

TURISMO DO PORTO E NORTE DE PORTUGAL

porto **e**norte ^{TEM}



Turismo do Porto e Norte de Portugal, E.R.
Castelo Santiago da Barra
4900-360 Viana do Castelo
turismo@portoenorte.pt
TEL 258 820 270
Fax 258 829 798

Delegação de Turismo de Saúde e Bem-Estar
Av. Aliados n.º 2º
5400-038 Chaves
saude.bemestar@portoenorte.pt
TEL 276 340 660
Fax 276 321 419

Delegação de Turismo Religioso
Praça Dr. José Ferreira Salgado,
90 - 6º
4704-525 Braga
turismo.religioso@portoenorte.pt
TEL 253 202 770
Fax 253 202 779

Delegação de Turismo de Natureza
Rua Abílio Beça, 92
5300-011 Bragança
turismo.natureza@portoenorte.pt
TEL 273 331 078
Fax 273 331 913

Delegação do Touring Cultural & Paisagístico e dos Patrimónios
Largo da Oliveira
4800-438 Guimarães
touring@portoenorte.pt
TEL 253 414 185

Mais informações:
www.portoenorte.pt

Co-financiamento:



O NOVO NORTE
PROGRAMA OPERACIONAL
REGIONAL DO NORTE



FINS-DE-SEMANA GASTRONÓMICOS 2011•2012



www.portoenorte.pt

25 NOVEMBRO a 20 MAIO
de SEXTA a DOMINGO 2011 2012



Solicite o seu **Passaporte Fins-de-Semana Gastronómicos** e usufrua de:

10% DESCONTO – RESTAURANTE

No jantar de Sexta-feira (desde que opte pelo prato recomendado).

20% DESCONTO – ALOJAMENTO

Na segunda noite, para reservas mínimas de 2 noites e desde que as reservas sejam efectuadas directamente com os empreendimentos.

Para evitar constrangimentos nos estabelecimentos de restauração e nos empreendimentos turísticos sugerimos o contacto directo, reservando mesa e/ou quarto nas datas pretendidas.



CONTACTOS:
turismo@portoenorte.pt
www.portoenorte.pt

A Si que é uma Pessoa de bom gosto e para quem o “palato” significa pôr em evidência um dos mais nobres “sentidos”, felicito-o por ter escolhido o **Destino Porto e Norte de Portugal** para efectuar um merecido “break” e convido-o a folhear o documento que preparamos propositadamente para orientar a sua escolha, face a um conjunto de saborosas e apelativas propostas, dando corpo à programação dos **Fins-de-Semana Gastronómicos**, a realizar entre Novembro de 2011 e Maio de 2012.

Salientando naturalmente a importância que o produto **“Gastronomia e Vinhos”** tem para a afirmação do **Porto e Norte de Portugal**, achamos por bem diversificar e enriquecer as habituais propostas, a par das quais poderá,

pela primeira vez, encontrar sugestões complementares para o seu Fim-de-Semana, podendo prolongar a sua estadia num dos muitos locais à escolha e a preços convidativos, especialmente trabalhados em colaboração com as unidades de alojamento e restauração do **Porto e Norte de Portugal**.

Assim, porque sabemos que é um apaixonado pelas coisas boas da vida, informe-se junto de nós e procure obter o seu **“Passaporte Especial”**, permitindo-lhe viajar ao longo dos **“Fins-de-Semana Gastronómicos”**, usufruindo de condições especiais e de experiências únicas no **Porto e Norte de Portugal – um destino que tem sempre mais para descobrir e oferecer!...**



Melchior Moreira

Presidente da Turismo do Porto e Norte de Portugal, E.R.



NOVEMBRO • 25, 26, 27

Póvoa do Varzim	7
Pescada à Poveira	
Rabanada à Poveira	
Vila Verde	9
Pica no Chão	
Pudim Abade Priscos	
Vimioso	11
Cogumelos silvestres	
com posta de Vitela Mirandesa	
Aveludado de Cogumelos Silvestres	

DEZEMBRO • 2, 3, 4

Santa Maria da Feira	13
Caldeirada de Natal	
Fogaça da Feira	

DEZEMBRO • 9, 10, 11

Baião	15
Arroz de Favas com Frango Alourado	
Pêras Bêbedas e Creme d'água	
Paços de Ferreira	17
Capão de Freamunde	
Rochas da Citânia	
Vinhais	19
Cozido à moda de Vinhais	
Pudim de Castanha	

DEZEMBRO • 16, 17, 18

Vila Real	21
Grelhada de vitela maronesa (DOP)	
Delícias do Marão	

DEZEMBRO • 30, 31 JANEIRO • 1

Vila Nova de Famalicão	23
Bacalhau com Broa	
Pudim Abade Priscos	

JANEIRO • 6, 7, 8

Montalegre	25
Cozido à Barrosã	
Rabanada com Mel	

JANEIRO • 13, 14, 15

Moimenta da Beira	27
Arroz de Salpicão / Milhos com Moira	
Delícia de Maça	

JANEIRO • 20, 21, 22

Boticas	29
Cozido Barrosão	
Rabanadas com Mel do Barroso	
Marco de Canaveses	31
Anho Assado com Arroz de Forno	
Fatias do Freixo	

