **bolo-rei**, o bolo mais vendido na altura do Natal.

Ribatejo



O MELHOR DE PORTUGAL
Ribatejo

Mais uma vez, a doçaria conventual ocupa lugar de destaque na doce mesa portuguesa. Desta vez damos um salto ao Ribatejo onde não é estranha a presença medieval das três principais ordens religiosas: Templários, Cristo e Aviz, que deixaram influências por todo o Ribatejo. Não será exagero se afirmarmos que a **palha de Abrantes** (de origem conventual) é um dos expoentes máximos das sobremesas ribatejanas. Os fios de ovos ou ovos reais são a base deste doce. Trata-se de uma das mais antigas especialidades da doçaria portuguesa que faz parte não só da palha de Abrantes, mas também da lampreia de ovos, dos pingos de tocha ou dos D. Rodrigo. Para os preparar são necessárias 6 gemas, 2 claras e 250 gr. de açúcar. Misturam-se as gemas com as claras com um garfo e passam-se três vezes por um passador de rede. Depois leva-se o açúcar ao lume com 2,5 dl de água e deixa-se ferver até atingir ponto de pérola. Colocam-se os ovos dentro de um funil de fazer os fios de ovos, deixando-se cair em pequenas proporções. Depois de caírem, os fios tomam feitiço de meada que deve ser retirada com a ajuda de uma ou duas escumadeiras e colocada em cima de uma peneira com o fundo virado para cima. Depois abrem-se os fios, passando as mãos por água fria. Podem passar-se os fios por um xarope mais fraco. Enquanto se preparam os fios de ovos devem sempre borrifar-se com água fria. Enquanto isso, a calda de açúcar deverá manter-se a ferver no centro do tacho. Para possibilitar a separação dos fios durante a cozedura, adiciona-se um pouco de água a que se junta um pouco de gemas. Ao ferverem, as gemas fazem bolhas que automaticamente separam os fios dos ovos. Diz-se que antigamente os fios de ovos eram fiados através de um pequeno furo feito numa casca de ovo que assim fazia ofício de funil.

O **manjar celeste** é mais uma das delícias conventuais. Os fios de ovos estão mais uma vez na berlinda. 100 gr. de miolo de pão, 50 gr. de amêndoas, 250 gr. de açúcar, 5 gemas de ovos, 2 claras e 1 chávena de fios de ovos. Deixa-se ferver o açúcar com um pouco de água. Junta-se o pão embebido também em água, espremido e desteito, a amêndoa pelada e ralada e deixa-se ferver. Batem-se bem as gemas e as claras com um pouco de açúcar. Já fora do lume junta-se o preparado de pão e amêndoa ao preparado de ovos e açúcar e leva-se ao lume a engrossar. Deita-se o doce num prato e enfeita-se com fios de ovos em monte.

Continuamos ainda na doçaria conventual com os **celestes de Santa Clara**. 500 gr. de açúcar, 250 gr. de amêndoa, 24 gemas, 2 claras e folhas de hostia são os ingredientes necessários para fazer este doce típico de Santarém. O processo inicial continua a ser o mesmo: leva-se o açúcar ao lume com 2 dl de água e deixa-se ferver até fazer ponto de fio apertado. Entretanto,



TIGELADA DE ABRANTES

juntam-se as amêndoas raladas ao açúcar em ponto e deixa-se cozer um pouco. Depois de retirar do lume, deixa-se arrefecer um pouco e adicionam-se as gemas já previamente batidas com as claras. Depois vai novamente a lume brando até se ver o fundo do tacho. Depois de frio, molda-se o preparado em montinhos que se colocam sobre rodinhas de obreia ou folhas de hostia. Vão ainda um pouco ao forno só para tostar as pontas.

Os **queijinhos do céu do convento das Donas** em Santarém mantêm-se na linha dos doces fartos de ovos. O processo de confecção começa por ser idêntico ao dos pastéis de Santa Clara. Depois de se utilizar 15 gemas e 250 gr. de açúcar e de se obter uma massa rija, fazem-se pequenos queijinhos que se moldam com açúcar em pó. Depois é só colocá-los em forminhas de papel frisado.

As **tigeladas de Abrantes** são outra das especialidades desta terra ribatejana. 12 ovos, 1 litro de leite, 500 gr. de açúcar, 125 gr. de farinha e sal, são suficientes para fazer esta famosa receita abrantina. São necessárias tigelas enxutas de barro não vidrado que vão ao forno a aquecer bem. Batem-se os ovos num pote alto durante meia hora, com o açúcar, a farinha e uma pitada de sal. Vai-se juntando o leite, pouco a pouco. Depois é só colocar o preparado em tigelas de barro não vidrado que já devem estar bem quentes. Deixam-se cozer durante 20 minutos e desenformam-se assim que saírem do forno.

