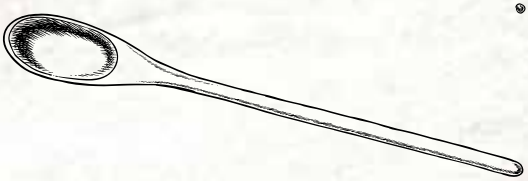
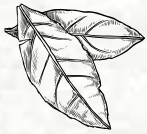
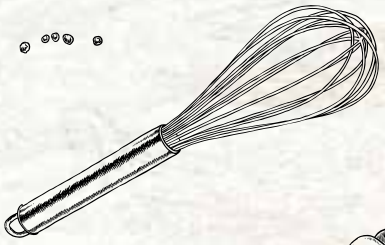
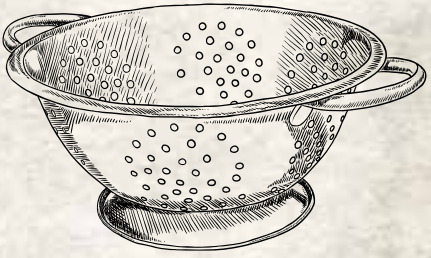
Carta Gastronómica da Lezíria do Tejo

Vol. I







Carta Gastronómica da Lezíria do Tejo

Edição e copywriting: Entidade Regional de Turismo do Alentejo e Ribatejo

Desenvolvimento, coordenação técnica e textos: Confraria da Gastronomia do Ribatejo

Pesquisa bibliográfica, coordenador, investigador e redator da obra: Armando Fernandes

Colaboração científica e técnica: Helena Salvador

Colaboração administrativa e logística: Cruz Marques e Joaquim Ferreira

Fotografia e tratamento de imagens: Joaquim Ferreira

Revisão de textos: Helena Silva e Cruz Marques

Conceção gráfica e paginação: Caminho das Palavras

Depósito Legal:

ISBN: 978-989-8784-75-9

Outubro de 2018

Ribatejo
Viva a festa

alentejo
ribatejo
ENTIDADE REGIONAL DE TURISMO

Cofinanciado por:

ALENTEJO 2020

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional

Advertência

Os textos assinalados com asterisco inseridos na primeira parte desta obra foram aumentados e reformulados, anteriormente saíram à estampa no livro *Cozinha Económica em Portugal*, de autoria de Armando Fernandes.

NOTA DE APRESENTAÇÃO

A Carta Gastronómica da Lezíria do Tejo que ora se apresenta não é uma carta gastronómica — corrido ou corrupio – de receitas culinárias. Não é. É, isso sim, uma história da alimentação das populações, especialmente rurais, das terras da Lezíria, concelhos de Almeirim, Alpiarça, Azambuja, Benavente, Chamusca, Cartaxo, Coruche, Golegã, Rio Maior, Salvaterra de Magos e Santarém.

A leitura dos depoimentos das e dos informantes é esclarecedora no conteúdo e na forma de vida daquelas Mulheres e Homens, que nos limitámos a ouvir e a recolher o mais fielmente possível o que nos informaram.

Acrescentar considerandos acerca de tão nobres e francas palavras nesta nota de abertura seria empobrecê-las.

Boa leitura, desejo.

Armando Fernandes
Confraria da Gastronomia do Ribatejo










RIBEIRA
DOS
BARCOS
Ribeira
dos Barcos















Índice

Capítulo I — Entre as Brumas da Memória 8
O Ribatejo 8
Descrição de referências animais, vegetais e toponímicas 9
*A alimentação no Paleolítico e no Neolítico 23
*A dominação do fogo e a cozinha 27
Capítulo II — A comida na Antiguidade 35
A escrita e a memória 35
A comida dos Faraós 37
*A alimentação na Grécia 39
*A mundanidade da gastronomia romana 43
Capítulo III — A alimentação na longa Idade Média 51
As invasões 52
Visigodos 52
*Judeus e muçulmanos 53
Portugal, estado independente 57
Capítulo IV — A Idade Moderna 67
O ciclo do açúcar 67
O forasteiro amargo 72
*As trocas para cá, as trocas para lá 74
Faustos e fumos da Índia 77
O bacalhau, o ciclo da batata e do milho 78
A alimentação em Santarém na época da criação da Misericórdia e dos Filipes 81
A Restauração e o ouro do Brasil 84
*Os remoques vindos de estranhos 91
O Anatómico Jocoso 104
Até à tomada da Bastilha 107
Capítulo V — A Idade Contemporânea 111
A Revolução francesa e a afirmação do Restaurante 111
Morte aos franceses 112
Dois poetas gastrónomos, um historiador agricultor e produtor de azeite 115
*William Beckford 115
Almeida Garrett 118
Alexandre Herculano, produtor de azeite 119
Comeres e beberes no século XIX 122
*Cozinhas económicas e sopa dos pobres 137
Sopa dos pobres 140
Bares, cafés, casas-de-comeres cervejarias, hotéis, hospedarias, pensões e restaurantes desde os alvores do século XX até aos anos 70 142
Casa dos Patudos, em Alpiarça 158
A implantação da República 160
Alusões republicanas ao bacalhau e não só... 161
Do Estado Novo ao 25 de Abril de 1974 166
*Voltar a descobrir 169
A tranquila (R)evolução gastronómica 172
Entrevistas 179
Palavras pensadas, palavras faladas 179
As Falas 180
Glossário 264
Bibliografia 290
Agradecimentos 297

Capítulo I

Entre as Brumas da Memória

O Ribatejo

Concelhos de Almeirim, Alpiarça, Azambuja, Benavente, Cartaxo, Chamusca, Coruche, Golegã, Rio Maior, Salvaterra de Magos, Santarém.

O sábio Orlando Ribeiro, no III dos seus Opúsculos Geográficos, ensina-nos a entender e conhecer o território que dá corpo a esta Carta Gastronómica. Referente ao Ribatejo, afirma ele que tem sido considerada "como uma região geográfica bem definida". E acrescenta: "estruturalmente corresponde a uma bacia sedimentar pouco deslocada e constitui, no conjunto de Portugal, a maior extensão de terras baixas; a curva de 200m permite separá-lo tanto dos relevos enrugados da orla estremenha, como das superfícies e cristas de rocha dura do Alentejo e da Beira; (...) Drena-o, embora em dissimetria, o maior rio peninsular e abre-se amplamente para o regolfo marinho de Lisboa, fim da sua navegação e, por isso, seu principal porto."

E o geógrafo salienta o facto de o Ribatejo se situar "entre a Estremadura e o Alentejo (outros dirão entre o Norte e o Sul), possuir uma dualidade nas formas de povoamento e de ocupação agrária, desenvolvidas, de certo modo, à sombra das províncias confinantes".

O distrito de Santarém só foi constituído em 1835 e estabeleceu a unidade e dualidade do terrunho ribatejano, sendo o rio Tejo a espinha dorsal do território, autêntica autoestrada civilizacional desde os primórdios até à expansão rodoviária, tendo originado nas suas margens cidades, vilas e aldeias que escoavam as suas produções e recebiam as que necessitavam.

O grego romanizado Estrabão, na sagaz obra *Geografia*, alude à importância daquela corda de água, tendo o cuidado de referir a fertilidade dos terrenos circundantes nos quais se cultivavam cereais e floresciam vinhas e olivais. Por seu turno, André de Resende, na obra *As Antiguidades da Lusitânia* (1593), no tocante ao rio Tejo acentua a sua grandeza afirmando "que o Tejo pedia pelo seu prestígio um livro só sobre ele tão grande é o número de cidades, de ópidos fortificados e ricos à volta do golfo e ao longo de uma e outra margem do rio, numa extensão de quase 100 milhas".

O notável humanista refere a enorme riqueza de pastagens e cereais permitindo duas sementeiras, uma de trigo, outra de milho-miúdo, na mesma terra, a qual proporciona um rápido crescimento das sementes ávidas do húmus contidos nos lodos provenientes das cheias. O autor anota a abundância de peixe e de ostras, estando os sáveis em primeiro lugar no que tange à quantidade, sendo muito apreciados pela delicadeza da carne, o que prova que Ausónio tinha razão em pensar o que delas disse no *Mosela*: "E os sáveis que chiam nas lareiras, alimento do povo." Curiosamente diz-nos serem raras as lampreias e os solhos no rio.

No entendimento do ilustre Geógrafo os limites do Ribatejo são vibrantes e precisos a Oeste e a Norte, sendo menos definidos a Leste.

Descrição de referências animais, vegetais e toponímicas

Na *Descripção do Reino De Portugal, per* Duarte Nunez de Leão, Desembargador da Casa da Supplicação, impressa no ano 1610, o autor ,relativamente ao agora Ribatejo, informa-nos:

"SANTARÉM, a correição de Santarém era composta por villa de Santarém, villa de Almeirim, villa de Muja, villa de Salvaterra, villa de Lauoeiras de Baixo, villa

de Veiras de Cima, villa de Alcanede, villa de Monte Argil, villa de Alcoentre, villa da Azambuja, villa de Torres Novas, villa de Coruche, villa da Erra, villa de Ulme, villa da Chamusca e villa da Golegaã." No tocante aos produtos descreve:

"Outra cosa que tem o Tejo (...) porque antes que se mesture com a agoa salgada do mar, se pescamnelle as maisfermosas e saborosas tainhas que se podem achar. E depois tanta multidão desaveis, que delle se mantém todos aqueles contornos e as terras Dealem Tejo, e muita parte do reino de Castella aoende se levam frescos, e escalados. Eabaixo mataõ hu pexe que soo naqlle rio se dá, que saõ as mimosas azevias que se madaõ dar aos doentes, e que para Principes selevam daqui per correos a outros reinos de Herpanha: a fora muitos cações, corvinas, pâmpanos e cabras, e ao rodor dos lugares de riba Tejo, muito e bom marisco, e os saborosos lingoados, que no sabor e na gordura saõ mui diferentes dos que se tomao no mar largo. Na ribeira do mesmo rio na parte de Santarem se criao aquellas delgadas biqueiras de canas para pescar, que os pescadores de cana de todo o reino, e fora delle mandaõ buscar: as quais sendo delgadíssimas, saõ tam flexibiles como se fossem de lalã sem as quebrar nenhum pexe por grande que seja. Destas as que eram mais delgadas, se levavam do Tejo a Roma, para screver com ellas."

"(...) A grande quantidade que deste frutto ha em Portugal, não podem negar as terras dos stados de Flãdres, de Alemenha, muitas partes dos reinos de Castella Vellha, Leam, Galliza, e a Índia Oriental, Brasil, e Ilhas dos stados de Portugal q se sostemta do azeite delle, e se lhes leva por maercadoria e muito sabão branco q delle se faz q se tira para fora deHespanha. Hus fod lugares do reinoem q mais copia hha, sam as Villas de Sãctarem, Moura, Tomar, Abrãtes, Estremoz e as cidades de Lisboa, Elvas, Beja, Coimbra."

"(...) Para carrega sam infinitos os vinhos que se dã Santarem, Alenquer, e Torres Vedras e seu grande termo".

"(...) Nas terras de alenTejo, nasdo Algarve e nas de tralos Montes e em Santarem houve sempre criçam de bos cavallos de que ao presente nam ha tanta por culpa dos homes e da mudança dos costumes antigos dos portugueses."

"(...) No Tejo se pescam excelentes tainhas onde a mare não chega, lingoados, e corvinas, cações e outros pescados de diferentes maneiras, e as nomeadas azevias ignotas a outros mares, que se mandam daradoentes: e somente se pescam em spaço de porcuas legoas acima de Lisboa (...). E he para espamtar que achandose algua hora solhos de imensa grandura no mesmo rio, nam morrem ordinariamente."

"(...) Do muito que temos dito dos frutos que Portugal dá, q a todos he notório, consta assas a muita fertilidade dele: pois nenhua cosa ha das que para a vida humana sam necessárias, que se nelle nam dê: como de pam, vinho, azeite, carnes, pescados e frutas."

"(...) Mas com tudo isto que dizemos, nos anos em que nam ha sterilidade nas terras de Alen-Tejo e nos campos e Lizirias de Santarem se nam ha inundações fora do tempo que danem as sementeiras, nam somente tem a terra pam para si, mas para partir com os vizinhos."

Em 1739, o Padre António Carvalho da Costa dá à estampa a *Corografia Portuguesa, e Descrição Topográfica do Famoso Reino de Portugal*, na qual refere a descrição das riquezas animais e vegetais da região onde se desenrola esta CARTA GASTRONÓMICA. Atente-se:

"SANTARÉM. (A comarca de Santarém englobava entre outras freguesias os hoje concelhos do Cartaxo com 425 vizinhos, e Rio Maio com 270 vizinhos). O livro do Padre Costa relativamente às potencialidades da Vila das Vilas refere: "para a parte do Norte está vendo o celebrado vale de Assacaia com Huma larga estrada pelo meyo, que logo no princípio da ribeyra da vill continua cercado de huma, de outra parte de hortas, e pomares, que se dilatam quasi em distância de huma légua, com muytas fontes, e abundância de árvores de espinho, e todo o mais género de frutas, e hortaliças; e para a parte do Sul ao pé do monte se estão vendo outros muetos pomares, e hortas, a qua chamam Ómnias, porque em cada huma se acha de tudo, assim frutas, como hortaliças: e mais adiante em sítio plano se descobrem dilatadas vinhas plantadas nos sítios, que chamam galega, valada, e heranças, que terão meya légua de comprido, e outro tanto de largo.

Também para a aparte de nascente se descobra o rocio de alvisquer, cujo cmpo também he povoado de pomares, e vinhas, principiando logo os pomares da Rybeira da Villa, os quaes se dilatam por mais de hum quarto de légua, e as vinhas se estendem outro quarto; e em todo mais território, que pela parte do poente corre de Norte a Sul, se descobrem muytos olivaes com mais de duzentos lagares, (não falando em os do termo) e à outra parte, que pela banda do Nascente corre do Sul a Norte, se estão vendo os dilatados, e fertilíssimos campos, tan celebrados da antiguidade pela abundância dos frutos, e brevidade, com que se colhem; (porque affimam graves Autores, e se sabe por experiência, que em espaço de sete, ou oyto semanas se semea, e colhe o pão nesta terra) pela creação de gados, e ligeyreza dos cavallos, a qual he tanta, que deo ocasião a crerem alguns que nacao do vento."

ALMEIRIM. "...O rio Tejo de permeyo, em sítio plano se descobre esta nobre villa, delícia, e recreação dos Reys de Portugal. Pela parte do Norte a banha a rybeira de Alpiaça, que a provê de regalado peyxe, e com sua corrente a fertiliza de muyto paõ, frutas, e gado, com diversidade de caça, huma de veaçaõ, que o oferece o monte na espessura dos bosques, e matos, outra de volataria nos campos, que se estendem a perder de vista ao longo da montanha, e do grande rio Tejo."

AZAMBUJA. "Tem duas fontes nativas, a de Palmel, com três bicas, e a da Pipa, com muytos poços. O seu termo he abundante de pão, vinho, azeyte, cevada, frutas, legumes, hortaliças, gado, carne de porco, caça, e tem muytas quintas cõ hum grande pinhal na estrada de Santarém."

AZAMBUJEIRA. "A duas léguas de Santarém para poente está fundada a villa da Azambujeyra, assim chamada pelas muytas árvores de Azambujos, de que abunda."

"(...) É fértil de paõ, azeyte, legumes, gado e caça."

CHAMUSCA. "No mesmo Arcebispado de Lisboa, entre as *villas* de Santarém, e Tancos, hume legoa da Golegâa para sul, além do rio Rejo, tem seu assento a villa da Chamusca, que terá seiscentos, e cincoenta vizinhos com uma Igreja Parochial da invocação de S. Brás. Priorado da Mitra .... He terra muyto rica, abundante de paõ, vinho, azeyte, frutas, legumes, meloens, balancias, as melhores do reyno, muyta carne de porco, gado, caça, com muytas colmeas, e bastante lenha".

ERRA, presentemente integrada no concelho de Coruche. Esta vila ... "tem dilatados campos, que a cercaõ, abundantes de paõ, legumes, gado e caça: he povoaçaõ de duzentos vizinhos."

GOLEGÃ. "tem lugar plano cõ dilatados campos abundantes de paõ, legumes, vinho, azeyte, e gado, está fundada a villa da Golegãa, ..."

LAMAROSA (integra o concelho de Coruche). ".... Em hum valle com suas lagoas cercado de montes está fundada a villa das enguias, ou Lamarosa, a qual tem cincoenta vizinhoa. (...) O seu termo he grande, abudante de centeyo, gado, e caça, com muitos montados, e colmeas."

MUGE (integrada o concelho de Salvaterra de Magos). "Duas léguas de Santarém para sul, e doze de Lisboa para o nascente em lugar plano está situada a villa de Mugem, assim chamada dos muytos peyxes mugens, de que abunda. Tem uma rybeira pela parte nascente povoada de muytos arvoredos, e moinhos, a qual desagoa no rio Tejo perto da villa. ... depois El-Rey Dom Dinis, estando em Santarém, lhe deo foral a seis de Dezembro de mil trezentos e quatro. Mandáraõlhe

seus moradores, estando elle em Vila Franca, hum peixe, que chamaõ Solho, o qual pezava mais de 17 arrobas."

SALVATERRA DE MAGOS. "Tem mais um grande paul, que chamaõ de Magos, de que se appellida a villa, o qual mandou abrir o Sereníssimo rey D. João o Quarto. O seu remo é abundante de paõ. Legumes, caça, gado e peyxe."

A obra Portugal Antigo e Moderno: *Diccionario Geographico, Estatistico, Chorografico, Heraldico, Archeologico, Historico, Geogrephico e Etymologico, de todas as cidades, villas e frequezias de Portugal e de grande numero de aldeais...*, de Augusto Soares d'Azevedo Barbosa de Pinho Leal, publicada entre 1873 e 1880, lembra as qualidades de cada um dos concelhos:

ALMEIRIM: "No Inverno há muitas rosas, lyrios e outras flores. (...) Dom Manuel ampliou, fazendo o Palácio de Inverno. A coutada que lhe pertencia, creava toda a qualidade de caça grossa e miúda. A charneca onde eles iam caçar vai-se pouco a pouco. Reduzindo a cultura. Proximo à villa está a quinta dos Marqueses de Alorna, com grande plantação de amoreiras."

ALPIARÇA: "Muito abundantes de fructos, cereaes e peixe. Foi villa."

AZAMBUJA(...)"É no Riba-Tejo uma vasta, bela e fertilíssima planície, e abundantíssima de águas que fertilizam os seus campos e lezírias."

BENAVENTE: "(...) Situada numa planície elevada, fértil e saudável, regada pelo rio Sôr, que logo abaixo de Benavente entra no Sorraya, ambos no Tejo." (...) É terra fertilíssima.

Há aqui lavradores que semeiam mais de cinquenta moios de trigo e cevada.

A Quinta da Foz dos marquezes de Cascaes, tinha anos que dava ao dizimo 100 moios de pão!

Há aqui grande abundancia de gado de toda a qualidade. Tem porto de mar, para embarcações de lotação de 30 moios. Tem muito peixe do Tejo. Não é terra muito saudável pela má qualidade das suas aguas."

CARTAXO: "(...) Seus arrabaldes são muito bem cultivados, aprazíveis e muito férteis. Produzem muito e óptimo vinho, que se exporta para Lisboa e para o estrangeiro."

CHAMUSCA: "Situada em campina muito fértil na margem esquerda do Tejo. (...) É terra muito fértil em cereaes e legumes, optimos melões e melancias, muito e muito bom vinho (já em 1750 produzia a villa e termo 1: 500 pipas. Toda a casta de

gado (os seus toiros são conhecidos pela sua bravura em todo o reino). Abunda em caça e peixe do Tejo."

CORUCHE: "O território de Coruche é fertelissimo em tudo, e cria-se aqui muito gado, de toda a qualidade. Os arredores da vila são muito aprazíveis e fertelissimos, e a veiga, ou varzea, que o Sorraia e Erra cortam e régam, é vasta e muito bem cultivada. Criam-se nela muitos gados e produz abundantes cereaes e outros fructos."

GOLEGÃ: "(...) Situada em uma vasta planície de 224 Kuilometros de comprido e 8 de largo, toda cultivada, coberta de cearas, vinhas e olivaes.

Os campos da Golegan são famosos em todo reino. É terra abundantíssima em cereaes, azeite, vinho, fructas e hortaliças. Tem vastíssimos prados, onde se cria muito gado de várias espécies...".

RIO MAIOR: "(...) Ao E. e S. estendem-se por mais de 12 Kuilometros, magníficos pinheiraes, cuja madeira, pela sua boa qualidade, tem prompta e vantajosa exportação para diferentes localidades do districto e para Lisboa.

Ao O., existem inexgotaves pedreiras de cantaria e alvenaria. Abundam por estes sítios as nascentes de optima agua-ferrea, mas, infelizmente, nenhuma aproveitada, pela incúria dos povos do município. Proximo à aldeia da Fonte da Bica, e o sitio chamado valle das laranjas, pelas muitas e optimas que produz.

Exporta madeiras, rezinas, sal, pedra de cantaria, pedreneiras, azeite, vinho, fructa e outros generos agrícolas.

A dois kuilometros a N. da villa, em um extenso valle, próximo ao lugar da Fonte da Bica, esta esta importantíssima e juntamente famosa marinha, única no seu género na Peninsula Hispanica..."

SALVATERRA DE MAGOS: "(...) Situada em uma vasta e fértil planície, entre o Tejo (margem esquerda) e o Sorraia. Gado, caça, e peixe, do Tejo, do Sorraia e do mar."

SANTARÉM: "(...) Todo território comprhendido nos districto de Santarem, é em geral, fertilíssimo, sobretudo em cereaes, vinho, azeite, legumes, hortaliças e fructas.

São famosos, pela sua vastidão e antiguidade, os olivaes de Santarem.

Consta que, em tempos antigos, exportava anunualmente, termo medio, 3000 pipas de azeite.

O Tejo e o mar, abastecem Santarém e a maior parte do districto, de óptimo peixe, de varias qualidades.

Nos arrabaldes da cidade ha, muitas, ricas, extensas e magnificas quintas, todas muito férteis.

Nos seus campos se cria toda a qualidade de gado, principalmente cavalar, que exporta em grande escala.

Também são abundantes de caça, e, no Inverno, acode, muita, de arribação, às lesirias, de que se fazem grandes e divertidas caçadas."

O Dicionario historico, chorographico, bibliográfico, heráldico, numismático e artístico, 1907, de Esteves Pereira e Guilherme Rodrigues, no tocante aos concelhos objecto deste estudo, considera:

ALMEIRIM: "A villa esta situada numa planície que se estende até ao Tejo, é banhada pelo rio Alpiarça. (...) Nas proximidades da vila há diversas quintas, sendo uma das mais importantes a da Sra. Condesssa da Junqueira, com uma notável plantação de amoreiras. Almeirim não é das terras mais felizes com respeito a água potável. Nas proximidades não se encontra, e só poderá vir de longe, com muitas dificuldades, e bastante despeza. (...) Ha também diversas fabricas: quatro de azeite, sendo duas a vapor. Almeirim é muito fértil, produz com abundancia todos os géneros, tornando-se notáveis no mercado os seus vinhos e as suas melancias. Não tem industria propriamente dita, a sua principal fonte de riqueza é a viticultura; é considera importante região vinhateira."

ALPIARÇA: "Está situada na margem direita do rio do mesmo nome, n'uma planície onde se vê Santarem. Produz fructas em abundancia, cereaes e peixe."

AZAMBUJA: "A villa está situada no Riba-Tejo, n'uma vasta planície, abundantíssima d'aguas, que fertilizam os campos e lezírias. Proximo à villa fica o celebre pinhal do Estado, conhecido elor Pinhal de Azambuja, mandado semear em 1296, por el-rei D. Diniz, que se tornou terrível por ali ser um coito de salteadores. Felizmente, desde o princípio do século XIX, comecçou a ser melhorado, e quando abriu a linha férrea do Norte e Leste, ficou completamente livre de malfeitores, podendo-se transitar sem perigo. (...) O Tejo fica a 3 Km. Ao sul, estando em comunicação com esta villa por um braço ou canal, chamado Valata de Azambuja, ornado de frondoso arvoredo, na maior parte alamos. O principal commercio do concelho é cereaes, azeite, cortiça e vinhos."

BENAVENTE: "situada n'uma planície elevada, saudável e regada pelo rio Sorraria. (...) Agrícola por excellencia d'ali vem toda a sua riqueza. As terras da varzea são fertelissimas, para o que concorrem as continuas inundações que as estrumam deixando-lhe nateiros, levam-lhes as sementes o que prejudica bastante os lavradores."

CARTAXO: "Está situada a 6 km. Da margem direita do rio Tejo, na estrada de Lisboa para Santarem. É uma bonita villa construída à moderna, há importantes quintas nos arrabaldes muito aprazíveis e produzindo bons vinhos que se exportam para Lisboa e para o estrangeiro. (...) O concelho é fértil em vinhos, legumes: abundante de gados e peixe que lhe é fornecido pelo rio Tejo."

CHAMUSCA: "Está situada numa campina da margem esquerda do rio Tejo, de onde se vê Golegã, Azinhaga e outras povoações. (...) A terra é muito fértil em cereaes, e legumes, trigo, vinho, azeite, mel, fructtas, melancias, melões, que são classificados como os melhores da lezíria; cria muito bom gado suíno lanígero e vacum. Exporta carne de porco, lenha, fructa, cereaes, etc. Abunda também em caça e bom peixe. Nos dias 17 e 18 de Janeiro realiza-se uma feira de gado suíno."

CORUCHE: "É uma das mais importantes *villas* do districto, e está situada no fundo d'uma numa encosta sobre as margens do rio Sorraia, e próximo ao rio Erra. (...) O principal commercio de todo o concelho é em cereaes, cortiças, vinho e pinhal."

GOLEGÃ: "Está situada n'uma planície de vastos e fertelissimos campos, conhecida pelos campos da Gollegã a 5 kms, do rio Tejo. A Planicie é coberta de searas, vinhas e olivaes."

RIO MAIOR "(...) Já então as salinas de Rio Maior eram exploradas, mas consta das memorias escriptas que antes do seculo XII o tinham sido em muito maior escala. A importante marinha de sal ficava a 2 Km. Ao N. da villa n'um extenso valle próximo do logar da Fonte da Ric; dizem ser a única no seu género na Penincula Hispanica. No centro do terreno ocupado pela marinha, esta uma nascente inesgotável, da qual nos meses de Verão se tira água por meio de dois baldes, de noite e dia, e é conduzida, por ordem, a cada um dos depositos, ou compartimentos, feitos no sólo, co, um metro de profundidade a que chamam talhos pertencentes a diversos donos. O sal aqui produzido, é superior em qualidade e mais forte que o sal marinho, ou comum. (...) Tambem aqui existem algumas fabricas de cortumes. A Gruta das Alcobertas é uma maravilha da natureza, talvez a única no género que

existe na Europa. O principal commercio do concelho é azeite, madeiras, cortiça, vinho, cantarias e sal."

SALVATERRA DE MAGOS: "está situada n'uma planície, na margem esquerda da ribeira de Magos, a 1 km, do rio Tejo, e 30 da capital dos districto. (. ...) O principal commercio do concelho é a agricultura cerealífera e vinícola."

SANTARÉM (...) "Os géneros que de Lisboa iam para Santarem não pagavam portagem. A cidade é dividida em 3 bairros, Marvilla antigamente Maarvilas, Ribeira e Alfange. Marvilla ocupa a parte superior do monte, e a parte principal e mais nobre da cidade. Ali se veem as melhores edificações e os monumentos mais respeitáveis da sua historia. De quasi todos os pontos d'este bairro de gozam magnificas e extensas vistas, sobretudo do alto de S. Bento, das Portas do Sol, da Torre do Seminário e do monte dos Cravos. Os bairros do Alfange e da Ribeira estendem-se pela margem direita do rio Tejo, e o declive da encosta orlando as calçadas que sobem para Marvilla, entre a mais notável a da Atamarma que vai ter á ponte e à porta do mesmo nome. Estes doi bairros também são antiquíssimos e foram igualmente cercados de muralhas guarnecidas de portas. Há nelles grande movimento comercial e industrial porque são o deposito de todos os géneros que a cidade importa e exporta, pelo Tejo de que estão próximos. (...) O mar e o Tejo abastecem Santarem e a maior parte do districto de magnifico peixe de varias qualidades. Ao sul do Tejo se veem vastos pinhaes e longas cordilheiras de serras, ao fundo os bairros da Ribeira e Alfange, mais além o arrabalde que ainda conserva o nome árabe de *Assacaias* e o das *Omnias*, estendendo-se pela margem direita do Tejo. *Omnias* chamava-se um terreno plantado de hortas e pomares que produzia todas as qualidades de fructas. Nos arrabaldes da cidade há muitas quintas, extensas e magnificas, todas muito férteis. Nos seus campos cria-se toda a qualidade de gado, principalmente cavalar, que exporta em grande escala. Tambem são abundantes de caça, e no Inverno acode muita de arribação às lezírias, de que se fazem grandes e divertidas caçadas. (...) Os olivaes de Santarem começam próximo da cidade, ...e dilataram-se por vales e outeiros, estanciando por entre eles muitas hortas e pomares, quintas e casaes."

O sapiente e incansável investigador das raízes que dão sentido à matricialidade de Portugal, o erudito Leite de Vasconcelos em *Antroponímia Portuguesa*, "a geografia gera apelidos vários dando nome próprio, próprio ou comum, de lugar, sítio, ou dando um adjectivo que pode chamar-se étnico."

O Novo Dicionário Corográfico de Portugal, 1952, de A.C. Amaral Frazão, na

esteira de Leite de Vasconcelos, constata quão grande e rica é a toponímia dos concelhos desta Carta Gastronómica, no quadro dos indicadores de topónimos indiciadores de aproveitamento das existências animais e vegetais sugerirem evidentes formas de povoamento. Num primeiro cotejo temos:

Abrã (concelho de Santarém), assistência a pobres, peregrinos e viajantes, Albergaria (concelho de Santarém); sistemas de propriedade, Fazendas de Almeirim; oragos a designar povoações, Santo Estevão (concelho de Benavente); recursos naturais, Água Boa (concelho de Coruche), Água de Prata (concelho da Chamusca); acidentes geográficos de baixa altitude, Vale de Santarém (concelho de Santarém), Vale da Pinta (concelho do Cartaxo), Vale do Paraíso (concelho de Azambuja); árvores de fruto, Vale de Figueira (concelho de Santarém), Marmeleira (concelho de Rio Maior); cereais, Tremês, Arneiro das Milhariças (concelho de Santarém); árvores bravas, Azambuja e Azambujeira (concelho de Rio Maior), Outeiro da Cortiçada (concelho de Rio Maior), Pinheiro Grande (concelho da Chamusca), matos, Santana do Mato (concelho de Coruche); linhas de água, S. João da Ribeira, (concelho de Rio Maior), Rio Maior; casta de vinhos, Verdelho (concelho de Santarém); área vedada, protegida, Tapada, (concelho de Almeirim); preparação de tecidos, Arruda dos Pisões (concelho de Rio Maior); pássaros, Cartaxo (preto e de peito amarelo), Pombalinho (concelho da Golegã); peixes, Muge, (concelho Salvaterra de Magos); equídeos Vale de Cavalos (concelho da Chamusca); gado vacum, Vaqueiros, concelho de Santarém; animais selvagens da família canidae, Raposa (concelho de Almeirim), Vale de Lobos, (concelho de Santarém), valendo a pena sublinhar tudo quanto nos esclarecem tais topónimos relativamente à absorção dos mesmos como matrizes das povoações.

Esta preciosa indicação, num segundo cotejo mais alargado, cresce e na intenção de explicitar a prova provada do afirmado, e aguçar a curiosidade do leitor para a longa lista de referências que estão consignadas nos topónimos Casal e Casais, só nestes dois seculares modelos de constituição das comunidades referem pessoas, proprietários, animais, frutos, legumes/leguminosas, bosques, propriedades, minerais, cursos de água e montes.

A estes exemplos acrescenta-se uma longa adnumeração do mesmo sentido, apresentada por ordem alfabética, cuja expressividade só por si dispensa explicações. Anotam-se:

Água Boa Velha, Águas Belas, Águas Bolinhas, Amieira, Amoreira, Azeitada, Azenha, Azenhas de Baixo, Azambuja, Azervada, Azervadinha, Azinhaga, Azinhal

Beira do Tejo, Bica do Cão, Bouças, Brejo, Caneiras, Carapinheiro, Carrascal, Carvalhais, Carvalho, Casais, Casais da Amendoeira, Casais das Amendoeiras, Casais do Anjinho, Casais dos Apóstolos, Casais do Aregão, Casais da Aroeira, Casais das Aroeiras, Casais das Arroteias, Casais de Arroçadas, Casais de Asseiceira, Casais Atagueda, Casais da Ventosela, Casais do Bacorinho, Casais de Baixo, Casais da Barroca, Casais do Beirão, Casais de Bicadas, Casais da Boavista, Casais de Boquinha, Casais do Brandão, Casais do Brejo, Casais dos Britos, Casais da Cabaça, Casais da Cabeça Gorda, Casais da Cabeleira, Casais do Camarbeiro, Casais do Caparoto, Casais Carvalhos, Casais do Celeiro, Casais da Charneca, Casais das Cheiras, Casais de Chões, Casais de Coimbrã, Casais das Comeiras, Casais Comenda, Casais da Corredoura, Casais de Corriola, Casais do Curralão, Casais de El-Rei, Casais de Espingardeira, Casais da Espinheira, Casais da Estrada, Casais do Farol, Casais da Fazenda Nova, Casais da Ferreira, Casais das Figueiras, Casais da Fontaínha, Casais da Fonte Santa, Casais de Gouveia, Casais da Igreja, Casais Lagartos, Casais da Lagoa, Casais da Lapa, Casais da Maria Delfina, Casais do Menino, Casais da Mertória, Casais da Milhariça, Casais do Monde Godelo, Casais da Pedra, Casais da Nora, Casais do Norte, Casais da Nova, Casais Novos, Casais do Penedo, Casais dos Penedos, Casais da Pimenteira, Casais da Ponte Nova, Casais de Porto Mau, Casais Póvoa Nova, Casais de Quintão, Casais da Raposa, Casais da Raposeira, Casais do Regedouro, Casais do Reimão, Casais do Sá Couto, Casais de S. Brás, Casais de S. Pedro, Casais de Secorio, Casais da Serra, Casais das Sesmarias, Casais do Souriço, Casais do Tambor, Casais do Teixeira, Casais dos Telégrafos, Casais da Texuga, Casais do Vale do Brejo, Casais do Vale do Cepo, Casais Vale Coelho, Casais do Vale Dourado, Casais do Vale Flores, Casais do Vale de Fojo, Casais de Vale Fornos, Casais de Vale da Pedra, Casais do Vale da Zebra, Casais de Ventosela, Casais do Vidigão, Casais da Vivenda, Casal de Além, Casal do Alqueidão, Casal da Arneiro Negro, Casal do Arneiro da Volta, Casal do Arrocho, Casal das Arroteias, Casal das Azinheiras, Casal Barreiros, Casal dos Besteiros, Casal da Bezerra, Casal dos Biscais, Casal do Braga, Casal Branco, Casal dos Caetanos, Casal Calado, Casal dos Cantarinhos de Cima, Casal do Cântaro, Casal do Carvalhal, Casal do Casco, Casal da Castanha, Casal da Casal dos Clérigos, Casal do Cordeiro, Casal das Coriticinhas, Casal das Corvas, Casal da Costa, Casal da Cruz, Casal dos Cruzetes, Casal Dourado, Casal do Doutor, Casal das Figueiras. Casal da Fisga, Casal das Folgas, Casal do Freixo, Casal dos Gagos, Casalinho, Casalinhos de Lama de Atela, Casal da Laranjeira, Casal da Luísa, Casal da Machuqueasal do Monte da Vinha,

Casal do Moreira, Casal da Mota, Casal da Murta, Casal Novo, Casal das Palhas, Casal das Patas, Casal do Paúl, Casal da Pedreira, Casal do Pereiro, Casal da Pernancha, Casal da Perna Seca, Casal das Pombas, Casal da Ponte Velha, Casal da Própria, Casal Robola, Casal da Roca, Casal do Salgueiral, Casal do Salvador, Casal do Seixo, Casal do Sequeiro, Casal das Sesmarias, Casal da Silveira, Casal da Taxa, Casal do Vale da Água Férrea, Casal de Vale de Carros, Casal da Velha, Casal Velho, Casal de Vilão, Casal de Vila de Rei de Baixo, Casal de Vila de Rei de Cima, Casal do Vimioso, Casal da Vinha, Casal de Zebro, Cascalheira de Baixo, Cascalheira de Cima, Catapereiro, Caveira, Chã de Baixo, Chã dos Cardos, Chafariz, Chão de Baixo, Chão Barroso, Chãos, Charneca, Charneca da Gouxa, Charruada, Chartinho, Cipreste, Colmeias de Baixo, Colmeias de Cima, Corredoura, Correias, Cortadouros, Cortelo, Cortiçal, Cortiçóis, Couço, Courelinha, Coutada de Baixo, Coutada de Cima, Covão, Covão Grande, Cruz do Caeiro, Cruz do Campo, Cumeiras de Baixo, Cumeiras de Cima, Dom Fernando, Dona Belida, Entre Águas, Ereira, Erra, Ervideira de Cima, Escusa, Espinhal, Espinheira, Espragueira, Espragueira de Cima, Estrada das Quebradas, Faia, Fairro, Fanica, Favacal, Fazendas, Ferraria, Ferrarias, Feixe, Fontainhas, Fonte Bela, Fonte da Bica, Fonte Boa, Fonte do Palheiro, Fonte da Pedra, Fonte Santa Pequena, Fonte da Vilgateira, Formiga, Foros de Benfica, Foros do Biscainho, Foros das Cabecinhas, Foros dos Carapuços, Foros da Fajarda, Foros da Fonte de Pau, Foros de Lagoiços, Foros de Rebocho, Foros da Salgueirinha, Foros de Santo Estevão, Foros do Saro, Foros da Serrada, Foros do Zebro, Freiria, Galfata, Galinheiro, Gançaria, Gasalho, Gato, Gaviãozinho, Gaviãozinho de Cima, Gaviãozinho do Meio, Geraldo, Godinhos, Gorjão, Gouxaria, Grainho, Gravelho, Grilo, Gucherre, Inveja, Jardim de Baixo, Jardim de Cima, Joaninho, Junceleiro, Junco, Junco de Baixo, Junquinho, Lagar Novo, Lagoiços, Lagoalva de Baixo, Lagoalva de Cima, Lameiras Alcaide, Lameiras Sobral, Lezíria, Loja Nova, Louco, Louriceira, Lourosa, Lousela, Malaqueijo, Malhada Alta, Malhada das Meias, Maqueda, Marinhais, Marinheira, Marmeleira, Marmeleiro, Martingil, Martinhães, Mata de Baixo, Matas, Mato do Forno, Mato de Miranda, Meirinho, Mercador, Minhoto, Minutos, Moçarria, Moinho do Chão, Moinho de Cima, Moinho de Tau, Moinho de Vale Flores, Moita, Moita do Lobo, Moitas, Monte do Abade, Monte dos Arcos, Monte da Barca, Monte do Cantinho, Monte Gordo, Monte da Rosa, Monte da Tuxugueira, Montinho, Montinho do Corvo, Mosteiros, Mouchão de Alfange, Mouchão dos Coelhos de Cima, Mouchão dos Coelhos do Meio, Mourarias, Mouroal, Murteira, Nabais, Oleiros, Ónias, Ousenas de Cima, Outeiro, Outeiro de Alfazema,

Outeiro do Bairrinho, Outeiro da Cabana, Outeiro de Fora, Outeiro da Forca, Paço, Paço dos Negros, Paços Carpinteiros, Palmeira, Palminhas, Panasqueira, Pancas, Panela, Parreira, Patacão de Cima, Patudos, Paul, Paul Real, Paul da Vala, Pé de Erra, Pé da Pedreira, Pé da Serra, Pereiro. Peso, Pinhão, Pinheiro Grande, Pinsais, Pinsalinhos, Piqueiro, Pocariça, Poço do Reto, Pojosa, Polinho de Cima, Pombalinho, Ponte do Celeiro, Ponte de S. Vicente, Ponte Velha, Portela, Porto Alto, Porto das Mestras, Porto de Muge, Porto de Oliveira, Póvoa, Póvoa do Conde, Póvoa da Isenta, Póvoa das Mós, Póvoa de Santarém, Póvoa de Três, Prado, Prelaz, Quinta da Água de Prata, Quinta dos Álamos, Quinta da Alegria, Quinta da Alorna, Quinta do Alviela, Quinta da Cardiga, Quinta do Casal Branco, Quinta do Casal de Leite, Quinta da Comenda, Quinta de El-Rei, Quinta da Gouxa, Quinta Grande, Quinta da Horta, Quinta da Lezíria da Palmeira, Quinta do Meirinho, Quinta da Mina, Quinta do Miranda, Quinta da Murta, Quinta do Pagé, Quinta do Reguengo, Quinta dos Robertos, Quinta de S. João, Quinta de S. Julião, Quinta dos Sobreiros, Quinta das Trevas, Quinta do Vale de Fojo, Quintas, Raposa da Baixo, Raposa de Cima, Raposeira, Rego dos Mansos, Reguengo, Requeixada, Ribeira de Cima, Ribeira das Ferrarias, Ribeira de Fráguas, Ribeira Moinho, Ribeira de S. João, Ribeirinha, Rio Maior, Romeira, Rosmaninhal, Ruivos, Sabugueiro, Sacapeito, Salgueirinha, Salgueiros, Salvaterra de Magos, Sanguinheira, Santa Iria da Ribeira de Santarém, Santa Maria, Santo Amaro, Santo André, Santo Antonino, Santos, S. Brás, S. Domingos, S. João da Ribeira, S. Sebastião, S. Vicente do Paul, Secorio, Senhora da Guia, Senhora da Vitória, Sernideiro, Sesmaria, Sesmaria do Carmo, Sinterra, Sismarias, Sobral, Sobreirinhos, Sourões, Tagarro, Tapada, Teira, Terrafeiro, Tojeiro, Tojim, Torre, Torre do Bispo, Tremês, Vale de Água, Vale de Aires, Vale do Barco, Vale Beiçudo, Vale da Bezerra, Vale Boi, Vale do Brejo, Vale das Caldas, Vale de Carro, Vale da Cortiça, Vale Covo, Vale de Dona Branca, Vale do Carril, Vale de Estacas, Vale de Figueira, Vale de Flores, Vale Florido, Vale das Fontes, Vale Franco, Vale de Gatos, Vale do Inferno, Vale de Junco, Vale Mansos, Vale de Marinhas, Vale do Vigário, Vale Minhoto, Vale Murtinhos, Vale de Óbidos, Vale do Paraíso, Vale Pequeno, Vale Pequeno de Baixo, Vale Pequeno de Cima, Vale das Porcas, Vale do Porco, Vale da Rosa, Vales, Vale de Salmeirim, Vale de Santarém, Vale de Sobreiras, Vale do Sopo, Vale de Teira, Vale de Trave, Vale da Vaca, Vale Verde, Vale de Vidreira, Vale da Vinha, Vale da Viúva, Valverde, Vaqueiros, Várzea, Várzea de Água, Várzea do Cão, Várzea das Chaminés, Várzeas de Baixo, Venda da Costa, Venda da Natária, Verdelho, Verdugos de Baixo, Verdugos de Cima Viegas, Vilagateira, Vila Nova, Vila

Nova do Coito, Vila Nova da Babeca, Vila Nova da Rainha, Vinha de Trás, Virtudes, Viveiros, Voltas, Volta do Vale, Xartinho, Zambaninha, Zambujeiro, Zebrinho.

Tanto a Descrição do Reino, saída dos prelos no início do XVII, como os Dicionários Corográficos, elucidam-nos claramente acerca das virtualidades do território em apreço, são muitas, substanciais, a dizerem quão acertado foi a designação de – celeiro – de Santarém e terras adjacentes. As referências a cereais, vinhos, legumes, hortaliças, frutos, gados de toda a natureza, a animais domésticos com relevo para os porcos, à abundância de caça, permitem escrever e dizer estarmos ante terras úberes, salientando-se a lezíria dos terrenos quatro efes (fundos, fortes, frescos e férteis) e o rio Tejo, responsável pelo húmus desses mesmos terrenos e grande abastecedor de peixe às populações.

À descrição do Reino, e a contida nos dicionários corográficos, há que referir a documentação foraleira, autêntico alfobre de deliberações sobre os direitos e deveres das populações, a administração da justiça, economia, fiscalidade, e para o cerne deste trabalho os forais enumeram produtos e mercadorias de cada concelho e respectiva movimentação, seja no tráfego fluvial, seja através da acção dos almocreves. A listagem de forais engloba localidades que desceram no estatuto administrativo fruto das vicissitudes temporais próprias do seu definhamento, mas que não podem ser esquecidas. Tome-se nota:

A vila de Azambuja recebeu o Foral Antigo no ano de 1172, o manuelino no ano de 1513, as suas freguesias de Alcoentre no ano de 1174, e a de Aveiras de Cima em 1411. A antiga vila de Azambujeira, actualmente integrada no concelho de Rio Maior, recebeu o Foral em 1633, outorgado por Filipe III. A vila de Benavente teve o Foral Antigo em 1200, confirmado por D. Sancho I no ano de 1218, e o Foral de D. Manuel em 1518, a sua freguesia de Samora Correia recebeu Foral em 1510. Coruche, o Foral Antigo em 1182, a hoje sua freguesia Erra, recebeu o Foral manuelino em 1514. A vila de Chamusca teve Foral em 1561, bem como a agora sua freguesia de Ulme, no de 1561. Salvaterra de Magos, o Foral manuelino em 1517. Santarém foi das primeiras terras a receber foral, o Foral Antigo em 1177, e o manuelino em 1506, as freguesias de Alcanede e Pernes no ano de 1514.

*A alimentação no Paleolítico e no Neolítico

O homem é o único animal que cozinha.

Doutor Franklim, século XIX

Desde a sua lentíssima evolução o Homem, na esteira de outros animais, alimentava-se do cru, do fermentado e do podre. Assim foi até à altura de criar e dominar o fogo. Não possuindo a força e as garras de outros animais, recolhia e comia os despojos de carne crua ou em estado de decomposição pela acção do tempo, ossos recheados de tutano, gordura gostosa que se conservava bastante tempo, ainda larvas, caracóis, percevejos, piolhos, grilos, vermes, rebentos vegetais e plantas, raízes, fungos, ovos, lagartas, sementes, grãos, fruta verde e seca, crustáceos, peixes e bivalves. Nos concheiros de Muge (período Mesolítico), existentes no concelho de Salvaterra de Magos e que o atestam eloquentemente, além de conchas, encontraram-se restos de cozinha e ossos de mamíferos, evidenciando um constante vaivém das comunidades no Verão e a forçada sedentarização na época invernal.

Nesses recuados tempos, o Homem já demonstrava qualidades a diferenciá-lo dos restantes animais, ele evitava ser caçado e caçava tudo quanto o seu vigor permitia. De forma sustentada ganhava destreza, argúcia e adestrava o instinto de forma a salvaguardar e preservar o aprendido, aguçando a memória, tornando-o mais perigoso para os restantes habitantes do Planeta.

Em Portugal existem vestígios de grande valia na descrição do modo de vida dos nossos ancestrais – caso das pinturas rupestres como são as do Vale Sagrado (Mação) – a possibilitarem-nos o estudo do seu evoluir e instalação nos territórios, a recolherem, a caçarem e a pescar, individualmente ou em grupo.

Os progressos na organização social eram demorados, foi a precisão a causa de guardarem excedentes alimentares, foi o receio a levar os nossos longínquos antepassados a viverem nas cavernas e nos castros, resultou da ingestão de alguns produtos se revelarem perigosos e fatais, a obrigá-los à cautelosa, e quantas vezes empregando outros animais, à prévia experimentação de variados produtos julgados

comestíveis, tal qual surgiam, foi a circunstância, óbvia circunstância, a aproveitar as margens do mar, dos rios e dos lagos, propiciadores de alimentos, a encorajá--lo a acampar nas suas margens e assim nasceram inúmeros povoados. Os nossos familiares mais antigos observavam, perscrutavam cerros matagais, viam e copiavam as artes e artimanhas dos restantes animais, talvez por isso aprenderam com as gaivotas a quebrarem os bivalves, as gaivotas levavam no bico a presa e deixavam-na cair nas rochas quebrando-lhe a carapaça, eles passaram a fazer o mesmo recorrendo a um seixo, aprenderam com os ursos a recolherem o mel enfrentando as abelhas e vespas, mas o mel além de ser nutritivo adoçava a boca e sabia bem. Não por acaso, Emanuel Ribeiro escreveu um receituário intitulado *O Doce Nunca Amargou.*

Os elementos comestíveis acima mencionados apresentavam-se em estado sólido ou estado fluído, derivando daí uma cozinha natural nesses recuados tempos. Importa acrescentar a evidente realidade de existirem humanos comedores de piolhos nutridos pelo seu próprio corpo, outros comem gafanhotos reboludos, porque têm os intestinos cheios, formigas gigantes, consideradas excelente afrodisíaco, louva-a-deus, abelhas, vespas e o sangue das próprias feridas. Muitos alimentos consumidos agora vieram enriquecer a dieta dos homens e mulheres de antanho por azar, matérias-primas que se estragaram deram origem a outras, sendo incorporadas no quadro alimentar dos povos, pão, fruta, queijos são exemplos do evoluir dos sabores, o azedo ou doce, a podridão das uvas causa de vinhos nobres e justamente cobiçados, o leite coalhado de redundar em iogurtes e manteigas, a massa lêveda de trigo a suscitar novos tipos de pão apontam-se como exemplos do afirmado. O aproveitamento do leite fez-se naturalmente, recentemente arqueólogos suíços a investigarem vestígios de vida nos Alpes encontraram estruturas e restos a provarem a existência de granjas lácteas pré-históricas, corroborando os achados que indicam a produção de queijo nessa era, na hoje Pérsia.

A fermentação das verduras e das frutas conduziram à sua modificação sápida, o mesmo se aplica a molhos e queijos maturados onde estacionam bichinhos brancos de leite. No tocante a vinhos recordo o seu parente vinagre, consequência dele mesmo, das maçãs retiramos a sidra, das pêras as águas de vida, das batatas a vodka e por aí adiante, a corroborar o anexim “o que não mata, engorda”.

Podia-se alongar a lista das aparentes excentricidades comidas pelo Homem, o referido já dá uma ideia do deglutido pelos povos primitivos com reminiscências até agora. Não nos é lícito fazer juízos morais. Ao fim e ao cabo, as crianças, as mulheres e os homens obrigavam-se a comer aquilo que a natureza lhes proporcionava, de

forma acentuada de origem vegetal. Progressivamente, a sua alimentação tenderá para o maior consumo de carne. Não deixa de ser significativo o facto de muitos chefes de cozinha militantes da ecologia culinária aproveitarem os comeres sobrantes de um dia para o outro, mantendo distâncias relativamente à composição de pratos à base de carnes novas, preferindo as carnes de animais velhos, podendo--se considerar as sobras e as carnes de animais cansados como alimentos de luxo.

Ao contrário do que se escreveu durante anos e anos, este período não é exemplo de penúria. Estudos recentes atestam que esta época foi de abundância, se levarmos em linha de conta o tempo empregue em caçadas, pescarias e recolhas de outros alimentos. Claro, também havia períodos de tempo a obrigarem os caçadores recolectores a percorrerem grandes distâncias na procura de sustento: o nomadismo prevalecia em áreas onde a escassez predominava.

A população era escassa, alimentos não faltavam, devido à constante deambulação dos grupos a permitirem a variação dietética, fundamental para o equilíbrio corporal, ao ingerir grandes quantidades de verduras, frutos e carne crua (rica em vitamina C), que protegiam contra moléstias que séculos depois a dizimaria.

Porque não existe um produto alimentar impregnado de virtudes, a dispensar os restantes, vem daí a necessidade de a multiplicação de alimentos fundamentais para o organismo gerar energia suficiente, de modo a manter a capacidade de trabalho e rápida regeneração após o desenvolvimento de esforços violentos. Como é bom de ver, tais esforços verificavam-se no decorrer de grandes caçadas, de forma a encurralarem presas muito corpulentas, bem como arrastarem carcaças de animais roubados aos vizinhos irracionais.

Nestas caçadas participavam colectivamemte os homens, as mulheres e as crianças, desempenhando tarefas consoante a sua habilidade e vigor. Por essa razão, à medida que o desembaraço aumentava, crescia o volume das presas, daí derivando uma multiplicidade de sabores com o consequente aumento de reservas de carne.

As representações de arte rupestre acima referidas mostram pormenores de um viver que podemos situar nas brumas da memória: tais gravuras e os achados arqueológicos permitem-nos intuir qual era o quotidiano das comunidades, verificar o seu progresso científico e técnico no tocante a ferramentas e utensílios, o sentido económico de poupança de cada grupo e respectiva distribuição e a partilha do obtido nos raides na caça e no arrebanhar de outros mantimentos.

Depressa os grupos aprenderam a cooperar de forma a não existirem (e existiam)

graves rupturas das reservas de alimentos, concedendo plena expressão ao anexim "a necessidade aguça o engenho", pois as ásperas, e amiúde mortais experiências, em consequência de catástrofes e desastres naturais conduziram ao mútuo auxílio.

Tal auxílio mútuo levava ao comum armazenamento dos alimentos, suscitando a consequente troca ou permuta, mormente na sequência dos fenómenos anómalos afugentadores de animais e/ou destruidores de plantas.

É significativa a multiplicidade de testemunhos do que se entende por cultura material no decurso deste dilatado período e concede-nos a possibilidade de percebermos a relativa normalidade na recolha de alimentos e a subsequente dificuldade em os conservar em lugar seguro e colocados fora do alcance dos restantes predadores. Os homens obrigavam-se a trocar comidas e saberes, ensinavam-se reciprocamente na construção e aperfeiçoamento de armas de ataque e defesa, de caça e pesca, alargavam o campo de acção, intuíam a sazonalidade temporal verificando as variações das plantas e das raízes à medida de delas brotarem caules tenros.

O Homem observava, perscrutava, via a maneira de proceder e os hábitos dos restantes animais, repetindo-se em parte o já referido, e dessa observação aprendeu a partir amêndoas, avelãs, nozes, a retirar mel das colmeias naturais, a quebrar as carapaças de crustáceos e bivalves, a pescar em águas límpidas e turvas e ainda a ver o efeito da absorção de elementos vegetais e animais, redimindo-se quando tais efeitos provocavam dores e a morte, provocando a selecção do comestível e do não comestível. É lícito afirmar-se que esta permanente selecção pode ser considerada um exercício dietético, no qual se vislumbram incipientes formas de armazenamento de provisões e intrincadas barganhas alimentares.

Apesar do formidável progresso ocorrido ao longo dos milénios, o Homem podia ser apelidado de animal que faz ferramentas, como o fez o Doutor Franklim, mas não podia ser considerado animal que cozinha, isso só acontecerá após criar e dominar o fogo.

*A dominação do fogo e a cozinha

Fosse no decurso de uma trovoada, fosse por motivo furtuito, o Homem conhecia o fogo e os seus efeitos. Um monte de folhas secas inflamadas pelo calor irrompia em chamas, um raio incendiava a floresta, mas tal como aparecia o fogo desaparecia.

O fogo suscitava temor e tremor, e por assim ser, os povos rendiam-lhe culto, simbolicamente continuamos a prestar-lho, vejam-se as chamas controladas nos templos ou nos monumentos votivos ao soldado desconhecido. As misteriosas chamas eram passíveis de continuarem a arder, se houvesse combustível, o problema centrava-se no seu reacendimento quando elas se apagavam.

Não se sabe ao certo quando o Homem, os homens, passaram a controlar o fogo. Certamente em múltiplos sítios ao mesmo tempo, fosse de modo acidental ou não, o seu aprisionamento e domesticação constitui a maior descoberta da Humanidade.

O fogo domesticado deu origem a uma revolução no preparo dos alimentos, ele permitiu, e permite, várias cozeduras, levando à plena e sólida mastigação. Sem as cozeduras, os povos de então não conseguiam mastigar grãos e ninguém se atreve a comer as leguminosas e os cereais sem a sua acção: pensemos no arroz, centeio, cevada, ervilha, feijão, grão-de-bico, lentilha, o milho e o trigo.

As excepções confirmam a regra das cozeduras. Os povos primitivos não possuíam dentes incisivos, apenas os caninos empregues no rasgar dos produtos e os molares para os moerem. Os grãos, após a cozedura, ficavam amolecidos e ganhavam (ganham) outras tonalidades e sabores, tal como as verduras e frutos: tomemos como exemplo disso os saborosos marmelos depois de serem objecto de conveniente cozedura.

As cozeduras facilitavam, e facilitam, a ingestão e as digestões, trazendo benefícios dietéticos, além de prevenirem contra maleitas de vária ordem, por eliminarem bactérias nocivas. É verdade o facto de várias composições culinárias empregarem alimentos crus: os japoneses adoram peixe nesse estado; o carpaccio, inicialmente confinado à carne de vaca, generalizou-se; o steak tartare congrega e satisfaz legiões de adeptos e o sábio Claude Lévi-Strauss investigou o cru e o cozido e as suas diferenças.

As subtilezas gastronómicas mencionadas – peixe cru e carnes em igual preparo – são

excepções a confirmarem a regra: o fogo para lá de defumar carnes e peixes é imprescindível na confecção de múltiplos produtos inseridos nos sistemas dietéticos de povos de todo o Mundo.

Não é possível esquecer o papel do fogo na fabricação de toda a casta de utensílios, artefactos e apetrechos de alto valor no domínio das composições culinárias, por serem bons condutores de fogo. Deu e dá durabilidade às peças de cerâmica, permitindo cozeduras prolongadas e livrando os alimentos da contaminação da cinza e do pó, aumentando a sua pureza e conservação. O fogo dava enormes trunfos gostativos. Uma coisa era raspar restos das carcaças de animais, outra era abatê-los e cozinhá-los, estabelecendo por tão grande feito a diferença relativamente aos outros animais.

Tantos e tão valiosos atributos do fogo no tocante à preparação dos produtos no anel das sete cozeduras vão reflectir-se positivamente na mastigação e absorção do cozinhado, melhorando de forma extraordinária a nutrição das populações, com o consequente efeito no seu crescimento, na diminuição de doenças e aumento da esperança de vida.

Não erramos se dissermos que o fogo é o grande responsável por a comida ser um acto de raiz cultural, como bem sublinhou Massimo Montanari, pois o Homem passou a criar os seus próprios comeres. O historiador italiano, na obra *El Cibo Come Culture*, alude ao célebre médico Hipócrates, o qual para lá de ter concebido a teoria dos quatro elementos definia a comida como acto "res non naturalis".

Por assim ser, e é, o Homem passou a produzir a sua comida satisfazendo desejos de gosto e carências nutritivas, levando-o a concretizar projectos e vontades de matricialidade do progresso humano, aumentado exponencialmente no período neolítico.

A revolução neolítica trouxe alteridades nas preparações culinárias. A criatividade leva à cozedura de alimentos em sacos feitos de pele e de estômagos suspensos sobre o fogo, os buchos, os maranhos e os negalhos, tão populares nas Beiras, são reminiscência dessa técnica. A carne grelhava-se sobre pedras quentes, agora esta prática de milénios é executada em inúmeros restaurantes, abriam-se buracos no chão fazendo as vezes de fornos, ainda nos tempos de hoje se preparam e cozinham cabritos da mesma maneira, outra herança que continua a ser levada a cabo é o cozido elaborado nas Furnas, ilha de S. Miguel Açores, cozinhado e igual modo, aproveitando-se a energia vulcânica.

Outra característica da revolução neolítica é o intensificar da domesticação das sementes, plantas e animais. Por essa razão as comunidades passaram a usufruir de maior quantidade de alimentos, num menor número de variedades, em virtude da desflorestação e aumento populacional. Daí se ter iniciado a regular colheita do cultivado, a exigir tarefas continuadas e principiou a labuta dura e suja, mas com a vantagem de não acarretar o mesmo número de perigos existente no antecedente. Aumentaram as zonas de pastoreio, também as zonas agrícolas cresceram, assegurando melhor e mais previsível abastecimento dos povos, obrigando à criação de locais de reservas dos excedentes, celeiro e silos, à construção de presas e barragens, ao invento de sistemas de irrigação e à calendarização das várias actividades.

Todo o tropel de trabalhos e inerentes alterações assentavam no objectivo prioritário de responder às carências das populações em acelerado aumento e sedentarização. O referido cultivo obedeceu, primeiramente, à lógica da indagação a respeito das qualidades das plantas selvagens, cujas potencialidades resultassem em utilidade produtiva, passando posteriormente a serem domesticadas e à fase de cultivo, residindo aí a significação precisa do termo – agricultura –, estrita e escrupulosamente no arroteamento da terra, restringindo a pastorícia, que de forma geral é associada à agricultura.

A expansão da agricultura e consequente recuo da pastorícia não se fez pacificamente, eclodindo numerosos e graves conflitos (Caim e Abel). De qualquer maneira, essa expansão rancorosa manifestou-se essencial para alimentar, agasalhar e proteger as populações em continuado crescimento, porque passou a haver condições para se cumprir a máxima "crescei e multiplicai-vos".

Evidentemente, estamos perante um processo vagaroso, sacrificado, e cujos avanços podemos quantificar à medida que novos instrumentos vão sendo concebidos: a sachola de pedra ou osso é riscante exemplo, pela sua importância no arroteamento dos campos, expandindo-os e preparando-os para as sementeiras, precedendo o arado no esfarelo dos torrões endurecidos. Como se sabe, a enxada, mercê da sua valia no amanho dos campos, coadjutora do arado, é no domínio do simbólico a representação do agricultor/cavador, daí ao longo dos séculos ser inspiradora de obras de múltiplos géneros, especialmente no domínio da arte e da literatura (poesia, conto, romance e teatro popular).

Se os agricultores realizaram progressos na domesticação de animais e sementes,

com o consequente enriquecimento da dieta nutricional, os pastores nómadas, a viverem em construções naturais, tocas, covas, luras, troncos de árvores, tendas, especialistas no roubo de pastos e colheitas aos agricultores, alimentando-se de carne e bebendo leite, estão dependentes de pão dos sedentários agricultores e tal desvantagem obriga-os a morigerarem os ímpetos de ganância do alheio.

Os agricultores comiam carne, peixe, legumes, fungos, bebiam leite, vinho e cerveja. No entanto, apesar das beneficiações, persistiam os períodos de penúria, mas as alteridades criadas solidificaram-se através da memória, fazendo emergir cerimónias rituais em torno do alimento que satisfazia e respondia aos apelos do coro.

Milhentos vestígios recolhidos e estudados por antropólogos, arqueólogos, biólogos, botânicos, historiadores, sociólogos e outros investigadores, sublinham os referentes de matricialidade cultural, linguística e étnica que os diferentes sistemas representam, além dos factores económicos e tecnológicos.

Não por acaso, ao enaltecermos o passado nos seus diversos aspectos apressamo--nos a lembrar a cozinha tradicional, quanto mais tradicional melhor. Assim, algumas das representações da cozinha das profundezas, das nossas origens, conseguiu chegar até nós porque se encontra registada em variadíssimos suportes, muitos à beira da ruína, causando grave dano à cozinha oral, correndo sérios riscos de ser engolida pelo olvido.

O cair no olvido assenta na desgostosa realidade que é aumentada pelo seguinte: todos os dias é enfraquecida, à medida do desaparecimento de pessoas proprietárias de receitas transmitidas de geração em geração, sujeitas a amputações, acrescentos, empobrecimentos, improvisações, imprecisões, misturadas com outras na composição de ingredientes, tempos e termos de preparo, o que tanto as enriquece como as desvirtuam, na assumpção dos condimentos e acompanhamentos.

As flutuações das ditas receitas têm a seu favor o documentarem diferenças de região para região, de aldeia para aldeia, ao modo de cada roca com seu fuso, cada terra com seu uso. Agora, as fontes orais vindas das comunidades circulares, da vigência da parentela e do respeito pelo passado sofrem trato de polé.

Ao passamento das mulheres e dos homens, aliam-se factores provenientes da normalização alimentar em matéria de gosto, na padronização de hábitos, nas mudanças e mobilidade das gentes com efeitos nas estruturas familiares e óbvio apagamento das vinculações ao terrunho dos antepassados.

Investigadores rigorosos e reputados estudiosos das origens e sustentáculos dos hábitos alimentares dos povos alertam para a ingente obrigação de se protegerem as cozinhas escoradas em suportes imateriais. Elas corroboram o fecundo efeito da interligação entre o espiritual e o material no respeitante ao acto de preparar e comer as vitualhas animais e vegetais.

Amplas e profundas componentes confirmam tais evidências: simbólicas, estéticas e de convivialidades, mesmo no seio de grupos populacionais marginalizado. Milhões de refugiados e desenraizados têm nas refeições grupais raros momentos de aproximação. De forma geral, seja no quotidiano, seja nos dias festivos e nomeados, seja no círculo dos possidentes, seja no retiro dos pobres e remediados, as refeições enunciam modos de confraternização, estreitamento das reações de parentesco e de organização hierárquica nas comunidades. Evidentemente, sublinham e forçam a acertada escolha dos produtos, conforme a época, a essência das mesmas e os efeitos pretendidos com a sua realização.

É isto que no estudado entendimento dos homens de hoje terá sido a forma como, paulatinamente, nas diferenças e semelhanças, se estendeu no tempo de milhares de anos a construção da cadeia alimentar pautada por calendarização de actos de intensa confraternização, mas, porque a abundância residia apenas nas casas de poucos, a repetição e o seu aumento no calendário obrigava a economizar nos restantes dias do ano.

Devemos ao engenho das mulheres a sua multiplicação, ao tudo aproveitarem. As conhecidas sobras das refeições são evidentes provas dissipadoras de dúvidas a esse respeito, mesmo na esfera das manifestações de riqueza e vaidade na apresentação e consumo de comidas e bebidas.

Só os desatentos, os que não querem compreender o significado da máxima castigadora “ganharás o pão com o suor do teu rosto”, e os esbanjadores não percebem o valor das sobras de comida na cozinha das nossas casas e das casas das nossas tetravós. O desperdício é aviltante, o de comida sempre foi considerado ultrajante, até porque as sociedades camponesas e piscatórias, dependentes dos elementos, quantas vezes a subsistirem em condições precárias, não se podiam dar ao luxo de esbanjarem comida. Estas sociedades praticavam a cooperação e socorriam--se umas às outras, daí considerarem merecedores de castigo os malbaratadores de comeres e beberes e grande número de anexins de várias latitudes o evidenciam.

O aproveitamento dos elementos animais e vegetais sobrantes fazia-

-se minuciosamente, de todos eram retirados ganhos: das peles e das lãs confeccionavam-se vestuários e calçados; as tripas além de serem comestíveis, dada a sua elasticidade e impermeabilidade, eram eficazes recipientes de todo o género de líquidos; das estruturas ósseas, os artesãos concebiam inúmeros artefactos, não só de âmbito doméstico, caso das agulhas e pentes, também no tocante a armas e alfaias.

Na esfera dos comeres, a conservação e a poupança, obtida através da reserva e reutilização das sobras ou restos de mantimentos, estão registadas em túmulos e nos livros sagrados e vogam nas oralidades, fornecendo dados, muitas vezes imprecisos, mas com pistas identitárias da definição de grupos, das relações tributárias e da constituição dos centros de poder.

Sempre que a memória enfraquece, no respeitante às preparações culinárias de séculos tão recuados, vale a pena salientar algumas fórmulas culinárias representativas de economia na cozinha do fogo, cuja matricialidade remonta a essa época.

Atente-se: continuam impantes as açordas, buchos, caldeiradas, caldos, chanfanas ou lapantanas, cozidos, ensopados, gaspachos, sarrabulhos, sopas, tripas, vísceras, e uma avulsa receita da estimada roupa velha, englobando produtos populares e outros nem tanto assim. Trazem-se à colação, a título de exemplo, quatro produtos das duas naturezas: os caracóis e os espargos bravos gozam de relevante apreço, os ouriços-cacheiros e as urtigas entusiasmam alguns e outros, dão consistência a rutilantes formas de poupança alimentares cuja génese é vivaz marca do longo período do antes da história.

O antropólogo e historiador português Almeida Langhas, na obra *Antropologia Luso-Atlântica*, editada em 1970, sintetiza a vivência humana no ora Portugal, escrevendo o seguinte:

1 – "No período do Paleolítico Interior, os litorais do Ocidente Hispânico eram razoavelmente povoados. Seixos aguçados intencionalmente, descobertos em praias antigas, sugerem nos respectivos níveis a presença de recolectores marisqueiros em busca do marisco alimento fácil e altamente nutritivo sempre ao dispor dos famintos paleolíticos. Bastava servirem-se instrumentos duros e afiados para extrair as conchas das rochas onde estavam incrustadas. Há prova arqueológica líctica destas operações de recolector de alimentos.

2 – Nos rios e estuários, moluscos e peixes seriam pescados por meio de arpões

e de forquilhas de pau. Não devemos pôr de parte a possibilidade a presa provável de répteis e insectos para fins alimentares. É de admitir também a busca de alimentos no mato, onde o homem antigo encontraria os bagos das plantas arbustivas, raízes e os tubérculos de fácil colheita. Na floresta encontraria os frutos das espécies arbóreas e das plantas trepadoras.

3 – O homem paleolítico era igualmente caçador de bichos de sangue quente. Para os apanhar recorria às armadilhas que a sua inteligência inventaria para o compensar das suas débeis forças. Armava-as no mato, na selva e na floresta. Nos períodos glaciares haveria maior necessidade proteínas e calorias fornecidas pelas carnes quentes; a caça seria a principal fonte que, simultaneamente, forneceria comida e agasalho, pois haveria o aproveitamento das peles.

4 – O pescador deveria revelar-se cedo, como se prova pela existência litorais densamente povoados na Arrábida, das costas do Alentejo, em Peniche, Santa Cruz, Ericeira. Pescavam com armadilhas de encanastrado ou, inicialmente, por meio de vedações nas correntes das marés ou caudais dos rios.

5 – Os homens dos concheiros de Muge, que caracterizam esta época (mesolítica) na área de Portugal, seriam grandes comedores de carne. Os seus restos de cozinha revelam o consumo de veado, boi, cavalo, gato, cão, texugo e porco. O marisco, não falta com certeza – os concheiros que o digam – e o peixe também seria pescado. É igualmente de admitir ensaios de domesticação de animais.

6 – No Mesolítico final já haveria pastoreio, com todas as suas consequências alimentares em leite e lacticínios, além da própria carne dos domesticados.

7 – O Neolítico caracteriza-se pelo clima óptimo do pós-glaciar. Várias estações mostram já a existência de uma vida mais sedentária do agricultor incipiente às voltas com as suas incipientes sementeiras. As margens da lagoa de Albufeira dão-nos sinais de "restos de cozinha" neolítica; e com instrumentos líticos e outros indícios de existência humana temos a estação da Quinta das Lages, na Ota, e do forno de cal, em Soure e outras nos arredores de Lisboa.

8 – A entrada do Eneolítico com a cultura megalítica em pleno desenvolvimento; a Beira revela-nos a existência de *searas e de moagem, mós e pilões*. Com a provável datação de 2450 anos a.C., foram descobertos em Idanha-a-Velha, Chão da Forca, Horta da Serra, Barragem de Caíde. Por seu turno o abrigo de Samarra em Sintra guarda uma *foicinha e um enxó* com a data de 2345 + C. 14., Vila Nova de S. Pedro forneceu algumas *foices* de metal de há 2.100 a. C., (...) O *forno* descoberto em

Vila Nova de S. Pedro completa o resto: *panificava-se.* O homem da civilização megalítica de certas regiões alimentava-se com o pão que fabricava, depois de *agricultor da seara* e de se fazer *moleiro*."

Debaixo do ponto de vista gastronómico, calcula-se que apenas 28% das espécies animais de então subsistiram até agora, sendo difícil aquilatar o sabor das carnes da fauna desaparecida. No entanto, dada a capacidade do *Homo* em cozinhar, é provável que tenha conseguido sápidos comeres.

Na Península Ibérica degustaram-se ursos até aos finais do século XVI, mais uma vez a toponímia (Vilar de Ossos, no concelho de Vinhais, Usseira, concelho de Óbidos, são apenas dois exemplos) ajuda a revelar a sua presença em Portugal. Também se comiam grandes cervídeos, Vila Nova de Cerveira o indica. Os mamutes desaparecidos há 3.000 anos, forçosamente, seriam alimento substancial, e vale a pena lembrar o tremendo livro *Arquipélago Gulag* de Alexandre Soljenítzin, nele, o autor, a cumprir pena de trabalhos forçados por não acreditar e combater o estalinismo, narra como um grupo de desafortunados companheiros encontrou numa cova de gelo peixes pré-históricos e se apressaram a comê-los, pois nos campos de concentração imperava a fome.

Capítulo II

A comida na Antiguidade

*A História começa na Suméria

Samuel N. Kamer, século xx

A escrita e a memória

Há 5000 anos, na Suméria, os seus habitantes usavam pequenas placas de barro rectangulares, a fim de nelas registarem acontecimentos históricos e episódios da vida diária. Na civilização Ocidental as placas encontradas nas escavações realizadas na Mesopotâmia figuram como documentos primaciais da escrita, as placas dos sumérios. Nessas placas de argila encontraram-se textos assírios e babilónicos gravados em caracteres cuneiformes. Estes caracteres eram gravados com o auxílio de um instrumento pontudo de metal que penetrava na argila mole e húmida.

Ora, numa escavação encontrou-se um pote contendo dezenas dessas tabuinhas (depositadas na Biblioteca da Universidade de Yale) onde é descrito o faustoso banquete oferecido por Assurbanípal II aos seus convidados, para muitos o grande exemplo culinário e gastronómico do começo da História.

O aparecimento da escrita (idade do Bronze) separa a pré-história da História, dando azo ao registo de tudo quanto o Homem ache digno ou de interesse, passando a ser precioso esteio ou auxiliar da memória. O banquete inserido nas referidas tabuinhas é exuberante prova de, sem a escrita, não ter sido possível chegar até nós

a descrição do mesmo.

Assurbanípal II, rei da Assíria, o seu reino incluía a Babilónia e transitoriamente o Egipto, figura nos anais da magnificência gastronómica por via dos sumptuosos banquetes por ele oferecidos. As ementas são claras, minuciosas e precisas, possibilitando antever o quadro alimentar da corte e todos quantos a frequentavam.

Na inauguração do Palácio de Todas as Habilidades presenteou os convidados oferecendo-lhe uma lauta e demorada refeição (durou dez dias), paradigma dos banquetes demonstrativos da riqueza e poder de quem os oferecia. Celebrado debaixo da invocação do deus Assur, o grande Senhor, os 79 574 convidados consumiram:

- 1 000 bois gordos, 1 000 carneiros e cordeiros de estábulo;
- 14 000 cabritos, 200 bois dos estábulos da Senhora de Istar, 1 000 cordeiros alimentados de algo não decifrável nas tabuinhas cuneiformes, documentados do banquete;
- 1 000 cordeiros de Primavera, se os primeiros eram de estábulo, ou seja, mantidos a ração, estes da época primaveril dispunham de pastos tenros e frescos;
- 500 cervos, 500 antílopes, 1 000 patos grandes, 500 gansas selvagens, 1 000 patas domésticas, 1000 codornizes, 10 000 tordos, 10 000 galinholas, 10000 passarinhos, 10 000 peixes variados, 10 000 jerbos — espécie de roedores do tamanho de ratas, próprios das estepes e do deserto;
- 10 000 pães, 10 000 jarros de cerveja, 1 000 odres de vinho.

Relativamente a acompanhamentos e condimentos empregaram-se:

- 10000 cântaros de grão *surbu* e sésamo, 10 000 de lentilhas, 10 000 cestas de legumes, 200 jarras de azeite, 300 porções de sal e grão, 300 de ervas mescladas;
- 100 de *kudimnu*, 100 de sal de *katni*, 100 de grãos verdes tostados, 100 de mescla fina, 100 de sumo de romã, 100 de alforges de (?), 100 de cachos de uvas, 100 porções de frutas misturadas com *zamru*, 100 de pistáchios, 100 de *kus, su*, (?):100 cargas de molhos de alhos, 100 molhos de cebolas, 100 cargas de cachos de (?), 100 molhos de nabos, 100 de *hininu*; 100 de *tiatu*, 100 de cuscuta, 100 medidas de leite, 100 de queijo *iquequidu,* 100 de bebida *miz'u*, 100 de grãos *carsuppu*, 100 de *arsuppu* salgados, 100 de nozes *luddu*,100 casca. 100 de pistachos sem casca, 100 de *kus*, *si*, 100 da planta *kahakuku*: 100 de *tiatu*, 100 de damascos, 10 *titip*, 10

shamuu, 10 de funcho, 10 de *andahsu,* 10 de *sissaniu*, 10 de *sipipitu,* 10 de *hassu*, 10 de unguento perfumado, 10 de perfumes agradáveis, 10 *hilli*, 10 de *nassahu*; 10 de *sinsimnuu*, 10 de azeitonas.

No final do ágape, Assurbanípal, pleno de satisfação, assegura ter honrado os seus convidados.

Se fizermos a revisão das vitualhas servidas, para além das grafadas a itálico, por não ser possível decifrá-las, deparamo-nos com sofisticações culinárias, nunca esquecendo as origens dos ingredientes e condimentos, muitos deles atravessaram os séculos e continentes e utilizados profusamente, existindo na ementa grande prevalência da carne sobre o peixe, o que não pode causar surpresa, pois este último seria apenas proveniente dos rios Tigre e Eufrates que fertilizam os campos da Mesopotâmia.

A comida dos Faraós

É muito fundo o poço do passado.

José e os Seus Irmãos. Thomas Mann

O episódio bíblico do sonho de José – sete anos de vacas magras, sete anos de vacas gordas – terá tido expressão no tocante às vacas magras quando o comprido rio Nilo deixava de fertilizar as terras que atravessava, provocando miséria e fome. Ao invés, a felicidade chegava após as inundações dos campos receberem os adubos naturais responsáveis por colheitas memoráveis a repercutirem-se na dieta de pobres e ricos. Era o tempo das vacas gordas.

Podemos afirmar ser tão grande a dependência do Nilo que, em consequência de terrível e prolongada seca, o povo teve de suportar largo período de fome, levando o Faraó a implorar aos Deuses (as lamentações de *Ipwer*) a cessação da seca, pois os súbditos não tinham nada para comer, multiplicando-se as doenças e a morte.

Nos períodos normais, os da estabilidade, a dieta dos egípcios incluía muitos legumes, muito peixe provindo do opulento rio, frutos, mel, lacticínios, cerveja e vinho.

Os egípcios de há milénios deixaram escrito nos famosos túmulos mensagens de alegria ante as refeições tomadas em franca convivialidade, expressa no prazer dos

sentidos vertidos nos hieróglifos. Esses hieróglifos dizem quanto grato era comer assados de carnes e de todo o género de aves, beber vinho e bem mais que os vinhos, a bebida preferida seria cerveja, herança legada a todos os povos não só por ser mais fácil de produzir, também por custar menos.

Não é esta altura de escrever acerca das descobertas sobre a vida quotidiana e dos dias nomeados dos egípcios, expressos em muitos milhares de túmulos, não só nas pirâmides, principalmente nas trazidas à luz do dia, um pouco por todo o espaço que agora é o Egipto e o Sudão.

Nessas tumbas estão "escritas" todo o género de actividades: agricultura (sementeiras e colheitas), o destino do colhido, moagem dos cereais, fabricação do pão, preparação da carne das peças de caça, cozimento de leguminosas, viticultura, apascentação de gados, irrigação dos terrenos, engenhos nos poços de onde extraiam a água potável, fabricação de móveis, artefactos e utensílios, trocas comerciais, enfim, tudo quanto implicava ou favorecia os seus afazeres diários e no ócio.

Evidentemente, a maioria da população trabalhava duramente muitas horas por dia, alimentava-se do conseguido ou consentido pelos nobres, a sua esperança de vida era reduzida na comparação com os detentores de posses. Os ricos, escassa minoria, podiam comer quanta carne desejassem, os camponeses só saberiam qual era o sabor de um assado de antílope por mero acaso.

Costuma-se afirmar que dos fracos não reza a história, naturalmente, das classes pobres é fácil a enumeração da sua dieta plasmada nas pirâmides e papiros, ao relatarem episódios e cenas do dia-a-dia. Assim, os camponeses teriam no pão de várias qualidades, obtido da cevada e do trigo a principal fonte alimentar, a par da cerveja muito energética e fabricada durante todo o ano, amenizando esta dualidade recorrendo a legumes, frutas e peixe vindos do grande rio. O ritmo alimentar dos operários e soldados era melhorado durante a construção das grandes obras, no caso dos primeiros, e dos segundos no decorrer de expedições guerreiras no deserto.

Na corte do faraó o sistema dietético diferenciava-se enormemente, nem outra coisa seria de esperar. De modo ordenado e levando em linha de conta as épocas do ano, serviam-se pães de cevada, de trigo duro e biscoitos de várias especificidades, leite, leite coalhado (espécie de iogurte), manteiga, carne seca, tripas, patas, carneiros, passas, romãs, figos secos, figos verdes, carne de bois castrados, de vitelas gordas, peixes de muitas proveniências, pássaros, codornizes avantajadas, pombas de

Verão (repare-se no pormenor estival), favas, lentilhas, ervilhas, mel, frutas do País e dos países cercanos, mel, gordura de pata, azeite, vinho e cerveja a rodos.

Relativamente a festas, os humildes podiam nos dias comemorativos almejar e receber pedações de carnes de variadas espécies e bebidas para lá da cerveja. Os bem acomodados e ricos levavam a efeito banquetes no decorrer das festas religiosas e em honra dos defuntos, nos quais a regra era o excesso e não a excepção.

*A alimentação na Grécia

Se és rico, come quanto queiras; se és pobre, quando possas.

Diógenes, 413-327, a. C.

O ferino comediógrafo Aristófanes disse: "Os dentes são móveis inúteis se não mastigarem". Da risonha e evidente verdade aqui inserida, foi fecundo autor teatral, somente onze peças das quarenta que escreveu chegaram ao nosso conhecimento, nelas critica e satiriza os poderosos e influentes, aduzindo numerosas alusões aos hábitos alimentares dos seus conterrâneos, daí ser indispensável a leitura de tais peças se quisermos saber que em Atenas, ao tempo, entre finais do século IV a.C. e metade do século V a.C., já pululavam os mixordeiros na confecção de enchidos ou na venda de carnes, os açambarcadores, os especuladores e a exploração dos débeis economicamente.

O admirável mundo helénico, no que tange ao acto de comer, assenta na diferenciação social onde os escravos estão no fundo da tabela, e os aristocratas e os cidadãos de primeira a encimam. Os primeiros comem o que lhes dão ou arranjam, os segundos apreciam a solenidade do banquete a seguir às cerimónias fúnebres, na crença de tal ritual complementar ao da sepultura, os seus participantes eram convidados do defunto, e no aniversário da morte, outro banquete lembrava a sua pessoa. Dentro desse axioma, temos de entender o facto de, na esteira de outros povos, o banquete assumir relevante função social. Por essa razão foi objecto de variadíssimas representações artísticas por parte dos ceramistas gregos e tema literário ou filosófico. Platão escreveu famosa obra, intitulada *O Banquete*. O banquete distingue os epígonos da civilidade (fruto de civilização) dos sem

maneiras, labregos, quase bárbaros. O banquete é o espaço primacial da convivência (*convivum*), integrador. Enquanto decorria, discutiam-se os problemas e debatiam-se as ideias, assumindo a refeição o papel de aglutinadora dos participantes, preparada e apresentada com esmero, daí a proliferação de obras consagradas à arte da gastronomia. O rastreio de inúmeros tratados culinários e gastronómicos, escritos na época, está na monumental obra de Ateneu, cujo título não por acaso é *O Banquete dos Eruditos*, onde o autor relata miudamente os principais pratos concebidos pelos cozinheiros, as razões porque os criaram, a descrição do elemento principal – caça de pena e pêlo, carnes vermelhas, presuntos, peixes, mariscos e custosas extravagâncias –, ainda dos acompanhamentos vindos de longe e condimentos fruto de bizarras composições, regras de civilidade e etiqueta. O primeiro tratado culinário da Antiguidade deve-se a Arquestrato, natural Gela, pequeno porto rente a Siracusa. Esse tratado insere todos os conhecimentos do autor em ciências e técnicas gastronómicas, condensados num longo poema, intitulado *Gastronomia ou Hedyphatheia*. Ateneu não se esqueceu dele, tal como de Arétio, Estéfano, Etidemo, Heráclides e Hegasipo, também famosos mestres autores de livros subordinados à gastronomia. Não devemos esquecer que a palavra *gastronomia* fala grego. Provém da raiz grega *gastro* – ventre, estômago – e *nomos* – distribuir, governar, presentear – entendida no universo dos amigos da boa mesa simplesmente como a arte de comer bem.