FEVEREIRO • 3, 4, 5

Chaves	33
Milhos	
Rabanadas	
Paredes	35
Cabrito Assado no Forno	
Sopa Seca	

Terras de Bouro	37
Cozido à Terras de Bouro	
Aletria	

Vale de Cambra	39
Vitela Assada	
Leite-creme	

FEVEREIRO • 10, 11, 12

Espinho	41
Sopa de Peixe e Arroz de Tamboril	
Leite Creme	

FEVEREIRO • 17, 18, 19

Amares	43
Papas de Sarrabulho	
Pudim de Laranja	

Bragança	45
Butelo com Cascas	
Tarte de Grabanços	

Macedo Cavaleiros	47
Grelas cozidos	
com batatas e enchidos	
Pudim de castanha	

Melgaço	49
Cabrito do Monte Assado no Forno	
Bucho Doce	

Mogadouro	51
Bulho com Cascas	
Milhos	

Porto	53
Tripas à Moda do Porto	
Leite Creme	

Valença	55
Bacalhau à S. Teotónio	
Borrachinhos de Valença	

Valongo Cozido à Lavrador Pudim de Pão	57	S. João Pesqueira Pataniscas de Bacalhau com Arroz de Feijão Aletria	77	Vizela Rojões à Moda do Minho Bolinhol	97
FEVEREIRO • 24, 25, 26		MARÇO • 9, 10, 11		MARÇO • 23, 24, 25	
Monção Lampreia à moda de Monção Barriguihas de Freira	59	Barcelos Galo Assado à moda de Barcelos Doçaria de Barcelos	79	Arcos Valdevez Carne de Cachena com Arroz de Feijão Tarrestre Charutos de Ovos com Laranja de Ermelo	99
Santo Tirso Cozido Pasteis Jesuítas	61	Miranda do Douro Posta à Mirandesa Bola Doce Mrandesa	81	Cabeceiras de Basto Cabrito/Anho Assado Rabanadas com mel	101
Vila do Conde Petinga à moda das Caxinas Barrigas de Freira	63	Penafiel Arroz de Lampreia Bolinhos de Amor	83	Gondomar Arroz de Lampreia Bolo "Coração de Gondomar"	103
MARÇO • 2, 3, 4		Ribeira de Pena Milhos Chila no Forno	85	Trofa Arroz de Pica no Chão Maçã Assada	105
Alfandega da Fé Espeto de Vitela Grelhada Pudim de castanha com Gelado de Cereja	65	MARÇO • 16, 17, 18		Vila Nova de Gaia Cozido Saloio Velhotes	107
Castelo de Paiva Arroz de Lampreia Creme Queimado	67	Caminha Polvo do Nosso Mar Arroz Doce	87	MARÇO • 30, 31 ABRIL • 1	
Esposende Lampreia Clarinhãs de Fão	69	Celorico de Basto Cabrito Assado no Forno Pão de Ló	89	Braga Bacalhau à moda de Braga Pudim Abade Priscos	109
Mirandela Alheira de Mirandela Pudim de Azeite de Trás-os-Montes	71	Maia Bacalhau à Lidador Rabanadas	91	Carraceda de Ansiães Cordeiro Assado com molho Pesto de Maçã Creme de Maça e amêndoa	111
Oliveira de Azeméis Vitela Assada Pão de Ul	73	Póvoa do Lanhoso Cabrito à São José Rochas do Pilar	93	Cinfães Posta de Vitela Arouquesa Doces de Manteiga - Matulos	113
Ponte de Lima Arroz de Sarrabulho Leite Creme	75	Torre de Moncorvo Borrego Terrincho Bolo de Amêndoa	95		

Felgueiras Cabrito Assado Pão-de-ló de Margaride	115	Tabuaço Cabrito assado no forno Leite Creme	131
Viana do Castelo Bacalhau à Gil Eannes Meias Luas	117	V.N. Cerveira Sável Biscoito de Milho	133

ABRIL • 6, 7, 8

Freixo de Espada à Cinta Postinhas de Mostarda e Mel Tarte de Queijo	119	Arouca Vitela Arouquesa Pão de Ló de Arouca	135
Matosinhos Peixes e Mariscos Grelhados Leite Creme	121	Lousada Cabrito Assado com Arroz de Forno Sopa Seca Doce	137

MAIO • 4, 5, 6

ABRIL • 13, 14, 15

Guimarães Bacalhau com Broa Toucinho-do-céu	123	Paredes de Coura Truta do Rio Coura Formigos de Coura	139
--	-----	--	-----

MAIO • 11, 12, 13

ABRIL • 20, 21, 22

Armamar Cabritinho de Armamar Docinho de Maçã	125	Amarante Bacalhau Assado no Forno Doces Conventuais	141
--	-----	--	-----

MAIO • 18, 19, 20

Ponte da Barca Posta Barrosã Rabanada de Mel	127	Fafe Vitela Assada à Moda de Fafe Doces de Gema	143
---	-----	--	-----

ABRIL • 27, 28, 29

Mondim de Basto Posta Maronesa Pão de Ló Húmido	129	São João da Madeira Coelho Doce de Cenoura	145
		Tarouca Marrã Leite Creme à Moda Antiga	147





Rabanada à Poveira

Ingredientes: Pão “trigo” (molete ou bijou) - de preferência seco e de boa qualidade • Leite em quantidade suficiente para que os pães fiquem “a nadar” • Ovos • 1 ovo por pão • Açúcar • Canela em pó e pau de canela • 1 pitada de Sal • Casca de limão

Confecção: Aparar e cortar o pão ao meio. Aquecer o leite com sal, pau de canela, casca de limão, canela em pó e açúcar a gosto. Adicionar metade dos ovos batidos ao leite já frio. Demolhar os pães no leite e depois no ovo. Fritar em óleo abundante. Retirar e polvilhar com açúcar misturado com canela.



Animação

Seminário “Que estratégias de consolidação /crescimento para o sector da restauração?” - Dia 23 de Novembro.



Na herança cultural da **Póvoa de Varzim**, a **GASTRONOMIA** reflecte por excelência a combinação da pesca e da agricultura, donde se destacam os produtos hortícolas oriundos dos «campos de masseira» - uma original técnica de cultivo.

Aproveitando o melhor das duas actividades e beneficiando da influência minhota, por aqui se desenvolveu uma interessante fusão de sabores. Nos muitos e bons restaurantes da cidade pode saborear os pratos de referência local, como a «Pescada à Poveira», a «Caldeirada de Peixe» ou o «Arroz de Sardinhas». À sobremesa, a tentação recai sobre a «Rabanada à poveira», ex-libris da doçaria local. Visite-nos!

Pescada à Poveira

Ingredientes: Postas de pescada de boa qualidade • Batatas • Cenouras; Couve Lombarda • Ovos • Cebolas; Azeite • Vinagre • Sal • Pimenta.

Confecção: Cozem-se os vários ingredientes em água e sal. Para o molho, cozem cebolas aos quadrados em azeite abundante, temperando-se, já fora do lume com vinagre, o colorau e um pouco de sal e pimenta. Dispõe-se o cozido num prato de barro e rega-se abundantemente com o molho. Tapa-se com outro prato, invertido, e embrulha-se num lenço ao qual se atam as pontas em cruz.

Restaurantes

31 de Janeiro

Rua 31 de Janeiro, nº 161
252 614 116

Bodegão

Rua Paulo Barreto, nº2 • 252 624 716

Costa

Rua Dr. Armindo Graça, nº 193
252 684 139

Estrela do Mar

Rua Dr. Caetano de Oliveira, 144
252 645 330

Ibérica

Rua Gomes Amorim, nº 103
252 683 240

Manjar dos Leitões

Rua 5, Aldeamento Santana, Edf.
Santana 1, nº51 • 252 619 966

Marcelino

Rua Imaculada Conceição, nº49
252 601 534

O Campino

Rua Paulo Barreto, nº16 • 252 624 798

O Nosso Café

Rua Ramalho Ortigão, nº119
252 684 920

O Pátio

Rua Dr. Artur Aires, Edf. Rio
252 684 325

Os Três Rapazes I

Rua manuel Mascote, nº 42 - Aver-
-o-Mar • 252 681 474

Os Três Rapazes II

Rua Toca do Silva, nº 67 - Fontainhas
252 951 456

Recife

Rua Paulo Barreto, nº 9 • 252 622 226

Romero

Rua José Malgueira, nº 19
309 811 936

Santo André (Rest.)

