

Receitas da Tia Céu



Natal

Livro 4



É Natal, É Natal...!

E chegámos ao final do ano que viu nascer as “Receitas da Tia Céu”!

É com imenso prazer e carinho que vos ofereço este pequeno livro, com alguns textos sobre o Natal e algumas receitas que já passaram pela mesa de Natal da minha família!

Preferi, neste e-book sobre o Natal, num formato diferente, dar-vos a conhecer algumas curiosidades sobre o Natal, mais do que receitas. As receitas estão disponíveis no site e ao alcance de um clique.

Porque o Natal, hoje em dia, se tornou quase uma época em que o consumismo atinge o seu “pico” mais alto, eu privilegio o sossego, a partilha de mim, do meu tempo e do meu trabalho com os que me são queridos e próximos mas também com aqueles mais necessitados que nem conheço, através do trabalho voluntário.

A dádiva do que de melhor temos na alma é o melhor presente que se pode dar a alguém. Por isso faça os seus presentes: tricô, bricolage, bolachas, um bolo decorado, compotas, licores. Além de serem personalizados ainda poupa imenso dinheiro. Ou então ofereça o seu tempo e disponibilidade para fazer companhia a quem vive mais só: uma tia velhinha, o avô viúvo... Ofereça a sua habilidade para fazer pequenas reparações em casa de quem não tem posses para pagar um técnico. Leia algumas páginas de um livro ou o jornal a quem não sabe ou não pode ler. É ao dar-mo-nos, sem esperar nada em troca, que espalhamos um elemento que está em falta no Mundo: o Amor. E é do Amor que chega a Paz, aquela que o Anjo anuncia: ...”Paz na Terras aos Homens de boa vontade!”.

Desejo, de coração cheio por todos estes quase dez meses de partilhas convosco, que o vosso Natal seja doce e tranquilo, em Paz e Amor no seio da família e amigos. Que o Ano de 2017 vos traga prosperidade e sonhos concretizados, saúde e Amor q.b. para que a vida vos sorria com alegria e doçura.

Para o Ano cá estaremos! Até já!



Em quase todo o mundo, as pessoas decoram as suas casas com árvores de Natal e outros adereços natalícios. Em conjunto com as decorações natalinas, as árvores proporcionam um clima especial nesta altura.

Acredita-se que esta tradição começou na Alemanha, em 1530, com Martinho Lutero. Certa noite, enquanto caminhava pela floresta, Lutero ficou impressionado com a beleza dos pinheiros cobertos de neve e as estrelas do céu ajudaram a compor a imagem que Lutero reproduziu com galhos de árvore em sua casa. Além das estrelas, de algodão e outros enfeites, ele utilizou velas acesas para mostrar aos seus familiares a bela cena que havia presenciado na floresta.

Esta tradição foi levada para o continente americano por alguns alemães, que foram morar na América durante o período colonial. Em Portugal, como em outros países de maioria cristã, as árvores de Natal estão presentes em diversos lugares, pois, além de decorar, simbolizam alegria, paz e esperança.

O presépio também representa uma importante decoração natalina. O presepio representa o cenário do nascimento de Jesus, ou seja, uma manjedoura, os animais, os reis Magos e os pais do menino. Esta tradição de montar presépios teve início com São Francisco de Assis, no século XIII. As músicas de Natal também fazem parte desta linda festa.

Sumário

A Conversa com...

Angelo Pedro Marçal
Cafés Portela

A não Perder...

Adega da Bairrada
Restaurante

Bem-Vindo Natal

As Origens

O Natal no Alentejo

As Tradições

Receitas do Mês

El-Rei D. Bacalhau
Cabrito, Convidado de Honra
O Perú

Curiosidades

As Searinhas do Menino Jesus
Os presentes

Doces

Azevias de Grão
Barriga de Freira
Filhós de Forma
Arroz Doce

Bebidas

Vinho do Porto Quente
Cocktail de Aromas
Gin Tónico com Chá Verde

A Conversa com...



A história da Casa dos Cafés Portela confunde-se com a história do país, por altura da Revolução de Abril de 1974. À conversa com Ângelo Pedro Marçal, proprietário e fundador desta conceituada marca de cafés portuguesa, ficámos a conhecer um pouco melhor a história desta casa de cafés, já que o sr. Marçal, como é carinhosamente conhecido, é um livro vivo e um contador da História, excelente. Trouxe de Angola o amor à terra e em 1975 a situação política da época fez com que tivesse que abandonar os bens, as terras e a colheita desse ano e rumou a Portugal com a família. Aterrou no Aeroporto da Portela e não procurou casa muito mais longe: instalou-se com a esposa e os dois filhos no bairro da Portela de Sacavém, destino privilegiado de muitos portugueses que voltavam de África nesse tempo.

Recomeçar do zero não é fácil, mas Ângelo Marçal não é homem para baixar os braços e, após alguns contratempos, abriu a Casa dos Cafés, no recém inaugurado Centro Comercial da Portela, corria então o ano de 1977.

No início só vendia cafés para consumo em casa. Tinha as “bicas” para que os clientes pudessem experimentar os diferentes lotes de café que eram servidas em pequenas chávenas de barro (mais uma ligação à terra...?). Era, sem dúvida uma inovação: o cliente degustava, na loja, o que iria consumir em casa.

A pouco e pouco, este mesmo cliente, fiel e conservador, mas exigente no paladar, começou a exigir o café ao balcão e rapidamente a Casa dos Cafés Portela passou a ser ponto de encontro para quem queria tomar café ou chá. Além dos cafés, seleccionados e provenientes de lotes cuidadosamente escolhidos, os chás e os chocolates também passaram a fazer parte da oferta comercial da Casa dos Cafés, assim como os acessórios para cafés, as chávenas, bules e os bombons artesanais.