Normalmente, os livros subordinados à gastronomia do período helénico seguem a regra do diálogo, da interrogação, de respostas humoradas, calmas ou irascíveis, a motivarem réplicas e contra-réplicas tão ao gosto dos filósofos e retóricos de então. Os comediógrafos também têm nos cozinheiros, carniceiros e demais profissões associadas à confecção de alimentos, enorme manancial de recursos para escreverem e levarem à cena peças mordazes ou cómicas, onde entram aldrabões, embusteiros e caloteiros à mistura com morcelas, salsichas, peças de carne, peixes, molhos rançosos e zurrapas variadas. Um festival de galhofa e crítica a atingir deuses e humanos. A obra do anteriormente referido Aristófanes é refinado exemplo desse mundo onde as divindades cometem crimes hediondos, revelam raivosas ciumeiras, e acima de tudo, gostam de satisfazer desejos de todo o género, praticando o excesso na absorção de comida e bebida em prolongados festins.

Os poetas não deixaram os seus créditos na matéria em mãos alheias, os astutos praticantes de aforismos também não, apesar do desaparecimento de notáveis obras, das quais só restam fragmentos ou citações. Salvaram-se as suficientes, onde estão

referidos alimentos, a sofisticação de diversas receitas e a simplicidade de outras, tendo em comum a enunciação dos produtos que lhes dão corpo. Ironicamente, ou não, temos elementos a provarem que as refeições desse fascinante tempo tinham como produtos principais alcachofras, azeitonas, bolotas, pão de trigo, milho-miúdo, e cevada, pêras, maçãs, figos (muitos figos), romãs, queijo de cabra e vinho, ou seja: a súmula da propagandeada dieta mediterrânica. Os gregos criavam e engordavam porcos, leitões, presuntos e enchidos devidamente fumados que suscitavam grande procura por parte dos aristocratas e novos-ricos que estendiam o gosto a atuns, salmonetes e mariscos.

O mar rodeia a estreiteza do território grego. No entanto, o peixe fresco seria um produto de luxo, restava o peixe salgado ou de conserva e as anchovas mereciam a preferência das classes menos abonadas. No respeitante às ostras, muito apreciadas, há quem sustente custarem menos porque, dada a predilecção dos gregos em votarem, levava a grande consumo, eles usavam as conchas para aprovarem ou reprovarem o exílio de cidadãos, coisa muito comum. Derivará desse uso a palavra *ostrakon*, raiz do termo ostracismo. À medida que as cidades ganhavam dimensão, aumentava o consumo de carne, mas de forma geral prevalecia a dieta vegetariana, até por razões de custo. A nível da "roda" dos banquetes imperavam os cozinheiros, prestavam contas aos senhores, as tarefas inerentes à compra e preparo dos alimentos estavam distribuídas e disciplinadamente executadas. O poderio dos possidentes fazia com que os vendedores disputassem a honra de serem os abastecedores dos seus palácios. No patamar das classes populares o panorama é outro, bem diferente, mas de aguda singeleza, mais na cidade do que no campo, até à crise do século IV. A partir daí as dificuldades acentuam-se entre os camponeses. O célebre Xenofonte no livro *Económico* sob a forma de um diálogo dá-nos um quadro feliz da vida nos campos, fruto de uma agricultura pujante enriquecida com a introdução de plantas vindas do Oriente e do Ocidente, a darem boas colheitas especialmente de cereais e a proporcionarem pão em abundância, produto alimentar vital. Pão, azeite e vinho, a tríade elementar do sistema helénico. No campo viviam em boa convivência escravos, trabalhadores, proprietários, pobres e ricos. O idílico viver quebrou quando a crise se abateu sobre os campos, desde a guerra do Peloponeso, a destruição da Ática pelos espartanos, originando a fuga para Atenas. A sucessão de conflitos arrasou as culturas, destruindo a agricultura e a bem instalada classe de pequenos e médios proprietários. As consequências serão tremendas e o já referido Aristófanes disso dá conta nas comédias. A economia

alimentar sofre acentuado rombo. Por um lado faltam os abastecimentos, por outro acontece o repetido fenómeno até aos dias de hoje, as populações fogem em direcção à cidade, os argentários e grandes proprietários aproveitam a aflição, adquirindo terras a baixo custo. A dualidade ricos e pobres irá perdurar, o fosso entre o urbano alarga--se. A multidão em Atenas amontoa-se, como resposta às carências aumentam as práticas de evergetismo (beneficência), temível arma de controlo político e social, mas que atenua os efeitos da carência até à regularização. No campo ou na cidade, a mulher é a grande economista das famílias de posses reduzidas, concebe refeições englobando legumes, leguminosas, ervas aromáticas, frutas, leite, queijo sem esquecer os tutelares elementos – o pão e o vinho. A carne é consumida raramente. A carne é elemento central dos sacrifícios, não fazia parte do quotidiano alimentar dos gregos. Na *Odisseia* e na *Ilíada*, obras marcantes na civilização ocidental, Homero alude frequentemente à carne. Nessas formidáveis narrações descreve a morte e esquartejamento das reses, quais as partes de melhor qualidade e explica as técnicas de cozedura para delas se retirar grande prazer gustativo. Os companheiros de Ulisses grelhavam a posta de vitela da mesma forma que os restaurantes de agora o fazem e sempre se fez nas feiras de curta e longa duração. No chão fazia-se uma fogueira e aguardava-se que os tições passassem à condição de brasas, sobre o braseiro colocavam-se as postas de carne apenas polvilhadas com grãos de sal, após a assadura retiravam-se e eram colocadas sobre grossas fatias de pão que recebiam os sucos da carne, deliciando os feirantes. O apuramento da arte de grelhar levou à precisão sobre o ponto de cozedura: mal passada, média e bem passada. Aprendizagem no tocante ao corte da carne, espetada ou não, sem sombra de ingredientes ou atolada neles.

O celebrado herói é apontado no quadro lendário como fundador da cidade de Lisboa, sinal riscante de o génio grego em todas as suas dimensões ter aportado à Península Ibérica. É verdade, os gregos vieram pelo mar na esteira dos fenícios (introdutores do grão-de-bico na Península Ibérica), fixando-se no Sueste até ao Algarve, trazendo com eles cultos, cerimoniais, costumes, que influenciaram os do povo que cá se encontrava, resultado da fusão de Ligures, Iberos e Celtas. Vinham à procura de metais preciosos e do estanho. No referente aos produtos alimentares o azeite e o vinho e a produção de preparados de peixe, ao exemplo dos fenícios, constituíam o principal atractivo dos existentes no território ibérico. A helenização da Península sedimentou-se com a chegada e longa permanência dos romanos que foram seduzidos pela prodigiosa e formidável cultura grega que ensinou os vindouros

a adaptarem-se à terra onde tem de viver.

Do exposto ressalta a óbvia separação da cozinha urbana e rural, dos detentores de meios e dos desprovidos deles, faltando referir a austeridade militar de Esparta, cidade cujas crianças a partir dos sete anos ficavam ao cuidado ao Estado. Em Esparta a austeridade reinava, naturalmente, na cozinha também. Durante a tirania de Licurgo dá-se o apogeu do caldo, sopa grosseira e leve, o caldo negro é o principal sustento dos seus habitantes. O caldo negro era uma espécie de líquido grosso composto por sangue, gordura de carne e vinagre, sendo servido nas refeições comuns e obrigatórias para todos de idades entre os sete e os setenta anos. Diz-se que o tirano Dionísio o Antigo, contratou um cozinheiro espartano e ordenou-lhe fazer um caldo segundo as regras; quando o repeliu zangado, o cozinheiro observou--lhe que faltava ao caldo o fundamental do tempero: "a fome, a fadiga, a sede".

*A mundanidade da gastronomia romana

Quanto difícil calar o ventre faminto que carece de ruídos.

Catão. 234-149 a.C

Importa sublinhar que no momento da chegada dos romanos eram os lusitanos os povoadores de montanhas e vales de grande parte do território ora Portugal. Vale a pena voltar a trazer à colação o grego romanizado Estrabão que, na *Geografia da Ibéria*, anotou impressivo retrato dos lusitanos, carpetanos, oretanos, vetões, turdetanos, iberos, célticos e seus hábitos. Enumera as riquezas minerais, a fertilidade e produções, o valor estratégico e produtivo dos rios, assegura que o *Tagus*, Tejo, é riquíssimo em peixes e ostras, nas margens cultiva-se trigo e existem vinhedos e olivais, e na foz tem grande profundidade a permitir a sua navegabilidade a barcos grandes em boa parte do seu curso. Sobre lusitanos o geógrafo disserta:

"Os lusitanos, segundo dizem, são excelentes para armar emboscadas e descobrir pistas, são ágeis e destros." "Dos que habitam junto ao rio Douro, diz--se que alguns vivem à maneira de Lacedemónios, untam-se duas vezes ao dia, e

tomam banhos de vapor que fazem com pedras ao rubro, que tomam banhos de água fria e se alimentam uma só vez ao dia, sendo a refeição limpa e frugal. Todos estes montanheses são frugais; bebem só água, dormem no chão e usam o cabelo comprido à maneira das mulheres, porém em combate cingem a frente com uma banda. Comem sobretudo carne de bode e sacrificam a Ares bodes, prisioneiros e cavalos. Os montanheses durante dois terços do ano alimentam-se de landes de carvalho. Secam-nas, trituram-nas e comem-nas, e fazem com elas pão que pode guardar-se durante muito tempo. Bebem cerveja, têm falta de vinho e o pouco que logram, rapidamente o consomem nos banquetes familiares. Em vez de azeite usam manteiga. Tomam as suas refeições sentados em bancos construídos ao redor das paredes, onde os convivas tomam os primeiros lugares segundo a idade e a categoria social. A comida circula de mão em mão. Enquanto bebem bailam, e fazem coros ao som da flauta e da trombeta, dando saltos no ar e caindo de joelhos."

Sobre a ferocidade e rudeza dos lusitanos e restantes povos alarga-se Estrabão em juízos. No tocante à sua alimentação mostra-nos o contraste entre a *sofisticação* romana e a frugalidade lusitana, exemplificada no consumo de landes de carvalho. Não é de espantar, tanto as landes como as castanhas foram pão através dos tempos, por isso não pode ser motivo de espanto por o Mestre dos mestres cozinheiros, o lendário Bartolomeo Scappi, cozinheiro de papas e cardeais, incluir no seu compêndio gastronómico receitas de landes fritas e assadas. Por cá as bolotas continuam a ser consumidas até pelo menos aos anos sessenta do século XX, em terras do interior, Beira Baixa, Ribatejo e Alentejo. Agora, as bolotas entram na composição de receitas vanguardistas e de intenso cromatismo.

Os romanos chegam à Península Ibérica no ano de 218 a.C., um contingente de tropas comandadas por Cipião aqui desembarcou, no ano seguinte o irmão junta-se-lhe, o seu objectivo era combater os cartagineses. Após várias guerras e sublevações, em 205 a.C. os exércitos de Roma iniciam de forma efectiva a romanização, a conquista completa durou dois séculos, seguindo-se um período de paz de quatrocentos anos. Os romanos conquistadores e colonizadores a partir do século IV a.C. empreenderam um movimento de conquista que se alargou em todas as direcções, absorvendo povos e culturas, daí a influência da civilização grega na romana.

As absorções trouxeram-lhe importantes conhecimentos em todas as áreas do saber e do fazer, incluindo, ou por isso mesmo, os de cariz culinário, daí terem legado, aos vindouros, robusta herança em virtude de aglutinarem tantos estilos

culinários como povos conquistados, a qual continua a marcar incisivamente o nosso quotidiano e os dias festivos, quer no referente a produtos e artefactos, também nas linguagens (a nossa língua deriva e muito deve ao latim), nos comportamentos, nos aforismos, na adequação de alimentos, nas práticas na cozinha e à mesa na esfera das convivialidades. Uma formidável herança.

No intuito de simplificar a análise, atrevo-me a reduzir a três as categorias no respeitante à cozinha romana: a dos poderosos, a das legiões e acompanhantes, e a do povo. Da primeira abundam referências em obras de variados géneros com relevo para comentários irónicos e ferinos. *O Livro de Cozinha de Apício* e *O Satíricon* do esteta e fino observado Petrónio, são dois livros indispensáveis devido à riqueza de elementos expoentes do gosto, do requinte, da extravagância no reino da sageza culinária. O primeiro é considerado o breviário do gosto imperial, o segundo relata a mundanidade e atrevimento dos arrivistas, alvos da ironia mordaz do mundano autor.

No *De Re Coquinaria,* Apício deixou para a posteridade receitas a fazerem roer de inveja os industriosos chefes da ribalta, a título de exemplo refiro: tetas de porcas recheadas, vulvas de porcas estéreis, leitão de leite cozido em água e servido quente com molho frio e cru, tachinho de almôndegas de cação e lebre recheada. O tratado de Apício não se restringe a enumerar receitas no mínimo extravagantes, a anotar dispendiosas experiências culinárias, as línguas de flamingos e rouxinóis e calcanhares de camelo fazem parte das receitas de especulação gastronómica e é operativo manual no desenvolvimento de técnicas e ensino do modo de fazer.

Poderá considerar-se excessivo dizer-se que *De Re Coquinaria* merece a classificação de guia gastronómico na cozinha. No entanto, ao enumerar dezenas de receitas de preparação e conservação dos alimentos enquadra-se perfeitamente nessa categoria.

Em *O Satíricon*, o autor no banquete de Trimalquião descreve primorosamente os pratos exóticos servidos, revelando a maestria dos cozinheiros e dos vaidosos chefes. As refeições pautavam-se pela boa ordem do serviço. As falhas, quando ocorriam, acarretavam a punição exemplar dos descuidados.

Do livro de Petrónio retira-se este pequeno excerto: "Diz-me – retorquiu Trimalquião – o que vos deram para jantar? – Vou-te dizer, pois a minha memória é tão boa que às vezes esqueço-me do meu próprio nome. Para começar serviram--nos um porco coroado de morcela e, em redor, sangue coalhado e miúdos de ave, muito bem preparados testículos, acelgas e pão integral, feito em casa que, por mim,

prefiro pão branco, porque dá forças e quando faço as minhas necessidades não me provoca lágrimas. O serviço seguinte foi uma torta fria, na qual tinham espalhado mel quente, excelente mel de Espanha. Da torta apenas comi uma migalha, mas fartei-me de mel. Em volta grão-de-bico e tremoços, avelãs à descrição e uma maçã para cada um, mas eu consegui levar duas, tenho-as ali envoltas num guardanapo; é que, se não levar um presente ao meu escravozinho, tenho uma cena. Mas a minha esposa chega a propósito, para me refrescar a memória. Apresentaram-nos, numa mesa à parte, um lombo de urso; Cintila comeu imprudentemente e vomitou tripas e intestinos; eu pelo contrário comi mais de uma libra, porque sabia a javali. E se, como digo, o urso come os homens, porque não hão-de os pobres homens comer o urso? Por último deram-nos queijo fresco preparado com vinho abafado, um caracol por pessoa, fígado em pratos, ovos encapuchados, rabanetes, mostarda e um prato imundo – um nunca acabar! Também foi servido numa escudela, cominho com vinagre, de que alguns mal-educados retiraram três mancheias. Quanto ao presunto fizemos-lhe as devidas honras." Esta singela refeição na comparação com os festins, mostra quão a cozinha de fusão e outras inovações é tributária do passado.

Da segunda colhemos informações nos relatos dos funcionários no respeitante ao encontrado e levado por eles e pelos legionários no decorrer das campanhas. À medida que a conquista avança outros produtos e outras usanças surgem ante os conquistadores. Os romanos davam pleno sentido à máxima "em matéria de gostos nada está escrito", daí a enorme mescla de comeres nos domínios tutelados por Roma. Só que a guarda avançada não podia amolecer através de boas vitualhas e outras tentações. Os regulamentos disciplinares de Cipião Emiliano e Matellus, estabelecidos no século I a.C., ainda continuavam em vigor no século II d.C., impondo restrições nos comeres dos legionários. No regulamento de Cipião, o legionário tinha como trem de cozinha um espeto, uma marmita de cobre e uma taça, o almoço composto por alimentos crus tinha de ser tomado de pé, ao jantar servia-se carne assada ou cozida. Nos dois regulamentos a preparação da carne faz-se nas duas cozeduras acima mencionadas – cozida e assada – a concederem ao caldeiro e ao espeto a primazia nos artefactos de preparação dos alimentos, eliminando outros mais complexos e a obrigarem a outros preparos. O alimento primacial no rancho dos legionários era o pão, os legumes, dada a facilidade de transporte, e como refresco bebiam uma bebida à base de vinagre e água que denominavam posca. A dita guarda avançada recolhia uns elementos e largava outros, difundiam hortaliças, frutas secas, as frescas eram empregues na fabricação de marmeladas preparadas com mel, e,

dado o salário dos legionários incluir sal, o termo salário vem daí, deram a conhecer as suas virtudes onde era praticamente desconhecido. O sal na Antiguidade detinha valor estratégico. Nas cerimónias e sacrifícios dos hebreus era obrigatório, em Roma simbolizava a amizade e a hospitalidade, não por acaso em Roma existia uma via denominada Via Salara (estrada do sal). Em Portugal os topónimos Alcácer do Sal e Carregal do Sal atestam o seu papel na economia portuguesa na Idade Média. Às legiões devemos a propagação de espécies alimentares, o conhecimento de outras e receitas dos povos conquistados, pois o rolo compressor romano não era imune às bebidas e comidas dos povos autóctones. A alimentação das classes populares evoluiu à medida da expansão de Roma desde a República ao Império.

Em todas as casas existia um saleiro, mesmo os mais humildes procuravam que fosse de prata, dele retiravam-se alguns grãos que se ofereciam às divindades do Lar no começo das refeições. Os comeres diários baseavam-se em legumes cozidos. Catão legou-nos conhecimentos sobre a agricultura e métodos de fazer e conservar os produtos, o fabrico do azeite e cultura do vinho são exemplos eloquentes. Refere o insistente consumo de nabos, couves, muitas couves, de grande número de variedades, cultivadas durante todo o ano, pois além de alimentarem, saravam dores de estômago e de cabeça, asseguravam boas digestões, muito úteis contra as febres e, acima de tudo, eram baratas. Para as temperar adicionava-se-lhe um pouco de carne de porco. Além de couves, o consumo de legumes e leguminosas suavizava a monotonia das primeiras. A horta era considerada a segunda salgadeira do camponês, as leguminosas com especial incidência nas favas, grão-de-bico, lentilhas, sementes de sésamo de onde extraíam óleo, e ervilhacas diversificavam as refeições. No Verão comiam uma espécie de gaspacho preparado com alhos, ervas e verduras moídas, o poeta Virgílio nas Églogas refere um prato dessa natureza.

Os porcos (no dizer de Cícero eram valiosas despensas ambulantes) criados à vara larga alimentavam-se de figos, bolotas e castanhas, sendo os principais fornecedores de carne; o toucinho, o presunto (menos este porque em menor quantidade e mais cobiçado) tinham grande procura num modelo alimentar no qual os ovos, os queijos e os frutos coadjuvavam, sendo o pão o alimento de maior e fundamentada importância.

Assim como na Grécia, o consumo de carne de boi, estimadíssimo, só nos sacrifícios, os carneiros e as ovelhas também gozavam de protecção por causa da lã e do leite. Isso não significava o não consumo de borregos, cabritos, gansos, patos, caça de pelo – os javalis suscitavam desejos salivados – e de pena: lebres, coelhos,

arganazes, peixes de variadas condições e, acentuo novamente, porco e os enchidos, tão gabados e consumidos pela generalidade da população.

Dos molhos, o *garum* (o de maior fama procedia de Tróia e da cidade de Cádis) dava sainete a pratos de peixe e marisco. Parece lícito dizer-se que os romanos levavam à letra o "diz-me o que comes, dir-te-ei quem és" do autor da *Fisiologia do Gosto*, de Brillat-Savarin. O *garum* consistia numa pasta feita de restos de peixe e marisco, muito cobiçada pelos opulentos, daí ser exportada em ânforas para Roma. Esta delicadeza gastronómica atingia preços altíssimos. Os gostos mudaram, permanecem em Tróia as provas arqueológicas dos tanques onde a pasta era preparada. Os romanos eram especialistas na salga, salmoura e seca de peixe e se as praticavam intensamente, preparando pescados do mar Mediterrâneo, continuaram a fazê-lo no Atlântico rico em peixes e mariscos.

Ao aportarem à Península Ibérica não estiveram à espera da consolidação da conquista para introduzirem plantas, criarem sistemas de regadio e métodos de maior eficácia no arranjo dos campos, a permitirem-lhes colocar em prática o sistema alimentar que traziam com eles. Os frutos secos enriqueciam o rol de comeres: dos pinheiros mansos e bravos retiravam pinhões comidos a seco ou empregues no recheio de abetardas, codornizes, galinholas narcejas, pombos e rolas. A dieta dos romanos incluía preparos culinários nos quais eram elementos principais caça de pêlo e pena, ainda carne de carneiro e bode (as ovelhas eram poupadas pela sua valia, davam leite e procriavam o mesmo em relação às cabras). Hortas, deveras marcantes no Ribatejo, vinhas, olivais e pomares estão na primeira fila das suas prioridades no sistema agrícola. As oliveiras, sendo conhecidas antes da vinda dos romanos, porém a eles se deve o seu incremento plantando mais olivais: colhiam as azeitonas, curtiam com sal e ervas, e de outras faziam azeite, elevando a solvência alimentar das populações e constituindo importante valor económico.

A experiência adquirida levava-os a criarem bois, ovelhas, e porcos em liberdade nos montados, do mesmo modo que se pratica agora. Pescavam atuns e cavalas na costa algarvia, extraíam sal das marinhas, no sul realizaram obras de rega e os vales passaram à condição de lameiros e terras de semeadura, construíram uma eficiente rede de estradas, aumentaram a produção agrícola e intensificação da indústria mineira em toda a Lusitânia.

O azeite aumentava de valor porque além de extremamente útil na cozinha, era unguento na farmacopeia e higiene do corpo dissolvido em perfumes. Os romanos

inventaram as lucernas que enchiam de azeite e à noite iluminavam as dependências das casas e os altares, de resto é símbolo sagrado dos hebreus, mais tarde dos cristãos. Aumentaram o cultivo de trigo, milho-miúdo, centeio, cevada, espécies hortícolas, trouxeram árvores de fruto como as romãs, impuseram o latim e deu-se grande transformação no povoamento.

A persistência de denominações em latim de localidades bem conhecidas: *Aque Flaviae*, Chaves, *Scallabis*, Santarém, *Callipo*, Leiria, *Ossonoba*, Faro, *Pax Júlia*, Beja, e muitas outras, é traço marcante das ditas alterações. Estas alterações enquadram-se no conspecto de aculturar as populações já instaladas. Não por mero capricho dotaram a Península Ibérica de aquedutos monumentais e templos, podendo-se afirmar terem sido os romanos os introdutores da arquitectura; até ali existiam construções modestas, desprovidas de veios artísticos. Os vestígios colhidos em Miróbriga (Santiago do Cacém), Salácia (Alcácer do Sal), Olisipo (Lisboa), Cetóbriga (Setúbal), Vila Cardílio (Torres Novas) e Scalabis (Santarém) no Jardim das Portas do Sol e Alcáçova, revelam o empenho romano no povoamento destas localidades. Por seu turno, Conímbriga e a vila de S. Cucufate, (Vila de Frades) dão-nos excelentes exemplos da construção de casas de habitação levada a cabo pelos romanos.

Tudo quanto conseguiram na dominação das populações ibéricas não foi sem dura e duradoura luta. Os lusitanos e outros povos não se entregaram às boas, e às más causaram graves dificuldades às disciplinadas legiões, acabando por serem vencidos, dada a superior organização romana na guerra e no emprego de ardis e estratagemas, incluindo a traição no intuito de derrotar os adversários e inimigos.

A romanização alimentar fez-se observando as disparidades entre as comunidades do Norte e do Sul; a sul imperava o gasto de azeite na preparação dos alimentos, no norte recorria-se uso de manteiga, ou não existissem por lá grande número de rebanhos, por essa evidência comiam os bodes porque as cabras e as ovelhas forneciam leite, lãs e estrume. A norte tomavam as refeições sentados em bancos ao redor da parede com a finalidade de se protegerem contra os ventos gélido, no sul as temperaturas são amenas e as *villas* romanas dotadas de maior conforto. Acerca do menor consumo do vinho, em detrimento da cerveja, nas terras altas a vinha não se dava, ao contrário da cevada. As diferenças entre os dois povos são evidentes. Apesar disso, hoje sabemos como se entrelaçaram os fundamentos imateriais e materiais das suas representações culturais, a romana cosmopolita e global, a lusitana circunscrita ao nosso rincão. Apesar dos contrastes, dentro da respectiva

escala de grandeza, no tocante à economia na cozinha os filhos de Roma trouxeram sólidos contributos para o cabal aproveitamento dos géneros. Numa coisa estavam de acordo: a sociabilidade à mesa impelia à alegria e ao divertimento.

A denominada dieta Mediterrânica (criação no pós II Guerra Mundial, por dois americanos) assenta na tríade pão, azeite e vinho, dando primazia aos povos nortenhos do mar Mediterrâneo. Os povos do sul não suscitaram tanta atenção no início do seu aparecimento, porque estes consumiam e consomem prioritariamente carne de ovinos e caprinos.

Capítulo III

A alimentação na longa Idade Média

Aos pobres manjares, a fome os melhora.

Arcipreste de Hita, Juan Ruiz, Sé. XIII-XIV

A Idade Média durou do século V ao século XV e neste avantajado período aconteceram inúmeras e enormes transformações sociais com toda a sorte de acontecimentos: invasões, guerras, cruzadas, pestes, cismas, bruxas, possessos, num carrossel de variações religiosas, culturais, económicas, sociais.

Ao contrário do propalado, a Idade Média está longe de ter sido uma longa noite de trevas, teve períodos de intensa luz na contagem do tempo, na óptica com a lapidação de lentes a permitirem aos artesãos duplicarem o seu tempo de trabalho, no aperfeiçoamento de táticas e armamento de guerra, obviamente no apuro agrícola e consequentemente das artes culinárias. Na Península Ibérica as alterações no quadro alimentar consolidaram a herança judaica e muçulmana como adiante se verá.

As invasões

Visigodos

As invasões bárbaras chegam à Península Ibérica no início do século V, provocando as inevitáveis calamidades e devastações. Todavia, passado o período de destruições, os intrusos passaram a coexistir sem conflitos com os Hispanos. Para estes, tudo quanto significasse aligeirar a canga imposta pelos romanos aceitava-se sem remorso ou reservas. Estavam cansados de suportar os tributos impostos, as populações insubmissas tinham sido submetidas à escravatura e ansiavam recuperar a liberdade. Os bárbaros – povos germânicos com predominância de Vândalos Alanos e Suevos – chamados para resolverem uma querela, acabam por ficar e abraçar o cristianismo. Estes povos entram em conflito, sucedem-se avanços e recuos, os Visigodos vieram a pedido dos suevos, reprimem, saqueiam, e afastam-se. Os Visigodos, cuja matricialidade é uma mistura de bandos de guerreiros com ricos aristocratas romanos especializados no saque e arranjo de fortunas, exibem e usam a força ao mínimo pretexto, por interesse respeitam o clero e servem-se dos seus conhecimentos.

Os desacordos violentos não cessam, os Visigodos voltam a ser chamados. No reinado de Alarico II, instalam-se fortemente na Hispânia, sucedem-se as revoltas, os Francos derrotam o rei visigodo e apoderam-se do seu formidável tesouro. Passado pouco tempo os visigodos, com o beneplácito dos ostrogodos, estabelecem-se definitivamente na Península, ganham espaço, gradualmente apaga-se a influência de Roma, os reis por norma ou feitio acabam assassinados, apenas um terá morrido na cama. Persistem as convulsões, alguns conflitos têm motivações religiosas, à unificação e estabilização sucede a ruína, o reino visigótico vai-se corroendo, a degradação alastra em todos os sentidos e em 710 a guerra civil entre os seguidores de Witiza e de Rodrigo apressa a agonia. A meio do ano de 711 os muçulmanos invadem a Hispânia, entre 19 e 26 de Julho desenrola-se a batalha de Guadalete, os visigodos sofrem clamorosa derrota. É o colapso do reino de Toledo. Os visigodos deixaram herança testemunhada na arquitectura, na arte, no artesanato, nas linguagens e, naturalmente, na preparação de comidas e bebidas.

*Judeus e muçulmanos

Os muçulmanos tiveram um sagaz aliado para o triunfo da invasão: os judeus, que na consequência de perseguições encetadas pelos romanos, depois de o cristianismo passar a religião dominante, demandaram a Ibéria. Algumas teses defendem que os hebreus chegaram primeiro à Península que os romanos, na sequência da derrota por eles imposta aos cartagineses. A forçada diáspora trouxe dezenas de milhares de judeus que desde logo desempenharam múltiplos tipos de ocupações: agricultores, artesãos, bufarinheiros, tendeiros, comerciantes, administradores, banqueiros, médicos e boticários. Os bárbaros, de uma forma geral, tratavam os judeus como romanos. A situação começa a mudar com os visigodos, porém durante um século a convivência não conhece grandes sobressaltos. Os judeus tinham-se estabelecido fortemente em Cádis, Cartagena, Toledo, Mérida, Córdova, Tarragona e Ilhas Baleares, desempenhando funções de relevo na administração e cobrança de impostos. A harmonia cessa a partir da conversão de Recaredo. As leis endurecem e a intolerância impõe-se, quando Sisebuto no ano de 613 decreta o baptismo geral dos judeus ou a expulsão do reino. Em 633 realiza-se o IV concílio de Toledo, as conclusões apelam à estreita vigilância dos judeus convertidos, na sequência endurecem as leis, em 654 aumentam as proibições e no ano de 681 o rei Ervígio ordena o seu baptismo no prazo de um ano levando à fuga de muitos para o Norte de África, que viriam a ser eficazes colaboradores na invasão muçulmana. Em 694, Egica reduziu os judeus à condição de escravos. Passados dezassete anos os visigodos perdem o poder, os judeus estão do lado dos vencedores, por pouco tempo, mas enquanto estão não perdem tempo a readquirirem posições na economia das cidades.

As tropas muçulmanas cilindraram todos os opositores, nas serranias das Astúrias refugiou-se um punhado de cavaleiros chefiados por Pelágio, constituindo a excepção. Os invasores vieram para ficar. Além da religião, que foram impondo à medida que se fixavam, influíram de maneira vincada no vocabulário rural, é a par do latim o de maior relevo. Introduziram plantas que posteriormente irão ter enorme expansão em consequência dos descobrimentos: a cana do açúcar é a de maior expressão e acabará mais tarde por ser estratégica. Aperfeiçoaram a irrigação e cultivo dos campos, mormente as hortas, e plantaram novas espécies de árvores de fruto e formas de aumentar o seu período de conservação e, logicamente, de consumo.

Até ali a religião dominante era a cristã, que no respeitante às práticas culinárias

não conhecia interditos. A judaica pautava-se, e pauta-se, pela interdição de várias espécies animais e o rigoroso cumprimentos da lei talmúdica no modo de separar e preparar os alimentos. Os vitoriosos impuseram a supremacia da religião muçulmana, também ela interdita alimentos e bebidas de acordo com os preceitos do Alcorão. O animal alvo de maior proibição por uma e outra era, e é, o porco e seus sucedâneos.

As três religiões têm em comum forte componente de economia na cozinha, já a forma de a poupança se concretizar difere por razões doutrinais, o preconizado nos livros sagrados, e a vivência histórica dos povos que representam. Os cristãos integraram produtos e usos dos romanos e bárbaros representados nas trindades – pão, azeite e vinho – carne, leite e manteiga. Os judeus, por causa das pungentes errâncias, adaptaram outras, tendo sempre presente o código talmúdico, os muçulmanos receberam influências dos Persas e povos do Oriente que assimilaram e renovaram, cumprindo os preceitos contidos no Alcorão. Estas três cozinhas são a matriz da cozinha portuguesa. Todas as absorções, alterações, adaptações, fusões, improvisações e incubações não põem em causa, antes pelo contrário, reforçam a pujança da dita matricialidade, expressa nas suas distintas gradações.

As diferenças existentes vão para além dos interditos ou a procedência dos povos envolvidos. Uma coisa é viver e tirar proveito da floresta e da planície, outra é sobreviver em meios opressivos, ainda outra é a errância ou o nomadismo ser o móbil de vida, envolvendo tradições, códigos e vínculos antagónicos, geraram visões díspares acerca da inclusão ou exclusão de produtos e conducente simbolismo. O porco é o exemplo de maior dimensão: na Igreja cristã tem honras de altar, na judaica e muçulmana é execrado. Um denominador comum une as três cozinhas, as mulheres, elas são as zeladoras e confeccionadoras dos produtos. A excepção está nos potentados que têm cozinheiros ao seu serviço, instruídos de forma a que as representações culinárias satisfaçam os gostos dos amos, sem embargo da experimentação e sofisticação capazes de provocarem exclamações de espanto nos convidados e de júbilo nos anfitriões. No domínio da cozinha cristã há ainda a acrescentar os comeres de índole varonil nas Ordens religiosas masculinas. Livros de crónicas, relatos, viagens e de cozinha da época atestam as magnificências e também exemplos de economia na cozinha que importa sublinhar. Por exemplo, nos conventos e mosteiros imperava o ideal de pobreza cristã – pão e água – e ajuda a peregrinos, caminhantes, viajantes e pobres. Sobre a acção das Ordens religiosas trata-se adiante com mais minúcia.

As cozinheiras cristãs continuaram a prática do pão duro fazerem papas e migas, de preferirem cozer a carne normalmente salgada, a fim de nenhuma suculência se perder, daí caldos e sopas a que continuamos a denominar de substância ou sustância. Pratos de leguminosas e hortaliças temperados e enriquecidos, sem esquecer os enchidos que acompanhavam pão proveniente de diversos cereais. Quanto aos aproveitamentos estendiam-se aos peixes e aos frutos e a fumagem e a secagem ao sol são claros exemplos dessa economia. O mesmo produto originava múltiplas receitas, caso dos alhos, das favas e dos grãos-de-bico, benquisto trio sempre ao dispor durante todo o ano.

As mulheres judias sabiam muito bem que da terra não brotava mel e leite. No entanto, não desconheciam que nas terras onde abundavam pastos, árvores e flores as ovelhas ganhavam peso e as abelhas nutriam-se de pólen, logo manava o leite (a manteiga e o queijo) e o mel, reservas alimentares de grande relevância. Elas conheciam (e conhecem) a lei inserida no Livro Sagrado, o puro e impuro estão claramente definidos, a classificação do que se pode comer ou é interdito também. Os animais rastejantes e sem barbatanas e escamas são impuros; répteis, enguias, lampreias, moluscos e crustáceos não podem ser comidos, o mesmo acontece com os desprovidos de unhas nas patas, de unhas sem serem fendidas e que não ruminem. O porco dispõe de unhas fendidas, mas não rumina e são-lhe atribuídos outros pecados. Os antropólogos aduzem outra razão, a económica, para o porco ser proscrito, é que enquanto vivo só come, não trabalha, e é de inaudita voracidade, tudo lhe serve desde raízes, cascas de árvores, arbustos, fungos, rebentos. Num território pouco arborizado onde os pastos primavam pela raridade, não se pode estranhar a aversão aos suínos.

O *Talmude* proíbe o consumo do sangue, e a mistura de leite ou produtos lácteos com carne. A enunciação das regras alimentares dos judeus são claras e precisas, por essa razão é obrigatória a observância do sabat, dia de descanso em que nenhum trabalho pode ser executado: “Não acendereis lume em todas as vossas casas ao sétimo dia.”

A *Mishná* enumera 39 actividades proibidas nesse dia, entre as quais acender fogo, acender alimentos ou amassar farinha. A observância levou as cozinheiras sefarditas (significa da Península Ibérica) a conceberem a *adafina* (coisa quente), um cozido que se come nesse dia. A preparação é de origem árabe e pode ser considerada como antepassada dos cozidos existentes em Portugal e Espanha. Os cozidos na essência são composições culinárias de significação económica, entenda-se: todos os restos

são aproveitáveis, importa saber como de modo a provocarem aprazimento aos que os comem. O pendor económico na cozinha judaica manifesta-se na multiplicação de receitas a aproveitaram a natureza dos produtos conforme a sua longevidade e pureza, exercitando-se nas diversas cozeduras, marinadas e molhos que permitem a sua reconversão, originando poupanças, incluindo as de trabalho.

Os muçulmanos trouxeram nos alforges uma cozinha impregnada de colorido picante, originário do Oriente, de pratos de arroz, de frutas verdes e frutos secos, de especiarias desde o açafrão à noz-moscada, passando pela canela, o cardamomo, o cravinho, a galanga, o gengibre e a curcuma, a doçura pois deram-nos a conhecer o açúcar.

A cozinha muçulmana veio marcada pela sisudez da solidão do deserto e consequente nomadismo, pelo cosmopolitismo das grandes cidades, das rotas intercontinentais pejadas de viajantes, de comerciantes de tudo. O Alcorão impõe preceitos alimentares debaixo da notação do admissível e não admissível. O porco não é admitido, os animais têm de ser abatidos segundo as normas de sempre, existe o tabu do sangue, e as bebidas fermentadas são proibidas porque a interdição impede os muçulmanos de rezarem embriagados. Os jejuns fazem parte das três religiões, mas o dos muçulmanos era (e é) o mais rigoroso relativamente aos cristãos e aos judeus. O Ramadão dura um mês e enquanto é dia reina a abstinência de comer e beber. Causaria surpresa se a cozinha dos muçulmanos ou do mundo árabe não revelasse sinais de economia, revela-os vincadamente, de tal forma que além de ter influenciado as outras duas religiões do deserto, as suas práticas irradiaram para todo o Mundo. As almôndegas, as açordas, as empadas, os pastéis, os bolos, os molhos, o ora universal escabeche, os pastelões, os recheios de verduras e ovos, as saladas de frutas, as sopas, os cremes, os guisados, os arrozes com frutas ácidas, passas e pinhões, e os refrescos afiançam tal influência. Por seu turno, inúmeras composições da sua lavra têm raiz no gosto persa.

O Alcorão impõe restrições às bebidas alcoólicas, os vocábulos – alambique e almude – soltam ou evidenciam o óbvio, a aguardente e o vinho faziam parte do cardápio e, naturalmente, bebiam. Os licores e os xaropes também.

As duas religiões – judaica e muçulmana – são fortemente marcadas pela religião, os normativos impedem os seus seguidores de tocarem e comerem algumas espécies animais. Não obstante as proibições, os seus receituários evidenciam imaginação e capacidade de fazer/fazendo comeres apelativos.

Os muçulmanos deixaram na Península Ibérica fortes vínculos não só na esfera da cozinha, mas também da produção alimentar. Excelentes no campo da horticultura, as acelgas, as alcachofras, as alfaces, as alfarrobeiras, as limas, os limoeiros, as toranjeiras e as laranjeiras, o comprovam. As várzeas passaram a vergéis.

A progressão da Reconquista provoca ajustamentos na sociedade de então. Nos novos reinos impõe-se a doutrina cristã, há mais vida para além da guerra, é necessário produzir alimentos, como imperioso se torna regular o ritmo de trabalho. As duas refeições principais eram o jantar e a ceia, para a generalidade da população a abundância era uma miragem, repare-se na ironia de uma composição poética de 1171, nela o autor lembra a fatigante jornada e a pequenez do jantar: "Quand' eu d'Olide saí,/ perguntei por Aivar,/ e disse-mi log' assi/ aquel que foi perguntar:/ – Senhor vós creed' a mi,/ que osei mui ben contar;/ eu vos conto quanto á/ daqui a cãs Don Xemeno./ un dia mui grand' á i/ e un jantar ,mui pequeno." Os trovadores encarregavam-se de glosar a exiguidade ou míngua da refeição.

Portugal, estado independente

A obstinação pelo poder escorada no desejo de se libertar de amarras, como na antecedente se libertou da tutela da mãe, levou a que Afonso Henriques conseguisse em Zamora, no ano de 1147, celebrar o tratado de paz com Afonso VII, rei de Leão. Na presença do legado papal Guido de Viço, ao infante português é reconhecido o título de rei. O novel rei presta homenagem e vassalagem ao Papa, ficando ele e o reino sob a protecção de Roma, a troco de uma tensa anual de quatro onças de ouro. A Reconquista está no auge, em 1144 os muçulmanos atacam o estratégico Castelo de Soure, num golpe de surpresa, Afonso Henriques conquista Santarém no ano de 1147. A Scalabis dos romanos representava forte e valioso trunfo estratégico e económico. Alcandorada num planalto, parte da vila e os aglomerados populacionais do Alfange e da Ribeira, permitiam-lhe controlar o intenso tráfego do vizinho rio do Tejo, acrescido do comércio de azeite, vinho e cereais colhidos nos férteis terrenos em redor. A riqueza agrícola das terras ribeirinhas na posse dos cristãos representava um duro golpe na população moçárabe que permaneceu ali e não desdenhava regressar ao domínio muçulmano. O rei Afonso Henriques sabia, ou pressentia, a existência deste sentimento. Ágil, tratou de em 1179 conceder foral a

Santarém e Lisboa e nos mesmos moldes do foral de Coimbra. Apesar da presteza real, a carta régia específica os deveres e direitos das populações, o rei não abdica das "prerrogativas e vantagens essenciais e que favorecem sobretudo as classes privilegiadas."

O povoamento da importante conquista, no entender de Marcelo Caetano em *A Administração Municipal de Lisboa durante a 1.ª Dinastia*, seria composto por "cruzados estrangeiros, cavaleiros portugueses e gente enviada do Norte do País", além dos supracitados moçárabes. Podemos concluir que nos finais do século XII o lugar de Santarém reflectia a dominação romana, a goda cristã, a muçulmana, convivendo e comerciando ao longo dos séculos com romanos, muçulmanos, judeus, cristãos, visigodos, sírios e gregos, numa convivialidade interesseira para cada qual, porém pouco conflituosa e a permitir trocas entre os navegadores viajantes e os residentes, em especial na zona ribeirinha, cujo porto fluvial estava quase sempre coalhado de barcos e barcaças.

O rio Tejo, corda de água civilizadora, possibilitava as comunicações com o exterior e abastecia-a de peixe e marisco. Os fertilíssimos campos proviam-na de abastecimentos agrícolas e ganadeiros e os excedentes vendiam-se aos vizinhos e viajantes, na esfera militar o castelo defendia-a de ataques.

Em 1190, D. Sancho I, com o auxílio de cruzados alemães e dinamarqueses, conquista a costa algarvia, castelos de Alvor, Silves e Albufeira. Em 1249, D. Afonso III conquista Faro, Albufeira, Porches e Silves, terminando a reconquista portuguesa, que durou dois séculos. Nesse dilatado período a linha fronteiriça mudava frequentemente, era demarcada entre os que comiam carne de porco e os que a abominavam, entre os que barravam o pão com unto e os que empregavam o azeite.

As características da maior parte do território português levam a admitir que até quase aos finais da Idade Média o sistema alimentar se pautava pelo equilíbrio, apesar da existência de períodos de escassez derivada de más colheitas, epidemias e guerras.

As serras e mata, além de fornecerem produtos silvestres às populações, alimentavam o gado caprino, ovino, e porcino; os primeiros forneciam lãs, leite, queijo e carne quando os animais atingiam a idade para serem considerados carneiros, o porcino engordava comendo landes, bolotas e castanhas, frutas e fungos causa da sua carne ser tão apreciada.

Fruto da acção das ordens militares e contemplativas, deu-se grande incremento à agricultura e os mosteiros converteram-se em centros de irradiação agrícola, trazendo grandes benefícios para a melhoria das condições de vida de todos.

Desde os primórdios da Nacionalidade é teimoso, e quantas vezes violento, o desempenho das Ordens Militares na consolidação e defesa do território. Na segurança do reino eram importantes bastiões Coimbra e Santarém. Por essa evidência estratégica, Afonso Henriques apelou às Ordens Militares e entregou à Ordem dos Templários o vale do rio Zêzere e terras das lezírias. Em Santarém Medieval, Maria Ângela Beirante carreia razões assentes em documentos a confirmarem o denodado apoio das Ordens Militares ao rei, por isso mesmo os "freires viram magnanimamente recompensados os seus esforços pelas doações que os monarcas lhe fizeram."

Na parcela territorial referente a esta Carta Gastronómica, as Ordens Militares que nela permaneceram e defenderam foram: a Ordem de Avis, exerceu a sua acção em Santarém, Coruche e Alcanede; a Ordem de Cristo constituiu-se canonicamente em Santarém, no mês de Novembro de 1319, tendo incorporado os bens, e os freires da extinta Ordem dos Templários; a Quinta da Comenda da Cardiga, no limite da Golegã, pertencia à Ordem de Cristo, desde 1537; a Ordem do Hospital em 1147 participou na tomada de Santarém e Lisboa, o que lhe valeu a doação da Igreja de S. João de Alporão, antiga mesquita da urbe.

A Ordem Hospitalar de Roncesvalles, em 1506, possuía cinco casas na Golegã. Freires da Ordem de Santiago fizeram parte da guarnição que, no ano de 1184, defenderam Santarém atacada pelas hostes muçulmanas. O lugar de Salvador, na actual cidade de Santarém, era Comenda da Ordem de Santiago.

A medievalista Maria Helena da Cruz Coelho em *O Mosteiro de Arouca – Do século x ao século xiii,* escreveu: "As instituições religiosas eram altamente vantajosas nesta época, dado que promoviam o povoamento e colonização da terra conquistada e desenvolviam a agricultura, obstando aos problemas da miséria e da fome sendo porto seguro para tempos tão incertos." Os monges da ordem de S. Bernardo, cuja divisa é – *ora e labora* – , rezavam e trabalhavam a terra, desbravando terrenos incultos, semeando e plantando num enorme território doado por D. Afonso Henriques em 1153, conhecido como os coutos de Alcobaça. Famosos os pomares, soutos, olivais e vinhas do Mosteiro; a sua gigantesca cozinha a adega e os celeiros. A gigantesca cozinha do Mosteiro, debaixo correm os rios Alcoa e Baça, impressionou

ao longo dos séculos viajantes e visitantes estrangeiros, nela se confeccionaram iguarias de alto quilate e finura, podendo-se considerar uma das poucas existentes em Portugal onde se praticava a alta cozinha, deixando embevecidos os ilustres convidados do Dom Abade, sendo lícito considerar as receitas dela originárias como paradigma da soberba gastronomia monacal.

Os monges de Claraval cumpriam a regra de Cister, ora e labora. A sua acção principiou em S. João de Tarouca, espraiou-se por quase todo o País, até Tavira, num total de trinta e oito mosteiros, sendo o de Alcobaça o de maior grandeza debaixo de todos os pontos de vista, entre eles os alimentares com destaque para a produção de azeite, vinho, cereais, frutas e a sua transformação em compotas.

As Ordens religiosas também concediam grande importância à leitura. Os Beneditinos lavravam os campos, oravam e copiavam as grandes obras da Antiguidade e outras mais recentes. Entre muitas actividades figuravam as referentes à cura de doenças, farmacopeia, métodos de preparação e conservação de produtos deram justa fama à sua livraria. Ora, o copiarem e recopiarem tão importantes documentos é valoroso contributo para o conhecimento antigo e sua influência posterior, daí poder-se inferir que muitas receitas consideradas originárias da cozinha monacal terem origem mais funda, obrigando a redobrados cuidados no seu estudo e análise a fim de se poder decifrar a época e a autoria.

A sua fecunda acção estendeu-se a todo o País, extravasando a barreira cronológica da Idade Média. Relativamente ao Ribatejo há a assinalar: os Trinitários da Santíssima Ordem da Trindade, estabeleceram o seu primeiro Convento em Santarém, corria o ano de 1207; em 1376, fundou-se o Convento dos Agostinhos em Santarém; os monges Arrábidos (Franciscanos Reformados) fundaram em Salvaterra de Magos o Convento de Nossa Senhora da Piedade, o Convento de Santa Maria de Jesus, em Vale de Figueira, o Convento de S. João Baptista ou do Pereiro, em Santarém, fundado no sítio de Santa Catarina dos Olivais, tendo sido uma das mais importantes comunidades arrábidas chegando a ter uma população de 45 religiosos; a Ordem dos Beneditinos instalada em Portugal desde o início da nacionalidade, em Santarém criou o Convento dos Doze Apóstolos; a Ordem feminina das Carmelitas Descalças ergueu em Santarém o Convento de S.ta Teresa de Jesus; com o patrocínio da coroa é fundado no século XIII, o Mosteiro cisterciense feminino de Santa Maria de Almoster (Santarém); em Santarém foram fundados dois conventos dominicanos, o masculino de N. S. de Oliveira, e o feminino de S. Domingos das Donas; em Almeirim o masculino de N. S. da Serra; ainda no século

XIII, os Franciscanos estabelecem-se em Santarém o Convento de Santa Clara, um dos mais representativos; no ano de 1259 a comunidade de Clarissas existentes em Lamego foi transferida para Santarém, onde foi construído um Mosteiro de raiz que com o tempo se tornou um dos mais sumptuosos existentes em Portugal, com a capacidade para 80 religiosas; os franciscanos menores davam corpo a um Convento do Espírito Santo no Cartaxo, e o Convento de Nossa Senhora de Jesus em Santarém.

As ordens religiosas são responsáveis pelo alargamento urbano de Santarém. No intervalo entre as casas floresciam vegetais e legumes nas hortinhas e quintais, constituindo boa reserva de alimentos. A par dos animais domésticos mantidos à custa das sobras e restos, aves de capoeira e porcos, igualmente fundamentais na economia dos habitantes desvalidos de riqueza, os ovos, os frangos e a carne dos suínos muito contribuíam para o amortecimento das carências.

Apesar dos progressos no cultivo dos campos persistiam grandes extensões de terrenos incultos, os seus proprietários queixavam-se amargamente da falta de braços para os desbravarem. Todavia, a ira dos proprietários e rendeiros aumentava ao saberem e verem pulular os ociosos, os falsos aleijados, a mendicidade.

Na já mencionada obra *Administração Municipal de Lisboa Durante a 1.ª Dinastia*, Marcelo Caetano, recorda: "D. Pedro I proíbe, no *Ordenamento*, a vadiagem e a mendicidade, decretando a obrigatoriedade do trabalho, fixa os salários máximos do labor rural e ordena que o dia útil vá de sol a sol, como era costume.

É nesse movimento legislativo que se integra a lei de D. Afonso IV circunscrita aos concelhos do reino "que constrangiam os homens que usem de seu mester e que more por ser soldada os que forem pêra ella". A peste de 1348 provoca sequelas a persistirem durante largo tempo. Nas cortes de Elvas de 1361 o clero queixa-se que as autoridades seculares não lhes dão "obreiros e mesteirais, mancebos e mancebas e outras pessoas que os servissem assim como fazem aos leigos" e o rei anuiu ao pedido, só que no plano alimentar as grandes economistas da cozinha viam-se crivadas de dificuldades a fim de conseguirem sustentar os filhos e demais parentela.

A carência avolumou-se levando a que nas Cortes de Santarém fosse aprovada a aclamada Lei das Sesmarias, que expropriava as propriedades deixadas ao abandono no intuito de repor a produção perdida. Os efeitos práticos demoraram, as reservas de alimentos básicos esgotaram-se, a situação agravou-se com as crises cerealíferas de 1412 e 1436, havia que encontrar substitutos e, se no antecedente o regime diário

tinha no pão, no vinho e na carne de porco a estrutura alimentar, a falta de cereais, tal como noutras ocasiões, levava a recorrem-se a tudo quanto pudesse enganar a malvada. Espargos, brócolos, cardos, beldroegas, pepinos, rábanos, rabanetes, ervilhacas, grão-de-bico, lentilhas, tremoços, cogumelos, frutos silvestres, pão de castanha e/ou em mistura com centeio, cevada, e às vezes farinha de favas, bolotas, nas faixas do litoral moluscos, crustáceos pouco estimados pelos possidentes, peixe fresco, seco, defumado, carne proveniente de animais velhos e de outros menos considerados a exemplo do texugo, do ouriço-cacheiro e da raposa serviam ajudavam a colmatar a penosa falta de víveres.

Na sociedade medieval portuguesa coexistiam a cozinha da nobreza e do alto clero, a cozinha dos conventos e mosteiros e a cozinha do povo sem distinção do espaço urbano e rural, já que mesmo as cidades integravam no seu bojo e periferia hortas, pomares, terras de semeadura, vinhas, criando-se galinhas, patos, pombos, coelhos, porcos e outros animais de consumo. A caça de pena acrescentava proventos aos vilãos, pois na altura não existiam grandes restrições ao seu exercício por parte das classes mais baixas.

A cozinha da nobreza tinha na carne a sua máxima representação, carne associada à força, à destreza e ao destemor, de acordo com o seu alto estatuto, ou seja: "capacidade efectiva para o exercício de poderes senhoriais, isto é, para poder julgar, de cobrar impostos, de comandar gente de armas, e mandar", assim a define José Matoso em *Naquele Tempo, Ensaios de História Medieval.*

A caça de pêlo abundava: javalis terríveis predadores das lavouras, veados, zebros, gamos, cabras monteses, eram as espécies mais disputadas, os ursos também, só que mais raros, como anota António Costa Lobo na *A História da Sociedade em Portugal no Século xv*. A caça de pena concedia alguma folga alimentar aos camponeses, chegando eles a vender os excedentes das capturas no mercado das vilas e cidades, porém pouco a pouco, a liberdade de o fazer foi conhecendo barreiras e entraves de todo o tipo, levando ao incremento dos caçadores furtivos.

As caçadas e montarias ocupavam a nobreza no intervalo dos seus afazeres de mando e comando nas escaramuças e batalhas contra as tropas muçulmanas. Nos banquetes serviam-se as peças assadas em grandes espetos, cumprindo-se miúdo cerimonial cujo modelo mais seguido será o da corte de Carlos Magno, como explicita Nichola Fletcher em *Charlemagne's Tablecloth*, que posteriormente irradiou em toda a Europa cristã.

Se comer carne era representação e sinal de força e poder, o consumo de peixe por parte da nobreza e do alto clero resultava da obrigação de cumprimento dos dias de jejum que interditavam ainda os ovos, queijos, manteiga, banha e vinho. Da obrigatoriedade do jejum terá derivado o apreço pela lampreia – comer quaresmal –, denodada guerreira no combate contra Dom Carnal, gracioso texto inserido em *O Libro do Bueno Amor*, do Arcipreste de Hita.

O rei D. Duarte, no *Livro dos Conselhos*, escreveu sobre jejuns e acerca das ementas para os dias que não jejuava, alimentos bons e modo de conservar o peixe fresco sem cheirar após alguns dias da sua captura. Os conselhos do rei Eloquente abarcavam regras de convivência à mesa, como se deviam mastigar os alimentos, temperança no beber e mezinhas. No todo é documento de referência capital para o conhecimento da sua época, no particular elucida-nos relativamente à economia ou governança que devia imperar nas cozinhas e mesas senhoriais, onde abundavam exageros. Com efeito, nas casas dos potentados, nas cozinhas senhoriais imperavam os cozinheiros, que chefiavam brigadas de ajudantes a quem incumbiam a verificação da qualidade dos produtos, a preparação de molhos e temperos, a preparação de carnes e peixes, a vigilância do fogo, o abastecimento de água, a lavagem dos utensílios e a limpeza da cozinha e adjacências. Os cozinheiros detinham a preocupação de apresentar novas receitas aos senhores. Para o conseguirem, não raro, exorbitavam no emprego de tudo quanto lhes parecesse apropriado, caso das custosas especiarias, daí os avisados conselhos do rei Eloquente. Atreitos ao desgoverno, os cozinheiros na execução das receitas procediam disciplinadamente, dada a natureza das carnes: as duras sofriam prévia cozedura antes de serem assadas, as tenras obrigavam a precauções, já que um pouco de calor a mais as tornava desenxabidas; além dos assados nos espetos, os grelhados nas brasas, praticavam-se os estufados e os fritos; os molhos compostos podiam levar grande número de elementos, as empadas, os pastéis e pastelões recheavam-se com carne desfiada que podia ter sobrado.

Na obra *Jantar e Cear na corte de D. João III*, Maria José Azevedo Santos revela documentos a ajudar-nos a compreender a etiqueta cortesã e enuncia os produtos de maior apreço, bem como algumas formulações culinárias. A vaca, o carneiro e o porco são a prova provada do apreço pela carne, porém a caça de pena está muito bem representada: as perdizes, as rolas, os faisões, as galinholas, as gralhas, os tordos, os perdigões, as lebres, os pombos e os pombos-torcazes. Na caça de pêlo os javalis, os veados, os gamos e os cervos são as espécies mais desejadas,

sem esquecer os leitões, e os coelhos. As perdizes quase sempre cozidas foram as preferidas maioritariamente. A historiadora e reputada medievalista explica-nos a causa de as galinhas e os ovos – cozidos, escalfados, estrelados – gozarem de enorme apreço, sendo quase de presença diária na mesa real. Na mesa dos possidentes apresentavam-se finuras gastronómicas concebidas com o recurso a melros, pardais, picanços, tentilhões e outros pássaros sob a forma de pastelões, guisados, fritos e cozidos a nadarem em molhos concebidos na base de especiarias e ervas campestres, o alecrim, as acelgas, as azedas, os coentros, os orégãos, o tomilho disso são exemplo.

A cozinha cristã medieval está plasmada em três representações – a do alto clero, a do baixo clero, a conventual e monacal – semelhante à da nobreza, senão mais requintada, sendo disso exemplo a do Mosteiro de Alcobaça, no caso do baixo clero, que era semelhante à popular até por razões de proximidade: viviam perto dos humildes e desprotegidos, daí partilharem o dado pelas hortas, os pomares, os soutos, os cogumelos e a caça fortuita, as pescarias nos caneiros, também partilhavam os momentos de ócio e de convivialidade, os de angústia na doença e na morte.

De outro teor e feição são as cozinhas conventuais, dos burgos maioritariamente, e a monacal de maior índole rural. O alto clero comemorava solenemente as datas marcantes da Igreja, Natal e Páscoa, bem como as festas em honra dos oragos e hospitalidade aos reis e altos-dignitários, oferecendo sumptuosos banquetes nos quais os cozinheiros colocavam todo o engenho obtendo duplo sucesso junto de quem os contratava e dos convivas, podendo futuramente passarem a cozinhar para eles. Assim, colocavam grande apuro nos assados de enormes peças de caça de pêlo e de pequenas peças de caça de pena. A carne de vaca, carneiro e caça sobressaíam no receituário enriquecido com picados, todavia esta cozinha de alto coturno abusava dos assados, das referidas especiarias e dos também citados molhos. Se as peças de cervos, veados e javalis impressionavam pela desmesura, as perdizes, as lebres, as calhandras, as galinholas, as narcejas e os tordos em requintadas cozeduras suscitavam rotundas gulas pecadoras e invejas em surdina dos não contemplados.

A cozinha do povo, sem causar admiração, estava nas mãos das mulheres, que empurradas pelas dificuldades encontraram soluções em produtos desdenhados pelos potentados e preparados com ervas aromáticas, conservados em sal, secados ou fumados garantiam o sustento das populações: os caldos de verduras, as sobras do pão duro de centeio e de milho-miúdo transformavam-se em sopas de molhar

a sopa, papas, migas; elaboravam estufados de leguminosas com carne de porco, enchidos, aves de criação doméstica e ovos sobrantes do pagamento de foros e demais obrigações; galinhas velhas para os doentes e paridas; peixe fresco, salgado, seco e defumado faziam o grosso da mantença do agregado familiar; a donas de casa a viverem nas aldeias e casais abasteciam-se de legumes e hortaliças recorrendo à horta situada nas imediações da habitação, na qual coexistiam as aves de capoeira e o estimável e fundamental porco; nos dias de maiores privações as castanhas frescas e secas atenuavam-nas, às vezes, no auge das crises cerealíferas recorria-se às bolotas assadas e cozidas; nos dias nomeados os afortunados metiam o dente em carniça de carneiro gordo, muito apreciada na altura, de cabra velha, de cabrito e caça, quando era possível.

As cozinhas populares eram parcas em artefactos e utensílios e ricas na azáfama. Nos dias frios concentravam a parentela, já que a lareira acesa proporcionava algum conforto. A Mãe, Mestra-cozinheira, mandava, fabricava o pão no forno rente à cozinha ou no comunitário, ordenava aos filhos irem apanhar ervas destinadas a perfumar a disputada carne e o prolífero peixe fresco, seco ou salgado no litoral, dispunha os alimentos destinados às duas refeições principais, o jantar e a ceia, a ceia tinha o condão de reunir a família. O caldo imperava, caldo grosso roncado para os sãos, caldo cacarejado para os velhos e doentes. Caldo à base de hortaliças e leguminosas, adubados com carne de porco enquanto a salgadeira a fornecia. As famílias possuidoras de cabras e ovelhas retiravam-lhe o leite e dele faziam manteiga e queijo, cuja venda proporcionava a par dos cabritos e dos cordeiros lucros gastos na botica, na mercearia e na aquisição de vestuário.

O anexim proclama: “cautela e caldos de galinha nunca fizeram mal a ninguém”, ora, talvez por isso o lar (cozinha) funcionava como centro espacial da família, ali se discutiam os problemas, a cautela prudente e o entusiasmo vigoroso de opções a tomar quando se impunham, fosse na pacatez quotidiana, fosse nos momentos em que se quebrava devido a catástrofes, más colheitas e epidemias colocando em perigo as comunidades. Na Idade Média acontecia amiúde, nos anos de 1188, 1202, 1310, 1348, 1387, 1400, 1403, 1412. 1414, 1418, 1422, 1427, 1436, 1441, as péssimas colheitas levaram as populações a sofrerem a fome, especialmente as dos campos.

Nos meados do século XIV, irrompeu em Chipre a “peste negra”, vinda do Extremo Oriente, acabando por chegar a Portugal onde provocou enorme mortandade, dizimando quase metade da população, cevando-se prioritariamente

nos homens em plena pujança. Se a anemia económica estava a afligir o país, o flagelo trouxe enormes prejuízos, pois a falta de braços quase o paralisou: as colheitas perderam-se nos campos, as terras deixaram de ser amanhadas, os gados passaram a vaguear pelos prados e as matas. A Europa entrou em colapso, reinava a desconfiança, os salários subiram em espiral, a ameaça de se repetir a praga levava ao abandono de actividades, obrigando o poder a reagir. Grassava a fraqueza de meios e os Conventos e Mosteiros passavam grandes dificuldades para auxiliarem as multidões de pedintes.

Até ao fim da Idade Média sucederam-se colheitas de cereais muito aquém das necessidades, o pão constituía alimento vital. Em face dos desastres irrompeu, mais uma vez, a violenta escassez. A penúria extrema não é boa conselheira, o povo geme, protesta, havia que encontrar uma saída capaz de erradicar o estado de persistente míngua de mantimentos. A saída foi a dos portugueses se virarem para o mar no intuito de conseguirem trigo na África do Norte. Não faltava madeira para a construção das famosas e emblemáticas caravelas, mão-de-obra determinada também não. Iniciou-se a aventura, o Mediterrâneo iria deixar de ser o centro do universo comercial da Europa, nós fomos à descoberta do Mundo.

Capítulo IV
A Idade Moderna

Oh que matos para talhada de melão/ E vales
para açafrão/ E canas açucaradas.
O Juiz da Beira. Gil Vicente, c. 1435-1536

O ciclo do açúcar

Ninguém duvida que Gil Vicente foi o genial criador do Moderno teatro português, reflectindo o viver num tempo marcado pela descoberta e pelo Renascer. As mudanças operadas no modelo alimentar dos portugueses vão ser enormes. No entanto, a herança do passado está bem presente na sua vasta obra, da maior valia para percebermos as diferenças entre o antes e o após as descobertas. Os títulos de alguns autos e comédias o provam, atente-se nos seguintes: *Monólogo do Vaqueiro, Auto Pastoril Castelhano, Auto Pastoril Português, Tragicomédia Pastoril da Serra da Estrela, Tragicomédia de Inverno e Verão, A farsa de Quem tem farelos, Auto do Velho da Horta, Farsa dos Almocreves. Ele cria a espantosa Maria Parda que toldada pelo vinho em pranto diz tudo quanto de outra forma não diria, na Tragicomédia Pastoril da Serra da Estrela*, alude: "a ceia e jantar de perdiz" e a "muita caça e pescaria", a vila de Seia fazia queijos, Gouveia exportava castanha, Manteigas leite. Na *Farsa dos Físicos* é um fartar de comida e não esquece as receitas; "empadas de lebre, manjar branco,

caldos de peixe, caldos de cação, congro, lampreia, perna de veado, coelho, caçapos (coelhos novos) porco, guisado de mãozinhas de vaca, morcelas, apisto (sumo) de pé de boi, e pão farto", a dieta terá de ser à base de "caldo quente, tisanas, lentilhas, abóbora cozida, ervas medicinais". No *Auto da Barca do Inferno*, Maria Gil comenta o preço do cabrito, do frangão e da galinha. Na *Farsa dos Almocreves* referencia: "pão, filhós de manteiga", no *Juiz da Beira* menciona: "açafrão, cana-de-açúcar, empadas de sardinhas, travessas de frutas, talhadas de melão". Em *Quem tem farelos*, cita "um naco de pão com um rábano ressequido, nunca de pão estejam fartos e farelos"; já na *Farsa de Inês Pereira* refere: "peras da minha pereira, figueiras, favas e túberas (cogumelos) que a terra dá". O tolo Gonçalo do *Clérigo da Beira* conduz lebre, frangões, marmelo e limões.

A amostra enuncia pratos de caça, criação e peixe, guloseimas e frutas, técnicas culinárias, cozeduras, versa sobre a medicina tradicional e farmacopeia, não esquece o papel do pão e menciona o açafrão, custosa especiaria e à época, ainda de custo mais elevado do que o açúcar. Sagaz, Gil Vicente gaba as qualidades das terras de Coruche para o cultivo dos três produtos. E tinha toda a razão. Na actualidade, no Vale do Sorraia cultiva-se a beterraba para a extracção de açúcar, nos vales o melão, o açafrão, essencial no colorido e aromas de inúmeras receitas culinárias, não vingou, ficando o controlo da produção da especiaria ao cuidado de Espanha e Irão. Não terá vingado devido a dar muito trabalho reunir as finíssimas e os pistilos das flores da família das indáceas. O seu elevado custo é consequência de um quilo de açafrão precisar de 150 000 flores.

Canas açucaradas, sublinha observador atento Mestre Gil, sendo nos dias de agora fulcral à escala planetária, o açúcar já era conhecido e apreciado há milhares de anos na Ásia debaixo da fórmula de xarope de cana. Na Europa, o sabor açucarado só nos frutos e no mel. Para além das lendas acerca da sua cultura e expansão, sabemos que os persas descobriram a cana no Vale do Indo, mas tiveram o cuidado de guardarem o segredo da produção. As tropas de Alexandre, o Grande, também a descobriram e a partir daí a sua cultura alargou-se a toda a bacia mediterrânica e a África. A especiaria branca, granulada, seduziu gregos e romanos, a quem deram o nome de sal Índico. Os franceses no decorrer das Cruzadas encantaram-se com a doçura do "remédio" branco vendido a preços altíssimos pelos boticários que o adquiriam a intermediários, já que a sua difusão estava controlada pelos árabes. Ora, os árabes trouxeram a cana para a Península e a partir do século XI começou a ser cultivada em Espanha. Naturalmente, o cultivo estendeu-se a terras algarvias, mas o

seu consumo estava restringido, dado o seu elevado custo.

A preciosa "especiaria" que desde 1455 começou a ser produzida em larga escala na Ilha da Madeira, O *Livro de Contas da Ilha da Madeira 1504-1537*, Almoxarifados e Alfândegas, insere documentação relativa à sua produção, chegou a atingir dezenas de milhares de arrobas ao ano. O relativo embaratecimento do açúcar alterou profundamente a dieta dos portugueses. Usava-se e abusava-se do seu consumo, mais tarde objecto de regulação, além de entrar generosamente na composição de bolos e doces de colher, adoçava pratos de peixe e carne porque "o doce nunca amargou". Os rostos leitosos de raparigas e rapazes levaram Mestre Gil a no *Velho da Horta* dizer "Oh meu rosto d'alfeni" e no *Auto dos Físicos* "Diz-me senhora filha, este moço de alfenim derrete-se de estar aqui". O termo alfenim fala árabe, significa "o melaço, massa de açúcar e óleo de amêndoa; rebuçado de leite de coco em ponto; (alfenim, pessoa delicada e sensível)", in. *Dicionário de Arabismos da Língua Portuguesa,* de Adalberto Alves. O vocábulo ficou significando doce de grande alvura cuja matriz o *panid*, é criação do gosto persa. A influência do sabor persa, somatório de gostos provindos do Oriente, está presente em várias receitas herdadas da cozinha muçulmana, muito marcada pelos ingredientes açucarados.

Se a moça e o moço eram delicados e de pele leitosa não sabemos, mas sabemos quão magnífica é a criatividade doceira, tendo o alfenim como modelo, primacialmente no nicho conventual onde as freiras além de rezarem concebiam doces de todos os géneros, fruto de audazes inspirações de acordo com o calendário litúrgico. Depois alargou-se às casas dos ricos. Os alfenins faziam-se e fazem-se só com açúcar, apenas açúcar, descontando um pouco de água e um dedal de vinagre para a branca massa atingir o ponto a permitir a niquelização da massa. A construção da massa exige maleabilidade das mãos, pois o alfenim é fruto de uma calda finíssima de açúcar que se transforma em massa consistente através da acção de uma chama, modelando-se ainda quente, não podendo endurecer, daí a necessidade de destreza de mãos. A região onde o alfenim atingiu maior grau artístico é a dos Açores (também produtor de açúcar em escala reduzida), existindo rivalidades entre as ilhas no tocante à maestria na imagética da sua concepção. As figuras antropomórficas, zoomórficas, figuras estranhas, bizarras, de flores e frutos são exemplos dessa doce concepção.

O notável escritor Vitorino Nemésio, em *O Mistério do Paço do Milhafre*, glosa: "numa bandeja, forrada de rendas e de mimo-de-estudante, um pequeno levava um serviço de alfenim todo de pombas de açúcar com olhos de grão de ervilhaca";

o grande poeta e prosador, hoje esquecido da maioria, era terceirense e serve de caução para os seus conterrâneos afirmarem a primazia na feitura do alfenim, mas manda a verdade dizer que também nas ilhas do Faial, da Graciosa e S. Miguel pelo menos, as mulheres (é um doce marcadamente feminil) empenhavam-se em mostrar os seus talentos compondo alfenins conforme as crenças e a imaginação de cada doceira.

A enorme produção de açúcar na Madeira resultou em relevante fonte de receita ao exportar-se para: França, Flandres, Génova, Veneza, Livorno, e até para Constantinopla. O topónimo Engenho Velho no concelho do Funchal é ilustrativo da cultura e indústria açucareira.

A boa produção na ilha madeirense leva a que o poder real a congregue na capital, cidade de Lisboa, tornando-se desta forma capital do ouro branco. A crescente procura induz à intensificação da sua cultura e assim aconteceu à medida que a Metrópole lisboeta o negociava num crescendo vertiginoso e deu origem ao denominado ciclo do açúcar cujo apogeu será no século XVII e início do século XVIII. A exaltação do açúcar em Portugal na qualidade de produto alimentar, fez-se maioritariamente, nos Conventos e Mosteiros. É impressionante o número de bolos, doces e lambiscos concebidos pelas freiras e frades, os nomes de muitos deixam transparecer ciúmes, desejos recalcados, despeitos, frustrações, invejas, maldades e bondades. Enumeram-se os nomes de várias criações doceiras a elucidarem o atrás referido: "arrepiados, arrufadas, barrigas de freira, beijos de freiras, bolos de amor, bolo do Paraíso, caladinhos, capelas de abóbora, casadinhos, celestes, esperanças, esquecidos, fidalguinhos, fofos, galhofas, lérias, línguas-de-gato, melindres, papos de anjo, pingos de tocha, queijinhos do céu, toucinho-do-céu, raivas, risonhos, súplicas e suspiros. Sem medo e remorso por cometerem o pecado da gula, as freiras e os frades não se limitavam a inventar guloseimas baptizadas de acordo com os seus estados de alma, muito mais brotava das suas mãos: amêndoas cobertas, biscoitos, bolos, bolos de manteiga, bolos secos, cavacas, manjares brancos, manjar real covilhetes, lampreia de ovos, marmeladas, pão-de-ló, pastéis, peradas, pessegadas, rebuçados e tigeladas entre outros. Esta doce loucura levou Conventos e Mosteiros a criarem autênticas indústrias de doçaria, vindo a influenciar posteriormente as doceiras e pasteleiros, como é possível constatar um pouco por todo o País. O requinte passava pela esmerada embalagem dos doces em papel artisticamente recortado, para depois serem cuidadosamente colocados em caixas de esparto, cestinhas ou barricas.

A "loucura" provoca grande reviravolta no receituário doceiro, as despensas e cozinhas das casas senhoriais e abastadas enchem-se de açúcar, nenhuma província escapa ao fascínio pelo granulado, as cozinheiras dão prestígio aos amos quando revelam grandes dotes na arte de fazerem doces, compotas e cobrirem frutas. Disputam-se e guardam-se receitas, há rivalidades sobre quem é mais lista a fazer arroz-doce ou pão-de-ló, passando a ser referência local ou regional. A economia de açúcar no paço real, nos demais paços incluindo os religiosos, nos conventos, mosteiros e residências de gente de grossos cabedais não preocupa, só preocupa os encarregados de gerirem os rendimentos. As freiras pouco mais gastam além do açúcar, os conventos nas cercas têm aves de criação que as abastecem de ovos tão utilizados na confecção doceira, quando censuradas pelo excessivo gasto de ovos argumentam que as claras são muito úteis para engomar os hábitos. À febre do açúcar nem o rei D. João II escapou, é certo, que os esponsais do filho com a princesa de Castela, tendo em conta o alcance estratégico previsto, justificavam a pompa e a grandeza em todos actos de uma boda que tinha de ficar nos anais, e ficou. Até pela tragédia, quando em plena lua-de-mel o príncipe morreu ao cair do cavalo na Ribeira de Santarém. Nos sumptuosos banquetes que D. João II ofereceu na ocasião, em muitas mesas havia uma infinidade de iguarias e manjares doces, assim narra o cronista Garcia de Resende. O irmão de Resende, André de Resende, celebre e reputado humanista no seu tempo (pena não o ser agora conhecido como devia), ao invés, no aludido *As Antiguidades da Lusitânia* insere uma receita de sabogas ou sabelas, ilustrativa da arte de preparar os produtos de maneira a transformá-los num pitéu e, deste modo, não se desperdiçarem. O brilhante homem de letras, tal como a generalidade dos apreciadores, considerava as sabogas ou sabelas de menor sabor em relação ao sável e diz: "bastante mais secas e insípidas excepto no mês de Maio. Nessa altura, de facto, são acolhidas com agrado entre os alimentos, com a condição de serem assadas num grelhador de brasas assim que saiam do rio e temperadas com salsa picada, pimenta, aipo e sumo de maçã medicinal". Sobre os sáveis é elucidativo acerca da sua valia económica para o povo "Os sáveis chiam nas lareiras alimento do povo".

O contraste é evidente: a mesa real apresenta-se magnífica, sem receio de gastos; a mesa do camponês/pescador não existe, come o peixe pondo-o em cima de fatias de pão que ficam saborosas porque incorporam o molho adocicado que ressuma das postas. As frutas verdes dão-lhe sabores doces, as secas água doce proveniente das cozeduras, (importa referir que o Ribatejo é propício ao estabelecimento de

pomares, as corografias o demonstram, também o Padre João Batista de Castro no seu "Mapa de Portugal", publicado no século XVIII, exalta as maçãs camoesas e os pêssegos da zona de Abrantes, e elogia as romãs, marmelos e gamboas dos campos de Santarém), o mel adoça-lhe a boca mesmo nas alturas em que a face fica inchada e azulada por via das vespas e abelhas não acharem graça ao esbulho.

O açúcar foi alargando a sua agradável influência à medida que embaratecia, mesmo assim nem todos o podiam apreciar regularmente. No entanto, a apetência pelos comeres doces não cessava de aumentar, traduzida em múltiplas misturas, numa assombrosa multiplicidade de variedades. As mulheres camponesas recorriam ao mel e às caldas de frutas no adoçar a boca delas e dos seus. Muitos anos depois, viajantes de vista apurada e paladar exigente ficavam estupefactos ante a fartura açucarada. O secretário do Cardeal Alexandrino observou e tomou notas sobre o espavento do açúcar nas receitas culinárias, o viajante Link não estranhou quando o Corregedor de Viseu lhe disse: "Portugal é pequenino, mas é "um torrão de açúcar."

Embora o primeiro livro de cozinha de origem portuguesa – O Livro de cozinha da Infanta D. Maria – englobe receitas com açúcar, razão de aqui ser lembrado, compõe-se de quatro cadernos, e o códice, encontrado furtivamente, conserva-se na Biblioteca Nacional de Nápoles, tendo sido editado várias vezes no século XX.

O forasteiro amargo

O andarilho Link reteve e escreveu sobre o excessivo consumo de açúcar, o brilhante pedagogo Clenardo ganhou razões para ficar a pensar o contrário, ou seja: o torrão amargou-lhe a boca. Vindo para Portugal a convite de D. João III, a fim de educar o infante D. Henrique, depressa percebeu a diferença existente entre o meio onde viveu e Portugal. A terra lusitana estava longe de ser o tal torrão de açúcar. O intelectual habituado a amenidades e gentilezas fez diversas viagens por Portugal, tomou notas do visto e observado, do relato que nos deixou dá-nos interessante visão do sentido de hospitalidade e pitanças que se encontravam durante as jornadas. Veio viver para Évora, das suas observações acerca de uma viagem respigo a passagem seguinte:" Declinava o sol quando Clenardo deixou Évora, com o seu fiel sancho Guilherme e os três escravos negros. Acompanhavam-nos dois almocreves, que em três mulas transportavam as bagagens. Noite dentro, chegaram à primeira paragem. Vinho não havia, tiveram que recorrer à borracha, que o doutor Petit tivera a gentil

lembrança de encher com vinho seu. As bestas beberam água à razão de três reais a cabeça – quantia que chegava em Lovaina para beber baco de boa cepa e, enquanto os escravos tiveram de dormir sobre esteiras, o homem do Brabante lá arranjou uma cama, onde os pés lhe não cabiam. No dia seguinte à noite estava-se em Montargil. Na estalagem miserável mal cabiam os fardos. De camas nem sombra. Não faltava vinho, e pão com fartura Deus louvado! Mas "a um brabantino não sabem mal ainda outras iguarias". Os animais refocilaram-se ao relento. Clenardo procurou entre os fardos um pouco de repouso, tentando em balde todas as atitudes. Não havia meio de dormir, esperava ansiosamente a voz de levantar do almocreve. Mas estes dormiam a sono solto, regaladamente sobre a relva. Não pode ter mão em si, que não começasse a pôr tudo de pé. E como a lua nascesse, meteram-se charneca dentro, a caminho de Tancos sobre o Tejo. Cavalgaram dez horas a fio, até que avistaram por volta do meio-dia, uma taberna, que saudaram com alegria. Efectivamente, já apetecia comer. Os almocreves prometiam uma ceia opípara em Tancos — "quase a boa mesa da Sicília!" Crescendo-lhes a água na boca só com a lembrança das perdizes e dos capões que os esperavam para a tarde, aquele "baco de Évora" foi levado quase até às fezes pouco faltando para empinar a borracha.

Mas ó desgraça! Ó rica ceia! Já não eram horas de passar o Tejo quando lá chegaram. Não havia remédio senão dirigir-se ao estalajadeiro do sítio. O homem a modos que os recebera mal. Palha embora a casa estivesse cheia dela, não sabia se haveria, resmungou ele alfim, depois de hesitar largo tempo se haveria ou não de responder. A bruxa da mulher acudia logo a dizer que não havia nada que comer. Galinhas não as criava para as matar, ovos não havia, peixe...o quê, peixe em dia de carne! carne de porco fazia mal aquela hora da noite..."

No dia seguinte, depois de fazer as contas, soube a razão porque os escritores chamam aurífero ao Tejo. Uma sombra de ceia com cama, mais que um magnífico banquete no Brabante. As queixas de Clenardo repetem outras respeitantes ao mau serviço e especulação nas estalagens, no mais informa-nos da boa qualidade do vinho de Évora, de o terem bebido quase até às borras, e perdizes e capões serem sinónimo de boa ceia. O educador não conhecia, nem ninguém lhe indicou a existência de albergarias e casas de comeres nas rotas dos viajantes nas quais tanto poderia apenas encontrar a imagem da piedade cristã – pão e água – como locandas especializadas em servirem comidas baseadas na economia doméstica – o que a horta dá e o galinheiro põe – satisfazendo o apetite dos viajantes, peregrinos e pobres de pedir. Desde a Idade Média surgiram em Portugal albergarias, albergues,

estalagens e pousadas destinadas prioritariamente a peregrinos, viajantes, enfermos e pobres. A rede estendia-se por todo o País, com maior densidade no Centro e Norte. A corografia assinala as localidades ainda agora assim conhecidas. O convidado de D. João III, ou delineou mal a jornada, ou não colheu boa informação. Nas imediações de onde pernoitou já existiam casas de comeres, várias vozes defenderam e escreveram que a origem da Golegã provém de uma galega ter aberto uma pensão onde hoje existe a ridente vila.

*As trocas para cá, as trocas para lá

A persistência dos maus anos cerealíferos é uma das razões que levam D. João I a incentivar a conquista da praça de Ceuta, dado existir muito trigo no Norte de África. A dia 21 de Agosto os portugueses tomam-na, começa a expansão portuguesa. No Atlântico, em 1419, João Gonçalves Zarco e Tristão Vaz Teixeira desembarcam na ilha de Porto Santo, no ano a seguir encontram a ilha da Madeira, Gonçalo Velho no ano de 1421 descobre a ilha de Santa Maria. A fixação no Norte de África e a sucessão de descobertas leva-nos à índia em 1498, a 1500 regista-se o achamento do Brasil.

Tantas e abrangentes "achamentos" produziram uma espantosa revolução alimentar originada pelo "jogo das trocas", feliz expressão de Braudel na obra Civilização Material, Economia e Capitalismo, Séculos XVI-XVIII, para designar o vai vem de novas espécies vindas do Novo Mundo para a Europa e as conhecidas no Velho Mundo para lá levadas.