Av. Santo André, nº 482 - Aguçadoura
252 637 479

Vasco da Gama

Av. Vasco da Gama • 252 618 132

Vela Atlântica

Av. Mousinho de Albuquerque, nº34
252 611 538

Veromar

Rua da Areeira, nº257 - Aver-o-Mar
252 616 216



Em pleno coração do Minho, **Vila Verde**, rica na sua variedade e qualidade gastronómica, é palco de mais um Fim-de-Semana Gastronómico, dedicado ao Pica-no-Chão e ao Pudim Abade Priscos, um dos doces finalistas do Concurso as "7 Maravilhas da Gastronomia".

Sob a égide da marca "Vila Verde, Capital do Pica-no-Chão", esta iniciativa visa divulgar um produto turístico de excelência, a Gastronomia assente nos sabores e no saber da tradição. O frango Pica-no-Chão, confeccionado nas suas mais variadas formas, ilustra a riqueza e intensidade do território, tendo no arroz de cabidela a sua expressão mais emblemática.

Lançamos ainda o convite para saborear o já afamado Pink Cake-Bolo de Namorados e a participar nas "Tardes Gulosas" - Rota das Pastelarias.



Pudim Abade de Priscos

Ingredientes: 650 gramas de açúcar • 50 gramas de toucinho gordo • 1 cálice de vinho do porto • 1 casca de limão • 1 pau de canela • ½ litro de água • 15 gemas

Preparação: Misture 500 gramas de açúcar e a água, na qual se introduziu o toucinho, a casca de limão e a canela. Leve ao fogo e quando estiver no

ponto, passe a calda por um passador de rede, vazando-a numa tigela larga onde já se deitaram as gemas e o vinho do porto, misturando ligeiramente. Com o restante açúcar faça uma calda em ponto de caramelo. Unte uma forma com esta calda. Leve ao fogo para cozinhar em banho-maria.



Atuação

Programa de Música Tradicional e Popular, Poesia Popular a decorrer nos restaurantes aderentes; Tardes Gulosas - Rota das Pastelarias.

Mais informação:

www.proviver.pt/colheitas

Restaurantes

Alivio

Av. Nossa Sra do Alivio • 253 32 2106

Gêmeas

Prado S. Miguel-Vila Nova • 253 341 179

Gininha

Av. da Liberdade, 116 • 253 368 503

Manjar do Mar

Rua Dr. Francisco António Gonçalves,
18 • 253 924 800

Martinho

L. da Gândara • 253 322 770

O Caçador

Rua do Bom Sucesso
253 921 230

Pimenta

L. da Gândara • 969 988 915

Torres

L. da Bouça • 253 361 619

Vila Luena

Praça da República,67
253 311 432

Visconde

R. 25 de Abril,n53 • 253311776



Aveludado de Cogumelos Silvestres

Ingredientes: 200 g de cogumelos silvestres • 200 ml de água; 200 g de açúcar • Sumo de 1/2 limão • 4 gemas; 200 ml de chantilly • Algumas gotas de licor de frutos silvestres.



Desafiamo-lo, pois, a pretexto de um bom manjar, a visitar-nos.

Coma do melhor fumeiro; saboreie o autêntico botelo com cascas, uma boa caldeirada de cordeiro ou renda-se a um cabrito assado. A Costeleta / posta de vitela Mirandesa (pois claro!), é sempre uma boa escolha, agora acompanhada com os preciosos cogumelos de sabores únicos das **Terras Transmontanas**. Para beber sugerimos os vinhos da região. Não deixe de se deliciar com tentadoras sobremesas: doces regionais, fruta verdadeiramente natural, a marmelada e o queijo caseiros regados com licores de paladares e odores da natureza que nos rodeia...

Cogumelos silvestres com posta de Vitela Mirandesa

Ingredientes: 2 Costeletas / postas de Vitela Mirandesa • 1 Chávena (chá) de Cogumelos Silvestres • 2 Dentes de alho • 2 Colheres de azeite virgem (Transmontano) • 1 Colher (chá) de farinha trigo • ½ Chávena (chá) de caldo de galinha caseira com cogumelos;

Preparação: Grelhe as Costeletas/ Postas de Vitela Mirandesa (mal pasadas). Numa frigideira, refogue os cogumelos no azeite virgem, salpique com a farinha e adicione o caldo. Emprate, acompanhe com batata a murro decorada com ervas aromáticas das terras de Vimioso.

Animação

Dia 26/11/2011

- 09h00 passeio com reconhecimento e apanha de cogumelos;
- 14h00: workshop, "Cogumelos" Como reconhecer, colher e cozinhar".

Restaurantes

Hotel "A Vileira"

Av. De Alcanices • 273 518 200

Hotel Rural Sr^a de Pereiras

Estrada Nacional 219 • 273 518 000



DEZEMBRO • 2, 3, 4



O Natal está a chegar à cidade. De 01 a 24 de Dezembro, a Quinta do Castelo em **Santa Maria da Feira** vai transformar-se num grande parque temático, onde será possível encontrar algumas das personagens do imaginário infantil. Um cenário verdadeiramente idílico que, com uns pozinhos de perlimpimpim e a magia de um abraçadabra, será convertido na “Terra dos Sonhos”.

Ao entrar na “Terra dos Sonhos” poderá sentir o encantamento do espírito natalício, a magia dos contos de fada e das fábulas!

Mas o Natal não faz apenas as delícias dos mais pequenos. Esta quadra remete-nos para aromas e sabores vividos em família, à volta da mesa, na tradicional Noite de Consoada. A batata cozida a ladear uma boa posta de bacalhau sobre um leito de couve portuguesa regada com o molho dourado de azeite quente com cebola, alho e um fio de mel compõem a tradicional “Caldeirada de Natal” muito característica do nosso Município. A sobremesa é, naturalmente, a Fogaça, doce típico de Santa Maria da Feira e símbolo da secular Festa das Fogaceiras.

Venha a Santa Maria da Feira, entre no universo encantado e deixe a sua imaginação transportá-lo para a “Terra dos Sonhos”.

Seja Bem-vindo e Brinde porque a **Gastronomia da Feira Vale+!**



Caldeirada de Natal

Batatas cozidas, uma boa posta de bacalhau colocada sobre um leito de couve portuguesa regada com um molho dourado de azeite quente com cebola, alho e um fio de mel. Estes são os ingredientes da tradicional “Caldeirada de Natal”.