E a única Casa dos Cafés, no Centro Comercial da Portela já não chegava para atender todos os clientes. Tornou-se necessário a expansão para outros locais de Lisboa: Moscavide, Bairro da Graça, Gare do Oriente, Centro Comercial Vasco da Gama, Centro Comercial Colombo, Alvalade e, a mais recente, Rua dos Bacalhoeiros, em plena Baixa ombalina.

Para mim, a Casa dos Cafés do Centro Comercial da Portela continua a ser a minha preferida. Ao final da tarde podemos sempre trocar dois dedos de conversa com o sr. Marçal ou com os moradores do bairro que foram os vizinhos de muitos anos.

Recentemente foram feitas obras de remodelação e decoração nas lojas mais antigas e a da Gare do Oriente ficou um mimo, com ar de café de gare ferroviária, lembrando vagamente viagens de comboio e encontros amorosos em cafés perdidos nas estações de transbordo. Mas todos os espaços ficaram lindos, com um ambiente fresco, leve, alegre e acolhedor.

Aconselho vivamente, para quem ainda não conhece, uma visita a uma destas lojas. O atendimento é excelente, os mais de oitenta funcionários, espalhados pelas oito lojas garantem que bebe um café de primeira qualidade ou um chá aromático, que pode sempre acompanhar por bolos e bolinhos que são uma autêntica perdição. Se quiser levar para casa o café, aconselhe-se com quem sabe, qual o lote que vai ao encontro do seu paladar. E de caminho, compre também alguns chocolates belgas, para oferecer a quem degustar o café em casa, consigo. A Casa dos Cafés tem Facebook e loja Online.

www.portelacafes.pt | <https://www.facebook.com/Portelacafes/>





A Não perder

.....

Era uma vez Bem, é assim que começam quase todas as histórias de encantar... A história que vos vou contar também me encantou quando a ouvi contar na primeira pessoa. Passo a contar:

Há alguns dias, num sábado chuvoso, tive uma súbita vontade de almoçar fora. Depois do café e do jornal da manhã, aproximava-se a hora de almoço a passos largos. Para não sairmos da zona de Alvalade, onde costumamos parar aos sábados, resolvemos ir a um restaurante que eu realmente não conhecia. A porta discreta, de alumínio, numa rua sossegada, com típica vida de bairro lisboeta, passa despercebida, não fosse a pequena tabuleta na parede que nos indica o nome do restaurante: Adega da Bairrada.

Esperava entrar numa tasquinha, daquelas tasquinhas que já vão rareando em Lisboa mas onde se come divinamente. Entrei e deparei-me com uma ampla sala de um restaurante que me surpreendeu agradavelmente. Pela atmosfera de acolhimento e boa energia e pelo cheiro agradável a bom e certo tempero.

Passava pouco do meio dia e já havia algumas mesas ocupadas com casais com filhos. Saltou-me logo à vista que ali havia famílias felizes.

Fui recebida pela Ana que nos conduziu à segunda sala, também com algumas mesas já ocupadas. No caminho, através do corredor que liga as salas, passei pela cozinha, que se pode ver através da enorme parede de vidro que permite ver quem cozinha e como se cozinha. Lá dentro, havia gente a cozinhar, cores, brilhos, risos, falas, cheiros e alegria de quem faz o que gosta. Escusado será dizer que eu já estava encantada!

A minha mesa ficou mesmo ao lado de uma outra parede de vidro que dava para um pequeno pátio quase mágico, um pátio minúsculo que abrigava uma pequena oliveira, onde se penduravam pequenas casinhas de passarinhos. Lindo!

A Ana, desembaraçada, trouxe a ementa e escolhemos o Bacalhau Assado na Brasa.

Pedimos o vinho da casa – AB, zona de Palmela. Veio o pão e as azeitonas. Começamos bem...

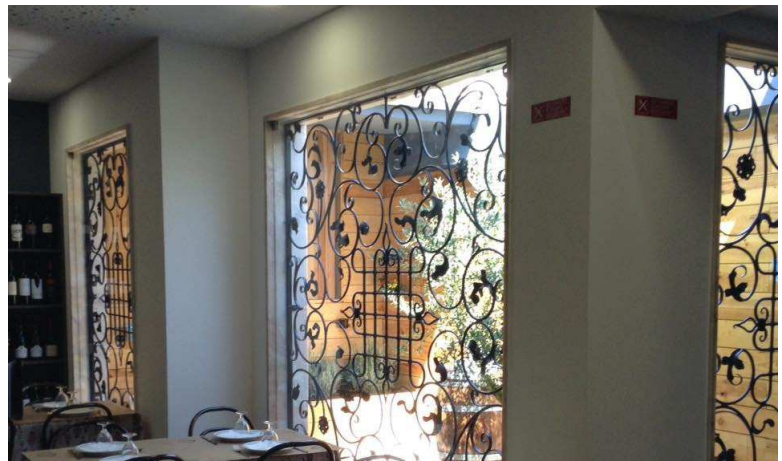
Sem demora, chegou o Bacalhau, desfiado, acompanhado de batatinhas a murro e grelos cozidos. Regado com azeite do bom. Excelente, maravilha!!

Entretanto, assisti a um fenómeno que não esperava: antes das 13 h, as mesas ficaram todas ocupadas! Chegavam pessoas e mais pessoas, famílias de três e quatro gerações, casais jovens e casais idosos. A Ana não tinha mãos a medir. Os funcionários, eficientes e despachados, andavam de um lado para o outro com simpatia e profissionalismo.

Bem, voltando ao Bacalhau na Brasa: estava uma delícia!! O vinho excelente, a conversa fluida e o coração quentinho. Lá fora continuava a chover mas que importância tinha?? Ali estava-se bem, o estômago feliz e o sorriso fácil.

Na hora da sobremesa é que foi mais difícil escolher! Mas a Ana veio ajudar e recomendou o Bolo Príncipe e o Mil Folhas. Fiquei rendida!!

Então decidi logo que esta Adega da Bairrada tinha que ser divulgada! Não por precisarem de publicidade, mas porque deve ser conhecido o exemplo de negócio de família, de trabalho com amor e dedicação, de continuidade de um projecto que começou há quase setenta anos como uma mercearia e que tem vindo a crescer, sempre nas mãos de quem sabe do metier e que trabalha por gosto.