Das Américas vieram: abóbora, amaranto, abóbora-menina, abacate, alcachofra, amora, ananás, amendoim, arroz selvagem, baunilha, cacau, batata branca, batata-doce, feijão-verde, girassol, mandioca, milho maís, pimentas, pimento, quinoa, quinino e tomate. Espécies animais, apenas o celebrado peru (a par do frango, alimento estratégico para milhões de pessoas) e pato muscóvia. Acrescente-se o tabaco. Para as Américas foram: aipo, alface, alfazema, alho, ameixa, anis, arroz, azeite, banana, beringela, beterraba, brócolo, café, cana do açúcar, canela, cebola, cereja, centeio, cevada, chicória, lentilha, couve, coentro, gado vacum, grão-de-bico, inhame, laranja, lavanda, limão, maçã, malagueta, marmelo, melancia, noz-moscada, pepino, pêssego, pêra, pimenta preta, romã, salsa, salva, sésamo, soja,

trigo e uva. Nas espécies animais viajaram o burro, a cabra, o cão, o cavalo, a galinha, o porco e o rato preto.

Os produtos provindos do Novo Mundo desembocavam em Lisboa provocando exclamações de admiração, juntavam-se às disputadas especiarias que após a nossa chegada à Índia o seu comércio passou a ser controlado por nós. Em *Os Lusíadas*, azedamente lembra:

"Sabei que estais na Índia, onde se estende
Diverso povo, rico e preparado
De ouro luzente e fina pedraria
Cheiro suave, ardente especiaria."
VII. 31.

"Leva alguns Malabares, que tomou
Por força, dos que o Samorim mandara
Quando os presos feitores lhe tornou;
Leva pimenta ardente, que comprara;
E seca flor de Banda não ficou;
A noz e o negro, cravo que faz clara
A nova ilha Maluco, co a canela;
Com que Ceilão é rica, ilustre e bela".
IX. 14.

Do chegado de tão distantes paragens, que trouxeram colorido aos campos no Ribatejo, temos salientes culturas e, se por um lado são de enorme importância económica, por outro alteraram profundamente a paisagem: o milho maís, o tomate, o pimento, o girassol, as abóboras, as pimentas, o feijão-verde, e a batata, dão constância à designação – aguarela ribatejana – como podemos observar e ver ao admirarmos as terras da lezíria, e as margens do Tejo na extensão da Província. A acrescentar as espécies vindas da África, a banana, da Costa da Guiné, trouxemos a malagueta distinta da variante do pimento encontrado por Colombo logo na sua primeira viagem. Some-se o amendoim e o café, do Oriente a canela, o gengibre, o cravinho, a noz-moscada entre outras especiarias. Se a capital do reino se transforma em gigantesca placa giratória onde gente das mais desvairadas proveniências

comerciava, comia e bebia, as localidades limítrofes adoptam as plantas e, fazem-nas crescer, salientando-se as terras férteis do Ribatejo. A ridente transferência de produtos suscita significativas variações no quotidiano alimentar da capital. No auge da sua centralidade intercontinental o dia-a-dia pautava-se pela abundância e o excesso praticado por nobres envolvidos nos negócios da navegação, mercadores e armadores. Na altura das refeições exibiam os sinais de riqueza condimentando os comeres com generosas doses de açafrão, canela, cravinho, gengibre, noz-moscada, pimenta e o esfusiante açúcar, raridades só ao alcance desses senhores. Nas festas, a prosápia impunha o consumo de especiarias, grandes quantidades de frutas verdes e secas, conservas açucaradas, carnes variadas, pão branco de trigo vindo de fora, da França, Flandres e Alemanha, embarcado nos "navios destas nações".

Na obra Grandeza e Abastança de Lisboa, em 1532, podemos ler: "Outra coisa direi que há nesta cidade que é grandíssimo refúgio e descanso aos pobres, e provisão para outras pessoas. Que há 25 mulheres que vendem tripas cozidas, às Fangas (casas ou lugares onde se vendiam cereais por estiva) da Farinha e Porta Nova e Porta do Açougue, as quais vendem cinco, seis, dez, quinze réis, com que ganham muito, e não vivem de outra coisa, e estão muito cheias de ouro, cadeias e anéis."

As classes populares comiam pão de má qualidade, os cereais não eram joeirados, daí as impurezas na farinha, as sardinhas salpicadas com sal alegravam as fatias de pão, constituindo substancial conduto. Na mesma obra podemos ler: "Também há nesta cidade outra maneira de vida, estão junto da Ribeira 10 cabanas em que estão de contínuo homens e mulheres, com braseiros de fogo, assando sardinhas e peixe de toda a outra sorte, segundo o há na Ribeira, donde comem homens e negros trabalhadores que ganham na Ribeira, e os que se embarcam para fora nas barcas e barqueiros". E na Ribeira havia quase tudo, era o espaço mais importante de venda de géneros alimentícios da Lisboa da época seiscentista. Ali se vendem mariscos, peixes, carnes de açougue, caça, hortaliças, fruta verde e seca, queijos, pão, doces, carvão para a confecção dos alimentos e até flores. Uma Relação anónima escrita em verso esmiúça tudo quanto é colocado à venda: o peixe vendido a céu aberto estava protegido por chapéus-de-sol, havia 70 vendedeiras, 54 escumadeiras e 18 mulheres cujo trabalho consistia em salgar sardinha; existiam três cabanas destinadas à venda de marisco (amêijoas, berbigão, caranguejos e ostras), duas para o sal, uma para a manteiga, duas destinadas ao pão, nove às frutas, 21 onde se vendiam perdizes, coelhos, galinhas, perus, frangos, pombos, patos, ovos, cabritos, os quais se vendiam inteiros ou divididos, assim como as galinhas; os cereais a granel eram vendidos no

Terreiro do Trigo (daí o nome), que ficava junto à Ribeira; vendedeiras ambulantes percorriam a cidade com doces, legumes cozidos, peixes, mariscos, frutas e flores. A capital lisboeta espantava os visitantes, baiucas acolhiam gente de toda a condição e muitas vezes em má situação, no Mal Cozinhado o autor de *Os Lusíadas* envolvia-se em rixas, o vinho na maioria das locandas não passava de zurrapa e a comida deixava muito a desejar.

Faustos e fumos da Índia

A glória é efémera. Convencidas do contrário, dada centralidade de Lisboa, as elites dissiparam os lucros obtidos com o comércio das especiarias, convertendo-os em "fumos da Índia", a nossa dependência alimentar aumentou e a população diminuiu. Na disputa pelos cobiçados "fumos" só não participaram os que por um qualquer motivo estavam impedidos. O economista Ezequiel de Campos em População *Portuguesa – Através dos Séculos* refere: "*Aos fumos da Índia* acorreu metade da população de Portugal, principalmente do Centro e do Sul, a mais de 8000 homens por ano, de que mal regressava um em dez, de retorno vinham escravos africanos e índios para os serviços ordinários, incluindo para a lavoura, em tão grande número que chegaram em Évora a serem mais que os naturais". E acrescenta: "Do século XVI para o seguinte a população teria baixado para metade. À medida que nos alargávamos nas descobertas e conquistas, piorava o cultivo da terra e diminuía a população rural." Na prática, esta política resultou no encarecimento de tarefas devido "à falta de gente para todos os ofícios e profissões. Não havia indústrias."

Nos *Diálogos do Sítio de Lisboa, 1608*, Luís Mendes de Vasconcelos afirma: "De fora vinha o trigo, o centeio, a cevada, o queijo, a manteiga, os ovos, as galinhas, e acrescentava, malicioso, Filipe Sassetti até o galo e os capões," A dependência aumentava sem vislumbre de ser sustida.

A rapacidade nos negócios da Índia mereceu denúncias e críticas. Diogo do Couto, em *O Soldado Prático*, censurou ferozmente a dissipação, mas nada sustinha a ambição do enriquecimento fácil e rápido. O fino poeta Sá de Miranda avisa sobre os efeitos do desvario:

"Não me temo de Castela
Onde a guerra ainda não soa,
Mas temo-me de Lisboa,

Que ao cheiro desta canela

O reino nos despovoa."

O poeta Sá de Miranda auto exilou-se na terra natal, Amares, onde faleceu atormentado no ano de 1558.

O bacalhau, o ciclo da batata e do milho

Antes de discorrer relativamente à implantação da batata (Pablo Neruda dedicou-lhe uma quadra) e do milho, lembro que a meio do século XVI o bacalhau na categoria ou qualidade de seco começou a constar e aparecer na mesa dos portugueses. Até à generalização da sua pesca apenas em casos pontuais e nas refeições dos abonados. No reinado Venturoso, já o porto de Aveiro pagava dízimo sobre o gadídeo do nosso contentamento e nos reinados de D. João III e D. Sebastião proporcionava bons rendimentos à corte. No intervalo filipino perdemos direitos de pesca e a mesma conheceu prolongado ostracismo.

O bacalhau seco ter-se-ia revelado alimento de eleição nas naus da expansão, logicamente. O sucesso estendeu-se a todos os cantos do País, o gadídeo ganhou o epíteto de *fiel amigo* do litoral ao interior, do norte a sul, nos territórios ultramarinos, impôs a sua multiplicidade de tratamentos culinários, daí resultando centenas de receitas de múltiplas estirpes e origens e continua a ser elemento essencial não só na dieta quotidiana, mas também nos dias nomeados, o Natal é um deles. Tudo se aproveita no bacalhau, desde as espinhas aos lombos, incluindo as línguas, as caras, as tripas e o óleo. Atingindo o estatuto de "comer nacional", o peixe das águas frias apresenta-se em todas as cozeduras, a todo e em todo o tempo, desde ao natural até à alta-cozinha. No entanto, é no espaço da cozinha popular que melhor desempenha o papel de livrar de apuros as cozinheiras. Os bolos de bacalhau, pastéis no Sul, comem-se a sós no intervalo das refeições alargadas, na condição de suculento acompanhamento de arrozes, leguminosas e saladas, frito e frio nas merendas, quente a acolitar tubérculos, vegetais e legumes, assado a dar lastro a composições de carácter campestre ou de elevado coturno, cozido a acompanhar

batatas e grão-de-bico, grelhado a exigir muito azeite, guisado, estufado, ao vapor, o bacalhau aparece impante nas cozinhas regionais e locais, trazendo fama e proveito àqueles que souberam guindá-lo a ser imagem de marca de restaurantes, casas de comeres, tabernas e locandas, seja nas cidades, seja nas vilas e aldeias.

Bem mais difícil se tornou a generalização do consumo da batata, a tarefa pouco fácil da introdução da planta vinda dos Andes no século XVI, onde provocou espanto aos soldados de Francisco Pizarro. Penetrou em Portugal via Espanha, à chegada recebeu desconfianças traduzidas em recusa no seu consumo. Nos seus importantes trabalhos Orlando Ribeiro explica: "A sua difusão é porém muito mais tardia. Pelo fim do século XVIII era já conhecida em Trás-os-Montes, no Minho e na Galiza". Nessa época a Academia Real das Ciências procurava, por meio de prémios, estimular a propagação da sua cultura que, segundo um economista da época "se fez muito mal" até ao ano de 1803. Daí por diante é possível dizer, com muita aproximação, a data em que foi introduzida em certos lugares: nas serras existentes da Cordilheira Central, não se apagou de todo na memória de alguns velhos que anotaram o sítio onde pela primeira vez foi plantada. Posteriormente a serem vencidas as suspeições de originar doenças, a batata nas suas distintas variedades ganhou a consideração geral, atingiu merecidamente a categoria de alimento estratégico à escala mundial. Planta pouco exigente, originária de terras altas, habituada a temperaturas baixas, desempenhou saliente papel no combate à fome, é conhecido de todos o drama ocorrido na Irlanda quando o fungo *Phytophora infestan* destruiu as colheitas de batata entre 1843-1845. A falta de batatas acarretou a fome, a doença e a morte de milhares de pessoas, obrigando à emigração em massa dos irlandeses para os Estados Unidos.

Este tubérculo, passo a passo, acabou por se impor em Portugal, dando corpo a numerosas fórmulas culinárias, mormente da cozinha do povo porque assim o determinou a necessidade. A necessidade aguça o engenho.

Ao ganhar amplitude e alcançar a categoria de alimento imprescindível a batata, a exemplo de outros produtos, inspirou e inspira obras literárias e artísticas de vários recortes e matizes. O genial Van Gogh prestou-lhe vassalagem engrandecendo-a em muitos quadros, um dos mais admirados intitula-se *Os Comedores de Batatas*. O poeta Pablo Neruda dedicou uma Ode à batata. Atente-se ao excerto

... profunda e suave és,

polpa, pura, puríssima...

rosa branca enterrada...
inimiga da fome em
todas as latitudes...
heroína da noite subterrânea,
tesouro interminável dos povos...

Se no princípio da chegada à Europa a batata teve pouco impacto na alimentação dos portugueses, o contrário aconteceu relativamente ao milho, cereal originário do México, descoberto por Cristóvão Colombo e que Cortez introduziu em Espanha. O "novo" cereal rapidamente se propagou à zona atlântica portuguesa num primeiro momento, num segundo alcançou Trás-os-Montes e outras províncias portuguesas. Nós já conhecíamos o milho painço – o milho-miúdo, zamburro ou sorgo – empregue em pão e confecção de alguns doces. O milho maís, vindo do Novo Mundo passou a ser conhecido por milho grosso, milhão, milho graúdo ou de maçaroca, evitando-se desta forma a confusão com o outro milho. Importa referir que o milho painço durante séculos foi preponderante na alimentação dos camponeses, como ainda continua a entrar na dieta de populações africanas e asiáticas. Por cá, enquanto o milho grosso não se impôs, as comunidades a norte do rio Tejo utilizavam-no na confecção do pão *mesclado ou meado* (mistura de grãos de milho ou centeio), significando a palavra broa, entenda-se, o pão de painço. Os habitantes do Douro e do Minho faziam "pão de milho ou painço misturado com centeio o qual diziam ser melhor do que o de rala, de Lisboa" escreveu o probo e sábio José Leite de Vasconcelos. Ora, rala é a parte mais grossa do milho-miúdo o denominado rolão e no convento de Santa Helena do Calvário de Évora fazia-se pão de rala com azeitonas que levava açúcar, claro está, amêndoa ralada, ovos, leite e, para fazer as azeitonas, empregava-se mais açúcar e mais amêndoa ralada.

O milho grosso destacou-se de imediato no combate às carências alimentares das populações de Entre Minho e Douro, razão de ter passado à condição de marca alimentar identificadora dessas províncias e da Beira Litoral. Desde a Idade Moderna até aos anos sessenta do século xx, o milho grosso aliviava o afiado apetite dos populares. Ainda nas espigas comia-se assado, fora das espigas metiam-se os grãos tenros no forno constituindo gulodice, da farinha fazia-se e faz-se o pão, diário de cada dia, boroa ou broa, cujos pedaços engrossam caldos e sopas revigorantes, papas e migas.

A batata e o milho, duas "culturas miraculosas" no dizer de Ferdinand Braudel, em Portugal a partir do século xviii, fizeram o milagre de alegrar a monotonia alimentar do grosso da população, a justificarem por inteiro classificá-las como expoentes de poupança na cozinha devido à sua adaptabilidade, polivalência e acima de tudo porque alimentam biliões de pessoas através de milhentas preparações culinárias executadas nos cinco continentes.

A alimentação em Santarém na época da criação da Misericórdia e dos Filipes

Na sequência do desastre de Alcácer-Quibir em 1580 perdemos a independência, entramos na época dos Filipes, também num período de maiores dificuldades económicas e sociais. A Villa de Santarém era grande abastecedora de géneros à capital do reino através da via fluvial, na qual o porto ribeirinho funcionava como entreposto comercial, e pela via terrestre, dada a insana actividade dos carrejões e almocreves, também as sentia, porém em menor grau.

A consulta de estudos económicos, relativos à governação dos Filipes, sustentam ter sido época de sobrecarga de impostos, associando ao aperto fiscal as colheitas cerealíferas muito inferiores às necessidades, agravando o penoso viver da maioria. Nos anos de 1597 e 1621, grassou a fome devido às más colheitas. Porém, em Santarém, mercê da fecundidade das lezírias, originando o florescimento de pastagens necessárias ao gado, hortas e pomares, de modo geral, mesmo os mais humildes conseguiam aliviar o espectro da fome, numa constância alimentar escorada nas castanhas cozidas, assadas e piladas, leguminosas e hortaliças, recorrendo aos peixes do rio e ao vindo em barris. Se a pescada era popular, o atum, a sardinha não eram menos, só que quem tinha o prazer de comer essas espécies eram os obreiros – trabalhadores agrícolas. Os elementos da arraia-miúda passavam dias-a-fio sem comerem carne, a de bode, de carneiro e do indispensável porco mitigavam a falta. Os proprietários de cabras e ovelhas vendiam o leite e sucedâneos (manteiga, queijo e requeijão) e as sobras constituíam excelente atributo dietético.

O historiador Martinho Vicente Rodrigues, no seu importante trabalho *Santarém no tempo dos Filipes*, descreve minuciosamente as valências económicas

do burgo escalabitano e arredores, mormente na produção e comércio de azeite, o abastecimento de carne provinha dos gados mortos, esfolados e cortados nos açougues, o fulcral abastecimento de pão levava os vereadores a cuidarem exemplarmente do abastecimento de cereais. O autor tem o cuidado de referir a obrigação das padeiras disponibilizarem pão fresco, por isso não podiam estar sem amassar mais de dois dias, sob pena de serem multadas se infringissem a postura municipal, significando esta imposição o abastecimento de farinha sem quebras ou rupturas. As padeiras também eram obrigadas a pesarem o pão sempre que o cliente o exigisse, a par da panificação, os confeiteiros e pasteleiros encarregavam-se de adoçar a boca aos escalabitanos. A toponímia da cidade continua a lembrar a Portela das padeiras e a Travessa dos Pasteleiros.

No que tange à doçaria, a profana é parente pobre da conventual. Com efeito, tal como é referido noutro capítulo, as freiras e os frades esmeravam-se na arte do confeito, dos arrozes-doces, das pastilhas, dos bolos, dos pudins, dos amendoados, dos de passas e frutos secos, dos massapães, dos picados, dos desfeitos, das queijadinhas, dos pastéis doces, dos biscoitos. Em *Santarém Quinhentista*, a historiadora Ângela Beirante dá conta da luxuriante e extensiva lista da doçaria preparada pelas Clarissas de Santarém, revelando ainda os seus cuidados na apresentação de comeres destinados às festividades litúrgicas, às visitas e aos assalariados que trabalhavam nas propriedades conventuais.

O rio Tejo continuava a ser a principal fonte de abastecimento de peixe, predominava o sável e a tainha. Outros peixes, especialmente a sardinha chegavam de Lisboa nos barcos em boas condições de frescura, assim o estipulava o normativo municipal, estabelecendo sanções aos transgressores. Vindos em barris, o atum e a sardinha destinavam-se primeiramente aos obreiros – trabalhadores assalariados -, já as lampreias tinham grande aprovação nos conventos e casas de gentes de posses, o apreço advinha-lhe do serem substitutas da carne durante a Quaresma, período de jejuns. Nos conventos e nas mesmas casas dos possidentes as ementas incluíam carne, bastante carne de cabrito, carneiro, galinha, leitão, vaca e caça de pêlo e pena. Os frutos frescos de temporada tinham largo consumo, o mesmo relativamente a queijos, requeijões, marmeladas e enchidos, sempre na esfera conventual, da nobreza e da burguesia enriquecida.

A expansão do cultivo de cereais compelia ao encurtamento das vinhas, apesar do vinho constituir "alimento" fundamental para as populações, a causa da retracção das vinhas estaria relacionada com a tendência dos mostos azedarem resultando

em vinhos de inferior qualidade, por isso os protestos audíveis sem peias dos consumidores, a maioria, certamente, da população, homens, mulheres e jovens.

De grande interesse é o capítulo relativo à assistência e albergue dos carenciados e doentes.

Os 14 hospitais medievais, acanhados e sem grandes recursos, levaram João Afonso a, em testamento, doar recursos destinados à criação de um Hospital de maior dimensão, capaz de concentrar a assistência aos doentes, peregrinos e pedintes. Assim se cumpriu o desejo do doador, criando-se o Hospital de Jesus Cristo, nele praticavam-se as obras de Misericórdia, os peregrinos eram acolhidos e agasalhados durante três dias sendo-lhe fornecido gratuitamente água, cama, lenha e, se necessário, assistência médica.

O doador, imbuído do espírito religioso da época – temor pós-morte –, foi de encontro, ou por isso mesmo, a uma das traves-mestras do Cristianismo, a prática da caridade, normalmente a cargo das Ordens religiosas que supriam as necessidades dos peregrinos, passantes, pobres e doentes através de redes de Albergarias/ Hospital, albergues, estalagens, gafarias e hospedagens. O grande progresso de assistência espiritual e corporal a todos os carentes em Portugal dá-se com a criação das Misericórdias, espalhadas por todo o País. Aconselhada pelo pregador e seu confessor, Frei Miguel Contreras, a rainha D. Leonor, viúva de D. João II, cria em Lisboa a primeira Irmandade da Misericórdia no ano de 1498. A Irmandade da Santa Casa da Misericórdia de Santarém recebeu aprovação régia no ano de 1500, regendo-se o seu compromisso nos seus deveres e direitos, pelo da Santa Casa de Lisboa.

Dar de comer aos famintos, dar de beber aos sedentos, enterrar os finados, eram as obras corporais de maior relevo assistencial aos presos e dos desgraçados, muitos deles sem eira, nem beira.

Os Hospitais precedentes da Idade Média aglutinavam albergarias, destinadas a acolherem peregrinos, viajantes e pobres. O Hospital do Santo Espírito era um deles, Ângela Beirante "obteve notícia" de já existir em 1269, o qual mereceu censura no ano de 1454 por conceder demasiado relevo a festividades de recorte pagão, disso nos esclarece a historiadora.

A Irmandade da Santa Casa recebia cereais, legumes, azeite e outros produtos que gastava a alimentar os necessitados, vendendo os excedentes.

O autor tem o cuidado de explicitar todas as obrigações do Provedor, daí as referências à alimentação dos doentes, a qual deve ser "com abundância e qualidade, tendo direito a uma dieta melhorada nos dias festivo do calendário litúrgico." Os "merceeiros", indivíduos beneficiados em troca do cumprimento de obrigações, "rezar pelos defuntos e pedir benesses para outrem", recebia a título de "ração" diária "arrátel e meio de carne ou peixe, segundo o preceituado pelo calendário litúrgico, e sendo homem uma canada de vinho; sendo mulher apenas recebia meia--canada."

Nas festividades e celebrações religiosas as refeições conheciam melhorias, sendo contemplados todos os beneficiários, incluindo os presos, além do conforto espiritual suscitavam apoio material, podendo ser soltos pela Santa Casa. Os doentes e necessitados a viverem no burgo eram visitados regularmente, sendo-lhes dadas rações de carne e dinheiro.

O Regimento estabelecia a obrigatoriedade de o pão ser fresco, a idade de alguns "merceeiros", cuja dentição seria precária, estaria na origem da obrigatoriedade. Uma alteração ao Regimento em 1536 introduziu normas relativas à higiene dos doentes, quando necessário eram barbeados, sendo sempre despidos, lavados e vestidos com uma camisa lavada nos preliminares do internamento.

Os restantes Hospitais da cidade detinham a responsabilidade de manterem as suas albergarias.

A Restauração e o ouro do Brasil

No primeiro dia de Dezembro de 1640, o Duque de Bragança, impulsionado pela mulher espanhola, Dona Luísa Gusmão, acabou por vencer receios e hesitações (prudência inteligente ante o poderio espanhol), anui aos propósitos dos conjurados e é aclamado rei de Portugal, o Senhor Dom João IV. Aceitou porque impunha--se "livrar os Reinos das misérias que lhe via padecer em extrema sujeição". Os portugueses, na generalidade, viviam na miséria, não era o caso do Duque cuja corte rivalizava com a filipina na exibição do luxo, no aparatoso cerimonial, do espavento gastronómico assente em extravagantes composições culinárias já anteriormente objecto de referência, servidas em baixela primorosa. Nas cozinhas do Palácio Ducal de Vila Viçosa refulgiam produtos trabalhados e confeccionados de tal

forma que obrigavam os ilustres visitantes a abrirem a boca de espanto antes de o fazerem para degustar as invulgares iguarias adaptadas e vastas vezes deturpadas nos restaurantes cujas ementas as inserem. De cozinha ducal passou a cozinha real e a investigadora Ana Maria Pessoa em a Mesa Real da Dinastia de Bragança, informa--nos: "Podemos dizer que a história gastronómica da dinastia de Bragança começou nessas cozinhas". O fausto na esfera das comidas e das bebidas explanava-se em toda a casta de vitualhas, na citada obra lemos: "o arroz vinha de Valência e de Itália e ainda uma variedade com sal que era mais barata; o açúcar branco e mascavado que vinha da Baía, do Rio, de Cabo Verde, ainda o açúcar refinado no reino em pães...". Na Pauta também há registo da entrada de batatas, sendo provável que se tratasse de batata-doce cuja cultura já se fazia em 1538 na ilha Terceira, nos Açores. De entre as especiarias menciona-se o cardamomo, o cravo-da-Índia e do Maranhão, os cominhos, o gengibre, a mostrada (em três variedades, da terra, de França e das ilhas sendo esta última a mais cara), a noz-moscada e o açafrão. Nos peixes incluíam-se o atum (fresco e em barris), as sardinhas e os sáveis (frescos e escalados), o bacalhau, o congro fresco, os linguados (frescos e de escabeche em barris). Dos mariscos e moluscos referiam-se os polvos secos, as amêijoas e as ostras em barris. Quanto às carnes podem-se encontrar alusões a cabras, cabritos, porcos, patos, perus, peruas, "carne momea", presuntos, paios, chouriços, toucinhos da ilha e do reino e rabos de bois e bestas. De entre os cereais o centeio, a cevada e o trigo. Nos legumes e frutos secos incluíam-se as favas, os grãos da terra, os feijões, as castanhas piladas, as alfarrobas, as passas e os figos do Algarve e Alicante, as avelãs, as tâmaras, os tremoços, os "melocotões de Castela", que eram pêssegos ou pêras secas (passadas). Nas conservas estavam incluídas as alcaparras, as conservas de perada, marmelada, confeituras, pêssegos, pêras cobertas, diacidrão, abóbora, melão e outras frutas." A listagem dos víveres consumidos no Paço de Vila Viçosa não está completa, no entanto, é suficiente para por um lado verificarmos quais os alimentos e suas proveniências consumidos na altura, por outro é clara amostra do padrão que conforme as possibilidades de cada casa senhorial será seguido ou imitado no reino. Obviamente, só as grandes casas tinham condições para manter tão grande aparato, que segundo estudos recentes apontam "para 53% do total dos rendimentos de cada casa fossem gastos na mesa, cavalariças e criados".

Os nobilitados de segunda e terceira linhas aspiram a grandezas, mas eram obrigados a contentarem-se com bem menos, D. Francisco Manuel de Melo em *Apólogos Dialogais* disso nos dá conta, um indivíduo ficava contente com "galinha

cozida, marmelada e vinho branco", na *Carta Guia de Casados* através de comentários sobre a vida doméstica e conselhos aos homens casados o autor desvenda agudos modos de vida da sociedade ao tempo. Escreveu ele: "Diz bem por isso o rifão: Do homem a praça, da mulher a casa. Os maridos que em tudo querem mandar, são dignos de repreensão, igualmente aos que não querem mandar em nada. Enfim senhor N., fique assentado, que o gasto ordinário convém que se entregue à mulher, pela contentar, pela ocupar, pela confiar, por lhe dar aqueles dados, por lhe desviar outros. Se o faz como é razão, que maior ventura? Fará conta o marido que achou um criado tão bom como ele, e tão fiel, que o serve de graça. Se o faz menos bem, ainda é mal bem tolerável. Quanto melhor será que o desaproveite a mulher que não o criado..." "Que ela sempre errará contra sua vontade, os pelo menos com vergonha: e o criado pode ser muito por sua vontade, e sem nenhum pejo, desacerte. As casas de gente ordinária soem ser melhor governadas; porque infalivelmente guardam, esta regra: um traz, outro aproveita."

No corrosivo *Arte de Furtar,* tremendo libelo contra a prática da venalidade, podemos ler: "Passando eu, há poucos anos por Montemor-o-Novo. Vi uma tropa de padeiras irem gritando, atrás de dois meirinhos, que levavam às costas de quatro negros, outros tantos sacos de pão amassado. Perguntei que briga era aquela. Responderam-me que as acoimavam por fazerem o pão menos de marca, que mandava sua majestade que fizessem de arrátel, e achou-se em uma meia onça menos. Mas sabida a história mais de raiz, era que não queriam dar pão fiado a alguns senhores de governança, porque nunca lhes pagavam, assim se ensinavam a serem corteses. Mais humano se portou um meirinho, nesta corte de Lisboa, que, com um dobrão que lhe serviu de negaça, caçou mais de um ano para o sustento da sua casa. Ia o criado, por essa Ribeira, com a moeda de oiro de três mil e quinhentos. Comprava aqui a perdiz, acolá o cabrito e o leitão no dia de carne e, no dia de peixe, a pescada, o sável, o linguado e a lagosta, comprava até a couve, o nabo, a alface, o queijo, o figo, e a passa, e todo o género de fruta, e nunca se desavinha no preço e sempre oferecia o dobrão. E como todas as regateiras, por não o agravarem, faziam da necessidade cortesia e diziam que não tinham troco, que outro-dia-fariam contas, como o tivessem; e este dia nunca chegava porque não era do calendário." O texto transcrito revela a cupidez existente na altura, enumera os produtos à venda no mercado, a forçada paciência das regateiras, o calendário do jejum.

O povo, bem o povo, tinha numa mão quase nada, na outra mesmo nada. Sucessivos anos de más colheitas de cereal levaram, como sempre, à superação

das dificuldades através do engenho, o alimento principal do povo de Lisboa seria a sardinha e outros peixes de custo inferior, acrescidos de legumes e dado o grande gasto de alfaces, os lisboetas ganharam o cognome de alfacinhas.

No resto do reino a míngua obrigava a constantes exercícios na arte de sobreviver. A caça e a pesca sempre que era possível, mesmo correndo riscos de infringirem os direitos senhoriais, guardava-se a horta a fim de evitar aquilo que o provérbio reza "tão ladrão é o que vai à horta, como o que fica à porta", porque ela permitia elaborar caldos e migas às vezes alegradas com um pouco de gordura, as crianças eram mandadas ao rebusco e a apanhar frutos silvestres e cogumelos. O poeta e prosador Fernão Rodrigues Lobo Soporita legou-nos jocosas informações sobre o modo como fora de Lisboa se comia e bebia tendo em conta a regra um traz, o outro aproveita, mesmo recorrendo ao engano ou à lisonja.

As composições de Soropita carregadas de ironia, reparem: "Já não há cachorros velhos/ Os daquela antiga raça/ já quando imos à caça/ os cãs fogem dos coelhos."; e fala de alimentos, de preparados, cozinhados e dos que os comem: "sacodem de cima da tolda um papelico de amêndoas marquesinhas com muita infinda malagueta entre elas"; "E dizem que saiu tão prima neste mister (fazer retratos), que dentro de Sabóia vieram aqui dois piruleiros encamisados a buscar certos painéis feitos por sua mão, e depois se levarem de presente ao sogro do Grão Turco, juntamente com umas beringelas e uns cavalinhos fustes que lá comem esparregados pelo Inverno, que são maravilhosos para a dor de madre.", e uns jogadores de bola que "comem cabeças de gorazes todo o ano, e pelo tempo da fruta são foreiros a um cacho de uvas açaria". E, fala de um ermitão que "deixou os hábitos em Tenerife e anda aqui vendendo pedras de sevar. Se o encastoardes com um berméu de Inglaterra com um barrete de quatro cantos coberto de rinhoada de açougue parecer-vos-á um Aristóteles escondido metros ao longo da Ribeira de Dona Garcia. E os monsiores desta laia bastam sós para enriquecerem os rendeiros da imposição porque todos pagam páreas a uma taverna e não bebem senão por taça mais sarrenta que o urinol da cadeia da Corte. São todos muito afeiçoados às coisas de o Portugal -o-Velho e lembra-lhes do Bispo Pinheiro quando começou a pregar e das festas do Príncipe, que eles chamam *o bom tempo.* E não se desamancebarão da capa de arbim de Torres e de uma escarlata, ainda que os excomunguem. São jogadores do trocadilo e prezam-se de chocarrearem em que muito pôs aos dados e têm para cada lanço um rifão velho em conserva como nógados, com que temperam a freima do tabuleiro. São mortos por umas sopas de panela que cheirem a segurelha, de que eles fazem

mais mistérios que os mouros da sua Casa de Meca". E adianta: "se lhes puserdes um avental diante, jurareis que são cozinheiros de sua alteza que aguardam pelo leite para o manjar branco. Não há iguaria que mais gostem do que vos atirarem aos focinhos uma praga para aquela hora como ovo fresco, que eles embuçam debaixo de um remoque que achado nas varreduras dos Autos de Gil Vicente. E depois de fazerem o arremesso ficam tredos sobre vós até ao quarto grau; se lhe olhais para a cara, achareis mais de seis almudes de sardas umas sobre as outras como sal em marinhas. Tratam-se familiarmente com os pasteleiros e, por sim ou por não, pegam-lhe de vez em quando um compadre, que sempre lhes rende dois tostões de pastéis fiados". O doutor Soropita lembra os truques de jejuns na Quaresma, os "folares de oito ovos", como se mal comia nas estalagens, refere uma na Golegã, chegando a ser hilariante na sátira aos costumes nos alvores do século XVII, repare-se: "E sem nos por embargos o nordeste, tomámos porto na Moita a horas que o sol ia já endireitando com a estalagem onde havia de dormir naquela noite. Como pusemos pé em terra, ferraram de mim sete ou oito aventureiros, que de propósito e assuada nos aguardavam na praia, e filharam-me de maneira que não houve remédio a desistir-me deles até não por ali todas as novas da cidade, em que eu desovei largamente, anadindo três dedos de contraponto a cada uma das pessoas. Porque esta cousa de novas, se vão assim cozidas na água tal, sem sua pimenta e laranja como sável fresco em Porto de Mugem", a enunciação prosseguiu até finalizar na visita a uma freira do convento de Santa Clara em Santarém. Nos excertos transcritos deparamo-nos com várias iguarias da cozinha popular, caso da sopa na panela, e da cozinha escrita ou de posses, o manjar branco é uma das receitas mencionadas. O autor desta curiosa obra foi o prefaciador e organizador da primeira edição das Rythmas de Camões, conhecia bem os toques, tiques e debilidades atreito a viverem enganando os outros, também os comeres baseados na poupança e do esbanjamento.

No ano de 1680, Domingos Rodrigues dá à estampa *Arte de Cozinha,* o primeiro tratado culinário português, dedicado ao Excelentíssimo Senhor Conde de Vimioso. O receituário foi objecto de reedição há poucos anos.

O século XVIII inicia-se sob o signo do ouro, em 1699 chegam a Lisboa 514 kg de ouro vindos do Rio de Janeiro, no ano seguinte os cobradores de impostos já operam nas minas de ouro, são os provedores dos quintos. Apesar da bênção do ouro, a situação económica é difícil, em 1703 assinamos o tratado comercial com a Grã-Bretanha conhecido como Tratado de Methuen. No ano de 1708, sai a lei que

relembra as antigas pragmáticas contra o luxo, 1709 sai um alvará proteccionista ao proibir a entrada no reino de aguardentes, cervejas, vinhos e outras bebidas.

Nesse mesmo ano decreta-se a proibição de emigrar para o Brasil na tentativa de suster a falta de homens. No entanto, continuamos a enfrentar grandes dificuldades. No ano de 1712, os procuradores dos mesteres de Lisboa dizem na Câmara que é negra a realidade financeira e económica de Portugal, apesar de no ano de 1708 terem entrado diamantes, ouro e outras preciosidades avaliadas em 51 milhões de cruzados e no ano de 1712 as remessas dessas preciosidades atingiram o valor de 50 mil milhões de cruzados. No ano de 1710, os militares que desde há anos combatiam as tropas espanholas fazem sentir o seu desagrado por não receberem o soldo há largo tempo, consequência da dependência das rendas do contrato do tabaco que tinha falido. O Senhor Dom João V no ano de 1716 consegue do Papa privilégios para a Igreja, entre os quais a criação do Patriarcado de Lisboa. Entramos no ciclo dourado dos altares da Igrejas e Capelas, na prevalência das festas religiosas públicas conforme ordenava o calendário litúrgico. A Villa de Santarém é exemplo redondo, logo redundante, da multiplicação dos ditos festejos. A historiadora Maria de Fátima Reis, em *Santarém no Tempo de Dom João V* inventaria a profusão de festas de solenidades e festas de carácter religioso, as Ordens Religiosas, as Confrarias, as Irmandades encarregam-se de as organizar. As Irmandades repartem-se por: Irmandades do Santíssimo Sacramento, Irmandades de Jesus, Irmandades Marianas, Irmandades das Almas, Irmandades de Santos, Ordens Terceiras, Irmandade da Santa Casa da Misericórdia. Cada Irmandade compunha-se de dezenas de Irmãos, boa parte da população compelia-se a celebrar e tomar parte nas Festas. A corte divertia-se em Salvaterra de Magos durante dias caçando caça grossa, "também de outra", partindo depois para Santarém, aí os cortesãos, a principiar pelo rei, visitavam e oravam nos locais de culto, invariavelmente a Igreja do Santíssimo Milagre e assistiam aos actos de religiosidade.

E, apesar de o rei ser Magnânimo, a realidade é adversa, por assim ser em 1719 volta a ser interdita a exportação de azeite, porque existe falta dele. A 10 de Novembro do mesmo ano, uma frota vinda da Nova Inglaterra atraca em Lisboa com carregamentos de bacalhau e no mês de Dezembro o infante D. Fernando, alheio às dificuldades, exercita-se em Serpa e a caçada rendeu: 2540 lebres, 11285 coelhos e 6823 perdizes.

Em 1719 volta a ser proibida a exportação de azeite, faltava para consumo interno. A descoberta de novas minas de ouro atrai a atenção das populações, a

coroa volta a intervir, a fim de evitar o despovoamento do reino, estava-se em 1720. Ainda no mesmo ano freiras do Convento das Mónicas protestam, saindo em cortejo de cruz alçada em direcção ao Terreiro do Paço, dizendo terem fome. Estas freiras eram especializadas em fabricarem caramelo. Já no célebre Mosteiro de Odivelas, frequentemente visitado por D. João V, reinava a abundância de tudo, sendo famosa a marmelada que lá se fazia.

No ano de 1726, António José da Silva, *o Judeu*, é preso pela Inquisição, na companhia da mãe. Irá ser queimado em auto-de-fé a 18 de Outubro de 1739. O Santo Ofício não descurava na actividade, por essa razão dois anos antes foge do País o padre Bartolomeu de Gusmão. No dia 1 de Abril de 1735 sai o decreto que proíbe a promoção a cabo, furriel, sargento, alferes e tenente a quem não soubesse ler e escrever.

A 11 de Julho de 1750 morre D. João V. O seu reinado constituiu a cúspide da doçaria, primacialmente de inspiração conventual. Os quadros de Josefa de Óbidos (está representada na Biblioteca Municipal de Santarém) a mostram esplendidamente as criações da confeitaria e pastelaria — o talento de Josefa é lapidar -, os doces pintados primorosamente provocam desejos de provocarem prazer palatal. Ovos, muitos ovos, leites, açúcar, muito açúcar, farinha, vinhos generosos, canela, erva-doce e pontualmente mel são a base das inovações doceiras. As frutas em calda, as compotas e as marmeladas compõem o ramalhete da doçura. Ao realce da doçaria conventual, atrás assinalado, soma-se o capítulo das frutas. A marmelada do Convento das Freiras de Odivelas continua a ser referência maior, sendo frequentemente imitada. À doçaria há a acrescentar o chocolate como bebida de grande apetência no tempo do (como adiante se explica) reinado de rei acusado de gastador, freirático apontam outros.

Para lá da doçaria e do chocolate, a sucessão de efemérides, acima aduzidas, facilitam a compreensão de um período de barroca e faustosa exibição religiosa: vislumbramos a extraordinária riqueza vinda do Brasil, empregue na edificação de obras glorificadoras de D. João V, na compra de galardões e prebendas à Santa Sé, nas guerras com Espanha, nos conflitos ali e acolá de ridículas bagatelas de cariz religioso, mas de custo elevado, dado em Roma tudo custar muito, na defesa das possessões do Império e no desbragado alarde na dissipação de recursos em jogos, torneios, bailes, intrigas amorosas, recepções e solenes actos religiosos, representativos de um clero numeroso. No reverso, a falta de géneros, o grande número de enjeitados, a legião de criados e lacaios, a vaidade no nada fazer, a

continuada actividade da Inquisição e a dependência relativamente ao estrangeiro, com a Inglaterra à cabeça. E, toda aquela gente tinha de comer!

Vamos ver como alguns visitantes nos viram e referiram o gastar dos dias dos portugueses.

*Os remoques vindos de estranhos

A generalidade das pessoas, no decurso da sua vinda, primacialmente entre os vinte e os cinquenta anos, ambiciona viajar, observar, ver, perscrutar tudo quanto lhe é possível. Assim é desde a Antiguidade, inúmeros viajantes entenderam escrever sobre o visto, o contemplado, o comido e o bebido, acrescentando a esses escritos detalhes, quantas vezes insólitos, acerca dos hábitos, costumes e entendimentos de vida das populações visitadas. Ver para fora do terrunho de cada um, aspirar os cheiros provenientes de montanhas, vales, praias, cidades, vilas e aldeias estranhas, não esquecer o preceito — em Roma sê romano – resultou numa enorme profusão de relatos e narrativas, hoje cruciais para o conhecimento de povos de todo o Mundo. Os portugueses calcorrearam Françaas e Araganças, disso nos dão conta em crónicas, diários, relatórios e testemunhos de desigual valor. Um deles é dos mais fecundos documentos de viagem, é do português Fernão Mendes Pinto, autor da *Peregrinação*, um formidável testemunho de dias felizes, de dias tremendos quando era preso, vendido como escravo, condenado à pena capital e a obra aborda os sistemas de vida dos povos do misterioso Oriente.

Este desejo de viagem, ou, mais que desejo, esta ansiedade, esta angústia de viagem, leva o viajante a correr riscos. Os "remoques" trazidos à Carta Gastronómica da Lezíria do Tejo permitem–nos ficar a conhecer e perceber os contrates alimentares no seio da sociedade portuguesa de então, além da comparação com as experiências anteriores de cada um dos viajantes trazidos a terreiro. Façam o favor de ler os ingleses Thomas Cox e Cox Macro deixaram um manuscrito com dois textos "intitulado" *Relação do Reino de Portugal* 1701, que se encontra depositado na Biblioteca Britânica, é de grande valia para melhor entendermos e avaliarmos, neste trabalho, a maneira como os portugueses conseguiam produtos e se alimentavam. Os comentários levam a comparações, como se verifica através dos excertos seguintes: "Enquanto passeiam nas ruas, as pessoas vulgares, sobretudo (mas penso que a maior parte cheira um bocado), cheiram tanto aos seus Alhos e Coentros, ou

qualquer coisa que comem, que é muito ofensivo. Quando falam com uma pessoa são capazes de aproximar tanto a sua cabeça da nossa que é muito perturbador. As pessoas do campo trazem o que têm para vender para a cidade em mulas e burros. O pão é coberto com um lençol branco; e as leiteiras têm sempre uns cestinhos chatos à cintura."

"Pesam testículos de cabrito e o borrego inteiro com os pés, tripas e tudo ao mesmo preço, e o cachaço de vaca custa tanto quanto a melhor parte do lombo. Em Lisboa os ovos e os vegetais têm impostos, tudo excessivamente caro. Trazer coisas do campo para o mercado é sempre trabalho da mulher. Geralmente usam botas. O dia de mercado é à terça-feira."

"Existem entre eles pessoas especialmente designadas para matar os animais. O talhante acha que o trabalho está muito abaixo de si e recusa-se absolutamente a fazê-lo. Quando matam um boi, amarram-lhe a cabeça a qualquer coisa, e, com um pequeno punhal desferem um golpe entre os chifres para que morra de imediato. O preço da carne é fixado às sextas-feiras ou sábados."

"O porco deles é o mais delicioso da Europa, os porcos são pequenos de pernas curtas e geralmente pretos, com as barrigas a chegarem frequentemente ao chão; alimentam-se sobretudo de castanhas, de que existem grandes bosques, onde eles, no tempo das castanhas são postos a cevar."

"Muitas vezes na loja da carne há tanta gente, tantos pedidos, tantas súplicas por carne que alguns estrangeiros perguntam se eles dão a carne às pessoas de graça. As aves de criação são excessivamente caras e não é invulgar dar-se uma libra esterlina e meia por uma galinha, mas o carneiro e a vaca custam..."

"Não têm salmão mas uma espécie de peixe a que chamam sável, cuja época é do início da Quaresma e que é muito parecido com em forma e tamanho, e é muito saboroso. Têm um peixe muito bom a que chamam António, com uma grande cabeça e mais pequeno para o rabo. Solhas tem-nas muito boas e em muita quantidade. As suas lagostas têm um feitio muito diferente das nossas. Não há ostras no mercado; mandei que me trouxessem algumas, eram muito grandes mas não muito boas. Não têm bacalhau, pescada, carapau, carpa, perca, nem lúcio.

A manteiga se tiver uma bonita cor amarela, vende-se bem apesar de não ser rançosa."

"Quando querem gabar o seu leite, dizem que é leite de cabra.

O azeite é aqui muito abundante, mas não comparável ao de Florença ou

Espanha, sendo forte, espesso e de uma cor desagradável."

"Os açougueiros tratam da carne da forma mais desleixada que se possa imaginar. São obrigados a matar o gado numa casa designada de propósito e daí é carregada em cavalos, enquanto ainda está quente e tem vida, para a casa da carne. Não se dão ao trabalho de usarem um pano branco sobre a sua carne, quer quando a transportam para o matadouro, quer quando lá chega. Vi uma ovelha inteira cair do dorso de um cavalo ao chão e voltaram a pô-la em cima do cavalo sem a limparem. A carne no matadouro parece putrefacta e uma das suas pernas de borrego não se venderia por dois *pence* em Londres. São forçados a lavá-la antes de a temperarem. Na Quaresma não se vê nem vaca, nem vitela, e o pouco, borrego que existe destina-se aos doentes, pois preferem que os seus doentes comam borrego a vitela."

"O melhor vinho branco nasce na margem da água onde fica a cidade, o melhor tinto na outra."

"De Lisboa saem anualmente de 5 a 6 000 pipas de vinho, e de azeite metade ou um quarto dessa quantidade, de sal 50 000 moios por ano e de Setúbal o dobro dessa quantidade."

"A melhor e mais natural razão em que consigo pensar é a facilidade com que conseguem aquilo de que necessitam para viver, pois tudo dá um tão grande e abundante alimento que conseguem sustentar-se com umas poucas ervas e água, ou uma coisa tão pequena como cebolas e pão para os manter quentes."

"O cachaço de vaca tanto quanto a melhor parte do vitelão.

Não se conseguem comprar passas de uva em Lisboa."

"Acho que o borrego deles é melhor do que o nosso, mas a vitela não vale nada. A sua carne de vaca também não é grande coisa. Neste País as lebres são muito tenras, se bem que sejam de caça. Qualquer pessoa pode atirar a uma lebre ou perdiz, a menos que seja nos locais reservados para o Rei. Em geral os coelhos são muito grandes; e, por costume, as peles das suas lebres, coelhos e cabritos são deitadas fora. As perdizes são muito boas, se conseguir arranjá-las frescas; têm patas e olhos encarnados e têm pintas pequenas nos lados do papo. Os gansos são raros. Os rabanetes são muito maiores que os nossos e muito bonitos de ver. As suas cenouras não são boas, antes muito aguadas. Os seus nabos não são tão achatados quanto os nossos, mais se parecendo com uma cherovia, mas são tão maus quanto é possível ser.

Alimentam a criação com trigo mourisco, que cresce aqui. A cevada deste País é

tão ácida se torna impropriada para a criação."

"Creio que gostam de coelhos e de lebres com mau cheiro, já que as mulheres que os trazem para o mercado nunca os estripam, se bem que os tenham morto 2 ou 3 dias antes, e assim nunca falta o desejável carneiro. Nunca vendem animais fêmeas de boa vontade. Se uma galinha tiver uma dúzia de pintos e metade forem galos estes serão vendidos, mas não venderão as frangas, e um galo adulto é vendido por metade do preço de uma galinha. Nunca abatem vitelas, e a sua carne de ovelha é quase toda de carneiro.

Os seus jardins são grandes parcelas de terreno com laranjeiras e limoeiros e outras árvores de fruto e com as ervas que usam na cozinha. Mas não existe nada do esmero e interesse que é costume. Não apoiam as videiras e os pessegueiros contra os muros, preferem cobri-los com limoeiros. Suponho que a razão se prenda com o facto de terem bastante sol e os seus muros os seus muros serem feitos de um material que se esboroa e que penso não reflectir bem o calor."

"Os pobres comem muito mal. A família de um trabalhador do campo não come geralmente mais do que pão durante todo o dia. À noite quando o homem regressa do trabalho, tem alguma hortaliça ou arroz e peixe, e isto é a ceia para toda a família. Raramente comem carne mais do que uma vez por semana e, mesmo assim, é carne de vaca no valor de um tostão a dividir por sete ou oito pessoas."

"A lavadeira por baixo de nós vivia desta maneira: durante o dia não comiam nada a não ser pão e à noite, quando o homem regressava do trabalho, preparavam uns espinafres em azeite ou caril e arroz ou feijão seco, e isto constituía a ceia da família. Só comiam carne ao domingo e mesmo então, era um tostão de vaca. A Sra. Green disse que os pobres viviam geralmente desta maneira. Comem grandes quantidades de alho, beldroegas e beterrabas, cebolas, coentros, ervilhas e feijões e servem-nos com ovos cozidos por cima. Isto constitui a ceia vulgar. Raramente cozem os ovos, antes os deitam para uma tigela de barro com azeite e levam-nos para a mesa na mesma tigela em que são cozinhados. Arroz com um bocado de vaca por cima é um prato comum e o caldo com pão é-lhes trazido depois em tigelas. Fazem muitas empadas e põem peixe e quase tudo nas empadas. Adoram a variedade e muitas travessas, mas as porções têm o tamanho de pratos. Raramente bebem à refeição, mas bebem uma grande golada de água depois de comer. Poucas pessoas têm vinho em casa, muitos de entre eles nunca na vida o provaram puro e muita gente não consegue beber por um copo em que esteve vinho sem o primeiro o lavar.

Quando vão a uma taberna é apenas para se refrescarem com um copo de vinho e saem outra vez sem se demorarem, são muito frugais no que comem e bebem. Raramente bebem vinho e água misturados, antes os bebem separados. As pessoas vulgares quando lhe servimos só um pouco cheio perguntam porque é o copo tão grande e esperam que o enchamos até à borda. O fogo é geralmente de carvão em pequenos fornos e, por vezes, de madeira de pinho e carvalho, que é bastante rara. Usam urze e outras lenhosas, entre as quais existe sempre rosmaninho e outras ervas aromáticas.

A nobreza tem geralmente dez ou uma dúzia de pratinhos, na sua maior parte purés e carne guisada, ao jantar. Comem grande quantidade de compotas, mas põem-lhe tanto açúcar que o gosto da fruta se perde. Nas suas cozinhas têm uma roda como a dos conventos, há apenas 2 ou 3 pessoas na cozinha que preparam o jantar e nenhum dos outros criados pode entrar. Só os escudeiros à mesa, os outros criados comem as vitualhas apenas até à porta.

Lavam-se antes de se sentarem à mesa, mas não com muita frequência. No Verão o primeiro prato é de fruta, e quando têm assado, este vem antes dos outros. Entre eles a forma comum de assar consiste em virar um lado da carne para o fogo e, quando já está, assam do outro lado, mas a nobreza tem homens para virar o espeto. No Inverno comem fruta seca, peixe seco e uma espécie de arenques pequenos a que chamam sardinhas, de que há grande abundância."

"Não têm alcachofras, aipo, nem rábano, nem aveia. Quando se dá o caso de matarem uma ave não perdem nada, as próprias entranhas são transformadas num puré. Fazem caldo de peixe. Põem dentro de água o peixe fervido em azeite, alho e açafrão, e servem o peixe com grandes fatias de pão no caldo, a que chamam sopas. Fervem a erva coentro nas suas sopas."

"Raras vezes matam os bezerros antes de terem de nove a quinze meses e eles mamam e pastam durante todo esse tempo."

"É a maior das afrontas chamar bêbado a um homem; e creio que raras vezes são culpados deste pecado. Pessoa alguma à excepção dos carregadores e da autêntica escumalha vai às tabernas, mas também as suas tabernas são uns buracos tão horríveis que não são próprias para que alguém lá entre. Do lado de fora da porta têm dependurado um ramo de louro. O médico português que veio connosco disse--me que umas vendem apenas vinho branco e outras tinto e que só têm um barril aberto de cada vez."

"Os pratos têm fundos pequenos e bordas muito grandes. Às pessoas da alta sociedade nunca se traz nada num prato, que não venha coberto com outro prato.

A nobreza tem grande abundância de pratos em suas casas e nada que não seja de barro. Raramente ou nunca limpam os pratos.

A louça de barro é muito mal cozida e repassa com frequência. Se se comprar alguma peça que repasse, eles não a trocam nem deixam pôr-lhes água dentro a experimentá-la.

Fazem sempre uma refeição entre o jantar e a ceia e são grandes comilões."

"Têm fogões de alabastro que custam cerca de três libras, esterlinas cada um. São pequenos e têm de ser aquecidos duas vezes para cozerem um pão médio, mas servem para pastéis."

"Os criados portugueses não acham que seja pecado roubar ao patrão qualquer coisa de comer e beber.

"Quando alguém pede água, se se está em casa de uma pessoa distinta, também lhe trazem doces,"

O francês Pierre Proult, em *Descriptiom de la Ville de Lisbonne*, saída no ano de 1730, observa: "De noite, não se anda nas ruas com bastante segurança, a não ser que se seja como lá se diz embuçado, isto é quando se usa um amplo capote que cobre da cabeça aos pés, trajo regional que é usado por pessoas de toda a condição, e até pelos príncipes, pois tem o privilégio de se impor ao respeito." "O Patriarca, que foi Bispo de Porto, chama-se D. Tomás de Almeida e é cunhado do primeiro-ministro. O rei mantém-lhe casa e equipagem de muito preço. O País dá do melhor trigo da Europa, que, porém, não atura por ser bichoso. Além disso não se produz para mais de metade das necessidades de consumo. Importa-se grande quantidade das ilhas dos Açores, do Levante, da Inglaterra, dos países bálticos e até da França. Esta escassez de trigo tem origem na falta de gente para cultivar os campos pois a emigração para o Brasil e para as Índias despovoa consideravelmente o Reino. Também para isso concorre o seguinte: durante a última guerra, os ingleses e holandeses não tinham licença para adquirirem em França os vinhos e aguardentes que consumiam. Forçados pelas circunstâncias, viram-se obrigados a comprarem em Portugal uma maior quantidade de vinhos a preços muito elevados. Enriqueceram assim numerosos portugueses e julgou-se então que estes preços elevados se manteriam sempre pelo que desataram a plantar bacelos nas terras até ali destinadas à cultura do cereal, desiludiram-se tais esperanças, depois da paz, a

qual, tendo tornado livre o comércio da França, fez baixar os preços dos vinhos de tal maneira que os portugueses dizem hoje, e com razão, que só deveriam existir vinhas suficientes para o consumo do País, sendo preferível a existência de mais vastas searas.

Os víveres são baratos, excepto o pão e as aves, cujos preços não estão em relação com o resto; o pão custa ordinariamente dois ou três soldos a libra, uma galinha, trinta e cinco a quarenta soldos, e um frango à proporção. A carne de talho, que é excelente, não custa mais de três ou quatro soldos a libra e o bom vinho, de dois a quatro soldos a meia canada. Abundam a caça, os presuntos de Lamego, que são melhores do que os de Baiona e de Mogúncia, e há muito peixe e fartura de frutas. O açougue está situado no Terreiro do Paço, e é notável não só pela vastidão como também pela limpeza e boa ordem que ali se observa. No interior as paredes estão forradas de azulejos e cobertas por grandes quantidades de carne, penduradas à altura de seis pés e daí para cima. Cada comprador vai indicando as peças de carne que deseja e logo os cortadores que estão em estrados com balcões, em volta da casa, lhes entrega em cima de uma prancha muito bem acomodada ao fim a que se destina. Um pouco mais adiante há uma grande praça onde se faz o mercado do peixe, que é um dos mais bem providos do mundo. Aí se encontra uma quantidade prodigiosa de peixe, muito barato e cujo consumo é tanto maior quando é certo que os habitantes do país fazem frequentes jejuns e dias de magro. No Tejo abunda a sardinha, cujo preço anda normalmente nos três ou quatro soldos o cento e não é raro obter-se por dez ou doze soldos o milheiro. É uso salgá-las a fim de as enviar para o interior do Reino, onde constituem um grande recurso para a alimentação dos pobres. Há ocasiões em que se pesca tão grande quantidade que as pessoas se veem obrigadas a deitar fora parte da pescaria por não haver quem a consuma. Esta quantidade de peixe é transportada por duzentos ou trezentos barcos chamados caravelas ou muletas que diariamente vão à pesca. De resto, as peixeiras que ali não têm a melhor língua que as de outros países distinguem-se pela sua limpeza e seus ricos adornos, pulseiras, cordões, anéis, cruzes, brincos, trazendo algumas joias no valor de mais de um marco de ouro.

Esta cidade não tem mais de três fontes de água potável. A sua distribuição faz-se por cargas em cima de burros, custando cada carga cinco soldos. O mau é que estas três fontes estão todas no mesmo bairro e isso origina correr-se o risco de ser enganado pelos aguadeiros, que para se pouparem a caminhadas vendem muitas vezes água de uma quarta fonte cuja água só é boa para os animais. Nesse receio a

gente abastada manda os seus criados acarretar a água.

Na vizinhança do Terreiro do Paço há uma rua onde estão instalados os confeiteiros, e esta rua tem uma particularidade; conquanto esteja ao nível do Tejo, que aqui é salgado, e não distando dele mais de trezentos passos, as casas têm ali poços de excelente água doce. As pessoas que vão ali regalar-se com doçarias, segundo é uso, bebem-lhe em cima desta água e os que a provam já não querem outra.

Não há gelo para no Verão refrescar as bebidas e neve, que tem de ser trazida de uma distância de setenta léguas é rara e caríssima. Usam-se, porém, umas pequenas e delicadas infusas feitas de barro muito abundante em Portugal, nas quais, postas ao relento, a água refresca maravilhosamente.

Muito embora os víveres sejam bastante baratos, as boas hospedarias que são quase todas francesas, inglesas ou holandesas custam os olhos da cara."

Outra obra de interesse na tarefa de nos informar sobre o modo como os estrangeiros observavam e comentavam os usos e costumes da sociedade portuguesa são *As Memórias Instrutivas Sobre Portugal* – 1723-1726, de Charles F. de Merveilleux.

O autor alarga-se em comentários sobre o cerimonial da Corte, louva a bondade do Rei, espraia-se em observações sobre o bizarro e cruel espectáculo que eram os autos de fé, no respeitante a coisas de comer e refeições afirma: "No dia imediato àquele em que tive a honra de ser admitido à presença de Sua Majestade, o secretário de Estado D. Diogo de Mendonça convidou-me a jantar na sua casa de campo. Casualmente encontrava-se lá o Patriarca de Lisboa. É um homem esbelto, moreno, cunhado do Secretário de Estado, que, segundo parece está casado com uma sua irmã. Quando Diogo de Mendonça entrou nos aposentos de sua mulher, pôs um joelho em terra e beijou a mão da senhora. Quem, perante estes usos, haveria de dizer eu esposos tão submissos e galantes conservavam suas mulheres fechadas a sete chaves e sujeitas a dura escravidão! Mendonça, porém, não era desses, pois não privava a sua mulher de uma discreta liberdade.

A refeição não foi tomada em família, mas apenas servida ao secretário de Estado e a mim. Constava de quarenta pratos, aqueles de que me servi estavam muito bem cozinhados. À entrada serviram manteiga fresca, coisa muito rara em Portugal, onde só se come manteiga vinda da Irlanda, que posta em Portugal sai por menos dois terços do que custa a fabricada nos arredores de Lisboa."

Nas suas viagens pelo País tirou apontamentos, num deles escreveu: "desde Abrantes até Lisboa o país é um paraíso terreal pela beleza dos seus campos cobertos de oliveiras e toda a espécie de árvores de fruto. Até ao lugar de Sacavém as aldeias quase que pegam umas com as outras, ribeirinhas do Tejo. Essa região não cede em fertilidade a nenhuma outra do mundo. Encontrei em Abrantes pêssegos maiores e mais formosos que os melhores de Coimbra, o que muito me satisfez, pois foram poucos os refrescos que tivemos durante as três semanas que durou a nossa incursão pelas serras, onde muitas vezes tive de caminhar a pé.

Um dia estando nós a jantar o resto das nossas provisões num lugar chamado Alhandra, entraram na pousada dois frades que chegaram atrasados e vinham cheios de fome. Ao que parecia tinham andado muito e haviam ocorrido algumas aventuras fradescas. A estalajadeira escusou-se a matar uma galinha para eles comerem, alegando ser sábado. Embora os frades afiançassem que a não a comeriam senão ao domingo, a estalajadeira negou-se a cozinhá-la, fosse por desconfiança da sobriedade dos frades, fosse pela preguiça da gente portuguesa. Os frades que não tinham conseguido nada da mulher, entraram bruscamente no nosso quarto e, sem qualquer vénia, deitaram-se ao pão, a um salpicão e a uma garrafa e puseram-se a comer com grande apetite, repetindo amiúde o voto para que Deus e S. Francisco nos dessem o céu. Nada nos ficou para o resto da viagem e ainda nos faltava muito até chegar a Sacavém. Sofremos em silêncio a grosseria dos franciscanos que enquanto tiveram de comer mastigaram na nossa companhia o mais que puderam. Tínhamos estendido no chão os nossos colchões para dormir, como é costume do país. Os frades depois de nos esgotarem os mantimentos refastelaram-se sem cerimónia num dos nossos colchões, dando-nos as boas noites. Evidentemente estas maneiras não nos agradaram, mas que fazer? Acomodámo-nos como pudemos, pois não desejávamos questões com esta espécie de pessoas que noutro país já estaria metida na ordem.

De manhã cedo partimos juntos e chegados a Sacavém. Ali encontrámos muitas dificuldades para comprar comida, pois a estalajadeira não quis dar-nos nada, embora lhe disséssemos que trazíamos fome. Enviei os meus criados ao lugar, os quais andaram de porta em porta sem conseguirem migalha, nem mesmo de uns ingleses ali estabelecidos com um armazém de vinhos. Tal dureza surpreendeu-me e encolerizou os frades. Pediram-nos estes que tivéssemos paciência pois sem demora haveríamos de ver como S. Francisco dá de comer aos seus filhos. Dirigiram-se à praça e aí pregaram com tal veemência que em menos de meia hora

vimos chegar diversos mantimentos, e em abundância. Quisemos pagá-los, mas os frades opuseram-se a isso. Deste modo graças às suas exortações veementes, tivemos sopa, carne, peixe cru e cozido e vinho em abundância. Tudo isto tinha efectivamente qualquer coisa de milagroso. Um dos frades que estava sofrendo de hemorroidas a ser obrigado a comer de pé. A estalajadeira ensinou-lhe um remédio que rapidamente o curou. Consistia a mezinha em introduzir no ânus lascas de melão. Tendo alguns dos meus acompanhantes o mesmo mal, curaram-se também com a mezinha que valeu ao frade. É este um segredo curativo que deu a conhecer com tanto e maior gosto quanto ele seguro e simples." Este episódio recorda a forma como dois frades franciscanos conseguiram convencer uma rapariga a dar-lhes o necessário para prepararem a conhecida sopa de pedra.

É em Sacavém que os ingleses armazenam os vinhos. Nuns tonéis mergulham paus de madeira do Brasil a fim de corar os vinhos, pois os vinhos portugueses são claros e ásperos. Também é a madeira do Brasil que lhes dá o mau gosto. O vinho português, porém, é naturalmente bom, leve, pouco encorpado. A má qualidade com que no-lo fornece provém do tratamento que os ingleses lhe dão, por só gostarem de bebidas adulteradas. Refiro-me, evidentemente aos ingleses do povo." O viajante enaltece a magnanimidade do rei para com os fidalgos, descreve o costume dos jovens viverem em mancebia e quando se casam a amante entrar num convento e todo o movimento masculino à sua volta e dá conselhos que devem ser seguidos pelos que visitem Portugal, de modo a viajarem sem grandes percalços na jornada. Considera e regista: "Quem chega a Badajoz com destino a Portugal é obrigado a trocar as moedas espanholas por moedas de ouro portuguesas. São cónegos que se dedicam a este câmbio usurário. Não é conveniente, porém, cambiar mais do que o estritamente necessário para a viagem até Lisboa e para pagamento da carruagem, tendo de haver o cuidado de não revelar com quanto se fica pois se corre o risco de ser traído pelo postilhão ou mesmo pelos cónegos, o que é tanto mais perigoso quanto é certo que depois de transposta a ponte sobre o Guadiana, já fora de Badajoz e nas proximidades de Elvas, é certo encontrarem-se uns mariolas que nos dizem insolências como se estivessem certos de virmos a abarrotar de moedas. Só nos conseguimos libertar de semelhante gente com palavrinhas mansas e uma boa moeda de prata. Ao vê-la, porém, acomodam-se, tornam-se amáveis e acabam por nos indicar delicadamente o melhor caminho para Elvas primeira praça-forte de Portugal.

Logo que se chega a Elvas, praça situada num cume bastante elevado, vêem-se

as fortificações que dominam a planície. Se esta praça fosse cercada, a sua artilharia podia bater tudo em redor. A cidade é grande e segundo me pareceu o seu recinto está defendido por sete ou oito baluartes. Além dos arsenais que guardam as munições necessárias à defesa, há também ali uma grande cisterna que creio ser a maior que existe em todo o mundo.

O abastecimento de águas à cidade faz-se por um magnífico aqueduto de grande altura. Elvas possui uma espécie de cidadela ou castelo fortificado com cinco baluartes, cada um dos quais um reduto interno.

Logo que ali se chega tem forçosamente de se mudar a maneira de viver. Aí as tabernas chamadas estalagens e, enquanto na Espanha existe a comodidade de o hóspede comprar o que lhe apetece e de preparar a comida a seu modo, em Portugal são os taberneiros que fornecem as refeições. Costumam eles cortar a carne aos pedaços antes de a deitar na panela, mesmo que seja apenas uma língua. Com isto fazem um caldo, mas tomado não apetece comer a carne assim cozida e migada. Se assam uma perna de carneiro, cortam-na em fatias que regam de azeite o qual escorrendo sobre as brasas faz com que o assado fique muito mal cheiroso. Mas não é tudo; dão também grandes golpes na carne, ao voltá-la no espeto, de maneira que todo o suco escorre para o lume, restando por fim uma pele seca." O autor prossegue comentando desagradado o serviço das estalagens existentes no percurso até Lisboa e a seguir a Montemor-o-Novo "atravessa-se um deserto penoso, coberto de mato rasteiro, cortado por diversos regatos. Existem ali coelhos em abundância que são caçados com furões; são óptimos quando assados depois de terem sido envolvidos em toucinho. O toucinho de Portugal e os presuntos de Lamego são do melhor que há no género e os enchidos e paios são excelentes e saborosíssimos." Já em Lisboa repete considerações sobre o grande número de frades, os seus apetites não só na da satisfação do estômago, muito facilitados porque podem entrar na casa dos senhores sem eles estarem presentes. Acrescenta: "Devo advertir os estrangeiros a serem muito circunspectos em aceitar convites de qualquer português, a retribuição lhes sairá muito cara, pois esta gente censura aqueles que os não obsequeiam à sua maneira. Assim se é altura de haver perus, será necessário um peru para cada convidado, e vi frequentemente portugueses que de uma assentada comiam uma perdiz, um frango, uma galinha, e nem por isso deixarem de fazer honras aos pratos restantes que enchiam as mesas. Em Portugal só se aprecia o assado e até a caça mais delicada, excessivamente assada ou cozida, quase reduzida a pó. Um peru deve ser cozinhado de forma a poder ser partido com os dedos.

Usam comer o cozido depois do assado. As sobremesas preferidas são o manjar branco, geleias, gemas de ovos revestidas de açúcar tal como em França o são com sumos. Os doces líquidos tomam-nos à colher e num abrir e fechar olhos ingerem uma libra deles. Em cima, bebem água e depois voltam a comer outras espécies de doces. Não sabem o que são saladas, cebolinhas e outros aperitivos. O melhor dos seus doces secos é quanto a mim a abóbora coberta. Gostam muito de framboesas e de groselhas, que não se cultivam em Portugal. Uma caixa de doces de Dijon como l'Épine Vinette sem galhos é neste país um presente muito apreciado.

Raramente nos dão em Portugal copos bem lavados. A apresentação da mesa não é má, mas os portugueses ignoram as boas maneiras e servem os seus convidados com os dedos que acabaram de meter na boca."

O viajante César de Saussure escreveu cartas em Lisboa no ano de 1730. O autor, no que tange a usos e costumes alimentares, começa salienta que os fidalgos possuem "soberbos palácios, ricamente mobilados, numerosa criadagem, várias carruagens e muitos cavalos. A mesa, porém, e outras despesas menos públicas não correspondem a este aparato. Aos criados para alimentação e soldada não dão mais que alguns reais por dia e os próprios amos se alimentam muito frugalmente, contentando-se com dois pratos; arroz como parte obrigada, galinha, carneiro e alguma fruta. Em geral o português é sóbrio quer na bebida quer na comida. Um inglês à sua conta come mais carne de açougue e bebe mais vinho que quatro ou cinco portugueses juntos."

"Os recipientes de barro por onde bebem têm um cheiro a que não posso chamar mais que fedor. Eles gostam e acham que dá à água um sabor agradável. Têm o costume de deitarem fora as taças quando perdem o cheiro. Frequentemente as mulheres portuguesas comem nas taças de barro por onde beberam.

Têm uma grande falta dos pequenos prazeres da vida. Não têm tenazes nem foles, nem tanto quanto o apelativo nome *Jack*, que somos forçados a descrever-lhe dizendo que é uma máquina com rodas e roldanas. Por isso os ingleses mandam via da Pátria as suas cadeiras, mesas, canapés, castiçais. E todos os utensílios que fazem faltam numa cozinha. Já estava havia algum tempo no País quando consegui arranjar meio quilo de café e nunca consegui arranjar Hartsborn (carbonato de amónia obtido por raspagem de chifres de veado e que é usado como fermento para bolos e sopa. Tem qualidades fortificantes). Põem uma quantidade excessiva de fermento no pão e não o cozem até ao fim."

As largas transcrições dos "remoques", elucidativos do modo como nos alimentávamos, a forma como nos comportávamos à mesa, a maneira de cumprirmos as regras de civilidade e etiqueta só podem desagradar a espíritos atolados em vesgo nacionalismo, as observações de cinco estrangeiros que visitaram e estiveram durante algum tempo em Portugal na primeira metade do século XVIII, valem ao modo de fotografia de acontecimentos e usos em vigor ao tempo, logo a caracterizarem sociedade de então sem peias ou receios, apesar de a Inquisição continuar activa. A autenticidade dos relatos pode causar algum desconforto aos atreitos a enfeitarem a realidade, só que tais observações que considero remoques reproduzem factos. E, contra factos...

Estas observações longe do pessoalismo localista, regional ou nacional, põem a nu a sempre evidente argúcia no não vender as fêmeas (caso das frangas, ovelhas e vitelas), dado serem essenciais à reprodução, o aproveitamento das ervas aromáticas, bolbos e raízes, as diversas formas de preparar os comeres incluindo o imprescindível peixe nas diversas cozeduras, fumado e seco. Todos são unânimes nos elogios à saborosa carne de porco, presuntos e enchidos.

A severa crítica às estalagens continua e irá continuar, as diferenças entre a nobreza e o povo são evidentes, o cumprimento por todos dos jejuns preceituados era regra. Na Quaresma os frades substituíam a manteiga e o açúcar pelo leite com amêndoas, no entanto, persistia o uso imoderado dos grãozinhos brancos. No patamar da arte de cozinha de matriz senhorial há grandes transformações, fruto da contratação de cozinheiros franceses que trouxeram novos métodos e saberes a postergaram o receituário de Domingos Rodrigues.

De todos os cozinheiros, o mais célebre foi Vicent La Chapelle, que oficiou para o Rei e além de nos ter deixado a obra *Cuisiner Moderne*, editada em Londres, inventou o conhecido "molho à espanhola". Sem margem para dúvidas, a cozinha da realeza afrancesou-se, o dito cozinheiro real, por isso mesmo, teve larga influência na nata da nobreza e comerciantes, levando a alterações no receituário tendo originado significativo recuo no uso de especiarias, a provocar a diminuição do seu comércio. De salientar o facto de que de moda passou a reiterado hábito de os mais abonados beberem chocolate e café, introduzido em Portugal na categoria de medicamento na segunda metade do século XVII, ganhou adeptos como bebida. Em 1731 chega a Lisboa, proveniente do Brasil, o primeiro carregamento de café. O chá é outra bebida em ascensão nas classes elevadas bebe-se na companhia de fatias — pão e torradas -, biscoitos e outros doces, é justo recordar o papel da rainha portuguesa

D. Catarina na difusão do chá na corte inglesa, desditada mulher de Carlos II que a maltratou quanto lhe foi possível.

A avareza de conforto, a falta dos denominados prazeres da vida era a realidade de um País periférico no contexto europeu, mas que foi ganhando o gosto por eles através da crescente implantação de comunidades estrangeiras, com destaque para a inglesa que muito moldava e determinava.

Não fosse o receio de aborrecer o leitor, acrescentava-se outras narrativas de viajantes apostados em registar os nossos hábitos, em contraste com os das nações de onde procediam, mais pícaros uns, menos outros, alguns deles cheios de exclamações de espanto ante o comportamento masculino em relação à mulher, aos modelos de convivialidade à mesa, hábitos de higiene e quase todos a salientarem o "sentar à mourisca" das mães e suas filhas. Saliente-se nessa perspectiva *Viagem a Portugal*, de Carl Israel Ruderes.

O Anatómico Jocoso

Pela tonitruante crítica aos dislates e falta de cuidados na higiene, nas casas e no tratamento dos alimentos, o desastrado comportamento dos reis e alta nobreza na altura de tomarem as refeições, D. Afonso VI gostava de comer deitado na cama, D. Pedro II tragava troços de carne onde calhava, tão bem apontados pelos viajantes estrangeiros, no ano de 1754, é dado à estampa o *Anatómico Jocoso*, obra em três tomos repleta de notações acerca de comeres e beberes confeccionados na época, na qual eram zurzidos ferozmente os "ditozos alarves que haí vos fartais por essas mesas, empanzinando essas barrigas, e fazendo como hinos tambores essas panças. Tambores digo, porque tocais a marchar, não com vaquetas que tocaõ, mas com vacas que se mastigaõ: pois vaquetas fieis saõ aquelles páos, com que se tocaõ os tambores. Ó vós outros, torno a dizer, lobos da olha, cegonhas do presunto, e corujas do caldo, que andais por esse mundo, vivendo na estúrdia da contingente fartadella."

E continua a azorragar os glutões: "Vós, que assim vos fartais, abrindo essas bocas para o bocado, sem nunca as abrires para o agradecimento; oh progénie ingrata, lambazes à tripa fôrra, e comilões a gaudere, sem a mais pequena attençaõ, sem a menor cortezia com as personagens; que vos põem consigo à mesa! Assim succede (quanto ao principal da galhofa) assim sucede à pontual Sopa, ao diligente Assado,

ao infallível Presunto, e ao venerável Vinho; que saõ os quatro elementos, com que respira, vive, e dura o esférico mundo da vossa barriga. E por ventura abristes algum dia a boca do estomago para lhes agradecer este benefício? Ora, para confusaõ vossa, escutai o que deveis a estes nobres, e benévolos elementos, e ficareis com a boca aberta pasmados, como sempre estais de famintos, e vamos:

A pontual sopa. Pontual sopa? Sim; porque ella he a que nunca falta: ella na mesa a primeira, ella no banquete, e sempre terna. E que sucede à sopa para vir a cumprimentar-vos na mesa? Ora vede: para nascer, se sepulta na terra; a pedra da sua campa he a bota do vilaõ, que a enterra. Vive ensopada do Inverno; morre chamuscada do Estio: dalli passa, a maneira de cadaver, a ser pisada na eyra, moída na atafona, ralada na peneira, espancada no alguidar, queimada no forno, encarcerada no armario, ate que finalmente, despedaçada na sopeira, triunfa de tanto martyrio coroada com a capella do cheiro.

Vêde o que custa a esta pobre senhora o vir a servir-vos de pratinho na mesa, e a generosidade, e presteza, com que se oferta: por mais que a maõ a esquarteje, o caldo a escalde, o presunto a pize, nada a atemoriza; ella he a primeira, que chega. Oh soberana sopa! Tu es o guiaõ da mesa; tu es o pregaõ da olha; tu es o sargento dos guizados, tu es a primaz dos gotgomilhos: tu finalmente es o postilhão do paladar, que desces ao paço do estomago a dar a nova de que o banqueta he chegado...

Ao diligente assado. Diligente digo, porque nenhum chega com fogo, ainda que naõ só o traz no rabo, mas também se lhe sente no peito. Grande prato, meus commilittons, que em Latim querer dizer companheiros! Grande prato! Porque assim como para os Astrologos ha conjunçaõ maxima de Planetas; assim para os lambazes he esta a uniaõ maxima das viandas. Alli vem a perdiz a peito descoberto; alli o perû, que, apezar do nome de velho, nenhum mais bem córado; alli a gallinha oferecendo o recheido bucho para o cheio do prato; alli o cazal de frango, e franga, deixando talvez faminta a enfermaria, por augmentar a fartadela da venturosa pança: alli finalmente a rola sem gemidos, e a pomba sem arruhos; porque isso foi passar da pena dos poetas à navalha das cozinhas.

Mas afastem-se todos, que chega o general dos assados; chega o lombo, taõ nobre, que tem por epîteto o branco: chega o lombo, que, sahindo da Porcalhota, intenta dar comsigo na Fonte da pipa. Mas oh desgraça do prato limpo, e do guardanapo dobrado, que não merecemos a generosidade deste cavalheiro, mais que o tempo de dous mezes quanto muito! Porque, estudando a brevidade da rosa,

perde tambem entre as espinhas a vida, com a lastima de o vermos triunfado da bateria do feijaõ saloyo, do assalto do bacalháo hiberne, e, quando he mais nobre o adversário, do savel reumoso; inda melhor, do salmaõ Genovezino, mas alto, naõ haja lagrimas, que dos seus fogos passamos a melhor…"

"PRESUNTO. Infallivel Presunto digo, porque elle he a alma da mesa, coracaõ da boda, e a vida da galhofa, desde o Cavalheiro mais caprichoso, até o mais mofino serralheiro; huns o comraõ, outros o acclamaõ, e finalmente todos o suspiraõ: inseparavel companheiro do divertimento mais escasso, da merenda de menos estofo, e do almoço de menos vulto, o levaõ sempre comsigo, o bandarra no lenço; a guapa no guardanapo; o estudante no papeliço; o oficial na algibeira; a beata na manga; a regateira na giga: sem haver alma Christaã, que naõ reconheça as grandes virtudes, e singular prestimo, que a natureza depositou naquele original bocado. Oh amado, ohbemquisto, oh guapo, e estupendo presunto!…

Fallámos em copo? Aviçaras, oh lambazes do prato, he chegado o veneravel vinho! Veneravel? Sim; porque, sem o estranhar o Tribunal mais sezudo, posto que nem sempre veste o roquete nativo, ainda atéqui o naõ voraõ sem bago; mas esta matéria pede mais alto cothurno, para o nosso assmpto só o quero leigo. Oh se para ponderar o seu credito estivesse agora de vez o discurso! Porque faltar às glorias do seu timbre, será grosseira e inormidade, quando sempre se costuma fazer a razaõ com elle. Mas trabalhoso emprego de escrever as circunstancias natalícias de hum Principe taõ generoso, que talvez veste a purpura no berço, quando forçosamente ha de tropeçar a penna nos desdouros da sua Nobiliaschia; sendo o seu Nobiliario taõ notório, que tem parte de bastardo, e parte de mourisco, bastantes a inficionar augua, que participa de galego.

Nasce enfim o vinho florescente, mas ja taõ robusto, e forte, que em sua mãy se explica o parir, por arrebentar; assim para o dar à luz se encosta em hua cana, como se ja o fosse afeiçoando à canada: de primeiros cueiros lhe serve a parra, donde parece que ja se destina à parrilha: ja encorpado começa a ser perseguido, a que resiste como o mais pintado: mas por mais que se guarneça em Castello de Vide, hai o alcamça o mais maroto, e desmedrado canivete, adormecidas talvez na barraca as cautelas da menos astuta sentinela: assim cresce desgraçado, que os que mais o trataõ, saõ o que mais o cortaõ; passando taõ assustada a vida, que ainda estando no seu parreiral, está à dependura: mas a pezar do arriscado vai crescendo ligeiro, assim na corpulencia, como nas forças, taõ certo como ha vinhas; prometendo-se taõ industrioso, que se lhe conhece o prestimo ainda no decepado; passa assim

povoador dos campos, até que cahindo em mãos dos rústicos, sem haver quem lhe valha, ao passar pelos pégoens acaba a vida. Mas oh Feniz dos licores, que adonde agonizas morto, ressuscitas vinho; e passado à urna da pipa, não te faltaõ os aromas panchatos na mexa!"

A transcrição pode parecer extensa, mas não é se tivermos em conta a obra estar dividida em três tomos encorpados. De qualquer modo, o transcrito é alfobre de conhecimento das técnicas culinárias exercitadas na confeção da sopa, no apuro do assado, a polivalência substanciosa do presunto e os trabalhos em cadeia conducentes a das uvas se fazer vinho. A sopa, nas suas inúmeras variantes, inicia as refeições ao tempo, os assados também são primordiais, tal como é o presunto e a bebida preferida é o vinho.

A sopa – molhar a sopa – é tão antiga como a dominação do fogo, aguada ou grossa representa o essencial das refeições de grande parte das populações, mormente as de menores posses, além do valor nutritivo, a sopa ou o caldo consolava e consola os estômagos de todos, em particular das gentes rurais.

A descrição das virtudes sápidas dos assados é tão vibrante quanto as ferroadas aos avessos a terem maneiras de decurso das refeições. No mesmo tom, a exaltação do "benemérito" e saboroso presunto, alimento de eleição, pena os pançudos não repararem na utilidade dos guardanapos. Nada escapa de anormal no crivo do Anatómico, atente-se no elogio ao vinho e na condenação dos dados a sangrá-lo e a praticarem outras malfeitorias à excelente bebida, de transbordante acuidade nos hábitos dos portugueses de então, fosse nos dias de apagamento, fosse nos de convivialidade.

Até à tomada da Bastilha

A morte de D. João V levou à ascensão ao poder do valido Sebastião de Carvalho e Melo. O panorama era sombrio, não faltavam diagnósticos, a real realidade dizia que estávamos enfeudados à Inglaterra, tudo vinha de lá, a robusta verdade era: o País, quanto muito, produzia cereais para um sexto da população.

O diplomata ascende ao cargo de primeiro-ministro e vai governar com mão de ferro durante vinte e sete anos. A sua governação atingirá todas as estruturas do País, o turbilhão de reformas consagrará o rei D. José com o cognome de o Reformador. O rei melómano, caçador e amante de leitos alheios preferia divertir-

-se a consagrar tempo aos trabalhos da governação. Ele confiava no futuro Marquês de Pombal e este, nas suas andanças diplomáticas aprendeu a lidar com a realeza, daí saber onde podia chegar a sua acção (enorme) e não hesitou em exercê-la contra a alta nobreza que detestava, os jesuítas, e restantes opositores.