Fogaça da Feira

Sugestão: Fogaça da Feira com doce de Abóbora com Nozes, ladeada de Mel e acompanhada de Vinho do Porto

Animação

Programação Cultural da Terra dos Sonhos 2011 - 01 a 24 Dezembro
Terra dos Sonhos 2011
Data: 1 a 24 de Dezembro
Quinta a Domingo

Informações e reservas:

TLM. 915 220 811
animacao@feiraviva.com
Preço entrada: 6.00€
(descontos para grupos)
Consulte a Programação Cultural da Terra dos Sonhos 2011 em:
www.terradosonhos.com

Restaurantes**1715**

Rua Prof. Ferreira da Silva, N.º321,
Argoncilhe • 227 443 248

Adelina Piri-Piri

R. Pinheiro das 7 Cruzes, N.º 369, EN
1 - Picoto – Mozelos • 227 640 254

Angelus

Rua de Arcozelo, N.º 1822 - Caldas
de S. Jorge • 962 639 704

Areal

R.da Farrapa, N.º 174 - São João de Ver
256 305 269

Azeite d'alto

Rua da Gândara N. 80, Lugar de Beire
– S. J. Ver • 256 383 409

Bons Amigos

Rua Aquilino Ribeiro, N.º 116 –
Arrifana • 256 811 382

Cantinho Nobre

Rua Dr. Eduardo Vaz, N.º 85 – A/B
256 375 420

Conde do Castelo

Rua Doutor Roberto Alves 15
256 388 586

Cruzeiro

Rua da Igreja, N.º 755 – Fornos
256 362 742

El Puerto de La Cruz

Rua Ferreira de Castro N.º 115
256 362 945

Erre ao Quadrado

Trav. Jornal Correio da Feira N.º 127
256 305 319

Manjar da Cruz

Avenida Dr. Francisco Sá Carneiro
N.º 13 A-B • 256 375 539

O Parque

Rua do Brejo, N.º 75 - Santa Maria
de Lamas • 227 440 731

Pedra Bela

Rua Malaposta N.º 496 - Caldas de
S. Jorge • 256 911 338

Ponto Come

R. Combatentes do Ultramar N.º 21
– S.J,VER • 256 305 252

Praceta

Rua das Fogaceiras N.º 15
256 305 245

Rei da Picanha

Estrada Nacional N.º 1, Meia Légua
– Escapães • 256 812 823

Renascer

Rua Dr. Henrique Veiga de Macedo,
Lote 5 • 256 374 301

Sitius

Rua do Brasil N.º22, Lugar da Cruz
918 341 516

Tábua Rasa

Rua Dr. Elísio de Castro, N.º 68
256 303 347

Taverna

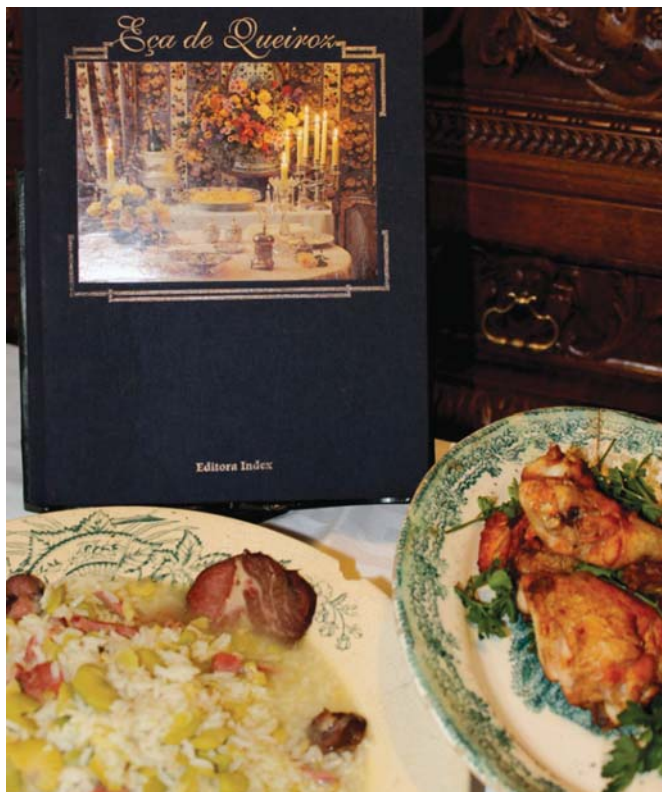
Rua dos Candaidos N.º 248 - Caldas de
S. Jorge • 256 912 443

DEZEMBRO • 9, 10, 11



A Gastronomia de **Baião** é tão especial que até há quem diga que Eça de Queiroz se apaixonou tanto pela paisagem desta terra como pelos sabores da sua cozinha tradicional quando escreveu "A Cidade e as Serras", referindo um magnífico arroz de favas. Obrigatório em dias de festa, casamentos baptizados e aniversários é o Anho assado com arroz do forno. O fumeiro tradicional com características únicas, e a posta de vitela aroquesa, raça autóctone, constituem especialidades a não esquecer pelos apreciadores. E que dizer do mais famoso doce, sempre presente em todas as romarias do Norte de Portugal! O Biscoito da Teixeira, genuíno.

Por fim, de que valeriam todas estas iguarias se não fossem acompanhadas pelo tal vinho que também é único desta terra e que "entra mais na alma do que qualquer poema ou livro santo"?! Um vinho de casta Avesso, que diversos produtores cultivam como uma verdadeira arte, numa região onde já começaram a dar provas de excelência os espumantes naturais.



Arroz de Favas / Frango Alourado

Picar a cebola e os alhos para um tacho, juntar azeite e levar ao lume. Quando começar a alourar juntar as favas e o molho de carne assada.

Tapar e deixar cozer 5 minutos. Regar com água (3 vezes o volume do arroz) e introduzir as folhas de louro e deixar levantar fervura. Temperar com sal e pimenta e juntar o arroz previamente lavado. Deixar Cozer.

DEZEMBRO • 9, 10, 11

Peras Bêbedas e Creme d'água

Descascar as peras inteiras mantendo-lhes o pé e envolver em sumo de limão. Encher recipiente com água e juntar o açúcar. Levar ao lume.

Adicionar o vinho tinto e deixar levantar fervura. Juntar o pau de canela e uma casca de limão. Introduzir as peras e deixar cozer em lume brando até ficarem macias. Quando estiverem prontas retirar com cuidado para uma taça. Manter no lume o vinho com o açúcar e juntar o vinho do Porto.

Deixar ferver até a calda apresentar um aspecto de xarope. Retirar o molho do lume e derramar sobre as peras.

**Animação**

Música ao vivo, folclore ou música de baile.

Restaurantes**Barriga Farta**

Cais da Ermida - Sta Marinha do Zêzere • 919 026 043

Flor de Baião

Rua de Camões • 255 542 424

Fonte Nova

Rua de Camões - Bairro da Fonte Nova • 255 541 257

O Almocreve

Rua do Fontanário - Portela do Gôve 255 551 226

O Alpendre

L. de Quintela - Gôve • 918 987 894

O Vasconcelos

Rua do Sol, 23 - Portela do Gôve 919 315 427

Pensão Borges

Rua de Camões • 255 541 322

Primavera

Rua Abel Ribeiro, 8 • 255 542 895

DEZEMBRO • 9, 10, 11



Escorre-se o Capão, esfrega-se todo com este novo molho e recheia-se com “farófia” e um picado feito com os “miúdos” do Capão e bocadinhos de salpicão e presunto.