A Adega da Bairrada começou por ser uma pequena mercearia, há setenta anos, quando o Manel e a Maria vieram da Anadia, zona da Bairrada, para Lisboa, para tentarem uma vida melhor! Por aqui ficaram, por aqui constituíram família, aqui nasceram os dois filhos, o Alberto e o Adelino que transformaram a mercearia numa tasquinha e daqui tiraram o sustento para criarem as três filhas – A Ana, a Sílvia e a Lília. As pequenas estudaram.

A Ana é Advogada, a Sílvia é Bióloga e a Lília estudou Turismo. No entanto, apesar dos cursos e das carreiras de cada uma, a mesma ligação ao sítio que foi a segunda casa das primas na infância, é agora o que as faz estarem quase a tempo inteiro dedicadas à gestão do negócio da família.

A Ana só está aos fins de semana mas a Sílvia e a Lília estão todos os dias a dar o seu melhor para que os clientes fiquem cativados pelos paladares e pela simpatia.

E depois temos também o chef: o Eduardo é marido da Ana, tem 35 anos e é designer industrial. Após alguns anos a trabalhar numa agência de publicidade, com horários completamente “loucos” e com um estilo de vida incompatível com a vida de família que queria ter quando nasceu o primeiro filho, Eduardo resolveu “dar um pontapé no balde” e veio trabalhar para a cozinha da Adega e por ali ficou. Fez o Curso de Pastelaria no centro de Formação da Pontinha e fez da sua paixão pela arte culinária o seu modo de vida. Está feliz e realizado, profissional e pessoalmente. Viva o Eduardo! que está a viver o seu propósito de vida!!

Vamos à parte prática deste artigo, cujas palavras escritas não descrevem a autêntica e profunda admiração que tenho por esta família e por este projecto!

A Adega da Bairrada fica na Rua Reinaldo Ferreira, nr 14A, em Alvalade.

Só serve almoços de segunda a sábado, das 11.30 às 15.30. Ao sábado o almoço prolonga-se até às 16H. Às sextas feiras servem jantares e é o único dia da semana em que servem jantares. Ao Domingo descansam, que bem merecem e precisam.

As receitas são antigas e tradicionais da cozinha portuguesa, quase todas com origem na zona da Bairrada, trazidas pela Sra. D. Olinda, cozinheira exímia e de mão cheia.

O pernil é a especialidade da casa, que faz com que venham clientes de longe para saborear o Pernil com Lombardo!

Há uma curiosidade para a qual chamo a vossa atenção: na véspera de Natal, o almoço de dia 24 de Dezembro é a “coqueluche” da época natalícia. É servida a famosa Feijoada de Leitão da Adega da Bairrada, o Pernil com Lombardo e os Enchidos com Grelhos. Na sala de fora há uma venda de bolos e doces tradicionais de Natal: além das delícias que o Eduardo sabe fazer e que são uma das imagens de marca da casa, há as rabanadas, as filhoses, os sonhos, os coscorões e por aí fora!

Então fica assim: vamos lá comprar os docinhos, para quem não tem tempo para cozinhar e deixa as compras para o último dia e ficamos para almoçar! Depois é só ir para casa, com os sacos e o estômago cheios e esperar pela Consoada!

Faltou ainda dizer que a Adega da Bairrada tem cerca de 175 lugares sentados, distribuídos por 3 salas. Os cerca de 17 funcionários asseguram o excelente funcionamento do espaço e a gestão da Ana e das primas, a Sílvia e a Lília, fazem da Adega um local a não perder de vista.

Sendo o Natal a festa da família por excelência, é com imenso prazer e admiração por esta família, a Família Rocha, que recomendo a Adega da Bairrada como o Restaurante do Mês, escolhido pelas Receitas da Tia Céu como sugestão para os vossos almoços e jantares de Natal, em família.

Contactos:

Tel: 21 848 2774 | e-mail: adegabairrada@gmail.com



Bem-Vindo Natal 2016

.....

Parece incrível, mas a escolha da data do Natal não tem nada a ver com o nascimento de Jesus. Os romanos aproveitaram uma importante festa pagã realizada por volta do dia 25 de Dezembro e “cristianizaram” a data, comemorando o nascimento de Jesus pela primeira vez no ano 354. Aquela festa pagã, chamada de Natalis Solis Invicti (“nascimento do sol invencível”), era uma homenagem ao deus persa Mitra, popular na Roma antiga. As comemorações aconteciam durante o solstício de inverno, o dia mais curto do ano. No hemisfério norte, o solstício não tem data fixa – ele costuma ser próximo de 22 de dezembro, mas pode cair até no dia 25.

A origem da data é essa, mas será que Jesus realmente nasceu no período de fim de ano? Os especialistas duvidam. “Entre os estudiosos do Novo Testamento e das origens do cristianismo, é consenso que ele não nasceu em 25 de Dezembro”, afirma o cientista da religião Carlos Caldas, da Universidade Mackenzie, em São Paulo. Na Bíblia, o evangelista Lucas afirma que Jesus nasceu na época de um grande recenseamento, que obrigava as pessoas a saírem do campo e irem às cidades se alistar. Só que, em Dezembro, os invernos na região de Israel são rigorosos, impedindo um grande deslocamento de pessoas. “Também por causa do frio, não dá para imaginar um menino nascendo numa estrebaria. Mesmo lá dentro, o frio seria insuportável em Dezembro”, diz Caldas. O mais provável é que o nascimento tenha ocorrido entre Março e Novembro, quando o clima no Oriente Médio é mais ameno.

O Natal como dia do nascimento de Jesus Cristo surgiu em tempos bem mais recentes, ao redor do século 4 da nossa Era. Até então, essa era a data de algumas das mais importantes celebrações do calendário pagão.