Como facilmente se constata, os ovos são um elemento com bastante peso na doçaria ribatejana. As **fatias de Tomar** ou **fatias da China** são mais outro bom exemplo: 24 gemas e 1 kg. de açúcar. Para fazer este doce é necessário nada mais, nada menos do que bater as gemas durante uma hora se for à mão e 20 minutos se for com batedeira. Deita-se a massa numa forma oval com tampo, muito bem untada e coloca-se a ferver durante uma hora em banho-maria. Desenforma-se, corta-se às fatias e passa-se pela calda do açúcar a ferver com água. Colocam-se numa travessa e regam-se com a calda. Quem quiser ainda pode enfeitar com fios de ovos.

Ainda em Tomar, também podemos provar sabores mais frescos e menos fartos. Trata-se do



PALHA DE ABRANTES



CELESTES DE SANTARÉM

pudim de queijo fresco. É feito com 4 queijinhos frescos de Tomar (sem sal) passados por uma peneira ou passador. À parte, misturam-se numa tigela, 10 gemas, 2 claras e 280 gr. de açúcar. Depois basta juntar tudo e mexer, sem bater. Vai ao forno em forma bem untada durante 45 minutos e já está.

Chega-se às bandas de Torres Novas e os doces mudam de figura. 125 gr. de puré de feijão branco, 500 gr. de açúcar, 125 gr. de amêndoas e 10 gemas de ovos são os ingredientes necessários para fazer os tradicionais **pastéis de feijão** de Torres Novas. Leva-se o açúcar ao lume com um copo de água, deixa-se ferver e junta-se o puré de feijão, que foi cozido sem casca. Adiciona-se a amêndoa pelada, deixa-se cozer e retira-se do fogo. Quando estiver quase frio, juntam-se as gemas, liça-se tudo e leva-se novamente ao lume. Depois basta rechear a massa tenra (comum) que vai forrar pequenas formas de queques. Vão ao forno bem quente e deixam-se cozer.

De Torres Novas seguimos para Almeirim, onde podemos encontrar **velhoses, broas de Almeirim e bolos podres do Natal**. As velhoses tanto as podemos encontrar em Almeirim como em Azinhaga. A principal diferença está nas quantidades utilizadas. Vamos dar aqui a receita de Almeirim, sem que isso signifique qualquer juízo de valor. Para fazer estas velhoses é necessário cozer previamente uma grande talhada de abóbora-menina. Depois de escorrida, guarda-se a água e passa-se a abóbora. Desfaz-se 250 gr. de pão em massa com um pouco da água da abóbora. Junta-se o puré da abóbora, 1 cálice de aguardente, 150 gr. de açúcar e mexe-se tudo. De seguida adicionam-se 6 ovos, um a um e finalmente 1 kg. de farinha. Bate-se muito bem até fazer bolhas grandes. Embrulha-se um alquidar e deixa-se a levedar durante 1 ou 2 horas. Depois é só fritar às colheradas em azeite ou óleo bem quente. Ainda quentes, passam-se por açúcar e canela.

Os **arrepiaados de Almoester**, as **queijadinhas da Azambuja** e os **bolos de noivo** ou **de noiva** são também uma tradição da região centro de Portugal.

Alentejo



O MELHOR DE PORTUGAL
Alentejo



Foto: Nuno Martinho

SURPRESAS - CASTELO DE VIDE

A planície e os conventos são os grandes mestres da doçaria alentejana. Uma doçaria rica e variada que é uma tentação mesmo para os mais tímidos de paladar. Com muitos ovos e muita arte fazem-se doces que fazem crescer água na boca. Desde o Alto ao Baixo Alentejo é um nunca acabar de sabores. Aqui, o que é preciso é "ter olho" para os saber escolher. Começa-se pelo Alto Alentejo, onde a **encharcada** faz parte da sobremesa, incluindo 24 gemas de ovos, 2 claras e 400 gr. de açúcar. O processo para a fazer é simples. Basta pôr o açúcar em ponto de pasta larga, vai-se misturando aos poucos os ovos e mexe-se. Quando os ovos estiverem cozidos, tosta-se com um ferro em brasa.