Coloca-se na assadeira, de preferência uma “pingadeira de barro”, e leva-se ao forno a assar lentamente, picando-se com um garfo de vez em quando, ao mesmo tempo que serega com o molho da assadeira. A operação de picar com o garfo deve ser cuidadosa para não ferir a pele que deve ficar estaladiça e loura.

Demora 3 horas a assar, sempre coberto com papel de alumínio para não queimar demais.

Meia hora antes, tira-se o papel para alourar. Acompanha-se com batatas assadas e arroz de forno e grelos.



A Gastronomia Tradicional do Concelho de **Paços de Ferreira** é rica e variada, contemplando diversas especialidades gastronómicas, como o Cabrito ou Anho assado com arroz de forno, Cozido à Portuguesa ou os Rojões, mas aquela que é destacada como ex-libris é o “Capão à Freamunde”, acompanhado com Batata Assada e grelos.

Para acompanhar esta tão “mui nobre e sublime iguaria”, aconselha-se a nossa doçaria tradicional, as Rochas da Citânia. Seja bem-vindo aos sabores da Gastronomia Tradicional de Paços de Ferreira. Experimente. Não se vai arrepender...

Capão à Freamunde

Embriga-se o Capão com um cálice de Vinho do porto e passada meia hora, mata-se, depena-se, abre-se e lava-se. Depois de estar em água fria com rodela de limão, cerca de uma hora, põe-se a escorrer e mergulha-se em “vinha de alho” (molho de vinho branco, algumas colheres de azeite, sal e pimenta e vários dentes de alho esmagados).

Deve permanecer neste molho, de véspera. No dia de o consumir, põe-se ao lume uma panela com azeite, gordura de porco e cebolas às rode-las. Quando a cebola estiver estalada, deita-se uma boa colher de sopa de manteiga, 2,5 dl de vinho branco e sal q.b..

Rochas da Citânia

Composição (água, Farinha T/55, margarina, sal, açúcar, ovos, coco, noz e amêndoa).



Atuação

Animação junto dos Restaurantes Aderentes - Sketches alusivos à História do Capão
Visitas Guiadas ao Sítio Arqueológico "Citânia de Sanfins" - A Citânia de Sanfins é a Estação Arqueológica

mais Importantes da Cultura Castreja do Noroeste Peninsular.
Visita aos museus: Museu Arqueológico da Citânia de Sanfins, Museu Municipal /Museu do Móvel, Centro Interpretativo da Citânia de Sanfins

Restaurantes

A Presa

Rua de Além Rio, 15 - Freamunde
255 870 872

Casa do Campo

Rua de S. Tiago, 148 - Figueiró
255 879 641

Citânia

Av. D. Sílvia Cardoso, 164 r/
255 963 050

O Gusto

Rua Martinho Caetano - Freamunde
255 870 166

O Tarasco

Av. da Liverdade, 62 - Figueiró
255 881 794

Parrilhada

Rua da Plaina - Freamunde
255 879 317

Tasquinha d'Aldeia Melo

Travessa Central Bairros, 8 - Lamoso
255 866 453





Vinhais apresenta uma gastronomia rica e variada, baseando-se nos produtos genuínos e naturais.

O turista que dedicar algum do seu tempo à descoberta desta bela e acolhedora Vila não poderá partir sem se deliciar com algumas das especialidades gastronómicas locais, as saborosas sopas, as deliciosas entradas, as Casulas, os Milhos (milho moído, podendo ser confeccionado com tomate ou couvel), os Cuscus (farinha de trigo e água, cozidos em banho-maria), o celeberrimo Fumeiro típico desta região e as magníficas sobremesas de castanha acompanhadas com os doces caseiros.

Cozido à Moda de Vinhais

Coloque as carnes numa panela a cozer (depois de terem sido devidamente lavadas e demolhadas). As cascas ficam em água de um dia para o outro. De seguida, coloque as cascas a cozer numa panela e, quando estiverem a ficar moles, retire o butelo, o salpicao e a chouriça da panela das carnes, e coloque-os a cozer junto com as cascas. Coza à parte as batatas. Quando tudo estiver cozido, ponha as cascas numa travessa e as batatas a enfeitar a mesma, com todas as carnes já partidas.

Pudim de Castanha

Coza as castanhas. Descasque-as ainda quentes, passando-as por um espremedor e misture bem.

Faça uma calda de ponto grosso, com o açúcar, a água e o vinho. Retire do lume, junte a manteiga e não mexa até amornar. Bata ligeiramente os ovos com a farinha e passe por uma peneira. Numa tigela, junte as castanhas, a calda e os ovos com a farinha. Aromatize com a baunilha e misture tudo muito bem. Unte uma forma lisa com buraco no centro, com bastante manteiga e polvilhe com açúcar. Leve ao forno a cozer em banho-maria, durante 35 minutos. Retire do forno e desenforme morno. Sirva frio decorado a gosto.

DEZEMBRO • 9, 10, 11

Animação

Animação com grupo de Gaiteiros do Concelho de Vinhais, que percorrerão os restaurantes aderentes.

Restaurantes**Casa do Fumeiro**

Portela dos Frades • 273 771 217

Cidadela Transmontana

Rua Nova • 273 770 110

Madre GarciaComplexo Desportivo - Piscinas
Descobertas • 936 549 336



Desde sempre que o **Transmontano** é um apreciador da Boa Mesa, facto intimamente ligado à severidade que o clima rigoroso, a geografia dificilmente bela, e a dureza de a moldar continuamente, impeliram às condições de vida. E foi desta sábia perseverança que resultaram iguarias, que, combinadas com o vinho genuinamente trabalhado nas encostas do Corgo ou do Douro, fazem das nossas mesas, autênticas “telas coloridas” de sabores e aromas. Das soberbas Sopas, à famosa “Dobrada Transmontana”; das “Tripas aos Molhos” à Carne em “vinha d’alhos” passando pela succulenta “Carne Maronesa – D.O.P.”, regadas com um tinto ou branco envolvente das encostas Durienses, todos estes prodígios gastronómicos são pretexto para uma festa de bem-estar! E para coroar esta alegria de sabores, Vila Real é soberana nos Doces: as tradicionais Cristas de Galo, os Pitos de Santa Luzia, os Covilhetes, Cavacórios e Ganchas constituem um legado que os nossos antepassados nos deixaram generosamente, assim como Generoso é o Vinho com que os pode acompanhar... um néctar digno da grandeza das fragas que o produzem...!