Tudo surgiu devido às muitas dúvidas relacionadas ao dia correto do nascimento de Jesus. Até hoje não existem referências históricas precisas capazes de atestar essa data. Os próprios Evangelhos, surgidos 3 ou 4 séculos depois da sua morte, não fazem nenhuma referência nem ao dia, nem ao mês, nem ao ano em que o Senhor apareceu na Terra.

Nos primeiros séculos de sua existência, a jovem comunidade cristã não festejava o nascimento de Jesus. Com o transcorrer das décadas e dos séculos, à medida em que a Igreja crescia e ganhava poder, surgiu a necessidade de conter e integrar os cultos pagãos – ainda muito numerosos na Europa e no Oriente Médio – e de englobá-los no seio da organização cristã. Celebrar solenemente o dia do nascimento de Jesus foi uma das muitas medidas implementadas nesse sentido.

No início, as datas mais disparatadas foram escolhidas para as comemorações: 6 de Janeiro, 25 de Março, 10 de abril, 29 de Maio. A Igreja do Oriente se decidiu afinal pelo dia 6 de Janeiro que era, para os gregos, o dia da Epifania (aparição) do deus Dionísio. A Igreja do Ocidente escolheu oficialmente a data de 25 de Dezembro em meados do quarto século depois de Cristo. O objetivo da eleição era fazer coincidir o nascimento de Jesus com as festividades do solstício de inverno e do nascimento do Sol, fenômenos celebrados há tempos imemoriais pelos povos europeus.



Em ambos os casos, tudo que o cristianismo fez foi incorporar no seu próprio calendário de celebrações as tradições populares pré-existentes.

Os doutores da Igreja, na verdade, perceberam que os próprios cristãos manifestavam forte inclinação para aqueles festejos pagãos, e seria muito difícil desviá-los dessa tendência. Melhor seria trazer os cultos pagãos para dentro da Igreja, e dessa forma melhor controlá-los. Ficou assim estabelecido que a Natividade seria solenizada naquele dia e a Festa da Epifania no dia 6 de Janeiro. Essa origem pagã da festa de Natal é reconhecida inclusive por Santo Agostinho, que exortava seus irmãos cristãos a não celebrarem o Sol naquele dia solene, como faziam os pagãos, e sim celebrarem “Aquele que tinha criado o Sol”.

Ao redor do ano 1100, o Natal torna-se a festa religiosa mais importante em toda a Europa. Sua popularidade cresceu até a Reforma, quando muitos cristãos começaram a considerar o Natal uma festa pagã. Na Inglaterra e em algumas colônias americanas foi inclusive considerada manifestação fora da lei. Mas isso durou pouco. Logo o Natal reconquistou o primeiro posto entre as celebrações cristãs, sendo até hoje a festa mais amada.

E chegamos aos dias de hoje, em que se celebra o Natal mas já poucos se lembram o que celebram e muitos nem sabem a origem desta festa. Ficou, valha-nos isso! o sentido da festa da família, numa época em as famílias se reúnem (algumas, infelizmente só neste tempo...), trocam presentes, decoram as suas casas, cozinham para a ceia do dia 24 e para o almoço do dia 25.

E é aqui, através das Receitas da Tia Céu, que eu vou procurar ajudar-vos a ter um bom Natal, um tempo de reunião com a família com mais Amor, mais cozinhados saborosos, mais tranquilidade, menos stress e mais sorrisos de alegria.

O Natal no Alentejo

.....

Apesar da tradição já não ser o que era, os costumes gastronómicos continuam a prevalecer e a distinguir os habitantes de cada região do país.

Hoje vou falar-vos do que melhor conheço, a gastronomia alentejana e o que é costume comer, no Natal, no meu Alentejo.

Os festejos natalícios, geralmente começavam com a matança do porco, no início de Dezembro. No Alentejo, havia o costume, entre os ganhões e gentes de menos posses materiais, de criar um porquinho ao longo dos meses, para matar, no Inverno e enriquecer a parca e pobre dieta à base de sopas e pão e equilibrar o orçamento familiar. Matava-se o animal, aproveitava-se tudo o que era possível e, se bem gerida, a reserva de carne e enchidos dava até ao ano seguinte. E era no início do Inverno que se procedia a este ritual, para o qual se convidavam amigos e vizinhos.

Não é á toa que um dos pratos típicos do Natal, no Baixo Alentejo, é a Carne de Porco com Ameijoas, ou como dizem no Algarve, de onde é originário, Carne de Porco à Alentejana, para se saber que era carne de porcos alentejanos, alimentados com bolota e consequentemente, com a carne mais saborosa, ao contrário do porco algarvio, que era alimentado com restos de peixe.

Bem, mas considerações de nome e origem à parte, um dos pratos da ceia de Natal é a Carne de Porco com Ameijoas ou as fatias de carne de porco assadas ou ainda carne de porco frita com laranja.

A Ceia de Natal, no Alentejo é depois da Missa do Galo e, por isso, pode suportar pratos mais consistentes como é o caso dos de carne de porco. Geralmente é servida primeiro uma sopa de feijão ou uma canja de galinha. Também se pode servir, em algumas zonas, as migas de bacalhau. Os enchidos fazem parte do repasto.

Na zona de Niza é costume servir-se a alhada de cação mas em Beja a ceia pode restringir-se ao chocolate quente acompanhado de bolinhos secos, bolo de massa de pão ou pederneiras. Depende também dos costumes de cada família.

Já no Alvito, uma vila perto de Beja, é costume incluir na ceia de Natal, além da carne de porco, migas de bacalhau e bacalhau cozido. Em Borba, é tradição servir-se sopas de caldeta, confeccionadas com cacção ou bacalhau, o caldo engrossado com farinha e servido sobre fatias de pão.

Quanto aos doces, não pode faltar na mesa alentejana, as fatias douradas, as filhós, as azevias de grão ou batata doce, o nógado, o pão de rala, os sonhos e o arroz doce, todos eles acompanhados com café ou chocolate quente.



Receitas do Mês

.....