A **sericaia** ou **sericá** é outra delícia que nos chega de Elvas. Se quiser experimentar este doce alentejano, não será muito difícil de conseguir 1 litro de leite, 12 ovos, 125 gr. de farinha, 500 gr. de açúcar, 1 casca de limão ou 1 pau de canela, canela em pó e sal. Começa por se bater as gemas com o açúcar até se obter um creme fofo. Dissolve-se a farinha com o leite, previamente fervido com o pau de canela, a casca de limão e o sal. Adiciona-se o creme de gemas e mexe-se. Vai engrossar em lume brando e depois deixa-se arrefecer. Batem-se as claras em castelo e juntam-se ao preparado anterior. Coloca-se o doce às colheradas desencontradas num tacho de barro, estanho ou outro que possa ir ao forno. Polvilha-se o doce com canela e leva-se ao forno muito quente. Antigamente, este doce era sempre cozido no forno de padeiro, o único que garantia a temperatura de que necessita para abrir fendas.

Em Évora vamos encontrar o **pão de rala**, feito à base de

açúcar (500 gr.), amêndoa (em igual quantidade), gemas (18 a 24), 1 limão, 250 gr. de fios de ovos, ovos moles (1/2 chavena), doce de chila (250 gr.), raspas de chocolate e farinha. Junta-se a amêndoa pelada e pisada ao açúcar a ferver com a água. Retira-se do calor, juntam-se as gemas até ligar tudo muito bem e a raspa de limão. Vai novamente ao lume, mexendo em vai-vem. Se se quiser juntar as falhas de chocolate, que são facultativas, é agora. Depois de fria, estende-se o preparado em rodela com o rolo e um pouco de farinha. No centro da rodela colocam-se em camadas alternadas os fios de ovos e a chila, previamente misturada com os ovos moles. Puxa-se a massa e cobre-se o preparado, dando-lhe o feitiço de pão ou broa. Coloca-se o pão de rala sobre um tabuleiro polvilhado com bastante farinha e leva-se a cozer em forno moderado. Só se deve retirar de cima do tabuleiro, quando completamente frio. As gemas que se juntam à chila não têm que ser obrigatoriamente preparadas em ovos moles. Podem ser simplesmente cozidas com a chila. No recheio do pão de rala também podem entrar trouxas de ovos.

As **boleimas** são feitas de massa de pão, banha, açúcar, canela, farinha, maçã e nozes picadas. São um doce típico de Castelo de Vide e que, embora se venda durante todo o ano, é feito tradicionalmente no Carnaval. Começa por se mexer a massa de pão com a farinha. Fazem-se furos na massa, onde se vai introduzindo a banha, sem amassar. Fazem-se bolos redondos, que se espalmam e colocam num tabuleiro. Polvilha-se o centro de cada doce com açúcar e canela e fatias finíssimas de maçã e nozes picadas. Põe-se por cima do disco uma nova rodela de massa também achatada, mas de

diâmetro inferior, de forma a puxar quatro tiras em toda a volta até ao centro da boleima. Depois é só cozer em forno moderadamente quente.

As **surpresas**, os **rosquilhos**, os **bolinhos de manteiga** e os **bolinhos de azeite** são mais alguns dos agradáveis sabores desta terra de Castelo de Vide.

Um pouco mais para sul, Montforte coloca à disposição uma mesa rica de doces de amêndoa e ovo. O **toucinho rançoso** é o melhor exemplo. É feito com 100 gr. de amêndoas peladas e raladas que são adicionadas a 200 gr. de açúcar em ponto de pasta. Depois de arrefecer, juntam-se 8 gemas previamente misturadas. Leva-se novamente ao lume e mexe-se até ferver. Deixa-se arrefecer e junta-se uma clara batida. Barra-se a forma e leva-se a forno brando. Para terminar, enfeita-se o a superfície do toucinho rançoso com açúcar e canela e coloca-se franjas de cores à volta.

Nos doces da grande planície pressente-se a aproximação das amêndoeiras algarvias. A amêndoa é um ingrediente utilizado com frequência em vários doces alentejanos. É o caso das **tibornas**. Levam 650 gr. de açúcar, 18 gemas, 250 gr. de amêndoas, 250 gr. de miolo de pão, as côdeas da base do pão, uma chavena de doce de chila, 1 limão, e um pouco de canela. Cortam-se as côdeas muito finas em quadradinhos com 1 cm de lado e introduzem-se na calda de fios de ovos, feitos através das 15 gemas e açúcar em ponto. Retiram-se as côdeas e colocam-se numa travessa separadas umas das outras. Junta-se a amêndoa pelada e ralada, deixa-se ferver, junta-se o miolo de pão estarelado, as 3 gemas que restam, a raspa de limão e a canela. Vai a cozer e deixa-se ficar até



CONVENTUAL DE BEJA



BOLEIMAS - CASTELO DE VIDE

ao dia seguinte. Para armar as tibornas, são necessárias rodela de papel ou de hostia com cerca de 4 cm, sobre as quais se coloca colher de chá do preparado, outra de chila e outra do preparado. Por cima colocam-se alguns fios de ovos e 2 ou 3 côdeas de pão. Este é mais um doce que não foge à tradição dos enfeites de papel. Colocam-se as tibornas sobre um quadrado de papel de seda artisticamente recortado e unem-se as quatro pontas com um laço de fio de lã.