Grelhada de Vitela Maronesa (DOP)

Todos os grelhados são de Vitela Maronesa DOP e acompanhados por arroz branco, feijão preto e legumes salteados.

Restaurante

O Costa

Rua Doutor Soares da Costa
259 321 988

Delícias do Marão

Misto de doces típicos de Vila Real - cristas de galo, pitos de Sta. Luzia, tigelinhas de laranja.





Perdição do Minho

Camilo Castelo Branco, embora de aspecto frágil, era um grande apreciador de boa comida, fazendo notar isso em várias das suas obras, nas quais confessa as suas vivências gastronómicas com especial destaque para **Vila Nova de Famalicão**, terra onde viveu, escreveu e... morreu! Vila Nova de Famalicão é um dos principais destinos gastronómicos do Norte de Portugal, onde se pode degustar grande variedade de iguarias que representam a Gastronomia Tradicional Minhota, com especial destaque para o Cabrito Assado, os Rojões com Papas de Sarrabulho, o Bacalhau com Broa, entre outros, que associados aos excelentes vinhos verdes e doces da região proporcionam intensos momentos de prazer.

Visite Vila Nova de Famalicão e delicie-se com uma experiência gastronómica que jamais esquecerá!



Bacalhau com Broa

Ingredientes: Postas de Bacalhau • Cebola • Azeite • Alho • Presunto • Azeitonas • Sal • Vinho Branco • Broa de Milho

Num tabuleiro comprido disponha a cebola cortada às rodelas e sobreponha as postas de bacalhau cruas. Regue com azeite e leve ao forno para alourar.

Enquanto assa o bacalhau esfarele o miolo da broa, acrescente o alho bem

picado, pedacinhos de presunto às lascas, um pouco de cebola muito bem picada e azeitonas picadas. Tempere com sal e vinho branco e amasse tudo, até formar uma pasta homogénea. Finalmente cubra generosamente o bacalhau com esta pasta de forma a cobrir todo o tabuleiro. Leve ao forno a alourar até formar uma capa estaladiça. Pode acompanhar com metades de ovos cozidos e grelos salteados.

Pudim Abade Priscos

Ingredientes: 0.5l de água • 0.5Kg de açúcar + 150gr para o caramelo • casca de limão • 1 pau de canela • 50gr de toucinho • 15 gemas • 1 cálice de vinho do porto.

Aqueça a água e logo que esta ferva junte o açúcar, a casca de limão, o pau de canela e o toucinho em lascas finas. Deixe ferver até atingir o. Entretanto bata as gemas com o vinho do porto e junte depois à calda de açúcar vazando-a através de um coador de rede fina para a tigela das gemas.

Mexa bem e coloque na forma de pudim previamente caramelizada com o restante açúcar.

Leve a, bem tapado, em banho maria durante cerca de 1 hora.

Depois de bem frio desenforme para o prato de servir.



Restaurantes

A Malcriada

Rua Visconde de Gimunde, 671 -
Calendário • 252 322 927

Churrascão do Sousa

Estrada Nacional 204, 336 - Avidos
252 866 277

Churrasqueira do António

Rua da Liberdade, 212 - Calendário
252 319 129

Hotel Moutados

Av. do Brasil, 1223 - Gavião
252 312 377

Moutados de Baixo

Av. do Brasil, 1701 - Gavião
252 322 276

Pinho Verde

Alameda Pinho Verde, 106 -
Gondifelos • 252 952 333

Prato das Oliveiras

Estrada Nacional 204-5, 39 - Avidos
252 321 892



Rabanada com Mel

1 lt de água • 2 a 3 colheres de sopa de mel • 1 casca de limão • 2 gemas de ovo • Leite q.b. • Pão q.b. • 2 ovos • Açúcar e canela para polvilhar q.b. • Óleo para fritar

Corta-se o pão de cacete ou trigo de quatro cantos em fatias da grossura (+-) de um dedo.

Põe-se ao lume um tacho com a água e as duas ou três colheres de mel. Quando levantar fervura junta-se a casca de limão, deixando ferver um pouco. Deixa-se arrefecer ligeiramente e adicionam-se as duas gemas que entretanto foram desfeitas num pouco de leite, envolvendo-se tudo muito bem.

À parte bate-se os dois ovos. Demolham-se as fatias de pão (no preparado), que devem ser colocadas numa escumadeira uma a uma para não desfazerem e depois de embebidas (demolhadas pois o pão é conveniente estar um pouco duro, ou seja, retardado) e vão-se fritando em óleo bem quente, até adquirirem um aspecto dourado. Dispõem-se numa travessa e polvilham-se com açúcar e canela.

OBS.: Invés de polvilhadas com açúcar e canela, também é hábito e tradição, regarem-se com calda de açúcar e limão.



Os restos da comida familiar e o que se colhe da agricultura, são a base de alimentação do porco que depois de “sebado” período de engorda, é sustento alimentar das gentes de **Barroso**.

O fumeiro e o presunto, a vitela, a galinha caseira, as batatas e as couves, as abóboras e os nabos, o pão centeio e o mel, etc..., enchem a casa e as mesas do Barroso, despertando e aguçando apetites de quem está e quem chega.

Cozido à Barrosã

1 Chouriça de carne • 1 Salpicão • 1 Chouriço de abóbora • 1 chouriça de sangue (sangueira) • 1 chouriça de boche (bocheira) • 1 Orelheira de porco • 1 Pernil de porco • 1 Galinha caseira • 1 Kg de vitela Barrosã • Batatas q.b. • Cenouras q.b. • Couves q.b. • Nabo q.b. • Feijão (vermelho) q.b.

Sugestão de preparação: Cozinhar num pote ou panela de ferro os enchidos, as carnes e os legumes e hortaliças do barroso.



Animação

Sexta feira 13 – Noite das Bruxas –
Dia 13 de Janeiro de 2012
XXI Feira do Fumeiro e Presunto do
Barroso – 27 a 30 de Janeiro de 2012