O ouro e os diamantes do Brasil, a prata da Casa da Moeda, mais o dinheiro do Cofre do Donativo (receitas após o Terramoto) possibilitam a funda, forte e feroz acção de Sebastião.

No tocante à satisfação alimentar prevalece a dualidade reinante há séculos, os donos de bolsas recheadas e os sem bolsa. Em Lisboa, por alturas do terramoto, os nobres e a burguesia nascente compravam o pescado de maior custo (linguados, raias, grandes peixes-espada), enquanto à entrada das tavernas escuras, empestadas pelo cheiro de peixe assado na brasa, as mulheres colocavam fogareiros a fim de assarem sardinhas em chapas de metal. Os taberneiros amealhavam lucros vendendo avantajadas gamelas com fressura e favas alhadas. Os casqueiros e os pães de milho apresentavam-se enrolados em panos. Vinho e aguardente tinham bastante procura nas tascas de então.

Na corte prevaleciam os comeres gordurosos e açucarados, causadores da gota. No casamento da filha de Sebastião José serviram-se "grande cópia de doces e música italiana", ao baile assistiram os Távoras. Os doces nunca podiam faltar, na cerimónia de apresentação do projecto de construção de edifício destinado à Ópera "quatro lacaios de libré vermelha, e cruz de Cristo ao pescoço, serviam chá e doces."

Nos anos subsequentes, as regras de civilidade e etiqueta passaram a ser entendidas como norma, os fidalgos almoçavam com garfo e faca.

A população de Lisboa em 1774 atingia os 300 000 habitantes, a sua alimentação estava dependente do estrangeiro, repare-se: o "trigo ia de França, os legumes secos da Holanda, carne de Marrocos, arroz do Levante, manteiga da Irlanda e queijo da Inglaterra". O abastecimento de trigo dependia da feição dos ventos e marés. Uma libra de bacalhau custava nove soldos, valia a sardinha ser barata, um cento custava entre quatro a cinco soldos. A criação e a caça enriqueciam a dieta dos …ricos. O caldo de galinha era servido no começo da refeição e quando o serão ultrapassava o habitual, a canja assumia a condição de reconfortante. O primeiro-ministro, avesso a mundanidades, vangloriava-se de na sua quinta de Oeiras produzir bons melões, nabos, cenouras e maçãs e vendia o "que não se podia comer, mesmo os frutos do laranjal", diz-nos Suzanne Chantal em *Portugal ao Tempo do Terramoto*.

Os pobres comiam galinha, velha, quando estavam doentes e as mulheres pariam, no mais, o indispensável pão durante o dia, à noite caldo de hortaliças, ou de azeite, nos quais migavam grandes carolos de pão, arroz e peixe fresco ou seco. No resto do País os camponeses tinham melhores possibilidades de enriquecerem as refeições: ovos frescos, hortaliças, carne de porco, fumeiro, fruta verde e seca, nas terras de Trás-os-Montes e Beiras a castanha além de ser comida cozida, assada, frita, crua e seca é moída e da sua farinha misturada com a de centeio fazem pão escuro, pesado e adocicado. Dos rios tiravam barbos, bogas, bordalos, lampreias, trutas e no rio Minho pescavam-se gordos salmões. Nas serranias, matas e charnecas havia caça de pêlo e pena. A nobreza tinha na caça o escape face às restrições impostas pelo Marquês, além dos fidalgos de alta estirpe terem sido dizimados, os sobreviventes não se podiam ausentar para o estrangeiro sem licença. Viviam num pântano de dívidas, apesar de serem grandes proprietários, continuavam a suportar elevado número de criados, estes passavam os dias a afugentar os numeroso pedintes e as matilhas de cães e comiam consoante as disponibilidades dos amos. Na maior parte das casas da nobreza punha-se uma mesa na cozinha ou na copa para a sopa dos pobres, nas casas de alguns os cozinheiros eram italianos, os quais "dirigiam um grupo de moças e moços de cozinha, ao passo que, à mesa, reinavam o mordomo, os chefes de mesa, os copeiros". Todos os elementos da criadagem se sentiam felizes "na cozinha de tecto baixo, de lareia esbraseante, onde as pessoas se adaptavam à luz incerta das velas e dos candeeiros de cobra, num zunzum de guitarras e de ladainhas, no cheiro forte dos presuntos defumados, dos queijos de casca oleosa, da caça a sangrar do bico, dos frutos que fermentavam nas seiras", relata Chantal.

O comportamento à mesa da nobreza e burguesia altera-se para melhor, muito por causa das inovações relativamente ao modo de preparar e cozinhar e apresentar os alimentos. A face mais visível da mudança é Lucas Rigaud, que após chefiar a bateria de cozinheiros e pasteleiros das cortes e casas abastadas de Paris, Londres, Turim, Nápoles e Madrid vem para a corte portuguesa e em 1780 publica Cozinheiro Moderno ou Nova Arte de Cozinhar, obra marcante na ruptura com um estilo de cozinha prisioneira da ortodoxia nas cozeduras com molhos grossos eivados de gordura animal e o excessivo emprego de especiarias. O livro de Riguad coloca a ênfase no massivo recurso aos aromas campestres, trinta e sete receitas, das ervas aromáticas no enaltecimento dos pratos de peixe e mariscos, oitenta e oito receitas de peixe, vinte e quatro de mariscos, carne de vaca e de vitela, trinta e sete de vaca, quarenta e cinco de vitela e no desvalimento das já referidas especiarias, da carne de

porco, apenas cinco receitas, e de borrego, cabrito e carneiro, vinte e nove receitas. Naturalmente, o destaque vai para as receitas de aves e caça, oitenta e três de aves, setenta e seis de caça.

Entre 1778 e 1779, Arthur W. Costigan deambulou por boa parte de reino, esteve em Beja, Castelo Branco, Castro Marim, Elvas, Évora, Juromenha, Mértola, Porto, Vila Viçosa, com a missão de visitar e inspeccionar guarnições militares. Do comido e bebido deixou impressões onde as maneiras à mesa e as iguarias servidas não tinham sofrido alteração, continuavam as velhas práticas e técnicas, num caso e noutro a contrariarem o progresso introduzido por Rigaud na corte de Lisboa. Dali a dez anos, no dia 14 de Julho de 1789, dá-se a tomada da Bastilha.

A Idade Moderna chegava ao fim.

Capítulo V

A Idade Contemporânea

Não sou difícil: contento-me com o melhor.

Winston Churchill, 1874-1965

A Revolução francesa e a afirmação do Restaurante

O triunfo revolucionário além de acarretar o fim do Antigo Regime produziu um enorme pavor em todas as cortes europeias e ondas de choque nas classes dominantes, a nobre e os dignitários eclesiásticos. O grande medo aterrorizou a alta nobreza especialmente no decurso da presença dominante de Robespierre, que, para lá do incessante frenesim de cortar cabeças vítimas da lâmina afiada da guilhotina, alterou a organização social francesa e influenciou as sociedades dos países limítrofes, num primeiro plano, de Portugal mais tarde, dada a sua condição de País periférico.

As grandes casas da nobreza viram-se despojadas da magnificência, levando ao despedimento massivo dos chefes de cozinha e suas brigadas onde oficiavam.

No livro *A Invenção do Restaurante*, Rebecca L. Spang inventaria a sucessão de acasos e certezas que levaram à invenção do restaurante – espaço onde se servem refeições no prato ou à lista, a preços fixos e em horário determinado –, que

principiou por ser um caldo para *restaurar* foças no século XVI, até aos dias de agora. Desse alimento restaurativo, um "caldo rico, forte capaz de restaurar forças", assim se manteve até ao século XIX. Não por acaso, em 1766, Rose e Pontaillé abriram uma "casa de saúde" em Paris, e "o primeiro restaurante digno desse nome foi o que Beauvilliers, fundou em 1782, na rua de Richelieu, com a designação de "Grande Taverne de Londres", proclama a Bíblia gastronómica, entenda-se o *Larousse Gastronomique*. A principal novidade neste restaurante era servir "a horas fixas, em pequenas mesas individuais, pratos que constavam de uma lista". Até ali, mesmo em Paris, apenas se conseguia comer em Albergues e Tabernas. A institucionalização dos restaurantes deu-se vertiginosamente no rescaldo da Revolução Francesa, quando convergiram para Paris centenas de cidadãos a precisarem de um local onde pudessem comer. Por seu turno cozinheiros, e serviçais de cozinha viram-se sem ocupação e a união dos contrários está na origem de tal expansão. Os restaurantes setecentistas e oitocentistas contribuíram de forma decisiva para a formação do gosto, elevando a cozinha francesa à categoria de alta-cozinha, nas suas variantes regionais, criando um nacionalismo gastronómico gaulês como se comprova no predomínio da língua de Racine nas redacções das ementas, que mesmo nos dias de hoje restaurantes famosos o fazem.

A cozinha francesa apurou-se desde a vinda de Catarina de Médicis para a corte francesa e aqueles que temeram o seu definhamento ante a eclosão global de outras cozinhas podem estar descansados, porque os seus chefes e cozinheiros continuam a evidenciarem talento de raízes fundas e renovadas.

Morte aos franceses

No dia 21 de Janeiro de 1808, a família real aporta no Brasil. A invasão de Portugal pelas tropas napoleónicas comandadas por Junot é a causa da precipitada fuga. Com efeito, a 17 de Novembro do ano anterior os franceses chegam a Castelo Branco, penetraram pela fronteira de Segura, esfarrapados, famintos e molhados até aos ossos dado a chuva diluviana cair sem cessar.

A marchas forçadas, as tropas francesas alimentam-se de bolotas e mel. A ementa provoca-lhe violenta diarreia, morrem alguns. Em Sobreira, cada soldado recebe dois punhados de castanhas, passam por Cortiçada (Proença-a-Nova), Mação, Penhascoso e Abrantes e a 30 de Novembro chegam Lisboa. Um dia antes, a rainha, o príncipe regente e demais família real embarcaram para o Brasil debaixo

da protecção dos canhões ingleses.

O comandante dos invasores tinha assegurado nada ir acontecer aos portugueses, esta será a causa da passividade por eles encontrada, puro embuste: pilhagens, destruições, violações perpetradas pela soldadesca foram inúmeras, os oficiais dedicaram-se ao roubo de objectos preciosos vandalizando igrejas, palácios, casas solarengas e paços, O general Junot exigiu aos moradores de Abrantes doze mil rações, doze mil pares de sapatos e trinta mil cruzados. Em a *História da Guerra Civil*, Luz Soriano descreve essas e outras horrorosas maldades.

As sequelas da invasão agravaram a crise no País que, se já era muito feia, mais feia ficou, tudo regrediu, a agricultura paralisou, semear para o invasor colher não tinha lógica. A paralisação aglutinou as artes e ofícios, resultado: falta de géneros e a existência de milhares de homens sem trabalho.

A fome reinava dando azo a tumultos, motins, lamentos, doença e morte. Livros de memórias, romances, documentos de vários teores e testemunhos de vítimas contam-nos o tremendo pesadelo que se abateu sobre a Nação. Poucos escapam à ingente penúria. Só os afrancesados, gente nobilitada, ávida de honrarias, amiga da moleza e pouco escrupulosa, as tropas ocupantes e a "corte de el-rei Junot" vivem à grande e à francesa, enquanto o povo procura sobreviver encerrado na angústia.

Os generais e outros oficias franceses tornam-se notados pela gula de tudo, bem suportada através da satisfação do apetite. O cruel maneta Loison intimou o corregedor de Alcobaça a fornecer-lhe no princípio de cada semana, só para seu consumo, doze garrafas de Vinho do Porto, doces de qualidade, duas ou três garrafas de vinho da Madeira, seis arráteis de velas de cera, uma boa provisão de café, seis galinhas, três perus, dois presuntos, manteiga, seis dúzias de ovos, um pão de açúcar e doze arráteis de açúcar ordinário.

Das invasões, sofremos três, herdámos um rosário de contas para pagar, monumentos religiosos, militares e civis esventrados, saqueados, um rasto de destruição massiva, milhares de mortos, centos deles picados pelas baionetas e fuzilados, um cortejo de alucinados, aleijados, estarrecidos e desonrados pela violência dos invasores que também se compraziam na violação das mulheres.

À tremenda desgraça caída nos ombros dos portugueses soma-se uma epidemia de tifo exantemático, exterminador durante os anos de 1808 a 1811, a ceifar mais mortos do que a guerra. As negras colheitas nos anos de 1810 a 1813 aumentam a ruína. Tudo se conjugou para o povo padecer grave sofrimento e calamitosa vivência,

uma autêntica não vida. Hordas de meninos passeiam-se nas ruas de Lisboa e outros centros urbanos à procura de alimento, pedem esmola e estão atentos às distracções dos adultos. As famílias numerosas lastimam, não sabem onde arranjar comida para a prole, há quem venda os filhos, a vida está caríssima em Lisboa, uma dúzia de ovos custa quatro vinténs, a carne cem réis o arrátel, o leite trinta réis o quartilho. Viver no resto do reino é uma mistura de entreajuda, de descoberta e segredo sobre a existência de alimentos, rebusco de batatas, castanhas, bolotas e frutas caídas ou existentes nas serras e matas.

Honrar a secular aliança com os ingleses custou um preço altíssimo à generalidade das populações. A guerra gerava a destruição das poucas e instáveis infraestruturas, em frente a Santarém, as tropas inglesas bombardeavam com foguetes os franceses e queriam incendiar a ponte sobre o Tejo.

O fugitivo soldado inglês Dodd, também gostava de derribar a estratégica ponte, mas como o fazer? Ele, cogita e pensa: "Santarém era bem visível, com os armazéns instalados ao longo do cais. Distinguiam-se vários milhares de homens, à noite (de tal modo estava a cidade repleta) haveria homens a dormir em volta do material, por debaixo, por de cima, por todo o lado. Chegou com relutância à conclusão que se tratava de uma tarefa impossível — pelo que, de momento, lhe era dado a julgar. Era impossível penetrar em Santarém e incendiar a ponte. Talvez pudesse ser feito por um homem disfarçado; mas, despir o uniforme troná-lo-ia espião, sujeito a ser condenado à morte por espionagem, e Dodd, com as suas habituais noções de honra militar, recusava-se a admiti-lo embora soubesse que se os franceses o apanhassem dentro dos seus aquartelamentos davam-lhe logo um tiro ou enforcavam-no."

O soldado Dodd não conseguiu penetrar em Santarém, onde se amontoavam os franceses e o seu material de guerra. Prosseguiu a marcha, sofrendo as inclemências do tempo e tropeçando nas cepas, pois as vinhas encontravam-se submersas. Sem desfalecimentos prosseguiu, comendo aqui e acolá, até encontrar o seu regimento empenhado na caça aos franceses até à sua expulsão.

Porque as cartas gastronómicas devem assinalar acontecimentos de relevo respeitantes a tudo quanto influa na vida das populações – produção e reserva de alimentos, sua confecção, hábitos de comensalidade e convivialidade –, estes os mais notórios, seria estranho não se fazer referência às invasões francesas nesta Carta Gastronómica da Lezíria do Tejo. As considerações acima expendidas são eloquentes demonstrativas das aludidas referências.

"Comemos, conversámos, falou-se política, falou-se de literatura, falou-se de Santarém (...)"

Almeida Garrett, Viagens na Minha Terra

Dois poetas gastrónomos, um historiador agricultor e produtor de azeite

*William Beckford

O excêntrico poeta pode ser considerado como pioneiro do *Grand Tour*, tornado frequente a partir do século no século XVIII, no seio da aristocracia e alta burguesia para quem as viagens serviam de lenitivo à rotina pardacenta do clima inglês. É que a matricialidade do *Grand Tour* é inglesa. A ideia assenta na procura da aventura, do desconhecido, do inabitual, fundamentalmente na Europa. Os viajantes e perscrutadores "aventureiros", não tanto, pois fora do continente europeu os perigos de maus encontros eram reais e perigosos.

Ora, William Beckford bem-nascido e melhor provido de cabedais, extravagante, poliglota, glutão de colecções artísticas e de bibliotecas, esbanjou alegremente os réditos de uma fortuna colossal, na altura do seu falecimento restavam-lhe 80 000 libras esterlinas. Poeta de enorme talento, escandalizou a sociedade de então, exibiu vaidades, viajou por prazer e por obrigatório apagamento da sua pessoa. Entre 1777 e 1799 passou largas temporadas junto de nós. Ao gosto da época, os sibaritas ricos viajavam em busca de cousas insólitas, escreviam acerca de tudo quanto lhes parecia de relevo dentro dos seus parâmetros estéticos. Beckford é um dos máximos expoentes da tribo de passeantes bem-nascidos. Os seus escritos respeitantes a Portugal têm o acicate de descreverem os altos círculos do poder, onde se movia bem. Na narração da visita que fez aos Mosteiros de Alcobaça e da Batalha, realizada entre 3 a 14 de Junho do último ano da sua presença em Portugal, o fino observador britânico deu-nos a sua visão de um mundo rural pontilhado por

flores nas margens dos rios de águas cristalinas, pejados de peixes a proporcionarem alegrias aos pescadores, campos polvilhados de árvores citrinas e outras, péssimas estradas, povoações compostas por conjuntos de cabanas onde viviam pobremente os camponeses.

Entusiasma-se com a monumentalidade do Mosteiro de Alcobaça, a grandeza da cozinha, impressionam-no as montanhas de carne e caça à espera de serem preparadas; "a grande quantidade de legumes e fruta de toda a espécie. A seguir a uma fila de lareiras, estendia-se outra de chaminés, e nas mesas via-se farinha de trigo em montes, branca como neve, pilhas de açúcar, potes do mais puro azeite, e grande fartura de massas, que uma numerosa tribo de irmãos leigos e de serventes estendia e modelava em cem feitos diferentes, enquanto cantava tão jovialmente como cotovias num campo de milho. Depois da visita o ilustre hóspede foi descansar e só voltou a aparecer na altura de o Dom Abade em pessoa lhe bateu à porta do quarto para o acompanhar à sala do banquete..."

Realça: "na magnificente sala, via-se uma enorme mesa coberta com uma toalha de linho bordada e franjada; em volta quatro pesadas poltronas para o convidado de honra e os três prelados. O banquete propriamente dito compunha-se não só do que há de melhor na cozinha tradicional, mas também de iguarias raras e especialidades fora de época e de países longínquos, enchidos deliciosos, lampreias em conserva, manjares exóticos dos Brasis, e outros da China ainda mais estranhos (ninhos de andorinha comestíveis e barbatanas de tubarão) confeccionados à moda de Macau por um irmão leigo chinês. Quanto a doces e frutas não era aqui o seu lugar, esperavam-nos numa sala adjacente, ainda mais espaçosa e sumptuosa, onde os eflúvios das iguarias e molhos não nos alcançavam. Levantada a mesa, quatro noviços de bela figura, rapazes de quinze ou dezasseis anos, cuja modéstia roçava a afectação, trouxeram perfumadores de filigrana de Goa, que exalavam vapores aromáticos de calambá, a mais fina espécie de lenho de aloé." Tão opíparo banquete digno de refinados gastrónomos debaixo do signo de Rabelais, só por si permite elaborar-se bem sustentada lição relativa à história de produtos de quatro continentes, preparações onde surge a subtil e sofisticada arte culinária chinesa, a ligação entre a cozinha tradicional e a exótica, a estridência doceira, além das decorações da mesa, etiqueta, acrescida do delicado defumar do ambiente. O autor de Vatek, deslumbrou-se! As suas anotações contrariam a ideia generalizada de em Portugal não ter existido cozinha de alta classe.

No referente a vinhos, o seu médico pessoal, o Dr. Eharht, apreciava-os

copiosamente, afirmava ser de óptima qualidade o vinho bebido durante a visita ao Mosteiro da Batalha, o cozinheiro francês chegou a ponto de dizer que o Clos de Vougeot não passava de zurrapa na comparação com o *Aljubarrota* "vinho etéreo, perfumado *Aljubarrota*!". O leitor fará o favor de reparar na presença e falas do seu médico e cozinheiro pessoais. Coisa de nababo!

No sexto dia da estadia ocupou a manhã a ver preciosidades, passeou e atravessou uma aldeia, vagueou à procura e encontrou o que procurava: uma casa onde estava enclausurada uma ilustre dama por ter cometido pecados, vivia entregue à devoção, guiada pelo director espiritual, na realidade o seu operativo vigilante. A Senhora ali gastava os dias, e disse-lhe: "primeiro esta casa e este jardim, um belo jardinzinho – olhe só estes lindos cravos amarelos. E estamos muito felizes com a nossa vidinha, totalmente entregues à devoção, guiadas pelo nosso incomparável director espiritual. Graças a ele, nada nos falta, nem mesmo as coisas deste mundo. Veja que fruta! E que ricos doces! Que apetitoso presunto de Melgaço! Olhe-me estas cestas!"

Na despedida agradece e exalta a hospitalidade do Grão-Prior, não esquecida, mas entendidas as causas da primeira refeição se resumir a uma caldeirada dos peixes que o seu afamado cozinheiro considerou "boa apenas para gente esfaimada, naufragada numa ilha deserta." Este cozinheiro, de nome Simão, trabalhou na corte francesa até à Revolução e na ressaca, tal como muitos outros que serviam os ricos e orgulhosos gentis-homens, foram obrigados a emigrar ou trabalhar de outra forma. Estes cozinheiros saídos do esplendor senhorial, tal como está escrito noutro capítulo, são os grandes impulsionadores do conceito de restaurante, génese dos que hoje conhecemos. No decorrer da estada em Alcobaça o elogiado Simão, para gáudio do Dom Abade, preparou suculento jantar levando o seu patrão a escrever: "A macedónia estava uma perfeição, os hortulanos e as codornizes eram autênticos nacos de gordura celestial. As carnes salteadas e os molhos bechamel estavam para além de qualquer elogio. E um certo molho de trufas tão requintado era que o Dom Abade, para o agradecer muito plenamente, antecipou a acção de graças que normalmente se reza no fim da refeição."

"O luxo e o esplendor do auferido no Mosteiro era resultante de rendas e lucros obtidos no imenso território sua propriedade, as populações dependiam do Dom Abade. Aquelas gentes ficavam alegres nos dias em que comiam caldeiradas de peixes desconsiderados pelo esquisito cozinheiro francês. Já o seu amo admirava a opulência e comeres delicados, não só os servidos no Mosteiro de Alcobaça,

também os oferecidos nas casas dos nobilitados, o seu diário em Portugal e Espanha os enuncia, exemplo de uma dessas refeições é a oferecida pelo Marquês de Penalva, no abafado dia de Junho e consistiu em "chocolate, doces, chá e excelente café, era servida em porcelana de Dresden, admiravelmente pintada. Nunca assisti a um tão agradável almoço em Inglaterra. As toalhas e guardanapos eram lindíssimos e bordados com umas flores em vermelho num fundo branco. Muitas salvas com enormes morangos perfumavam a casa, de cujas janelas se via uma grande extensão do Tejo."

O esteta Beckford assinala as bebidas então na moda, os doces, o fascinante ataviamento da mesa, os enormes morangos e a vista sobre o Tejo. Em Inglaterra nunca assistiu a tão agradável almoço! Além de multimilionário extravagante, poeta sensível à beleza, salientava-se no exercício de refinado gourmet.

Almeida Garrett

O grande impulsionador do teatro português é o grande poeta, dramaturgo, romancista, orador fecundo e iracundo, quando necessário, Almeida Garrett. De nome completo, João Batista da Silva Leitão de Almeida Garrett, o autor de *Alfageme de Santarém, Frei Luís de Sousa, Viagens na Minha Terra,* entre outras obras aliou à sua notável obra, a condição de vestir elegantemente, a de gastrónomo sabedor e dotado de excelente paladar.

Nas *Viagens na Minha Terra* mostra-se infatigável observador da lezíria ribatejana, dos efeitos do camartelo municipal no património escalabitano e após descanso retemperador na casa do seu íntimo amigo Passos Manuel, diz: "comemos, conversámos, tomámos chá, tornámos a conversar, tornámos a comer. Vieram visitas, falou-se de política, falou-se de Santarém". Noutra passagem aos olivais escalabitanos, afirmando: "Os olivais de Santarém, cuja riqueza e formusura proverbial é uma das nossas crenças mais gerais e mais queridas."

O romântico Garrett também foi empenhado liberal, conheceu as misérias do exílio, após o triunfo da Revolução Liberal desempenhou altos cargos de poder, deliciou-se com os bons comeres servidos em tabernas famosas pelos pitéus aí servidos, bem como nos restaurantes de moda. No entanto, a sua perdição era a comida servida pelo Mata. Trata-se do célebre cozinheiro João da Mata, autor do tratado culinário *A Arte de Cozinha*, cujo receituário é de clara inspiração francesa.

O 1.º Visconde de Almeida Garrett, segundo Gomes de Amorim, o seu almoço costumava compor-se de "omelete de ovos quentes, vitela assada, bife, chá preto e torradas. Alguns dias substituía a vitela por costelas de carneiro ou por outra iguaria sempre muito simples. Ao jantar sopa de pão, de massa, ou canja de arroz, três pratos, sendo um de peixe cozido, ervas, duas pêras, ou doce se havia (...). "À noite tomava chá preto, torradas ou caldo (...)." Gostava de neve como então se chamava aos gelados –, "de todas as guloseimas que nós moços, compúnhamos nos cafés quentes ou frias, para dar cabo dos estômagos" de ponche queimado. Este relato retirado do livro *Garrett e a Gastronomia*, coordenação, organização e introdução de Manuela Rego e Luís Sá, oferece-nos a opinião de Gomes de Amorim, no respeitante ao gosto de Garrett pelas apuradas e prosaicas "caldeiradas ou frituras de peixe" comidas na companhia dos amigos, evidenciando vivaz contraste com os seus gostos mundanos, "que apreciava toiletes, usava chinó e tinha atitudes de dandy."

Com efeito, todas as alusões a comidas nos seus livros, impera o gosto por comeres da cozinha da alta burguesia, os bifes, o chá, o café, o mate, os doces. O apurado gosto alheio às casas de pasto lisboetas verifica-se também na escolha de caramelos, torrão de Málaga, pastéis de Santa Clara, scones, doce de abóbora, queijadas de Sintra, celestes de Santarém, lampreias e perna de vitela, chuchus, pêras, moranguinhos, limas manteiga fresca.

Outras alusões a vinhos do Alentejo, do Ribatejo, do Porto, da Madeira, do Pico, aparecem no Arco de Santana, em Helena, Dona Branca, ainda a *whisky*, cerveja e ponche. No mesmo livro estão incluídas as comidas de Garrett, um conjunto de receitas de carácter diverso, incluindo pratos da cozinha francesa, inglesa e os bolos celestes de Santarém.

Alexandre Herculano, produtor de azeite

O notável historiador, cujas obras continuam a ser de leitura fundamental, inquebrantável na revelação dos privilégios da Igreja, por isso sofreu violenta campanha, romancista, poeta, paladino do municipalismo, desiludido e desgostoso com a situação política então vivida no País, decidiu retirar-se do palco lisboeta e

instalou-se numa quinta – a quinta de Vale-de-Lobos – na freguesia de Abrã, nas imediações de Santarém. Ali se tornou agricultor e produtor de azeite.

Na correspondência trocada com os seus dedicados amigos, o Duque de Palmela, e José Cândido dos Santos não faltam testemunhos sobre a forma cuidadosa, empenhada e estudada no amanho da terra de rude "lavrador da parvalheira de Vale de Lobos". Ele pede ao Duque o favor de lhe arranjar uma centena de eucaliptos e flores (rosas) para a mulher, e que o seu feitor de Cadafais (Alenquer) lhe mande uma quartola de azeite fino de 180 e 220 litros, "conforme a vasilha que para isso puder dispor. Se for nova deve mandá-la escaldar quantas vezes forem necessárias para o azeite não tomar o gosto da madeira; se for servida, lava-se com soda fervida e depois tantas vezes que não reste saibo de azeite ordinário." E acrescenta: "tive de mandar um casco do meu azeite aos Martins, obra de mês e meio depois do seu e de lhes escrever carta comprida com todos os pontos sobre todos os is. Intrigava-se muito para arredar o suplemento de Cadafais a Vale de Lobos, ao mesmo tempo que se faziam diligências para obter informações sobre o meu método de fabrico. Até que ponto os Martins sabiam e conheciam estes manejos ignoro-o. A minha carta trouxe aqui no dia seguinte um deles. Ouviu o que esquecera na carta. Disse-lhe na definitiva que na primeira remessa iria o azeite de Cadafais com o meu para ver se os espertos adivinhavam que não era o de Vale de Lobos. Ontem recebi um casco para nova remessa, o que ainda não esperava, e por isso desejo que a quartola chegue aqui o mais breve possível."

A largueza da transcrição resulta do escrupuloso, ora azeiteiro, não tolerar mixórdias e revelar a inveja dos concorrentes. Os Martins estão na origem da progressão comercial da hoje cadeia de grandes e médias superfícies Jerónimo Martins.

O retirado historiador, inovador "azeiteiro" de azeites finos, ora anota a 'importância de receber as latas", ora solicita a remessa de forragens para os novilhos.

Numa carta a José Cândido dos Santos, dá conta da sua preocupação com a saúde do trabalhador da Quinta, o Antunes, o de lhe ter dado indicações sobre o modo de receber o dinheiro proveniente da venda dos bois, e recomendado a compra de 200 relhas e 100 tijolos. Nesta carta pontuada o Antunes deve ainda não esquecer "a tirada do esterco das ovelhas para ir curtindo o raspão que se deitou no esterco."

O epistolário entre Herculano e José Cândido dos Santos é pródigo em pormenores sobre produtos alimentares, numa carta para o amigo escreve "Quanto à fruta eu contava com mandar pelo barco os cestos e os caixotes que vieram; mas já vejo que deitava para muito tarde. Assim mando o que quiser naquilo que houver. Mas o que quero é que me mande duas botijas do nosso excelente vinagre branco, que também não há em Lisboa e umas poucas azeitonas velhas tais quais estão na talha. É coisa que também aqui não há. As gamboas, antes pequenas que tocadas, porque chegam cá podres."

O autor de *Lendas e Narrativas*, em resposta a outra carta de José Cândido assegura nada ter a dizer quanto ao José Antunes, "ele tem governado bem o barco", e logo de seguida dedica atenção à popular sardinha, dizendo: "pelo que toca à sardinha, se forem baratas e boas, convém porque se gastam muitas. O caso é haver lá onde se salguem." Noutra missiva informa do envio de dois quilos de manteiga, "conforma a sua recomendação. É da mais antiga que havia e leva, portanto, um começo de cura. Apesar disso o sal que leva sobre o pano que a cobre deve ser retirado com cuidado levantando o pano pelas pontas. Este sal servirá para fazer uma salmoura com que a manteiga deve ficar coberta, ainda que não seja senão a grossura de uma moeda de dois vinténs. Deve-se tirar para uso com uma colher de pau, não sendo provável que lá haja espátula própria para isso. Depois de tirada a porção que se quiser gastar em um ou dois dias, deve-se igualar a superfície quanto for possível com a mesma colher, tornando-lhe a deitar por cima a salmoura que se terá tirado para uma tijela. Estas precauções são para a manteiga conservar o aroma que tantas vezes conserva no barril, ainda a melhor que vem da Inglaterra e da Holanda."

Como se pode deduzir lendo estas e outras cartas, Alexandre Herculano à sua faceta de agricultor e produtor de azeite acresce o interesse pela conservação de alimentos de muito consumo – azeitonas, batatas, favas, frutas, manteiga, sardinhas, vinho – entre outras, do mesmo modo no referente a utensílios e apetrechos – caixas de transporte de cereais e frutas, cestos, máquinas agrícolas, relhas, seiras, vasilhame – denotando estar informado e a par do progresso na agricultura ou não visitasse a Quinta da Lagoalva (referida várias vezes) do seu íntimo amigo Duque de Palmela, o qual nunca lhe regateou apoio e apreço.

Comeres e beberes no século XIX

O século XIX consolidou a viragem do sistema político. No entanto, tal viragem demorou, o Antigo Regime continuava a imperar no reino, a prova provada está no facto de em 1819 continuarem a vigorar 958 forais (reformados por D. Manuel) e não reformados, 248 na Beira, 112 na Estremadura, 88 no Alentejo, 83 no Minho, 76 em Trás-os-Montes e 8 no Algarve, sem contar com os de muitos reguengos, lugares e pequenos casais. O bucólico, idílico e glosado nos escritos dos viajantes estrangeiros significavam ainda não terem chegado a Portugal os ventos soprados pela Revolução Francesa. Mas acabaram por chegar.

As sequelas da Revolução Francesa sedimentaram-se lentamente. No que tange a comeres e beberes, as tabernas e as casas de pasto continuam a ser a mola real do convívio dos grupos sociais menos favorecidos, bebe-se vinho, quando é possível muito, na maioria das vezes comem-se sobras de peixe e carne em molho de escabeche, vísceras e tripas auxiliam a beber mais uma pinga. Algumas tabernas adquirem fama a renderem bons proveitos aos taberneiros: a Joana em Algés ganhou projecção e proveito, a casa de pasto de Polido Isidro nutre-se de clientela de bolsa recheada, as do Almeida e do Talaveira também. Já no século XVIII (1797), o senado da Câmara Municipal de Lisboa aprovou um novo Regimento dos Taberneiros, que impõe regras precisas relativamente a normas de higiene, condições de admissão e comportamento dos clientes, sanções, incluindo a prisão, para taberneiros mixordeiros que adulterem o vinho e adquiram géneros alimentícios em condições a levantar suspeitas. Nos armazéns de vinho vendem-no a copo e alguma comida, os botequins servem licores, o mesmo acontece nos cafés onde a odorosa bebida pode ser acompanhada com doces e torradas.

Folhetos corrosivos reveladores de "aspectos curiosíssimos da sociedade portuguesa" são editados em Lisboa entre 1800 e 1820.

A viajante Marianne Beilie deixou-nos o livro Lisboa nos anos de 1821, 1822, 1823, onde sob a forma de cartas relata as suas observações acerca dos costumes e usanças dos portugueses, não deixando escapar o visto, degustado e cheirado durante a sua demorada permanência na capital do reino e em Sintra.

Na carta, lastima o desleixo e a preguiça responsáveis pelo não aproveitamento das flores existentes nos campos, a falta de jardins onde as mesmas alegrassem o

ambiente e a paisagem. Na mesma carta acrescenta (...) "Mas onde arranjarei palavras suficientemente fortes para exprimir o meu desgosto quando considero o aspecto da cidade no seu conjunto, tendo em conta tanto o aspecto pessoal como os costumes de alguns habitantes! Aqui toda a espécie de porcaria parece ter sido posta num monte! Sufoca-se com os vapores de peixe frito, do azeite rançoso, do alho, etc., a cada esquina se misturam com os eflúvios fétidos de hortaliças estragadas, comida deteriorada e outros horrores que é impossível mencionar – para já não falar dos cães repelentes, a que já antes fiz referência. Miseráveis de aspecto mais baixo e mais esquálido do que o dos mais sórdidos visitantes do nosso São Giles, estendem-se pelo chão a gozar o sol, junto dos montes de porcaria acumulada às portas, enquanto raparigas (e estas com melhor aspecto social, de quem seria naturalmente de esperar maior sensibilidade dos nervos olfactivos) se debruçam muito das janelas, em cima, como se estivessem propositadamente procurando inalar a pestilência que contamina o ar em baixo! Homens e mulheres, crianças e porcos, cães, gatos, cabras, galináceos doentes e restos de suínos, tudo se mistura em amorável convívio, cada um igualmente gozando o que parece ser o seu elemento comum – porcaria! Tenho de pedir-lhe ainda que junte a isto os exércitos de pulgas, percevejos, mosquitos e outra bicharada que são demasiado numerosos para poderem ser concebidos mesmo como ideia, e o quadro ficará completo." Tão virulenta descrição vem na esteira de outras, como a seguinte. Já o cheiro a peixe frito e azeite rançoso teima em persistir, todos o sabemos.

Debaixo de anonimato, os folhetos intitulados *O Piolho Viajante* conheceram enorme êxito porque "satirizam os costumes" nada escapando ao vitríolo observador. O piolho viaja de carapuça em carapuça, escondido nas trunfas, ridicularizando homens e mulheres, expondo as suas fraquezas, incluindo as de índole alimentar. Ele é o velho avarento a adubar a sopa com sebo, a mulher criadora de galinhas sem galo, que no entanto, conseguia tirar pintos, o gordo que de gordo estava feio, que quase matou o piolho quando decidiu lavar a cabeça usando aguardente, o barbeiro comedor de alho e bebedor da celebrada aguardente logo pela manhã. O piolho vai conhecendo lafraus de grande calibre.

O dono de um botequim especialista em comprar água e vendê-la aos copos, hábil em tudo o que era ganhuça. Só comprava açúcar a quem o furtou, fazia café de alfarroba torrada. O piolho extasiou-se ante o talento do mixordeiro, e conta: "Tinha uma casa na qual lhe vendia uma criada velha o chá já fervido, mas ainda muito capaz. E não lhe tirava o suco (como diz certo autor sete vezes) sete vezes."

O mais que chegava era a cinco, e ainda o vendia depois para tirar nódoas.

Fazia cevadinha e misturava-lhe farinha de favas que fazia muito boa união, além de lhe dar gosto. O chocolate era a melhor coisa que ele tinha. Botava-lhe graxa, de forma que era gordo e substancial. Tinha uma receita de fazer pão-de-ló sem ovos. Que muita gente que jejuava (desta pouco escrupulosa) e tomava a sua xícara de chocolate e o seu pão-de-ló, ficava jejuando.

Fazia um licorzinho de amora que era uma suspensão! Então feito para acarinhar fregueses! A isso ninguém lhe chegava. Vendia logo pela manhã os seus dois pintos de aguardente. Daí entravam os almoços que era um nunca acabar. Havia muitos que nunca almoçavam em casa. Era-lhes mais fácil quando tinham só um tostão, deixarem toda a família em jejum, que assaz com um tostão matariam a fome, só por virem para o botequim conversar e tomarem o seu café com a sua torrada. O que é o costume! O ponche à noite era o chafariz d'El-Rei com todas as suas bicas. Não havia mãos a medir. Então que gritaria! *Ah, senhor Manuel mais forte! Outro acolá! Menos aguardente. Outro ali. Bote-lhe capilé. Venham bolos. Venha licor. Oh rapaz, paga-te…* E o rapaz corria a fazer pagar o vendido, se não fosse listo o patrão chegava-lhe as orelhas aos olhos".

O piolho correu riscos de ser trucidado por unhas aguçadas em dedos a necessitarem de água e sabão, safou-se sempre, os seus dizeres além de hilariantes e picarescos recordam-nos o costumeiro mata-bicho de aguardente, as bebidas na ribalta nos começos de novecentos, o frenesim vivido nos botequins, tabernas, casas de pasto e locandas de boa e má reputação.

Em 1822 José Pecchio, o conde Pecchio, aristocrata, culto, doutor em jurisprudência e político, vem a Portugal um pouco ao acaso, a convite do seu amigo Bardaji vai a Espanha, dali viaja para Lisboa. Durante a sua estância escreveu cartas onde rememora aquilo que mais o impressionou. No dia 9 de Fevereiro escreve: "Acabo de viajar como um papa, minha cara Jenny, isto é, cheguei em cima de uma mula, infelizmente é verdade, mas horrivelmente fatigado. Uma viagem em Portugal ou em Espanha equivale a uma campanha militar: falta de víveres, emboscadas perigosas, incomodidades, acampamentos. Encontra-se de tudo menos a glória. Acreditava que os Portugueses, só que fosse pela inimizade que sentem pelos Espanhóis e pelo prazer de estar em contradição com os seus vizinhos, deviam ser mais asseados, mais requintados e estar mais comodamente instalados do que eles. Ai de mim! Eles são em tudo rivais dos espanhóis.

Para vos dar uma ideia das estalagens de Portugal, dir-vos-ei que na noite passada, na Moita, os ratos devoraram uma grande galinha da Índia que eu tinha levado para o meu quarto, e da qual nem sequer deixaram os ossos. Os nossos lobos são menos vorazes que os ratos das estalagens deste país."

Mesmo em 1822 grupos de salteadores infestavam estradas e caminhos, ainda agora recordamos o pinhal de Azambuja, o tabuense João Brandão é um dos foragidos a causar maior temor, sobre a incomodidade das estalagens inserem-se nesta obra comentários de igual teor separados por séculos a provarem a nossa perene inércia na arte de receber.

Nesse ano de 1822 é dado à estampa em Paris o livro de cozinha *La Maison de Campagne de Mme. Aglac Aldanson*, traduzido para português, cuja parte principal saiu com o título de *Arte do Cosinheiro e do Copeiro*. Impresso na Tipografia da Sociedade Propagadora dos Conhecimentos Úteis, o que explica o facto de na obra e a seguir à indicação da autoria no frontispício ter a indicação seguinte: "Para Dar À Luz, Por *Um Amigo dos Progressos da Civilização*", entenda-se o Visconde de Vilarinho de São Romão, amante da boa comida e ele próprio autor culinário e de obra relativa a temas agrícolas. Até ali os dois receituários dominantes continuavam a ser o de Domingos Rodrigues publicado em 1680, e o de Lucas Rigaud saído um século depois. Um e o outro concentram a sua actividade na cozinha real, os cozinheiros têm à sua disposição infindáveis recursos alimentares e meios humanos a condizer.

O novo receituário de matriz francesa, editado por um amigo dos Progressos da Civilização, pretenderia estender o conceito de progresso civilizacional à arte de cozinha, realçando os valores do liberalismo, recalcando tudo quanto representava o absolutismo. O conflito entre as duas correntes estava aceso, à fogueira da ambição miguelista sustentada no passado caduco, respondiam os liberais sublinhando os valores da liberdade. O Visconde sofreu na pele por ser liberal. O texto de advertência ao leitor é elucidativo: "e bem assim o desenho de uma nova cosinha muito conveniente às pessoas económicas, e de bom gosto, em que se podem obter diversos grãos de calor por meio de mechanismo simples e fácil; bem como a cocção do forno, e de tudo o que pertence ao offício de pasteleiro.

Achar-se-hão desenhos de mezas servidas com symetria e bom arranjo; as regras para isto; e muitas outras cousas importantes e curiosas."

O "tratado culinário", além de exaltar "os louváveis costumes domésticos", é

claro na concepção do centro e da periferia do acto de tomar as refeições. O centro é a cozinha – produtos e sazonalidade, crus e cozidos, técnicas a empregar para as cozeduras saírem perfeitas, jejuns e dias de regozijo –, a periferia: a sala, a decoração da mesa, a colocação da baixela, o serviço, os cuidados a ter no pós-prandial debaixo do signo da eficácia no poupar tempo e dinheiro.

O *Arte do Cosinheiro e Copeiro* vai mexer na elaboração de receituários a partir e até ao século XX. Aparecem novos receituários, o de maior sucesso é O *Tratado de Cozinha e Copa* de Carlos Bento da Maia, saído em 1904, que continua a ser de consulta obrigatória. Ainda do século XIX, na mesma linha, justificam lembrança o *Cosinheiro dos Cosinheiros* de Paulo Plantier, primeira edição de 1870, concebido com a colaboração de personalidades experimentadas na matéria e escrevendo admiravelmente, a Arte de Cosinha de João da Mata publicado em 1876, *O Cosinheiro Popular* de António Pinto de Queiroz editado em 1890 e o *Manuel Completo do Cozinheiro* que em 1909 já ia na 17.ª edição, estes dois últimos desprovidos de qualidades e das virtudes dos restantes.

As obras trazidas à colação representam a progressão da burguesia endinheirada, ou pelo menos detentora de dinheiro a permitir-lhe experimentar as receitas compiladas e praticar as indicações nelas contidas. Aproveitando a onda, aparecem outros receituários de diferentes tons, os títulos são apelativos "*popular e económico*". As palavras-chave – popular e económico – continuam a ser puxadas pelo marketing actual, basta lançar um olhar sobre as bancas de venda de jornais e revistas para o constatarmos.

No Portugal de oitocentos, a cozinha dos privilegiados estava a cargo de cozinheiros que também praticavam em hotéis e restaurantes, botequins e cafés, no mais prevaleciam as mulheres, mesmo nas casas de pasto, tabernas e barracas de comes e bebes. O conde de Porto Covo "então simplesmente Bandeira, todos os domingos e dias festivos recebia a jantar alguns amigos. O cozinheiro italiano era respeitado pelos vatéis do Paço, e da Casa Palmela" conta-nos Bulhão Pato.

Nas suas *Memórias*, Bulhão Pato, mais conhecido pelas receitas de amêijoas e perdizes, relembra encontros, situações hilariantes e embaraçosas, amigos, figuras de topo da sociedade da altura, da boémia, naturalmente, referencia banquetes e refeições, locais onde tinham lugar, oferecendo-nos singulares indicações relativas a comeres e beberes da classe burguesa de recorte urbano.

Escreve: "Há dias no Marrare de polimento. O novo folhetinista da Revolução,

leu-me com grande timidez e alvoroço, uns versos". O folhetinista era Júlio César Machado, amigo da boa mesa, trágico fim teve. O "Marrare do polimento" por causa dos silhares serem de madeira polida, ganhou fama e proveito devido à qualidade dos géneros, a boa confecção dos mesmos e qualidade do serviço. Era frequentado por figuras do talante de Passos Manuel, Oliveira Marreca, o já citado Almeida Garrett, José Estêvão e a grande referência moral de Pato, o historiador Alexandre Herculano, também referido anteriormente. O eclético Garrett gourmet sabedor escreveu cartas à filha recheadas de referências a alimentos e maneiras de serem bem cozinhados.

Na opinião de Bulhão Pato as casas de pasto principais, eram a Chapellier na rua do Ouro, o João da Mata no Cais do Sodré, e o Simão no Largo do Pelourinho, nelas "jantava-se admiravelmente", acrescenta. Na cervejaria Jansen, no Faustino e no restaurante Silva serviam-se suculentos bifes.

O autor de *Paquita* fala da cidade abastecida e abastecedora: "Em 1848 a vida em Lisboa era barata. A manteiga e o queijo inglês saíam dos úberes da vaca. A manteiga de Cork, a melhor, vendia-se a doze vintes o arrátel. Ninguém falava nas doenças das vinhas e, desde vinho de pasto, até ao generoso em nenhum se dava a mais leve adulteração. O vinho de mesa o nosso excelente Bucelas, por exemplo, em anos de abundância vendia-se a quatro vinténs a canada – três vinténs a garrafa dentro de portas!

O Porto e Madeira, genuínos e soberbos, estavam ao alcance de qualquer bolsa medíocre. João da Mata, nos tempos áureos, quando se cobria com o seu gorro, comandando ele próprio o fogo das baterias, era um cabo-de-guerra eminente!

Simão era italiano e viera para Portugal como cozinheiro do Marquês de Nisa. Estabeleceu-se servindo jantares a "cruzado novo" – 480 réis! – eram magníficos! Simão, como homem de tacto, reunira à cozinha italiana, a francesa e a portuguesa. A primeira parte do jantar era portuguesa: o soberbo e delicioso cozido. Depois a grande profusão de pratos onde primavam os italianos. O vinho de pasto, branco e tinto à discrição! E critica os novos-ricos, "gente desprovida de conhecimentos que comia gato por lebre." E sublinha: "Onde existe Vatel capaz de fazer comida com sebo? Pois em Lisboa, e também em Paris, não se tempera com outra coisa nos hotéis, salvo raras excepções. Algum boroeiro, quando regressa de França, lambe-lhe os beiços exclamando:

– Comi do fino no hotel de aquém e no hotel de além!

Não comeu tal. O paladar afeito à boroa, e berças nativas, tomou, como iguaria esquisita, o que não passava de badulaque mais ou menos disfarçado com enfeites e pinturas."

Na cozinha dos humildes o badulaque custava pouco dinheiro, o discípulo de Herculano critica e informa: "Ali rechinavam as iscas em tabernas imundas e dormiam em vão e alfurjas, promiscuamente rufiões, fadistas e Vénus pagas. No largo das Duas Igrejas um chafariz com o seu Neptuno, que não era o de João de Bolonha, ir tridente em punho a pescar galegos. Na Patriarcal, na linda Praça que hoje aí temos, estabelecia-se nas entradas do Inverno, o mercado dos porcos. Mercado cómodo e central, onde o pai de família, que se amanhava regularmente, ia ajustar o cevado ruivo e redondo, criado com bolota de azinho nos montados do nosso Alentejo. Feita a compra, surdia de um antro o matador, de cara estúpida; dava o chamado nó de porco na perna do animal, metia um banco debaixo do braço, o facão numa bainha de coiro à cinta e lá ia à porta da casa do burguês, onde o javardo manso era esfaqueado por entre o vozear jubiloso da garotada cruel!". O memorialista não esquece os magarefes de fressuras, os espectáculos taurinos e outros pormenores do quotidiano e dias santos na cidade. O retrato da sua autoria no que tange a abastecimentos, comeres, beberes e fazeres vale por muitos relatórios, porque os viu e às vezes protagonizou. Explica o porquê de António Augusto de Aguiar dizer "sou filho de um confeiteiro", a origem do celebrado Hotel Universal, a eficaz receita de licor de Gattai, "o bacalhau à fragateira, prato que desbanca a famosa matelote dos marselheses", a efervescência reinante no Café Martinho."

As observações de Bulhão Pato abarcam pormenores da condição humana que Balzac escalpelizou nos romances. Reflecte e comenta comportamentos e atitudes onde a comida ou a bebida são o mote, emergindo as figuras dissonantes porque comem e voltam a comer dando a ideia de terem tripas a recordar Gargântua e Pantagruel. A bebedice e a glutonaria são ingredientes de obras sérias e risonhas, inúmeras a continuarem a ser lidas e comentadas, caso do texto sobre as utilidades do vinho vindo a lume no *Anónimo Journal Portugais Du xviii Siecle.*

O memorialista Bulhão Pato salienta um glutão da altura chamado Santos, professor de instrução primária que: "era o melhor dente que tenho conhecido. O Eco das suas proezas ainda retumba na Arruda e subúrbios!"

Levou-o a almoçar ao Simão das três cozinhas: portuguesa, francesa e italiana.

"Queria vê-lo naquela batalha!

Tomou à escala visto o cozido; carregou a baioneta Portugal e Itália representada nos diversos pratos; correu a sobremesa como um ciclone e acabou por se atirar à Inglaterra, simbolizada num queijo de pinha, espécie de pirâmide, que ele arrancou sepultando-a no estômago-abismo! Eu, com a ruína do dono da casa, via-lhe iminente uma apoplexia! Ele com a serenidade dos fortes sorria aos meus receios pueris!"

No paraíso dos comilões portugueses, seguramente, o lendário Padre-Boi ocupará lugar de relevo, a colocar a um canto o papa almoços descoberto por Bulhão Pato. O Dr. João Antunes, conhecido pelo rotundo cognome de Padre-Boi nasceu em Condeixa-a-Nova no ano de 1863. Homem de cultura, formado em teologia e direito, fixou-se na terra natal, adquiriu fama não só devido a ser bom orador, musicólogo e orfeanista de comprovado mérito, professor esmoler, pai exemplar, mas primacialmente porque na qualidade de comilão conseguiu impressionar outro de grande nível, nem mais, nem menos, o rei Dom Carlos. O rei Português não imitava Carlos III da Alemanha que ao pequeno-almoço comia um leitão cozido com mel, mas adorava carne de porco, presunto e enchidos, o gosto do rei não se confinava à carne de cochino alentejano, ganhou fama de bom garfo. Quando o Padre-Boi o superou, reconheceu a derrota, estabeleceu efusivo relacionamento com ele a nomeou-o capelão da Casa Real. O relacionamento encetou-se no decorrer de uma visita real a Condeixa, convidado para o almoço o Padre obrigou o rei a fitá-lo com atenção dado o desempenho na satisfação do apetite. O rei quis saber quem era, disseram-lhe ser o capelão do palácio e conservador do Registo Predial, músico e pintor. Acabado o almoço o Padre desapareceu, o rei mandou-o chamar, ele pediu para informarem Sua Majestade de estar na copa a jantar acompanhando a criadagem. Num almoço realizado na Figueira da Foz a convite do Capitão da Marinha Mercante, Manuel Guerra, iria ter como rival Pedro Pipa Fernandes Tomaz, dono de óptimo currículo na área da comezaina. A mulher do anfitrião recebeu instruções para mandar fazer comida para o dobro das quatro pessoas participantes na refeição: o capitão, a mulher, os dois convidados. O convidado Pipa Fernandes, no fito de evitar constrangimentos ao dono da casa, desculpou-se e não compareceu. Ficou o casal e o padre. O festim iniciou-se com uma terrina de sopa de peixe ao modo de entrada. A seguir duas grandes pescadas, dois quilos de bifes de cebolada, um peru enorme, queijo, fruta, pudins e outras iguarias. Dada a voracidade do convidado o casal mal petiscou, o padre ia despachando as travessas num ápice, dizendo que as "marmotas" estavam um mimo, que o "passarinho"

estava delicioso. O capitão ofendeu-se, nunca mais convidou o émulo do exilado em Yuste — o imperador Carlos V. Proezas semelhantes coalham a sua biografia. Num piquenique, dispensou ajuda e comeu catorze frangos assados, na satisfação de convite para beber um copo de vinho pediu vinte ovos para acompanhar.

As façanhas pantagruélicas continuadas só estavam ao alcance de poucos, imperava um quotidiano frugal, o bródio e o tirar a barriga de misérias acontecia apenas nos dias de festa. No século XIX a abastança contemplava a minoria dos centros urbanos e rurais, a maioria passava assim-assim, mais mal que bem, proliferava a mendicidade, a classe operária ganhou corpo, um corpo escanzelado assim o dizem os romances e as gazetas.

Na cidade, nas casas de cada um comia-se pouco bacalhau, maior quantidade de carapaus e cavalas e muitas sardinhas fritas. Nas casas de pasto a ementa alargava-se a corvinas, linguados, às salvíficas iscas, ensopados de carne, enchidos, presunto, ovos a sós, ou na companhia de arroz, macarrão, leguminosas, feijão-verde na época, e azeitonas em todas as estações.

No mundo rural, em tempos da Regeneração, como era? Façam o favor de ler: "A casa da Tia Filomena – já que ela tinha a vaidosa pretensão de assim a denominar – era de umas dimensões que permitiam a qualquer homem de menos que a mediana estatura e nenhumas disposições ginásticas sem mais auxílio do que dos braços e das mãos. A porta obrigava a curvarem-se os visitantes menos corpulentos que lhe transpusessem o limiar e a prestarem assim, uma reverência forçada, homenagem à hospitalidade, boa ou má, da inquilina. Há portas que valem um tratado de educação.

Janelas não tinha. Era luxo de arquitectura esse, que não merecera a aprovação do construtor. Pelo mesmo processo de simpatia suprimira ele a chaminé, confiando às inumeráveis fendas do telhado e das paredes o cuidado de dar ao fumo a conveniente saída. No seu entender, isto de chaminés era uma espécie de excrescência arquitectónica que desviava a arte da pureza primitiva. A conversa deslizou, ao caçador a Tia Filomena disse que caçar é um mau divertimento, e depois que mal nos faziam os passarinhos do Senhor. – E dizendo isto estendia na pedra quente do lar duas sardinhas, que deviam constituir a arte principal da refeição da noite. – A Tia Filomena tem razão; mas também, que mal nos faziam as pobres sardinhas, que se vão agora tostar nesse brasido, e que já exalam daí um cheiro, que me faz crescer água na boca?

– Apetecem-lhe?

– Convidam.

– Estão às suas ordens.

– Agradeço, mas a Tia Filomena tem-nas para a ceia e eu não quero...

– Graças a Deus, que ainda ali estão mais – E sem esperar nova observação da minha parte, estendeu ao lado das duas mais assadas outras curvas e azuladas, que pareciam segundo a frase das vareiras, ainda a *saltar* vivas.

– E dentro de alguns minutos achava-me eu ao lado da Tia Filomena, participando na sua mais que sóbria refeição."

Os dois excertos retirados do conto *Os Novelos da Tia Filomena*, integrado na obra *Serões da Província*, desfazem dúvidas e reticências e elucidam-nos acerca da habitabilidade das casas, do sustento principal confiado à sardinha e à economia de meios no seu preparo culinário, igualmente. No aspecto positivo, apesar de tudo, comprava sardinhas, as sardinhas exigem pão naquele meio de milho, ou batatas.

Em as *Mulheres da Beira*, obra de Abel Botelho publicada em forma de livro no ano de 1898, primeiro tinha saído em folhetins, no conto A Fritada oferece-nos outro incisivo registo da ruralidade nos finais do século XIX.

"À direita da porta de entrada acumulavam-se em desordem uma cadeira de pau, em escabelo e um ancinho desdentado, três enormes chocalhos de cobre para o gado, e uma foice roçadoira; de encontro à parede contígua, duas enormes arcas de carvalho, altas como homens e amplas como tonéis, cambadas e ciclópicas, com os braços das fechaduras pendentes como as orelhas de um velho quadrúpede estropiado, guardavam religiosamente, de séculos as colheitas anuais da batata e do centeio; na parede seguinte, frente à porta, dos exíguos catres, à ilharga um do outro, separados da sala por uns fumados tabiques de pinho, alojavam dois catres asquerosos, verdadeiro asilo de porcaria, conúbio inviolável de mil coisas esfarrapadas, gordas e repugnantes, que a luz nunca ousara tocar, e cujo só aspecto despertava visões aterradoras de intoleráveis suplícios de sucção; depois, depois ao terceiro muro, o da esquerda, encostava a lareira, flanqueada por dois longos bancos de pinho, ressequidos e hirtos como troncos de árvores da floresta por onde tivesse lavrado um incêndio. À esquerda da porta, uma mesa cambaleante sustentava loiças de barro vidrado ou negro de formas rudimentares; do teto fuliginoso, deixando ver o reverso das telhas, pendem dois presuntos e algumas peças de fumeiro; e o forno a um ângulo da casa, e a gamela do pão junto à muralha, e a dobadoira ali ao meio, e uma prateleira pejada de pequeninos queijos, e os panos de serguilha, e as mantas de

lã, e os promontórios de boroa, e os cajados, e a grande talha de barro com o azeite, e a panela com as cinzas e a caixa dos ovos, e a do sal, e muitos outros objectos matizando e atravancando aquele recinto lôbrego e desconfortável, dando-lhe a fisionomia própria, o tom particular."

Outros escritores legaram-nos testemunhos dos múltiplos saberes culinários e gastronómicos da sociedade oitocentista, conforme as suas origens, aculturações, diferenças, resultantes de vivências, além das cunhadas pela roda fortuna. O romancista Eça de Queiroz anotou numerosas referências que deram origem a nutrido dicionário de termos da culinária e da gastronomia, retirados da sua obra cosmopolita, mundana, primacialmente citadina, de salões de luzes mortiças, onde as refeições obedeciam a detalhes cultos, de gosto refinado da alta cozinha de influência francesa.

De espantlo, em a *Cidades e as Serras*, o surpreso Zé Fernandes realça o luxo da sala de jantar do 202 dos Campos Elíseos. O grande criador da língua portuguesa evidencia solene culto à comida nos romances e outras obras, provando ser um gastrónomo de altíssimo nível, sustentado em firmes travejamentos gastronómicos. Os desconchavos gastronómicos em *O Conde de Abranhos* são elemento saliente na ridicularização do sistema político vigente, a voracidade dos clérigos é visível no C*rime do Padre Amaro* e na *Relíquia.*

Ao contrário de Eça, Camilo Castelo Branco não deixou provas de ter sido infrene apaixonado pelos comeres, menos ainda admirador da gastronomia, entenda-se da boa mesa. Apesar da relutância, nos seus livros encontramos frequentes alusões a pitanças de rufo regional, em coerência com as raízes da fecunda obra por ele construída num emaranhado de paixões, dramas, dores e dificuldades. Num trecho de *A Corja* topamos considerações acerca do estilo de vida e de vitualhas de recorte citadino e burguês em contraponto à saudade do retouço do tempo na aldeia, atente-se: "Encerrou-se no seu quarto José Macário. Deitou-se. Disse que estava doente, muito incomodado. O escudeiro foi dar parte à senhora. Ela respondeu "que se trate".

"O velhaco tinha saúde e fome: mas não pedia nada. Às vezes dava ais e pensava em bifes; cheirava-lhe a linguados fritos e dominava ímpetos de Ugolino, frenesis de trocar o plano de reconciliação por um prato de almôndegas. E Felícia não lhe aparecia; estava no seu gabinete de trabalho a costurar, com a criada, sua amiga única. Pensava em ir viver numa aldeia, e levá-la consigo. Falava em ter muitos

marrecos e galinhas da Conchichina, criar cevados e ter duas cabras de leite. Quanto ao marido – que se tratasse.

O escudeiro teimara com o patrão que comesse, que tomasse chá e dois biscoitos sem sal, que eram saudáveis. Ele cedeu aos biscoitos, bebeu dois cálices de Porto e não iludiu a fome. Depois, alta noite levantou-se, pé ante pé, foi ao aparador e comeu meio queijo londrino e pão com manteiga."

Em *A Queda Dum Anjo,* a personagem central Calisto Elói de Silos e Benevides de Barbuda, nascido em Caçarelhos, termo de Miranda, entra de tropel na capital, cedo se alcandora a figura falada e comentada, desfaz-se das roupagens e falas das berças, mas em matéria de comeres nunca perde ocasião em matar saudades dos mimos do terrunho natal. O autor, picado das bexigas, não resistiu à tentação de picar os dois partidos centrais na ocupação do poder. O deslumbrado e ajanotado Calisto escreve à mulher e remata a carta pedindo: "Quando vier o recoveiro de Miranda, manda-me presunto, salpicões e algumas ancoretas do vinho da Ribeira,"

O fecundo prosador oferece-nos dois recortes alimentares do Norte portuense e do telúrico Trás-os-Montes, sem qualquer laivo de surpresa o elo de ligação é o porco, os cevados de Felícia, o presunto e os salpicões de Calisto.

Lá diz o rifão: "Das carnes o carneiro, das aves a perdiz, e sobretudo, a codorniz, mas se o porco voara, não havia carne que lhe chegara."

Nos finais do século XIX a dicotomia cidade/campo é patente nos consumos. Do mundo rural as pessoas de maiores rendimentos querem as especialidades, nada mais, no restante conferiam ênfase à ideia de tudo quanto vinha de fora é que era bom, superior, sem comparação. O pictórico texto de Ramalho Ortigão intitulado *A festa do Natal – a festa das crianças e uma que não se divertiu*, é vibrante exemplo disso mesmo. A transcrição é avantajada, mas vale a pena recordá-la porque o leitor de agora pode verificar as especialidades daquele tempo caídas no alçapão da obscuridade, a transformações no seu embalamento e transporte, o apetite por produtos estrangeiros (tal como no presente).

"Lisboa prepara neste momento a Festa de Natal. Grandes rebanhos de perus enrabeirados de lama, espalham no macadame as suas manchas movediças e escuras de reflexos de aço adornadas das fluorescências brancas e vermelhas dos moncos. Pessoas idóneas pastoreiam esses galináceos guiando-os a golpes de cana por entre as rodas dos trens e por entre as pernas dos viandantes. Na compra destes perus convém escolher os mais teimosos: à força de cana são esses os mais tenros.

Porcos gordos transitam igualmente pela via, mas em número inferior ao dos perus, de rabo torcido em forma de saca-rolhas, focinho baixo, orelha caída sobre os olhos, meditabundos, resignados na profunda convicção filosófica de que seja para já, ou seja para o Entrudo, o destino da espécie é acabar em postas, esfregadas a alho, acamadas na salgadeira.

Por isso no caminho da vida, enquanto os outros se metem em destinos vários, os porcos preferem deitar-se na rua ao comprido.

Mais senhoras de que é costume ver em Lisboa fora da hora das missas ao domingo percorrem as ruas, em compras de loja para loja, atravessando de um passeio para o outro, com embrulhos, levantando o vestido da lama, caminhando depressa para evitar o encontro das carruagens, ao fundo das quais as toiletes de Inverno bem abotoadas e pequenos toques de castor ou lontra destacam entre cartões apertados com fitilhos de seda azul ou cor-de-rosa.

Galegos transportam casais de perus ou de patos, caixotes de vinho, ou cestos etiquetados do caminho-de-ferro, ou cobertos de uma capa de pano cosido e sobrescritado contendo os presentes da província, em ovos, em caça, em capões e em pão-podre.

As confeitarias exibem toda a sua colecção completa de doces de ovos: as queijadas, os morgados, os fartos e as lampreias espapadas de grandes olhos de ginja e de línguas de cidrão saindo para fora das bocas de caramelo e de chocolate. Torrentes de ovos de fio brotam de rochedos de nogada, cobertos de chalets de massa, sobre tanques de torrão de Alicante em que se embeberaram pombas de rebuçado e boizinhos de pão-de-ló com chavelhos de açúcar e entranhas de creme.

Nas grandes mercearias galos de figo, molhados de amêndoa, estendem o seu bico discreto, de pinhão, para os bambolins de chouriços de Arraiolos enastrados. Bocetas abertas patenteiam através de trabalhosa renda de papel os discos de laranja recheada de Setúbal, e da ameixa de Elvas coberta de açúcar e marchetada de estrelas de fios de prata. Novas bolachas denominadas António Maria representam em massa de biscoito e sal as cabeças de todos os personagens célebres da política contemporânea. Caixas de figos do Algarve bordadas a pita, barrilinhos de azeitonas de Sevilha e latas esmaltadas de sardinhas de Nantes, *corned-beef* americano, de atum de Marselha e de *foie-gras* de Estrasburgo, preenchem o quadro do primeiro plano das montras. Na prateleira de cima cintilam na transparência da luz os potes de geleias e de conservas de legumes, os boiões das compotas, os frascos, e as

garrafas brancas, verdes, azuis, amarelas dos diferentes xaropes e os vários licores da Cartuxa, do padre Kermann, dos Beneditinos, etc., e nos bojos reluzentes das vasilhas graves etiquetas sacerdotais retratam velhos monges de barbas, sobre os seus fundos aguardentes de todas as cores. Ao lado dos rótulos ascetas das bebidas espirituosas, os rótulos profanos dos molhos ingleses em que gordos nebabos cor de fogo riem nos seus bigodes brancos os grandes peixes hidrópicos de tempero picante. Dentro das tendas, no chão, nos lotes em evidência, no balcão, as grandes peças sem aparato pitoresco dos queijos de *Gruyère*, os bolos chatos do Brie, os pequenos cilindros do Bondon, os *Neuchâtel*, os *Camembert*, os *Roquefort*, os Flamengo, os da Serra, os do Rabaçal, as caixas de uvas passa de Alicante; as barricas de arenques, de *julienne*, e da *chouccoutre*, as línguas secas, os presuntos de lorque, os cestos de champanhe, as bilhas de mel, e os montões das batatas, dos ovos, e de ostras de Montijo.

Nas vitrinas das salsicharias o chouriço de sangue enrola-se em círculos sobrepostos como as roscas de serpentina num alambique de ébano. Entre as formas marmoreadas da cabeça de porco com geleia e os pãezinhos de manteiga fresca, ostentam-se os fiambres de empunhadora de papel com topes recortados, as galantinas cercadas de verdura, e as pirâmides louras dos chispes panados, dos pesunhos de recheios, dos cervelas e das linguiças.

Os restaurantes empilham em exposição as perdizes, as galinholas, os patos bravos, os pastelões de presunto e vitela, os tímbales de frango misturados de champignons de rabiolos, e os ventres lourejantes e amanteigados dos perus embutidos de trufas, no meio de gargalos de prata de champanhe e das garrafas pretas do Borgonha lacradas de verde.

As padarias francesas exibem provisões extraordinárias de *brioches* e de *pain d'épices.*

As padarias inglesas instalam a grande exposição especial dos *christmas-cakes,* dos *mince-pies*, dos *plum-puddings* e de tudo o mais quanto o estômago inglês precisa *for keeping a merry Christmmas.*

Na Praça da Figueira, num movimento extraordinário de apetites em circulação, grunhem os leitões, cacarejam galos e berram alvoroçados os marrecos e as galinhas, erguidos nas asas e arrepiados nas penas, do peito pelo sopro dos compradores. A caça pende em bambolins ao longo das barracas, e enquanto coelhos mansos, suspensos pelas pernas, expiram fulminados com a pancada seca dada pela mão de

trave sobre as orelhas, cordeiros e cabritos esfolados enxugam ao ar, abertos de cima abaixo, com um caniço em cruz metido no ventre. Na zona dos legumes por baixo de chapéus-de-sol de lona branca, as hortaliceiras de brincos de festa nas orelhas e de lenços novos meneiam-se com ligeireza por detrás das suas bancas de pinho, oferecendo a fazenda, discutindo, barafustando, fazendo trocos, no meio do círculo fechado dos moços de compras que regateiam com o dinheiro e o cabaz no braço."

A clara e espantosa enunciação de produtos, só por si, é documento histórico, económico e sociológico de valia para traçarmos o padrão de vida do grupo social dotado de melhor poder de compra no início do século xx.

Na altura de ter sido publicado o livro de Ramalho Ortigão (1876), passeava-se por Portugal a princesa Maria Rattazzi, voltou em 1879, colheu informações, observou e sentiu, em consequência escreveu *Le Portugal a Vol D'Oseau*, nele traça impiedoso perfil dos portugueses e das instituições nacionais. Seguramente, não lhe serviram as lambarices portuguesas listadas pelo cronista Ramalho, daí o ranço que ressuma das suas apreciações. Escreveu que os comeres do povo eram pão e cebola no Inverno, pão e fruta no Verão, não era precisamente assim, mas há alguma verdade no comentário. Do mesmo modo quando manifesta surpresa relativamente aos homens e às mulheres não ficarem toldados devido ao excessivo consumo de vinho, ela desconhecia o hábito de desde tenra idade as crianças o beberem, eis a causa da sua resistência à embriaguez. De todos quantos comentaram azedamente o livro destacou-se Camilo, derramou a azia que o minava sobre a princesa batendo-lhe literariamente forte e feio.

Nessa altura também visita Portugal a escritora inglesa e intrépida viajante Júlia Pardoe, é mais cordata que a Rattazzi. Aponta-nos defeitos relativamente à forma como entendíamos o cumprimento dos deveres de cortesia, convivialidade à mesa e fora dela.

De interesse o que escreveu acerca de Dom Miguel, as princesas consternadas por causa do "seu irmão caprichoso" de "mente débil", escreveu ela. A viajante foi de Lisboa até Coimbra, passando por Sacavém, Mafra, Alverca, Vila Nova da Rainha, Rio Maior, Alcobaça, Batalha, Leiria, Pombal, Redinha e Condeixa. Toma notas, fala no temor aos salteadores, aflige-se ao lhe falarem nas touradas, deplora a subalternidade da mulher, e espanta-se ante a apetência das mulheres e homens pelo vinho.

No firmamento da literatura portuguesa, Fialho de Almeida destaca-se como

contista, panfletário e gastrónomo praticante, autor de textos irónicos ou graves, relacionados com a cozinha, e a gastronomia. Em os *Gatos* consagra um número aos petiscos, defende a velha e saborosa cozinha tradicional em conceito abrangente e fundo, na medida em que os pratos de estirpe popular recebem dele constante e bem explanada exaltação. As tripas, as caldeiradas, as iscas, as sopas de tomate, de ovos e queijo, as migas com paio e o caldo verde enfileiram no rol das suas escolhas.

O texto "O que é um prato nacional?" é paradigma do seu empenhamento na defesa da cozinha portuguesa. O avinagrado contista gostava de estar à mesa e do que lhe punham à frente retirar prazer palatal fosse prosaico pitéu ou sofisticada iguaria.

À primeira oportunidade mandava vir tripas à moda portuense, cliente rotineiro de restaurantes caros, tabernas e casas de pasto, a sua exigência era: comer bem. Frequentador do Café Martinho, de clientela artística e intelectual, comprazia-se em conceber receitas, a mais conhecida e executada é: o arroz de perdizes, incluída no receituário coligido por Paulo Planttier.

O fundibulário autor de *Barbear e Pentear*, sempre atento perscrutador do que acontecia no *País das Uvas*, a sua marca de água é o afiado aguilhão a espicaçar a biografia de figuras e figurões da política nacional.

*Cozinhas económicas e sopa dos pobres

No ano de 1872, o próspero industrial de mobiliário Josef Kohn cria uma cozinha económica inspirada nas doutrinas assistenciais de Fourier, segundo modelo inspirado nas instituições de sopas de caridade ou dos pobres. A sua intenção era a de proporcionar comida cozinhada, destinada às classes operárias a preço simbólico ou gratuito para os donos de nada e proprietários do ar que respiravam.

As instituições similares de inspiração católica coexistiam após a Revolução Industrial, é exemplo as sopas Rumford, nome do mecenas que as criou. Em Munique, o conde de Rumford inaugurou a primeira sopa, conforme o modelo por ele criado e destinada a todos quantos pudessem pagar a refeição de custo reduzido.

De igual modo a filantropa Duquesa de Palmela, a quem o Conde Sabugosa chamava a "Duquesa vermelha", dado o seu afã em morigerar o infortúnio dos

pobres, chega a oferecer mil refeições diariamente no seu Palácio do Calhariz e deslocou-se a Londres e a Paris no intuito de estudar o sistema organizativo das cozinhas económicas existentes nos bairros operários das ditas cidades.

A Duquesa estava imbuída dos preceitos da caridade operativa, causa da filantropia no universo anglo-saxão, influenciado por obras literárias denunciadoras da miséria reinante nos cortiços operários implantados nos centros e ou na periferia das urbes industriais inglesas, norte-americanas, alemãs e francesas.

O filamento da denúncia das condições de vida do operariado e famílias encontra-se nas obras de Dickens e Zola, cujo exemplo é *Oliver Twist* do primeiro, a *Taberna e o Germinal*, do segundo. A filantropia portuguesa de matriz civilista e longe do Estado nos finais do século XIX e princípios do século XX, é visível nos asilos destinados a acolher crianças desvalidas, escolas, hospitais, infantários, lactários, manicómios, recolhimentos e sanatórios, porque a maioria de tais instituições continuam a ostentarem placas com dizeres explicativos, inscrições e nome dos beneméritos. Estes documentos em azulejos, metais, madeira e pedra, fornecem informações indicativas de largo alcance a permitirem-nos a compreensão das múltiplas motivações dos filantropos, desde de signo esotérico, até às idealistas, passando pelas de pendor espiritualista, até de índole burlesca. Há de tudo, para todos os gostos. Relativamente à direcção, optava-se por personalidades salientes e respeitadas de cada localidade, todavia o seu funcionamento era confiado às confrarias da Misericórdia e às ordens religiosas. Às instituições escoradas nos princípios da fraternidade, liberdade e igualdade, logo distantes do espartilho de condão religioso, paternal e estatal, brotaram por cá. Tratava-se da filantropia de estirpe civilista e particular.

Não sabemos se a iniciativa de Kohn teve influência na iniciativa da Companhia de Utilidade Doméstica, sociedade com sede na Rua de Santo António, no Porto, que criou em 1891 a primeira cozinha económica no burgo portuense. Esta cozinha económica ficou instalada na Cerca das Carmelitas. As cozinhas económicas da Companhia de Utilidade Doméstica comprometiam-se a "proporcionar às classes trabalhadoras uma alimentação sadia, limpa e barata", intenção manifestada no Regulamento de 1 de Outubro de 1891, subscrito pelos directores Vieira de Andrade e Alves Pimenta. A fim de viabilizar a Cozinha Económica, a Câmara Municipal do Porto assume o encargo de construir um barracão de madeira dotado de "água, esgotos, gás, utensílios e louças, edificado de forma a permitir a sua mudança caso se tornasse necessário". Esta cozinha fornecerá três refeições, a primeira entre as sete

e as nove da manhã, fornecendo uma tijela de caldo de sete decilitros e duzentas gramas de pão, a segunda, o jantar, entre as onze e as dezasseis horas, constando de abundante prato de ensopado (denominado prato do dia) e duzentas gramas de pão, a terceira, a ceia, ao anoitecer até as oito no Inverno, e às nove no Verão, composta por uma tijela de caldo e duzentas gramas de pão. O custo dos pratos servidos era de dez réis o pão, vinte réis a sopa e trinta réis o ensopado.

Em oito de Dezembro de 1893, é inaugurada a primeira cozinha económica de Lisboa. Iniciativa da Duquesa de Palmela, Maria Luísa Domingas de Sales de Borja de Assis de Paula de Souza Holstein Beck, senhora de vivazes virtudes, imbuída do tradicional espírito liberal da família e atenta aos sociais, deixou de lado a criação artística com incidência na escultura e na cerâmica, dando primazia ao impulso de minorar as dificuldades dos desvalidos. Ao fundar a Sociedade Protectora das Cozinhas Económicas de Lisboa conseguiu favorecer a emergente e cada vez mais numerosa e politizada classe operária, colocando ao seu dispor refeições abundantes e a baixo preço.

A Duquesa justifica o seu empenhamento na criação de cozinhas económicas afirmando que "tendo variado muito as coisas do nosso tempo a caridade por assim dizer particular não bastava já." Este juízo acerca da filantropia é corroborado pelo facto de na sua casa todos os dias oferecia mil jantares às crianças pobres. As crianças eram lavadas com água bórica, tomavam óleo de fígado de bacalhau e bebiam água filtrada. A Duquesa pagava trinta réis por cada refeição doada.

A refeição inicial na primeira Cozinha Económica foi: "uma tijela de sopa de grão com arroz, bacalhau guisado com arroz, (prato do dia), duzentas e cinquenta gramas de pão, dois decilitros de vinho, tudo isto servido por noventa réis. (...) O êxito além de grande foi rápido e completo. A cozinha enchia-se quanto era possível, os operários, os burgueses modestos, os que queriam tomar refeições em quietação e ambiente de asseio e conforto, atraídos pela atmosfera de carinho criada pelas Irmãs Hospitaleiras e pelas próprias comodidades convidativas do local – todos preferiam utilizar o novo refeitório." Este sucesso originou a constituição de mais cinco cozinhas económicas em vários locais de Lisboa.

As cozinhas em termos espaciais dividiam-se em zona de cozinha, a englobar zona de preparação de alimentos e lavagem, despensa e depósito de produtos alimentares, depósito de carvão e casa do gerador a vapor e sala de refeições, ocupada com mesas compridas ladeadas com bancos corridos, nas paredes crucifixos

a recordarem a existência da obra, lavatórios e escarradores estrategicamente colocados a recordarem a exigência de práticas de higiene. As cozinhas estavam dotadas de água canalizada, gás e telefone.

O jantar completo compunha-se de uma tijela ou gamela grande de sopa de pão e hortaliça ou arroz e grão, o feijão com nabos. O prato era constituído por um quarto de posta de bacalhau, três batatas grandes temperadas com azeite, vinagre e cebola, cento vinte e cinco gramas de pão trigo, e dois decilitros de vinho. Três dias por semana, o prato compunha-se de carne com batatas ou chouriço com arroz, em vez da carne, também com atum e batatas.

No rescaldo da implantação da República a Sociedade das Cozinhas Económicas foi dissolvida a 8 de Novembro de 1910. A 25 de Maio de 1911, foi criada a Direcção-Geral de Assistência, a qual recuperou algumas dessas cozinhas que acabaram por serem integradas na Santa Casa da Misericórdia a 22 de Julho de 1928.

As cozinhas económicas propagaram-se a Angra do Heroísmo, Aveiro, Beja, Braga (cantina da Legião Portuguesa), Castelo Branco, Coimbra, Faial, Faro, Guarda, Leiria, Ponta Delgada, Viana do Castelo e Vila Real.

Sopa dos pobres

Chama-se sopa a todo o alimento destinado a ser servido em uma sopeira a iniciar uma refeição. No *Dicionário Contemporaneo de Língua Portugueza*, edição da Imprensa Nacional, 1881, sopa é: "caldo gordo ou magro com uns bocadinhos de pão, massas, arroz, legumes ou outras substâncias, constitui o primeiro prato que se serve ao jantar. Qualquer tira de pão embida em caldo ou gordura. Qualquer bocado de pão, miga. Sopa económica, refeição que as associações philanthropicas distribuem por esmola aos pobres ou por um preço diminuto às classes operárias ou menos favorecidas da fortuna."

No *Dicionário de Expressões Populares Portuguesas,* de Guilherme Augusto Simões, regista-se (...) "sopa do Sidónio – nas antigas cozinhas económicas, instituições que distribuíam uma refeição aos pobres no tempo do Presidente Sidónio Pais (...)".

Servir sopa como primeiro prato de uma refeição na sociedade que come ao modo Ocidental vai contra o seu passado histórico alimentar em que as sopas com sólidos eram a comida habitual das pessoas pobres, especialmente nas zonas rurais.

Em *Keys to good cooking*, o seu autor Harold Mcgee avisa: "as sopas são provavelmente a classe de alimentos mais ampla e difícil de definir. Podem conter quase qualquer ingrediente, ser transparentes ou turvas, homogéneas ou com borbotões, espessas ou diluídas, quentes ou frias. Mas, se for bastante fluída para a comermos com colher podemos chamar-lhe sopa."

No que tange às preparações, as sopas dividem-se em dois grandes grupos – sopas/caldos de condição camponesa ou rural, tão comuns mesmo nos centros urbanos – e as sopas propriamente ditas, que para simplificar se escalonam em quatro subgrupos: sopas aveludadas, sopas cremosas, sopas puré e sopas mistas. As mesmas, quando quentes, devem ser tomadas à temperatura entre 35 e 45 graus, convém não esquecermos que para a generalidade das pessoas, a sopa é o primeiro alimento a entrar no estômago vazio no começo da refeição, "a fazer cama" a comeres mais pesados. A sopa era refeição da manhã e da noite, de tão antiga carrega pesada sacola recheada de episódios que fazem parte da nossa herança imaterial e material.

O celebrado Dante na *Divina Comédia, Purgatório, XXXIII, terceto doze*, referencia o insólito costume, em Florença, nos seus primórdios, o assassino que conseguisse comer uma sopa de pão e beber vinho sentado na campa da sua vítima, não podia ser mais objecto da vingança da família.

Centenas e centenas de sopas estão impregnadas de simbologia, as sopas de Espírito Santo luzem o simbólico da Santíssima Trindade.

Receitas de sopas são aos milhares, desde sempre foram consideradas comida de gente menos abonada de recursos, por isso as denominações: sopa de caridade, sopa económica, sopa dos pobres. A instituição – sopa dos pobres – é corolário das práticas de assistência aos afectados pela penúria desde tempos imemoriais, como atrás vem referido. As sopas da caridade eram imprescindíveis na função organizacional das Ordens religiosas hospitaleiras e nas Misericórdias, existindo praticamente em todas cidades e vilas de Portugal.

O rei D. Luís morre em Cascais, corria o ano de 1889. O autor de *Os Gatos* descreve o cortejo fúnebre desde a vila de veraneio até aos Jerónimos de forma empolgante, ele vê na morte do rei prenúncio do finar do regime monárquico. O texto intitula-se *O Enterro de D. Luís.*

Bares, cafés, casas-de-comeres cervejarias, hotéis, hospedarias, pensões e restaurantes desde os alvores do século xx até aos anos 70.

Desde o começo do século, e em consequência do prolongamento das linhas-de--caminho de ferro e abertura de estradas, começaram a surgir estabelecimentos hoteleiros e de restauração, no sentido lato do termo, destinados a acolherem o crescendo de caixeiros-viajantes, negociantes, funcionários estranhos às localidades, ainda passantes e ocasionais turistas.

O Ribatejo, por toda a ordem de razões históricas, paisagísticas e patrimoniais, acrescida da circunstância da proximidade de Lisboa, viu-se dotado de um bom conjunto de tais estabelecimentos, que muito contribuíram, e alguns continuam a contribuir, para a defesa da cozinha regional e produtos da terra das lezírias.

O leitor ao analisar os quadros que a seguir se apresentam verificará a pertinência do acima afirmado e encontrará referências sobre este importante património regional.