O Natal tem o cheiro inconfundível da canela, do limão, da baunilha, do pinheiro, da lenha queimada na lareira e das azevias e filhoses.

Uma das primeiras recordações dos Natais da minha infância é a imagem de minha mãe, de avental imaculadamente branco, a amassar enérgicamente a massa das azevias e das filhoses. E uma grande mesa, coberta com uma toalha branca, onde as azevias para fritar se alinhavam, lada a lado em várias filas. Parecia um exército de pastelinhos de massa crua e translúcida, que cheiravam bem e aguardavam a sua vez de mergulharem no óleo bem quente, para saltarem de alegria em bolhas de massa embebida de aguardente.

Eu, pequena e curiosa, não tinha autorização de me aproximar nem do fogão nem dos pastéis já fritos e quentes. Mas, para ajudar, a minha mãe colocava-me um aventalzinho e, de mangas arregaçadas, ia arrumando os pastéis na mesa, aproximando-os da minha mãe, à medida que ela ia retirando os que estavam mais próximos.

Depois de fritos, arrumavam-se num grande alguidar de barro, o mesmo alguidar onde tinha sido amassada a massa. Um grande pano branco era colocado a forrar o alguidar e uma folha de papel pardo, absorvia toda a gordura em excesso dos pastéis. Naquele tempo de menina, ainda não havia o papel de cozinha como há agora e a minha mãe comprava papel pardo para este efeito.

E era assim, entre azevias e filhoses, após o meu dia de aniversário, que eu sabia que faltavam poucos dias para a festa do Natal.

El-Rei, D. Bacalhau

Não há dúvida que, independentemente das tradições gastronómicas de cada região, em Portugal o bacalhau é o Rei das mesas de Natal. Quer seja cozido com couves (a forma mais tradicional de o servir) quer seja de uma das outras mil formas de o confecinar, o bacalhau continua a ser o preferido dos portugueses.

Eis outras formas de servir o bacalhau, para fugir um pouco ao tradicional cozido com couves.

Bacalhau à Senhor Prior



Doses [4]

Preparação

Ingredientes

4 postas de
bacalhau
demolhado
1 kg de batatas
6 ovos
50 g de azeitonas
4 dentes de alho
1,5 dl de azeite
Sal q.b.

Coza o bacalhau, as batatas com a pele e 3 ovos. De seguida limpe o bacalhau de pele e espinhas e lasque-o. Descasque as batatas e os ovos e corte-os em rodela. Descaroe as azeitonas e pique-as grosseiramente.

Coloque tudo isto num tabuleiro, em camadas alternadas e ainda os dentes de alho, laminados. Regue com azeite e ligue, entretanto, o forno a 220°C.

De seguida, bata os restantes ovos com um garfo e regue o preparado que se encontra no tabuleiro. Leve ao forno durante 15 minutos. Decore com azeitonas e sirva de imediato.

Sirva este bacalhau com a seguinte salada: pique 2 dentes de alho e coloque-os numa saladeira. Junte-lhes depois 1 cebola pequena, também picada, e regue com azeite e vinagre a gosto. Tempere com sal fino e reserve. Arranje 1 alface e corte-a em juliana. Lave e corte 2 tomates em rodela. Coloque os vegetais na saladeira, mexa bem e sirva de imediato.

Migas de Bacalhau à Beira Alta



Doses [6]

Preparação

Ingredientes

2 postas de bacalhau bom
1,5 dl Azeite
(depende do pão e do bacalhau)
6 Dentes de Alho grandes
1 Couve Panca média
1 Pão tipo Saloio médio, de preferência do dia anterior
Sal e Pimenta q.b.

Coze-se a couve num tacho e deita-se uma pitada de bicarbonato para que fique mais verde e tenra e reserva-se.

Coze-se o bacalhau e ferve 2 a 3 minutos e reserva-se até arrefecer para limpar as espinhas e a pele e lasca-se de seguida.

Parte-se o pão em fatias pequenas e finas e vai-se ensopando com a água de cozer o bacalhau e a couve até ficar bem encharcadinho. As águas de cozer guardam-se.

Num tacho deita-se o azeite e os alhos bem esmagados e deixa-se alourar e é a esse alho que se junta o bacalhau (lascas) e ensopa-se. E a seguir a couve partida (pedaços maiores ou menores conforme o gosto). Por fim vai o pão bem ensopado muito bem, até se desfazer.

Deixa-se ferver e verifica-se a consistência, nem muito seco, nem muito aguado. Se ficar muito seco, deita-se 1 dl mais ou menos conforme precise, da água de cozer que guardamos.

Retifique-se o sal e a pimenta.

Deita-se num recipiente que vai a mesa e leva-se ao forno médio para se manter quente para se apreciar uma boa ceia.

Cabrito, Convidado de Honra

É principalmente no Norte e nas Beiras que o cabrito é uma tradição antiga em quase todas as mesas de Natal. De carne tenra e succulenta, é servido normalmente assado no forno e acompanhado com arroz. Mas há outras formas de cozinhar e servir o cabrito. Vou deixar aqui duas sugestões menos usuais na ceia de Natal, mas muito boas!

Cabrito Assado com Alecrim



Doses [6]

Preparação

Ingredientes

1 colher sopa de
banha
6 dentes de alho
1 folha de louro
1 colher sopa de
massa de pimentão
1 colher chá de
colorau
1, 6 kg de cabrito
2 cebolas
2 dl de vinho branco
1 dl de azeite
1 raminho de
alecrim
1,2 kg de batatinhas
novas
1 chouriço de carne
Sal q.b.

De véspera, coloque num almofariz, juntamente com a banha, o colorau, os alhos, o louro, a massa de pimentão e 1 colher sopa de sal grosso. Esmague até obter uma pasta. Depois corte o cabrito em pedaços e tempere-os com o preparado anterior. No dia seguinte, descasque as cebolas, corte-as em meias luas e disponha-as num tabuleiro. Sobreponha-lhes os pedaços de carne, regue com o vinho e o azeite e polvilhe ainda com as folhinhas de alecrim. Deixe marinar mais um pouco. Junte as batatinhas novas, descascadas, e o chouriço de carne, cortado, em rodelas. De seguida, leve ao forno durante 1 hora, a 190°C. Para tornar este cozinhado mais saboroso, vá regando, ocasionalmente, com próprio molho.