Restaurantes

A Cista

EN 103 • 276 556 235

A Ilha

Rª Principal nº2 • 276 549 529

Albufeira

Rª Central,5 - Lama da Missa
276 556 213

Cabaço

Av. Da Igreja,4 • 276 536 136

Casa do Preto

Largo do Salgueiro,3 • 276 566 158

Costa

Rª Victor Branco,7 • 276 511 437

D. Pedro de Pitões

Largo do Salgueiro, 4 • 276 566 288

Dias

Largo do Penedo, nº 2 - EN 103
Parafita • 276 556 123

Falta D'Ar

Rª do Avelar • 276 512 664

Foz do Rabagão

S. Vicente da Chã, 22 • 276 549 328

Larouco

2ª Travessa da Pedreira,6
276 536 351

Monte Alegre

Rª do Casal,7 • 276 563 085

Nevada

Rª Estada da da Fronteira,11
276 512 411

O Castelo

Terreiro do Açogue, nº1 • 276 511 237

O Paço

Travessa do Valado, nº2
962 729 699

Pedreira /Adega O Fumeiro

Av. D. Afonso III • 935 125 010

Pólo Norte

Rª da Pondeira [EN 103 - Aldeia Nova]
-Chã • 276 549 230

Rabagão

EN 103, 56 • 276 555 207

Ricotero

Rª do Reigoso • 276 512 122

Rocha

Rª das Almas,15 • 276 566 147

S. Cristóvão

Rª Seara Velha,14 • 253 659 387

S. José

Rª Ferreira de Castro,98
276 512 384

Sol e Chuva

Rª de Risante,1 • 276 556 171

Srª dos Remédios

Mourilhe • 276 510 260

Tasca do Açogue

Terreiro do Açogue,7 • 276 511 164

Terra Fria

Rª Dr. Victor Branco • 276 512 101



Moimenta da Beira, é arrojada na sua herança gastronómica; Humildes e desartificiosas, autóctones e criativas, são as características das iguarias que compõem o cardápio deste município localizado no Centro Norte de Portugal. A gastronomia assume várias facetas conforme as épocas festivas, os usos, costumes e as colheitas, qual deles o mais opulento em sabedoria popular. As técnicas artesanais do fazer do pão, enchidos e queijos alegam os olhos curiosos daqueles que procuram a genuinidade. Os Milhos com Moira evidenciam os tempos passados da labuta dos moleiros, nos moinhos à beira das ribeiras moendo com a força das águas, o grão dourado do milho, tirando dele a farinha com que se confecciona o tão afamado prato. Estes devem ser acompanhados pelo delicioso néctar Terras do Demo e, a finalizar uma Delícia de Maçã, produto turístico da região, acompanhada pelo nosso excelente espumante Terras do Demo. É motivo para se submeter à arte de bem comer!



Arroz de Salpicão/Milhos com Moira

Ingredientes: Azeite • Cebola • Alho picado • Tomate • Vinho branco • Louro • salpicão • Feijão encarnado.

Deitar no tacho azeite, a cebola, alho, tomate, vinho branco e o salpicão aos cubos com Louro. Deixar ferver juntar água para formar calda, onde se irá cozer o arroz. Quando estiver quase cozido junta-se o salpicão e o feijão encarnado, deixar apurar e verifica-se o tempero e serve-se. Milhos: Milhos, Moira e água. Pôr a água a ferver com a moira a cozer e juntar os milhos. Deixar cozer tudo junto, finalmente retira-se a moira desfaz-se aos bocadinhos e junta-se de novo aos milhos e por fim, é só temperar a gosto.

Delícia de Maçã

1Kg de Maçã mal assada e sem açúcar • 1 lata de leite condensado • 1 lata cheia de leite meio gordo • 6 gemas de ovos • 4 claras em castelo • 2,5 dl de natas e mais de meio pacote de bolacha maria.

Junta-se o leite condensado com o leite meio gordo e as 6 gemas de ovos batendo tudo muito bem. Vai a lume brando até engrossar mexendo sempre. Retira-se do lume e coloca-se o tacho num recipiente com água e gelo e continua-se a bater rapidamente, para arrefecer. À parte batem-se as claras em castelo e a seguir as natas, seguidamente envolvem-se as duas. Numa taça dispõem: 1º maçã, 2º claras com as natas, 3º o leite-creme e por fim a bolacha maria picada de forma grosseira.

JANEIRO • 13, 14, 15

MOIMENTA DA BEIRA

• arroz de salpicão/milhos com moira • delícia de maçã



Ativação

Animação Tradicional a realizar na Feirinha da Terra.

Restaurantes

A Pousada

Barragem do Vilar • 254 529 259

Moinhos da Tia Antoninha

Lugar do Cabeço de Lebrais - Leomil
254 588 095

Peto Real (Hotel Verdeal)

Quinta do Verdeal
254 584 061

Pico do Meio Dia

Av. 25 de Abril, nº 95 • 254 582 381

O Prato Dourado

Av. 25 de Abril nº 68 • 254 583 257

Quinta do Melião

Estrada nacional 226, Arcas Sever
254 588 143



A oferta gastronómica do concelho de **Boticas** é vasta e a sua qualidade unanimemente reconhecida. A ela se associam de imediato a vitela Barrosã, o famoso Cozido Barrosão, os enchidos, o presunto, o pão, o “Vinho dos Mortos” e o “Mel do Barroso”.

Todos apreciam o salpicão, os rojões, a grande variedade de enchidos, os presuntos cheios de pique e notável sabor, que tão aprazível gosto possuem para o palato humano.

É com estes enchidos, e com as carnes do porco, de sabor tão genuíno e aprimorado, que se faz o Cozido Barrosão.

Cozido Barrosão

Ingredientes: Presunto • Orelha de porco • Vitela • Carne da peituga entremeadas • Chouriço de carne • Salpicão • Chouriço de sangue • Frango caseiro • Rabo de porco • Focinho de porco • Batatas • Couve “troncha” ou repolho • Cenoura e Arroz.

As carnes devem cozer-se todas juntas, menos os chouriços de sangue que são escaldados à parte, para que o seu gosto activo não estrague o

paladar da demais confecção. A couve é cozida na água das carnes para ficar macia. As batatas e as cenouras cozem-se à parte. Se possível, as couves, as batatas e as cenouras devem ser cozidas em panela de ferro. As carnes com meia cura (orelha, entremeadas, rabo de porco e focinho de porco), deverão ser postas de molho em água fria, na noite anterior, até irem à panela. Deve cuidar-se o sal durante a cozedura.

JANEIRO • 20, 21, 22**Rabanadas com Mel do Barroso**

Ingredientes: Fatias de pão de véspera
• Leite • Açúcar • Canela e Mel de Barroso.

Misturar bem o mel e o açúcar em leite morno. Colocar no prato com leite algumas fatias de pão e deixar que fiquem submersas para o pão absorver o leite. Colocar uma frigideira a aquecer com um bocado de margarina e colocar o pão a fritar. Deixar o pão a fritar até que cada um dos lados fique dourado, virando, mais ou menos, de minuto a minuto. Colocar numa travessa com rolo de papel cozinha, para absorver a gordura. Polvilhar com um pouco de canela e regar com Mel de Barroso a gosto.