ALMEIRIM

Casas de Comer / Ano	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias			- António Simões Caldeira. - José Nunes	- Café de Isidro Calado. - Café de Jaime Marmelo	-Café/Bar/ Pastelaria–Jardim. - Café/Bar – Regional. - Café Império. - Café Luso de Alfredo Bento da Silva. Café de Jaime Marmelo	- Bar Jardim. - Bar Regional. - Café Central. - Café Império. -Café Luso de Alfredo Bento da Silva. - Café de Jaime Marmelo	- Café/ Bar/ Pastelaria Jardim. - Bar Regional. - Café Central. -Café/ Pastelaria/ Restaurante Império. - Café Luso. - Café/ Restaurante Solidó. - Francisco José dos Santos.
Casas de Pasto				- Maria Ferreira	- Manuel Alves. - Manuel Duarte Golegã. - Olinda da Silva. - Rita dos Santos Sampaio.	- Jesuína da Conceição Santos. - Joaquim António Agolada. - José Tunelo Moreno. - Manuel Alves. - Manuel Rodrigues Cação. - Rita dos Santos Sampaio	- Joaquim António Agolada. - José Tunelo Moreno. Manuel Alves. - Manuel Rodrigues Cação. - Rita dos Santos Sampaio
Cervejarias							- Café Restaurante Solidó
Hospedarias	- José de Andrade - Joaquim Pedro Pina	- João José Callado -Joaquim Pedro Pina -José Pacheco — Martiniano da Costa	- Margarida Pina. - Maria Pina. - Martinho José Gonçalves				
Hotéis		- José de Andrade	-Joaquim d´Oliveira Soares. - José Andrade		- Pensão de Joaquim Oliveira Soares. - Pensão de José António Pinhão Júnior. - Pensão Barroca. Pensão Vieira		
Pensões					- Casa Azevedo. - Pensão Barroca. - Pensão Soares	- Pensão de Afonso L. Azevedo. - Pensão Central. - Pensão Cação. - Pensão Pinhão	- Pensão Azevedo de Afonso Lopes de Azevedo. - Pensão Central de Vicente Rivera Fernandes. - Pensão Pinhão.
Restaurantes			- J. Oliveira Soares		- Restaurante/ Café Império	- Café Restaurante Central. - Café-Restaurante Império	- Café-Restaurante Central. - Café Restaurante Império. - Café Restaurante Sólidó

ALPIARÇA							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias			- A Brazileira de Alfredo dÓliveira Coimbra - A Portugueza de Arthur Simões Carvalho	- Café Brasileira. - Café Ribatejano	- Café A Brasileira. - Café Central. - Café Lagarto.	- A Brasileira de Aires Ferreira Rodrigues. - Café Central. - Café Lagarto	- Café Central. - Café /Restaurante Chico. - Manuel Mendes Calado, Lda. - Café da Pensão Alcobia
Casas de Pasto		- João Mendes d´Oliveira - Coimbra. José Fernandes		- Joaquim dos Santos Alcobia. - Renato Pinhão	- António Cavaca. - Joaquim dos Santos Alcobia. - Renato Pinhão	- Edmundo Maria Nunes. - Joaquim dos Santos Alcobia. - Renato Pinhão.	- Edmundo Maria Nunes. - Joaquim dos Santos Alcobia. - Renato Pinhão.
Cervejarias				- Alfredo Oliveira Coimbra. - Cervejaria/ café Ribatejano. - Cervejaria Central.	- Alves Rodrigues. - Alfredo Balsa. Cavaco. - Gregório Joaquim Monteiro	- Aires Rodrigues. - Alfredo Balsa Cavaco. - Gregório Joaquim Monteiro. - Júlio do Céu Calado.	- Aires Rodrigues. - António Pereira Noronha. - José Miranda do Céu. - Júlio do Céu Calado. - Manuel Mendes Calado Lda.
Hotéis			- Hotel Central — Joaquim Frazão Junior				
Pensões			- António Fernão Pires	- António Fernão Pires. - Joaquim Frazão Júnior. - Pensão Carvalho	- António Fernão Pires. - Pensão Alcobia	- Edmundo Maria Nunes. - Pensão Alcobia. - Pensão Cravo. - Pensão Renatão.	- Edmundo Maria Nunes. - Pensão Alcobia. - Pensão Cravo. - Pensão Renatão de Renato Pinhão.

AZAMBUJA							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias					- Café/ Restaurante Ribatejo. - Café Ginjinha Ideal.	- Café/ Restaurante S. José. - Estrela do Ribatejo. - Flôr do Ribatejo. - Ginjinha Ideal. - Ribatejano	- Café Rainha. - Café/ Restaurante S. José, Lda. - Estrêla do Ribatejo. - Flôr do Ribatejo. - Ginjinha Ideal. - António Fernando. - António Gonçalves Isidro.
Casas de Pasto			- António Alonso dos Reis. - Francisco António Correia Júnior	- António Gonçalves Isidro. - António Sebastião Buzaco. - Francisco António Correia Júnior	- António Sebastião Buzaco (Viúva de). - Francisco António Correia Júnior	- António Fernando. António - Gonçalves Isidro. - António Sebastião Buzaco (viúva de). - Jerónimo Nunes Mascata	- António Fernando. - António Gonçalves Isidro.
Hospedarias				- Beatriz Rita. - João Bacalhau. - Rosalina Rodrigues.	- Beatriz Rita. - Carlos Salêma. - João Bacalhau. - Rosalina Rodrigues	Café Restaurante S. José. - Carlos Luís Salema. - João António Bacalhau. Rosa Buzaca	
Hotéis	- José Henrique Secco. - José Mathias Vallador. - Carlos Assumpção Brito e José Vallador	- Carlos Assumpção Brito. - José Henriques Secco	- Hotel Beatriz Rita. - Central de Domingos Fernandes. - Progresso de João Bacalhau				
Pensões					- Pensão Azambujense. - Pensão Rosalina	- Pensão/Café/ Restaurante São José. - Pensão de João António Bacalhau. - Pensão Azambujense. - Pensão Busaco	- Pensão/Café/ Restaurante São José. - Pensão de João António Bacalhau. - Pensão Azambujense de Carlos Luís Salema. - Pensão Busaco
Restaurantes					- Restaurante Ribatejo.	- Café Restaurante S. José.	- Café Restaurante Rainha. - Café Restaurante S. José.

BENAVENTE							
Ano Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares Pastelarias	(Botequins) - Luiz Lisboa. - Manoel Dias Varandas	(Botequins) - Luiz Lisboa. - Manoel Coelho Nunes. - Manoel Dias Varandas	(Botequim) - Joaquim G. Agria. - Luiz Lisboa		- Café Avis. - Café Central	- Café Central. - Café Costa. - Café /Restaurante "Barrete Verde". - Café/ Restaurante Santo António. - Solar de Benavente.	- Café Abegão. - Café Central. - Café Império. - Café Parque. - Café Portugal. - Café/ Restaurante A Faena. - Café/ Restaurante Santa Cruz. - Pensão/ Restaurante Santo António.
Casas de Pasto				- Silvéria Rita Pedrosa. -Viúva França	- António José Condeixa. - José de Sá Azambuja. - Manuel da Silva. - Sebastião Borges.	- António Feitor. - António José Condeixa. - Equipagem de Santo Huberto. - José Claudino Pipa. - Manuel da Silva (Curisco). - Sebastião Borges	- António Feitor. - José Claudino Pipa. - Manuel da Silva (Curisco). - Sebastião Borges
Cervejarias					- Aviz. - Central. - Marítima	- Central. - Costa	- Central. - Café/ Cervejaria Império. - Café/ Cervejaria Parque. - Café/ Cervejaria Portugal. - Café/ Cervejaria/ Restaurante Santa Cruz
Hospedarias	- Lúcia da Conceição. - Manoel dos Santos Araújo	- Bento José da Costa Vidigal. - Lúcia da Conceição. - Manoel Coelho Nunes	- Levy Rodrigues. - Luiz Lisboa.	- Silvéria Rita Pedrosa		- António José Freitas. -Vitor Manuel Loureiro	- António José Feitor. - Salustiano Rodrigues Ramalho
Pensões				- César Sabino. - Elisa Varela	- Pensão de António Marques Pedrosa. - Pensão Avis	- Pensão Grilo de Maria de Lurdes Mendes Papoila. - Pensão Restaurante Santo António de Joaquim Oliveira Martins. - Solar de Benavente	- Pensão Restaurante Santo António. - Solar de Benavente.
Restaurantes						- Barrete Verde. - Central. - Santo António	- Café Restaurante A Faena. - Restaurante Fandango Sete Saias. - Café Restaurante Santa Cruz. - Pensão Restaurante Santo António. - Restaurante Típico Pôr do Sol. - Solar de Benavente.

CARTAXO							
Ano Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias	(Botequins) - Francisco José Felix. - José Gaspar	(Botequins) - Francisco José Felix. - José Gaspar	- Pastelaria Bijou de João — — (botequim) de Henriques de Sousa. - (Botequim) Joaquim Valerio. - (Botequim) Primorosa de Arthur Pego	- Café de Artur Pêgo. - Café/ Pastelaria Bijou. - Café/ Restaurante Monumental. - Café de José da Costa Serrasina. - Café de Lourenço Félix	- Café de Alfredo dos Santos. - Café/ Pastelaria Bijou. - Café Cervejaria Victória. - Café Campinos. - Café/ Pastelaria Central. - Café de H.de Almeida & C..ª, Lda. - Café de J. Camoez & Irmã, Ld.ª. - Café de José da Costa Serrasina. - Café de José Dias Picoto. - Café/Leitaria Jardim Bar. - Café de Lúcio Rodrigues. -Café Restauração	- Bar Ribatejo. - Bijou. - Café Cervejaria Victória. - Café Monumental. - Campinos. - José Dias Picoto. - Leitaria Jardim Bar. - Leitaria Vanalia. - Lúcio Rodrigues	- Café /Bar /Pastelaria Ribatejo. - Café Cervejaria Victória. - Café Lúcio. . Café Monumental. - Café de José Bemto costa Junior. - Café de Luís Infante da Câmara. - Café de Manuel da Silva Duarte de Oliveira. - Café de Maria Inocência de Oliveira Henriques Costa. - Café de Vicente Saraiva Santo (Quinta de Malpique) - Leitaria Jardim. - Leitaria Vanalia. - Leitaria Pélé.
Casa de Pasto		- Gaspar José Potte. - Manoel Nunes Pedreira Jùnior	- António Francisco Lourenço. - Duarte Ruivo. - José Mesquita Ferreira. - Júlio da Silva Rebello. - Paulino Vicente da Silva. - Pensão Cacella. -Victor Manuel dos Santos Sardinha	- Duarte Ruivo. - Júlio da Silva Rebello. - Maria Camoez Ribeiro	- Irmãos Unidos. Júlio da Silva — Rebêlo. - Paulino Vicente da Silva. - Pensão Central	- Casa Toni. - Irmãos Unidos. - Júlio da Silva Rebelo. - Paulino Vicente da Silva. - Pensão Ribatejana.	- Casa Toni. - Irmãos Unidos de Joaquim Caria - Joaquim Miranda. - José Pedro Mota. - Paulino Vicente da Silva. - Pensão Ribatejana.

CARTAXO (cont.)							
Ano Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Hospedarias	- José Gaspar Pote. - Manoel Nunes Pedreira. - Marianna d´Almeida Carvalho Gomes	- Gaspar José Potte. - Manoel Nunes Pedreira.	- Duarte Ruivo. Júlio da Silva Rebello				
Hotéis		- Gaspar de Gaspar José Pote. - Manoel Nunes Pedreira.					
Pensões			- Pensão Cacella de Julio Moreira Cacella	- Duarte Ruivo. - Pensão Café/ Restaurante/ Monumental de H. de Almeida - Pensão Júlio	- Pensão/Café Restauração. - Pensão Campinos. - Pensão Central - Pensão Monumental de H. de Almeida e C.ª. - Pensão Júlio. - Ribatejana.	- Campinos. - Monumental. - Ribatejana.	- Campinos. - Irmãos Unidos. - Monumental. - Pensão Paulino - Pensão Toni. - Ribatejana.
Restaurantes				- Café Restaurante Monumental de H. de Almeida e C.ª L.ª		- Campinos. - Monumental	- Café Restaurante -Monumental. - Campinos. - Restaurante Pélé

CHAMUSCA							
Ano Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias				- Café de Manuel Mendes da Silva	- Café/ Pastelaria/ Restaurante Império de Manuel Malaquias Pernes. - Manuel Nunes Conde.	- Cafe Central de António Maia Alves. - Café/ Pastelaria Império de Manuel Malaquias Pernes. - Pastelaria de Custódio de Jesus. - Pastelaria de José Conceição Chora.	- Cafe Central de Isaura Rosa Alves. - Café Império de Manuel Malaquias Pernes. - Cafe Pinoca de José Gonçalves Júnior. - Café Ribatejano de Virgílio Conveniência. - Pastelaria de Custódio de Jesus. - Pastelaria de José Conceição Chora.
Casas de Pasto	- Joaquim Martins. - José da Silva	- Joaquim Martins		- Augusto Ferreira de Carvalho. - Maria do Rosário Ferreira	- Augusto Ferreira (Herdeiros de)	- Augusto Ferreira (Herdeiros de)	- Augusto Ferreira (Herdeiros de). - Familiar - Joaquim Jacinto
Cervejarias			- Manoel Mendes Silva. - Moedas & Moedas (irmãos). - Pedroso & Rodrigues Limitada.	- José Valério da Silva Moedas. - Manuel Mendes da Silva. - Pedroso & Rodrigues.Lda	- Manuel Mendes da Silva. - Manuel Nunes Conde. - Pedroso & Rodrigues, Lda	- Manuel Mendes da Silva. - Manuel Nunes Conde. - Pedroso & Rodrigues. Lda.	- Joaquim Jacinto. - Manuel Gomes. - Manuel Nunes Conde. - Pedroso & Rodrigues. Lda. - Cervejaria/ Snack-Bar Pinoca
Hospedarias	- António dos Santos Cardiga (Viúva de)	- António dos Santos. Cardigo (Viúva de). - Joaquim Martins	- André Abreu - António dos Santos. Cardigo (Viúva de). - Joaquim Martins	- António dos Santos. Cardigo (Viúva de). - João Nunes da Pedra.	- António dos Santos. Cardigo (Viúva de). - João Nunes da Pedra.	- Familiar. - Valério.	- Familiar. - Vitor.
Pensões				- Pensão Modesta de José Marques Salamanqueiro			Familiar
Restaurantes					- Restaurante Café/ Pastelaria Império	- Restaurante Café Império. - Restaurante de José Marques Crispim (ponte da Chamusca).	- Restaurante/ Café Império. Restaurante de Joaquim Jacinto. - Restaurante de José Marques Crispim (Ponte da Chamusca)

CORUCHE							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias			-Café/Pastelaria de Mário Balau. - Café de Palmyra Preguiça. - Pastelaria de Elisiaria Silva. - Pastelaria de Joaquim Valério dos Santos.	- Café/ Pastelaria de Augusto Raposo. - Café de Francisco Teutónio Mendanha. - Café/ Pastelaria de Joaquim Valério dos Santos. -Café/Pastelaria de Júlio S. Monteiro. - Café/ Pastelaria de Mário Balau. - Pastelaria de Elisiária Silva. - Pastelaria de José Alves Sossêgo.	- Café/ Pastelaria de António Valério. - Coruja - Café de José Cruz. - Café de Mário Balau. - Pastelaria de Elisária Silva. - Pastelaria de José Alves Sossêgo. - Pastelaria de Mário Balau.	- Café /Pastelaria António Valério. - Café/Bar do Zé. - Café Campino. - Café Coruja. - Café/ Pastelaria José da Cruz. - Café José Tadeia. - Café Pastelaria de Mário da Silva Balau (Viúva de). - Café Sorraia	- Bar do Zé. - Cafe do Zé. - Café Campino. - Charcutaria-Bar. - Café de José Tadeia. - Café Lusitano. - Café/ Pastelaria de Mário da Silva Balau (Viúva). - Café/ pastelaria Sorraia
Casas de Pasto			- Joaquim Ferreira Bento. - José Diniz.	- Fortunato Miguel. - Joaquim F. Bento. - José Diniz.	- Alcides da Silva Galveia. - Fortunato Nunes da Silva. - Joaquim F. Bento (Herdeiros de). - Manuel Justino	- Alcides da Silva Galveia. - Fortunato Nunes da Silva. - Joaquim F. Bento (Herdeiros de).	- Joaquim Arromba. - Joaquim F. Bento (Herdeiros de). - Manuel da Silva Galveia.
Cervejarias			- Joaquim Valério dos Santos & C.ª	- Augusto Raposo. - Francisco Teotónio Mendanha. - José Alves Sossêgo. - Joaquim Valério dos Santos. - Júlio S. Monteiro. - Mário Balau.		- António Valério. - Bar do Zé. - Campino. - Coruja. - José da Cruz. - José Tadeia. - Mário da Silva Balau (Viúva de). - Sorraia	- Bar do Zé. - Cafe do Zé. - Campino. - Coruja. - José Tadeia. - Lusitano. - Mário da Silva Balau (Viúva de). - Sorraia.
Hospedarias	- Joaquim Valério dos Santos. - João Felício Ferreira.	- Francisco Filippe. - João Felício Ferreira. - Joaquim Valério dos Santos. - Veríssimo Feliciano dos Santos.	- Francisco Filippe. - José Francisco Canellas.				
Pensões			- Pensão Coruche de Manuel da Matta. - Pensão Ferreira.	- Pensão de Manuel Correia de Sá. - Pensão de Manuel Mata. - Pensão Moderna.	- Pensão Aliança. - Pensão de Manuel Correia de Sá. - Pensão de Manuel Mata (viúva de).	- Aliança. - Manuel Mata (viúva de). Manuel Mata - Pensão Praia	- Aliança. - Manuel Mata (viúva de). - Pensão Praia

GOLEGÃ							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias			-Café de Francisco Azevedo. - Café de José Maria de Azevedo Gameiro.		- Café Cervejaria Estrela de Ouro	- Café Estrela de Ouro de Henrique Pereira Félix. - Café Central de António Brogueira. Cachado. - Leitaria Pensão Nova	- Café Estrela de Ouro de João Medeiros. - Café Central de António Brogueira. Cachado.
Casas de Pasto							
Cervejarias			- Francisco Azevedo. - José Maria de Azevedo Gameiro.	- António M. de Azevedo Gameiro. - Francisco da Silva Ludovino	- Café/ Cervejaria Estrela de Ouro	- Café Estrela de Ouro. - Café Central.	- Bar da Nova Pensão da Golegã. - Café/ Cervejaria Central. - Café/ Cervejaria Estrela de Ouro.
Hospedarias							
Hotéis	- José Leonardo. - Manoel dos Santos Pinto - Ricardo Gonçalves	- José Leonardo. - Manoel dos Santos Pinto - Ricardo Gonçalves	- José Ferreira Desgarrado	- José Ferreira Desgarrado			
Pensões					- Francisco Azevedo. - José Maria Desgarrado. - Maria Marques Manteiga. - Viúva de António Bernardo.	- José Ferreira Desgarrado. - Pensão Nova da Golegã.	- Pensão Nova da Golegã.
Restaurantes							- Café Restaurante Central. - Café Restaurante Estrela de Ouro

RIO MAIOR							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias			- Café Luzitano Limitada	- Café Celeste de José S. Santos	- Café Celeste. - Café União Ld.ª	- Café Frazão. - Café Parque. - Café Restaurante Aviz. - Café União. - Café Celeste.	- Amarino Soares Pinto (Asseiceira). - António Paulino Castelhano. - António Inácio Calmeiro (Pé da Serra). - António dos Santos Ruivo. - Artur Colaço dos Santos. - Café Arco Iris de António Pereira. - Café Avis de Silvino Bernardino Sequeira. - Café Celeste. - Café Fonseca de José Fonseca da Silva. - Café Frazão de João Frazão Teixeira. - Café Parque de José Francisco. - Café União, lda. - Celestino Vargas Duarte (Asseiceira). - Francisco dos Santos Quintino (Asseiceira). - Isaías Fragata de Figueiredo (Boiças). - José Joaquim Paulo. - Madaíl Ferreira Coito (Asseiceira). - Posto de Santa Isabel.
Casas de Pasto	- António José Vieira. - Bernardo Lourenço. - João Josué Vieira - José Henriques de Almeida - Salvador dos Santos	- António José Vieira. - João Josué Vieira - José Henriques de Almeida. - Maria das Dores (viúva). - Salvador dos Santos	- Adelino Soares. - Adriano Emygdio Ribeiro (viuva de). - Alfredo Rodrigues da Mãe. - João Josué Vieira (viúva de). João Martins (viúva de). - Manoel Collaço Barbosa. - Salvador dos Santos (viúva de)	- Alfredo Rodrigues da Mãe. - António C. Carvalho. - António Feliciano. - Deodato Colaço. - João Martins (viúva de). - Manuel Colaço. - Osvalindo Ferreira Pronto	- António C. Carvalho. - António Cardoso Canadas. - António Rosa. - António Simões da Anica. - António Vaqueiro. - José Barbosa de Aguiar (viúva de). - José Canadas. - José da Silva Alegre. - Manuel Colaço Barbosa. - Manuel Cordeiro. - Cavalindo Ferreira Pronto.	- António Cardoso Canadas (Viúva de). - António Simões da Anica. - António Vaqueiro. - Guilherme da Silva Santos. - José Aniceto dos Santos. - José Barbosa de Aguiar (viúva de) - José Ferreira Canadas. - José da Silva Alegre - Manuel Colaço Barbosa. - Manuel Cordeiro.	- Amália Agostinho Aguiar. - António Simões da Anica. - António Vaqueiro. - Guilherme da Silva Santos- - Joaquim Barbosa. - Madail Pinto. - Maximiano Campos. - Pedro Lopes André (Freiria)

RIO MAIOR (cont.)							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Hospedarias			- Quintino Salvador dos Santos (viúva de)				
Hóteis	- Juliana de Juliana Ritta das Dores. - Quintino de Salvador dos Santos - Vieira de António Josué Vieira	- Commercial de Pedro da Fonseca Cardoso. - Juliana de Juliana Ritta das Dores. - Quintino de Salvador dos Santos - Vieira de António Josué Vieira					
Pensões			- Pensão Ramos de João Ferreira Ramos	- Pensão Coruchense de Maria Fernandes. - Pensão Estremadura de Caetano Correia. - Pensão Moderna de Justino José Henriques de Carvalho. - Pensão Riomaiorense de António Feliciano	- Pensão Central. - Pensão Estremadura de Caetano & Henriques. - Pensão Moderna de Justino José de Carvalho. - Pensão Riomaiorense de Manuel Coelho Zuzarte.	- Pensão Unidos. - Pensão Popular.	- Pensão Café- Restaurante Avis. - Pensão Frazão. - Pensão Unidos de Alice Colaço Lucas.
Restaurantes					- Restaurante Ribatejo de Caetano & Rodrigues	- Restaurante Pensão Unidos.	- Restaurante Avis. - Restaurante Frazão.

SALVATERRA DE MAGOS							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias					- Café de Gaspar da Silva. - Café de Joaquim Lopes. - Café Progresso. - Café Ribatejano.	- Estrela dos Viajantes. - Ribatejano de Joaquim Lopes	- Café /Bar/Pastelaria O Moinho. - Escondido. - Lealdade. - Café /Pastelaria Ribatejano. - Café /Pastelaria Sol da Lezíria. - Pastelaria de Francisco Henriques da Fonseca
Casas de Pasto							
Cervejarias				- Jacinto Lopes Magalhães. - Manuel Xavier da Silva.	- Francisco Rodrigues da Fonseca. - Café/ Progresso. - Café/ Ribatejo	- Francisco Henriques Fonseca. - Progresso. - Ribatejo. - Sol da Lezíria.	- Francisco Henriques Fonseca. - Lealdade. - O Moinho. - Ribatejo. - Sol da Lezíria.
Hospedarias							
Hóteis	- José Caleiro	- José Caleiro	- João Gomes Castanheiro. - João da Silva Pintor. - Porphirio Augusto Fernandes				
Pensões				- João Gomes Castanheiro. - Joaquim Monteiro. - Rosa Grilo	- Leopoldina da Silva. - Manuel Vieira Lopes. - Rosa Grilo	- Avenida. - Lealdade. - Leopoldina da Silva. - Nova Pensão Rosa Grilo. - Ribatejana	- Avenida. - Lealdade. - Nova Pensão Rosa Grilo. - Ribatejana
Restaurantes						- Ribatejano	- O Moinho - Ribatejano

SANTARÉM							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cafés, Bares, Pastelarias			- Café/ Pastelaria Parisiense de Abel Tente. - Café de Alfredo da Silva Leitão - Café de Florentino Dias. - Café de Francisco Duarte Fernão Pires. - Estrella Scalabiz (café, Casa de Chá) - Pastelaria de Monteiro Ramos Ld..ª	- Café Brasileira de Florentino Dias - Café Central. - Café Scalabis. - Café Estremadura. - Café Estrêla Scalabis - Café de Francisco D. F. Pires & Filhos. - Café de Mariano R. Fernandes. - Pastelaria de Diamantino Pereira Veloso.	- Café/Bar Ribatejo. - Café Bijou. Café A Brasileira de Florentino Dias Vigário. - Café Arcádia. - Café Central. - Café Portugal	- Bar / Restaurante Ribatejo de Guilherme de Azevedo. - Campinos, Mercado Diário. - Cave Bar de João Afonso. - Lezíria Bar. - Café Bijou. - Café A Brasileira de Florentino Dias Vigário. - Café Central. - Café Portugal. - Café Sá da Bandeira. - Café Havaneza. - Lezíria Bar.	- Café/Bar Restaurante Ribatejo. - Café Bar/ Campinos (Mercado Diário). - Café Cave Bar. - Café Lezíria Bar – Café A Brasileira. - Café / Pastelaria Bijou. - Café A Churrasqueira. - Café Central. - Café Portugal. - Café/ Restaurante Camionagem Ribatejana. - Café/ Restaurante Sá da Bandeira. - Café Veneza - Pastelaria Abidis.. - Pastelaria Eureka. - Pastelaria Mirine. - Pastelaria Tátá. - Pastelaria de Valentim Marques Elói. - Pastelaria de Vaz Pires Ferreira.
Casas de Pasto	- José Pedro Baptista. - Manoel da Silva Rapideza	- Fernando de Jesus e Oliveira. - Manoel da Silva Rapidez (viúva de)	- A Social de António da Silva Fialho. - Antiga casa Soeiro Cravo. - António Domingos. - Casimiro Rodrigues. - Fernando de Jesus e Oliveira. - José Dias Rôlla. - José de Sousa Martinho. - Manoel da Silva Rapidez (viúva de)	- António da Silva Fialho - José de Amaral Ld.ª (Ribeira). - Júlio dos Santos Pimenta. - Manuel Emídio. - Vicência da Silva	- António Domingos. - António Oliveira. - João Domingos. - José de Amaral, Ld.ª (Ribeira). - Manuel Emídio dos Santos. - Primavera. - Vicência da Silva	- António Domingos. - João Domingos. - José de Amaral. - José Rosa Nunes (Viúva de). - Manuel Emídio dos Santos. - Primavera. - Vitória	- Alberto Vieira de Vasconcelos. - Carlos Ferreira Figueiredo. - Casa de Pasto A Floresta. - Nove de Abril. - Primavera

SANTARÉM (cont.)							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Cervejarias						- A Caravana. - Barrete Verde. - Campinas. - Cave Bare. - José Farinha. - Lezíria Bare. - Tique-tique	- A Caravana de T. de Fróis. - Barrete Verde de T. de Fróis. - Café A Churrasqueira de Silva & Lemos. - Café/ restaurante Camionagem Ribatejana. - Campinas. - Cervejaria Jotabar. - Cervejaria Tico-Tico. - Cervejaria Zita-Bela. -José Farinha (Herdeiros de) - Lezíria Bar.
Hospedarias	António Ribeiro Santareno						
Hóteis	- Grande Hotel Duarte de Joaquim Pereira Duarte. - Hotel do Commercio de Manuel Filipe. - Hotel União de Manuel Lanheiro.	- Hotel Central de Francisco Duarte Fernão Pires. - Hotel do Commercio de Joaquim Duarte. - Hotel Miranda de Henrique Duarte Miranda. - Hotel União de Manoel Brites Lanheiro	- Alliança de José dos Santos. - Central de Francisco Duarte Fernão Pires.	- Hotel Central de viúva de Francisco Duarte Fernão Pires e Filhos.	- Hotel Abidis. - Central de Viúva de Francisco Duarte Fernão Pires e Filhos Ld.ª	- Hotel Abidis. - Hotel Central	- Hotel Abidis. - Hotel Central.
Pensões			- Pensão de José Dias Rôlla.	- Aliança Pensão. de Pensão de Casimiro Rodrigues. - Pensão Económica. - Pensão Lusitânia. - Pensão 9 de Abril. - Pensão Rapideza. - Pensão República.	- Pensão de Casimiro Rodrigues. - Pensão Lusitânia - Pensão 9 de Abril. - Pensão Oliveira. - Pensão Primavera. - Pensão Rapideza	- A Floresta. - Lusitânia. - Pensão Joaquim Bolôfo. - Pensão 9 de Abril. - Pensão Sá da Bandeira. - Pensão Torreense. - Pensão 31 de Janeiro. - Peralta. - Primavera	- Pensão Lusitânia. - Pensão Flôr do Ribatejo. - Pensão 9 de Abril. - Pensão Sá da Bandeira. - Pensão Torreense. - Pensão Peralta. - Pensão Primavera.

SANTARÉM (cont.)							
Ano / Casas de Comer	1904	1909	1932	1940	1950	1960	1970
Restaurantes		- Brasserie de Joaquim Duarte. - Francisco Duarte Fernão Pires. - Joaquim Rodrigues	Brasserie de Romão & Duarte. Neves & C.ª	Restaurante/ Café/ Bilhares/ Salão de Festas Scalabis	- Restaurante Estrela do Mar	- Adega Regional de Santarém. - Barrete Verde. - Restaurante Estrela do Mar. - Restaurante Jotabar. - Solbar - Restaurante Verde Gaio	- Restaurante A Caravana. - Restaurante Barrete Verde. - Café/ Restaurante A Churrasqueira. - Café/ Restaurante Camionagem Ribatejana. - Restaurante Estrela do Mar. - Restaurante Jotabar. - Restaurante Sá da Bandeira. - Restaurante Verde Gaio.

No mantel das artes culinárias o grande acontecimento no dealbar do século xx é o aparecimento nas livrarias do Tratado de Cozinha e Copa de Carlos Bento da Maia. Saiu em 1904, além de ter recebido pronta adesão do público, o Tratado é nobilíssima obra e de grande utilidade para investigadores, cozinheiros e outros profissionais da restauração.

Ainda no ano de 1904, o importante lavrador José Relvas muda-se para Alpiarça e inicia a construção da imponente Casa dos Patudos.

Casa dos Patudos, em Alpiarça

Filho de Carlos Relvas, distinto fotógrafo, desportista entusiasta, toureiro temerário, abastado proprietário, José Relvas cedo manifestou interesse pelas artes e as letras, desistiu do curso de direito a favor do Curso Superior de Letras. Na qualidade de membro mais velho do Directório do Partido Republicano Português, proclamou a República a 5 de Outubro de 1910, na varanda do edifício da Câmara Municipal de Lisboa. Foi Chefe do Governo, Embaixador em Espanha e Presidente do Senado. Fundamentalmente aliou às suas qualidades de homem de acção, de bom gestor da sua relevante casa agrícola, de esteta sabedor razão pela qual dedicou tempo, dinheiro e estudo na construção de importante acervo artístico e literário.

A Casa dos Patudos transformou-se numa Casa-Museu cujo modelar Arquivo é depositário de dezenas de milhares de documentos onde se incluem os de cariz gastronómico, principal motivo para ser referida nesta obra. Com efeito, no Arquivo da Casa dos Patudos existe um fundo documental contendo exemplares de menus, a maioria de cariz oficial e comemorativo a enunciarem o modelo alimentar e receituário da classe dirigente seja no final da monarquia, seja no princípio de República. A leitura dos menus prova a influência francesa (ainda em vigor nos hotéis de "charme" e antigos), não só a nível da escolha da língua, também no referente ao receituário. No domínio do serviço e da sequência dos banquetes persiste o chique galo, não se restringindo à capital, do mesmo modo ao Ribatejo.

A título de exemplo transcrevem-se dois desses menus:

"Ceia servida no Real Paço da Ajuda a 27 de Março de 1905

Menu:

- Filet de bouef à la Bohémienne
- Mousse de foi-gras à la Diplomate
- Galantine de Chapon à l` Impériale
- Jambon d´ York à lá gelée
- Dindon Truffé
- Sandwiches
- Nougat d´amandes à lá Française
- Pyramide de Gateau Breton
- Patisserie Mélèe-Glace
- Thé vert e noir
- Chocolat, Café
- Gateau Savarin
- Brioche Petits-jours etc.

Jantar servido pelo Hotel União Commercial, no Claustro de D. João III do Convento de Christo aos membros da Sociedade de Geographia em excursão scientifica à Cidade de Thomar a 4 de Julho de 1905

Menu:

- Sopa riz juliana
- Pasteis de carne folhados
- Peixe cosido com molho hollandez
- Língua com ervilhas
- Vitella fria e fiambre
- Feijão verde salteado
- Perú assado
- Saladas
- Doces – Fatias da China, pudim e queijadas
- Queijos e frutas diversas
- Café e vinhos"

A implantação da República

"Façamos, pois, a república, a república honesta, conservadora."

Adolphe Thiers

A 5 de Outubro de 1910, é implantada a República. O regime monárquico cai, vítima da erosão do seu prestígio e símbolo de Portugal. Um punhado de militares apoiados por civis venceu a fraca oposição das forças monárquicas, levando à fuga da família real, e do ribatejano, da Golegã, José Relvas a proclamar a República na varanda do edifício da Câmara Municipal de Lisboa.

A notícia foi recebida jubilosamente nas terras da Lezíria, a razão do júbilo pode deduzir-se da leitura do *Relatório da Comissão Republicana do Distrito de Santarém, 1909*, nele se afirmava estar no distrito o maior núcleo de republicanos, logo a seguir a Lisboa. A maioria dos seus habitantes trabalhava os campos agrícolas na condição de assalariados, à jorna, pelos grandes latifundiários. Se a indústria na lezíria era quase incipiente, a produção de azeite e vinho ocupavam parte da mão-de-obra existente.

"Homem assim tão valente nunca houve na Golegã."

In, Fanga, de Alves Redol

Fanga é uma porção (leira) de terra arável que os fangueiros cultivavam na lezíria ribatejana em jornadas de trabalho duro de ver a ver, obrigando os camponeses a esgotante actividade, numa constante lufa-lufa alimentada conforme o apanhado nas brenhas e nas hortas, à popular sardinha quantas vezes dividida por tês. Nos dias nomeados aparecia uma posta mais rara, um rabo-de-bacalhau mais frequentemente, cozinhado na forma de assado, cozido, grelhado ou assado, o democratizado "bacalhau pataco".

Alusões republicanas ao bacalhau e não só…

A expressão "bacalhau à pataco" perdura numa alusão à promessa republicana no antecedente da implantação da República. No amplo sentido do termo, o bacalhau a pataco quer dizer: melhor nível de vida, mais meios, mais comida, a custo mínimo. O republicano João Chagas nega alguma vez ter feito tal promessa do benquisto bacalhau apenas custar um pataco, pretendia-se dizer que o gadídeo padecia de um defeito: ser muito caro. Daí a forte alusão.

Ao ser caro só os ricos o comiam nos hotéis e restaurantes em receitas de autor, isto é: de cozinheiros que ganharam fama a perdurar até agora confirmando as virtudes e a versatilidade do fiel amigo. Se dúvidas existirem, anulam-se ao recordarmos o bacalhau à Gomes de Sá, à Brás, à Zé do Pipo, à Narcisa e à Margarida da Praça, quinteto de receitas de talentosos cozinheiros e cozinheiras daquele tempo. As receitas concebidas por tais sacerdotisas dos fogões continuam a fazer parte das ementas de numerosos restaurantes, sem embargo de não cessar a apresentação de novas versões de cozinhar o bacalhau. No Ribatejo, receitas de origem camponesa invadiram pacífica e gostosamente os centros urbanos, as açordas, as migas, as sopas, a massa à barrão, o magusto, disso são exemplo.

O *Gallus callarias* já no século XVI era objecto de dízimo lançado pela coroa, um dos intrépidos irmãos açorianos – os Corte-Real – disse ser a Terra Nova, a "Terra dos Bacalhaus".

Na nascença da República fazia parte do imaginário de abastança, de gozada satisfação palatal, a bacalhauzada de truz, sendo sinónimo de opípara refeição.

Investigadores de quadrantes antagónicos são unânimes no salientar de a mudança na cultura rural portuguesa, no referente aos hábitos alimentares, não ter conhecido variações significativas depois da mudança de regime. As refeições continuaram a ser três na correnteza dos dias: almoço de manhã, jantar ao meio-dia e ceia à noite. Refeições simples, partilhadas do mesmo prato largo e fundo, o mesmo garfo ia de roda, passava de mão a mão diferente impedindo os destros no comerem mais que os canhestros.

No texto *O Meu Caseiro,* Raul Brandão refere:

"É uma mulher que não sai de trás das panelas.

Levam horas a comer. Comer para o lavrador, que sabe o que lhe custa o pão, é um acto religioso. Moem e remoem o caldo e a broa com o respeito de nossos pães diante da mesa postas."

Os pequenos lavradores e os caseiros pertenciam grupo social dos jornaleiros e operários das aldeias, o pequeno proprietário tinha ao dispor mais produtos, a gente de posses ainda mais, entre as refeições dos primeiros e a dos terceiros há diferenças assinaláveis, não só relativamente aos alimentos de cunho local, o ainda mais nos vindos de fora. O caseiro come caldo, sardinha repartida, couves, batatas, broa e vinho. O abastado adquire bacalhau, carne, sardinhas à vontade, pescada quando aparece, faz gasto de ovos, aves, caça, presunto, enchidos, conhece o sabor da manteiga, do leite, do chocolate e do café.

Nos espaços urbanos, as variações confinaram-se, quanto muito, a nível das designações, algumas ridículas, como foi a tentativa gorada de alterar o nome do bolo-rei, receita trazida de Paris por Baltasar Rodrigues Castanheiro Júnior, proprietário da Confeitaria Nacional, fornecedora da Casa Real.

No essencial, as técnicas culinárias nos hotéis e restaurantes continuaram a ser as mesmas, substituíram-se as tabuletas baptismais, aboliram-se as referências à realeza e à Monarquia, em parte a clientela alargou-se a militares de baixa patente, caso dos vitoriosos sargentos, a funcionários médios e caixeiros de maior estatuto.

O ideal de mudança preocupava os próceres republicanos, João Chagas em 1909, escreveu: "Fazer vingar a causa do povo em Portugal é operar uma obra de prodígio. O povo não está feito. É fazê-lo. Não é ressuscitá-lo. Ele nunca existiu. Na realidade é dar-lhe mostrá-lo à própria nação assombrada, como um homem novo sem precedentes."

A aluvião social transbordava, os operários e pequenos funcionários ganharam força nas reivindicações, protagonizavam greves violentas e duramente reprimidas. Em casa, as mulheres continuavam na labuta incessante de alimentarem os seus, persistia a sina de com exíguos recursos terem de sustentar a filharada. Os seus homens frequentavam tabernas, carvoarias e espeluncas, onde petiscavam e bebiam copázios de tinto encorpado para aquecer e a seguir baterem palmas e trocarem sibilinas palavras, conforme as fadistas eram ou não eram do seu agrado. No trabalho científico de José Machado Pais, *A Prostituição e a Lisboa Boémia do Século XIX aos Inícios do Século XX,* podemos ler:

"Guitarra que não aqueces,
Embora cantes com brio!
Quando não fala de amor,
Ainda a guitarra tem frio!"

"Essas que em tascas imundas,
Sempre de copo na mão,
Desgrenhadas, descompostas,
de dia e de noite estão."

"Lembro as esperas do gado,
Divertimento atraente
da ralé e fidalguia,
E do Colete Encarnado.
Vinha o fado tristemente
Acabar na Mouraria."

Todos os taberneiros caprichavam na apresentação das populares iscas, davam-se disputas sobre qual era a melhor cozinheira a prepará-las e frigi-las, o mesmo desafio em relação às meias desfeitas (o nome deriva de meia dose), preparo composto por uma posta de bacalhau, grão-de-bico, cebola, salsa picada, sal, pimenta, um fio de azeite e gotas de vinagre.

A Jacinta cantadeira, exímia tocadora de guitarra, bonita e frescal, tricana de Coimbra, em conversa com o jornalista Eduardo Fernandes, sem pruridos lembrou-lhe: "– Filho gosto muito de ti, mas não posso comer mais com bacalhau-com-grão! Deste ordem ali no tasqueiro para me dar almoço e jantar, mas o homem só vende meias-desfeitas que custam 70 réis, e eu não me governo com tão pouco! Até às malvas!"

O rol de comeres nas tabernas completava-se ao incluir bifanas, chispe, chouriço, cabeça de porco, orelheira, toucinho, carapaus fritos, sardinhas, caldo de entulho, caldo verde e respectivos acompanhamentos. Além da vinhaça às refeições e fora delas, a aguardente, a ginjinha e a jeropiga estavam no cardápio das bebidas de júbilo

e gozavam de forte aceitação.

O costume de comer fora de portas cresceu. Nas denominadas hortas, o estendal de comeres primava pela modéstia. Modestas não eram as doses de saladas, primícias de carne e caldos de pouco custo, os pobres descobriram o filão, a fama correu, literatos e jornalistas publicitaram-nas, a freguesia aumentou. O acima referido jornalista Eduardo Fernandes (Esculápio – 1870-1945) nas Memórias refere gargalhado episódio ocorrido numa alfurja das hortas: "– Ó tia Maria, como é que você faz estes bifes tão saborosos ficam?

– Tem pouco que saber, respondeu a velha, que era da Beira, abrindo a boca e mostrando a boca horripilante. A gente toma um bochechinho de vinagre e deita-o sobre a carne..."

No universo das tertúlias gastronómicas destaca-se a dos Makavenkos, o entusiasmo e a influência de "O grande Homem" Francisco de Almeida Grandela, proprietário de fábricas e dos Armazéns que ostentavam o seu apelido, alcandoraram-no a lugar cimeiro no cenáculo gastronómico lisboeta. O influente comerciante, nascido em Aveiras de Cima (Azambuja), republicano, autarca, filantropo, o operativo comerciante sucumbia aos prazeres da mesa e adjacências. Famosos e invejados eram os ágapes da sua lavra. *As Memórias e Receitas Culinárias dos Makavenkos*, editadas em 1919, ajudam a conhecer a cozinha praticada nos restaurantes qualificados em tão agitado período da nossa história.

As senhoras não têm as preocupações das mulheres dos trabalhadores e operários, leem na *Ilustração Portuguesa* e nos *Almanaques* conselhos úteis para o bom governo da casa e copiam as receitas ali publicadas. O escritor transmontano e monárquico Campos Monteiro escreveu páginas azedas a ridicularizarem o regime republicano: ao comentar conflitos, criticar políticos, denunciar situações, também se dedica a escrever relativamente a produtos, comeres e beberes nos anos antecedentes à instauração da Ditadura Militar.

No livro *Saúde e Fraternidade* fala na dificuldade em se conseguirem alimentos, diz que o matadouro não funcionava por falta de reses, das redondezas não vinha à cidade "um simples molho de hortaliça, nem um litro de leite". Os poucos géneros que havia vendiam-se em segredo e a preços exorbitantes. Faziam-se manifestações, englobando grevistas, grupos libertários, milhares de famintos, "não só do povo, mas da classe média." Todos pediam pão. O seu severo julgamento do regime republicano não pode ser dissociado da sua militância monárquica.

O economista Jaime Reis, em O *Atraso Económico Português* 1850-1930, aponta pistas sobre a continuada agitação social no País durante a I República, outros historiadores e cientistas sociais de várias escolas e proveniências têm produzido estudos do mesmo género com visões diferentes sobre as causas conducentes ao seu colapso no dia 28 de Maio de 1926.

Nesse ano de 1928, Ferreira de Castro pública *Emigrantes*, o drama da emigração é o cimento do romance. O autor, em jovem, teve de emigrar para o Brasil, da má experiência r*etirou filamentos e atitudes mais tarde expressas num dos seus livros de maior êxito, A Selva*. A emigração sempre foi a nossa escapatória às difíceis condições de vida. Em 1934 dá a conhecer o romance *Terra Fria*, o cenário desenrola-se no gélido Barroso, o personagem Santiago descoroçoava-se porque a vida nas ásperas serranias contradizia a doçura por ele imaginada na Califórnia.

"Os montanheses viviam agarrados à rocha, contentes, almoçavam e jantavam todos os dias e se o gado se multiplicava. Deitavam-se cedo, levantavam-se mais cedo ainda e se algum ficava em paleio durante as horas mortas, era macho novo farejando saia de rapariga casadoira, ou velha fiando lã da sua roca."

Na Exposição de Sevilha, realizada em 1929, o governo da Ditadura empenhou-se na valorização do passado, publicaram-se folhetos nesse sentido, um para cada província debaixo do título genérico – PORTUGAL, o conteúdo versava as belezas naturais, os produtos de apreço e preparações culinárias da cozinha oral.

No tocante à defesa da culinária portuguesa, no ano de 1933 é criada a Sociedade Portuguesa de Gastronomia. O dinamismo do industrial e mineralogista António Maria de Oliveira Belo está na génese da Sociedade que agrega como sócios personalidades influentes e conhecidas na sociedade lisboeta. Os seus estatutos enunciam vários objectivos, desde fazer ressaltar a cozinha nacional à homenagem "aos escritores e homens de ciência que têm lutado por melhorar as condições de alimentação", passando pela promoção de exposições, concursos, semanas de culinária, fazer a propaganda e afirmar os bons produtos nacionais. O promotor da Sociedade escreveu Culinária Portuguesa, obra de reverência e referência e menção obrigatória relativa ao património gastronómico da cozinha escrita.

Do Estado Novo ao 25 de Abril de 1974

A denúncia das más condições de vida no seio do operariado, do campesinato e obreiros em plena vigência do Estado Novo, está patente em um bom número de obras integradas na corrente literária conhecida debaixo do eufemismo neo-realista. Obviamente, os autores aludem a alimentos e à falta dos mesmos, associando a maneira de os conservar e cozinhar. No Ribatejo e o Alentejo, sem surpresas, as grandes superfícies agrárias necessitavam de trabalhadores ajustados a baixo custo, daí estas províncias terem sido propícias à irrupção de injustiças sociais.

No ano de 1941 sai Esteiros, de Soeiro Pereira Gomes, o autor condena o trabalho infantil e realça a contradição da efeméride: "1 de Novembro. Dia de Todos os Santos e de pão-por Deus. As crianças espalham-se pelas ruas e batem às portas.

– Pão...por Deus...

Nas arcas há nozes, castanhas e figos secos. A tradição manda que não se encham bornais com "tenha paciência". Os pobres tiram o pão da boca para os filhos dos pobres. E os ricos sacodem as migalhas em nome de Deus.

Dia de Todos os Santos – Dia de todos os pobres."

O autor retratou este e outros dramas, frequentes dramas, nas terras da lezíria grande e pequena do Ribatejo.

Outros romances saídos nos anos quarenta e cinquenta afinam pela mesma diapasão, Pão Incerto de Assis Esperança, *O Salário de Judas de Júlio Graça*, Barlavento de Luís António dos Santos, *Esta Terra que é Nossa* e *O Aprendiz de Ladrão* de Antunes da Silva, *Seara de Vento* e *Fogo e as Cinzas* de Manuel da Fonseca, *A Cidade e a Planície* de Faure da Rosa, *Fanga e Gaibéus* de Alves Redol, *O Comboio da Madrugada* de António Borga, enfileiram atrás do primeiro livro do género, *O Vagão J* de Vergílio Ferreira.

Fora deste cânone, outros autores deixaram-nos sentidos relatos de quão dificultoso era dar a volta à míngua alimentar. Estes escritores e Aquilino Ribeiro, Miguel Torga e Manuel Mendes terão sido os autores a conseguir maior difusão das suas opiniões, não se furtando a intervir civicamente contra o regime salazarista.

Nas suas obras e escritos deparamo-nos com numerosos testemunhos, alguns brilhantes, de pendor descritivo dos comeres regionais quer do quotidiano, quer dos

dias de festa e de feira.

O pão, as sardinhas, a carne de porco e sucedâneos, as abóboras, as couves, as cebolas, as batatas, os feijões, as salvíficas castanhas, os frutos silvestres, as cabras, as ovelhas são a coluna vertebral da alimentação de cada dia em que não pode faltar a broa, o caldo e o vinho. Sem ele esfumava-se o ânimo, a força. Vinho muito, *Vindima* é o título de um livro de Torga.

Funçanata a sério só nos dias de festa, Aquilino Ribeiro o afiança: "O comer era à lauta, do melhor, caldo de leite com abóbora doce, arroz com gravanços, reixelo guisado com trigo, iguarias estas de provar e mugir por mais. Punha-se à prova o dedo das cozinheiras! Também causava um despesão o jantar das malhadas; com o sol a ferrar o cachaço, vinho a rodos, o espírito todo no mangual, os homens eram debiqueiros e retraçavam mais do que comiam. Tirava o ventre de misérias a parentela dos trabalhadores que varria as caçoilas, rilhava os ossos que nem um bando de olharapos", assim se lê em *Terras do Demo*. A descrição de Aquilino do jantar da malhada revela o zelo das cozinheiras na confecção de pratos sazonais específicos do dia nomeado, o regime num dia desses, de dispêndio de grandes energias era: mata-bicho, almoço, jantar, merenda e ceia.

E, cada roca com seu fuso, cada terra com seu uso, ou conforme o que havia, como se detecta em *Novos Contos da Montanha* de Miguel Torga.

"Era no Doiro, numa cava. Ao meio-dia, a Margarida veio trazer o jantar, e embora a sardinha salgada e caldo de gravanços tirassem a coragem ao mais pintado, a cara da rapariga desanuviava os horizontes". Apesar da dureza da tarefa, a refeição reduzia-se à sardinha vinda da barrica, o gravanço (grão de bico) foi elemento fundamental na dieta dos jornaleiros e outros trabalhadores rurais.

O obstinado andarilho Manuel Mendes viu e observou, registou e escreveu sobre usanças alimentares de quase todo o País, não esqueceu as paisagens, as artes e ofícios, pessoas e paixões, em *História Natural*, publicado em 1968, traz à conversa comeres e beberes dos meios piscatórios: "Concordaram e ele passou em volta o maço de cigarros, enquanto bebiam um copito daquele branco fresco, diante de uma pratada de percebes que a Sofia pusera em cima do balcão."

"A Sofia tem de nos fazer uma arrozada de lapas que até vai tudo raso. Nunca comeu? Mas deixem-nas engordar, que ainda não estão no tempo. Lá mais para o fim do mês..." "Se acaso descobriram o Evangelista, em baixo, na Calheta, olhavam-no, a moça corria à taberna, a trazer uma garrafa de branco fresco. Sob o patrocínio

do velho pescador, sei lá há que ror de anos, tio Evangelista, não como eu umas navalhas?!...

– Pois tem de se arranjar isto.

Gabriel julgou que fosse o lingueirão, duro de rilhar que nem borracha. Nada disso, não senhor. Era uma espécie de caranguejo, assim do tamanho da palma da mão, que cozidos e frios dão um manjar delicioso."

A actividade política de Manuel Mendes acarretou-lhe dissabores, o mesmo aconteceu a todos quantos ousavam levantar a voz a criticar o Estado Novo. A separação entre oposicionistas e situacionistas fazia-se sentir nas revistas, nos jornais, nos cafés, na atribuição de prémios, enfim, em tudo quanto fosse afirmação de pró ou contra.

De 1955 a 1965 emigram 500 000 portugueses. O regime ditatorial respondia opressivamente através da censura e não só, noutro plano empenhou-se na construção de uma rede de Pousadas de qualidade cujas ementas davam prioridade à cozinha da região, onde estavam inseridas. Nas publicações oficiais e para oficiais defendia-se a cozinha tradicional da Comunidade Lusíada. O bem fundamentado, panegírico da cozinha do "império português", surge nas livrarias em Dezembro de 1962, trata-se da obra *Cozinha do Mundo Português*, por M.A.M., iniciais de Maria Adelina (Monteiro Grilo) e Margarida (Futscher Pereira) e no ano de 1969 é dada à estampa a *Cozinha e Doçaria do Ultramar Português*, edição da Agência Geral do Ultramar. A primeira obra é um fecundo compêndio culinário de alta qualidade, seja na descrição das receitas, seja no enunciar de técnicas e modos de fazer e a segunda, reduzida, tem propósitos de mera divulgação das composições culinárias de maior notoriedade das denominadas "províncias ultramarinas".

A nível da propaganda, o escritor e jornalista António Ferro, marido da escritora Fernanda de Castro, bem visto por gregos e troianos nos círculos literários, conhecedor e frequentador dos meios intelectuais da capital, recebeu de Salazar o encargo de defender o regime e fazia-o de forma aplicada e inteligente: convidava desafectos à Situação a escreverem nas publicações oficiais, encomendava-lhe obras, servia-se do seu talento. O triunfo alcançado com as Pousadas de Portugal leva o governo a prestar maior atenção à rede hoteleira existente, a impor regras atinentes à criação e funcionamento de hotéis, pensões e restaurantes — é que o turismo principiava a ser encarado numa perspectiva de indústria com futuro.

No ano de 1952, existiam pensões (ver quadro) na maioria das vilas e cidades,

algumas estalagens e pousadas, hotéis nem tanto. Por exemplo, em capitais de distrito, como Angra do Heroísmo, Bragança, Faial e Setúbal, só havia pensões e residenciais; nas zonas de veraneio e termas, mesmo em locais recônditos, os hotéis existem; na ilha de Santa Maria, dada a sua posição estratégica para a aviação civil, funciona o Hotel Terra Nostra em instalações de "guerra" construídas pelos americanos, o bar com a sua gigantesca ventoinha lembrava os saloons; na ilha de São Miguel, o Hotel Terra Nostra e o Hotel Brown. A diária mais cara em Lisboa era a praticada pelo Hotel Império, 250$00, seguido do Avenida Palace Hotel, 245$00, na listagem não é revelado o custo da diária no emblemático Hotel Avis, poiso definitivo do multimilionário Calouste Gulbenkian; a superior qualidade do serviço e a excelência da cozinha chefiada por Mestre João Ribeiro levaram o filantropo a viver no renomado Hotel até à sua morte.

*Voltar a descobrir

No dia 4 de Fevereiro de 1961 nacionalistas angolanos atacam pontos estratégicos e uma esquadra de polícia em Luanda. No mês de Março guerrilheiros comandados por Holden Roberto matam centenas de colonos no Norte de Angola. A guerra colonial principia, alarga-se à Guiné e a Moçambique, centenas de milhares de jovens são mobilizados no decurso da guerra, que durou até a Abril de 1974. Para além dos militares envolvidos, acrescentem-se dezenas de milhares de membros das forças de segurança e do funcionalismo público, incluindo professores, membros de profissões liberais, artífices, técnicos e operários especializados. As transformações operadas desde 1960 estenderam-se aos hábitos de consumo, consequentemente às práticas alimentares e preenchimento dos lazeres.

A obrigatória (não para todos) ida ao "Ultramar" significou, para a esmagadora maioria dos que foram combater, a descoberta e conhecimento de partes de Angola, Cabo Verde, Guiné, Moçambique e São Tomé, mais longinquamente Timor. No teatro das operações militares de Angola, Guiné e Moçambique, a permanência durante dois anos teve desastrados e dolorosos contornos, a todos os títulos e nos restantes territórios, significou estadia agradável em ambiente de férias prolongadas.

A redescoberta centrou-se nos funcionários da administração ultramarina, oficiais e sargentos das Forças Armadas escalonados periodicamente, a descoberta abrangeu o grosso das tropas mobilizadas e familiares de alguns militares aquartelados

em zonas menos conflituosas.

E no que consistiu a redescoberta?

A África, no essencial, significava para a quase totalidade dos militares, mistério, animais ferozes, febres e enunciações esquisitas, ensinadas pelos professores do Ensino Primário. Noutro plano, possibilidade de fácil enriquecimento, criadagem a esmo, supremacia do homem branco. Os relatos dos africanistas vindos à Metrópole a fazerem cura de águas de modo a debelarem o paludismo e as doenças originadas pelas parasitoses intestinais, cimentavam a dita significância das "possessões africanas".

A redescoberta iniciava-se logo à chegada aos portos de acolhimento e nos primeiros dias de adaptação, tudo suscitando curiosidade a estimular a imaginação. A paisagem, as construções, as pessoas envoltas em trajes garridos e diferentes, as linguagens incompreensíveis, o cheiro da terra, os produtos exóticos e nunca vistos, os aromas deles desprendidos, os comeres e a prevalência da cerveja em matéria de bebidas, a novidade de refrigerantes crismados em inglês e da Coca-Cola, proibida em Portugal, os cigarros longos, de filtro, até então apenas vistos nos filmes.

A rotação levava à saída de Bissau, Luanda e da então Lourenço Marques, Iniciava-se a grande descoberta. Uma enorme e abrupta descoberta. Por um lado, no teatro de guerra os soldados aprenderam a pisar areias movediças, liames nas florestas, a não pisarem carreiros de formigas agressivas, a desviarem-se de répteis perigosos. O menor deslize podia ser fatal, a perceberem a multiplicidade de alterações climáticas e ambientais, a ouvirem sons maviosos de aves cuja referência primacial era o papagaio. No plano alimentar, as conservas e comida liofilizada constituíam o essencial e as frutas exóticas à chegada passaram à condição de familiares: abacaxis, bananas, cocos, mamões, papaias quebravam a soturnidade das rações de combate. Por outro, nos quartéis junto a cursos de água ou do mar, as ementas englobavam peixes diferentes da usual sardinha, vendida em todas as aldeias portuguesas, ainda marisco, caso dos camarões nunca antes apreciados e ainda menos em quantidade capaz de satisfazer o inquietante apetite de quem é jovem "guerreiro". Se o reconhecimento do frango em cozedura de churrasco já tinha recolhido larga aceitação quando da chegada, mais se acentuou ao também fazer parte do cardápio militar e nos actos festivos de toda a ordem num universo circular. Acresce ainda a carne obtida através da caça de espécies locais, quando a situação o consentia, as gazelas, as impalas, as pacaças, os porcos-bravos, as galinhas

do mato e outras aves alegravam as refeições rancheiras. E, por assim ser, novas técnicas e novos condimentos engrossaram os conhecimentos culinários de homens, até à altura pouco propensos a conceberem petiscos, quanto mais a cozinharem. A estratégica mandioca, ou mancarra, que trouxemos do Brasil, o óleo de amendoim, o óleo de palma, o caril, o gindungo ou piripiri, lustram a descoberta, a qual será trazida para cá ao findar a forçada estadia, passando a categoria de elemento de enlace cultural, até acederem à banalidade no conjunto das cozinhas locais. A Agência Geral do Ultramar publicou um pequeno receituário retirado de todas as colónias.

A par do frango de churrasco, a caldeirada de cabrito à angolana, a galinha à cafreal ou à moda da Zambézia, os camarões grelhados ou assados entram na mencionada descoberta, a par das ostras, da cachupa, do chabéu de galinha, do cozido de banana com peixe, do calulu, da muamba de galinha, matapá, camarão à Laurentina, frango à cafreal, caril de frango à indiana, a espetada de porco, de frango ou cabrito com molho de abacate e a cachupa. A habituação a novos comeres e sabores, induziu ao enriquecimento dos receituários regionais e locais, favorecendo o seu incremento após a descolonização. A dimensão das novidades alarga-se no capítulo dos aperitivos e bebidas: amendoins e castanha de caju, a democratização do consumo da já referida cerveja, a afirmação pessoal através do beber antes e depois da refeição ganham relevo porque naquelas paragens a população branca quotidianamente exercia tal prática cujo exemplo de maior é o consumo de uísque. O vinho, as aguardentes incluindo o popular bagaço e os brandis são os perdedores.

A descoberta de novos hábitos não se restringiu ao universo das comidas e das bebidas, alargou-se ao modo de vestir, de calçar e, fundamentalmente, aos lazeres e prática de desportos atingindo a quase totalidade da sociedade portuguesa, ao se lhe juntar a corrente transformadora originada pela corrente emigratória. Com efeito, a estagnação e a guerra colonial levaram ao aumento da emigração. Milhão e meio de portugueses abandonaram o País em duas décadas; França. Alemanha e Luxemburgo atraíram prioritariamente os continentais, Canadá e Estados Unidos os açorianos, África do Sul, Antilhas e Venezuela os madeirenses.

Novas formas sociais, novas ideias, novos falares, novos actores, novos interlocutores matizavam os centros urbanos, já no espaço rural, as alterações eram mitigadas. No entanto, mesmo nas aldeias, as casas ganham alacridade, conforto e casas de banho, além de novos equipamentos e utensílios na cozinha pensemos nos fogões a gás e nos frigoríficos. A paulatina e concentrada utilização de *tupperwares*

na conservação dos alimentos, gerando benefícios na economia doméstica, a substituição dos aparelhos de rádio pelos de televisão, as varinhas mágicas, as torradeiras e espremedores de fruta, só estavam ao alcance das classes de rendimentos maiores a morarem nas cidades e vilas, sem esquecer as famílias ricas a viverem no campo, sendo praticamente desconhecidos das camadas populares urbanas, ainda mais das camponesas. De qualquer modo, a modernidade definia-se como um descobrimento forçando o imobilismo. A guerra colonial e a emigração eram o motor da descoberta.

As confluências das duas matrizes alargaram o leque de práticas culinárias. Em vésperas do 25 de Abril, a cinzenta, obediente e acomodada RTP, com apenas um canal, fazia publicidade à Churrasqueira do Campo Grande. As donas de casa recebiam lições de culinária de Maria de Lurdes Modesto, patrocinada por uma marca de margarina.

A tranquila (R)evolução gastronómica

> Ser português é também uma arte, e uma arte de grande alcance nacional, e, por isso, bem digna de cultura.
>
> **Teixeira de Pascoaes, in A Arte de Ser Português**

A cronologia regista milhares de acontecimentos revolucionários, cuja génese está na continuada infelicidade dos povos devido à incapacidade dos detentores do poder preverem e dirimirem disputas e convulsões de múltiplas causas. A história enumera o resultado da referida incapacidade: guerras e guerras no decorrer dos milénios. A guerra obriga ao afinamento das máquinas que as sustentam; as provisões alimentares fazem parte da dita afinação. Os estrategas militares só planeavam a data da eclosão dos conflitos após terem preciso conhecimento do resultado das colheitas, pois era necessário alimentar os exércitos e toda a parafernália acompanhante, sem esquecer os animais de combate, e de carga empregues no transporte de homens, armas e munições.

O general Inverno venceu Napoleão, e o Corso disse: “sem vinho não há soldados”. Por seu turno Guilherme de Castro acentuou: “Quem só dá pão à boca, mal dará força à espada”. Tratados de diversos azimutes recordam as consequências das revoluções, alguns sublinham a inovação ocorrida no universo da alimentação decorrente da guerra. Os processos de industrialização e conservação muito lhe devem, produtos de regiões exóticas quebraram o isolamento, o mesmo no que tange a técnicas culinárias, apresentações no prato e correlativas expressões linguísticas. No binómio comida e revolução, afigura-se ajustado saber o essencial do que mudou em Portugal após quarenta anos da Revolução dos Cravos, sem apriorismos de nenhuma espécie. Se tal acontecesse seriam espúrios, porque o gigantismo da operação levava ao esquecimento das formigas e ao enaltecimento das cigarras.

Na sequência do 25 de Abril deu-se e, continua a processar-se, tranquila revolução nos padrões alimentares dos portugueses, desde a adopção de novos modelos alimentares, até ao léxico gastronómico, passando pelos produtos, receituários, espaços e modelos de funcionamento de restaurantes e casas de comida, normas de higiene, certificação de produtos e até a aprendizagens de civilidade e etiqueta em dupla constatação: conhecimentos dos profissionais da hotelaria e restauração, desejos e experiências dos clientes agora mais soltos até no irem ao estrangeiro de onde trazem “novidades” e as relatam nos locais onde tomam as refeições. Eles serão os primeiros a referir as vantagens e inconvenientes da denominada comida rápida e em cadeia.

Num primeiro andamento, é preciso determo-nos no factor humano, corporizado nos regressados das antigas colónias, além da carga emocional derivada do abandono de terras e lugares recheados de marcas de felicidade, carrearam e colocaram em prática técnicas diferentes no modo de preparar os produtos, além das alteridades gastronómicas, somando-se às tradicionais e correntes denominações. Outras, ainda a inclusão de novas perspectivas, de novos termos linguísticos incluindo os gestuais, de ataviamento do pessoal e recepção da clientela.

O viajante observador, interessado em conhecer os contrapontos da paisagem social portuguesa das últimas quatro décadas, ainda nos dias de hoje, consegue vislumbrar inúmeros signos, espalhados por todo o País, a enunciaram de onde vieram e viveram, os até há anos conhecidos pelo apodo de retornados, agora completamente integrados, mesmo vertendo compreensíveis lágrimas de saudade dos afectos perdidos, enraizados nos ancestrais lá nascidos e enterrados, de todos

os filamentos, incluindo os do mundo físico e biológico. A sua integração é um extraordinário exemplo de êxito social, cultural e afectivo, sem exagero podemos apelidar de revolução do amor recíproco.

Esta vivaz realidade, integradora no conspecto alimentar e gastronómico, enriqueceu-se pela contribuição da multiplicidade étnica, salientando-se o contributo do Brasil, pois milhares de mulheres e homens de outras paragens mantêm cordão umbilical às regiões onde nasceram e cresceram. Os saberes culinários e gastronómicos de uns e outros entrecruzam-se, sedimentaram-se, estando explícitos em restaurantes, casas de comer, bares e associações de vária ordem. As formas de comportamento das quais ressalta a informalidade, a recíproca hospitalidade, balizada em incorporações de convivialidades de tipo diverso, com a consequente instrumentação linguística, gestual e prática, mudaram de modo significativo no segmento das classes de menores proventos.

Se os banquetes e/ou festins dos dias de festa ou de comemoração obrigavam a certa solenidade, se as refeições fora de casa justificavam vestimenta diferente, se o pequeno-almoço era tomado, normalmente, na residência de cada um, se o lanche citadino estava confinado a pastelarias e salões de chá, tudo mudou no seio da classe média e média alta a seguir à revolução dos cravos.

Num segundo andamento é de assinalar o triunfo da comida de célere confecção em cadeia e da de contornos globais, ou seja: a que encontramos nos cinco continentes, nos mesmos tons, nos mesmos sabores, na base de produtos iguais, em moldes iguais. Idêntica revolução aconteceu em relação às bebidas. Os meninos agora sorriem quando lhe lembram que Salazar interditou a venda da *Coca-Cola* (vendida livremente nas colónias), a bebida escura era proibida a bem dos costumes, a bem do pequeno país, a bem do "beber vinho é dar de comer a um milhão de portugueses". Assim se dizia, meio a sério, meio a brincar. O consumo de vinho fora das refeições conheceu enorme retrocesso, sendo substituído pela cerveja e bebidas borbulhantes e o mesmo sucedeu no espectro dos digestivos. A vitória do uísque é avassaladora.

A comida interpretada em múltiplas variedades e marcas de todo o Mundo, passou a estar disponível a toda a hora, nos novos e aprazíveis pontos de venda dotados de mobiliário, ergonomicamente correcto, vibrante nas cores, sempre imaculado. Os bens ali vendidos, bem apresentados, não obrigam a grandes esforços no acto da mastigação, sendo consumidos em ambiente ameno, alheio a altas

ou baixas temperaturas. A sua instalação é cuidadosamente planeada, imperam nas grandes superfícies, estações gasolineiras atraindo toda a classe de públicos, vendendo grande número de produtos fabricados de antemão, o conhecido *fastfood* da era global, de vários condimentos, de várias proveniências e múltiplos falares. Nas selectas boutiques alimentares adquirem-se delicadezas gastronómicas, os chamados produtos de excelência, vindos de todas as partes do Mundo, vinhos e bebidas de regozijo, de grande prestígio, a preços à altura da fama, só ao alcance de carteiras recheadas.

No universo da restauração, a revolução operada continua a ser de tomo, à mesma não é alheia a irrupção de novos conceitos de estética e ocupação dos espaços, a introdução de equipamentos e instrumentos oriundos dos centros de avançada inovação, do último grito da fusão e multiculturalismo gastronómico. A globalização no domínio das técnicas do fazer assombros culinários chegou e ficou, a face mais visível está representada em chefes e cozinheiros jovens, ambiciosos, alguns grávidos de talento, a suscitarem o interesse de públicos adeptos da novidade e omnívoros consumidores de televisão. Convém salientar o crescente interesse na harmonização de conceitos culinários, cuja matricialidade assenta na tradição, a escorar a inovação e até invenção culinária. A dieta mediterrânica logrou reconhecimento da UNESCO, obtendo o galardão de património imaterial da Humanidade. As pimentas mexicanas, um determinado tipo de pão da Croácia e a cozinha francesa também o obtiveram na mesma altura, durante a reunião ocorrida em Nairobi. Esta cobiçada distinção, e outros prémios, estão a criar crescente convicção no círculo dos jovens chefes de que vale a pena esforçarem-se no sentido de gerarem uma imensa torrente de novidades, sustentadas pela referida tradição culinária, englobando a dieta atlântica e de montanha, menos visíveis que a mediterrânica, mas nem por isso de menor importância no contexto português.

Obviamente, os travejamentos desta serena revolução continuam a crescer e a exigir adequados e disciplinados aparelhamentos. As cozinhas étnicas, a comida relâmpago no fazer e no entregar, a comida vegetariana e as práticas dietéticas não podem ser colocadas no limbo ou dissociadas de tais traves.

A revolução culinária e gastronómica estendeu-se, e estende-se, à concepção de cartas de comeres ou ementas, cardápios no pronunciar de profissionais da restauração vindos do Brasil, à fecundação do léxico culinário e gastronómico (*Big Mac, Donuts, Fastfood,* lasanha, *pizza, tacos e tutti-quanti*). As alterações em causa justificam plenamente o redobrar de esforços na defesa do léxico tradicional. A

História regista o apagamento de vocábulos originais, a favor dos importados e ao "imperialismo" linguístico culinário de matriz francesa está a suceder o de língua inglesa.

A rapidez dos transportes e mecanismos de compra e venda trouxe benefícios de toda a ordem: na aquisição dos produtos, na gestão da despensa e da garrafeira, no recebimento e pagamento dos víveres adquiridos.

A implantação de médias e grandes superfícies na generalidade de cidades e vilas gerou impacto positivo na economia doméstica de todos, pese embora as negatividades no comércio tradicional. Dotadas de funcionais acessibilidades e parqueamento, de áreas climatizadas, a boa qualidade dos produtos expostos, procurando rivalizar em preço, formas de atendimento impessoais, mais técnicas e menos fulanizadas, trouxeram aos clientes maior liberdade de movimentos e de escolha, convertendo-se, não só em templos de consumo, mas também em espaços de fruição criativa e de lazer. Elas podem ser consideradas como arquétipo da pluralidade culinária e gastronómica, num amplo mosaico de cores, aromas e sabores, no imediato na própria superfície, no mediato após a compra dos alimentos.

Note-se: que o apelidado "dinheiro de plástico" rapidamente logrou aceitação, mesmo as pessoas idosas o sabem utilizar, reflectindo as mudanças estruturais e mentais ocorridas na sociedade portuguesa após a restauração da democracia. No tocante à área do consumo alimentar e frequência de restaurantes e estabelecimentos similares a tarefa ficou facilitada.

A democracia até Abril de 1974 não passava de uma ideia, transformou-se em realidade e apesar dos altos e baixos e das ásperas singularidades, consolidou-se. Vivemos melhor. O resultado final é, obviamente, amplamente positivo.

No que tange às artes culinárias e gastronomia, a positividade prossegue a bom ritmo, seja na área da investigação, seja no campo do ensino formal e informal das técnicas, seja na aliança gastronomia-turismo, a permitir traçar e levar à prática projectos de largo alcance, visando a afirmação internacional do nosso património, seja ainda na educação e formação do gosto.

A reconhecida complexidade da formação do gosto, inerente às cozinhas locais, está a ser superada não só pela reflexão via Universidade, mas também porque a continuada "explosão" turística impele os profissionais da restauração ao seu aperfeiçoamento, espicaçados pelos jovens talentos cujos êxitos se firmam e

afirmam por cá e no estrangeiro.

As cartas gastronómicas podem (devem) ser de robusta utilidade, ao darem a conhecer a matricialidade alimentar das gentes de antanho, num lastro de diversidade na unidade das regiões estudadas, procurando salvaguardar o único local, contra o total global que rasoira as especificidades.

As cartas gastronómicas ao incluírem saberes provindos da antropologia, da filosofia, da etnografia, da geografia, da história, da literatura, da sociologia, obviamente, sem esquecer a agricultura, a botânica e a zoologia, desenvolvem o conhecimento das matrizes alimentares, tão bem estudadas, entre outros por Lévi-Strauss, Josué de Castro, Massimo Montanari e Felipe Fernandez-Amesto.

No contexto da valorização social e cultural, ao longo da vida do Indivíduo e na sociedade, é isso que se espera atingir com este trabalho. No seu conjunto – científico, cultural, técnico e social – procurou-se estabelecer o entraste entre a cozinha escrita e a cozinha oral, entre a cozinha nobilitada e burguesa e a cozinha popular e as estratégias de subsistência e sobrevivência, num alarde de inconformismo diário contra uma mão cheia de nada e outra de coisa nenhuma.

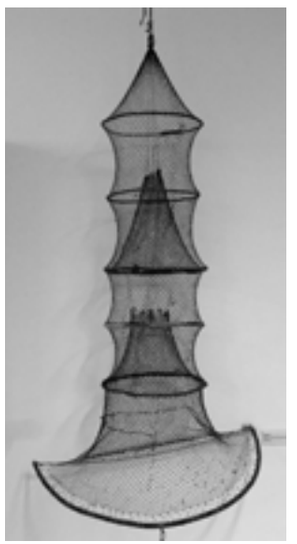
A Carta Gastronómica da Lezíria do Tejo, terra das Lezírias, também procura valorizar as formas tradicionais de saber e fazer, no sentido de as perpetuar, ante o vertiginoso evoluir da civilização moderna, do futuro.

O leitor ajuizará.















Entrevistas

Palavras pensadas, palavras faladas

A maioria das Mulheres e Homens que tiveram a amabilidade de não deixarem as nossas perguntas sem resposta, algumas quase impertinentes, antes de satisfazerem a nossa curiosidade repassaram a memória na busca de memórias referentes ao seu viver na meninice e adolescência, por isso mesmo, antes de falarem meditaram acerca ao que iam dizer, ou seja: pesaram e pensaram as palavras faladas. E, tais palavras faladas chegaram ao ponto nos tocarem profundamente porque em várias entrevistas assumiram a condição de confissões na justa medida de acreditarem que ainda é possível entregar pedaços da alma sem receio de serem divulgados como os sons são quando rufam os tambores. Nunca poderemos esquecer tão lhana personificação da Confiança.

O leitor ajuizará acerca da sua acuidade. Para nós são testemunho de grande valia para a compreensão da obra.

Agradecidos estamos. Muito obrigado.

As Falas



Senhor Abel Santos Brito

76 anos. Aveiras de Cima. Azambuja

Foi agricultor. Era uma vida que não desejava a ninguém. As pessoas não tinham vida. Levavam. Principiou a trabalhar no campo aos catorze anos, época das debulhas, ganhava catorze escudos em cada dia. A comida não variava; sardinhas, petingas, chicharro, sardas e bacalhau. Levava uma panelinha (caldeirinha) de lata e nela cozia batatas com chicharros ou bacalhau. Faziam o torricado, comiam as sardas amarelas que punham de molho para tirar o sal. A semana inteira a comerem sopa de pão, couves com um bocadinho de toucinho salgado e chouriço. No Natal um coelho ou galinha, filhoses e coscorões. Na Páscoa o mesmo. Nos dias de festa uma galinha.



Senhora Dona Adelaide Coelho Isidro Matos

75 anos. Agricultora. Barrosa. Benavente

Aos onze anos já trabalhava no campo, recebias dez escudos por semana, trabalhava de sol a sol, aos sábados até ao meio-dia. Nas alturas da debulha do arroz o trabalho prolongava-se até à meia-noite. Não tomavam banho por não haver água, dormiam mal devido à existência de muitas pulgas.

A comida era sempre igual. Sopas de bacalhau, batatas com ovo, quando havia, galinha cozida nos dias de festa. Não havia variações entre o Outono e o Inverno, na Primavera apareciam saladas de alface e agrião, sopas de sopas de agrião e batata, cagarrinhas; quando apanhavam um ouriço-cacheiro era uma festa. Faziam uma fogueira, queimavam-lhe os picos, esfolavam-no, estripavam-no, temperavam-no com pimentão e sal, guisando-o como se fosse um coelho em companhia de batatas ou cagarrinhas.

Não havia doces para ninguém!

A refeição do seu casamento foi um comer muito fino, comeu-se carneiro guisado, costeletas de carneiro, arroz doce e bolo. À falta de melhor comiam os peitos e as pernas das cegonhas. Não se podiam partir os ossos. Gostavam de comer ovos de cegonha, cozidos ou fritos, de clara vermelha. Trabalhavam nas hortas e tiravam as lagartas e os

piolhos das couves. Levavam um farnel para o campo composto por couves e feijões. Num tachinho, o toucinho embrulhado em jornais e pão de milho.

O quadro das refeições principiava com o pequeno-almoço (sopas de pão de milho com café), ao almoço couves, feijão, massa e toucinho, o jantar às 14 e 30, num púcaro cozia batatas com a pele, peles de bacalhau e um bocadinho de azeite. Pão de milho a acompanhar. À ceia (ao pôr do sol), em casa, comiam-se feijões e couves.

No Natal preparava-se galinha cozida em água, toucinho e sal, e beilhoses. Os perus que criavam eram vendidos em Lisboa. Tinha muita caça quem se dedicava a ela, vendiam-na de porta em porta transportada em gigas de verga. As alfaias e os farnéis levavam-se em ceirões para os arrozais, as searas e as vinhas.

As parturientes de manhã comiam fatias paridas, ao almoço canja engrossada com baguinhos de arroz. As crianças pequenas depois da aleitação comiam pão fervido com um bocadinho de açúcar. Mais crescidas recebiam arroz e ovos mexidos. Ainda mais crescidas tomavam um qualquer caldo.

A quinta-feira de Ascensão era o dia nomeado mais considerado dizia-se: “Em Quinta- -feira da Ascensão, nem os pássaros vão ao ninho, nem põem o bico no chão”.



Senhora Dona Adélia do Carmo Ferreira Cardoso Figueiredo

90 anos. Santarém

Foi dona de casa. Normalmente comiam borrego, carne de vaca, carne de porco, galinhas criadas em casa e ovos. No Natal lembravam-se os mortos rezando pelo seu descanso. Comia-se bacalhau, frango corado, coscorões e beilhoses.



Senhor Adolfo Henriques

Maçussa. Azambuja

O comer do quotidiano era à base de pão, vinho, azeite e azeitonas. Na Maçussa existiam duzentas e vinte e quatro adegas e vinte a trinta variedades de castas de uvas. Na freguesia havia dois lagares de azeite e cinco caldeiras de destilação Não havia olivais, havia sim oliveiras a bordejar

estradas e caminhos. As produções principais eram: azeite, hortícolas e trigo de barbela. Todas as pessoas possuíam um forno e coziam o seu próprio pão. Havia sempre bacalhau salgado que se levava para a adega e se comia com azeitonas e vinho. As mulheres não iam às adegas, no dia-a-dia levavam o almoço ao campo. Na época das matanças e das sardinhas levavam em cru e assavam em lume de vides. No Inverno a ceia era sempre sopa. No Verão comiam-se mais saladas pois havia muito tomate, geralmente comia-se cru temperado de sal e à dentada. Levavam nos cornos (polvorinhos) o azeite e o sal para temperar. No Carnaval faziam cegadas e o serrar da velha e o enterro do bacalhau. A avó costumava vestir-se de padre e iam lançar o caixão ao Tejo. A festa de S. Sebastião durava três dias na altura do Natal, por isso não se lhe dedicava tanta atenção. Na festa em honra do Santo comprava-se carne de vaca que era cozida com couves e enchidos. Os coscorões faziam-se mais ou menos comunitariamente. No Verão algumas pessoas comiam cobras e ouriços-cacheiros assados. Fazia-se caça furtiva, o guarda também matava e vendia. A marinada de caça era feita com borras de vinho. Apanhavam-se bastantes perdizes, delas faziam-se canjas e estufavam-se. Comiam-se muitos pássaros de telhado, os tordos fritavam-se ou em arroz.

Senhora Dona Albertina Maia Rosa

93 anos. Golegã

Trabalhou na agricultura. Couves com feijão temperadas com azeite e sal comiam-se quase todos os dias, acompanhadas por um bocadinho de bacalhau assado ou uma sardinha. Ao Domingo chouriço cozido com grão e às vezes um bocadinho de carne de porco. Dificuldades eram muitas, roupa nova só de dois em dois anos. No casamento comeram carneiro guisado com batatas, canja e galinha corada com arroz. Doces foram arroz doce e coscorões.

No ciclo de refeições surgia uma mais leve denominada paleio. Nos dias nomeados cozinhavam-se galinhas. Só os homens bebiam vinho. Comia-se peixe do rio, fataças, sáveis, casacas, bogas, ruivacos e pardilhas.

Durante o namoro a mãe estava sempre a vigiar, namorou à luz do candeeiro. As mulheres depois de terem as crianças estavam sujeitas ao regimento (regulamento) ficando um mês em casa, quem tinha rapazes estava mais tempo.



Senhora Dona Alzira Figueiredo

86 anos. Alpiarça

No Outono alimentavam-se de sopa de couves com feijão, feijão-frade com sardinhas, arroz de feijoa, feijocas com batatas e fruta da época. No Inverno couves com feijão e couves com carne de porco, farinheira e morcela. Na Primavera comia-se feijão-verde, morcelas e toucinho, caldeirada de couve com carne de porco e feijão, além da fruta da época. No Verão caldeirada com carne de porco com couve e batatas. Também caldeiradas de peixe do rio e enguias.

No dia do seu casamento comeram ensopado de carneiro, canja de galinha caseira, galinha caseira corada com batatas inteiras e cebolas e pão-de-ló, ferraduras e arroz-doce branco com canela.

No Natal fazia-se canja de galinha, galinha corada no forno com arroz, filhoses de abóbora, ferraduras, arroz-doce e broas de mel. Na Páscoa fazia-se coelho guisado com batatas pequeninas, pão-de-ló e ferraduras.

Os recém-nascidos bebiam leite materno, ou de cabra ou de ovelha. Os velhos alimentavam-se à base de caldos – caldo de couves e feijão, canja de galinha e pão trigo.

Nos dias de jejum e abstinência, na Páscoa e dia 24 de Dezembro, alimentavam-se comendo pão e queijo de ovelha.



Senhora Dona Amélia de Oliveira

98 anos. Muge. Salvaterra de Magos

Trabalhou no campo, cavava e pulverizava vinhas. Ferrava ao nascer do sol e desferrava depois do sol-posto. De manhã era café com pão, às dez horas pão com conduto que podia ser toucinho, bacalhau assado ou uma postinha de peixe frito. À noite quando ia para casa levava molhos de vides para fazer o lume e caldeirar a comida sobre trempes, sempre feijão, couves, arroz ou massa com uma migalhinha de toucinho ou de chouriço. Não sabia o que era uma laranja. O pai, hortelão na Casa Cadaval recolhia as cascas das laranjas comidas pelo abegão, para as dar aos filhos. De vez em quando comiam um franguinho, comida dos dias de festa.