Fricassé de Cabrito



Doses [4]

Preparação

Ingredientes

1 cebola
2 cenouras grandes
1 alho-francês
1,5 kg de cabrito
1 cubo de caldo de carne
2 gemas
2 dl de natas
1 limão (sumo)
1 raminho de salsa
Sal e pimenta q.b.

Corte a cebola, as cenouras e o alho francês em pedacinhos pequenos. Leve a cozer, juntamente com o cabrito, em água temperada com sal e acrescente o cubo de caldo de carne.

Deixe cozinhar em lume brando. Assim que a carne estiver cozida, retire-a do calor e reserve. Triture o caldo onde cozeu o cabrito e leve-o novamente ao lume.

À parte, misture as gemas com as natas e o sumo de limão. Tempere a seu gosto e adicione o preparado anterior ao caldo, mexendo sempre.

Deixe ferver até engrossar um pouco.

Junte, por último, a salsa picada e o cabrito. Envolve bem. Deixe repousar por alguns minutos e sirva.

Sugestão: desosse o cabrito e sirva-o desfiado no fricassé. Acompanhe com arroz branco.

Perú Recheado



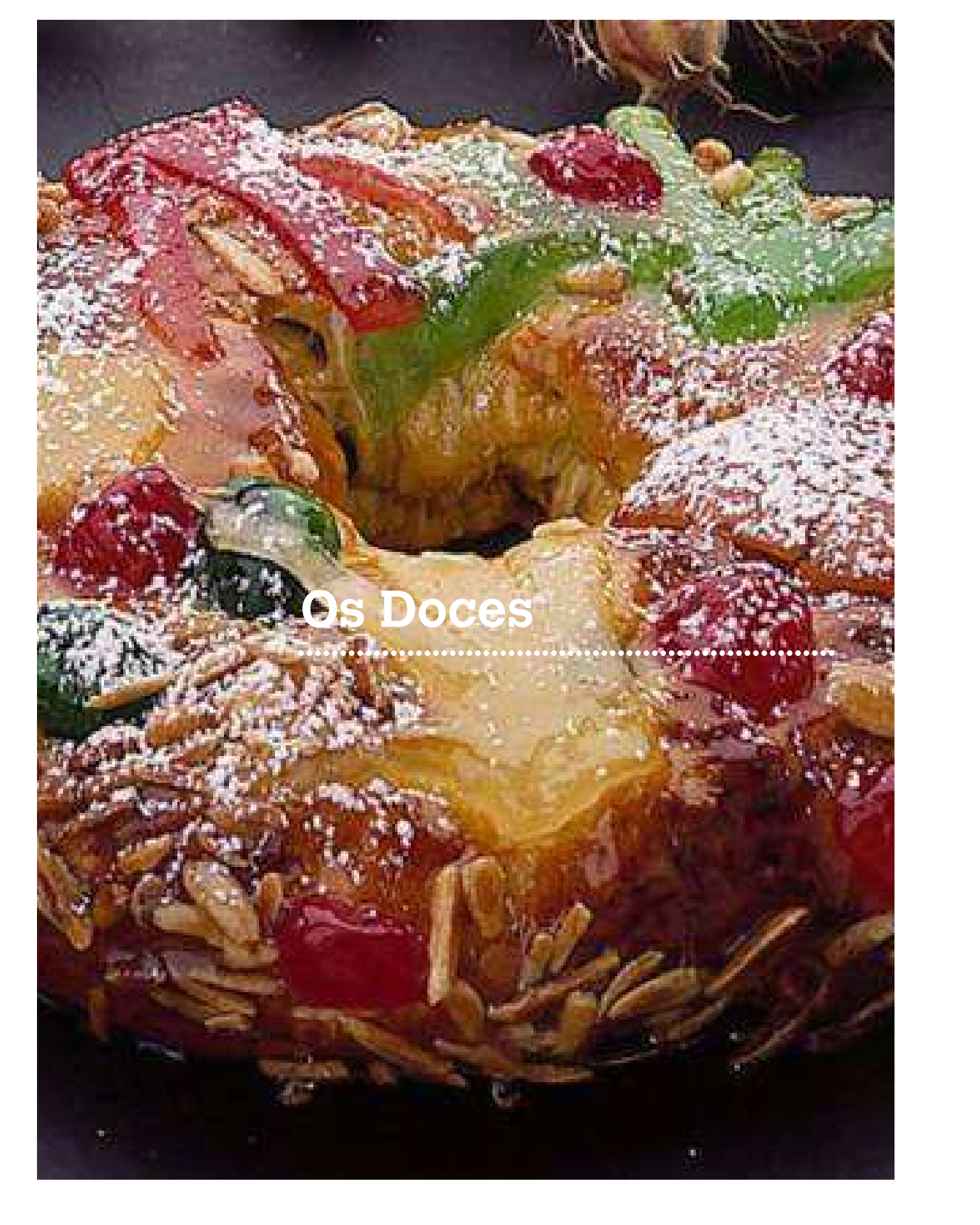
Doses [8]

Ingredientes

1 peru grande
150 g de manteiga
ou margarina
50 g de toucinho
400 g de carne de
porco
100 g de fiambre
150 g de presunto
200 g de miolo de
pão
1,5 dl de leite
2 ovos inteiros
1 colher sopa de
pickles
1 colher sopa de
azeitonas
3 cenouras
2 cebolas
1 dente de alho
Salsa
Sal e Pimenta
Vinho branco

Preparação

Arranje o peru como habitualmente. Passe pela máquina o presunto, o toucinho, o fiambre, a carne de porco e os miúdos do peru. À parte, pique uma cebola e coza-a brandamente com uma colher de sopa de margarina. Junte às carnes picadas o alho, a salsa, as azeitonas e os pickles picados. Adicione o miolo de pão amolecido no leite e uma cenoura cozida cortada em tiras. Junte os ovos inteiros e tempere com sal e pimenta. Recheie o papo do peru, cosendo-lhe a pele com uma agulha e linha. Ate o peru e coloque-o num tabuleiro. Regue com a restante margarina derretida. Leve a assar no forno com as restantes cebola e cenouras e salsa. A meio da cozedura, borrife com vinho branco. Depois do peru assado, retire as linhas e sirva com forminhas de arroz, cenouras estufadas e agriões.