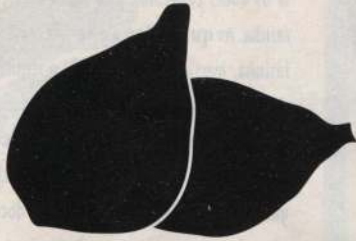
Antes de chegarmos a terras algarvias ainda temos pela frente os doces conventuais do Baixo Alentejo, de que Beja é a rainha. As **queijadas de requeijão**, (feitas com açúcar, farinha, ovos, manteiga, canela e requeijão) os **tosquidos** (feitos apenas com igual quantidade de açúcar e amêndoa), o **manjar do príncipe**, a **sopa da rainha** (conhecida por ter sido presentada à última rainha portuguesa) e claro, todo um vasto rol de doces conventuais, tão abundantes no Alentejo. O Convento da Conceição, o Convento da Esperança e o Convento de Santa Clara foram os que legaram maior número de doces e confeites no Alentejo. Os **papos de anjo do Convento da Conceição**, o **bolo de requeijão** e a **sopa doce da Conceição** são alguns dos exemplos confeccionados pelas mãos mestras das freiras. No convento de Santa Clara vamos encontrar as **fatias douradas e recheadas de Santa Clara**, os **ovos moles queimados** e as **broas de Santa Clara**. No convento da Esperança vamos encontrar os **pastéis de toucinho da Esperança**, o **bolo de bom gosto** e o **queijo conventual**.

Mas a doçaria alentejana não se fica por aqui. Quase que se pode dizer que "ainda a procissão vai no adro". Ficam aqui mais alguns dos doces mais característicos desta terra de charneca e montado. É o caso das **filhós alentejanas** que são feitas na "Quinta-feira de comadres", que corresponde à Quinta-feira anterior ao Carnaval. Com estas filhós preparadas com 1kg. de farinha, 4 laranjas sumarentas, 100 gr. de banha, 100 gr. de banha, um pouco de azeite, um pouco de açúcar, 1 dl de aguardente, 4 ovos, 100 gr. de evadoce e 250 gr. de farinha para tender, presenteiam-se as comadres, falimíares e amigos. São normalmente feitas em quantidade suficiente de modo a poderem chegar a Terça-feira Gorda.

O **nógado** é outra especialidade que é feita normalmente em Beja pelo S. João e em Évora pelo Carnaval e que é geralmente preparada com a massa das filhós, cortada aos bocadinhos com a ajuda de uma tesoura e depois frita em azeite. De seguida é só passar os nógados pelo mel que vai ao lume com um pouco de água.

As **azevias**, os **mimosos** e mais para o lado da costa as **pinhoadas** complementam ainda este nunca acabar de doçaria alentejana.

Algarve



O MELHOR DE PORTUGAL
Algarve

Para além de fazer parte das lendas populares, a poética amendoeira tem um papel fundamental na doçaria regional algarvia. De origem provavelmente romana, ela foi, tal como a figueira e a alfarrobeira, alvo de grandes melhoramentos durante o domínio árabe no sul da Península. A figueira surge também como um par importante na origem dos doces algarvios. Os aromáticos figos e amêndoas constituem um alimento de alto valor energético e revelam-se deliciosos na confeitaria. São bem conhecidos os **morgado de amêndoa** e os **morgado de figo**. Para preparar o primeiro são necessárias 250 gr. de amêndoas, 250 gr. de açúcar, 1/2 chávena de chá de doce de chila, 1 chávena de fios de ovos, 1 chávena de ovos moles espessos, 125 gr. de açúcar em pó, massa de amêndoa para enfeitar, pérolas prateadas e farinha. O processo de confecção deste confeito é um pouco exigente e demorado. Começa por se pelar a amêndoa, escaldando-a com água a ferver. Enxuga-se com um pano e deixa-se secar ao sol ou no forno quente com a porta aberta. De seguida é necessário ralá-la até ficar finíssima e depois adicioná-la ao açúcar em ponto de pasta. Mexe-se sobre lume brando e deixa-se cozer até se aperceber o fundo do tacho. Retira-se do lume e amassa-se em cima da pedra da mesa polvilhada com farinha ou untada com óleo de amêndoas doces. Deve ficar assim até ao dia seguinte, altura em que se volta a amassar. Estende-se a massa em círculo e puxam-se os bordos de baixo para cima, dando-lha a forma de uma tigela com aproximadamente 20 cm e com os bordos baixos. Feita esta "alcofa", espalha-se lá dentro uma camada de doce de chila. Sobre esta dispõem-se os fios de ovos e finalmente os ovos moles. Com a massa que resta faz-se um círculo que serve de tampa sobre a "alcofa" bem cheia. O morgado fica assim com a configuração de um queijo da serra e, tal como ele, deve ser atado com uma tira de pano à volta para não se desmanchar ao cozer. Pincela-se com clara de ovo e vai ao forno para dourar. Bate-se o açúcar em pó com um pouquinho de água e um pouco de clara de ovo até se obter um preparado espesso que se aplica em torno do morgado. Deixa-se secar e enfeita-se com flores ou motivos feitos de massa de amêndoa, pérolas prateadas e com uma franja tripla de papel de seda, papel cristal e papel