Senhora Dona Amélia Maria Gonçalves

92 anos. Vale do Paraíso. Azambuja

Trabalhou na casa do Senhor Morgado da Ereira. Principiou aos catorze anos na Quinta do Marco. A alimentação entroncava nas sopas e nas misturadas. Nos cambos das valas apanhavam muita mostarda preparada com feijão. Não se fazia caldo-verde. O porco era a carne de todos os dias; toucinho, chouriço preto e chouriço entravam sempre na sopa. Guardavam o toucinho na salgadeira. As cozeduras mais comuns eram o cozido e o guisado.

Nos casamentos prevaleciam as galinhas, os galos, as ferraduras e o arroz doce. Na altura das festas um senhor conduzia uma carroça e nela trazia outros tipos de carne para além do porco e do borrego para vender.

No Natal a avó matava um galo ou dois e convidava a família para a refeição. Nesta quadra costumava aparecer um senhor de Lisboa para comprar patos, perus e coelhos que criavam. Na Páscoa também comiam galo. Possuíam em casa uma talha que levava setenta litros de azeite.



Senhora Dona Amélia Simões Julião

93 anos. Aveiras de Cima. Azambuja

Trabalhou na agricultura. Levava para o campo um farnel com sardinhas, bacalhau e chouriço que assavam no campo. Em casa comiam sopas de hortaliça. Era mais ou menos a mesma coisa durante todo o ano embora na Primavera aparecesse o feijão-verde e mais hortaliça, no Verão saladas de alface e tomate. No Natal bacalhau com hortaliça e filhoses. Na Páscoa canjinha de galinha e cumpriam o jejum.



Senhora Dona Ana Palmira Fernandes da Silva Rosa

81 anos. Ulme. Chamusca

Teve um café e foi talhante. Ia à Escola levando um bocado de pão e rodelas de chouriço. Ao pé dos seus irmãos foi sempre "rica". Eles eram do tempo de uma sardinha dividida por três. A comida nunca variava: couves com feijão, caldeirada de batatas umas vezes com conduto, outras sem ele, caldeirada de feijão-verde, couve com massa meada com feijão vermelho. Comia-se muito feijão com massa. O conduto era quase sempre bacalhau. A vida era sempre muito igual.

Apesar de ter um talho só comiam carne ao domingo. Nos restantes dias de carne só o cheiro. No seu casamento serviram borrego, carne de vaca e galinhas. As sobremesas foram arroz doce e ferraduras.

Nunca houve Natal na casa dos seus pais. Ficou com o hábito. Não havia Páscoa, não havia nada. "Não posso ver carne"! Antes não havia fruta, a fruta destinava-se aos ricos. Nem casada, nem solteira soube o que era uma semana de férias. As parturientes ficavam uma semana na cama, comendo de tudo. Os meninos bebiam leite e depois começavam a comer da panela.



Senhora Dona Ana Paula Ribeiro Calisto

62 anos. Pontével. Cartaxo

Foi cozinheira, a freguesia de Pontével tinha bons campos de trigo e muitos moinhos. O pão amassava-se sábado à tarde e cozia-se domingo de manhã. O pão velho era para o torricado. O pão de trigo era conduto do pão de milho. O que mais se comia eram sopas de pão com café, linguiça e toicinho. Para os casamentos faziam-se, sempre, as ferraduras, e só nos casamentos se fazia arroz doce com ovos. No Natal cozinhava-se galo ou galinha corados e os beilhoses, na Páscoa a mesma coisa. Pela Nossa a do Desterro faziam-se três doces, pão-de-ló, bolo do pão e arroz doce com leite. Nos bailes os rapazes durante os intervalos ofereciam pacotes de bolachas de baunilha.



Senhora Dona Ana Pires Jacinto

86 anos. Samora Correia. Benavente

Trabalhou no campo, tendo sido sempre uma mulher de trabalho. Comia-se o que a horta dava. A comida habitual eram feijões com massa, a carne de porco (toucinho, fressuras e chispe), ainda frangos, os peixes mais comuns eram a sardinha, o carapau e o chicharro.

Na Primavera as comidas não diferiam muito das do Inverno, no entanto apareciam saladas, ervilhas e favas. No Verão amenizavam a dieta comendo melancias, melões, maças e pêras. Também comiam batatas com bacalhau.

No casamento comeram ovos fritos com linguiça, sopa de grão e arroz de grão.

No Natal comiam melhorzito, galinha assada no forno e arroz, na Páscoa a mesma coisa. Cumpriam o jejum na Quaresma.

Na doença comiam canja, as parturientes também. Só ficavam em casa no dia do parto. Os bebés mamavam, a seguir davam-lhe açordas, depois principiavam a comer igual aos outros. Os idosos não recebiam comida diferente da servida a todos.



Senhor António Manuel Bento de Castro

70 anos. Agricultor. Almeirim

Vivíamos de uma forma muito simples. Pobres. As dificuldades eram muitas. No Inverno comiam feijão-frade. Uma vez por mês carne de porco, farinheira e toucinho, Na Primavera a mesma coisa, além de um bocado de carneiro e de bacalhau uma vez por semana. No Verão quase todos os dias comiam caldeirada de batatas com sardinha, feijão e tomate.

Apaziguava-se a doença dando aos doentes caldinho de carne de carneiro e um bocadinho de arroz. Comidas simples para os idosos. Às terças e sextas-feiras na casa dos pais não se comia carne em nenhum dia do ano.



Senhor António Maria Bernardino

83 anos. Podador e seareiro. Charneca de Almeirim

Trabalhava de ver a ver. Sopas de café ao pequeno-almoço, ao almoço as refeições variavam entre grão com arroz, grão com massa, feijão com arroz, feijão com massa, batatas, couves, carne pouca, e ossos vindos da salgadeira. Na Primavera iam para a charneca apanhar túberas e outros cogumelos.



Senhor António Neves

88 anos. Coruche

Entrou na Escola aos sete anos, saiu com onze. Primeiro trabalho que teve foi o de espanta-pardais, com uma lata, dois paus e uma castanhola nos canteiros de arroz. Aos quinze anos tornou-se carroceiro e exerceu o ofício até aos vinte e cinco anos. Mais tarde trabalhou com o gado e com éguas para as sementeiras de trigo, milho, cevada e centeio. O trabalho nos arrozais levava a no Inverno ser preciso partir o gelo com os pés para poderem lavrar e plantar o arroz. A mãe arranjava-lhe uma marmita com sardinha assada ou frita. O pão era de mistura milho e centeio. O bacalhau comia-se, mas pouco. No Verão a comida fazia-se no campo: couves com feijão e toucinho cortado aos bocadinhos e assado no espeto em brasas de vide. Comia-se arroz com feijão, feijão com couves ou com batatas. A carne era muito cara. Vivíamos arrastados, poupava-se o mais que se podia. Praticavam-se duas refeições no campo, às 10.00 e às 14.00. Das 14.00 às 16.00 faziam a sesta. Temperava-se de azeite pondo um dedo à frente do bico da almotolia para não deixar pingar muito. No Inverno, ao jantar comiam-se figos secos como sobremesa. Casou aos vinte e dois anos. A escolha das raparigas levava a esperas, namorava-se à porta. No almoço do casamento comeram cozido com carne de vaca, galinha, arroz doce, bolo branco dos casamentos e pão-de-ló. Cada família comprava um porco pelo S. Miguel, engordavam os porcos com figos. No Entrudo só bailações, nada de comida. Foi sempre um grande bailador, um tio dançava o fandango com uma garrafa vazia na cabeça. Nas festas o farnel era uma galinha. Levavam o farnel numa cesta a que chamavam raposa.

Muita gente comia na sopa dos pobres, cada um dos utentes tinha uma marmita com uma chapa numerada onde levavam a comida. Almoçavam na Sopa dos Pobres, levando o resto para a ceia.

Senhor António Pedro Filipe Justino

70 anos. Biscainho. Coruche

Trabalhou nos campos desde os sete anos. Foi moço de éguas tal como o pai. Só frequentou a Escola depois de casado, tinha vinte e três anos.

De manhã tomava café da cafeteira e comia sopas de pão de milho e um bocadinho de toucinho assado. Ao almoço a mãe fazia um buraquinho no pão onde punha um ovo que ele levava para o campo. À merenda comia batatas com toucinho assado ou frito. À ceia carne de porco, batatas, couves e toucinho. Numa tijela grande faziam sopas de milho. Aos dezassete anos era ganhão, só podiam abandonar a casa de onde trabalhavam depois da inspecção. Faziam tudo para o patrão. As refeições eram tomadas em casa. Às dez horas coziam-se batatas, assavam-se ou coziam-se um quarteirão de sardinhas que comiam sobre o pão de milho e cebola crua. Um ganhão tinha duas horas de descanso por dia. O pão durava oito dias, para lhe retirarem o bolor ia de novo ao forno. A caça quem a apanhasse comia-a. Coelhos bravos e lebres. Preparavam as lebres cozidas ou guisadas com couves e toucinho. No Natal e na Páscoa comia-se o que havia e arroz doce. Os doentes eram tratados com canja de arroz. Os pais compravam um porco para engordar e matar depois. A sua carne ia para a salgadeira. A carne magra conservava-se e as farinheiras brancas duravam mais que as vermelhas, estas comiam-se logo a seguir à matança, envolviam-se em papel pardo, punham-se no borralho e assavam-se. Também se comiam cozidas. Frutas comiam-se no Verão e no Outono, marmelos, pêras e também tinham laranjeiras. Os marmelos comiam-se crus com pão. Lembra-se do primeiro sardinheiro que apareceu na freguesia. Vendia sardinhas escorchadas compradas ao domingo, iam para a salgadeira e duravam toda a semana. Não se guardava comida porque não sobrava. Só soube da existência do bolo-rei aos vinte anos. Apanhavam, arranjavam e assavam na brasa pardais. Cegonha só comeu uma vez porque ficou mal do estômago.

Senhor António Rodrigues

79 anos. Coruche

Começou a trabalhar com catorze anos, ganhava doze escudos por dia. Havia grandes diferenças entre os da vila e os das freguesias. "Jejuava-se" durante todo o ano. Na sexta-feira santa não se comia carne.



Senhora Dona Arlete Marques Martinho Matias

85 anos. Arrouquelas. Rio Maior

Comiam carapaus, chicharros e jaquinzinhos. Do resto do cozido faziam roupa-velha.

Senhora Dona Assunção da Graça Lameiras

93 anos. Vive em S. Pedro. Portela das Padeiras. Santarém

Trabalhava o dia inteiro. Ajudavam-se uns aos outros. No Inverno comiam batatas com bacalhau e couves e sopa de feijão. O dia santo de maior relevo era a quinta-feira de Ascensão. Nesse dia a comiam arroz-doce feito com açúcar, água, leite e canela. No São Martinho castanhas e vinho que alegravam o dia.

No Verão comiam coisas mais leves: arroz e peixe frito, carapaus e batatas cozidas, salada de tomate e/ou salada de alface.

No dia do casamento comeu frango guisado e corado. Os pais eram pobres, em menina ajudava a guardar gado.

No Natal cozinhavam bacalhau com couves e batatas à ceia, no outro dia coscorões e arroz-doce. Doces, poucos!

Na quaresma não se comia carne, era peixe, bacalhau, carapaus e sardinhas. Sardinha frita e assada, mais os chicharros era o ano inteiro.

As pessoas ajudavam-se davam o que tinham aos que nada tinham. Havia muitas crianças a pedir esmola, e pessoas adultas descalças. Comiam pão meado, uma mistura de pão de milho e centeio.

No Entrudo comiam à bruta. Nesse dia iam para a Nazaré.

Na doença os doentes bebiam leite, comiam canja de borrachos e bebiam chá de cidreira.

Os idosos alimentavam-se de sopa, um dia de feijão, outro de grão-de-bico.



Senhora Dona Aurélia Gonçalves Pereira

70 anos. Vale Paraíso. Azambuja

Aos onze anos labutava nos arrozais. Levava pão, carapau ou sardinha para comer o dia inteiro. À noite, em casa comiam misturadas ou tomatadas. Na fazenda possuíam árvores de fruto, ameixoeiras, figueiras, macieiras, pereiras e vinha. Criavam dois porcos, sempre para vender. No casamento distribuíram ferraduras pelos convidados, fizeram dois almoços, comeram carneiro guisado, canja, galinha corada, doces, vinho à descrição, e tocou-se a concertina.

O Natal era o seu dia de festa, comiam carne de vaca, chouriços, couves e massa, na véspera, no dia 25, ao almoço carneiro guisado, ao jantar galinha corada e ao deitar uma caneca de café com beilhoses.

Na sexta-feira santa comiam feijão com castanhas piladas. Na Páscoa faziam coelho guisado com batatas e davam amêndoas com açúcar compradas na loja. Celebrava-se a festa em honra de Nossa Senhora do Paraíso no dia 18 de Dezembro. Apreciavam coscorões, filhoses e arroz doce. Festa sem arroz doce, não era festa. Na morte os vizinhos ou familiares faziam uma sopa sendo distribuída por todos.

A mãe era "curiosa" e ajudou-a a ter os filhos. Por não ter bom leite, ao fim de quinze dias dava aos filhos açordinha com açúcar, mais tarde leite em pó.



Senhor Carlos Alberto Santos Peseiro

55 anos. Coruche

Este entrevistado disponibilizou-se para nos facultar elementos do seu conhecimento acerca da Carne de Toiro Bravo.

Até determinada altura não era prestada qualquer atenção ou tratamento especiais à Carne dos Toiros Bravos abatidos. No entanto o Município de Coruche, concelho da Zona da Lezíria do Tejo que no seu território tinha e tem muitas ganadarias bravas, começou a debruçar-se sobre o assunto e a constatar que a valorização da Carne de Toiro Bravo poderia tornar-se numa mais-valia para o Concelho. Então, por volta de 2002/3, este Município começou a chamar a atenção para o assunto criando um Festival de Cariz Gastronómico dos "Sabores do Toiro Bravo", com carnes bravas nas ementas e que se realiza, todos os anos, nas Galerias da sua Praça de Toiros, no mês de Maio.

A par desta iniciativa outras foram sendo desenvolvidas e até foi conseguido que a "Comissão Europeia" a 8 de Novembro de 2013 aprovasse o "Registo da Carne de Bravo do Ribatejo" que tem que ser proveniente de bovinos da raça brava de lide e desmanchada de carcaças de animais inscritos no "Livro Genológico dos Bovinos da Raça Brava de Lide", nascidos e criados segundo os moldes tradicionais e dentro da área geográfica de "Denominação de Origem Protegida (D.O.P).

É a partir daqui que começa a ser prestada melhor atenção a esta carne e a serem tidos em conta alguns pormenores na sua seleção e preparação para o abate.

Os toiros bravos, novilhos ou adultos, que vivem a sua vida, nas manadas, em liberdade, depois de abatidos, devem as suas carcaças, inteiras e limpas, ser submetidas a uma "maturação de frio" pelo espaço de 15 dias e só depois disso se deve proceder ao seu desmanche.

Segue-se pois a operação de separação e seleção das peças desmanchadas e só então ficamos perante uma "matéria-prima de alta qualidade" para a confeção de Pratos de Carne de Raça Brava:

Para a grelha - As peças nobres, vazia, pojadouro, alcatra e rabadilha.

Para o forno - Pás, ganços e cachaços.

Aproveitamentos - Todos os restos e peças mais pequenas do desmanche.

Na preparação destas carnes a quantidade do sal é fundamental.

Em muitos pratos desta carne brava, deve a mesma ser temperada de véspera e o sal, o alho, o louro, a nós moscada, o cravinho, a carqueja, o alecrim e o vinho são o segredo do sucesso.



Senhora Dona Cecília Maria Assunção Francisco

53 anos. Pinheiro Grande. Chamusca

A alimentação era à base de batatas, couves, feijão e pão. Os produtos vinham da horta, na época. Criavam coelhos, de vez em quando comiam um com arroz. Era uma festa para os seis irmãos. O peixe do rio cozinhava-se em caldeirada. Às vezes comiam carne de porco. No Verão havia mais fruta, peixe do rio, sardinhas e cavalas. Os casamentos faziam-se num barracão grande e os vizinhos emprestavam a louça, havia sempre canja de galinha com ovinhos, galinha corada, carneiro guisado, lombo de porco ou febras. Os doces eram arroz doce, ferraduras e nalguns salada-de-frutas. No Natal faziam beilhoses, coscorões, e bebia-se café das velhas, nessa noite era da praxe adicionar-lhe um bocadinho de canela. No dia de Natal comiam galinha, pato ou coelho assado no forno. Presentes: uns rebuçados e umas meias.

Nos dias de jejum e abstinência comiam sardinhas ou cavalas. Como o pai precisava de forças para trabalhar a mãe comprava uma lata de atum que ele comia com batatas cozidas e feijão-frade.



Senhora Dona Cristina Ligeiro

72 anos. Glória do Ribatejo. Salvaterra de Magos

Trabalhou no campo e na RARET — Rádio Europa Livre (RAdio RETransmissão). Habitualmente comiam de manhã na casa da avó pão de milho com um bocadinho de pão trigo, ao lanche pão e marmelos crus e torresmos. Na casa da avó criavam e matavam um porco. Toda a carne de porco à excepção dos chispes e do toucinho empregava-se na feitura de enchidos, chourições de sangue, chouriços de carne e farinheiras. O pai exercia o ofício de peixeiro, vendendo fundamentalmente sardinhas e peixe do rio, fataças. Amiúde comiam as fataças fritas.

Na refeição do casamento comeram batatas partidas ao meio e bacalhau. No Natal e dias nomeados comiam o chispe, a orelha e chouriços com batatas couve e grão. O mesmo na Páscoa. Já casada fazia arroz doce sem leite e bolinhos brancos da Glória. As parturientes deviam comer bacalhau cru, beber muita água a fim de terem leite.

Às criancinhas davam-lhe sopas de pão com um bocadinho de pão, água, alho, azeite e um ou dois ovos, enganando-as chamando a este preparado pato. Se as criancinhas perguntavam pelo pato, as mães respondiam: come, come, que ele há-de aparecer.



Senhora Dona Custódia Maria Agostinho Modesto

82 anos. Glória do Ribatejo. Salvaterra de Magos

Sempre trabalho no campo. Pertencia a uma família com sete filhos. A vida não era fácil.

A comida levada para o campo fazia-se em casa, habitualmente composta por couves, batatas, chouriço, toucinho e um osso cozido. Matavam porco. No tocante a peixes comiam chicharros, sardas e sardinhas. Os chicharros assavam-se na brasa e acompanhavam batatas cozidas partidas ao meio e temperadas só com sal.

O seu almoço de casamento constou de uma galinha cozida com batatinhas partidas

aos bocadinhos, oferta da mãe. Após o casamento a vida melhorou, o marido tinha vacas tourinas, por isso mesmo passou a comer queijo e a beber leite. Não comiam peixe do rio. Criavam coelhos e galinhas, o produto da sua venda servia para comprar o peixe do mar e outras coisas. Na casa do marido existiam árvores de fruto; laranjeiras, figueiras, pessegueiros e marmeleiros. A maior parte da fruta comia-se em cru, menos os marmelos que eram cozidos no forno na altura de cozerem o pão, atiravam-nos para dentro do forno.

No Natal matavam e coziam uma galinha. Tratavam os doentes dando-lhe sopas embebidas em café e leite. Para a tosse e as constipações faziam chá de sargacinha, de borragem e de casca de limão. Contra a febre era chá de macela, contra as sezões chá de flor de tramocilha ou tremocilha.



Senhora Dona Délia Cristina da Silva Joaquim

43 anos. Barrosa. Benavente

No Outono comiam-se muitas sardinhas assadas. Algumas pessoas apreciavam garçanhas e cegonhas. No Inverno sopa de entulho, feijões, batatas, couves e toucinho, e muita mostarda. No Natal cozinhavam caras de bacalhau, couves e batatas. Serviam arroz doce, bolinho com sumo de laranja e bolos brancos.

No Verão dava-se a primazia ao peixe do rio, barbos, carpas, enguias, fataças, pimpões e ruivacos. Os ruivacos de um modo geral preparavam-se assados na brasa ou fritos, as enguias de ensopado.



Senhora Dona Deolinda de Jesus Felizardo

86 anos. Golegã

A base da alimentação quando era nova era carapaus fritos, chicharros, sardinhas do mesmo modo, e se restavam faziam um escabeche. Na Primavera faziam a comida para os trabalhadores, habitualmente favas e ervilhas guisadas com carne de porco, couves cortadas miudinhas e batatas. No Verão comiam mais feijão-verde, grão-de-bico, batatas com muitas couves, batatas novas, salada de pepino e de tomate. No Natal comiam leitão assado, criado em casa. Nesta altura os pais convidavam os afilhados e davam-

-lhe filhoses, rabanadas e fatias douradas. Na Páscoa voltavam a convidar os afilhados e comiam coelhos guisados galinhas estufadas, e às vezes um borrego. Tinham muitas galinhas e por isso comiam muitos ovos. O porco era a base da alimentação.

Também consumiam bacalhau e peixes do rio, barbos fritos, bogas fritas ou assadas, enguias de caldeirada ou fritas depois de lhe retirarem a pele.



Senhora Dona Deolinda Maria Gonçalves

83 anos. Aveiras de Cima. Azambuja

Fez esteiras. O marido andava ao bunho em casa faziam esteiras. A vida não foi fácil, a mãe doente, as avós uma tinha dez filhos, a outra avó vinte. Recém-nascida apanhou uma gripe, o pai no intuito de a curar borrifou-a com aguardente. Ia morrendo, como não morreu o pai prometeu dar uma nota de vinte escudos ao São Sebastião de Aveiras, promessa que cumpriu. O pai alimentava-a a sopitas de café e leite das cabras. O que mais comiam durante todo o ano eram papas de milho, açorda e sopa de batata. No casamento comeu sopa de hortaliça e frango ao lume (na brasa) e não houve doces. Depois de casada começaram a criar porcos, galinhas e coelhos, mas era tudo para vender. Só comiam coelho quando o rei fazia anos. Da horta começaram a ter feijão-verde, cebolas, nabos, ervilhas, tomates e alface.

Procuravam curar as gripes bebendo aguardente, e comendo caldos de farinha e mostarda. Andava a apanhar vides para o forno quando foi acometida pelas dores de parto, desmaiou, ao recobrar a consciência a criança já estava a seu lado. Esteva a caldos de galinha durante oito dias. Começou a namorar aos catorze anos, o namorado foi o seu padrinho de rancho, passados três anos casaram e viveram cinquenta anos juntos. No rancho baptizavam-se uns aos outros, o padrinho falou-lhe de namoro dizendo: "afilhada, tira-me daqui um espinho da mão?" E aproveitou, enquanto lhe tirava o espinho disse-lhe: "a partir de hoje é amorzinho".

O Natal foi sempre passado com a sogra, porque tinha criação matava um galo. Fazia canja, beilhoses e arroz doce. Não guardavam o jejum, comiam arroz doce na Páscoa.



Senhora Dona Dulcelina Cardoso

82 anos. Fajarda. Coruche

Trabalhou no campo e como costureira, ainda faz bonecas. No campo trabalhava nos arrozais ao lado da mãe em troca de soldada. A soldada era composta por farinha, feijão e grão. A primeira refeição era café de cafeteira, com uma talhada de pão às vezes já amargo, mas em tempo de fome nada amargava. Às onze horas, meia-dúzia de batatas que às vezes lá se enganavam pondo-lhe uma pinguinha de azeite e uma barbatana de bacalhau. Ao jantar couves e um bocadinho de toucinho de porco morto pelo S. Miguel. Por vezes faziam o caldo branco com couves, massa e toucinho, ficava branco porque o toucinho estava rançoso. À ceia açorda de batatas ou açorda de alho e couves de azeite acompanhadas com pão e quatro ou cinco azeitonas adoçadas. Fruta só a que tinham, ameixas e figos. A lenha apanhava-se no mato, ramos de sobreiro e cascas de eucalipto. Comiam todos do mesmo prato ou de uma tijela grande. Comia mais o que melhor se amanhasse.

Foi a pé casar a Coruche, o padrinho queria que lhe pagasse o dia pois casou a uma quarta-feira. A avó fez-lhe o fato. Os sogros não quiseram comer para não gastarem dinheiro. Os que comeram foram a uma pensão e comeu-se carne guisada. Os homens beberam uma pinguinha e os outros um pirolito. Nas pensões não se faziam doces, por isso não se comeram. No Natal comiam um chouriço grosso de sangue que se guardava para esse dia e para festejar o Carnaval. No dia da Consoada cozinhavam ou um coelho ou uma galinha, ou um cozido fingido. Ainda velhoses e filhoses. Na Quaresma evitava-se comer carne, quem comprasse uma senhazinha ao padre por dez tostões podia comer tudo. No domingo de Páscoa um bom galo ou um bom pato. Os farnéis incluíam um bom coelho com arroz e pão trigo.



Senhor Edgar Gargalo Nunes

85 anos. Santarém

Natural de Alpiarça chegou a Santarém em 1949 para trabalhar no ramo da alimentação e têxteis. Em Alpiarça os casamentos estavam eivados de tradição, uma semana antes os noivos e a família entregavam em casa dos convidados o chamado bolo de noiva (ferraduras) e pratos ou travessas com arroz doce decorados com desenhos. Ao devolver-se o prato

dava-se a prenda. Na véspera do casamento jantavam as famílias restritas dos noivos. No dia seguinte ao pequeno-almoço comiam pão de trigo, carneiro à moda de Alpiarça e vinho. Depois iam em cortejo até ao Registo Civil, finda a cerimónia dirigiam-se ao local onde seria servido o almoço, composto por seis a oito pratos. Acabado o almoço principiava o baile no Salão dos Águias de Alpiarça. Às oito horas da noite servia-se o jantar composto por oito pratos diferentes dos do almoço. Os restos das refeições do dia anterior davam origem a um almoço tomado no dia posterior ao casamento.

Nesse tempo a alimentação da cidade vinha dos produtos das hortas e campos em volta. Comia-se mais carne-de-porco conservada na salgadeira. Aos domingos em muitas casas o comer era o cozido. Os que possuíam mais dinheiro nos dias de festa davam primazia galináceos cozidos, assados ou guisados. Comer fora de casa é hábito recente. No dia de Natal na véspera comia-se bacalhau cozido, no dia 25 de Dezembro era a vez do peru com ou sem recheio, o recheio continha enchidos e azeitonas. Nas tabernas serviam-se bons petiscos e vinho a granel de qualidade. Existiam grupos de pessoas mais velhas que tinham o costume de uma ou mais vezes por semana irem à padaria e à loja comprarem pão, azeitonas, chourições e outros comeres fumados que levavam para a taberna e petiscavam. Também era hábito ir-se aos lagares de azeite às sete da manhã, aí cortavam-se fatias de pão de trigo endurecido fritando-se em azeite polvilhando-se com açúcar amarelo e bebia-se café das velhas.

A grande transformação deu-se depois do 25 de Abril, passou a ser diferente, as classes mais pobres passaram a poderem ir às casas de pasto acedendo a comeres e a pratos que se tornaram tradicionais. Passou a comer-se muito mais peixe, vieram e desapareceram outros produtos, a massa cortada é exemplo do que deixou de se vender.



Senhora Dona Elisa Pinto da Fonseca

93 anos. Samora Correia. Benavente

Iniciou-se na profissão de bordadeira aos dezoito anos. Em sua casa comiam o “que calhava” arroz, massa, carne, peixe. Assim, durante todo o ano. Não havia diferenças.



Senhora Dona Etelvina Genoveva Luís

71 anos. Gançaria. Santarém

Trabalhou nas terras da casa. Ajudava o pai que era ferrador a pôr o gado no tronco. Semeavam na fazenda aveia, ilharca, centeio e trigo para os animais que possuíam, vacas novas e um cavalo. O pai tinha uma carroça que transportava a senhora professora da Escola para Alcanede. Também tinham cabras para produção de leite e queijo consumido em casa e oferecidos às pessoas que levavam animais para ferrar.

Naquele tempo se não houvesse figos e um bocadinho de pão estava tudo varado de fome. Na parte da manhã os homens enchiam os bonés com figos e abrunhos de Santo António. No decurso das malhas na eira às vezes aparecia alguém com uma aventalada de figos e era uma alegria. Também criavam galinhas e rebanhos de perus para serem vendidos no Natal para fazerem dinheiro. Vinham homens de Torres Vedras a comprá-los.

Ao pequeno-almoço porque tinha cabras ia com um pucarinho mugir uma delas, passava o leite por um paninho e fazia sopinhas de pão. Ia trabalhar sempre com a barriguinha cheia. Às 10.00 vinham da fazenda e traziam o necessário para o almoço. O almoço usualmente compreendia batatas, couves, feijão-verde e peixe, chicharros, sardinhas ou carapaus. De quando em quando fazia arroz de bacalhau, muito fininho, acompanhado de alface ou tomate.

No Natal cozinhavam galo, de um ano de criação, corado e biscoitos caseiros. O pão e o queijo ajudavam a completar a dieta. Na doença bebiam chás: de alfavaca da cobra para desinfectar, de malvas para infecções, de hipericão para o fígado.

A grande mina era o porco!



Etelvina Leopoldino Abalada

83 anos. Vive em Alpiarça.

No Outono comiam sopa de feijão, carnes guisadas ou estufadas e saladas de asdões (folhas redondas que crescem nas paredes) e de marujos temperadas com azeite e vinagre.

No Inverno cachucho, peixe vermelho, pescada e caldeirada de peixe constituíam o essencial dos comeres dessa estação. Na Primavera apareciam as sopas leves (puré de batata, ervilhas e feijão-verde), no Verão era o tempo das sardinhas escorchadas e do

bacalhau com migas fervidas.

Nos casamentos comeram cordeiro à moda de Alpiarça, pão-de-ló, tortas, canja de galinha, carne de vaca estufada, sopa da velha, croquetes, arroz doce e bolo de noiva.

Na quadra natalícia comiam polvo, sopa de puré de batata, bacalhau cozido com couves à portuguesa, leite-creme, filhoses, rabanadas e sonhos. Os doces de Natal sobrantes ficavam para o Ano Novo.

Na Páscoa comiam peixe, barbos, pargos e filetes de pescada.

Se as pessoas adoeciam eram tratadas com canja de galinha (a mais velha), frango corado, água tépida para curar o sarampo, e para a gripe – cebola fervida com mel, açúcar e canela. Também se combatia a gripe colocando no peito uma pasta de linhaça e mostarda.

As crianças recém-nascidas se a mãe não tinha leite bebiam uma mistura de duas partes de água e uma de leite de cabra ou ovelha. A partir de um ano de idade comiam sopa normal. Os idosos alimentavam-se de alfaces, cagarrinhas, canelas e saramagos.



Senhora Dona Etelvina Marques Dias

84 anos. Raposa. Almeirim

Aos oito anos principiou a trabalhar nos arrozais da Casa Cadaval, depois passou para as vinhas. O pai era carvoeiro, vendia o carvão em Santarém. No quintal semeavam e colhiam alfaces, alhos, batatas, couves, ervilhas e feijão, e tinham pessegueiros.

No Inverno, geralmente, coziam e comiam batatas inteiras temperadas com azeite e vinagre.

No dia do casamento comeram carne guisada de coelho e frango, lombo de porco assado com batatas, e arroz e coscorões feitos com a chalaça.

Festejava-se o Natal comendo carne de porco com couves e grão, galinha cozida e filhós, Na Páscoa era mais o coelho ou o frango guisados ou assados na brasa.



Senhora Dona Felismina Agostinho Figueiredo

83 anos. Vale de Cavalos. Chamusca

Aos catorze anos trabalhava no campo, sempre de enxada na mão. No campo as refeições estavam limitadas a couves com batatas e bacalhau, couves com batatas e massa, sardas, sardinhas e bacalhau.

No casamento comeram carneiro cozido com batatas, couves, farinheira e chouriço, carneiro guisado e arroz doce. No Natal galo ou galinha, na Páscoa o mesmo.



Senhora Dona Fernanda Nancélia Maia da Cunha Aleixo

85 anos. Chamusca

Trabalhou no campo a partir dos treze anos. A mãe morreu-lhe quando tinha dois anos. Nunca se sentiu infeliz, mas a vida era triste. No Inverno comiam sopa com couve, feijão e massa, com couve e batata, bacalhau com massa e carne de vez em quando. Na Primavera mais ou menos a mesma coisa. Março em diante ervilhas e favas. O peixe do Tejo era a boga, a fataça e o sável. No Natal comiam bacalhau cozido com batatas, frango assado no forno, sonhos, filhós, coscorões e arroz doce com leite e canela, na Páscoa a mesma coisa. Na festa da Ascensão consumiam o que havia, bolos e frutas.



Senhora Dona Fernanda Palhais

89 anos, vive em Alpiarça

No Outono comiam couves com batatas acompanhadas de bacalhau ou peixe grosso: cherne, corvina. Carneiro guisado com batatas e no fim da refeição fruta da estação.

No Inverno, também comiam carneiro guisado com batatas, e sopa do cozido à portuguesa levando carne de porco, vaca, morcela de sangue, morcela de arroz, farinheira, couves e batatas. Ainda fruta da estação.

No dia do seu casamento comeram carneiro guisado, coelho assado no forno,

codornizes fritas, a mesma sopa do cozido acrescido de presunto. Doces servidos foram pão-de-ló, broas, ferraduras, arroz doce, quadradinhos de Alpiarça e bolo de noiva.

No Natal a refeição compunha-se de galo guisado com esparguete, peru assado, bacalhau cozido com batatas e couves, filhós de abóbora e broas de mel. Na Páscoa, ao almoço, servia-se na sua casa, pato assado com arroz no forno, canja de galinha, quadradinhos de Alpiarça, ginjinha ou abafado e amêndoas.

Na altura da doença fazia-se canja de galinha ou de borrachinhos com arroz. Para a constipação e tosse fazia-se uma mezinha composta por aguardente, mel, açúcar, limão e água.

Os idosos comiam como os restantes, à excepção se estivessem doentes. Nos dias de jejum e abstinência comiam-se castanhas piladas com feijão branco e sopa de couves com batata e cebola. Nos velórios eram servidas bolachas com café.



Senhor Fernando Ferreira

83 anos. Chamusca

Trabalhou nas obras e no campo. Passou muita fome, a família não ganhava, tudo o que vinha à rede era peixe. Na casa dos pais uma sardinha dividia-se por dois e cada metade comia-se com pão, ao jantar sopa de couves com feijão e pão. Às vezes, ao domingo, lá se comia um bocadinho de carne de porco, farinheira, chouriço e negro com couves e massa. A mãe vendia as galinhas para comprar o resto da comida. Comprava as hortaliças. Quando comiam a galinha, era guisada com batatas. Casou num restaurante, não houve doces, a boda foi fraca. No Natal comiam a galinha, belhoses e bebiam água. Não faziam festas, comer melhor era galinha e arroz doce.



Senhora Dona Francisca Maria Canteiro de Sousa Santos

61 anos. Aveiras de Cima

Foi cozinheira em casamentos. Fez de tudo um pouco. O avô salientou-se como mercador de vinhos. Ele nasceu num berço de "ouro".

A madrinha, cozinheira de mão cheia, apresentava as suas receitas quando concebia as refeições dos casamentos. Ela herdou-as.

Na época da apanha do tomate levavam as sardinhas para o campo.



Senhor Francisco Boavida Carvalho

88 anos. Benfica do Ribatejo. Almeirim

Foi agricultor, iniciou-se no trabalho aos catorze anos, ganhava 12$00 escudos a cavar vinha. Ao almoço, cozinhado no campo, assavam-se sardinhas em brasas de vide acompanhadas conforme as posses de cada um de pão de milho ou pão de trigo. A gordura das sardinhas esfregava-se no pão.

O pai trabalhava de sol a sol, muitas vezes foi à gaveta e não encontrava pão. Ao almoço o patrão dava-lhe meio-litro de vinho. Era trabalho de escravo. Nas vindimas cortavam as uvas para cestos de verga. Ao almoço couves a murro com toucinho, ao jantar um bocado de pão com toucinho e as sobras do almoço, a ceia em casa não variava, couves, carne da salmoura e um ovo. Os chourições conservavam-se em talhas de barro com azeite. A mãe vendia leite pelas portas.

O casamento foi o habitual, carneiro guisado, galinha corada, coscorões, beilhoses e arroz doce. Punha-se chouriço em tudo, dava gosto, era muito saboroso. Quando o tempo começava a aquecer era uma alegria.



Senhor Francisco Botas Violante

93 anos. Almeirim

Foi feirante. Aos treze anos começou a trabalhar ajudando a compor rodas de carroça, fusos e arados.

De manhã comia sopas de café com leite, ao almoço feijocas, favas, couves e o conduto. À noite um bocado de chouriço e o que colhiam nas fazendas. Era sempre o mesmo. Na Primavera cozinhavam feijocas com arroz, peixe frito (bordalos). No Verão sempre se comia uma saladita.

No Natal faziam filhoses e coscorões, na Páscoa carneiro guisado.



Senhor Francisco Madeira Balau

79 anos. Abitureiras. Santarém

Aos catorze anos trabalhava no campo. Não havia horário. Era o que calhava. De manhã um bocado de pão grande, peixe e café. O que calhava! O pai tinha uma azenha e a mãe um forno.

No Inverno comiam couves, feijão e bacalhau, a fruta a que se colhia, maçãs, pêras e melão. Se comiam melancia não bebia vinho, no tempo estival mais saladas, de alface e pepino. O peixe ficava-se pela sardinha, o carapau e o chicharro.

Carneiro guisado, cozido à portuguesa e ferraduras foram os comeres na refeição do seu casamento. No Natal umas vezes galinha, noutras vezes carne de porco e coscorões. Na Páscoa galinha corada. Na sexta-feira santa não se comia carne.

Os idosos comiam papas de milho, às vezes com açúcar.



Senhora Dona Georgete Vital

80 anos. Alpiarça

No Outono, os comeres mais correntes eram arroz e feijocas, nabos com bacalhau e tibornas (pão-de-milho, azeite e açúcar), aos domingos comiam coelho guisado, grão e carne de porco, feijocas guisadas com carne.

Mal chegava o Inverno cozinhavam batatas de caldeirada com cebola e tomate e massa á barrão. Não havia distinção entre as estações e fruta era a da época. Quando se casou comeu sopa de couve, massa e feijoca, carneiro guisado ao modo de Alpiarça, cabrito assado, ferraduras, pão-de-ló e arroz doce.

Na quadra de Natal comiam carne cozida com grão, farinheira, morcela de arroz e morcela de sangue, filhoses de abóbora e coscorões. Na Páscoa aparecia bacalhau cozido com batatas, enguias fritas, carne de porco assada ou guisada com batatas, ferraduras e arroz doce.

Se estivessem doentes davam-lhe canja de galinha caseira, para as constipações tomavam xarope de aguardente com mel ou uma mistura de cerveja preta, sumo de laranja e açúcar louro.

Uma mezinha empregue era composta por álcool e cânfora e esfregada no peito e costas. As parturientes comiam de tudo, as crianças de tenra idade comiam sopas de pão e massa, café com leite e sopas de pão trigo. Os idosos alimentavam-se comendo

sopas de pão com carne migada e capacho (pão, azeite, cebola migada e água).

Nos dias de jejum apenas peixe ou sopa de couve com feijocas.



Senhor Gilberto Ferreira Azinheira

71 anos. Santarém

Nasceu no Casal de Dona Constância. Na sua meninice a generalidade das pessoas viviam mal. Era uma desgraça. Comiam pão enxuto e levavam porrada. Naquele tempo o pouco era muito, e o muito em comeres era pouco.

Veio sozinho, com doze anos para Santarém, aos domingos ia a pé buscar o farnel preparado pela mãe, constituído essencialmente por arroz, bacalhau, batata e massa, cozinhava-os numa máquina a petróleo que deixou roubar. O furto acarretou-lhe grossas dificuldades para os preparar e por isso emagreceu desmesuradamente.

Apesar das asperezas atinentes à sua pouca idade, aprendeu a cozinhar experimentando e inventando conforme o que conseguia. Daí ter vaidade nas suas receitas de bacalhau em coentrada, nas batatas assadas, esmurradas, com bacalhau, no cozido à portuguesa e o frango assado. Hoje, reformado, continua a praticar na cozinha, uma das especialidades da sua lavra é o arroz repleto de marisco descascado.



Senhora Dona Gilda Ferreira André

80 anos. Almoster. Santarém

Ao pequeno-almoço café com leite ou sopas, às refeições canja, sopa de puré de feijão ou de puré de batata com hortaliça, frango com arroz, carne de vaca guisada com batatas ou massa e carne de porco. O pão era sempre de trigo. Os peixes mais habituais eram carapaus assados, sardinha assada ou de caldeirada e bacalhau.

No Natal punha o sapato na chaminé e nele aparecia uma bonequinha ou uns sapatinhos. Na noite de Consoada comiam bacalhau, batatas e couves, filhoses, bolo de laranja e pão-de-ló. Nos dias de jejum comiam peixe. Na Páscoa galinha ou pato corado. Na doença caldo de farinha para curar as dores de barriga.

Se morria alguém, não se fazia comida na casa do morto.



Senhora Dona Gisela Valério Rosa

75 anos. Ulme. Chamusca

O almoço (jantar de outrora) era couves com feijão sem conduto, açorda e sardinha assada praticamente todo o ano, também batatas com massa. Também se comia bacalhau cru, na Primavera favas e no Verão tomate com cebola e feijão-verde.

A refeição do casamento constou de cozido à portuguesa que antigamente se chamava couves com carne, carneiro guisado com batatas, frango corado, canja, sopa do cozido, arroz doce, bolos miúdos, bolos de noiva (ferraduras) e bolo de noiva. Na véspera dos casamentos comiam-se as cabeças dos carneiros guisadas com batatas. No Natal matava-se um galo e eram as filhoses, na Páscoa coelho guisado, sempre guisado para dar para mais gente e arroz doce. Na quinta-feira da Ascensão coelho ou galinha.

Na doença faziam caldos de farinha para prenderem os intestinos e canja (só o caldo). As mulheres tinham as crianças, porém não tinham mimos e dietas.



Senhora Dona Graciosa Margarida Xarana Letra

66 anos. Porto de Muge

Principiou a trabalhar muito cedo a apanhar vides muito usadas na constituição de fogueiras destinadas a preparar as refeições no campo. Tratava das vinhas e mondava nos arrozais. Levava a comida num tacho, habitualmente grelhava um bocadinho de bacalhau ou toucinho, assava uma sardinha, conduto de uma refeição. Nos seus tempos de menina apenas o pai comia em prato individual, os restantes membros da família comiam na e da mesma gamela. A refeição principal – o almoço – era constituído por batatas e bacalhau, às vezes batatas e peixe, caldeiradas e à noite sempre sopa.

No seu casamento comeram canja, cozido á portuguesa, lombo de porco, arroz doce sem leite mas com limão e canela, bolo de noiva e bolos secos, redondos, pequenos.

No Natal comiam galinha cozida e beilhoses, no Carnaval faziam uma misturada que levava arroz, feijocas, massa, batatas aos quartos, chouriço, toucinho velho cosido e ossos de porco. Na Páscoa recebiam amêndoas de gesso (amêndoas pequenas cobertas de açúcar branco daí lhe chamarem gesso). No período antecedente à Páscoa, a Quaresma, comiam arroz de castanhas pilada cumprindo o jejum. O pai sendo caçador

trazia para casa coelhos e perdizes, os coelhos eram guisados ou davam substância a arrozes, das perdizes faziam canja. O pai possuía uma rede de tombo destinada a apanhar melros, pardais e tordos quase sempre vendidos.

As parturientes no Escaroupim ficavam um mês de resguardo e comiam canjas, chocolate e sopas de cavalo cansado.



Senhor Heraldo da Costa Bento

90 anos. Coruche

O pai tinha uma casa de pasto, o que lhe permitiu ter uma vida melhor relativamente a outras pessoas. Os trabalhadores pagavam as despesas de ano a ano pelo S. Miguel. Trabalhava-se de sol a sol. Os ovos e as galinhas vendiam-se, o dinheiro recebido era para comprar roupa. Os cereais de maior consumo eram o arroz e o trigo. A grande revolução nos campos foi a introdução do tomate, mais tarde a beterraba. Outras produções importantes foram e são a cortiça e o vinho.

As fragatas no Tejo entravam em Samora Correia e no Couço havia o porto da cortiça. O vinho vendia-se engarrafado ou a granel.

Na casa do seu pai o que mais se comia era sopa, carne guisada com batatas, cozido e peixe do rio.



Senhor Albertino Pereira Ferreira

Senhora Dona Hermínia Custódia Martins

82 anos. Alqueidão. Rio Maior

O Senhor Albertino principiou a trabalhar aos catorze anos a acarretar azeitonas para o lagar e azeite para os clientes. Normalmente comiam batatas, feijão, massa e arroz. Às vezes começavam a trabalhar às quatro horas da manhã. A avó dava-lhe ao pequeno-almoço pão, vinho e sardinhas assadas. Ao jantar, na fazenda, comiam pão, azeitonas e sardinhas, à noite sopa. O casamento com a Senhora Hermínia foram três dias de festa, comeram-se cabras velhas guisadas, borrego assado na brasa, galinhas, carne de vaca, sopa do cozido e cozido, biscoitos, ferraduras e pão-de-ló. Arroz doce não era habitual. No Natal assavam perus, na

Páscoa, excepcionalmente, comiam cabrito, pois estes animais eram para vender. O que precisavam cultivavam. Da horta vinham: alfaces, batatas, couves de repolho, alhos, cebolas, feijões, pepinos e tomates. A maior parte das abóboras e dos figos eram para engordar os porcos. Guardavam um ou dois baldes de figos a fim de os secarem e consumirem nos Santos e no Natal. As abóboras semeavam-se no interior das searas de milho, assim como o feijão para secar. Tinham figueiras, macieiras e pereiras, cultivavam melancias, por vezes melões. Havia poucos citrinos. Matavam os porcos em Janeiro ou Fevereiro. Os porcos comiam-se ao longo do ano. Na altura da matança faziam chouriços e negro. Curavam presuntos, iam para a salgadeira.



Senhora Dona Idalina Franco Pereira

82 anos. Vale Paraíso. Azambuja

Aos dez anos partia terrões. As refeições incluíam chicharros, sardas e sardinhas. O casamento foi à base de carneiro guisado com batatas e ervilhas. Na Páscoa preparavam frango no espeto.



Senhora Dona Ilda Maria Pereira Mota

87 anos. Casais do Regedor. Azambuja

Foi criada de servir numa casa rica. Nessa altura comiam pescada e sável cozido ou frito.

Depois, na sua casa os comeres repartiam-se entre carapaus, chicharros, sabogas e sáveis. No Natal comiam frango corado e febras, na Páscoa uma comida melhorzinha, na feira de Maio uma sopinha de carne.



Senhora Dona Inês Maria Pirralha

88 anos. Glória do Ribatejo. Salvaterra de Magos

Nunca foi à Escola. Comiam batatas, couves, toucinho, sardinhas amarelas salgadas, a mesma tigela servia para todos e chupavam os dedos...

Casou em Muge, comeu galinha cozida com massa e arroz doce. No Natal só paravam e festejavam no dia 26, não tinham padre. Só começaram a festejar no dia 25, depois do 25 de Abril.



Senhora Dona Irene da Conceição Ferreira

78 anos. Samora Correia. Benavente

Trabalhou nos arrozais, nos campos de tomate e nas estufas de flores. Geralmente, para o trabalho levava uma batatinha cozida com bacalhau. Os peixes mais habituais na alimentação na casa dos pais eram sardas e sardinhas, divididas por três. No Inverno matavam o porco. As comidas de Inverno eram à base de sopas de azeite e cabeça de nabos, sopa de feijão, arroz de bacalhau, massinhas com ou sem conduto (o conduto podia ser carne de porco, bacalhau, sardinhas ou raia frita). Comiam ovos fritos ou mexidos. Papas de farinha de milho com couves ou sem couves e açúcar.

Os peixes compravam-se aos sábados no Mercado.

Na Primavera comiam mais as caldeiradas de bacalhau ou sardinha. Da horta tiravam ervilhas, favas, feijão e nabos.

Num ano, na época das vindimas foi trabalhar para a Azambuja. A mãe mandou-lhe um cento de sardinhas que pendurou num arame e lhe serviram de alimento enquanto duraram as vindimas.

Casou num dia de muita chuva, a mãe fez uns bifinhos de porco de cebolada e batatas fritas.

No Natal na casa materna fazia-se o cozido. Já depois de casada nesse dia cozinhava-se borrego guisado ou na forma de ensopado, ainda fritos de abóbora, cenoura, coscorões e arroz doce.

Na Páscoa na casa dos pais serviam feijão guisado com carne de porco. Na semana santa não se comia carne.

Os doentes comiam caldinhos de farinha 33. Quando a sua mãe teve o irmão mais novo alimentou-se com arroz de bacalhau, caldinhos e à noite canja.



Senhora Dona Isabel Maria Plácido M. Figueiredo

63 anos. Vale da Pedra. Cartaxo

Nasceu num barco. Foi cozinheira.



Senhora Dona Isaura Ferreira da Silva

85 anos. Azambujeira. Rio Maior

Era pobrezinha. Aos onze anos começou a trabalhar no campo. A mãe fazia pão. Ao pequeno-almoço uma chávena de café e um papo-seco. Também comia sopas de pão, o conduto estava na loja. Não havia diferenças entre as estações do ano.

A refeição a seguir ao casamento meteu coelho e galinhas. No Natal nada de especial, o que houvesse.

As parturientes ficavam de recobro trinta dias se fossem meninas, trinta e um se fossem rapazes.



Senhora Dona Ivone da Silva Ferreira

86 anos. Azambuja

Trabalhou no campo, numa fábrica de tomate e andou a servir. No tempo do Salazar a vida era muito má, comia-se sopa, azeitonas e sardinhas divididas por três. Não havia fruta e na horta cultivavam legumes. Comiam-se muitas misturadas, pão de milho com pão alvo. Os porcos criavam-se para vender, depois compravam-se chouriços, toucinho e cem gramas de carne de vaca ao domingo. O tomate era usado para fazer comida, não para saladas.

No dia do casamento comeu chicharro cozido, já não jantou. Depois de casada a vida melhorou, no Natal comia na véspera bacalhau, no dia seguinte peru assado no forno,

polvo, pastéis de bacalhau, coscorões, sonhos, rabanadas e aletria. Na sexta-feira santa, antigamente não se ligava, mais recentemente peixe, bacalhau, chicharro e sardinhas.

No momento da morte não se cozinhava em casa do falecido. Algum vizinho trazia alguma coisa.



Senhora Dona Jacinta Brás Ouro

79 anos. Azambuja

Trabalhou no campo, foi servir para Lisboa aturar meninos maus. O pai criava e vendia porcos. Habitualmente alimentavam-se comendo feijão cozido com chouriço, linguiça, toucinho, hortaliça e massa. Separavam as carnes do resto e comiam-nas com pão. Estufavam a carne de porco. Para o campo levavam bacalhau salgado, toucinho cru, negro e pão de dezassete tostões. O peixe de maior consumo era o chicharro porque três custavam dez tostões. Do rio, sem ser habitual, barbos e fataças.

O marido no dia do casamento, antes da cerimónia, comeu dois chicharros e bebeu um litro de vinho branco. Ao almoço serviu-se coelho guisado.

No Natal galinha corada, filhoses e coscorões. Na Páscoa nada, não havia dinheiro. Para a Feira dos Santos no Cartaxo levavam pastéis de bacalhau, pão e lá bebiam um copo de vinho.



Senhora Dona Jacinta Quitério Inocêncio

83 anos. Glória do Ribatejo. Salvaterra de Magos

Logo de pequena começou a trabalhar no campo. A mondar trigo, cavar favas e a arrancar mato. Quando estavam apeados não ganhavam nada. Em 1953, ganhava 10$00 por dia e trabalhava de sol a sol. Os rapazes mais 5$00. E os homens mais cinco que os rapazes.

Ficavam no campo duas a três semanas, geralmente de manhã comiam sopas de café com pão de milho e passas de figo, a meio da manhã o almoço, couves com batatas cozidas em água e sal. Só tinham uma hora para cada refeição. A comida era praticamente igual durante todo o ano. No Verão apareciam ervilhas e favas. No dia do casamento comeu coelho guisado com batatas porque os criava. Não havia dias especiais. Vivia-se muito mal. No Natal era massa cozida com grão e frango. Na Páscoa qualquer

coisita...
As pessoas ajudavam-se umas às outras, se estavam doentes vinham para casa e o patrão não pagava nada.



Senhor Jaime Gaspar Guilherme

87 anos. Aveiras de Cima. Azambuja

Aos cinco anos foi com o pai para charneca guardar gado. Nunca foi à Escola. Ia crescendo, guardava as vacas e principiou a acarretar coisas durante o dia. De manhã era café de cafeteira e pão. Não havia conduto. Ao almoço comiam couves, batatas cozidas e um bocado de bacalhau, pão de milho e água-pé. No Outono e no Inverno era a mesma coisa, na Primavera favas e ervilhas quando se tinham. As favas cozidas em água e sal temperadas com azeite no prato acompanhavam sardinha assada ou cozida. No Verão sempre se comiam sardas e sardinhas. No casamento apareceu vaca cozida e arroz doce. No Natal eram os beilhoses e coscorões. Na Páscoa comiam cabrito assado no forno com batatas. Os farnéis compunham-se de carne de vaca ou de boi com pão.

Produzia cinquenta pipas de vinho.



Senhor Jaime Pirralho Silvestre

94 anos. Glória do Ribatejo. Salvaterra de Magos

Aos catorze anos principiou a guardar gado vacum, a comida feita no campo era couves, batatas e um bocadinho de toucinho. Tinha dez irmãos. Às vezes ao pequeno-almoço era nada, cachaporra e café, ao almoço uma sardinha partida em quatro. Os peixes de maior consumo vinham do mar, carapau, sarda e sardinha. As sardas comiam-se cozidas com batatas, comiam todos da mesma tijela. De vez em quando comiam bacalhau cozido com batatas. A lenha de esteva e sargaço fazia boas brasas. No Verão comiam batatas, couves e favas. No Natal matava-se um galo, o mesmo na Páscoa. Fazia beilhoses. A maior festa da família era a matança do porco. Fazia-se cachola e furjoca.

Em 1937 houve nove cheias, o pai no dia 1 de Abril foi obrigado a subir para um sobreiro no Paul do concelho. Em qualquer altura do ano caçavam toda a espécie de caça com recurso a ratoeiras. Nelas ficavam coelhos, galinholas, lebres, perdizes e patos bravos. Chamava-se estremalho à rede de pescar enguias.



Senhor João Isidro Matos

57 anos. Bancário. Benavente

Principiou a trabalhar no campo desempenhando o ofício de espanta-pardais com uma lata ao pescoço batida por dois pauzinhos. Iam à pesca e caçavam aves e pássaros. Apanhavam cegonhas, aprenderam a tirar a gordura dos peitos das cegonhas por saber a peixe. Nenhum ninho lhes escapava, dos ovos faziam omeletes fritas em azeite. Pássaros grandes pequenos, quantos houvesse, melros fritos, pardais, pintos e cegonha. Comiam-se de todas as formas, depenavam-se, retiravam-se as tripas e o bico, lavavam-se, punha-se sal, assavam-se ou fritavam-se. Iam a pé da Barrosa a Benavente pela noite fora a comprarem pão. Se não tinham linguiças comiam pão torrado e chouriço. Ao pequeno-almoço comiam pão torrado ao lume esfregado com toucinho. O toucinho entrava sempre na sopa para lhe dar gosto. Nas lapas pescavam à mão. Levavam fósforos, faziam uma fogueira e assavam os peixes sem sal.

Na sexta-feira santa cumpriam o jejum, não se mexia na terra, não se fazia comida.



Senhor João Miguel Marques Amador

68 anos. Azambuja

Foi pescador antes de ir à tropa, depois serralheiro. Pescava de dia e de noite. A pesca não tem horário! Pescavam barbos, enguias, pimpões e taínhas de várias espécies. A comida não diferia muito, mas era mais à base de peixes do rio. A profissão era dura. Em cada bateira pescavam dois ou três homens. O peixe comia-se cozido ou frito, prioritariamente cozido.



Senhor Joaquim António Rafael

83 anos. Arneiro. Santarém

Comiam couves, couves todos os dias. Ia descalço para a Escola. Quando foi fazer o exame da quarta-classe a Santarém calçou sapatos emprestados. O conduto do pão de milho era um bocadinho de pão trigo. Aos onze anos principiou a trabalhar num forno a escassilhar tijolos. Recebia 2$50 por cada mil tijolos escassilhados. O pequeno-almoço era pão quente e café com leite. Trabalhava-se de sol a sol, de ver a ver, era muito difícil, o patrão andava com um barrilinho e dava uma pinga aos trabalhadores. Matavam-se os porcos em Dezembro ou Janeiro. O porco ia para a salgadeira para todo o ano, mas não chegava. Comia-se também um bocado de bacalhau, sardinhas com couves, uma batatita, feijão seco e grão-de-bico e azeitonas. Quase todas as casas tinham uma cabrinha, na dele possuíam quatro, por isso faziam queijo. Às vezes apanhavam a brucelose porque mugiam o leite das cabras sobre uma côdea de pão e os rapazes chuchavam o leite das suas tetas. Na Primavera era o tempo da batata nova, das ervilhas e das favas. No Verão era tudo muito leve, para os pobres era uma alegria, havia muita fruta: nêsperas, cerejas, ginjas, roubadas. A mãe fazia saladas de ervas pardas e ineixas. Se as couves plantadas não chegavam substituíam-nas por ineixas. Nos casamentos serviam carneiro guisado e galinhas gordas, velhas, coradas. No Natal comiam galinha gorda, corada e as melhores partes do porco. No Carnaval os comeres eram à base de carne de porco. Na Quaresma observavam o jejum, no dia de Páscoa batatinhas novas com bacalhau. O orago era o Santiago, comiam feijão-verde, bacalhau, às vezes cação, chicharros e cação.

Nas feiras e romarias bebia-se e mastigavam-se amendoins e tremoços. Se as pessoas adoeciam davam-lhe canja. A enxúndia da galinha punha-se no peito aquecida em cima de um papel pardo pois curava as constipações. As parturientes ficavam uma semana em casa, não tomavam banho, não metiam as mãos em água fria durante oito dias, se o fizessem ficavam entrevadas das mãos. Comiam uma galinhita!
Os idosos viviam muito pior.



Senhor Joaquim Banha

76 anos. Santana do Mato. Coruche

Viveu com os avós até aos dezassete anos. Viveu no Monte do Tarrafeiro, eram muitos trabalhadores e comiam todos juntos. Ao pequeno-almoço eram sopas de café e queijo. Produziam muito queijo de ovelha. Ao almoço comiam sopa de batata, açorda de batata com sardinhas, em alternativa chouriços, linguiças e paios. Ao jantar sopas de carne e couves, toucinho e chouriço. Era assim todo o ano. No Verão sopas de milho com couves e batatas. O avô só comia o miolo da sopa.

No Natal lombo de porco assado. Este lombo guardava-se em manteiga de porco e assava-se em forno de lenha. Também se comia no dia de Natal bucho com arroz e carne (morcela de arroz). No Entrudo filhós e arroz doce. Na Quaresma cumpria-se rigorosamente o jejum, não se comia carne, grão com ovos escalfados e bacalhau guisado. Na Páscoa galo ou galinha



Senhor Joaquim Duarte

75 anos. Erra. Coruche

Vivia-se basicamente da agricultura e havia muito comércio. As pessoas vinham arranjar patrão para poderem trabalhar. As hortas eram as grandes abastecedoras da maioria da população. As batatas, os feijões e o milho guardavam-se para o Inverno. O pão de milho comia-se mais de Outubro a Maio. O azeite vinha das oliveiras existentes nas hortas. Criavam-se porcos. Não se faziam presuntos, a carne das pernas dos porcos empregava-se nas chouriças, linguiças e farinheiras. Os enchidos conservavam-se em sal ou azeite. As farinheiras brancas faziam-se com pão de trigo. A farinha do centeio mesclava-se com a farinha de trigo para ligar o pão e não se partir. O café preparava-se na "isculateira". Na maioria das casas só havia uma tijela, primeiro comia o pai, a seguir a mãe, os filhos do maior ao mais pequeno. Ia-se aumentando a água das sopas de café, no fim ficava uma água-chilra.

A maior festa era a matança do porco, às vezes acabava em baile. As costeletas e o lombo do porco barravam-se com pimentão da horta e alho e fritavam-se, punham-se dentro de uma panela, cobriam-se com manteiga de porco e conservavam-se até ao Natal. Derretida a manteiga de porco barrava fatias torradas de pão de trigo. O

pão de trigo comprava-se habitualmente aos domingos. No Carnaval imperavam as aves de criação, galos, galinhas ou perus. Os frangos e os ovos vendiam-se. Andavam "galinheiros" de carroça ou de bicicleta de porta em porta a vender frangos e ovos. Os possuidores de cabras tinham leite em casa e se sobra faziam queijos para venda.

Na quinta e sexta-feira santa apenas se cozinhava comida de azeite e arroz de castanhas piladas. Na Páscoa comia-se carne de porco ou galo guisado.

Na Primavera consumiam-se sardinhas, cavalas e bacalhau. As mulheres quando davam à luz ficavam em casa trinta dias, e comiam caldos de galinha. Os baptizados eram dias de festa, o comer principal era cozido de grão. Havia bastante caça, coelho, bravo, lebre, perdiz e pombo-bravo. Engordavam-se os porcos dando-lhe milho. Das barbas de milho elaboravam-se chás destinados a resolver problemas de bexiga. O caroço das maçarocas utilizava-se como combustível nas lareiras. O matabicho consistia em aguardente e figos secos. Favas e ervilhas eram muitas no Verão. Não existiam pomares. Só laranjas de espinho e as maçãs da Erra.



Senhor Joaquim Fialho

94 anos. Golegã

Foi pedreiro, para arranjarem trabalho tinham de dar 1000$00 ao Mestre que os ensinava.

"Antes, com cinco anos de idade principiei a ajudar o meu avô na guarda do gado. Saíamos de madrugada, eu agarrava-me ao lombo de uma cabra meio a dormir, assim não caía". Na Escola o professor chamava-lhe cabeça de burro e colocava-o no centro da sala. Não foi fácil convencer o pai a deixá-lo ir à Escola, o avô dizia: o moço faz-me falta. Os moços ao tempo ajudavam pela comida. O farnel constava de pão de milho, um carapau ou uma sardinha. Nalgumas casas a sardinha ou o carapau dividiam-se em três bocados. Nesses recuados tempos a alimentação era constituída por batatas, feijões, nabos e couves. Carne só nos domingos. Criavam coelhos, frangos e um porco. Lembra-se de comer frango assado na brasa.

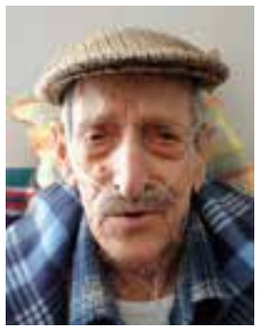
Por altura do casamento o dinheirito que juntou deu para comprar uma camita e uma mesa. Os que tinham alguma coisa casavam-se mais cedo. Metiam a comida numa arca de madeira. Os pobres não tinham regalias nenhumas.

No Natal em todas as casas faziam-se fritos – coscorões e belhoses – fritos em azeite, com uma roseta cortava-se a massa com uma roseta, sendo polvilhados com açúcar escuro e canela.

Nos dias de festa havia rancho melhorado, coelho guisado com batatas ervilhas. No tempo deles, comiam-se melões principalmente no decorrer dos trabalhos campestres.

Também se comia outra fruta, ameixas, amoras, maçãs e pêras.

No dia-a-dia comia-se mal, pior nos tempos de cheia, chegando a estar quinze dias sem ganhar um tostão. Bebia-se vinho, água-pé e aguardente.



Senhor Joaquim Maria Silva

88 anos. Ulme. Chamusca

Trabalhou como agricultor, especialmente nos campos de tomate. Fez vinte campanhas de apanha de tomate. Era uma família grande, tinha sete irmãos. O pai era criado de juste, recebia ao mês e era pouco. A mãe via-se em dificuldades para arranjar couves e azeite. A horta dava batatas, feijão-verde e couves de cortar.

As galinhas que criavam vendiam-se, o dinheiro conseguido gastava-se a comprar arroz, massa ou mesmo azeite. De vez em quando lá se matava uma galinha e comia-se uma canjinha. O bacalhau morria afogado na sua casa. Era só de caldeirada. Carne nenhuma, só de cem em cem anos...

Casou-se pobremente, comprou um borreguito a meias com o compadre e lá jantaram. Houve ferraduras e arroz doce. Raramente festejavam, fosse o que fosse. No Natal faziam fritos.

Obrigavam-se a comer muitas canelas, saramagos e bempostes. Roubavam-se umas mãos cheias de favas onde as houvesse. Para o campo levavam um pouco de pão de milho e umas couves para fazerem uma açorda, quando passava o sardinheiro compravam umas sardinhas para assar.



Senhor Joaquim Martinho da Silva

86 anos. Espinheiro. Santarém

No seu tempo de permanência na povoação de Espinheiro onde nasceu, a maioria da população comia em prato único à base de hortaliça, sardinha. Comiam todos do mesmo tacho, carne pouca, peixe um bocadinho, que se ia buscar a Peniche. Não havia diferenças de estação para estação, praticamente igual, carneiro, fressura de porco com pão, orelha condimentada com hortelã. A matança era o dia de festa, os cachopos comiam a bexiga. Porque não havia leite faziam o arroz doce sem ele.

Toda a gente comia tripas, o talhante oferecia as tripas que se lavavam no rio. Os

rapazes rivais da freguesia dos Amiais gritavam aos do Espinheiro: "Tu és do Espinheiro/ comes tripas de carneiro/mal lavadas ou bem lavadas/ comes merda às carradas."

Os casamentos duravam três dias, os homens em casa do noivo, as mulheres em casa da noiva, as mulheres esperavam os homens e voltavam a comer, quase sempre carne de carneiro. Na doçaria era o habitual arroz doce e bolo de noiva. Ninguém casava pela Igreja, antes o noivo perguntava: ainda estás com os ajustes? Nos casamentos lançavam-se rebuçados. Os convidados punham o óbulo em açafates (cestinhos). Nos Santos comiam-se broas.



Senhor Joaquim Rodrigo dos Santos Paulino

68 anos. Coruche

Nunca viveu com muitas dificuldades. O pai era agricultor. Muito pequenino ia com os pais para o campo. Ficava dentro de um cesto. Cada rancho de trabalhadores compunha-se de quarenta a cinquenta trabalhadores. Faziam a comida em panelas de barro: couves com chouriço, linguiça e toucinho. Vinho não havia, bebia-se água da ribeira ou da fonte. O pai comprava cinco litros de vinho tendo de chegar para a semana inteira. Os pais trabalhavam de ver a ver. De manhã bebiam café da chocolateira e comiam pão e manteiga de porco. Ao almoço couves com toucinho. Todos os dias. À noite couves-de--azeite e sardinhas se as houvesse. Não existia distinção nos comeres nas estações do ano. Tentavam apanhar fruta nas árvores dos outros, ameixas e figos. O tomate só o da horta. As searas de tomate apareceram muito mais tarde. Se não havia bacalhau comiam ovos cozidos com batatas. Os ovos estrelavam-se, fritavam-se e acompanhavam açorda de batata.

No Natal e na Páscoa preparavam uma galinha velha guisada. Na Quaresma os meios-dias santos eram cumpridos rigorosamente, não se trabalhava.

Aos doentes davam-lhe arrozinho de galinha ou outro arroz qualquer com uma colher de azeite. Caçava-se todos os dias, coelhos bravos, lebres e perdizes. Ia aos passarinhos que apanhava com trigo roxo, o que era proibido. Tordos só à ratoeira!

Apanhavam peixes no Sorraia, barbos, enguias, sarmões e algum sável que vendia de porta em porta.



Senhora Dona Joaquina Costa

88 anos. Alpiarça

Trabalhou no campo. No Outono comiam feijoca com couves, feijão com saramagos, alfacinhas e coroas de rei, grisanas com arroz e bacalhau e cagarrinhas. No Inverno eram a estação do magusto e lapardanas. Na Primavera feijocas com arroz, peixe frito, pastéis de bacalhau, feijocas com batatas ou com massa, feijocas e abóbora-menina acompanhadas por peixe frito ou carne frita. No Verão era mais batatas de rebola (inteira) e azeite e vinagre com peixe ou carne, caldeirada de peixe, bacalhau ou ovos.

No casamento comeu canja, borrego à moda de Alpiarça, galinha assada no forno e arroz do mesmo modo, arroz doce, ferraduras e bolos secos.

No Natal os pobres comiam canja de galinha, os ricos patos ou perus. No dia 6 de Janeiro, dia de Reis, comia-se o Bolo-Rei. Na Páscoa era o mesmo, acrescido de amêndoas torradas. Praticavam o jejum na Quaresma Costumavam ir à Feira da Piedade em Santarém, levavam como farnel carapaus fritos e petingas também fritas.



Senhora Dona Joaquina Rita David Ligeiro Palmar

72 anos. Benavente

Foi criada com pão de milho. Trabalhou no campo após o exame da quarta classe, primeiro a mondar trigo, depois acabou nos arrozais. De Verão de sol a sol, no Inverno o mesmo horário. Comia-se sopa grossa todo o ano feita com feijão, couve, massa, um bocadinho de toucinho e um pouco de chouriça. Muitas vezes a massa substituía-se por pão de milho. O bacalhau era o conduto dos pobres. Da horta vinha o essencial para a alimentação da família. Se na horta houvesse uma cepa, passava a chamar-se vinha. Comia-se muita mostarda apanhada nas valadas, cagarrinhas com feijão branco. A mostarda substituía a couve. Os fazendeiros, na época, comiam feijão-verde, os pobres guardavam os feijões para secar. Comia-se a fruta da época quem a possuía, por norma repartia-se com a vizinhança. No Verão os pescadores lá traziam uns peixes do rio, barbos, fataças e sabogas. Mais tarde apareceu no mercado o chicharro, companheiro da alegria.

No dia do seu casamento comeu com os pais sopas de sarmão (pimpão), com os convidados canja, galinha corada e arroz da mesma forma, carne de vaca guisada e

batatas, arroz doce e bolos miúdos as ferraduras, os esses e bolos de gema. E bolo de noiva. Ao jantar comeu canja com toucinho alto de porco ruivo e arroz de cabidela.

No Natal ao jantar frango assado no forno do padeiro e canja. O almoço do dia seguinte tinha como prato principal coelho guisado com batatas. Os doces ficavam-se pelo arroz doce e os beilhoses. A prenda de Natal era um prato de arroz doce com o nome escrito e uma ou duas tangerinas. O aparecimento do tomate duplicou a possibilidade de escolha do doce de barrar no pão, até ali marmelada, depois doce de tomate. No Carnaval serviam-se fatias paridas ou constipadas. Na Páscoa o comer de maior importância era o coelho com ervilhas novas, e ainda canja e arroz doce. O arroz doce prontificava em todas as festas. Costumava dizer-se "tu és como o arroz doce, entras em todas..."

No dia de quinta-feira de Ascensão iam ao S. Braz, havia procissão, faziam um picnic comiam coelho guisado com ervilhas ou coelho frito.

Na doença faziam-se caldinhos de carne de vaca com arroz ou canja para consolarem os enfermos, o mesmo comiam as parturientes, ela comeu e ficou de recobro três dias. Os recém-nascidos bebiam logo chá preto por causa das enterites, davam-lhe papinha doce preparada com açúcar, água, miolo de pão, tudo fervido, e açorda de ovo. A partir dos cinco seis meses era caldinho da panela.

Os idosos de menos recursos iam a Misericórdia buscar uma sopa grossa sem conduto que comiam ao almoço e ao jantar.

Na Quaresma observavam o jejum, a sopa não levava toucinho e o conduto pão com azeitonas. Na Semana Santa fazia-se arroz com castanhas piladas.

As batatas não duravam muito tempo, mal acabavam, eram substituídas pelas castanhas piladas.

Os habitantes da região conheciam-se por apodos jocosos ou reinadios; os de Samora são mosquitos/ os de Salvaterra vinagreiros/ os de Santo Estevão são abóboras/ os de Benavente chícharos.



Senhor Jorge Manuel Pisco Amorim Lúcio

Pontével. Cartaxo

As lembranças que retém vivamente acerca dos comeres da sua meninice e adolescência são a de prevalecer o pão de milho que se cozia de oito em oito dias, o pão de trigo ser conduto do pão de milho, do pão duro fazer-se torricado, o bacalhau ser a fugir, comiam-se umas lasquinhas. Os rapazes apanhavam figos de piteira. Fazia-se chá de piteira para as constipações.



Senhor José Alberto Alves Belo

64 anos. Vale da Pedra. Cartaxo

Técnico de qualidade até se reformar, tem dedicado tempo, esforços e entusiasmo à defesa e representação da comunidade da freguesia de Vale da Pedra. Num gesto de colaboração teve a amabilidade de nos ceder uma suculenta, posso testemunhar, receita de galinhola assada.



Senhor José António Ferreira

86 anos. Malaqueijo. Rio Maior

Trabalhou no campo, foi pedreiro. Comeu muita carga de fome. Tiram-no da Escola para guardar ovelhas. Aos 13 anos trabalhou numa casa cujo pagamento era comida. Ajudou a sustentar os avós trabalhando na casa de um e de outro por conta própria. Nunca levou farnel. Roubava umas favas e comia-as verdes. À noite uma sopa e um bocado de pão de milho. Semeavam batatas, porém quando acabavam de as colher estavam comidas. Quando se casou já tinha uma horta com batatas e feijão, mais tarde com melancias e melões, pepinos, cebolas, tomates e feijão-verde. Criava galinhas, porcos, abelhas e borregos.

Nunca comeu toucinho e nunca bebeu vinho até aos dias de hoje. O peixe que mais comia era o chicharro e as sardinhas. Caçava coelhos, lebres e perdizes que dividia com a família.

Não era beato, por isso na Páscoa não cumpria o jejum.



Senhor José António Jerónimo

83 anos. Azambuja

Desde os catorze anos até ir para a tropa foi pescador, fragateiro e trabalhador rural. Os barcos da pesca mediam seis a oito metros, as fragatas cinquenta a oitenta toneladas. No rio havia carradas de tainhas e barbos, carpas, enguias e pimpões. Na altura da desova lampreias, sabogas e sáveis. Comiam sável cozido e molhata de sardinha. Os pescadores

nunca tiveram falta de comida, não havia dinheiro, mas havia sempre peixe. As sardinhas assavam-se mais do que se fritavam. No seu casamento a comida foi confeccionada pela família, filetes de peixe com arroz e salada e galinha guisada. Os doces foram arroz doce e pudim de ovos.



Senhor José Felício Branco da Silva

84 anos. Almeirim

Trabalhou a vida inteira a tratar de cavalos, durante trinta e dois anos para o senhor David Ribeiro Teles.

A alimentação usual era couves, feijão, carne de porco e sardinhas. Ao domingo a refeição melhorava, além das couves comiam chouriços, farinheiras, ossos e carne de porco. Apesar da sua aptidão para lidar com os cavalos não se livrou de aparar as suas investidas que lhe deixaram marcas no corpo. Gostava da profissão e de participar na "festa-brava".



Senhor José Júlio Rosa Elói

81 anos. Santarém

Ao bem-sucedido empresário nunca o êxito lhe ofuscou o sentido de vida onde prevalece a contenção desde a sua infância. Por essa altura e da adolescência guarda memória de se comer muito peixe frito, carapaus, chicharros e peixe-espada, nos dias especiais a mãe fazia deliciosos pastéis de massa tenra. Outros comeres benquistos eram iscas de porco com puré de batata, sopa de coentros com pão duro e ovos escalfados, bacalhau cozido com grão, batata, salsa e de vez em quando um ovo cozido, esparguete com carne assada. Nos dias nomeados um bife, galinha corada com arroz de forno, lombo de porco assado, cabidela, coelho guisado com arroz e arroz doce sem leite.

Senhor José Oliveira Paulo

87 anos. Santarém

Foi alfaiate. No antigamente não se vivia bem. Era uma vida difícil. Felizmente não era miséria. Hoje, tem-se tudo e mais alguma coisa. Era difícil comer-se bacalhau, comiam-se sardinhas escorchadas assadas ou fritas. Gostava muito de sopa de feijão com grão. No casamento sabe que comeu bolos. No Natal galinha, filhoses e coscorões. Não se fingia, na Quaresma respeitava-se o jejum. O dia de S. José era data muito festejada. Dia de petiscos comiam-se caracóis, tremoços, alfarroba, jogavam ao berlinde e bebiam pirolitos.



Senhor José Ventura Ferreira

88 anos. Alcobertas. Rio Maior

Foi pastor. Aos sete anos começou a guardar cabras e ovelhas. O horário era de ver a ver. Para comer levava pão, sardinhas assadas, bacalhau e toucinho. No monte apanhava mel. No Inverno era mais bacalhau e tudo do porco. Na Primavera mais peixe, carapaus ou sardinhas. No Verão, saladas de alface, pepino e tomate.

No casamento carneiro, carne de vaca, bolos, vinho e aguardente. No Natal peru ou galo guisado, na Páscoa cordeiro assado na brasa ou cordeiro guisado. Para a festa de Santa Maria Madalena levava-se frango assado e pão de trigo. As mulheres depois de parirem ficavam em casa quarenta dias, alimentando-se a caldos de galinha e papas de farinha.



Senhora Dona Laurinda Mila Timóteo

85 anos. Chamusca

A vida era muito má. Às vezes nem havia de comer, roupa e calçado. Vivia-se muito mal. Começou a trabalhar com sete anos. Com uma gamela transportava cimento para um monte de areia. Ganhava 1$00 por dia. Era trabalho muito pesado. Comia couves com pão de milho migado. Não sabia o que era pão de trigo. Um frango vendia-se para pagar a renda casa. A

comida nunca variava durante todo o ano. “A gente passou tanto!”

Casou-se e o almoço foi uma canjinha, galinha corada, não houve doces. No Natal faziam belhoses, comiam couves com batatas. Na Páscoa e na quinta-feira de Ascensão era um frango. Às crianças dava caldo de couves com feijão e uma chucha molhada em sumo de tomate.



Senhor Leandro António da Conceição Raimundo

76 anos. Ribeira de S. João. Rio Maior

Os pais eram ervanários. A mãe tinha a alcunha de Tia Alfazema. Andavam a apanhar alfazema, alfavaca da cobra e sargacinha. Mamou até aos quatro anos. Em menino comia papas de milho, papas de trigo, grão com massa. A mãe fazia a comida, grelos de espargos e esparregado de papoilas. Comia-se bem. Acompanhava a mãe quando esta ia lavar a roupa ao rio, ela apanhava peixes, barbos que assavam na brasa ou fritavam. Também comiam sardinhas ou chicharros de anzol e coelhos caçados no campo.

No Natal fazia galinha guisada ou carne de porco e coscorões. A mãe tinha o hábito de fazer um bolo a que chamavam bolo de borralho.



Senhora Dona Leonor Inácio Moleiro

86 anos. Biscainho. Coruche

Trabalhou no campo. Aos nove anos nos arrozais. Ganhava 4$00 por dia. Sofreu muito, o capataz dizia: “pernas são canelas, merda para quem olha para elas”, isto porque nos arrozais as mulheres eram obrigadas a mostrarem as pernas pois andavam com as saias arregaçadas. No campo comia batatas, toucinho, couves e feijão de cor. Não compravam nada. O peixe do rio que comiam eram barbos, enguias, sabogas e sarmões. De modo geral fritos com salada de alface e tomate. Fruta quem tinha comia, quem não tinha via comer. O marido principiou a trabalhar tinha sete anos e não tinha sapatos. Casaram-se e não fizeram boda.

No Natal cozinhavam grão, chispe, linguiça, beilhoses e à noite frango guisado. Jejum não se fazia, não se falava disso, porém na Páscoa cozinhava-se arroz com castanhas piladas. Nos farnéis entravam frangos guisados e uvas de pendura.



Senhora Dona Leopoldina Arsénio

82 anos. Ribeira de S. João. Rio Maior

Trabalhou no campo e na indústria. Em casa nunca faltou comida. O pai matava um porco que dava para o ano inteiro. A dieta diária incluía sopa de legumes, chícharos, couves, favas, feijões, grão-de-bico e na época feijão-verde. Também comiam saramagos, papoilas e pampostos. De manhã bebia café, depois passaram a ter uma cabrinha e bebia o leite directamente das tetas da cabra. O avô tinha um moinho e por isso além do pão de milho também aparecia em casa pão de trigo. O moinho era de água, quando o avô o limpava apanhavam enguias que comiam fritas ou cozidas em caldeiras.

Aos vinte e três anos casou-se, só a família chegada foi convidada, comeram canja, galinha corada no forno, bolo de noiva (ferraduras) e bolos miúdos (esquecidos).

No Natal aparecia o bacalhau, beilhoses e coscorões. No Carnaval faziam-se grandes bailes na Sociedade. Na Quaresma guardavam o jejum, nesses dias eram carapaus, sardinhas ou bacalhau assado na brasa com azeite e alho, acompanhado de salada de tomate e pepino. Na Páscoa comiam frango corado e lombo de porco assado no forno. Iam a festas e romarias, o farnel cingia-se a pão e um bocado de queijo de cabra.

Depois do parto ficava um mês de resguardo, bem encasacada para não apanhar frio. Nos primeiros dias depois do parto davam-lhe canja.

Geralmente os ovos eram pata vender e esse dinheiro pagava o que era preciso.



Senhora Dona Liliana Rita Silva Gabriel

29 anos. Pombalinho. Golegã

Dedica a sua actividade a confeccionar comida para pessoas idosas. Elas gostam de na Primavera comerem saladas frias, feijão-frade com atum, grão-de-bico com bacalhau. No Verão preferem petingas fritas ou peixe-frito com arroz de tomate, sopa de peixe. No Inverno a feijoada e o cozido à portuguesa, a sopa do cozido é feita com a sua água e leva esparguete, hortelã e uns farrapinhos de couves. No Natal as preferências vão para o bacalhau cozido com batatas, cenouras e couves. Na doçaria são as filhoses, beilhoses e coscorões. Na Páscoa o folar.



Senhora Dona Lubélia Duarte

54 anos. Educadora Social. Vive em Alpiarça

Não havia diferenças entre o Verão e o Inverno. Todo o ano as pessoas comiam couves com feijão, ou arroz com feijão, ou batatas com feijão e couves. O pão trigo durava oito dias. Quando o miolo já não estava bom retirava-se e aproveitavam-se as côdeas amolecidas. Na Primavera e Verão gastavam-se mais saladas e comiam-se tomatadas. No Outono matava-se o porco.

Os pobres procuravam o trabalho na Praça de jorna. Os homens recebiam o dobro das mulheres.

Em casa dos ricos comia-se cozido à portuguesa, bacalhau com grão, filetes e pataniscas de sardinha.

Nos casamentos servia-se carneiro ao modo de Alpiarça.

Os doentes comiam canja de pombinhos e as parturientes também.

Senhora Dona Lucialina Constantino da Siva

85 anos. Almeirim

Viveu sempre com os pais. Dividia o trabalho entre a costura e no acompanhar a mãe à fazenda. A refeição da manhã constava de sopas de café com leite.

Matavam um porco em cada ano que era a base da alimentação mais as feijocas e a hortaliça. Às vezes também comiam carne carneiro. O prato de maior apreço para ela era canja de borracho. O bacalhau, a fataça, a saboga, a sardinha e o carapau entravam amiúde lá em casa. No Verão confeccionavam sopa de agrião, arroz de saramagos e sopa de nabiças. Guardava sempre uma galinha para ser comida no Natal, sendo assada no forno, temperada com sal e bocadinhos de toucinho velho. Na Páscoa faziam arroz doce. Nos dias de abstinência cozinhavam feijão com arroz e peixe frito.
Se estavam doentes comiam caldinhos de carne de carneiro comprada na Praça.