Os Doces

Azevias de Grão

Em alternativa pode rechear as azevias com doce de gila

Doses [4]



Ingredientes

Para o recheio:

380 g de açúcar
1,5 dl de água
500 g de grão cozido
2 gemas
1 ovo
Raspa de 1 limão
1 colher chá de canela

Para a massa:

250 g de farinha
3 colheres de sopa de manteiga
3 colheres de sopa de aguardente
Uma pitada de sal
Óleo, açúcar e canela q.b.

Preparação

Junte o açúcar com a água e deixe ferver, até obter ponto de fio forte. Triture o grão e junte-lhe as gemas e o ovo. Adicione o açúcar em fio, mexendo sempre.

Acrescente a raspa de limão e a canela. Leve a lume brando até engrossar. Espalhe num tabuleiro e deixe arrefecer.

Entretanto prepare a massa. Coloque a farinha num recipiente; junte a manteiga amolecida, a aguardente e o sal.

Amasse bem e junte umas gotas de água, até obter uma massa macia. Deixe repousar 15 minutos.

Estenda a massa numa superfície enfarinhada. Ponha colheradas de recheio, dobre a massa e corte, com o auxílio de uma chávena (como se faz aos rissóis). Frite em óleo bem quente, escorra as azevias e passe-as por açúcar e canela.

Barriga de Freira

Esta receita de Barriga de Freira é uma receita simplificada, que me foi ensinada pela Senhora minha Sogra, já falecida, de quem guardo carinhosa recordação de uma ligação bonita através da cozinha e dos livros. É um dos doces que faço sempre no Natal e só no Natal. Como sempre, recomendo que se coma com moderação.



Doses [4]

Preparação

Põe-se o açúcar a fazer ponto fraco.

Junta-se o miolo de pão que se vai desfazendo com a colher de pau, depois junta-se o miolo de amêndoa.

Tira-se do lume e deixa-se arrefecer um pouco.

À parte, bate-se as gemas com as claras e mistura-se ao preparado anterior e vai novamente a lume brando para cozer as gemas.

Depois de pronto deita-se numa travessa e polvilha-se com canela.

Ingredientes

250 g de açúcar

6 gemas

2 claras

125 g de miolo de
pão duro

125 g de miolo de
amêndoa picado

A Filhós de forma

.....

A filhós de forma era outra das tradições da minha família, que a minha mãe aprendeu com a minha avó paterna, sua sogra. Eu não as faço na minha casa, mas a minha mãe continua a fazer e partilha comigo uma quantidade considerável.

Ainda recordando a minha infância, as filhoses de forma eram feitas mesmo na véspera de Natal, já quase à hora da Missa do Galo, quando já estavam todos quase prontos para ir beijar o Menino. A minha mãe era a última a sair da cozinha e eu estava sempre com ela. Por isso, a primeira filhós de forma que saía do tacho de óleo quente, já frita e dourada, era para mim! A primeira borboleta era minha, polvilhada de açúcar e canela e pousada num pratinho, a descansar do banho quente, enquanto os meus olhos de menina sorriam para a borboletinha, gulosos pelo cheirinho bom e felizes por ver uma borboleta só minha.

Filhós de Forma



Preparação

Bata os ovos até ficarem em espuma. Junte-lhes o açúcar e, sem parar de bater, a manteiga amolecida, o leite e o sumo da laranja.

Peneire a farinha para uma tigela grande e junte-lhe, aos poucos, o preparado anterior. Envolve até obter uma massa homogénea e fina. Deixe repousar por 30 minutos.

Aqueça o óleo e introduza a forma das filhós, para que aqueça também. Depois de bem quente, molhe-a na massa, mas sem a mergulhar completamente.

De seguida, mergulhe-a no óleo quente e deixe fritar um pouco. Sacuda o ferro para que a filhós se solte vire-a, para fritar de ambos os lados.

Repita a operação até esgotar a massa. Escorra-as sobre papel absorvente e passe-as por açúcar e canela.

Doses [4]

Ingredientes

10 ovos
50 g de açúcar em pó
50 g de manteiga
1,5 dl de leite
1 laranja (sumo)
200 g de farinha sem fermento
Óleo, açúcar e canela q.b.

Arroz Doce a Moda da Elvira



Preparação

Leve a água ao lume com a casca de limão, o sal e a manteiga e quando ferver introduza o arroz (não lavado).

Entretanto noutro tacho leve o leite ao lume até levantar fervura e junte-lhe depois a metade do açúcar. Mantenha o lume brando e vá mexendo.

Quando a água do arroz tiver sido absorvida, vá adicionando ao arroz o leite a ferver, mexendo frequentemente até que o arroz esteja bem cozido e se tenha formado um creme espesso.

Bata as gemas com o resto do açúcar até se obter uma mistura leve e espumosa.

Retire o arroz do lume e vá juntando algumas colheradas a gemada, mexendo bem para não talhar.

Acrescente esta mistura ao arroz e leve ao lume brando durante alguns minutos, mexendo constantemente, sem deixar levantar fervura.

Deite numa travessa ou pratos individuais e decore com canela.