celofane que contornam o morgado. Esta é também a massa utilizada na confecção dos morgadinhos pequenos.

Ao lado das artísticas confecções de massa de amêndoa, podemos encontrar as não menos apreciadas delícias de figo. Começemos pelo **morgado de figo** que é preparado com 500 gr. de figos secos, igual quantidade de amêndoa e de açúcar, 50 gr. de chocolate, 10 gr. de canela, 3 gr. de erva-doce, 1 limão grande e açúcar em pó. Depois de ligeiramente torrados, rala-se a amêndoa e pica-se o figo com uma faca ou tesoura. Coloca-se um copo de água num tacho e junta-se-lhe o açúcar, o chocolate, a canela, a erva-doce, a raspa da casca do limão e deixa-se ferver até fazer ponto de cabelo. Adiciona-se a amêndoa, deixa-se ferver e junta-se o figo. Coloca-se a massa sobre uma tabua polvilhada de açúcar pilé e dá-se-lhe uma forma redonda, amparando-a com uma tira de papel grosso. Tal como se fez para o morgado de amêndoa, pincela-se com açúcar e enfeita-se com grangeias de várias cores. É também com esta massa que se moldam as galinhas, coelhos e outros motivos que fazem parte da doçaria tradicional do Algarve.

O **queijo de figo** é uma outra especialidade algarvia que leva, imaginem, cerca de 7 meses a estar pronto para consumo. Começa a ser preparado depois dos figos secos (500 gr.), que são espalmados e cortados ao meio no sentido horizontal. Coloca-se um aro de folha sobre uma mesa polvilhada com farinha e dispõe-se no fundo uma camada grossa de figos meios espalmados. Espalham-se por cima algumas falhas de amêndoa e borrija-se tudo com aguardente. O queijo vai sendo formado à medida que se vai enchendo com camadas de figos e de amêndoas salpicadas. Coloca-se um peso por cima e deixa-se ficar assim até ao mês de Maio. É tradição comer este doce no dia 1 de Maio, dia em que, aproveitando o feriado, as pessoas vão passear ao campo, levando um farnel de que faz parte o queijo de figo ou queijo de Maio, como também é conhecido.

O figo depois de seco, permite uma variedade de utilizações, quer esmagado, quer inteiro. Os **figos cheios** são mais uma das delícias que este fruto permite. Tal como o próprio nome indica, trata-se de figos que são abertos na vertical e que são cheios com amêndoa ralada, açúcar, chocolate em pó, canela e erva-doce ou raspa de limão. Depois são torrados no forno.

Outra jóia são os **D. Rodrigues**, uma delícia protegida por um envólucro de papel de prata colorido. São preparados com 125 gr. de amêndoas peladas e raladas que se vão juntar a 250 gr. de açúcar a ferver num pouco de água. Quando se retirar do fogo, juntam-se 6 gemas. Vai novamente ao lume para as cozer e dividem-se 10 gemas de fios de ovos em montinhos. faz-se uma cova em cada montinho e enche-se com o preparado. A seguir é só acertar os fios de ovos para ficarem redondos e levá-los a fritar na calda dos fios de ovos. Finalmente são passados por açúcar e canela e embrulhados em papel colorido. Antigamente, os D. Rodrigues eram embrulhados em papel de seda com fitinhas de cores.

Mas os doces algarvios não se ficam por aqui. Os **merengues** e os **carrichos** são mais duas espécies de bolos pequenos, uns feitos à base de ovos e outros de amêndoas. Os primeiros são confeccionados com ovos, açúcar, raspa e casca de limão e açúcar em pó. Os carrichos levam também a componente da amêndoa. Duas claras, 250 gr. de açúcar e casca e sumo de limão a que vão ser adicionadas 250 gr. de amêndoas peladas e cortadas em palitos finos. A massa é depois dividida em montinhos que vão ao forno num tabuleiro polvilhado de farinha.