Senhora Dona Luciana Marcelino

48 anos. Almeirim

Sempre viveu na Casa Agrícola da família. Durante a semana as refeições obedeciam a um calendário fixo. Segunda-feira, carneiro guisado com batatas ao almoço, jantar galinha corada com arroz de forno. No segundo dia, terça-feira, couves com carne

(cozido à portuguesa). Sopa de massa com couve, à noite a mesma coisa. No terceiro dia restos do que houvesse, como tinham muitas galinhas também podia ser galinha corada e/ou costeletas de borrego panadas, à quinta-feira, feijão branco com couves de azeite com peixe frito ou pastéis de bacalhau, sexta-feira, feijocas com sopas e ovos abertos. Ao domingo, grão com batatas inteiras e bacalhau ao almoço. E galinha com arroz de forno, ao jantar. No Natal, na Consoada o prato principal confinava-se à sopa de feijoca, no dia 25, galinha corada ou guisada. Segundo o pai as mulheres paridas estavam um mês de resguardo e bebiam chocolate (cacau) quente para terem leite.



Senhor José Joaquim Nunes
Senhora Dona Lucinda Caniço Nunes

91 anos e 92 anos. Casal Branco. Almeirim

A senhora trabalhou no campo, depois, conjuntamente com o marido tornou-se dona de uma mercearia que abria às seis da manhã. O marido foi escriturário, aos doze anos começou a trabalhar no escritório de uma panificadora.

A alimentação pautava-se por tomarem café com leite e pão de mistura com manteiga de manhã, as refeições subsequentes integravam caldo de feijoca com arroz, bacalhau assado e sardinhas fritas e assadas na época do Verão. O pai do senhor José Joaquim exercitava-se nas artes cinegéticas e caçava peças de pelo e pena. Por assim ser comiam amiúde perdizes assadas na brasa.

A festa do casamento contou com a participação de uma senhora cozinheira para fazer a comida que constou: de canja de galinha, galinha corada com arroz de forno, carneiro guisado com batatas, arroz doce, bolos secos de limão, bolo tipo pão-de-ló e ferraduras.

No Natal faziam canja de galinha com massinhas e hortelã, galinha corada, coscorões, broas, beilhoses, bolo-rei e bolos de limão. Na Páscoa cozinhavam coelhos ou galinhas, por vezes carneiro.

Amenizavam a dieta comendo peixe apanhado na vala de Almeirim, caso dos barbos, enguias, pampos, ruivacos e sarmões.

Os enchidos que vendia na loja iam das Fazendas de Almeirim, pois nessa localidade as pessoas matavam mais porcos. Na sua casa davam preferência às morcelas de arroz.



Senhora Dona Lucinda Custódia Maurício
88 anos. Benfica do Ribatejo. Almeirim

Trabalhou no campo. Os comeres eram à base de carne de porco. De manhã café com leite pão de trigo e manteiga, ao almoço batatas inteiras cozidas ou batatas de caldeirada com peixe cozido, às vezes sardinhas ou carapaus. Ao jantar couves com batatas e carne de porco ou massa. No campo sardinhas para assar, pão de milho e trigo. Não havia grandes diferenças nas épocas do ano, o dinheiro era pouco para se comprarem outras coisas, mas no Verão sempre comiam ervilhas, favas, feijão-verde, do rio vinham barbos, do campo galinhas cozidas ou guisadas.

Quando casou comeram canja, galinha corada e arroz doce. A festa principal era a matança do porco, nesse dia comiam o fígado grelhado temperado com azeite e vinagre comendo-se com salada de alface.



Senhora Dona Ludovina Isabelinha
92 anos. Almeirim

Trabalhou no campo. Ajudou a fazer tijolos. A comida na maior parte das vezes era feijoca com arroz. Não havia mais nada. Na Quinta onde trabalhava existiam figueiras (carvalhais), apanhavam os figos e comiam-nos com pão. Era uma pobreza franciscana.

Na praça apareciam vendedores de peixe do rio, barbos e ruivacos. A forma de preparar os barbos antes de serem cozinhados passava por cortarem os peixes às postas, estas eram golpeadas até à espinha, partidas as espinhas temperavam-nas e fritavam-nas.

No Verão, no decurso das debulhas comiam pão de milho e azeitonas, às vezes havia um bocadinho de queijo e uns dez tostões de marmelada.

De manhã bebiam café da cafeteira, ao jantar preparavam couves com feijão branco, cebola picada, sal, um bocadinho de arroz, e quando algum dinheiro umas azeitonas e peixinhos fritos.

No dia do casamento comeram sopa de grão, massa, chouriço, toucinho novo e toucinho velho, ainda carneiro guisado com batatas, arroz de forno e galinha corada, azeitonas, pão de trigo e vinho. Os bolos foram coscorões feitos com forma. Nos dias nomeados comia-se galinha.



Senhora Dona Luísa Costa
76 anos. Samora Correia

O marido era tratador de touros. Comia o que havia. Sopa de feijão. Batatas com bacalhau e sopa de batatas com bacalhau. No dia do seu casamento comeram ensopado de borrego. Não houve bolo de noiva.

No Verão havia muita fruta, melancias e melões. Faziam-se saladas de alface e tomate.

No Natal era costume festejarem fazendo fritos, na Páscoa borrego ensopado e fritos de abóbora. Nos períodos de doença preparavam-se canjas e preparavam-se franguinhos. Às parturientes serviam torricado, e os meninos pequeninos comiam açorda.

Os idosos comiam o mesmo que os outros. Às vezes davam-lhe magusto de mostarda, ou mostarda cozida.



Senhor Mamede do Rosário Paulino Pereira
82 anos. Casais da Aroeira. Abitureiras. Santarém

Aos treze anos lidava uma junta de bois. Depois foi motorista profissional e vendedora de farinhas.

Muito pequena, o almoço era um bocado de pão com bacalhau ou toucinho. No Inverno comiam couves, batatas, na Primavera o que dependia do tempo, no Verão mais legumes e saladas.

A refeição do casamento foi um bocadinho melhor. Galinha, carneiro, vaca, ferraduras, coscorões e beilhoses. No Natal galinha e fritos, na Quaresma fazia o jejum e na Páscoa comia galinha ou galo. Para as festas costumava levar carne de porco.

Senhor Manuel António Pinto Rodrigues
71 anos. Aveiras de Cima. Azambuja

Bancário e contabilista. Há dias maus e não tem com quem conversar.

No Inverno comia-se mais cozido à portuguesa, favas guisadas e mão de vaca com grão. No Verão aparecia mais peixe.



Senhor Manuel Custódio Adão
87 anos. Fajarda. Coruche

Foi agricultor, cultivou arroz, tomate, milho e melão. Aos dezoito anos ganhava quinze escudos e principiava a trabalhar com meia hora de luz.

O dia da matança do porco era o dia de maior festa e alegria. Comia-se carne guisada e batatas, das carnes do porco não se faziam presuntos, só chouriços, linguiças e guardava-se o toucinho.

Criavam-se e matavam-se porcos levando em linha de conta o número de filhos. Dois porcos se os filhos eram muitos. As suas carnes deviam durar o ano inteiro.

Após o almoço nos campos, faziam duas horas de sesta no período de maior calor, depois trabalhavam até ao sol-posto. O jantar constava de couves de ano, feijão, linguiça, chouriço e toucinho. As saladas comiam-se pouco. A alimentação era muito reduzida e muito igual. O vinho bebia-se na taberna, quem o possuía tinha que dar para o ano inteiro. Aguardente, só na taberna. Apanhava muita boleta para dar aos porcos. O peixe de maior gasto eram sardinhas. Nas grandes cheias iam aos recantos arrebanhar laranjas, até podres se comiam. Os proprietários de laranjeiras vendiam as laranjas, hoje não. A caça só para os grandes.

No dia do casamento comeram cozido de couves, grão, carne de porco e um bocadinho de carne de vaca.

No Natal vinham os beilhoses. Na Quaresma não jejuavam. Na Páscoa faziam a prova das amêndoas, que compravam para oferecer às raparigas.



Senhor Manuel da Silva Costa
82 anos. Alcobertas. Rio Maior

Principiou muito cedo a pastorear gado. A comia era: feijão com couves, couves com feijão. Começavam a faina às sete da manhã, pequeno-almoço umas vezes pão de milho com uma sardinha, outras vezes pão de milho e manteiga de porco ou presunto. Secavam dois ou três presuntos. Logo de manhã bebia um copo de água-pé com o patrão. O almoço no campo além das couves com feijão também era grão-de-bico. Às vezes as couves de carne. Nos dias de festa aparecia a chanfana ou então ovelha guisada ou assada na fogueira. O jantar era os restos do almoço.

Por altura do casamento que durou três dias, matou um carneiro e porcos. No Entrudo comia-se carne mais à vontade. No referente a peixes lembra-se das enguias.



Senhor Manuel Martins, 80 anos, Senhora Dona Maria Mostardeira, 78 anos, Senhora Dona Carminda da Lavandeira, 73 anos, Senhora Dona Maria José Padeira, 79 anos, Senhor Carlos Santana, 57 anos.
Golegã

No Outono comiam sardinhas assadas, couves com feijão, mexúrdias, requentado e bacalhau assado. No Inverno bacalhau cozido, couves e batatas, dobrada com feijão, sangue cozido aos domingos, peixes do rio (barbos, enguias, fataças, sabogas e sáveis), sopas e migas. Também comiam sopa de tripas.

Matava-se o porco para vender e o dinheiro arrecadado era para pagar as contas na mercearia. Não havia salgadeiras.

Na Primavera apanhavam cagarrinhas, canelões e saramagos. Os canelões são parecidos com a salsa, são cozidos e cozinhados com água e sal e acompanham bacalhau. No Verão preparavam tomatadas, feijão-verde, salada de tomate com bacalhau desfiado.

Os casamentos duravam dois dias, comiam-se galinhas coradas levando carne de porco e de vaca, grão e couves, carneiro guisado, arroz doce, coscorões, pão-de-ló e bolo de noiva (ferraduras). Na aldeia de Pombalinho (concelho da Golegã) nos dias dos casamentos ao pequeno-almoço comia-se fricassé de fressura de carneiro.

Na Páscoa comiam galinhas, sangue com batatas, bacalhau, peixe frito, castanhas piladas com arroz, canela e erva-doce e amêndoas. Na quinta-feira de Ascensão fazia-se uma romaria no campo e o farnel constava de sardinhas albardadas.

Na Feira de S. Marinho castanhas assadas e frutos secos. No dia de Todos os Santos serviam-se merendeiras e canja.

No Natal comia-se galo corado, beilhoses e coscorões.

Na doença os doentes comiam canja de galinha ou de borrachos com arroz. Também lhe davam gemadas, chás, caldos de farinha com limão.

As parturientes comiam peles de bacalhau e bacalhau para terem mais leite, e ainda fatias paridas. Os recém-nascidos bebiam o leite das mães, de cabra, de vaca e açorda de ovo. Os idosos comiam o mesmo dos restantes e arroz de bacalhau.

Não havia grandes comeres!



Senhor Manuel João Simões
77 anos. Amiais de Baixo. Santarém

Foi ferreiro de fazer enxadas e trabalhou na agricultura. Trabalhava de sol a sol, aos treze anos ganhava 4$00 por dia. Passava-se muito mal. Era a mascote de um grupo e por isso ia levar as cartas às namoradas. A comida nunca variava, carne de porco, galinha, couves e feijão. Na Primavera era mais leve, havia fruta, ervilhas e favas, no Verão chicharro e sardinha assada, queijo de cabra, já a chanfana comia-se durante todo o ano. No casamento comeram bacalhau com batatas, ferraduras e arroz doce, naquele dia não comeu a habitual carne de porco.

Naquele tempo não havia Consoada, por essa altura coincidia a matança do porco e era a festa. No Entrudo imolava-se o galo.

Senhor Manuel Maria Fonseca
83 anos. Golegã

Tinha oito irmãos. Nasceram e cresceram no tempo da Grande Guerra. Passaram muito! Não havia açúcar, adoçavam o café com mosto de uva e rebuçados capilé. A família possuía um foro herdado dos avós, terra de sequeiro propriedade da família Relvas. Nesse foro cultivavam couves, favas, ervilhas, nabos e repolhos.

No dia-a-dia comiam-se couves com feijões e o conduto era petingas, um bocado de queijo de ovelha e azeitonas. Só ao domingo havia alterações na dieta, grão-de-bico, enchidos, chouriço e farinheira e um bocadinho de carne de porco. Pouca!

O dinheiro ganho a mais no Verão servia para pagar as dívidas feitas no Inverno. No dia do seu casamento comeram canja de galinha e carne de carneiro guisada. Ao jantar comeram galinha corada na companhia de arroz seco e arroz doce que levou leite e uma casca de limão. O casamento realizou-se na casa da vizinha por a sua ser de telha vã e a comida confeccionada no chão.

O arroz não se comia muito, mais a massa cortada, no Natal pedia-se à padeira para corar uma galinha, se havia dinheiro faziam-se beilhoses e coscorões. No Carnaval comia-se alguma carne de porco, a seguir desinfectavam-se as panelas de modo a não subsistir o gosto à carne.

Fruta e leite apenas para as pessoas doentes. As mulheres paridas ficavam dois ou três dias em casa, comiam batatas com bacalhau alimento considerado bom para terem leite. Se as parturientes não possuíam leite recorriam às vizinhas que amamentavam ou então recorria-se a leite de vaca na proporção de dois terços de água e um de leite.

Nesse tempo de antes alimentavam-se prioritariamente de couves com feijão ou

com migas. Os trabalhadores no campo sempre levavam um bocadinho de bacalhau, uma petinga ou uma sardinha. Fazia-se um comer denominado paleio.

As pessoas de idade arranjavam-se com qualquer coisita, às vezes só vinho, um petiscozinho na taberna, de bacalhau ou chouriço.

Tinha um cunhado pescador. Faziam bogas assadas na brasa, bogas de caldeirada, barbos cortados às postas e frito, bordalos, cumbos, sargos do rio Almonda, pardelhas fritas, casacas e enguias fritas ou assadas na brasa.



Senhor Manuel Matias Coelho
80 anos. Azambuja

A mãe dizia que foi criada com esmolas. Comiam o que havia. De manhã sopas de café, ao almoço couves com batatas e meio ovo. Coziam pão de milho. No Verão faziam saladas de alface, pepino e tomate, temperadas de sal, vinagre e azeite. No campo o comer era rancho seco — pão e chouriço — e a ceia ficava-se pelas papas de milho, às vezes com açúcar. No Natal e nos restantes dias nomeados era o que havia. No Natal faziam broas e coscorões. Era sempre a poupar! Curavam as constipações bebendo aguardente com açúcar.

Os meninos calavam-se quando as mães lhe metiam um rolhão de pão mastigado por elas.



Senhora Dona Margarida Fortunato Damião
86 anos. Glória do Ribatejo. Salvaterra de Magos

Aos nove anos foi para a Escola, cortou os pelos ao cão da professora. Chamava-se Pierre, a façanha rendeu-lhe sova dada pela Mestra. Nunca mais pôs pés na Escola. Trabalhou no campo, de sol a sol, a mondar arrozais e searas de trigo. Os comeres não variavam, couves, batatas e feijão. Ao jantar batatas, massa e toucinho frito. O toucinho era tempero e conduto. No campo não se estragava nada, dormiam em cima de uma mão-cheia de palha, à segunda-feira o capataz pagava à malta, tinham uma mantieira que era a capataza, ela ia buscar os mantimentos à Glória, e ajustava o cambariz que sustinha a caldeira. A mantieira não dava a água suficiente para beberem. A maior parte das trabalhadoras não sabia ler.

Havia o costume de no Entrudo guisarem galos, no entanto, muitas pessoas

guardavam--nos para vender e com esse dinheiro pagarem as contribuições. Na Páscoa era o que calhava, toucinho ou um bocado de chouriço. As frutas não eram muitas, figos, gamboas, pêssegos e marmelos no Outono. Secavam os figos, assavam os marmelos.

No seu casamento calçou sapatos pela primeira vez, nesse dia comeram cabra velha com couve lombarda, galinha com massa e arroz doce. Só os homens bebiam vinho. Era um desprezo beber vinho.



Senhora Dona Margarida Viegas Vaz
91 anos. Muge. Salvaterra de Magos

Porque não gostava de carne de carneiro, de vaca, de leite, manteiga e queijo e por isso cresciam as dificuldades para se alimentar. Possuíam aves de criação e engordavam porcos que vendiam. Em casa só porco fresco, o lombo e os enchidos. Não se salgava nenhuma parte do porco. De manhã tomava chá ou cacau com um ovo estrelado. Por terem muitos ovos entravam em várias composições culinárias.
No seu casamento comeram canja, galinha corada com arroz de forno, galinha guisada e carneiro da mesma maneira. Maçãs, por serem fruta da época. No copo de água teve bolo de noiva que era feito com vários tamanhos de pão-de-ló encamados e decorados, tortas, bolinhos de limão e arroz doce.
No Natal preparavam galinha corada, filhoses, sonhos, pão-de-ló e bolo económico. Na quinta-feira de Ascensão faziam picnics no campo onde se serviam pastéis de bacalhau, queijo e pataniscas. Aos domingos, habitualmente, cozinhava lombo de porco assado e galinhas coradas em forno de lenha.



Senhora Dona Maria Adelaide Henriques
77 anos. Aveiras de Cima. Azambuja

Arrebanhámos sempre para comer. Não passámos dificuldades apesar da vida, não ser fácil. A horta dava hortaliças, batata-doce e normal, feijão-verde, favas, cebolas, tomates e alfaces. Produziam trigo e milho, iam ao rabisco da azeitona e criavam galinhas, porcos e bezerros. No Inverno comiam mais batatas com bacalhau e couves, quando a mãe ia ao mercado comprava peixe, chicharros, carapaus e sardinhas. Comia-se muita sopa de feijão seco e de vagem com peixe frito. Na Primavera carne de porco guisado, feijão-verde, canja e galinha. No Verão era mais bacalhau e carne para

cozer. Na charneca não havia peixe. A comida levada para o campo era cozinhada pelas coqueiras.

Quando se casou foram ao registo e pronto!

No dia de Natal era galinha, frango ou borrego assado e às vezes cozido. Não havia verbas para luxos, por isso não havia arroz doce. Ficavam-se pelos beilhoses ou coscorões, na Páscoa a mesma coisa. Havia muita pobreza.

As criancinhas mamavam na mãe ou então leite de vaca ou de cabra. Na morte dos parentes fazia-se o comer na mesma, tinham-se os filhos, era preciso dar-lhes de comer.



Senhora Dona Maria Adelaide Sousa Matos
83 anos. Ulme. Chamusca

Comia-se o que havia na horta, feijão, batatas e couves tudo junto. No dia seguinte acrescentavam-se uns bagos de arroz ou farinha para fazerem umas papas e não comerem sempre a mesma coisa. Se não havia couves ia-se às searas de trigo apanhar saramagos para se cozerem com feijão e um fio de azeite. Muitas vezes o azeite era moeda (paga) de um patrão por serviços prestados. Outros géneros recebiam do mesmo modo. Na Primavera tudo vinha da horta, no Verão faziam saladas de tomate e pepino, caldeiradas de feijão-verde.

No casamento comeu fressura de borrego, o verde, agora chamado cachola, borrego assado, e guisado com batatas, frango, bolos secos, ferraduras e arroz doce. No Natal nada de especial, belhoses. No dia da Feira do Chouto levavam uma manta e faziam uma espécie de picnic, no qual comiam pastéis de bacalhau, peixinhos da horta, frango assado, coelho com arroz que ia no tacho, pão e fruta da época.

Se estivessem doentes faziam canja de galinha ou de borracho. Após os partos faziam migas de mulher parida, ficavam contentes e tinham mais leite.



Senhora Dona Maria Amélia Navarro de Andrade
87 anos. Vale do Paraíso. Azambuja

Não havia fartura na sua casa, porém nunca faltou nada. Teve uma infância feliz. A alimentação era à base de carne de porco. Nas vindimas serviam sopas de batata e sopas de bacalhau. Comprava-se carne de vaca no talho. No Inverno comiam feijão branco cozido com toucinho. Comiam peixe durante todo o ano, fundamentalmente carapaus, chicharros

e sardinhas. O pai pescava enguias que guisavam no tacho. No Natal a ceia era coelho e galinhas na forma de guisado, filhoses e arroz doce. Na Páscoa recebiam amêndoas. Curavam as constipações com papel pardo aquecido ao lume, com outro papel por cima, punha-se no peito ao deitar, no dia seguinte estavam bons.



Senhora Dona Maria Antónia da Mata Luís
86 anos. Aveiras de Cima. Azambuja

Aos quinze anos começou a trabalhar na apanha da azeitona. De sol a sol. De manhã comia um bocadinho de queijo de cabra, pão e água. Ao almoço saramagos cozidos com batatas e espremiam os saramagos para substituir o azeite. No Inverno coziam saramagos com mostarda e ovo ou toucinho. A mostarda acompanhava com carapau frito. No Tejo apanhavam pargos encarnados e enguias.

No Natal comiam massa com bacalhau, galinha corada, filhoses e coscorões. Não havia doces lá em casa!



Senhora Dona Maria Augusta Lopes de Jesus
67 anos. Vive na Golegã

A vida era dura. Regava milho. Comia-se tudo igual. No Inverno couves com feijão e sardinha assada. Na Primavera feijão-verde, ovos e bacalhau. O feijão-verde temperava-se no prato, um fio de azeite e um golpe de vinagre. No Verão sempre que era possível fazia-se coelho guisado com batatas. Fazia-se um guisado levando uma folha de louro, alho, cebola às rodelas, colorau e azeite.

No Natal a ceia era composta por bacalhau com couves e batatas, depois apareciam filhoses, beilhoses e arroz doce.

Na Semana Santa não se comia carne, no dia de Páscoa comiam galinha e arroz doce.

No casamento serviram ensopado de borrego. Os homens beberam vinho tinto.

Ia às festas e romarias poucas vezes, e a mãe estava sempre a vigiar.

As parturientes comiam de tudo e descansavam três dias, as criancinhas bebiam leitinho e comiam papas.

Os idosos comiam sopas de café e do resto, tinham as gengivas calejadas.



Senhora Dona Maria Augusta Vieira Garcia Soares
80 anos. Azambuja

Veio para Azambuja num tempo de muita mudança.

Na noite de Natal preparava bacalhau cozido com couve portuguesa, filetes e arroz de polvo, coscorões, filhoses, rabanadas bolo-rei e frutos secos. No dia 25, comiam sopa de ovo e cabrito assado. Na Páscoa cozinhavam cabrito ou peru e faziam farófias.



Senhora Dona Maria Cacilda Rabita
78 anos. Escaroupim. Salvaterra de Magos

Nasceu num barquinho avieiro. Aos oito anos começou a mondar arroz. Comiam peixe: barbos, enguias e fataças. Porque não se podia deitar nada fora o peixe sobrante conservava-se em escabeche. No Natal era um franguinho assado na brasa e beilhoses, na Páscoa compravam-se umas febras e comiam-se. Quando havia sável fritava-se.

Tratavam as doenças bebendo chá e comendo bolachas. A seguir aos partos estavam de recobro um mês, entre as avieiras diziam que deviam comer sopas de vinho tinto com açúcar.



Senhora Dona Maria Cecília Sanfona Paulino
77 anos. Alpiarça

Nada se podia perder. Faziam bolos com os restos da massa do pão, juntavam-lhe ovo, açúcar e raspa de limão. No Outono, os ricos comiam bacalhau com grão, feijoada e filetes, os pobres comiam batatas e legumes. No Inverno, fataças em caldeirada, os ricos davam primazia ao cozido à portuguesa e guisados. Nessa época matava-se o porco, com as gorduras faziam-se farinheiras, com as carnes ensanguentadas chouriços.

Na Primavera os de menores recursos comiam grão-de-bico temperado com um fio de azeite e vinagre, batatas assadas com o molho de toucinho derretido no tacho. Os de maiores proventos preferiam saladas de agrião, alface e tomate.

No Verão assavam no forno sardinhas em broa, envolvidas em folhas de couve. Nessa

estação dava-se primazia às sardinhas fritas, pataniscas de sardinha e arroz de pimentos.

No casamento, antes da cerimónia aos convidados era dado arroz doce com uma ferradura em cima, para depois irem pagar à mesa o convite.

No Natal triunfava o frango assado no forno e os fritos. A Páscoa festejava-se com castanhas secas, peladas, postas em água a demolhar, depois eram cozidas na companhia de feijão branco, temperadas com erva-doce, canela e açúcar. O prato principal constava de batatas cozidas e ovo, condimentadas com azeite, vinagre, sal e pimenta.

As crianças de tenra idade comiam bola de pão, ovos escalfados, puré de legumes com carne passada e café de cafeteira. As mulheres após o parto comiam carneiro cozido com arroz.

Nos dias de abstinência, do meio-dia de quinta-feira ao meio-dia de sexta-feira, cozinhavam-se papas de abóbora, sendo o alimento primacial do jejum.

No tocante a mezinhas usavam-se para a constipação, xarope de caruma do pinheiro e xarope de agrião, para a diarreia, linhaça fervida e chá de folha de nespereira, para a dor de ouvidos pingos de leite de burra, dores de garganta gordura de galinha em e azeite em papel pardo quente.

As pessoas idosas sem dentes lá roíam a comida, as gengivas estavam calejadas.



Senhora Dona Maria Celeste Matias

95 anos. Nasceu na Póvoa da Isenta

Foi cozinheira na sua adolescência. Ganhava 4$00 por dia. Nessa altura vivia-se mal. De manhã comia uma sardinha assada e pão (broa), ao almoço a mesma coisa e à noite couves e batatas com toucinho sarnoso. A fazenda dava os produtos hortícolas.

As sardinhas vendidas pelos sardinheiros eram colocadas em folhas de figueira.

Trabalhava antes do nascer do sol até se pôr, ia a pé da Póvoa da Isenta até à Ponte de Muge onde mondava o arroz, vindimava e executava outros trabalhos campestres.

Nunca lhe faltou o pãozinho. Muitas vezes o jantar era pão de milho com azeitonas. De vez em quando comiam bacalhau, só o pequeno. Tomavam café de cafeteira, às borras ia-se acrescentando água até dar...

Bebiam água-pé, vinho tinto, vinho branco, e abafado. Aproveitavam o engaço das uvas depois de pisadas, para fazerem aguardente.

No dia do seu casamento, um bom casamento, mataram um porco, comeu-se a carne porco assada no forno na companhia de salada de alface, galinha corada com batatinhas assadas e canja. Nesse dia só se comeu carne. O vinho saiu de um barril grande. Os doces foram ferraduras, arroz doce e pão-de-ló. A festa do casamento

estendeu-se por três dias, jantaram na véspera, no dia do casamento almoço, copo de água e jantar, no terceiro dia almoçaram e arrumaram as coisas.

No Natal não havia a tradição do bacalhau. Comia-se castanhas com feijão branco, galinha corada e os fritos, beilhoses e coscorões.

Só se faziam festejos nos casamentos. Por vezes no dia do Santo padroeiro a mãe fazia arroz doce, na festa da Senhora da Saúde fazia-se a procissão e comiam-se melancias.

As parturientes comiam galinha, bastante bacalhau e chocolate para terem bom leite. Galinha com fartura, valia a pena parir. As crianças amamentavam-se ao peito, mais crescidas comiam uma açorda com leite.

Os idosos comiam o mesmo que os outros. Que se desenvencilhassem!

Senhora Dona Maria da Conceição Alfaiate

88 anos. Almeirim

Trabalhou no campo. Acompanhava o pai e a mãe a cavar. A dieta alimentar baseava-se nas couves e nas batatas. Batatas de caldeira com sardinhas agradavam-lhe. No Verão era a época das ervilhas, do feijão-verde, do grão-de-bico e das favas. Faziam batatas cozidas com feijão-verde, um ovo e chicharros.

A falta de recursos levou a que no dia do casamento só tivessem comido pão. No Natal matavam uma galinha, não havia doces. Na Páscoa comiam batatas, feijão, couves e um bocadinho de carne, tudo temperado com azeite e um bocadinho de queijo.



Senhora Dona Maria da Conceição Nazaré Catarino

95 anos. Rio Maior

Porque não podia com a enxada ficava em casa a tomar conta dos irmãos. Ao almoço pão com um bocado de bacalhau assado, sardinhas ou toucinho. O toucinho não tinha tempo para ficar amarelo. O jantar não variava entre feijão se com arroz ou massa, bacalhau ou sardinhas. Na ceia aproveitavam-se os restos. No casamento comeram bacalhau com feijão-frade e pinga (vinho). Os convidados foram poucos.

No Natal comiam carne de porco cozida, couves e beilhoses. Aproveitavam os ossos de vaca metendo-os na sopa que ficava mais rica.

Na festa de S. Sebastião cozinhavam carne de porco e chouriços, nas festas e romarias coelho guisado ou galinha.



Senhora Dona Maria da Conceição Nuno Marques
84 anos. Rio Maior

Trabalhou no campo desde muito cedo. No dia-a-dia comiam sopa de feijão seco, grão-de-bico, hortaliça, era o que havia. Aos domingos podia aparecer carne de carneiro, toucinho e mourinhas. No Natal comiam canja de galinha, galinha corada e guisado de miúdos. O mesmo no dia de Ano Novo. Na Páscoa não observavam o jejum, não compravam a bula. Não tinham dinheiro para comer, quanto mais para a bula! No dia da festa em honra do Santo padroeiro comiam bolos secos e pão-de-ló.

Senhora Dona Maria da Graça Cavaleiro
96 anos. Almeirim

Foi costureira de vestidos de noiva e bordadeira.

No Natal faziam-se filhoses e fatias paridas, comia-se o bacalhau e peru recheado. Na Páscoa ao almoço carne de porco, chouriços, couves, batatas e arroz. Na sua casa os peixes de maior consumo eram carapaus fritos, pescada cozida, sardinhas e marmotinhas de rabo na boca com arroz de tomate.

Recorda-se de no dia do seu casamento ter-se comido leitão, peru e bolos.



Senhora Dona Maria de Jesus Gaudêncio
84 anos. Ulme, Chamusca.

Ao lhe ser perguntado o que comiam na casa dos pais respondeu: comíamos fome. Trabalhou nos arrozais. A morte prematura da mãe levou-a a tomar conta dos seus seis irmãos e do pai, que era barbeiro. Este encargo principiou quando ela tinha onze anos. Comiam pouco pão, punham grãos de sal ou gotas de vinagre no pão a fim de tirarem o gosto da farinha que era má. Muitas vezes faziam refeições onde o feijão estava sempre presente, sendo elemento principal na companhia de couves, canelas, acelgas e saramagos. Comiam migas de pão de milho, sardinhas sempre, arroz e massa raramente. Quando o pai ia à Chamusca trazia sável, era um dia de festa. O sável frito era servido com arroz. Não havia fruta, se se sabia que havia era para os ricos. "No campo caldeiramos, sic. Levava-se a trouxa com a caldeira e as coisas que se iriam

comer, azeite, arroz, feijão, massa, o que havia". No campo acendiam o lume, espetavam a burra e a caldeira cozinhavam o que lá pusessem. No Verão faziam tomatadas, porque em casa não havia colheres e pratos para todos, comiam dois a dois.

O casamento foi triste, não havia dinheiro para nada, comeram cozido composto por couves, grão-de-bico, chouriços, toucinho, farinheira, morcela de sangue e o bolo de noiva (ferraduras). A seguir ao casamento já podiam comer alguma carne, borrego, coelho e galinha.

No Natal fazia fritos de abóbora e um bonequinho de massa figurava como prenda. Depois de casada comiam bacalhau com couves, beilhoses e coscorões. Na Páscoa não havia nada de especial, só quando foi trabalhar para o rancho passou a ter um ordenadito e por isso festejava o dia comendo coelho ou um bocado de borrego.

Estava arredada de festas e romarias, as raparigas cantavam e bailavam ao som de uma gaite de beiços.

Na doença usavam algodão embebido em azeite no tratamento das dores de ouvidos, quem os tinham faziam canja de borrachos, bebiam chá e uma pinguinha de leite.

Nas alturas do parto ficava um mês em casa, porém não ficava na cama. Amamentou ao mesmo tempo a filha e a filha de uma vizinha. Porque só tinha uma hora no período do almoço, enquanto dava de mamar às crianças, a vizinha dava-lhe de comer a ela.

A mãe deixou uma filha de tenra idade (três meses), ela e a irmã levavam a criança às casas das vizinhas que tinham leite para a alimentarem.



Senhora Dona Maria de Jesus Granada
89 anos. Vale de Santarém

Foi costureira. Na sua meninice as refeições nos dias correntes eram na base de couves, feijões e batatas. Uns rabitos e bocadinhos de bacalhau, muitos carapaus, e sardinhas. Salgavam-se os chicharros para durarem.

Tudo vinha dos campos. Durante os trabalhos nas fazendas comia-se torricado ou toira com bacalhau, magusto com sardinha assada, ou sardinha assada e batatas. Comiam todos do mesmo prato. No Inverno além das sopas de couves e feijão e um bocado de carne de porco ou toucinho e morcela, servia-se salada de almeirão na companhia de feijão-frade. Viviam muito mal, só a mãe é que trabalhava no campo na companhia da avó. Foi criada pela bisavó. Lembra-se de dizer à mãe "ter comido muito bem", só porque tinha comido massinha e arrozinho.

Faziam-se muitas papas de milho. O acompanhamento era variado. Na casa das pessoas de posses a comida além de ser melhor era em maior quantidade, nessas casas comiam-se papas de milho doces.

Não havia muita fartura na generalidade das casas. Trabalhava-se de sol a sol. O ciclo das refeições principiava de manhã cedo bebendo café da cafeteira e pão, às 10.00 o almoço composto por couves cozidas e pão, a labuta nas fazendas e os poucos haveres assim o determinavam, às 14.00 as ditas couves e por vezes acrescidas de cavalas ou sardinhas, à noite a ceia era em casa composta pelas couves e os mais abonados serviam-nas com toucinho negro, sardinhas ou cavalas. O que se cozinhava à noite levava-se para o campo no dia seguinte.

Na Primavera comiam-se sopas de tomate, aboboreira com arroz, saladas e sardinhas. No Verão a mesma coisa, ainda feijão-verde e salada de beldroegas.

Aos sete anos ajudava a avó, lavava os pratos e limpava o pó. No dia do casamento envergou um vestido plissado, todos comeram ao almoço carneiro guisado com batatas, galinha corada, torta de chispe, arroz doce e coscorões. No copo de água arroz doce, coscorões e quem podia uma torta de espécie. Ao jantar, canja, galinha corada no forno do padeiro, coscorões a arroz doce.

Havia um talho, só vendia carne de carneiro e carne de porco. Carne de carneiro ou borrego só nos dias festivos, caso da Páscoa. No Natal canja de galinha, galinha corada, arroz doce, coscorões e belhoses. Cumpriam os jejuns, nesses dias serviam-se ovos com batatas e couves. No Entrudo os comeres eram como nos restantes dias, Comiam o que tinham; sopinha de coentros e um ovo escalfado. Um bocadinho de bacalhau com batatas.

Frutas comiam a que apanhavam nos campos. Laranjas só na casa dos senhores.

As mulheres acabadas de parir comiam igual aos outros, quando lhe secava o leite nos peitos tratavam-nos empregando manteiga de cacau. Os meninos pequenos comiam sopinhas e papinhas com açúcar e chá.



Senhora Dona Maria de Jesus Simões
86 anos. Ribeira das Neves. Alcobertas. Rio Maior

Trabalhava nas fazendas, o almoço era petingas, pão de milho e azeitonas. Comiam fruta; figos, maçãs, pêras e ameixas eram a fruta tardia. Matavam um porco todos os anos. Curavam os presuntos.

No Natal cozinhavam carne de porco e faziam filhoses e beilhoses. Guardavam o jejum na Quaresma. Para as romarias levavam como farnel coelho guisado com arroz, linguiça e água-pé.



Senhora Dona Maria de Lurdes Frazão Avelino Ribeiro
90 anos. Chamusca

Na época usava-se muito o bacalhau, matava-se o porco e comiam-se sopas de feijão, cozido à portuguesa mais no Outono e no Inverno. Na Primavera mais as ervilhas, as favas, o sável frito, no Verão o feijão-verde, a pescada, a sardinha, cachucho e carapau. Criavam galinhas, coelhos e patos. O pai caçava, às vezes trazia coelhos-bravos e perdizes.

No dia do casamento a comida veio do restaurante Abidis (Santarém), serviram muito doces: galantine, lampreia de ovos, bolo de noiva, pudins e arroz doce.

Na véspera de Natal ceavam bacalhau cozido, frito e broas. No dia de Natal matavam criação maior, pato, peru ou galo, que coravam, faziam canja e arroz doce. Na Páscoa arroz doce e torta, já casada leite-creme e rolo de carne com os restos de carne sobrantes.



Senhora Dona Maria de Lurdes Gomes dos Santos,
86 anos. Alpiarça

No Outono comiam sopa de feijão, carnes guisadas ou estufadas e saladas de asdões (folhas redondas que crescem nas paredes) e de marujos temperadas com azeite e vinagre. No Inverno cachucho, peixe vermelho, pescada e caldeirada de peixe constituíam o essencial dos comeres dessa estação. Na Primavera apareciam as sopas leves (puré de batata, ervilhas e feijão-verde), no Verão era o tempo das sardinhas escorchadas e do bacalhau com migas fervidas.

Nos casamentos comeram cordeiro à moda de Alpiarça, pão-de-ló, tortas, canja de galinha, carne de vaca estufada, sopa da velha, croquetes, arroz doce e bolo de noiva.

Na quadra natalícia comiam polvo, sopa de puré de batata, bacalhau cozido com couves à portuguesa, leite-creme, filhoses, rabanadas e sonhos. Os doces de Natal sobrantes ficavam para o Ano Novo.

Na Páscoa comiam peixe, barbos, pargos e filetes de pescada.

Se as pessoas adoeciam eram tratadas com canja de galinha (a mais velha), frango corado, água tépida para curar o sarampo, e para a gripe – cebola fervida com mel, açúcar e canela. Também se combatia a gripe colocando no peito uma pasta de linhaça e mostarda.

As crianças recém-nascidas se a mãe não tinha leite bebiam uma mistura de duas

partes de água e uma de leite de cabra ou ovelha. A partir de um ano de idade comiam sopa normal. Os idosos alimentavam-se de alfaces, cagarrinhas, canelas e saramagos.

Senhora Dona Maria de Lurdes Mendes
95 anos. Marvila. Santarém

O marido foi tipógrafo no Carreio do Ribatejo. Foi bordadeira toda a via, os pais puseram-na a ela e às irmãs a aprenderem a bordar e a cozer. Viviam com dificuldades. No seu casamento feito em casa dos pais, foi tudo pouco, fizeram bolos caseiros sem açúcar porque não havia. No Natal canja, galinha corada, coscorões e beilhoses. Um comer conhecido e habitual era a sopa de carne, também conhecida por sopa do Ribatejo, ou cozido à portuguesa. Na Praça compravam-se linguados, corvinas e pescadas a bom preço. Do rio barbos, fataças e sável, este último para os ricos, no Outono sardinha assada e outros peixes grelhados.



Senhora Dona Maria de Lurdes Oliveira Cláudio
84 anos. Porto de Muge, Cartaxo

A miséria fazia-se sentir ao ponto de quando criança brincava com a barriga vazia. Não havia terras para cultivar. A mãe tirou-a da Escola a fim de tomar conta de duas crianças. Ao pequeno-almoço sopas de café, o almoço reduzia-se a saramagos com feijoca ou chícharos temperados com azeite e vinagre. Se sobravam a mãe fazia arroz de chícharos. Vivia-se do que a terra dava, mais tarde passou a trabalhar na vinha de sol a sol. Levava para comer sopa e às vezes um pouco de linguiça, toucinho e farinheira. Aos domingos e às quartas-feiras comiam um pouco melhor, faziam o chamado "cozido à pobre, constituído por batatas, couves, chouriço e os ossos do porco. À noite ao caldo do cozido juntavam massa e faziam uma sopa. Às vezes comiam pompostos e erva-canela, no entanto, estas ervas eram para dar coelhos que a seguir os vendiam. Na Páscoa um dos pratos festivos era coelho guisado com ervilhas. No dia do seu casamento foram a Santarém comprar um borrego, o qual foi comido guisado com batatas, ainda galinha, coelho, arroz doce, pão-de-ló e coscorões.

Senhora Dona Maria do Rosário Paulino Pereira
82 anos. Casais da Aroeira. Abitureiras. Santarém

Aos treze anos lidava uma junta de bois. Depois foi motorista profissional e vendedora de farinhas.

Muito pequena, o almoço era um bocado de pão com bacalhau ou toucinho. No Inverno comiam couves, batatas, na Primavera o que dependia do tempo, no Verão mais legumes e saladas.

A refeição do casamento foi um bocadinho melhor. Galinha, carneiro, vaca, ferraduras, coscorões e beilhoses. No Natal galinha e fritos, na Quaresma fazia o jejum e na Páscoa comia galinha ou galo. Para as festas costumava levar carne de porco.

Senhora Dona Maria Elisa Pereira Lopes
80 anos. Rio Maior

Trabalhou com os pais na fazenda, depois de casada tornou-se doméstica. Na horta o pai tinha feijão-verde, tomates, cebolas, ervilhas, favas, grelos, melancias, salsa, hortelã e nas bordas da ribeira morangos. Na fazenda havia várias árvores de fruto. Possuíam um rebanho de cabras por isso, não faltava o leite e o queijo. Criavam um porco, fracas, galinhas, perus, patos, coelhos e cocós. Tinham muitos ovos. Vendiam muitas coisas na praça. Por o pai não gostar de feijões secos, no Verão todos os dias comiam feijão-verde, sopa de feijão-verde com arroz e massa. Quando apareceram as cenouras também as incluíram na sopa. No Inverno comia-se muito à base de misturadas. Os perus, os patos e os ovos eram para ser vendidos, não para comer em casa. Pela Páscoa e festas de Santo António comia-se a galinha corada com batatas fritas ou coelho guisado. Comia-se bacalhau toda a semana, muito fininho, nem se demolhava. Era o bacalhau dos pobres, cortava-se uma tirinha para dar gosto às migas ou para assar na brasa. Assim como o toucinho. Faziam o palaio. O peixe, chicharro, carapau ou sardinhas grelhavam-se, não o fritavam. O pai costumava colocar numa caixa sardinhas sobre fagulhas de pinheiro com muito sal para secarem. Ficavam amarelas. O pai apanhava enguias na ribeira grande, das maiores faziam caldeirada, as menores fritavam-se.



Senhora Dona Maria Elisa Zibreira
70 anos. Golegã

É costureira.

Comia-se tudo quanto dava a Chainça. Pagava-se uma renda e colhiam-se batatas, couves, feijão, cebolas, grelos, nabos e tudo o mais. A maior parte das vezes só comiam sopas e pão. Compravam carne fresca de porco à sexta-feira, esta carne era principalmente bofe, coração, fígado e fressura, esta em maior quantidade.

Na mercearia e no talho compravam tudo, pagavam com os porcos e as galinhas que criavam. Comiam peixe, bacalhau, sardinhas, chicharros, carapaus, fataças e às vezes enguias. Por altura das cheias apanhavam ruivacos colocando nos pontões um chapéu--de-chuva aberto. Os peixes saltavam para dentro. No tempo comiam pampos e faziam sopa de pampos.



Senhora Dona Maria Elvira Dias Inverno
86 anos. Azambuja

Trabalhou no campo. Não tem saudades desse tempo. Era uma vida, sem vida. Vivia-se! Trabalhou nos campos de arroz e trigo. Aos dezanove anos já era mãe. Cozinhava num fogareiro a petróleo. O que mais se comia era sopa de feijão com couves e misturadas. No Verão faziam-se caldos mais leves, ervilhas, favas e feijão-verde. Comia-se aquilo que se podia arranjar. No Natal uma galinha, na Páscoa um jantarinho mais avantajado.

Na doença caldos de carneiro, depois do parto canja de borrachos.

Senhora Dona Maria Emília Borrega
92 anos. Almeirim

A sua actividade principal foi a de cozer pão. Quando ia para o campo comiam sardinhas amarelas assadas em brasas de vides. No fim de as comerem pediam cascas de laranja para tirarem o gosto da boca.



Senhora Dona Maria Emília Ferreira Guilherme Pereira
78 anos. Casais do Arneiro. Moçarria. Santarém

Os pais eram donos de terras e a família trabalhava nelas. Comiam os produtos vindos das fazendas. Todos os dias comiam sopa. Sempre sopa. Faziam a sopa pondo os ingredientes todos juntos. Tiravam-se as batatas da panela e fazia-se puré. Matavam porco e tinham carne todo o ano. Faziam enchidos que conservavam em panelas grandes com azeite. Produziam manteiga encarnada. De vez em quando comiam bacalhau com chícharos, o peixe de maior consumo eram as sardinhas, safios e pescada, que vinham em carroças de Santarém. Era raro comerem peixe-frito. Só cozido, não se podia gastar azeite. O peixe do rio grelhava-se sempre.

Para o seu casamento matou-se um porco e um carneiro. Fez-se cozido e carneiro guisado, também houve peixe, os doces foram bolos de noiva (ferraduras), bolo de amêndoa e arroz doce com amêndoa. No Natal galinha cozida e broas de milho. No Entrudo galo, lombo de porco comprado pelo par em Santarém e coscorões. No domingo de ramos arroz com castanhas e na Páscoa frango frito porque não se acendia o forno. Iam às feiras de Santarém, no regresso o pai comprava pão e atum no Manuel Galante.

Para dar leite ao segundo filho comprou uma vaca.



Senhora Dona Maria Emília Roque Freilão
Senhor Mário Tendeiro Freilão
60 anos e 64 anos. Alpiarça

No Outono comiam migas mais sardinhas assadas ou bacalhau. No Inverno arroz com feijocas. Na Primavera favas e feijão-verde. No Verão salada de pepinos falsos (melões verdes) peixe do rio Tejo (sabogas, ruivacos e sável grelhado).

Nos casamentos serviam carneiro ensopado, galinhas, canja de galinha, arroz doce, ferraduras, bolos secos e pão-de-ló. Nos dias de cozer pão faziam-se bolos de canela. No Natal servia-se galinha corada, beilhoses em calda com açúcar e canela, e beilhoses simples. Na Páscoa galinha corada, castanhas piladas com feijão, canela e erva-doce.

Aos doentes dava-se-lhe canja de galinha, às parturientes, caldos salgados para beberem muita água e assim terem mais leite. Os recém-nascidos alimentavam-se bebendo leite materno, leite de vaca, sopas de leite e gemadas.

As pessoas de idade comiam como os outros, ainda pão com toucinho salgado e peixe do rio em escabeche.

No tempo dos jejuns comiam-se papas de abóbora e castanhas pildadas com feijão. Nos velórios eram os vizinhos que levavam comida.



Senhora Dona Maria Fernanda Martins Godinho
50 anos. Coruche

Ao domingo comia-se canja com um bocadinho de linguiça e arroz de galinha corada. Durante a semana sopa de favas, favas com petingas fritas.



Senhora Dona Maria Gracinda da Silva Teles David Maia
79 anos. Couço. Coruche

Trabalhou numa alfaiataria. De manhã bebia café e comia pão com manteiga de vaca feita e vendida pela tia, que também fazia queijo fresco. De um modo geral comiam durante o ano inteiro feijão com batatas, feijão com massa, feijão com batatas e couves, o conduto eram sardinhas e carapaus.

Na refeição do seu casamento comeram canja, galinha corada e coelho. No Natal vinha para a mesa galo guisado e arroz doce, na Páscoa borrego assado no forno com batatinhas e cavacas.



Senhora Dona Maria Henriqueta da Conceição Costa
91 anos. Ribeira de S. João. Rio Maior

Foi costureira. Principiou a preparar e a vender tremoços de maneira a obter algum dinheiro. Na sua meninice comiam muitas papoilas, coentrinhas e cardos. O peixe habitual eram sardinhas e bacalhau.

Na Primavera, nos dias nomeados faziam coelho guisado e galinha corada. No Natal coscorões, lêvedos ou não.



Senhora Dona Maria Henriqueta Fonseca
82 anos. Santarém

Labutou no campo. Apanhava azeitonas, mondava e ceifava trigo, semeava e colhia favas e fazia a vindima. No Outono e no Inverno cozinhavam couves com feijão, assavam sardinhas que dividiam, uma para três. Compravam o pão na padaria e o peixe na peixaria. Os peixes de maior apreço eram as fataças, as enguias e os chicharros. Amenizavam a dieta porque tinham árvores de fruto, ameixieiras, amoreiras, figueiras, macieiras e nespereiras que colhiam os frutos na época. Os figos secavam-nos e vendiam-nos.

No seu casamento comeram galinha corada, pudins, arroz doce, pão-de-ló e ferraduras. No Natal em casa da mãe comiam galinha cozida e coscorões, no seu tempo arroz doce, beilhoses e pão-de-ló. Na Páscoa comiam o cozido à portuguesa, arroz doce e ofereciam amêndoas uns aos outros. Para a festa da Nossa a da Saúde levavam almoço, filetes de pescada e arroz branco.

Na sexta-feira santa era o dia do arroz com castanhas piladas.



Senhora Dona Maria Jesuína Pereira
83 anos. Fajarda. Coruche

Trabalhava na horta e dela retirava batatas, batata-doce, couves, ervilhas, favas, grão-de-bico, pimentos, tomates. Tiveram uma seara de arroz, depois de tomate e por fim de milho. Os javalis invadiam a seara de milho. Criava porcos, frangos e galinhas poedeiras A doença do marido impedia comerem coisas muito gordurosas, a alimentação passava por bacalhau com batatas, couves com feijão e ovos. Nunca houve luxos, o seu objectivo era terem casa própria. A caça era para vender. A fruta consumida era a que tinham no foro, pêras e laranjas. Algumas vezes cultivaram melancias, colheu uma com treze quilos.



Senhora Dona Maria Joaquina Fernandes
82 anos. Santarém

Viveu num casal na zona de Ulme, como o proprietário nunca lá ia, ela sentia-se dona de tudo. A maior parte da vida foi costureira. Não davam pela falta de nada. Tinham muitas galinhas, cabras, a horta dava quase tudo e havia sempre arroz e muita fruta, figueiras, pereiras de Setembro, pêssegos brancos e marmelos. Só comiam carne às quintas-feiras e aos domingos. Eram dias de rancho melhorado, as carnes saíam da salgadeira. O tomate nunca era cortado, esmagavam-se com as mãos. De vez em quando passava o sardinheiro, compravam sardinhas, carapaus e petingas. Sempre que sobrava alguma coisa mexiam ovos, misturavam e comiam. As galinhas vendiam-se. A mãe cozia pão de milho e de trigo.

No dia do seu casamento não houve festa, a mãe tinha enviuvado e ficaram cinco filhos. Nesse dia comeram carne de carneiro no tacho, arroz doce e ferraduras.

Nos Santos a mãe cozia pão, as sobras da massa davam para fazer broas grandes cozidas à boca do forno. No Natal tinham galinha cozida e fritos. Na Páscoa no tempo em que o pai era vivo este caçava e por isso fazia arroz de coelho. Para a Feira de S. Martinho levavam galinhas desossadas, ovos fritos e pão fresco. No baile de Nossa a da Conceição lançavam amêndoas.



Senhora Dona Maria José Cardoso Rocha
63 anos. Vive na Golegã

Principiou a trabalhar muito cedo, a cavar e preparar as vinhas. Casou aos dezassete anos. Em todas as estações do ano comia-se o que havia na horta, e couves todo o ano. Habitualmente comiam sangue de vaca cozido guisado com batatas, couves com feijão, nabos com feijão, arroz de feijoca, conduto pouco, Era o que havia. Uma sardinha dividia-se para dois. Faziam um comer chamado paleio.

Na Páscoa, no Natal e quando matavam o porco comiam melhor. Canjinha de galinha, os porcos eram para pagar as contas, dele só retiravam os ossinhos. Criavam coelhos, "quando o rei fazia anos" matavam um.

A maior parte das vezes passavam com um bocado de pão e das de que lhe davam na loja.

As mulheres paridas comiam canjinha; logo no mesmo dia iam lavar a roupa. Os meninos nasciam e acompanhavam os pais para o campo colocados numa caixa. Os

meninos quando as mães não tinham leite mamavam nas vizinhas, todas tinham muitos filhos. Mais crescidos comiam sopas de café e à noite deitava-se um caldinho sobre o pão.

No casamento contrataram uma cozinheira para cozinhar em casa, cozinhou-se ensopado de borrego, canja, galinha corada, bolos e arroz-doce.

No Carnaval não havia diferenças, as festas resumiam-se a ir aos bailes, não levavam comida e dançavam toda a noite. A única festa era o Natal.

Nos velórios não se comia nada.



Senhora Dona Maria José Garrido Vieira de Sousa
81 anos. Lapa. Cartaxo

Aos seis anos ajudava a mãe a mondar trigo na fazenda. Cada qual comia o que possuía. Na casa dela matavam-se dois porcos por ano, comia-se o toucinho e os chouriços, a gordura habitual no Verão e no Inverno. Faziam três refeições por dia, de manhã café de cafeteira com pão, ao meio-dia e meia o almoço cujo conduto podia ser sardinhas, peixe frito, toucinho cozido ou assado. À ceia fazia-se comer de colher – a sopa – e nada mais.

As febras das pernas dos porcos destinavam-se à feitura de linguiças.

No dia do seu casamento a refeição constou sopa portuguesa composta por couve lombarda, couve bacalã, grão, carne de vaca e massa. Não comeu mais nada nesse dia!

No Natal matava-se uma galinha ou um coelho e comiam-se beilhoses. No Carnaval cozinhava-se um galo ou uma galinha. Na Páscoa a mesma coisa. Os coelhos podiam ser com ervilhas. Cumpriam o preceito do jejum no decurso da Quaresma.

Na matança faziam a frigirada, agora chamada cachola. Só faziam merenda quando iam a Fátima, composta por carne assada, bacalhau albardado e pão.

No tocante ao combate a doenças, bebiam chá de borragem para as constipações e de barbas de milho no alívio de dores na bexiga.

Na altura do parto as mulheres ficavam um mês de resguardo, alimentando-se de carne de galinha, canja da mesma e a beberem chocolate. Se as mães não tinham leite os recém-nascidos comiam açorda raladinha e caldos de farinha torrada que não embola, não encaroça. Atacavam o choro das crianças dando-lhe chuchas feitas de pano contendo um pouco de pão e açúcar.



Senhora Dona Maria Lucília Vieira Castelo Marques
Santarém

A aquisição de uma fazenda obrigou a dedicar-lhe uma gavela (meio-dia de trabalho) para lá das tarefas que executavam. Ao virem do exercício das gavelas traziam apetite e por isso iam à gaveta da cozinha onde guardavam a comida e muitas vezes só encontravam sardinhas escorchadas, sarnentas, as quais dado o seu aspecto não eram consumidas. Os pais trabalhavam no campo, duramente, a mãe esteve prestes a dar à luz numa altura em que sachava uma seara. As condições de vida eram muito precárias, por essa razão saíram de Alpiarça e após várias vicissitudes a mãe acabou por adquirir um casal em S. Pedro, nas imediações de Santarém. A Mãe vendia leite, legumes e fruta no mercado de Santarém. As novidades não se comiam, eram para vender.

No tempo da II Guerra Mundial a dificuldade no abastecimento de géneros originava grandes bichas (filas) para tudo. Tinham um tanque para lavar roupa, as pedras eram alugadas às lavadeiras. Quando visitava a avó paterna esta oferecia-lhe ovos mexidos com chouriço. No dia de todos os santos não se comia nada de especial, pedia-se o Pão por Deus, a maior parte das vezes recebiam tremoços. No Natal filhoses e belhoses. Pela romaria de S. José levavam costeletas de borrego panadas. Na Páscoa faziam a sopa de feijão com castanhas piladas, a canja, a galinha e arroz doce decorado com nomes.

Na casa do pai bebia-se vinho tinto e branco. O remédio para as costelas partidas tomava-se uma gemada com cerveja preta.



Senhora Dona Maria Lucinda Assunção Correia Vicente
74 anos. Moçarria. Santarém

Trabalhou sempre na agricultura. Na sua meninice comia-se muito mal. O pai era padeiro e por isso na maior parte das vezes comiam açorda, e nada mais. Os lucros da venda do pão serviam para adquirir arroz açúcar e massa.

Os pais apanhavam nos campos grelos de inechas, acelgas, cardos, e papoilas que empregavam na confecção de alimentos. Às vezes compravam sardinhas, algumas vezes cada sardinha era dividida por quatro.

No dia do seu casamento comeu bacalhau com couves e batatas. No Natal matavam uma galinha e faziam canja, a galinha era desfiada e dividida por todos. Faziam beilhoses. Nos restantes dias festivos não se faziam comeres diferentes dos diários. A mãe quando

conseguia arranjar leite fazia um pudim, já era mais crescida.

Se iam às festas levavam um pãozinho recheado com uns bocadinhos de chouriço migadinho.

Na doença faziam canja de galinha ou de pombo, caldos de farinha e açorda.

Os filhos pequeninos comiam uma papa líquida de farinha torrada no forno, depois metiam-na num frasquinho com uma chucha grande e os meninos bebiam-na.

Senhora Dona Maria Luísa Carvalho
77 anos. Almeirim

A vida era ruim, hoje vive-se melhor. Comia-se o que havia, não existia diferenças no comer de estação para estação, no entanto na Primavera que era muito bonita cozinhavam-se ervilhas, favas, feijão-verde e tomate. Aparecia alguma fruta.
Trabalhava de ver a ver, após as vindimas faziam a adiafa.

No campo utilizavam a burra de ferro para cozinharem, quando coziam batatas inteiras não lhe tiravam a pele, depois de cozidas pelavam-nas, temperavam-nas com um fio de azeite e gotas de vinagre e bacalhau a acompanhá-las.

No seu casamento fizeram uma boda bonita, comeram carneiro guisado, carne de vaca assada no forno na companhia de batatas fritas em azeite, galinha corada e arroz doce. No Natal aparecia a galinha corada e o arroz de forno, beilhoses, coscorões e arroz doce com leite. Na romaria em honra da Senhora da Piedade era um dia de grande alegria, iam a pé e o farnel tinha como elemento principal galinha corada.

A seguir ao parto os homens levavam a comida às mulheres acamadas, porém só durante um dia ou dois. As criancinhas comiam caldinhos de arroz, arroz bem desfeito e açordas.



Senhora Dona Maria Manuela do Rosário Correia
83 anos. Casével

A mãe não a deixou fazer a quarta classe. Em casa matava-se um porquinho em cada ano. Comia-se muita couve com feijão, requentado e sopas de pão. No Verão mais saladas e mais peixe. Casou aos dezanove anos, comeram cozido, canja e galinha corada, arroz doce e pão-de-ló. No Natal comia carne de porco, beilhoses e coscorões. O dia de Entrudo era dia de trabalho. Na Páscoa nada de especial, faziam arroz doce e coscorões. Tinham figueiras, os melhores secavam-nos e vendiam-nos, dos mais pequenos faziam aguardente, os médios comiam-se.



Senhora Dona Maria Mariana Nunes Alexandre
82 anos. Glória do Ribatejo. Salvaterra de Magos

Trabalhou nos arrozais e nas searas de tomate. Atascadas até aos joelhos principiavam ao nascer do sol até ele desaparecer. Alimentavam-se tendo em conta o que a fazenda dava. Para o campo levavam pão com um bocadinho de chouriço ou toucinho assado, cozido ou cru. A quantidade variava se o comer era destinado ao pai, ao filho ou à mãe que comia menos.

As culturas nos campos obrigavam a ali permaneceram vários dias, por vezes duas ou três semanas. Dormiam numa casa grande, sobre palha e em conjunto. A roupa era a mesma durante esse período. Uma mulher a que chamavam Mantieira tratava das provisões indo buscá-las a casa de cada trabalhadora de semana a semana. Não havia variações na comida, pão e queijo duro, uma sardinha, ao almoço chouriço, toucinho, batatas e couves; o jantar constava de batatas cozidas partidas ao meio, sarda ou bacalhau cozido e algumas vezes um ovo cortado em três ou quatro partes. Punham tudo numa saladeira, temperavam com azeite e comiam juntas três ou quatro, bebendo da mesma tijela. Não comiam sopa, só entulho.

Tinham galinhas, os ovos vendiam-se, o dinheiro servia para pagar a Caixa Escolar.

Aos dezanove anos casou-se, comeram batatas com coelho guisado, beberam água, só o pai e o marido beberam um copinho de vinho feito em casa.

No Natal só folgavam no dia 26, porque o padre dizia a missa nesse dia, cuja refeição consistia em galo ou galinha na forma de guisado. A mãe fazia beilhoses e broas de milho. Na Quaresma não respeitavam o jejum, no dia de Páscoa comiam bacalhau ou sardinhas. Os saramagos substituíam muitas vezes as couves.

O dia da festa maior era o da matança do porco, à noite faziam a furjoca. Depois de dar à luz ficou um mês de recobro. Os meninos a partir dos sete meses davam aos meninos arroz cozido e pão molhado e desfeito em água quente com um bocadinho de azeite. Se morria alguém não se fazia nada. Era um jejum que não queira saber! Comia-se às escondidas na casa de um familiar, às escondidas, um de cada vez.



Senhora Dona Maria Maximina Esteves Marques Loubet
71 anos. Porto de Muge. Cartaxo

Porque o pai não podia trabalhar abriu uma taberna, tinha ela seis anos. Nessa taberna vendiam vinho feito de uvas das vinhas de Valada. Os clientes bebiam vinho e comiam tremoços, amendoins e pevides vindos de Marinhais. Para além disso na taberna serviam petingas, carapaus, pataniscas, queijo fresco e pão de mistura.

À medida que ia crescendo ocupou-se noutros trabalhos. A comida não conhecia diferenças durante todo o ano, as hortas só davam couves. Diariamente faziam misturadas; no primeiro dia feijão e couves, nos restantes dias iam juntando água, arroz ou massa. Ao sábado como o pão da semana já estava duro faziam sempre açorda. O conduto da açorda era um ovo.
A pesca no Porto de Muge fazia-se à cana.



Senhora Dona Maria Nazaré Coelho Delgado Fernandes Sousa Varela
87 anos. S. João da Ribeira. Rio Maior

Fez o antigo Curso Liceal. Sempre viveu sem dificuldades. O pequeno-almoço incluía pão com manteiga, leite ou leite com chocolate. Comiam sopas refogadas, suflés, caça, hortaliças, mas também não fugia aos hábitos da terra.



Senhora Dona Maria Quartilho
99 anos, vive em Alpiarça

No Outono comiam pão de milho com sardinha assada, feijocas com arroz, sopa de couves com batatas, feijão e morcela. No Inverno caldeirada de sardinha, couves com batatas, morcela, farinheira, toucinho e pão de milho. Na Primavera faziam tomatada com sardinhas ou bacalhau com batatas e ovos escalfados. Feijocas com arroz. Era o que havia.
No dia do seu casamento comeram carneiro guisado com batatas, bacalhau cozido, coelho assado e guisado, sopa com carnes, batatas e feijocas,

morcela e farinheira, chouriças de sangue e presunto. A sobremesa constou de pão-de--ló, arroz doce e ferraduras.

No Natal comiam galinha guisada com batatas, canja de galinha com arroz, pão de trigo (tradição do Natal), coelho guisado com batatas, coscorões e arroz-doce branco. No dia de Páscoa comiam galinha ou coelho na forma de guisado com batatas, canja de galinha com arroz, arroz-doce branco com canela.

Nos períodos de doença dava-se canja de galinha com arroz. Para tosse e constipações café com aguardente, ou também para a tosse mostarda com linhaça.

As grávidas alimentavam-se do mesmo das outras pessoas, diferente só se estivessem doentes. Os recém-nascidos bebiam leite materno ou de cabra.

Nos dias de jejum por altura da Páscoa os comeres restringiam-se a peixe, couves e feijão.



Senhora Dona Maria Teresa

87 anos. Alcanede. Santarém

Não foi à Escola. Ajudava a avó a lavar roupa. Andava descalça, calçou os primeiros sapatos quando tinha quinze anos. Comia sopa de horta. Um bocadinho de pão de milho com toucinho, pão alvo só aos domingos. O peixe era raro por ser muito caro. Fruta aquela que furtava, ameixas, amoras e laranjas. Não lavavam a fruta. A avó matava um porco todos os anos. No dia do casamento comeram sopa de feijoca e carne de porco frita. No Natal galinha e sopa de soro do queijo. Nunca festejavam a Páscoa, só os ricos. A avó teve quinze filhos. A única guloseima era massa de pão com um bocadinho de açúcar e canela que iam ao forno numa folha de couve. A vida era muito dura, às vezes via os outros comerem e nós não podíamos.



Senhora Dona Maria Vicência Garcia Mestre

74 anos. Coruche

Aos sete anos ganhava dois tostões e meio por dia a trabalhar no campo. Ao almoço dividiam a comida por todas: couves, chouriço e toucinho. À ceia batatas com bacalhau.

No campo apanhavam perdizes e coelhos, esta caça depois de amanhada salgava-se, tirava-se da salgadeira de véspera, pondo-a de molho antes de a comerem. Saladas só de alface e tomate. Escaldavam e secavam os figos. Os

pardais do telhado fritavam-se. No Natal comiam filhoses e coscorões. Criava galinhas dando-lhe a comer cereais e couves. Geralmente, as galinhas comiam-se ao domingo. Era um mimo!

Os pais empenharam-se para fazerem o seu casamento que durou toda a semana. Alugaram as panelas e os tachos onde foi feita a comida. No domingo do seu casamento comeram canja, carne vaca estufada e cozido de carne de porco, de vaca e enchidos. O cozido com carne de vaca usava-se apenas nos casamentos. Nos dias alumiados (nomeados) comiam arroz doce e pão-de-ló. As mulheres a seguir ao parto ficavam um mês de recobro. Ela só ficou sete dias. Na primeira semana de recobro comiam caldos de galinha. As crianças pequenas bebiam leite materno ou de vaca que compravam, papinhas de farinha torrada ou papa de pão fervido com Biquinhos de manteiga de vaca, para os crescidos era com azeite.



Senhora Dona Maria Vitória Garcia Ferreira

82 anos. Azóia-de-Cima. Santarém

Nunca lha faltou nada em casa, as pessoas em redor eram muito pobrezinhas. O comer comum era a couve com feijão, que no dia seguinte lhe punham pão fervido por cima e assim já gostava. Também comum era cozinharem lá em casa grão com carneiro ou borrego, chouriço, toucinho e massa meada. Fazia em lume de lenha um pucarinho arroz doce.

Na refeição do seu casamento comeram um bezerro morto pelo sogro. Havia muita fartura. Nele participaram mais de trezentas pessoas. Lembra-se de terem encomendado uma caixa de sardinhas. Serviram-se galinhas, patos e borregos na forma de assados e guisados. Os bolos foram: beijos de preta, bolinhos de coco, ferraduras para oferecer aos padrinhos, pratos de arroz doce para dar às vizinhas, bolo de noiva e fruta, pêras e maçãs.

Na noite de Natal comiam peru corado e assado no forno com o papo recheado. Ficava tão coradinho que parecia pintado. À sobremesa arroz doce e pão-de-ló.

Aos doentes serviam canja e caldos de farinha. As parturientes deviam resguardar-se não metendo as mãos em água fria e lavarem a cabeça, devendo comer bacalhau para terem leite. Nos dias de jejum comiam chicharros. Depois de casada compravam a bula. Nos velórios serviam café de cafeteira com bolinhos (esquecidos).

Ainda se lembra de cozinharem em fogareiros a petróleo.



Senhora Dona Matilde Lopes Fernandes
86 anos. Alcanhões. Santarém

Trabalhou na Quinta da Barbeira e na Quinta de Vale de Lobos. Viu peças de vestuário do historiador Alexandre Herculano, proprietário da Quinta de Vale de Lobos. Andou a vender bolos.

No Inverno comiam magusto com bacalhau e azeitonas. Sopa da matança com feijão branco, Coelho com castanhas. Bebiam vinho das quintas.

Se estavam doentes tomavam caldos de carne.



Senhora Dona Noémia Maria Cotrim
83 anos. Fajarda. Coruche

Aos doze anos mondava nos campos. Andou na Escola desde os nove anos até aos doze. De manhã comiam pão de milho, uma sardinha ou um bocado de chouriço, bebia café de cafeteira. A avó às vezes dava-lhe uns bolinhos e umas bolachinhas.

No casamento comeram sopas de trigo, cozido de carnes, galinha com massa, borrego e cabra guisada. No Natal cozinhavam os chispes guardados, que também se guardavam para o Entrudo e Páscoa. O arroz doce com leite e sem ovo, beilhoses e fatias douradas faziam-se no Natal, enquanto, que no dia de Páscoa, a par dos chispes fazia-se arroz de castanhas piladas com açúcar e erva-doce. Na semana pascal não trabalhava de manhã e na sexta-feira à tarde.

Nas festas e romarias comiam frango guisado com arroz. O bacalhau merecia a preferência. Nos períodos de doença tomavam chá de erva-cidreira ou doce-lima para o estômago. Às criancinhas para acalmarem tomavam chá de folhas de laranjeira com bolachas esmagadas e manteiga de porco. Os velhos comiam sopa, massa, pão e queijo.



Senhor Octávio Oliveira Cláudio
80 anos. Porto de Muge

Até aos 15 anos viveu num barco. Ajudava a pescar barbos, enguias, lampreias, sabogas, sáveis e solhas, depois continuou na faina da pesca e trabalhos no campo.



Senhora Dona Olívia Rosa Morais Correia.
87 anos. Vale do Paraíso. Azambuja

Trabalhou no campo. Gostava muito de dançar a ponto de o pai lhe dizer se gastasse mais meias-solas ia para os arrozais. Produziam abóboras, feijão branco e vinho. De manhã era café e pão sem nada. Quando matavam o porco faziam dois tipos de banha, a branca para a comida, a vermelha para barrar o pão. No dia do casamento foi cozido de carnes, galinha, pato corado e ferraduras.

Nos velórios ninguém tinha fome, os vizinhos ajudavam.



Senhora Dona Palmira Xarana Maltês Sereno
65 anos. Vale da Pedra. Cartaxo

Os pais viviam da pesca. A mãe vendia peixe na Praça do Cartaxo, e trazia carninha para os filhos. Carne de vaca para fazer a sopa, carne de porco, febras, chispe e toucinho. Criavam galinhas. Apanhavam peixes na vala, barbos, enguias, fataças, pampos, sabogas e sarmões.

Ao pequeno-almoço comiam sopas de café, o pai gostava muito de tomates fora das refeições, cortava cada um em quatro partes punha-lhe grãos de sal e comia-os. Não cultivavam nada, tinham de comprar na praça. No seu casamento comeram canja, galinha corada com arroz branco, carne guisada com esparguete, lombo assado e arroz doce com leite e sem ovos, ferraduras e arroz doce para distribuir. No Natal galo corado e filhoses, na Páscoa coelho guisado com ervilhas. A Feira dos Santos no Cartaxo de grandes tradições suscitava o

interesse de todos. O farnel era constituído por galinha corada e uma marmita com enguias. Nas tascas compravam o pão e o vinho.

Para as dores de garganta a mãe guardava a gordura das galinhas em frascos, quando os filhos ficavam doentes aquecia a enxúndia e colocava-a em cima de papel pardo, depois de aquecida punham-na no pescoço das crianças, protegida por um lenço, durante toda a noite. No dia seguinte estavam bons! As mulheres depois do parto ficavam de recobro quarenta dias, as amigas ofereciam tabletes de chocolate para terem leite. Quinta e sexta-feira santa não se comia carne, nem ovos, nem couves.



Senhora Dona Perpétua da Conceição Santos
89 anos. Rio Maior

Trabalhou no campo de sol a sol, aos treze anos ganhava 2$50, a comer muito mal. De manhã café de cafeteira e pão de trigo, ao almoço massa escura com couves, umas vezes petingas, outras vezes sardinhas ou chicharros. Um quilo de chicharros custava 2$50. Ao jantar feijão com massa ou arroz e bacalhau. Só crescida conheceu o gosto da carne de vaca. Se iam para longe levavam a comida para o almoço e jantar, geralmente uma omelete. No Natal galinha e beilhoses, na Páscoa coelho se houvesse dinheiro.



Senhora Dona Perpétua Elisa Bernardino Duarte
90 anos. Moçarria. Santarém

Trabalhou numas fazendas (propriedades). Comia-se o que havia, o que da terra se tirava. Nos dias de festa cozinhavam-se galinhas coradas. No talho comprava-se a carne de porco e a carne de vaca.

Na Primavera comia-se mais ervilhas, favas e feijão-verde, diabelhas e cornichos. Das diabelhas faziam esparregado. No Verão apreciavam mais saladas e chicharros. Costumava comprar um alguidar de chicharros que fritava e fazia de escabeche. No Natal galinha, morcelas e chouriços. Nas feiras e romarias era o que calhava.

Comeram arroz seco, galinha, chourições e ferraduras no almoço do seu casamento. Curavam as constipações bebendo vinho com açúcar e ovos batidos.



Senhora Dona Piedade de Jesus Garrido Góis
65 anos. Chamusca

Comiam o que a horta dava. O peixe era a sardinha, o bacalhau e o carapau. A carne: o porco, a galinha, o coelho, patos e ovos. Na Primavera comidas da época. No Verão havia mais fruta.

Quando se casou a louça da boda foi emprestada por toda a aldeia. Comeram caldeirada de cabrito, cabidela de galinha, arroz doce e bolos secos.

No Natal, na noite de Consoada comiam bacalhau com couves e batatas, sonhos, coscorões e beilhoses. No dia de Natal melhorava o rancho, coelho guisado, galinha de cabidela, por vezes cabrito e a sopa era canja. Na Páscoa a mesma coisa, ainda pão-de-ló e fruta.

No dia de S. Mateus galinha, coelho e arroz doce.

Na doença galinha cozida e fruta do mesmo modo.

Senhora Dona Raquel Pereira Andrade Travassos
87 anos. Manique do Intendente. Azambuja

Foi padeira. Não teve tempo para brincar. Aos cinco anos já entregava pão. Fazia fermento. No Natal comiam perna de porco assada no forno com arroz enxuto, arroz de cabidela e beilhoses. No decorrer dos anos a alimentação conheceu alterações e por isso comiam cabritos, patos e galinhas.



Senhor Ricardo Hipólito
Senhor Marco Rodrigues
60 anos e 50 anos. Alpiarça

No Outono as pessoas comiam migas fervidas, feijocas, grão-de-bico, couves com feijão, sardinhas fritas ou albardadas, bacalhau, carne de porco por altura dos Santos, papas de abóbora, marmelos e o arroube.

No Inverno cozinhavam-se couves com carne, feijão-frade com carne, fazia-se a matança do porco. A fruta ficava-se pelas laranjas. Na Primavera comiam favas e ervilhas com carne ou bacalhau e sopas de azeite. No Verão tomatada.

Nos casamentos serviam-se canja, galos, galinhas coradas, carne de carneiro, arroz de forno adornado com rodelas de chouriço, arroz doce, pão-de-ló, ferraduras, bolinhos de coco, licores de laranja e de tangerina, mostinho abafado e aguardente.

No Natal servia-se arroz de frango, galinha corada, beilhoses, chalaças, café das velhas. Na Páscoa arroz de coelho com o sem ervilhas, galinhas coradas.

Na altura da doença fazia-se canja de galinha e de borrachos, miolos com ovos, gemadas com açúcar, arroz Carolino com bacalhau.



Senhora Dona Rosa de Jesus Gomes da Silva
64 anos. Granho. Salvaterra de Magos

Já sabiam: ao jantar, sempre batatas, couves e toucinho. As "caldeiradas" eram para três refeições. Só à terceira comiam o toucinho. Enguias era uma fartura, havia tantas que até enjoavam! Não faziam escabeche das enguias. Cozinhavam as enguias em ensopado. Os barbos assavam-se na brasa ou fritavam-se. Foi a monda química que acabou com o peixe, eram lagos de peixes mortos. Peixe de mar era a sardinha, vendiam-nas os sardinheiros que as transportavam no dorso de burros.

No Natal colocava o tamanco junto à chaminé onde a mãe de manhã deixava rebuçados ou bolachas. Os tamancos, geralmente, mordiam-lhe os pés, por isso andava descalça. No Natal consoavam bacalhau, batatas e couves. Na Páscoa comiam-se as primeiras ervilhas guisadas com frango. Na quinta-feira de Ascensão coelho guisado com feijão-verde. O Rancho Folclórico do Granho nasceu em 1962 no decorrer de uma adiafa.



Senhora Dona Rosa Neves Baptista Gonçalves
74 anos. Vale Paraíso. Azambuja

Viveu sempre em Vale Paraíso. Principiou a trabalhar aos doze anos, primeiro no arroz, depois nas vindimas, a seguir serviu numa casa em Lisboa. Voltou para o campo, aí a comida era feita à base pão, bacalhau, carapaus e sardinhas. Fazia uma açordita, comia sardinhas ou azeitonas. No Verão cozinhavam mostardas cozidas e massa com bacalhau. Fruta a que se apanhasse comia-se. Era toda nossa! Não tinham árvores de fruta.

No casamento comeram canja, galinha corada, carneiro guisado, pão-de-ló e arroz

doce. No Natal era galinha, filhoses e coscorões, na Pascoa a mesma coisa. Eram nove bocas a comer! O pai pescava barbos e enguias, de manhã café da cafeteira, ao almoço peixe e uma batatita cozida.

As parturientes comiam misturadas para ganhar leite.



Senhora Dona Rosária Maria
83 anos. Fazendas de Almeirim. Almeirim

Trabalhou no campo. Produziam vinho. No Outono comiam couves com feijão, bacalhau azeitado, carne de porco e galinha. No Inverno era mais bacalhau cozido temperado com alho e azeite, na Primavera e Verão comiam frutas, figos, maçãs, pêras, pêssegos e uvas. Os figos e as uvas secavam-se. Os figos apanhavam-se sem defeito colocando palha debaixo das figueiras, depois de apanhado colocavam-se num crivo e secavam-se ao sol.

No Natal era costume comerem carne de porco-guisada, arroz doce e fatias paridas.

O farnel no campo constava de pão, chouriço, morcela e queijo, nada cozinhado. À ceia sopas. Os peixes do rio assavam-se na brasa ou fritavam-se.

Na doença bebiam chá de flor-de-laranjeira. As parturientes comiam galinha, arroz e bacalhau cru desfiado para terem leite. As criancinhas bebiam leite de vaca e papas de pão fervido com um dentinho de alho e manteiga.

No seu casamento comeram carnes com grão-de-bico, couves e batatas. Bebeu-se vinho e comeu-se arroz doce.



Senhor Rui Soares Lopes
84 anos. Alcanhões. Santarém

Iniciou a sua carreira profissional numa fábrica de tomate. Em casa dos pais comia-se o que havia em casa. Às vezes ia-se ao talho onde se comprava mais amiúde carne de carneiro. A carne de carneiro era cozida e comia-se com batatas, couves, um naco de toucinho e chouriço quando existia. Ele não gostava de favas, o pai disse-lhe que tal palavra não existia naquela casa. Foi de castigo para a entrada da porta durante algum tempo.

Nos dias festivos comiam galinha corada na companhia de arroz de forno, finalizavam com arroz doce. No Natal um comer muito apreciado eram as fatias paridas. Nos lagares

de azeite logo pela manhã, sete horas, fritavam-se fatias de pão de trigo caseiro e bebia-se café das velhas.

O vinho constituía a cultura de maior importância de Alcanhões. As árvores de fruto mais comuns eram laranjeiras, macieiras, pereiras e pessegueiros. Da horta traziam alfaces, couves, feijão, feijão-verde e pimentos.

No dia de Nossa a das Candeias faziam-se obrigatoriamente fritos, nem que fossem de tripas de galinha, diziam as pessoas.

Se eram acometidos por alguma doença não tomavam banho.

Os bebés depois da aleitação alimentavam-se com uma papa previamente mastigada pelas mães e as avós que desde tenra idade cuidavam dos netos.



Senhora Dona Sofia da Costa Salema
82 anos. Azambuja

Foi costureira. Vivia-se pobre, mas nunca faltou comida no prato. O pai era cortador no talho, por isso comiam muita mais carne do que peixe. Enjoou a carne. O peixe mais comido era o chicharro. Faziam refeições com sopa de carne, carne cozida ou estufada com batatas fritas, lombo, bife, costeletas raramente, bacalhau cozido ou grelhado, além do cozido de carnes.

No momento da morte não se cozinhava em casa do falecido. Algum vizinho trazia alguma coisa.



Senhor Virgílio Ramusga de Botas
84 anos. Valada do Ribatejo

Tem saudades, era uma vida pobre, mas alegre. Nesse tempo era avieiro. Foi criado nos barcos e começou a trabalhar nos barcos. A mãe vendia o peixe em Valada e Salvaterra de Magos. Se sobrava algum dinheiro comprava chouriço, farinheira e toucinho para fazer a sopa. Muitas vezes não conseguiam vender as lampreias por falta de compradores. Havia muito peixe, barato, a fataça custava $50 centavos o quilo. Nas cheias o rio trazia muitas coisas.

No Natal e na Páscoa comiam canja e galinha.



Senhora Dona Vitalina da Conceição Sousa
84 anos. Vale do Paraíso. Azambuja

Doméstica. Alimentavam-se comendo couves, feijões, grão-de-bico, hortaliça, massa, peixe frito, linguiça, mão de vaca e outros comeres do género. No Natal comiam ossos, filhoses e coscorões, na Páscoa galo guisado. Criava aves e coelhos. Foi cozido o prato principal no dia do seu casamento. Os velhinhos comiam sopas de pão, sopas de batata e magusto.



Senhora Dona Vitória Borges Pires
86 anos. Samora Correia. Benavente

Aos oito anos entrou na Escola e logo para a segunda classe. Toda a vida exerceu a profissão de costureira. No Inverno a alimentação fazia-se à base de sopas. Sopa de feijoca, de grão e sopa portuguesa, na Primavera surgiam saladas, as ervilhas, as favas, as ervilhas comiam-se guisadas com ovos ou com carne tal como as favas. No Verão muitas saladas de alface e tomate, mais peixe, caso das caldeiradas. Não havia falta de frutas: melancias, melões, pêras, pêssegos e figos.

Aos dezoito anos casou-se, nesse dia festivo comeu galinha corada, carne de porco e arroz doce. Houve muita fartura. No Natal e na Páscoa os comeres eram iguais. Nos períodos de doença comiam-se canjas, caldinhos e arroz de manteiga.

As mulheres paridas ficavam oito dias sem saírem do quarto. As criancinhas pequenas comiam açorda.

Glossário

Abafar: técnica de cozimento em que os alimentos vão cozinhando lentamente em panela que fica tapada durante todo o processo. Desta forma o alimento coze absorvendo os elementos líquidos que o integram.

Abóbora: abóbora, abóbora-machado, abóbora-porqueira, abóbora dos telhados, bogango, aboborinha, são alguns dos nomes vulgares de aboboreira. É uma planta herbácea anual, nativa, provavelmente da América Central e do México. Confeccionam-se sopas, purés, empadas, tartes, gratinados e doces de colher. Devem ser sempre limpas das pevides que têm no meio.

Aboboreira: planta cujo fruto é a abóbora.

Absorver: recolher em si. Sorver. Aspirar. Enxugar.

Açafrão: Planta bulbosa da família das iridáceas, cujos estigmas da flor são usados para tingir de amareli e como tempero em certas iguarias.

Acigalhar: (cigalho): Pouca coisa; migalha.

Açorda: prato português à base de pão. Temperada com azeite, alho e coentro, tem o aspecto e a textura de uma pasta.

Açúcar mascavado: açúcar amarelo de cana na forma cristalizada.

Açúcar: trata-se de cristais de sacarose extraídos da cana-de-açúcar e da beterraba. É originário da Índia. Os cruzados trouxeram-no para a Europa. Sendo grande fonte energética, consumido em excesso prova obesidade, diabetes e outras enfermidades. À escala mundial é produto estratégico.

Açucareiro: pequeno vaso que após ter acolhido açúcar passou a ser aproveitado como receptáculo de carne e enchidos protegidos por banha de porco ou azeite.