Doses [4]

Ingredientes

1 Ch. de Café bem cheia de arroz (Carolino)
0,50 l de Água
1,5 l de Leite gordo
250g de Açúcar
4 Gemas
1 Cl de Chá de Manteiga
1 Pitada de Sal
1 Casca de Limão
Canela

A still life photograph of various wine glasses and a decanter. In the foreground, a large snifter glass is filled with red wine. To its left, two smaller glasses are partially filled with white wine. Behind the snifter, a tall, slender decanter is also filled with red wine. To the right, a small, wide-mouthed glass is partially filled with red wine. The glasses and decanter are arranged on a reflective surface, creating clear reflections. The background is a plain, light color.

As Bebidas

.....

Vinho do Porto Quente

Preparação

Ingredientes

1 garrafa de vinho
do Porto de boa
qualidade
1 cálice de
aguardente velha
1 colher de sopa de
mel
1 chávena de café
de passas
1 chávena de café
de corintos
1 pau de canela

Deite o vinho do Porto num tacho, leve-o ao lume e vá adicionando os restantes ingredientes pela ordem atrás referida. Mexa até levantar fervura e sirva.

“O vinho do Porto quente é servido em chávenas, na noite de Natal ou de S. Silvestre”.



Cocktail de Aromas

Preparação

Ingredientes

O,5 dl de cachaça
20 g de polpa de
maracujá com
sementes
4 fatias de maçã
com casca
Hortelã fresca q.b.
Gelo q.b.
½ colher de sopa de
mel de cana
1 dl de água com
gás

Ponha todos os ingredientes, com exceção da água com gás, no copo misturador e bata até estar tudo triturado e bem envolvido. Coloque a mistura no copo e adicione a água com gás.



Gin Tónico com Chá Verde

Preparação

Ingredientes

5 g de chá verde em
folhas
0,25 dl de água
Gelo q.b.
0,5 dl de dry gin
1 rodela de limão
1 haste de coentros
1 dl de água tônica

Faça uma infusão com as folhas de chá verde e a água e deixe arrefecer.

Coloque o gelo no copo e junte o gin, chá, a rodela de limão e os coentros. Adicione a água tônica e mexa.



Curiosidades

.....

As Searinhas do Menino Jesus

Sabe o que são as Searinhas ? Lembrei-me de uma velha tradição na minha família e que é um velho costume do Alentejo e Algarve. Penso que na Madeira também se fazem as searinhas.

Nos primeiros dias de Dezembro, geralmente até dia 8, dia de Nossa Senhora da Conceição, deitam-se num pires ou numa pequena tacinha, alguns grãos de trigo que são humedecidos com água, para germinarem. Todos os dias se borrifam ligeiramente e são guardados num local sem luz. Vão crescendo os rebentinhos branquinhos e colocam-se no presépio, para que o Menino Jesus abençoe as colheitas de trigo do ano seguinte, para que nunca falte pão na mesa.

Na minha casa, era a minha mãe que fazia as searinhas e eu todos os dias vigiava o crescimento das ervinhas. Borrifava cuidadosamente e era eu também que colocava as searinhas na pequena aldeia do presépio, que era armada em cima de uma grande cómoda na “casa de fora”.

No Algarve, sei que as searinhas não eram colocadas no presépio, mas sim num altar onde só havia o Menino Jesus no centro, rodeado pelos vários recipientes com as searinhas, umas brancas outras verdes. Era muito bonito.

Pensa-se que esta tradição vem de uma antiga prática pagã cujo significado era o mesmo: pedir a bênção do Menino Sol, para as colheitas serem abundantes





Os Presentes

Os presentes de Natal são uma das tradições mais antigas que perpetuamos, com mais ou menos vontade, com mais ou menos convicção, com mais ou menos posses financeiras, com mais ou menos imaginação.

A troca de presentes, no Natal, teve origem, diz-se, na história cristã que conta que os três Reis Magos ofereceram presentes ao Menino – Ouro, Incenso e Mirra. Assim, hoje em dia, ao trocarmos presentes no Natal, estaríamos a repetir esse acto e a honrar a tradição cristã.

Uma outra versão da história diz que a troca de presentes teria surgido na Roma Antiga, quando em Dezembro, os pagãos saíam às ruas para comemorar a Saturnália e tocavam presentes em forma de comemoração. Quando a festa pagã foi proibida pela Igreja Católica, ainda assim alguns costumes pagãos sobreviveram. Entre eles a troca de presentes nessa época do ano, costume que se manteve até hoje.

Depois há o Pai Natal! A história de S. Nicolau, que se tornou bispo da Igreja Católica, no século III, é das mais conhecidas e emblemáticas do catolicismo. Conta a lenda que Nicolau era generoso e compassivo com os pobres e crianças. Tendo nascido no seio de uma família abastada, não hesitava em distribuir sacos de moedas pelos mais necessitados da sua cidade, Patara (Turquia). De lenda em lenda, de história em história, de milagre em milagre, S. Nicolau chegou até aos nossos dias vestido de vermelho, com grandes barbas brancas, montado num trenó puxado por renas e carregado de presentes para distribuir pelas crianças de todo o mundo na noite de Natal.

E nós perpetuamos as histórias e as lendas pagãs e cristãs e adaptamo-las aos nossos dias. Os presentes de Natal são um dos pontos altos desta época, para o melhor e para o pior.

Pessoalmente, já abandonei há alguns anos o stress das compras de Natal. Prefiro ser eu mesma a fazer os meus presentes e ofereço um pouco de mim a quem mais gosto. É muito fácil, é só por a imaginação a trabalhar e deitar mãos à obra.

Os bolos, as compotas caseiras, os cachecóis de tricô, as bolsinhas de crochê, as bolachinhas de canela e gengibre, uma moldura decorada por si, com a foto dos miúdos... enfim! Há um sem numero de opções que a podem tirar dos centros comerciais e da confusão de lojas cheias e que até ajudam a poupar dinheiro. E quem recebe vai perceber que aquele presente é personalizado e que não podia ser para mais ninguém.

Aproveite o próximo fim de semana e peça a colaboração dos mais novos para fazer os seus presentes de Natal!!