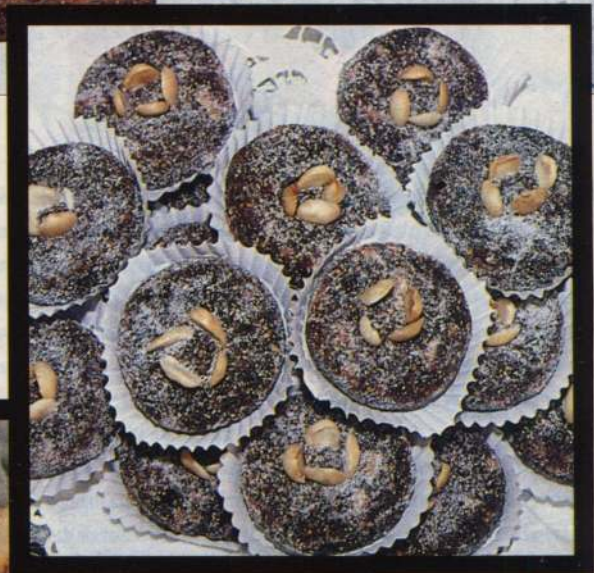
A este rol de doces fartos de amêndoa e figo vêm juntar-se ainda outros bastante populares em terras do Algarve, como o **toucinho do céu**, e os **fritos da época natalícia**.



Foto: GONÇALVES ET AL

QUEIJO DE FIGO

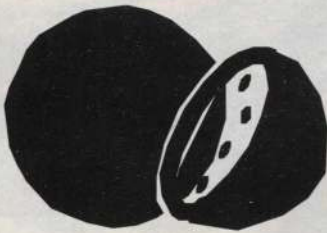
MORGADOS DE AMÊNDOA



MORGADOS DE FIGO



Madeira



O MELHOR DE PORTUGAL
Madeira

NUHO MARTINS



BOLO DE MEL DA MADEIRA

O clima e as frutas ajudam a definir um pouco do que é a doçaria regional da ilha da Madeira. A papaia, o maracujá e as pitangas são frutas bastante utilizadas naquela ilha. O **puddim de maracujá** é feito com 2 geleias do fruto, 2 claras, 1/4 de litro mal medido de sumo de maracujá com grainhas e uma lata de leite condensado. Fazem-se as geleias de véspera e picam-se com um garfo no dia seguinte. Adicionam-se-lhe os restantes ingredientes e coloca-se no frigorífico. O resultado será um ótimo "refrescante" para as tardes tropicais da Madeira. Há quem utilize, em vez de maracujá, a laranja.

Não menos apetitoso é o **puddim de papaia** ou o **puddim de pitangas**. A par destes doces mais frescos, existem também outros, mais apetecíveis nas tardes de chuva ou nos serões de Inverno. É o caso do **bolo de mel da Madeira**. É um bolo rico, típico da altura do Natal e que é composto por uma grande variedade de ingredientes, sobretudo de especiarias. Mandava a tradição, que ainda hoje está viva em alguns locais, que o bolo de mel fosse preparado no dia de Nossa Senhora da Conceição (dia 8 de Dezembro) de modo a estar bom no Natal. Os ingredientes são os seguintes: 2,5 kg. de farinha, 1 kg. de açúcar, 750 gr. de banha, 500 gr. de manteiga, erva-doce, canela, cravinho-da-Índia, cravo-de-acha, um pouco de mistura de especiarias, 2 kg. de nozes com a casca, 250 gr. de miolo de amêndoa, cidrão, bicarbonato de sódio, 250 gr. de pão de massa, 1,8 litros de mel de cana, 1 cálice de vinho da Madeira e 4 laranjas. Para fazer este bolo, que à primeira vista parece tão complicado de preparar, é preciso começar por envolver a massa do pão, já comprada no dia anterior, num guardanapo, depois de a passar por farinha. Deixa-se ficar em sítio quente de um dia para o outro e no dia seguinte peneiram-se as especiarias previamente pisadas. Cortam-se as amêndoas, as nozes e o cidrão em bocados, dissolve-se o bicarbonato no vinho da Madeira, derretem-se as gorduras no mel quente, raspa-se a casca das laranjas e espreme-se o sumo. Peneira-se a farinha e o açúcar para dentro de um alquidar, faz-se uma cova ao meio e deita-se aí a massa de pão. Quando estiver bem amassado, junta-se o mel ainda morno. Juntam-se os frutos, o vinho com o bicarbonato, o sumo, a raspa das laranjas e as especiarias. Amassa-se tudo e deixa-se abafado a levedar durante 3 a 4 dias. Depois vai a cozer em forno bem quente, enfeitado com meias nozes, bocados de cidrão ou amêndoas. Este é um bolo que fica caro devido à quantidade de

ingredientes. No entanto, há quem o faça de forma mais simples e com menor quantidade dos ingredientes mais caros. Nesse caso, é hábito aumentarem-se as especiarias, dando origem a outro tipo de bolo: o **bolo podre**. Este é um tipo de bolo mais apimentado, que depois de frio e cozido, é embrulhado em papel vegetal ou celofane e guardado em caixas. Este tipo de bolo pode conservar-se assim durante um ano inteiro.