Adiafa: festa do fim das vindimas; o que o dono dá aos trabalhadores depois da vindima.

Adicionar: ajuntar. Acrescentar.

Asdões: folhas redondas que crescem nas paredes.

Água da cozedura de figos secos: o aproveitamento da água da cozedura dos figos secos é a prova provada do valimento do rifão: “a necessidade aguça o engenho”. No caso em apreço não tinha mel, nem havia dinheiro para comprar o açúcar amarelo.

Água: a bebida mais natural e imprescindível ao funcionamento do organismo que consome diariamente 40 g de água por kg do peso. Para ser potável deve ser límpida, inodora e pura bacteriologicamente. Deve conter em proporções equilibradas sais calcários, magnésio e fosfatos. Dever ser arejada, isto é: conter oxigénio. A água é a bebida dietética ideal (de preferência em jejum, ao levantar, e entre as refeições), além de ter um papel fundamental na cozinha, na indústria cervejeira e de refrescos. Serve também para preparar infusões.

Aguadouro ou aguadoiro: Regador. O menino que distribuía água aos trabalhadores nos campos e nos montados.

Alancar: abalar; dar um empurrão.

Albergue: Estabelecimento que fornece alojamento a preços mais reduzidos que um hotel; casa em que alguém se hospeda; refúgio para pernoitar ou pousar.

Alface: planta de horta, da família das compostas, que se come crua ou cozida. Os egípcios consumiam alfaces, sendo também apreciada pelos gregos e pelos romanos por lhe encontrarem virtudes terapêuticas por causa da substância leitosa que contém. Todas as alfaces são muito ricas em água e possuem números sais minerais e vitaminas. São a essência de numerosas saladas. Também é usada no preparo de sopas e pode ser refogada.

Alfacinhas: alcunha que se dá aos habitantes de Lisboa, por gostarem muito de alface.

Alguidar: recipiente de barro ou metal, baixo, com diversos usos domésticos. De origem árabe é também conhecido por ababá.

Alhada: muitos alhos. Guisado com alho

Alho: planta de bolbo originária da Ásia Central, estimada pelas suas qualidades curativas, Hipócrates do alho disse: ”ser quente, diurético e laxativo”. Disseminado na Europa pelos cruzados, transformou-se em remédio para quase tudo, desde o combate à peste, até à luta contra os Demónios. De ciência certa sabe-se das virtudes do alho no combate à arteriosclerose, hipertensão, colesterol e como preventivo de alterações vasculares ligadas ao processo de envelhecimento.

Almece: soro branco que escorre do queijo de cabras.

Almeirão: espécie de chicória amarga que pode ser consumida crua ou cozida. As variedades usadas nas saladas são a chicória branca, a chicória cresta e a escarola. Para perder o amargor é dar-lhe uma segunda fervura e acrescentar-lhe uma colher de café de açúcar. Na medicina natural o almeirão é empregue como tónico e como digestivo

Almude: medida de capacidade para líquidos equivalente a 12 canadas ou 48 quartilhos.

Alumínio: metal branco, leve e maleável, largamente utilizado no equipamento da cozinha

e na conservaria (bisnagas de molhos e latas de cerveja em especial). Bom condutor e bom distribuidor de calor, o alumínio é utilizado, dado o seu fraco peso, para fabricar numerosos utensílios de cozinha.

Amanhar: dar amanho a. Arranjar. Preparar. Compor.

Amarelas ou sarnentas: durante anos e anos por carência de transporte rápido e em frio, as sardinhas chegavam a Mação exibindo cor amarela, e a cabeça matizada por fios sanguíneos. A sarna sendo uma doença cutânea provoca imensa comichão obrigando as pessoas a um coçar incessante provocador de vergões vermelhos. Daí a associação.

Amora: fruto da silva. De um vermelho quase negro, a amora fica madura em Setembro e Outubro. Faz-se com ela doce, compotas, empadas, geleias, licores, ratafia, sobremesas geladas, tartes e xaropes. Também é empregue em produtos de confeitaria e pastelaria.

Antroponímia: tratado ou estudo sobre os nomes próprios das pessoas.

Apurar: acentuar o paladar de um molho, deixando-se reduzir um pouco mais.

Arrátel: antiga unidade de medida de peso, equivalente a 16 onças ou 459 *g*.

Arrobe: xarope ou doce produzido a partir do mosto da uva aquecido e que serve para fazer vinhos doces e para dar mais força a outras qualidades de vinho.

Aspergir: borrifar. Espalhar em forma de chuva.

Assar: confeccionar uma peça de carne de açougue, aves e carne de caça, mesmo um peixe, com uma certa quantidade de gordura, colocando-a directamente ao calor, nas brasas de uma fogueira, no espeto, ou ao calor de um forno numa assadeira.

Azeite fino: tipo de azeite que, por ser refinado apresenta menor acidez, perdendo também algumas componentes de sabor e aroma.

Azeite: óleo comestível extraído da azeitona madura, fruto da oliveira. O seu sabor, aroma e cor podem variar, dependendo das regiões e do tipo de oliveira. É muito utilizado para o tempero e preparo de legumes, saladas e peixes. Na Antiguidade era considerado símbolo da abundância pelos hebreus e gregos. Considerado um líquido incomparável, e por isso reverenciado, passou a ser usado em ofícios litúrgicos, unções reais, nos ritos de passagem, como no baptismo e extrema-unção. Teve larga utilização na medicina, na farmacopeia, fabricação de unguentos e produtos de higiene.

Bacalhau: peixe do Norte do Atlântico e do Pacífico, com carne branca e rija. O seu peso vai das 750 g aos 10 kgs. Apresenta-se fresco, salgado e seco. Muito estimado pelos portugueses, numerosos receituários atestam a sua importância na alimentação de todas as classes sociais.

Bacelo: vara que se tira de uma videira velha para formar uma nova planta; vinha nova.

Bacia: recipiente fundo e largo, circular, de cobre ou estanho, no qual se deitava água que se despejava por cima das mãos quando das abluções de mesa. Bacia de forno, vasilha vermelha, baixa e oblonga para assados no forno. Bacia esmaltada para diversos usos e receber alimentos.

Bago: qualquer pequeno fruto redondo e carnudo, semelhante ao da uva. Grão de qualquer

coisa, parecido àquele fruto.

Banha: gordura espessa, situada debaixo da pele do porco, sobretudo em volta do lombo e dos rins. Derretida, dá uma banha de alta qualidade utilizada para preparar os recheios finos.

Banho-maria: processo antiquíssimo de aquecimento ou cozimento de um alimento, evitando-se o calor excessivo do contacto directo do fogo, fundindo-se os elementos sem risco de os queimar. A técnica consiste em colocar o recipiente no qual está a preparação num outro recipiente maior, contendo água em ebulição. Também podem ser utilizadas duas panelas mesmo sem água. Os alquimistas usavam o termo banho-maria, em homenagem a Maria irmã de Moisés, ela também alquimista. Outra versão refere a Mãe de Jesus como origem do termo símbolo de doçura, porque banho-maria é a mais suave das cozeduras.

Barbo: peixe do rio de dorso castanho, com flancos amarelados e ventre branco, caracterizado pelos barbilhões que tem no beiço inferior. Culinariamente é tratado em sopas, escalfado ou estufado. O jovem barbo é apreciado petisco frito ou grelhado.

Bareiros: ver vareiros.

Barganha: coisa comprada a preço baixo; troca de uma coisa por outra.

Barrão: porco não castrado, destinado a reprodução.

Barrenhão: pequeno alguidar. Bacio. Recipiente de madeira onde se faz a travia para os porcos.

Batata: tubérculo farináceo originário do Peru, descoberto por Francisco Pizarro e trazido para Europa pelos espanhóis. O corsário inglês Francis Drake e Walter Raleigh deram-no a conhecer aos ingleses. A batata é um alimento global, barato, facilmente produzido na maioria dos países, consumido por biliões de pessoas. Inicialmente não foi bem acolhida, actualmente entra em milhares de receitas.

Bater: trabalhar energicamente um elemento de uma preparação para lhe modificar a consistência, o aspecto ou a cor. A operação pratica-se de diversas maneiras, segundo a natureza do elemento ou mistura, os utensílios utilizados e o objectivo pretendido. Para se bater as claras em castelo, batem-se com um batedor numa tigela.

Beijo: espécie de bolo pequenino.

Beldroegas: planta de talo grosso e suculento, folhas carnosas e arredondadas e flores amarelas, usada na alimentação em saladas.

Bempostes: planta usada na alimentação, semelhante aos saramagos.

Bicarbonato de sódio: pó alcalino – sal dissódico carbónico – que entra na composição de tabletes e pastilhas destinadas a facilitar a digestão acalmando a acidez gástrica. Na cozinha o bicarbonato de sódio serve para suavizar a água da cozedura dos legumes, sendo constituinte principal de pós levedantes, reforça a levedura química nas várias preparações industriais, pão de espécie, misturas para bolos, farinhas tratadas.

Biscoito: massa clara, não fermentada, doce ou salgada, com forma ou sabores variados. Pode ser simples ou recheado, com ou sem cobertura. O biscoito doce, em francês, é chamado

biscuit.

Bivalve: animal aquático de corpo mole, com corpo protegido por concha que tem duas valvas.

Bocado: porção de alimento que se pode meter na boca de uma vez. Pedaço.

Bofe: designação vulgar do pulmão. Fressura dos animais.

Bogas: peixe afusado, com um comprimento entre 20 a 30 cm. Tem espinhas no dorso, sendo essencialmente utilizado em sopas.

Bolota: glande do azinheiro, carvalho e sobreiro. Consumia-se em épocas de carestia.

Borragem: família das Boragináceas. Nomes vulgares: borrage, chupa-mel. Utilizam-se as flores, o óleo das sementes e ocasionalmente as folhas. Usam-se as flores e as folhas nas afecções das vias respiratórias, constipações, gripes, bronquites. Contra-indicações: flores e folhas desaconselháveis na gravidez, por conterem alcalólides pirrolidizínicos.

Borralho: brasido quase extinto. Cinzas quentes.

Borras: resíduo sólido ou pastoso de um líquido acumulado no fundo do recipiente ou vasilha.

Borregas: ovelhas até um ano de idade.

Bredo: planta hortense da família das amarantáceas. Tem caule recto, folhas verdes ou avermelhadas. Estas folhas são ricas em cálcio, fósforo, ferro, e vitaminas A, B, e C, são comestíveis.

Bucho: estômago dos animais.

Burnejo: miolo, a parte interior de alguns frutos e leguminosas.

Cabidela: reunião de fígado, pescoço, pernas e outras miudezas e sangue da mesma ave.

Cabrito: cria da cabra. Trata-se sempre de um macho muito novo, de seis semanas a quatro meses, as fêmeas reservadas para a produção de leite e reprodução. A carne insípida é consumida bem condimentada e aromatizada.

Cação: peixe com diversas variedades de carne de pouca qualidade. Tem corpo de forma alongada, fendas branquiais laterais e tamanho médio. A sua carne é cortada na forma de postas e filetes. Deve ser utilizado muito fresco.

Cacaréus: cacos, trastes velhos.

Cachola: prato de fígado de porco e febra assados, temperados de alho, azeite e vinagre.

Cachuchos: peixe vulgar, da família dos pristipomátidas. De largo consumo por acessível às famílias mais pobres.

Caçola: ver caçoula.

Caçoula: vaso cilíndrico de barro, mais largo do que alto, para nele se cozerem os alimentos.

Cagarrinha: erva utilizada na alimentação cozinhadas com água e sal, substituindo a couve, por exemplo.

Calatróia: sopa de azeite e cebola.

Calda: é uma solução de açúcar em água fervente. Conforme a quantidade de açúcar em relação à água, a calda adquire consistência mais ou menos grossa. Numa calda rala a proporção é de 125 g de açúcar para 300 ml de água, numa calda grossa 250 g de açúcar para 300 ml de água.

Caldear: misturar com líquido para formar calda.

Caldeirada: estufado de peixe preparado com vinho tinto ou branco. Por extensão, o modo de preparação da caldeirada (originalmente prato de marinheiros) pode ser aplicado também a outros produtos.

Caldeiramos: expressão usada pelos trabalhadores rurais, que expressava que para o campo, levavam a caldeira e tudo o que era necessário para cozinhar e comer ao longo da jornada de trabalho, pois não retiravam nada dos campos, já que pertenciam aos proprietários das terras.

Caldo: líquido concentrado obtido do cozimento prolongado de carnes, ou de legumes e outros produtos. Existem numerosos tipos de caldos, caso do caldo da parida, caldo de ovos, leite e de açúcar que outrora era dado às mulheres após o parto e às recém-casadas no dia seguinte ao das bodas.

Cambariz: peça metálica, que fica segura na burra de ferro, que na extremidade sustém a caldeira usada para cozinhar, no campo, sobre uma fogueira.

Campino: homem do campo; guardador de gado grosso; rural.

Canada: antiga medida portuguesa para líquidos equivalente a 4 quartilhos ou 2 *l*.

Canela: casca de diversos arbustos exóticos usada como aromatizante. As canelas mais apreciadas são as de Ceilão e da China. A canela exala um aroma suave e penetrante e possui um sabor quente e picante; encontra-se em pó e em extracto. É referida na Bíblia e nos textos sânscritos. Na Antiguidade era usada para perfumar o vinho. É muito utilizada na pastelaria, na aromatização de sopas, carnes, compotas, sobremesas e perfumar vinho quente.

Canelas: ou canelões. Erva usada na alimentação como tempero. Parecido com a salsa.

Canelo: pau do sabugueiro, flexível, usado com muitas finalidades; casca amarga de cor parda.

Capado: bode ou carneiro castrado. Porco grande. Cevado.

Carpaccio: prato composto de fatias muito finas, geralmente de carne ou peixe crus e temperados com limão e azeite.

Carrapato: carne migada e temperada para chouriços.

Casacas: vagem seca do feijão; patrões.

Cascas: vagem seca do feijão.

Castelo: ver claras em neve.

Catarrinho: planta, semelhante ao cardo.

Cavaca: biscoito leve e duro.

Cebola: da família das liliáceas, é uma raiz vegetal, cujo bolbo é formado de folhas brancas e carnudas, recoberto por fina casca amarela, branca, castanha ou vermelha. Consome-se fresca, crua, cozida, como legume, ingrediente ou condimento. Originária do Norte da Ásia e da Palestina, cultiva-se há uns cinco mil anos.

Cebolada: iguaria guisada ou frita com cebolas. Guisado, molho de cebolas.

Ceirões: saco em forma de alforge, ligados entre si, que se coloca sobre os animais de carga ou sobre as bicicletas.

Cervo: veado.

Chainça: porção de terra plana, frequentemente usada como horta ou terreno de cultivo.

Chalaças: doces fritos, semelhante a filhoses, recheados com chantilly.

Chanfana: Guisado de carne, especialmente de carne de cabra. Guisado de fígado. Sarapatel, sarrabulho.

Chiar: produzir som agudo e continuado.

Chibo: chibato. Bode novo, com mais de seis meses ou menos de um ano.

Chispe: pé de porco.

Chouriço: enchido de carne de porco cortada em pedacinhos e curtida, durante alguns dias, com sal, alho, pimenta e vinho. Mencionado por Petrónio, na Roma Imperial, existia um chouriço chamado botulus.

Cincho: aro que aperta o queijo, para lhe dar forma e espremer o soro. Molde em que se faz o queijo.

Claras em neve: claras de ovo batidas até ao ponto de ficarem brancas e firmes, como flocos de neve.

Coajo: erva usada no fabrico de queijos

Coalhada: leite coalhado.

Coalhado: Solidificado.

Coar: fazer passar por um coador ou filtro, filtrar.

Codêa: casca; crosta. Crosta do pão.

Coelho: mamífero roedor considerado calamidade em muitas partes por causa dos estragos que provoca e continuada proliferação. A palavra coelho é de origem ibero-românica (*lapparo*). Símbolo da fecundidade, o coelho é associado aos pratos de Páscoa, especialmente na Alemanha. Os coelhos domésticos, criados devido à sua carne, mas também pela sua pele, diferencia-se não só derivado do tamanho e cor, também dada a diferença de sabor da carne. Prepara-se de diferentes maneiras: frito, guisado, assado, grelhado, cozido, ao vapor, salteado, com diversos molhos, cebolas, ameixas, em geleia, mesmo em conserva.

Coentro: do latim coriandrum, significa "cheiro de percevejo", numa analogia ao aroma forte e característico que exala de todas as partes verdes da planta. Os grãos têm, porém, um odor agradável, principalmente depois de secos. Originário do Médio Oriente, foi trazido para a Europa pelos romanos, que para conservar a carne esfregavam-na com uma mistura de coentro, vinagre e cominho. Os chineses acreditavam que o coentro conferia a imortalidade.

Colaço: diz-se dos indivíduos que foram criados com o leite da mesma mulher.

Colher de pau: instrumento que é composto de um cabo e uma parte côncava e serve para mexer ou preparar alimentos. A colher é um instrumento para comer que apareceu no Neolítico, feito de osso e de pedra. Actualmente existe uma grande variedade de formatos de colheres em inúmeros materiais.

Colorau: pimentão-doce, vendido seco ou em pó. Pimento: planta da mesma família que o tomate e a beringela, descoberta na América por Cristóvão Colombo.

Cominho: planta aromática nascida no Turquestão, actualmente cultiva-se em todo o Mundo. A Bíblia menciona o seu emprego na sopa e no pão. Os romanos utilizavam-na como aromatizante de molhos, na conservação da carne e quando grelhavam peixe. Este condimento de sabor acre, picante e quente teve largo uso durante a Idade-Média.

Conduto: algo que se come habitualmente com pão.

Congro: peixe marinho de corpo sem escamas, comprido e cilíndrico, de cor escura e cinzenta azulada.

Coqueiras: cozinheiras no campo.

Corar: técnica culinária usada para dar cor dourada e aparência gulosa aos alimentos. Tal técnica resulta da exposição do alimento ao calor do forno ou do fogão, com auxílio de gordura, gema de ovo, café forte, molho de soja dentre outros.

Cornicho: malagueta.

Corografia: descrição particular de uma nação ou área geográfica.

Cortar: técnica culinária que consiste em dividir um alimento em pedaços menores, com o auxílio de um instrumento cortante. Existe uma variedade enorme de formas que podem ser dadas ao alimento através do corte, que vão ser ditadas pela receita em função do tipo de ingredientes empregue e do prato que será preparado.

Cotovelinhos: esparguete em forma de cotovelo.

Couve ratinha: couve-galega. Denominada de ratinha, porque os jornaleiros sem contrato (ratinhos) vindos do Minho e da Beira Alta para trabalharem em outras províncias, especialmente no Alentejo, a trouxeram com eles.

Couve: assim se designam diversas plantas da família das crucíferas, cultivadas como legumes. Referenciada na Europa há mais de 4000 anos, a couve marítima é a mãe de todas as couves. Na Idade Média era estimada pelas suas propriedades medicinais. Integrada na alimentação, constitui a base de numerosas sopas. Através da cultura e da selecção a couve marítima

deu origem a outros legumes: couve-de-bruxelas, couve-flor, couve-nabiça, couve-rábano, brócolos, repolho branco, verde ou rosa. A couve chinesa só surge na Europa no século XVIII.

Cozido: prato à base de carnes e enchidos, verduras, ovos cozidos, que são cozidos juntos, e com temperos, na mesma panela. O primeiro "cozido" terá sido feito, possivelmente, num vaso de barro, no Neolítico ou finais do período anterior. Existem numerosas variedades de cozido, são famosas diversas receitas francesas, em Espanha é denominado puchero ou cocido.

Cravinho: cravo-da-Índia. Originário das Filipinas e das Ilhas Molucas, é utilizado há milénios na Índia, como tempero e na preparação de perfumes. A descoberta do caminho marítimo para a Índia por Vasco da Gama permitiu a regular importação desta especiaria para toda a Europa, uma custosa raridade desde o século IV. Monopólio português, posteriormente holandês, até o francês Poivre ter levado algumas sementes para as ilhas Maurícias e Bourbon. De sabor picante, utilizado como conservador da carne e da charcutaria os chineses apreciam-no pelas suas virtudes medicinais.

Crescente: fermento que se deita na massa da farinha, para que esta levede.

Crivo: espécie de peneira de fio metálico; coador; instrumento de limpar o grão.

Cru: sangrento. Que ainda não está cozido. Que ainda não teve preparação.

Cumbos: tipo de peixe de rio.

Curar: processo através do qual o queijo atinge o seu ponto de maturação adequada. A maturação acontece quanto o queijo adquire o sabor e a textura desejada pelo fabricante. O processo de cura pressupõe acção do calor, do sol, do fogo, ou da estufa própria, e é usado para que o queijo conserve um maior grau ou menor de unidade.

Cortilheira: instrumento de cozinha que serve para cortar massa.

Defumadouro: substância que defuma. Vaso em que se queimam substâncias aromáticas. Lugar onde se defuma alguma coisa: fumeiro.

Derrangar: requebrar-se, soltar-se, desprender-se.

Desbulhar: debulho. Rabagoar, separar do casulo (grãos de cereais). Descascar frutos, tubérculos.

Descascar: retirar a casca de um alimento. Para se preservar os nutrientes, esta operação deve ser feita com uma faca afiada, já que eles se encontram exactamente abaixo da casca.

Desfiar: subdividir os pedaços da carne cozida, respeitando o sentido longitudinal das fibras, reduzindo-a fios.

Diabelha: planta medicinal.

Diáspora: dispersão de um povo, de uma comunidade ou de alguns dos seus elementos.

Dieta: regime alimentar.

Emboca: tombar ou virar-se.

Embude: o mesmo que funil, especialmente aquele em que se envasilha o vinho; substância com que se entontecem os peixes, para os apanhar à mão. Planta umbelífera, venenosa.

Embugar: envolver em líquido, massa ou molho.

Empada: preparação culinária doce ou salgada, de forma redonda, cujo nome designava originalmente, um pão redondo (tortus, em latim). A empada prepara-se com uma massa quebrada ou folhada, recheada de carne (aves, carne de caça), peixe ou legumes, com temperos e ingredientes complementares, ou ainda de fruta e creme. A empada é coberta com uma tampa. Mas existem empadas sem tampa; são tartes fundas.

Empoar: cobrir com pó. Polvilhar para enfeite.

Empratar: dispor alimentos em pratos individuais ou travessas, efectuando a respectiva decoração.

Encaladela: assar ou cozer ligeiramente qualquer alimento. Sujeitar a uma fervura preparatória.

Encapotar: encapar. Esconder. Disfarçar.

Encaroçar: entumecido, inchado. Que tem forma de caroço.

Enchedeira: Espécie de funil pequeno, por onde se mete a carne que enche os chouriços.

Encher: tornar cheio.

Engrelado: deitar grelo (plantas), crescer, endireitar-se.

Entretinho: membrana que envolve os intestinos do porco.

Entrudo: o mesmo que Carnaval. Neste dia um dos pratos mais apreciados era cabeça de porco com grão-de-bico.

Enxugar: secar a humidade.

Enxúndia: banha ou gordura das aves.

Erva-doce: nome vulgar de funcho. Cultivada em todo o mundo. Tudo nesta planta é aproveitado: raízes, talos, folhas e grãos. Os grãos entram na composição de diversos licores e também são usados para temperar pães, bolos, tortas, macarrão, tortas de carne, de feijão. As folhas e talos são excelentes para saladas, peixes, assados, sopas e molhos. Como legume pode ser consumido cru, cortado em juliana e temperado com maionese, ou cozido, gratinado ou com molho de manteiga.

Esborrachar: fazer estoirar ou rebentar, pisando apertando ou pisando.

Escabeche: preparado à base de vinagre e outros temperos, no qual se conservam os alimentos que serão servidos mais tarde. Este procedimento aplica-se sobretudo aos peixes pequenos, mas também serve para cozinhar aves de capoeira ou caça. Depois de frio, mantendo-se o azeite ou o óleo, é acrescido de alho, cebola, louro, pimentão, tomate, além do vinagre e especiarias.

Escarchada: Sardinhas em água e sal. Era uma forma de conservar as sardinhas, de modo a

poderem ser transportadas e usadas mais tarde.

Escolher: preferir. Separar o que se julga mau ou menos bom. Fazer selecção.

Escorchar: esfolar.

Esculateira: jarra metálica com uma pega usada para fazer café.

Esfarelar: reduzir a farelos, a pó.

Esfarrapar: Reduzir a farrapos, rasgar, romper.

Esfolar: tirar a pele de.

Esmigalhar: reduzir a migalhas; fragmentar. Despedaçar.

Esparregado: legumes picados e cozidos em água e sal, depois espremidos e refogados no azeite com alho, vinagre e um pouco de farinha ou molho branco. É um guisado de legumes.

Espremer: eliminar por pressão o sumo, a água ou outro líquido em excesso de um alimento (diz-se também escorrer).

Estremalho: rede de pesca das enguias

Estrugido: termo português que significa refogar, ou seja frigir em lume brando temperos como o alho, a cebola, o pimentão e o tomate, até começarem a cozinhar.

Estuário: parte do rio próxima à sua foz, no mar, onde a água doce se confunde com a salgada.

Estufar: técnica culinária que consiste em cozinhar um alimento no seu próprio suco, em lume baixo e com a panela hermeticamente fechada. Os romanos utilizavam esta técnica à qual chamavam *sufoccatio*. Estufar deriva da palavra francesa *étouffer*.

Fanga: antiga medida de 4 alqueires para secos e de 8 alqueires coagulados para carvão de pedra. Porção de terra arável.

Farinhota: enchido feito de gordura, sangue de porco e farinha, mais pequeno que a farinheira.

Farnel: provisões alimentícias para pequena viagem. Saco de provisões para jornada.

Fateixa: utensílio de ferro em que se penduram carnes para estarem expostas ao ar.

Febra: a parte musculosa dos animais vertebrados que são comestíveis. Carne sem gordura nem osso.

Feijão-frade: variedade de feijão miúdo e branco, com olhos pretos. Deve ficar de molho de um dia para o outro.

Fermento: mistura que concede leveza às massas, conferindo-lhe uma textura esponjosa. Um dos vários elementos próprios para este fim é o ar. Ele incorpora-se nas misturas enquanto estão a ser batidas. O ar aumenta durante a cozedura, fazendo com que a mistura cresça antes de ganhar consistência.

Ferrado: recipiente para a ordenha.

Ferradura: bolo seco feito com um toque de canela e erva-doce, cujo nome se deve à forma.

Fervura: estado de um líquido que ferve. Ebulição. Alvoroço.

Fintar: levedar. Fazer fermentar. Tornar-se lêvedo.

Fofa: espécie de bolo de farinha e ovos, frito e esponjoso.

Foral: carta soberana que, regulando a administração de uma localidade, lhe conferia certas regalias; título de aforamentos rurais.

Forma: recipiente côncavo, utilizado em cozinha e pastelaria para confeccionar ou cozer bolos, pães, geleias, empadas, gelados e artigos de confeitaria. As formas são geralmente em folha-de-flandres, mas podem ser também de alumínio, vidro, porcelana ou em barro esmaltado. Existem formas de diverso tipo e de função.

Fortificar: fortalecer. Tornar forte.

Frango: nos dias de hoje é a ave mais utilizada nas artes culinárias. O antepassado do frango foi domesticado no vale do Indo há uns quatro mil anos. Chegou até nós atravessando a Pérsia, a Grécia e espalhou-se por todo o Mundo. Muito popular, o frango na Idade Média viu-se suplantado pelas galinhas, frangas e capões. De carne saborosa pode ser assado, em caldeirada, cozido, estufado, de fricassé, frito, grelhado, guisado e salteado.

Fressura: conjunto das vísceras comestíveis da rês.

Fria: qualidade daquilo que é frio, no caso em apreço, comida servida fria.

Fricassé: fórmula de preparar aves, cordeiro ou carne de vitela, que tem como base a carne em pequenos pedaços e um molho branco. Este método é referido por François la Varenne, famoso mestre culinário do século XVII.

Frigideira: utensílio de cozinha de barro ou metal redondo ou oval, de pouca profundidade e rebordos inclinados, munido de um comprido cabo. A frigideira serve para alourar, fritar, refogar ou saltear carnes, legumes, ovos e peixes, para confeccionar certos preparados, omeletas e crepes.

Frigirada: qualquer coisa frita com muita cebola.

Fritar: cozedura de um alimento por imersão rápida num banho de gordura a alta temperatura. A fritura perfeita deixa o alimento seco, dourado e estaladiço.

Fumagem: além de meio de conservação ancestral de carnes e peixes, também é um modo de transmitir um sabor especial a esses produtos. A fumagem provoca a dessecação através de um processo lento de saturação através do calor que elimina o excesso de água contido no alimento, criando-lhe ao mesmo tempo uma capa protectora. Um dos primeiros modelos de conservação alimentar que o homem descobriu e que continua a usar.

Fumeiro: espaço, entre a lareira e o telhado onde se pendura carne ensacada, para esta se curar ou defumar.

Furjoca: prato do Ribatejo com perna de porco e fígado de porco.

Gabaia: espécie de capote com capuz e mangas.

Gadídeo: família de peixes que pertencem o bacalhau, a pescada, etc.

Galo: macho da galinha. Grande e bela ave, antigamente conservavam-se os galos bons reprodutores enquanto pudessem desempenhar a sua função. Na altura de serem sacrificados já tinham vários anos, por essa razão necessitavam de uma cozedura prolongada e lenta. Mais propícios para serem refogados e assados, também podem ser grelhados. Na cozinha antiga as cristas e os rins constituíam uma guarnição ou decoração.

Galricho: rede ou covão para apanha peixe miúdo.

Gamboa: fruto da gamboeira; marmelo-molar.

Garfo: utensílio de cozinha, de serviço ou de mesa, em forma de forcado com dois, três ou quatro dentes. É mencionado na Bíblia, na separação de carne nos sacrifícios. Introduzido na Europa a partir do século XV, foi Henrique III que o levou para França, que o descobriu na corte de Veneza no ano de 1574, tendo apenas dois dentes. A generalização do uso do garfo só ocorreu no século XVIII, Luís XIV ainda comeu com os dedos. Com o decorrer do tempo os garfos passaram a ter três e quatro dentes. O garfo com dois dentes usa-se em cozinha nos assados para espetar aves e carnes. Existem garfos especiais cujo tamanho varia, e têm uma função específica.

Gaspacho: sopa fria com vários temperos (azeite, vinagre, alho, cebola, tomate. Pimento, etc) e geralmente também pão.

Gemada: bebida à base de ovos, batidos com açúcar e leite quente. Usada como fortificante.

Giga: canastra em forma de selha, larga e pouco alta.

Gole: porção de líquido que se engole de uma vez; trago.

Golfeira: lugar agradável, onde se sente um calor natural, não molesto.

Grama: peso de um centímetro cúbico de água destilada. Unidade das medidas de peso, no sistema métrico ou decimal.

Grão-de-bico: leguminosa de pequenos frutos, cuja cor varia do amarelo ao quase negro. Os frutos podem ser cozidos inteiros, amassados em pastas ou torrados como o amendoim. Torrado e moído o grão-de-bico substitui o café, embora não tenha o seu sabor. De uso frequente na culinária árabe.

Grisana: erva campestre anual e de cor amarela.

Guardanapo: peça de roupa de casa individual, destinada a proteger o fato e a limpar a boca quando se come. A compostura à mesa exige que se limpe a boca antes de levantar o copo aos lábios sempre que uma iguaria ou um molho marque a boca. Para servir certas iguarias é corrente utilizar guardanapos brancos de pano em vez de papel, para servirem de base.

Guisar: método culinário preparado com molho, depois de refogado, adicionando líquidos em pequena quantidade.

Hortelã: família das Lamiáceas (Labiadas). Nomes vulgares: hortelã-das-cozinhas, hortelã-das-hortas, hortelã-dos-temperos, hortelã verde, hortelã-vulgar. Oriunda da região

mediterrânica, é muito cultivada em Portugal, as folhas são usadas como aromatizante. Na medicina é utilizada para o tratamento de problemas digestivos, e como eupéptico, carminativo e vermífugo.

Hortelã-de-burro: os manuais assinalam contra-indicações na absorção de óleo essencial puro de hortelã-pimenta, conhecida vulgarmente como: hortelã-apimentada, hortelã-das-damas e hortelã-de-água de cheiro, por via interna durante a gravidez, a crianças menos de seis anos, a doentes com dispepsias hipersecretoras, em doenças intestinais graves e doenças neurológicas.

Ilhaca: erva aromática.

Inchar: processo de absorção de líquido por que tem de passar determinados alimentos. Consiste em deixá-los imersos em líquido, até que alcancem o seu volume máximo. Este processo é muito usado na preparação de arroz, feijão e grão-de-bico.

Ineixa: planta herbácea espontânea de flor amarela pequena.

Ingrediente: substância que faz parte de uma iguaria.

Iscas: tira de fígado temperada com vinagre, alho e outros condimentos.

Jeribalde ou Giribaldo: colher de madeira utilizada na cozinha.

Jeropiga: vinho a que se suspendeu a fermentação pela adição de aguardente. Bebida feita de mosto, aguardente e açúcar.

Joeira: espécie de peneira para separar o trigo do joio e de outras sementes que estejam misturadas.

Lampacas: espécie de acelga.

Lampreia: peixe ciclóstomo muito apreciado desde a Antiguidade. Nasce nos rios, viaja para o mar, regressa e desova no local de nascimento. Existem centenas de receitas a ela consagradas.

Lapardana: comida das gentes pobres da borda d'água do Ribatejo com pão, batatas, couves, azeite e alho.

Láparo: coelho pequeno.

Laranja: fruto da laranjeira, redondo e de casca cor de laranja, por vezes com veios vermelhos, cuja polpa suculenta e acidulada, está dividida em gomos, contendo ou não caroços. Originária da China, foi introduzida em Espanha pelos árabes e pelos cruzados em França. Eram laranjas azedas. As doces chegaram à Europa no século XV. Durante séculos foi um fruto raro, que servia, sobretudo para compotas e para ornamentar mesas.

Lasca: fragmento ou estilhaço. Tira.

Lavadura: Água em que se lavou a loiça de mesa e que se dá como alimento a porcos.

Lebre: mamífero roedor, da mesma família do coelho, cuja carne saborosa e delicada. Animal de caça com pêlo, a sua carne é denominada negra e não branca como a do coelho. Atinge a plenitude aos dois anos. Após ser morta a lebre deve ficar pendurada, por uns dez dias, para escorrer o sangue que, aproveitado, entra depois na preparação de muitas receitas. As lebres

necessitam de um cozimento longo, lento, em molho básico ou vinho.

Leguminosa: plantas que frutificam em vagem.

Leite: produto líquido produzido pelas glândulas mamárias das fêmeas de animais. Rico em proteínas, açúcares, fósforo, vitaminas A, D, E, e K, lactose, riboflavina, aminoácidos e cálcio, tem alto valor nutritivo. Os leites de animais mais utilizados pelo homem são o de vaca, o de cabra, e o de ovelha. Também são bastante consumidos o de lama, o de búfala e o de camela. Base para imensos produtos, como a manteiga, o creme de leite, o queijo, a coalhada, é também ingrediente largamente usado na culinária, tanto para pratos doces com para salgados.

Lenço: entretinho. Membrana que envolve os intestinos do porco.

Lentilha: planta leguminosa de semente discoide comestível.

Limão: fruto do limoeiro, cuja polpa ácida e sumarenta é protegida por uma casca amarela, mais ou menos espessa. Originário da Índia ou da Malásia, foi introduzido na Assíria, passou para a Grécia e Roma sendo utilizado como medicamento e tempero. Os cruzados trouxeram-no para a Europa. Utilizou-se como produto de beleza, mas a sua fama benfazeja veio ao de cima quando se descobriu que era fundamental no combate ao escorbuto no tempo dos Descobrimentos, porque é muito rico em vitaminas C e PP, em ácido cítrico e em cálcio. O limão tem larga utilização em pastelaria, confeitaria, fabrico de bebidas e na cozinha.

Limar: raspar. Desgastar ou polir com lima.

Língua: línguas de carneiro, porco, vaca ou vitela são variedades de carne nutritivas e saborosas. Podem ser encontradas frescas, fumadas, salgadas ou enlatadas. Prestam-se a um grande número de preparos. Exigem cozedura demorada até amaciarem.

Lombete: lombelo. Cada um dos dois pedaços compridos de carne que se tiram dos lados do lombo do porco e que também se chamam coelhos.

Louro: pertence à mesma família da cânfora e da canela. A árvore pode atingir 10 metros de altura. Tem propriedades narcóticas, as folhas eram mastigadas pelas sacerdotisas para abreviar o estado de transe e visões. Por a ninfa Dafne ter escapado à perseguição de Apolo ao ser transformada num loureiro, este teceu para si próprio uma coroa de folhas de louro, que significa em latim honraria nobre. Daí a coroa de louros oferecida ao vencedor. O louro deve ser usado moderadamente.

Lucerna: clarabóia ou lampadário.

Luzente: que tem luz ou brilha.

Maçuda (sopa): cheio, compacto, grosso.

Maioral: aquele que dirige ou está à frente de algo; chefe dos pastores; carneiro ou bode de reprodução.

Maisena: é como ficou conhecida uma farinha fina e branca, um amido de milho. Por não conter glúten como a farinha de trigo, ela reage de maneira diferente durante o cozimento. É utilizada para bolos e biscoitos conferindo-lhe uma textura delicada. Emprega-se também

para engrossar cremes e molhos.

Malandrinho ou malandrino: diz-se do arroz a escorregar pelo prato fora. O arroz malandrinho leva mais água.

Malga: tigela vidrada, branca ou de cor.

Manja: Espécie de açorda com batata cozida, pão duro, azeite e alho.

Manjar: qualquer substância que sirva de alimento; aquilo que deleita o espírito: iguaria delicada.

Manjerona: família das Lamiáceas (Labiadas). Nomes vulgares: Majarona (Açores), manjerona-inglesa, manjorana, orégãos (Madeira). Vinda do Mediterrâneo dá-se bem nas zonas temperadas e quentes. Na cozinha é condimento apreciado, tem larga utilização na medicina tem larga utilização no combate às más digestões, flatulência, cólicas gastrointestinais, ansiedade, insónia, hipertensão, cefaleias entre outras.

Manteiga: substância gorda obtida batendo a nata de leite, lavada e malaxada depois para a tornar untuosa. A manteiga endurece com o frio e liquefaz-se com o calor. A manteiga era conhecida na Antiguidade, os Gregos e os Romanos consideravam-na apenas como remédio, cicatrizante em especial. Existem diversas variedades de manteiga, sendo conhecida como a gordura do Norte da Europa.

Maranho: bucho de cabra, chibato, chibo ou carneiro recheado com várias carnes, cozido e alourado no forno. Iguaria elaborada com miudezas de carneiro, bocados de galinha e arroz.

Margarina: gordura vegetal hidrogenada que pode ser feita a partir de sementes de girassol, gergelim, amendoim ou milho. De aspecto semelhante ao da manteiga, é sua substituta em regimes alimentares em que a gordura animal deve ser evitada. Encontra-se em três tipos: cremosa, líquida ou em tabletes. A margarina surgiu no século XIX, criada por um francês *Hippolyte* de *Mège-Mouriés*, a pedido de Napoleão III.

Marinar: pôr de molho num líquido aromático, uma peça de carne de talho ou caça com pêlo, durante um determinado tempo, a fim de a amaciar e aromatizar. Esta prática é usada desde há milénios.

Massas alimentares: preparado com farinha feito à base de sêmola de trigo e de água, incluindo, frequentemente, ovos. As massas são feitas de diversas maneiras, laminadas ou em fios, por vezes aromatizadas. São vendidas prontas para cozer em água, para guarnecerem uma sopa, para gratinar ou recheadas para serem aquecidas. São originárias da China, a receita veio para a Europa através de Marco Pólo.

Matosas: o mesmo que fataças.

Matrafão: mal feito. Desajeitado. Desleixado.

Matranoco: comer desleixado. Falta de apuro.

Meado: que chegou ao meio ou está perto dele; feito de partes iguais de substâncias diferentes.

Mechugas: tipo de sopa com couve, farinha e feijão.

Mexuda: papas de milho.

Mexúrdias: o mesmo que mixórdias; planta espontânea usada na alimentação.

Migalha: pequeno fragmento de pão, de bolo ou de outro alimento farináceo.

Migalhada: o mesmo que esmigalhar. Reduzir a migalhas; fragmentar. Despedaçar.

Migalhar: o mesmo que esmigalhar.

Migar: partir em migalhas; cortar em bocadinhos.

Migas: prato muitas vezes de aproveitamento, conhecido desde a Idade Média, típico das regiões do interior de Portugal e Espanha.

Mílharas: substância granulosa das ovas do peixe; papas de milho miúdo fervidas.

Miolos: cérebro do carneiro, porco ou vaca. Quando comprados, devem apresentar cor branca-rosada bastante firme. Por serem altamente perecíveis devem ser utilizados no próprio dia da compra. É necessário lavá-los com água acidulada antes do uso. Contém cálcio, ferro e fósforo, além das vitaminas A, B, e C.

Miudinha: Em bocadinhos. Pequena porção. Miuçalha.

Moela: última bolsa dos pássaros ou aves, constituída por um músculo espesso. Se não se cozinhar a moela ao mesmo tempo que a ave, enquanto esta assa ou coze, ou se não for picada para entrar no recheio, pode ser preparada em separado, frita ou assada, ou num guisado de miúdos.

Molhona: tomatada.

Morcela: chouriça de sangue, feita com sangue e gordura de porco e pão, temperados com cebola, salsa e cominhos. Também se fazem morcelas doces, feitas com miolo de pão, amêndoas moídas, açúcar, canela e manteiga.

Mosqueira(o): cobertura de arame ou de outra substância, para evitar o contacto das moscas.

Murtinho: baga da murta.

Murtunho: fruto da murta. O mesmo que murtinho.

Nabiças: rama de nabo que ainda não atingiu desenvolvimento completo.

Nabo: raiz hortícola, carnuda, comprida ou arredondada, amarelo-clara ou branca, muitas vezes num tom violeta na base das folhas. Por norma o nabo come-se cozido em sopas ou como guarnição. O nabo gozou de excelente reputação, foi cantado por Goethe, na Escócia é considerado legume nacional. Está a ser redescoberto pelos chefes que o apresentam cru, ralado e estufado.

Olharápo: entidade pertencente à superstição popular, equivalente a fantasma, lobisomem ou papão; larápio; individuo atrevido ou intrometido.

Ouriço-cacheiro: mamífero insectívoro com o corpo coberto de espinhos no dorso.

Ovo: valioso e versátil ingrediente culinário, de baixo custo e grande valor proteico. Alimento de grande valor económico é elemento imprescindível na elaboração de bolos, cremes, molhos, pudins e recheios. Pode ser preparado de muitas maneiras: quente, assado, cozido, cozido no vapor, meio-cozido, escalfado, frito, em gemada, mexido, em omeleta ou pastelão. O ovo está associado a inúmeras lendas e tem um enorme significado simbólico.

Paio: enchido de carne de porco, temperada e ensacada em tripa grossa do animal, conservado seco, ou imerso em banha.

Palantrona: atabalhoada. Atamancada. Enjorcada.

Paleio: prato feito com feijão branco, batatas, folha de louro, azeite, água e sal.

Pampelos: peixe do rio.

Panado: alimento frito depois de envolto em ovo batido e coberto de pão ralado ou farinha de trigo.

Panela: utensílio para cozinhar, redondo ou oval, de paredes grossas, munido de duas pegas e de uma tampa vedando bem, destinada a cozeduras lentas com pouco líquido. A origem da panela remonta ao início do século XIX; É a versão moderna da assadeira, adaptada aos fogões actuais. Primeiro era feita de ferro, material bom condutor, que armazena e reparte bem o calor, mas que racha e enferruja. Hoje em dia, a panela é quase sempre esmaltada, mas pode ser também de alumínio (mais leve), de aço inoxidável (não se estraga, mas é menos bom condutor e mais cara), de cobre (nos modelos pequenos), de vidro temperado (que vai ao forno, mas não suporta o contacto directo da chama ou da chapa eléctrica) ou de vidro-cerâmica (bom condutor e fácil de limpar, sem os inconvenientes do vidro temperado). Existem também a panela de estufar, a panela de pressão e a panela multiuso.

Papa: alimento mais ou menos fluído obtido pondo a cozer uma farinha num líquido. A papa é um dos modos de alimentação mais antigos. Os Egípcios alimentavam-se de papas de milho painço, de cevada e de trigo. Os Gregos misturavam nelas azeitonas, os legionários romanos comiam no dia a dia uma papa de trigo-candial e de espelta, acompanhada por cebolas, queijo e peixe salgado. As papas de milho ou de trigo mourisco constituíam a refeição da noite dos camponeses de muitos países.

Pardas: planta utilizada na alimentação

Pardelha: peixe de água doce.

Parrameiro: bolinhos de limão e erva-doce, em forma de ferradura.

Passador: utensílio de preparação que serve para filtrar bebidas, líquidos, molhos ou para escorrer alimentos crus ou cozidos retirando-lhe os líquidos. Cónico, hemisférico ou a alargar para as extremidades o passador tem uma dimensão apropriada às suas utilizações.

Pastel: massa de farinha cozida no forno, e que contém carne, peixe ou doce. Massa à base de farinha de trigo, ovos, sal, carne, peixe ou legumes que depois de tudo misturado é frita em azeite ou óleo.

Pato: ave palmípede domesticada na China há mais de 2000 anos. Existem duas principais variedades desta ave aquática: a doméstica e a selvagem. Geralmente é preparado assado no forno, com laranjas e molho grosso, assado no espeto, estufado, guisado ou em empadas.

Perdiz: animal de caça com penas, geradora de numerosas receitas, algumas da denominada alta cozinha, caso das perdizes ao modo do Convento de Alcântara, costeletas de perdigoto Romanov, e perdigotos recheados com geleia. As perdizes são chamadas perdigotos quanto têm menos de um ano.

Perica: pêra pequena.

Peru: originário da América do Norte, baptizado "galinha da Índia" pelos espanhóis, o peru é o símbolo da refeição tradicional no dia de Acção de Graças nos Estados Unidos da América, é prato nacional no México, sendo preparado com um molho de chocolate. O peru converteu-se em prato especial no dia de Natal em numerosos países. Apareceu na Europa nos finais do século XVII, trazido pelos Jesuítas, do mesmo fizeram grandes criações, daí em França ainda hoje se dizer "jesuíta" para designar um peru.

Picadinha(o): picado, cortado em pequenos pedaços.

Picar: reduzir um alimento a fragmentos muito pequenos, com uma faca ou um picador, a fim de se obter um preparado mais ou menos pastoso (ervas aromáticas, recheios, mousses), ou para realizar decoração (gemas e claras de ovos cozidos, geleia).

Pilé: diz-se do açúcar cristalizado, em fragmentos ou lascas.

Pimento: planta da mesma família que o tomate e a beringela, descoberta na América por Cristóvão Colombo e descrita pelos botânicos desde século XVI. Existem numerosas variedades de pimentos, vendidos frescos ou secos, sem contar o pimento dito doce, utilizado como legume, cozido ou cru, distinguindo-se pela sua cor (verde, alaranjada ou vermelha) que varia segundo o grau de maturidade.

Pimpão: peixe de rio, muitas vezes de cor vermelha.

Pincel: utensílio com cabo guarnecido de pêlos de seda ou nylon, utilizado na cozinha para pincelar com manteiga clarificada ou óleo, certos preparados (nomeadamente carne para grelhar), para untar formas, assim como para dourar com ovo batido a superfície de produtos antes de cozidos.

Pípias: doce feito com os restos da massa de pão de milho com açúcar, azeite e canela.

Piripiri: pequeno pimento africano de sabor cujo nome é uma deformação do árabe felfel (pimento forte). Em África acompanha diversos pratos, é também muito usado na culinária portuguesa.

Poejo: erva originária da Europa e Ásia Ocidental, é chamada também poejo-das-hortas ou poejo real. Conhecido também por hortelã dos pulmões pelas suas propriedades medicinais, emprega-se geralmente para temperar saladas de verduras ou de frutas.

Polme: massa de cozinha preparada com farinha de trigo, água, leite ou cerveja e ovo, de

consistência bem líquida. Nela são mergulhados os alimentos e, em seguida, fritos.

Polvilhar: acto de espalhar de forma leve um ingrediente em pó conforme e onde a receita indica. Normalmente empregue em relação a açúcar e farinha que devem ser espalhados sobre massas, bolos, formas e tabuleiros.

Pompostos: ervas, usadas na alimentação, nomeadamente em saladas ou como tempero.

Ponto de espadana: a calda deve correr da colher em fios grossos parecendo fitas.

Posta: pedaço de peixe. Pedaço. Talhada. Fatias grossas de peixe, cortadas perpendicularmente ao seu comprimento.

Prato: peça de baixela individual servindo para conter os alimentos, de dimensão e de forma variáveis de acordo com a natureza dos pratos. Na antiguidade, os pratos rasos ou fundos, eram de barro, de madeira ou de metal mais ou menos precioso. Os Romanos também os moldaram em massa de vidro.

Presunto: perna do porco salgada e curada ao fumeiro. Parte excelente do porco, o presunto recebe grande apreço desde a Antiguidade, em Roma aparecia na mesa do Imperador. Além de salgado e fumado, também se cozinha assado, cozido, fresco, grelhado, na brasa. É expoente de fartura, no passado as características dos diversos presuntos tinham a ver com a qualidade do sal, o processo de conservação, a raça, alimentação e idade do animal, daí o motivo da classificação geográfica. Por essa razão a existência de grande número de presuntos regionais. O concelho de Mação é um grande centro de preparação de presuntos.

Púcara: pequeno vaso de barro, com asa, não vidrado, para beber água ou para com ele se extraírem líquidos de outros vasos maiores.

Pudim: prato doce ou salgado, de consistência entre o creme e souflé, geralmente cozido em vapor ou no forno, ou em banho Maria.

Pútigas: (Pútega) planta citínea, parasito da esteva: hipocístide. Fruto da esteva (Prov. Beir.) Espécie de cogumelo amarelo e comestível.

Quartas de Barro: recipiente de barro para líquidos equivalente à quarta parte de um almude.

Quartilho: quarta parte da canada, correspondente a meio *l*.

Quartola: casco pequeno correspondente a aproximadamente meia pipa.

Queijo: alimento obtido pela coagulação do leite, da nata, do leite desnatado ou da mistura dos dois, seguido de uma cura numa forma (em latim forma, donde a palavra "fromage"). Distinguem-se os queijos frescos ou brancos, os queijos fermentados, os mais habituais, e os queijos em forma de aparição recente.

Queixada: o mesmo que maxila.

Quintal: peso de quatro arrobas.

Raposa: farnel.

Raspas: pedaços de casca, muito finos, de frutas cítricas que contêm óleos essenciais para

aromatizar alimentos.

Ratinha, (couve): couve galega. Denominada de ratinha, porque os jornaleiros sem contrato (ratinhos) vindos do Minho e da Beira Alta para trabalharem em outras províncias, especialmente no Alentejo, a trouxeram com eles.

Rebentar: estoirar. Fazer estrépito. Despedaçar com ruído.

Recheio: mistura de elementos crus ou cozidos, picados e temperados, utilizada para rechear ovos, peixes, aves, caça, carne, legumes e massas. Distinguem-se três grandes grupos de recheios: recheios magros à base de legumes, os recheios gordos à base de carne (de vitela, de porco, de caça ou de aves) e os recheios de peixe. Existem, além disso recheios de gemas de ovo.

Rede: gaze. Tecido leve e transparente.

Refogar: técnica de cozimento que emprega calor húmido através do qual o alimento é parcialmente assado e parcialmente cozido em líquido. Diferencia-se do ensopado por utilizar muito menos líquido.

Regar: molhar o alimento. Molhar ligeiramente, com a ajuda de uma pequena concha ou de uma colher, um prato a cozer no forno ou na assadeira, utilizando o molho ou a gordura que escorre.

Reguingalho: bocado de qualquer natureza em suspensão num líquido.

Retalhar: talhar em pedaços. Cortar em várias partes. Recortar. Golpear. Dividir. Entrecortar.

Rodela: em linguagem de talho, fatia grossa de forma redonda (como uma roda, de onde o nome), cortada na coxa da vitela, que se assa ou estufa. Por analogia aplica-se também às fatias redondas de legumes (cenoura, nabo e batata).

Rolas: ave semelhante à pomba. Ave de pequeno porte da família dos columbídeos.

Rosca: pão que tem feitio de rodilha.

Rupestre: que cresce sobre os rochedos.

Sal: cloreto de sódio, comum nas cozinhas de todo o Mundo, fundamental na conservação de alimentos. Encontra-se na forma de pedras, cristais ou refinado. Produto estratégico na Antiguidade e na Idade Média as legiões romanas eram pagas com sal. Daí o termo salário. A importância de uma pessoa media-se pela distância a que ficava do saleiro no decorrer da refeição. Muito longe, pouca importância tinha o convidado.

Salada: ao princípio as plantas hortenses depois de migadas e temperadas com sal, vinagre e outras especiarias comiam-se cruas. Mais tarde o termo estendeu-se a vegetais cozidos, peixe, carne, cereais, ovos e outros ingredientes. O termo de origem provençal significava "comida salgada", depois deu azo às mais diversas misturas, dos mais distintos ingredientes. As saladas estão classificadas em: salada verde, saladas simples e saladas compostas.

Salmoura: solução salina na qual se mergulha as carnes, peixes, legumes para conserva; a mistura de água e sal leva, às vezes, açúcar e substâncias aromáticas. À escala doméstica só

pequenas peças podem ser tratadas em salmoura.

Salsa: planta herbácea anual, talvez originária da região mediterrânica, espalhou-se por quase todo o Mundo como planta condimentar, pelas folhas. Nomes vulgares: salsa comum, salsa de comer, salsa das hortas.

Saltaricos: o mesmo que gafanhoto.

Samiro: enguia grande.

Sangrar: ferir ou picar para tirar sangue. Tirar algum líquido. Ferir. Esvaziar: sangrar uma peça.

Sangue: através dos tempos o sangue dos animais foi usado não só como fonte de alimento, mas principalmente como fonte de energia e força. Guerreiros mongóis tinham o hábito de beber sangue fresco e, ainda hoje, os Mazai, na Tanzânia, seguem essa prática. Largamente utilizado na culinária, o sangue entra como substância engrossante em diversos pratos. Para não talhar, o sangue ao ser recolhido deve ser misturado num pouco de vinagre. Não deve ser fervido.

Sapatas: pés de borrego, assim foram designados pela respondente. Sapata: chinela de coiro.

Saramago: planta comestível.

Sardinha: peixe que não ultrapassa os 25 centímetros, de dorso azul, com os flancos e o abdómen prateados. Come-se fresca e posta em conserva. É um peixe, sobretudo, de Primavera e Verão. Em Julho e Agosto atingem o máximo de tamanho e gordura, sendo muito saborosas. Pingam no pão. Muito considerada pelos pobres e remediados em Portugal, especialmente no interior. Podem-se comer cruas depois de marinadas, cozidas, fritas, em escabeche ou caldeirada, panadas, recheadas, assadas no forno, ou em conserva. Assadas na grelha constituem um dos pratos portugueses mais populares.

Sargacinha: erva com caraterísticas medicinais, da qual se faz chá.

Sarmão: peixe de água doce (rio).

Sarnenta: planta herbácea, com propriedades medicinais.

Sarnento: meio podre, rançoso.

Sarnoso: o mesmo que sarnento (amarelado); carnudo.

Sável: peixe migratório, que vive no mar e sobe aos rios na Primavera para desovar. Tem uma carne muito fina, mas que se altera depressa e está cheia de espinhas. Peixe clúpeo.

Sêmea: pão de sêmea, que é a parte da farinha de trigo que depois de peneirada se aparta do farelo e da cabecinha; farelo miúdo.

Seminata: o mesmo que sarrabulho. A referência preta deve-se à cor do fígado do porco.

Serena: batedeira de movimentos brandos, usada para fazer manteiga.

Serenar: ficar quieto

Sopa fria: esta sopa tem as suas raízes numa sopa mais antiga, que era ingerida fria nos

intervalos do trabalho do campo. Fazia-se com pão, alho, azeite e condimentos. O tomate, só passou a ser acrescentado depois do século XVI, depois da sua aparição na Europa.

Sopeira: vaso para a sopa. Que serve para conter sopa.

Suã: carne de porco da parte inferior do lombo. Ossos da espinha dorsal dos porcos.

Suar: cozer numa gordura, em lume brando, um ou vários legumes, geralmente cortados em bocados pequenos, para os perder parcialmente ou por completo a água e concentrar os bocados de gordura. A moderação do calor evita que os legumes corem, nomeadamente no caso das cebolas e das chalotas.

Suspiro ou merengue: mistura feita à base de claras de ovos batidas, açúcar e raspas de limão. Foi inventada, no início do século XVIII, por Gasparini, um pasteleiro suíço. É utilizada principalmente para a finalização de doces e tortas, embora existam alguns doces que a utilizam como base, como os suspiros ou o *kiss*.

Tabefe: v. requeijão e broa de milho esmigalhada.

Talha: vaso de barro, de grande bojo. Pote.

Talhar: cortar; golpear.

Talmude: antiga compilação de leis, costumes e tradições dos judeus, onde se encontram, nomeadamente, as regras da alimentação.

Tarrafa: rede de pesca que o pescador arremessa de lanço.

Tender: bater e arredondar na masseira, numa tábua ou numa tigela.

Terrina: recipiente rectangular, oval ou redondo, de bordas direitas e bastante altas, equipado com asas os pegas e fechado com uma tampa que se encaixa no rebordo interior. Pode ser de barro envernizado, porcelana, vidro térmico ou de ferro esmaltado.

Terrunho: terreno de cultura.

Testo: tampa de barro para vasilha da mesma substância. Tampo de ferro, para tacho ou panela do mesmo metal.

Tiborna: fatia grossa de pão torrada nas brasas, regada com azeite e salpicada com alho e açúcar louro.

Tibornada: prato preparado com pão ou batatas assadas embebidas em azeite e misturadas com bacalhau.

Tigela: recipiente sem asas em forma de meia esfera, de capacidade variável. No Extremo Oriente a tigela é uma peça fundamental no serviço de mesa. O seu tamanho é em função do seu uso, porque serve de molheira, de terrina, de saladeira ou de prato individual. O chá é servido em tigelas, tal como as sopas.

Toiras: o mesmo que torricado.

Torrar: secar muito, assar um alimento ao calor do fogo, do forno, da torradeira. Durante o

processo ocorrem reacções químicas fazendo com que a superfície do alimento fique crocante e o seu sabor se modifique.

Torta: bolo salgado ou doce enrolado e com recheio.

Trambalho: trambelho, peça de torcer a corda que prende os pés.

Tremocinha: tremocilha, planta herbácea que dá uma flor amarela ou azul.

Tremoço: grão de tremoceiro em forma de disco, de grande aproveitamento em rações ou para consumo humano, pelo seu alto teor de proteína.

Trilhadura: pisadura; ato de moer ou esmagar.

Tronchuda: couve portuguesa de folhas largas, carnudas, tenras e fechadas.

Tronco: pedaço de madeira para prender os animais.

Túberas: género de cogumelos. Cogumelo subterrâneo, aromático e comestível, o mesmo que trufa.

Tumba: ataúde; caixão; urna.

Untar: técnica culinária consiste em passar algum tipo de gordura, manteiga, margarina, azeite ou óleo, em assadeira, panela ou forma antes de nela colocar o alimento a ser levado ao forno ou ao fogo. Pode-se untar também o próprio alimento, conforme o pedido na receita, antes de levá-lo ao forno.

Utopia: fantasia, sonho, quimera.

Vazar: verter. Despejar. Entornar. Tornar vazio.

Vinagre: resultado de actividade bacteriana, que converte líquidos alcoólicos como vinho, cerveja e cidra em ácido acético. O famoso cientista Pasteur em 1862, descobriu que esta fermentação era devido a um micro-organismo, no entanto, utilizava-se vinagre desde a época galo-romana. Os legionários romanos tomavam vinagre misturado com água. Existem numerosas variedades de vinagres, sendo imprescindível na preparação de mostardas, molhos frios, vinagretas, macerações, marinadas, conservas e receitas agridoces.

Vinha de alhos: molho de conserva própria para o tempero de carnes e de caça. É conhecida como marinada portuguesa, torna a carne mais húmida, tenra e saborosa. É feita à base de vinho ou vinagre, alho, louro, pimentas e sal.





















Bibliografia

7 PECADOS CAPITAIS. — Lisboa: 1001 Noites, 2002.

A ALIMENTAÇÃO: ACTAS DOS VI CURSOS INTERNACIONAIS DE VERÃO. — Cascais: Câmara Municipal de Cascais, 2000.

ACCORSI, Maria Grazia — *Personaggi letterari a tavola e in cucina: dal giovane Werther a Sal Paradiso.* — Palermo: Sellerio editore, 2005.

ADURIZ, Andoni Luis, GAUTHIER, François-Luc — *Diccionario Botánico para cocineros.*— [s.l.] : Gourmandia, 2006.

AGUILERA, Cesar — *História dela alimentación mediterrânea.*— Madrid, 1997.

ALARCÃO, Jorge — *História da arte em Portugal — do paleolítico à arte visigótica.*— Lisboa: Edições Alfa, 1993.

ALGRANTI, Marcia — *Cozinha Judaica: 5 000 anos de histórias e gastronomia.*— Rio de Janeiro: Editora Record, 2009.

ARCHER, Luís; padre — *Obra Selecta.*— Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2015.

ARNAUT, Salvador Dias — *A arte de comer em Portugal e na Idade Média In. ao "Livro de Cozinha" da Infanta D. Maria de Portugal*, reedição.— Lisboa, 1986.

ARRUDA, Virgílio — *Santarém no tempo dos Filipes.*— Santarém: Câmara Municipal de Santarém, 1999.

ATENEU — *Banquete de los eruditos: Livros III-IV.*— Madrid, s.d.

BAILLIE, Marianne — *Lisboa nos anos de 1821, 1822 e 1823.*— Lisboa: Biblioteca Nacional, 2001.

BARBOFF, Mouette — *Pão das Mulheres.*— Lisboa: Âncora Editora, 2017.

BARROS, Henrique da Gama Barros — *História da Administração Pública em Portugal.*— Lisboa, 1925.

BEIRANTE, Maria Ângela da Rocha — *Santarém Medieval.*— Lisboa: Universidade de Lisboa, 1980.

BEIRANTE, Maria Ângela V. da Rocha — *Santarém Quinhentista.*— Lisboa: Livraria Portugal, 1981.

BENTO, Miguel da Conceição — *Vida e morte numa mina do Alentejo, pobreza, mutualismo e provisão social;O caso de S. Domingos (Mértola) na primeira metade do Séc. xx.*— Castro Verde: 100LUZ, 2013.

BOBER, Phyllis Pray — *Art, Culture and Cuisine.*— Chicago: The University Chicago Press, 1999.

BOÉCIO — *Consolação da Filosofia.*— Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2011.

BOLETIM DA JUNTA GERAL DO DISTRITO DE SANTARÉM ANO 6.ª N.º 43 — Santarém: Junta Geral do Distrito de Santarém, 1936.

BOLETIM DA JUNTA GERAL DO DISTRITO DE SANTARÉM ANO III N.º 37 A 42 JULHO A DEZEMBRO — Santarém: Junta Geral do Distrito de Santarém, 1933.

BOTÉRO, Jean — *La cocina mais anyiga del mundo.*— Barcelona: Tusquets editores, 2005.

BRAGA, Isabel M. R. Mendes Drumond — *Portugal à mesa: Alimentação, Etiqueta e sociabilidade 1800-1850.*— Lisboa: Hugin Editores, 2000.

BRILLAT-SAVARIN, Jean Anthelme — *Fisiologia do gosto.*— Ocicdentalis, 2007.

BUESCO, Ana Isabel — *Na corte dos reis de Portugal, ritos e memórias.*— Lisboa: Edições Colibri, 2011.

BUFORD, Bill — *A Ferver.*— Lisboa: Sextante, 2008.

CADERNO DO REFEITÓRIO — Lisboa: Barca Nova, 1983.

CAMPILLO, José Enrique et. al — *Comer a lo largo de la historia.*— Valladolid: Ediciones Universidad de Vallodolid, 2015.

CAPARRÓS, Martín — *El Hambre.*— Barcelona: Anagrama, 2015.

CARIUS, Karl-Eckhard, MARQUES, Viriato Soromenho — *Muros da liberdade; As imagens esquecidas de Lisboa e o clamor de hoje.*— Lisboa: Esfera do Caos, 2014.

CARNEIRO, Henrique — *Sociedade e comida: Uma história da alimentação.*— Rio de Janeiro: Campus, 2003.

CARTA DO DR. FRANCISCO DA PAULA SANTA CLARA A VICTORINO D´ALMADA — Elvas: António José Torres de Carvalho, 1909.

CASTRO, Marisa, SKINNER, Alexandra — *Cogumelos nas terras de Miranda.*— Lisboa: Âncora Editora, 2017.

CHANTAL, Suzanne — *A vida quotidiana em Portugal ao tempo do terramoto.*— Lisboa: Livros do

Brasil, [s.d.].

CIVITELLO, Linda — *Cuisine and Culture: A history of food & people.*— Holeboke, 2004.

CLÁUDIO, António — *Tradições de Almeirim; A culinária.*— Almeirim: Confraria Gastronómica de Almeirim, 2007.

COELHO, Maria Helena da Cruz — *Foral de D. Manuel I a Santarém; Estudo, transcrição e Glossário.*— Santarém: Câmara Munoicipal de Santarém, 2007.

CONGRESSO RIBATEJANO REUNIDO EM SANTARÉM EM MAIO DE 1923 — Lisboa: Casa Progresso, 1924.

CUSTÓDIO, Jorge, MATA, Luís — *Santarém roteiros republicanos.*— Matosinhos: Quidnoi, 2010.

BECKFORD, WILLIAM — *Diário de William Beckford em Portugal e Espanha.*— Lisboa: xBiblioteca Nacional, 2009.

DÍAZ-PLAJA, Fernando — *El español y los siete pecados.*— Madrid: Alianza Editorial, 2013.

DICIONÀRIO PRÀTICO ILUSTRADO — [Porto]:Livraria Lello&Irmão, s.d.

DINIS, Calderon — *Ribatejo*-. Lisboa: Olisipo editorial de Publicações Turísticas, 1964.

EINAUDIE, HOMO-DOMESTICAÇÃO- CULTURA MATERIAL, vol. xvi — Lisboa: Imprensa Nacional-Casa da Moeda, 1989.

FERNANDES, Armando — *À mesa em Mação: Carta gastronómica.*— Mação: Câmara Municipal de Mação, 2012.

FERNANDES, Armando — *Ágape Banquete Ritualístico Maçónico.*— Lisboa: Âncora Editora, 2016.

FERNANDES, Armando — *Bragança: Carta Gastronómica.*— Bragança: Câmara Municipal de Bragança, 2017.

FERNANDES, Armando -*Cozinha Económica em Portugal.*— Lisboa: Associação Mutualista Montepio, 2015.

FERNANDES, Armando — *Carta Gastronómica das Aldeias do Xisto.*— Fundão: ADXTUR, 2008.

FERRO, João Pedro — A*rqueologia dos hábitos alimentares.*-Lisboa, 1996.

FERRREIRA, F.A. Gonçalves — *Nutrição Humana.*— Lisboa, 2005.

FIGUEIREDO, Cândido — *Grande Dicionário da Língua Portuguesa.*— Venda Nova: Bertrand Editora, 1986.

FISHER, Mary Frances Kenedy — *The art of eating.*— New York: Macmillan, 1990.

FLANDRIN, J.,MONTANARI, M — *História da Alimentação Vol I Dos primórdios à Idade Média.* Lisboa: Terramar, 1998.

FORESTER, C. S. — *Morte aos Franceses.*— Mem Martins: Publicações Europa- América, [s.d.].

FRANCO, José Eduardo, MOURÃO,José Augusto, GOMES, Ana Cristina da Costa (Direcção) — *Dicionário Histórico das Ordens e instituições afins em Portugal.*- [s.l.]: Gradiva, 2010.

FRAZÃO, A.C. Amaral — *Novo dicionário corográfico de Portugal (Continente, ilhas adjacentes e colónias).*— Porto: Editorial Domingos Barreira, 1952.

GALEAZZI, Oscar — *Dizionário Gastronomico.*— Milano: Editore Ulrico Hoepli Milano, 2004.

GOMENSORO, Maria Lucia — *Pequeno dicionário de gastronomia.*— Rio de Janeiro: Objectiva, 1999.

GONÇALVES, Iria — *Imagens do mundo medieval.*— Lisboa: Livros Horizonte, 1988.

GRACIA NORIEGA, Ignacio — *Sobre cocina y gastronomia.*— Madrid: Alianza editorial, 2009.

GROSSINGER, Jennie -*The art of jewish cooking.*— New York: Bantam Books, 1969.

GUERRA, Isabel, et. al — *À tona da água 2 : Retratos de um Portugal em mudança.*— Lisboa: Tinta-da-China, 2010.

Guia de Portugal II: Estremadura, Alentejo, Algarve.— Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1983.

HARRIS, Marvin. *Por qué nada funciona? Antropologia dela vida cotiana.*— Madrid: Aliaza editorial, 2015.

HERCULANO, Alexandre — *Cartas de Vale de Lobos ao 3.º Duque de Palmela e a José Cândido dos Santos Vol.I..*— Venda Nova: Livraria Bertrand, 1980.

HOUAISS, António — *Dicionário Houaiss da língua portuguesa.*— Lisboa: Temas e Debates, 2003.

IL CUCCHIAIO D' ARGENTO.— Milano: Milanostampa- Farigliano, 1986.

ILUSTRAÇÃO PORTUGUEZA: 2.ª SÈRIE. — Lisboa: Empreza do Jornal, 1916.

KIPLE, Kenneth.F — *Uma história saborosa do mundo.*— Cruz Quebrada: Casa das Letras, 2008.

LABAREDAS, José — *Coruche à mesa e outros manjares.*— Lisboa: Assírio&Alvim, 1999.

LANGHANS, Almeida — *Antropologia Luso-Atlântica: Estudo das "Maneiras de Viver do Homem Português".* -Lisboa: [AMP], 1970.

LEVI-STRAUSS, Claude — *Mitologias: Lo crudo y lo cocido.*— México: Fondo de Cultura Económica, 2002.

LIVROS DE CONTAS DA ILHA DA MADEIRA 1504-1537; I — ALMOXARIFADOS E

ALFÂNDEGAS — Coimbra: Universidade de Coimbra, 1985.

LLOPIS, Manuel Martínez.— *El arte de la mesa.*— Madrid: Alianza Editorial, 1990.

LOBO, António de Sousa, SILVA, Costa — *História da sociedade em Portugal no século xv.* Lisboa: Cooperativa Editora, 1979.

LUCAN, Medlar, GRAY, Durian — *Una cena con Calígula: El libro dela cocina depravada.*— Barcelona: Alba, 2007.

MARINETTI, F.T. e Filía — *A Cozinha futurista.*— São Paulo: Alameda, 2009.

MARQUES, A.H. de OLiveira — *Introdução à história da agricultura. A questão cerealífera durante a Idade Média.*— Lisboa, 1987.

MATOSO, José — *História de Portugal, vols I,II, III,IV.*— Lisboa, 1992.

MATTOSO, José (Dirc.) — *História da vida Privada em Portugal — A Idade Moderna.*— Maia: Temas e Debates, 2011.

MATTOSO, José , Direc. de — *História da Vida Privada em Portugal — A Época Contemporânea.*— Maia: Temas e Debates, 2011.

MATTOSO, José, Suzanne DAVEAU,Suzanne e BELO, Duarte — *Portugal — O sabor do Tejo Ribatejo.*— [s.l.]: Círculo deLeitores, 1997.

MEMÓRIAS DA ACADEMIA DAS CIÊNCIAS DE LISBOA: CLASSE DE CIÊNCIAS TOMO XIV.— Lisboa: Editorial Império Lda, 1970.

MORENO, Humberto Baquero — *A acção dos almocreves.*— Porto: Brasília Editora, 1979.

MORINO, Angelo — *Il libro di cucina di Juana Inés de la Cruz.*— Palermo: Sallerio Editore, 1999.

NEIRINCK, Edmond, POULAIN, Jean-Pierre — *História da cozinha e dos cozinheiros.*— [s.l.]: Colares Editora, 2006.

PEREIRA, Esteves,RODRIGUES, Guilherme — *Portugal: Diccionário historico, chorographico, biographico, bibliographico, heraldico, numismatico e artistico.*— Lisboa: João Romano Torres & C.ª Editores, 1907.

PÉREZ, Julia; CAPEL, José Carlos — *Diccionario gastronómico del siglo xxi: Fashion food.*— Madrid: El Pais/Aguilar, 2006.

PÉREZ, Julia; CAPEL, José Carlos — *Fashion food.*— Madrid: El Pais Aguilar, 2006.

PLEASE BE SEATED, RECIPES FOR ENTRETAINING FROM THE MUSEUM OF FINE ARTS, BOSTON.— Boston: MFA Publications, 2002.

PRÁDANOS, Jorge, GÓOMEZ CARRIZO,Pedro — *El gran dicionario de cocina: Alimentos, técnicas y recetas.*— Barcelona, 2003.

PUIGDOMÈNECH, Pere Rossel — *Que comemos?.*— Porto: UP, 2008.

RÊGO, Manuela; SÁ, Luís (coord) — *Garrett e a Gastronomia.*— Lisboa: Câmara Municipal

de Lisboa, 2000.

REIS, Maria de Fátima — *Santarém no tempo de D. João V; Administração Sociedade e cultura.*-Lisboa: Edições Colibri, 2005.

RESENDE, André de Resende — *As antiguidades da Lusitânia.*— Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 1996.

RIBEIRO, Orlando — *O arqueólogo português Série V, Vol 4 e 5.*— Lisboa: Museu Nacional de Arqueologia Imprensa Nacional, 2017.

RIBEIRO, Orlando — *Opúsculos Geográficos Tomo I e Tomo III.*— Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2014.

RODRIGUES, Àlvaro Pina — *Cultura Popular de Almeirim.*— Chamusca: Edições Cosmos, 2011.

RODRIGUES, Martinho Vicente — *A Santa Casa da Misericórdia de Santarém cinco séculos de história.*-Santarém: Santa Casa da Misericórdia de Santarém, 2004.

RODRIGUES, Martinho Vicente — *Santarém no tempo dos Filipes (1580-1640) Vol I.*— Santarém: Câmara Municipal de Santarém, 1997.

RUDERS, Carl Israel — *Viagem em Portugal 1798- 1802 vol. 1.*— Lisboa: Biblioteca Nacional, 2002.

SÁ, Jorge Reis — *Instituto de Antropologia (Todos os poemas).*— Lisboa: Glaciar, 2013.

SAGARRIBAY, Myriam — *Eso no estaba en mi libro de Historia dela Gastronomia.*— España: Almuzara, 2017.

SALLÉS, Daniel Vázquez — *Comer con los ojos: viaje culinario por el mundo del cine.*— Barcelona: RBA Libros Sa., 2006.

SANTOS, Miguel Dias (Coord) — *Na "Fermosa estrivaria" (Notas de um diário subversivo).*— Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda, 2011.

SANTOS, Maria José Azevedo — *Jantar e cear na corte de D. João III.*— Vila do Conde: Câmara Municipal de Vila do Conde, 2002.

SARAMAGO, Alfredo — *Doçaria do Norte: história e alquimia do norte.*— Sintra: Colares Editores, 1996.

SILVA, Maria Julia de Oliveira — *Crédito hipotecário em Santarém durante a regeneração (1851-56).*— Santarém: Câmara Municipal de Santarém, 1994.

TALLET, Pierre — *Historia de la cocina faraónica: la alimentación en el antiguo Egipto.*— Barcelona: Zendrera Zariquiey, 2002.

TEDESCHI, Antonia Monti — *Il nuovissimo cucchiaio d´argento.*— Milano: Edizione CDE spa, 1972.

TENGARRINHA, José- *Movimentos populares agrários em Portugal 1.º volume (1751-1807).* - Mem Martins: Publicações Europa- América, 1994.

TERRAS D'ÁGUA: CICLO DO ARROZ.— Benavente: Museu Municipal de Benavente, 2000.

TOPOR, Roland- *A cozinha canibal.*— Lisboa: Fenda Edições Lda, 2000.

VALENTE, Maria Odete Cortes — *Ribatejo.*— [Lisboa]: Círculo de Leitores, 1994.

VALENTE, Maria Odete Cortes — *Beira Baixa.*— [Lisboa]: Circulo de Leitores, 1994.

VARENNE, François Pierre la — *El Cocinero francés:400 recetas del siglo XVII.*— Barcelona: Penguim Random House Grupo Editorial, 2017.

VASCONCELLOS, J. Leite de — *Etnografia portuguesa vols IV e V.*— Lisboa: Imprensa Nacional- Casa da Moeda, 1958.

VASCONCELOS, António A. Teixeira de — *O prato de arroz doce.*— Lisboa: Publicações Alfa, 1990.

VASCONCELOS, J.Leite de. -*Tradições populares de Portugal, 2.ª ed.*— Lisboa, 1986.

VIANA, Mário — *A propriedade do concelho de Santarém em 1500.*— Ponta Delgada: Universidade dos Açores, 2000.

VICENTE, Ana — *As mulheres portuguesas vistas por viajantes estrangeiros (séculos XVIII, XIX e XX).*— Lisboa: Gótica, 2001.

VICENTE, Ana — *As mulheres portuguesas vistas por viajantes estrangeiros; Séculos XVIII- XIX-XX.*— Lisboa : Gótica, 2001.

YUBERO, Ismael Díaz — *Lo que nos enseñan los sábios gastrónomos y debe aprender quien aspira a serlo.* Madrid: Alianza Editorial, 2013.

ZAOUALI, Lilia — *Medieval Cuisine of the Islamic World: A concise History with 174 recipes.*— Los Angeles: University of California Press, 2007.

ZEFERINO, Francisco Rey de Abreu Matta (Fr.) — *Anatomico Jocoso, que em diversas operaçones manifesta a ruindade do corpo humano, para emenda do vicioso: Consta de várias obras...de tão famigerado Author.*— Lisboa: Officina do Doutor Manoel Alvarez Solano, 1755.

Agradecimentos

A todas as Pessoas e Instituições que, de uma forma, ou de outra, contribuíram para a construção desta Carta Gastronómica da Lezíria do Tejo – Terras da Lezíria, o nosso profundo agradecimento.

Às Mulheres e Homens que nos relataram as suas usanças na confecção de comeres, singelos ou complexos, do pouco fazerem muito, de inúmeras receitas serem vivo exemplo de argúcia a amenizarem a necessidade, estamos gratos e reconhecidos.

A essas mesmas Mulheres e a esses mesmos Homens que nos confiaram segredos culinários e modos de vida dos seus antepassados, logo das Comunidades onde nasceram e vivem, exprimimos vivaz gratidão. Muito obrigado.

Armando Fernandes

Pessoas:

Senhora Dra. Ana Almeida, Câmara Municipal de Rio Maior

Senhora Dra, Ana Couto, Câmara Municipal de Almeirim

Senhora Dra. Ana Eusébio, Câmara Municipal de Alpiarça

Senhora Dona Ana Sofia Nicolau, Museu de Escaroupim e o Rio, Salvaterra de Magos

Senhora Dona Carina Costa Gomes, Câmara Municipal de Benavente

Senhora Dona Carina Rego Costa Diogo, Câmara Municipal de Coruche

Senhora Dona Carla Pirralha, Câmara Municipal de Salvaterra de Magos

Senhora Dona Carla Rodrigues, Quinta da Alorna, Almeirim

Senhora Dra. Célia Ramalho, Câmara Municipal de Coruche

Senhora Dra. Clara Barata, Câmara Municipal de Rio Maior

Senhora Dra. Cristina Gonçalves, Directora do Museu Municipal de Benavente

Senhor Dr. Daniel Rabita, Câmara Municipal de Salvaterra de Magos

Senhor Engenheiro Mário Rebelo, Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Santarém

Senhor Engenheiro Sérgio Oliveira, Câmara Municipal do Cartaxo

Senhora Dra. Estela Silva, Câmara Municipal do Cartaxo

Senhora Dra. Fernanda Oliveira, Santa Casa da Misericórdia da Golegã

Senhora Dra. Filomena Justo, Quinta do Casal Branco, Almeirim

Senhora Dra. Isabel Casal, Câmara Municipal de Rio Maior

Senhor Dr. João Cavaleiro Ferreira, Entidade Regional de Turismo Alentejo/Ribatejo

Senhor Dr. Joaquim Rosa do Ceu, Director do Lar José Relvas, Alpiarça

Senhor José Alberto Alves Belo, Presidente da Junta de Freguesia de Vale da Pedra, Cartaxo

Senhor Doutor. José Santos, Entidade Regional de Turismo Alentejo/Ribatejo

Senhora Dona Liliana Peixoto, Museu de Escaroupim e o Rio, Salvaterra de Magos

Senhora Dra. Luísa Cotrim, Biblioteca Municipal de Santarém

Senhora Dra. Lurdes Violante, Câmara Municipal de Rio Maior

Senhor Dr. Manuel Oliveira, Quinta da Lagoalva de Cima, Alpiarça

Senhora Dra. Margarida Lopes, Centro Social e Paroquial de Azambuja

Senhora Dra. Maria João Canteiro Martins, Câmara Municipal de Azambuja

Senhora Dra. Maria João Casimiro, do Lar da Santa Casa da Misericórdia de Almeirim

Senhora Dra. Maria João Pereira, Centro de Bem-Estar Social de Glória do Ribatejo

Senhora Dra. Marisa Fatana, Lar Fundação José Relvas, Alpiarça

Senhor Dr. Nuno David Barroé, Lar Fundação José Relvas, Alpiarça

Senhor Dr. Nuno Prates, Director da Casa Museu José Relvas, Alpiarça

Senhora Dra. Olga Capão, Centro Social de Vale do Paraíso, Azambuja

Senhor Dr. Paulo Cristo, Entidade Regional de Turismo Alentejo/Ribatejo

Senhor Presidente da Junta de Freguesia de Muge, Salvaterra de Magos

Senhor Dr. Ricardo Gonçalves, Câmara Municipal de Santarém

Senhora Dra. Rosa Lagriminha, Câmara Municipal de Coruche

Senhor Rui Manuel Duarte da Silva, Presidente da Junta de Freguesia de Muge

Senhor Victor Hugo Ferreira Oliveira, Quinta da Alorna, Almeirim

Instituições:

Biblioteca Itinerante da Chamusca

Biblioteca Municipal de Azambuja

Câmara Municipal de Benavente

Casa de Repouso de Benfica do Ribatejo

Centro de Apoio Social – Ulme – Casulme – Chamusca

Centro de Bem-Estar Social Padre Tobias, Samora Correia

Centro de Bem-Estar-Social de Glória do Ribatejo, Salvaterra de Magos

Centro de Convívio de Sorões – Alcobertas – Rio Maior

Centro de Dia da Santa Casa da Misericórdia da Golegã

Centro Paroquial de Bem-Estar Social de Almeirim

Centro Paroquial de Bem-Estar Social de Rio Maior – Lar Fausto Sequeira Nobre

Centro Social da Fajarda, Coruche

Centro Social e Paroquial – Lar de Nossa Senhora do Paraíso, Vale do Paraíso, Azambuja

Centro Social e Paroquial de Aveiras de Cima

Centro Social e Paroquial de Azambuja

Lar Centro de Dia da Ribeira de S. João, Rio Maior

Lar da Santa Casa da Misericórdia da Golegã

Lar da Santa Casa da Misericórdia de Azambuja

Lar da Santa Casa da Misericórdia de S. José de Almeirim

Lar Residência de Idosos Nossa Senhora da Purificação de Aveiras de Cima

Museu Municipal de Benavente

Santa Casa da Misericórdia da Chamusca

Universidade Sénior da União de Freguesias da Chamusca – Pinheiro Grande