Os frutos continuam a ter um peso significativo na doçaria madeirense. O **bolo preto** leva casca de laranja, cidra e cerejas cristalizadas, amêndoa com a pele e nozes. A par disso levam ovo, um pouco de melaço, um pouco de manteiga e um pouco de canela, tudo misturado. Peneira-se 1 chávena de farinha com um bocado de bicarbonato e junta-se ao preparado anterior com as frutas passadas. Mistura-se tudo e vai a cozer em forno quente.

As **broas de mel** e as **broas da Madeira** são mais uma das especialidades desta "ilha jardim". São feitas com farinha, açúcar, manteiga, ovos, raspa e casca de limão, bicarbonato, canela vinho da Madeira, como não podia deixar de ser) e um pouco de aguardente. São feitas pequenas bolas que vão ao forno bem quente.

As queijadas também quiseram marcar presença na tradição dos doces madeirenses. O resultado são as **queijadas da Madeira**, feitas com requeijão.

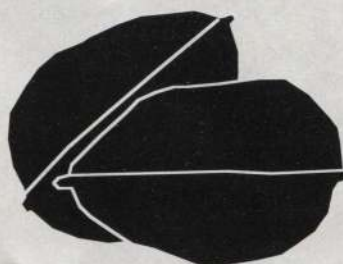
As **panquecas de abóbora** e os **recheios de batata-doce** são ainda duas especialidades fritas. 500 gr. de abóbora menina cozida e esmagada são suficientes para fazer as panquecas. Adicionam-se mais 500 gr. de farinha de trigo e se se preferir um ovo. Depois é só fritar às colheradas em óleo bem quente. Estas panquecas são um ótimo "petisco" para o lanche, polvilhadas com açúcar e canela.

Para os recheios de batata-doce utilizam-se 500 gr. de batata-doce miúda, 250 gr. de açúcar, um pouco de canela em pó e 3 gemas. Faz-se puré da batata, junta-se com o açúcar e leva-se ao lume a engrossar até se ver o fundo do tacho. Juntam-se os restantes ingredientes e leva-se novamente ao lume. Faz-se uma massa de rissóis que é recheada em forma de meia-lua e frita em óleo bem quente. Depois é polvilhada com açúcar e canela. É o tipo de doce para uma tarde bem passada acompanhada de um chá.

Açores



OLHOS DE SOGRA - AÇORES



O MELHOR DE PORTUGAL
Açores



REBUÇADOS DE OVO - AÇORES



BOMBONS DE NOZ - AÇORES

Podemos saltar de ilha que iremos encontrar um poço de doces surpresas em cada uma delas. A Terceira e S. Miguel são duas das mais ricas em doçaria açoriana. As **D. Amélias**, os **camafeus** e as **cornucópias** são exemplos de doces da Terceira. São doces, também eles de origem conventual. As primeiras levam farinha de milho, melão de cana, manteiga, raspa de limão, canela e noz-moscada. No tempo dos Descobrimentos as Caravelas que passavam por ali traziam as especiarias do Oriente. Embora no início as pessoas não soubessem muito bem como as utilizar, depressa se começaram a descobrir as suas óptimas características de ingrediente na doçaria.

Os **camafeus** são feitos à base de nozes e açúcar. Levam-se 300 gr. de açúcar ao lume e juntam-se as 250 gr. de nozes raladas. Deixa-se arrefecer e adicionam-se as 6 gemas e as 2 claras previamente batidas. Vai novamente ao lume de forma a poder ser facilmente moldada. Depois de fria, molda-se a massa em bolas do tamanho de uma noz. Para a cobertura, levam-se 400 gr. de açúcar ao lume com um copo de água. Deixa-se ferver e já cá fora, bate-se o açúcar até ficar opaco. Juntam-se uns pingos de limão e vai a banho-maria. Com a ajuda de dois garfos, passam-se as bolas pela calda de açúcar e à medida que esta operação se vai fazendo, vai-se colocando uma meia noz sobre cada uma. Depois de secos, os camafeus são colocados em forminhas de papel frisado. O aspecto que adquirem depois de prontos, barrados de branco e com meia noz em cima valeram-lhe o nome atribuído. Os **bonbons de noz** têm uma preparação idêntica aos camafeus, levando como recheio um preparado de ovo e noz moída e por cima também meia noz.

O aroma das **cornucópias** chega-nos de Angra do Heroísmo. A massa é feita com 500 gr. de farinha, 2 colheres de sobremesa de manteiga, 2 colheres de sopa de banha, 4 colheres de sopa de açúcar, 2 colheres de sopa de pão torrado e ralado e 4 colheres de sopa de amêndoa ralada. Estes ingredientes devem ser muito bem ligados com água bem quente. Estende-se a massa fina e corta-se aos triângulos. Envolvem-se as formas nos triângulos de massa, passam-se de seguida por clara de ovo batida e em seguida pela amêndoa misturada com o pão ralado. Levam-se a cozer em forno bem quente e depois recheiam-se com ovos moles feitos com 500 gr.



COVILHETES DE LEITE - AÇORES

de açúcar e 12 gemas.

Os **covilhetes de leite** surgem tanto na Graciosa, como na Terceira ou em S. Miguel. São feitos em formas de queque e levam para o recheio 500 gr. de açúcar e 1 litro de leite. Esta é a fase inicial em que é necessário estar ao lume. Depois tira-se, deixa-se arrefecer e juntam-se 8 gemas, um pouco de canela em pó e um bocado de farinha dissolvida num pouco de leite frio. Por fim, forram-se as formas em flor com a massa feita de farinha, banha e manteiga, enchem-se com o doce de leite e vão ao forno a alourarem.

Entramos nas delícias de S. Miguel com os **olhos de sogra**, as **esperanças** e as **malassadas** de S. Miguel. Os primeiros são feitos de ameixas recheadas com doce de ovos e banho de açúcar em ponto de rebuçado. As esperanças são preparadas com amêndoas (250 gr.), cidrão (150 gr.) e miolo de 2 carcaças, tudo ralado. A seguir é necessário juntá-los ao açúcar a ferver. Retira-se do calor e adicionam-se 12 gemas de ovos. Vai novamente ao lume para adquirir a consistência necessária para poder fazer bolas. Enquanto arrefecem, vai-se preparando a massa, misturando farinha, banha, manteiga, sal, claras e açúcar em pó. Molda-se o recheio em bolas e embrulham-se na massa fina. dá-se um golpe em cruz na superfície das bolas para abrirem ao cozerem em forno quente. Ainda quentes, passam-se as esperanças por claras de ovos batidas com uma faca e depois por açúcar em pó.

As **malassadas** são um doce frito típico do Carnaval. Os ingredientes são farinha, fermento de padeiro, ovos, açúcar, sumo de laranjas, aguardente branca, leite, açúcar e canela. Amassa-se e deixa-se a levedar durante 2 a 3 horas.

Os **rebuçados de ovos** são mais uma das guloseimas açoreanas. Com 250 gr. de açúcar faz-

se ponto de fio. Quando arrefecer, juntam-se 12 gemas cortadas com uma faca e um pouco de manteiga. Vai novamente ao lume até engrossar bem para depois de frio poder ser moldado em bolas. Leva-se o açúcar ao lume até atingir ponto de rebuçado. Nessa altura juntam-se uns pingos de limão ou de vinagre. Põe-se em banho-maria e com dois garfos, passam-se as bolas pela calda. Depois é só embrulhar em papéis d seda recortados ou frisados.

As **queijadas de Vila Franca do Campo** continuam a ser célebres em toda região açoriana. Levam 2 litros de leite cru, coalho, uma colher de chá de manteiga, 6 gemas, 1 clara, 1 colher de sopa de farinha e açúcar em pó. Estes são os ingredientes necessários para o recheio que deve ser preparado de véspera. Tomam-se as medidas necessárias para fazer queijo e depois de se extrair o soro, amassa-se o coalho com as gemas, a clara, o açúcar, a manteiga e a farinha. Vai a levantar fervura e depois de arrefecer, passa-se por uma peneira e coloca-se no frigorífico. No dia seguinte, faz-se a massa. Amassam-se com um pouco de água morna 250 gr. de farinha, 3 gemas, um pouco de banha, um pouco de manteiga, um pouco de açúcar e sal. O resto do processo de confecção é um pouco diferente do das tradicionais queijadas. Vão a cozer com uma tira de papel vegetal em torno da massa, preso com um alfinete. Depois de cozidas, polvilha-se a superfície com abundância de açúcar em pó.

A festa do Espírito Santo tem uma longa tradição no arquipélago dos Açores. A própria doçaria está ligada a esta ocasião. **Alfenim** é como se chamam os doces feitos de açúcar, manteiga e vinagre de vinho branco, que têm forma de pombas ou flores e que são, por tradição, ofertados como promessa no dia do Espírito Santo.