**Animação**

XIV Feira Gastronómica do Porco –
21 e 22 de Janeiro – Pavilhão Multiusos

Restaurantes

Casa de Vilar – “A Lavra”
Lugar da Lavra, EN311 – Vilar
276 412 056

Comeres Barrosãos
Rua Coronel Xavier Teixeira
276 415 670

Marialva
Rua 5 de Outubro, n.º 32/34
276 415 464



Na mesa **marcoense** surgem aromas e paladares únicos, oriundos de uma forte identidade cultural, sobresaindo o tradicional Anho Assado com Arroz de Forno, acompanhado por um requintado, leve e aromático Vinho Verde, não fosse Marco de Canaveses uma terra de vinhos de excelência, produzidos em Região Demarcada e reconhecidos internacionalmente. Na gastronomia destaca-se, ainda, o Verdinho, a Roupá Velha e a Lampreia como pratos regionais e à sobremesa, as Fatias do Freixo, as Cavacas de Favões, os Biscoitos de Soalhões, o Pão-de-Ló e o Pão-Podre são tentações às quais não vai resistir!

Anho Assado com Arroz de Forno

O anho deve ser bem untado com um molho próprio (cebola, alho, salsa picada, colorau, sal, azeite/óleo e vinho verde branco) e, assim, deve ficar por algumas horas. O arroz é colocado num alguidar que já deverá ter uma calda bem fervida. As batatas são colocadas na pingadeira e regadas com o molho, que pode ser o que sobrou do tempero da carne.

Disponha o arroz, as batatas e o anho, cozinhando-os na mesma fornada. O forno, a lenha, tem de ser previamente aquecido, durante sensivelmente 2 horas.

Fatias do Freixo

Preparadas à base de ovos, açúcar e farinha são um segredo familiar muito bem guardado.

Animação

Animação com música tradicional em alguns dos restaurantes aderentes. Encontro de Cantadores de Janeiras e dos Reis no dia 21 de Janeiro às 21.00 horas.



Restaurantes

Albufeira

Rua Rainha D. Mafalda, 709
255 534 420

Cancela Velha

Praça Movimento das Forças
Armadas, 36 • 255 523 630

Momento's

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 480
r/c Esq. • 255 535 475

Penha Douro

Rua do Ladário, 14 - Penha Longa
255 582 994

Penção Magalhães

Lrg. António Queirós Montenegro, 31
255 522 134

Plátano

Lrg António Queirós Montenegro, 57
255 523 137

Sampaio

Av. Jorge Nuno Pinto da Costa, 862
- Tuíás • 255 534 540

Silva

Rua de Sobretâmega, 127
255 535 079



À medida que as refeições são cada vez mais de preparação rápida, em virtude da competitividade dos mercados e das exigências profissionais, em **Chaves**, poderá sentir os sabores requintados de que quase se havia já esquecido. A ementa, regra geral, é variada e a escolha naturalmente difícil. No entanto, e mesmo estando certos de que independentemente da sua escolha a satisfação será atingida, destacamos alguns dos pratos que definem a região como sendo um paraíso tradicional a nível gastronómico.

O tradicional fumeiro para entrada, com destaque para as alheiras, o chouriço e o presunto ou os famosos Pastéis de Chaves. O arroz de fumeiro, a feijoada à transmontana, o salpicão no borralho, os lombinhos de porco ou o cozido à transmontana, o cabrito, os milhos e a posta Barrosã, são alguns dos pratos principais que destacamos, para que comece já a elaborar o seu portfólio de ricos sabores. Acompanhe as suas refeições com a lista variada de vinhos da região e termine com umas rabanadas, o leite-creme, a aletria ou arroz doce.



Milhos

Lavam-se os milhos em bastantes águas para lhes tirar a casca. Prepara-se um caldo com a cozedura de entrecosto e orelheira de porco. Faz-se um estrugido com azeite e uma cebola picada. Quando a cebola começar a alourar, partem-se costelinhas, que previamente estiveram na "sorça", e colocam-se no estrugido para também alourarem. Vai-se juntando o caldo das carnes cozidas

– “se estiver muito forte junta-se-lhe um pouco de água fervente” e parte-se aos bocados uma couve troncha, – “mais da parte carnuda e branca” – deixa-se apurar, rectificando o sal. Finalmente juntam-se com cuidado os milhos, que estavam reservados, mexe-se sempre até estarem cozidos e engrossarem, para não se agarrarem ao fundo da panela. Servem-se quentes.

FEVEREIRO • 3, 4, 5

Rabanadas

Corta-se o pão de forma, ou cacete, duro, em fatias médias. Mergulham-se em azeite morno temperado de açúcar. Deixam-se amolecer.

Escorre-se o excesso de leite e passam-se por ovos caseiros batidos. Fritam-se em leite quente, deixando alourar, virando de um lado e de outro. Depois de fritas colocam-se numa travessa comprida, polvilhando-se de açúcar e canela ou, como se comem no Natal, banhadas por uma calda, feita com açúcar, água, vinho fino, um pau de canela e um vidrado de laranja. – “O segredo das rabanadas está em deixá-las demolhar, quase a desfazerem-se, no molho de leite”.

**Restaurantes**

Consultar programa específico dos “Sabores e Saberes de Chaves”



O conelho de **Paredes**, inserido na região de Entre e Douro e Minho, congrega por isso um conjunto de sabores e saberes tradicionais, adquiridos ao longo de vários anos, que se foram transmitindo e consolidando com as várias gerações. Assim no concelho de Paredes podemos colocar em evidência a tradição dos assados em forno a lenha, acompanhado de arroz de forno, segundo as tradicionais formas de tempero e confeção. Por isso podemos destacar o cabrito assado no forno com arroz feito em caçarola de barro, como um dos pratos tradicionais desta região. Seguindo as mais antigas recordações da nossa área sugerimos como sobremesa a sopa seca, confeccionada com pão aromatizado com canela e hortelã.



Cabrito Assado no Forno

Nesta iguaria de Paredes o Cabrito é temperado com sal, limão, louro e vinho branco. Vai assar ao forno muito lentamente.

Sopa Seca

Pão com um a dois dias, partido ao meio, envolvido numa calda de açúcar, água, um pau de canela e casca de limão. Por cima é aromatizado com uma folha de hortelã.



Restaurantes

Anfitrião

Rua da Lameira do Cabo, 18 - Baltar
224154427

Casa do Baixinho

Rua do Baixinho, 579 • 255 785 808

Cortiço

Rua do Dolmén - Baltar
224 151 164

Cozinha da Terra

Casa de Louredo - Lugar da Herdade,
8 - Louredo • 255 780 490

Cozinha do Frade

Rua Sobre o Vale, 54 - Rebordosa
224 155 096

D'Avental

Rua Maiata, 58 - Lordelo
224 446 029

O Chalé

Rua Central de Vandoma, 564 -
Vandoma • 224 160 207

O Chefe Barbosa - Casa de Frangos

Av. da República, 133 - Baltar
912 681 968

Os Frades

Rua Chão dos Frades, 317 - Vilela
918 214 322

Paullu's

Alameda Dr. José Cabral, 62
255 782 245

Requite

Rua 1º de Dezembro - Sobrosa
255 866 338

Taberna "O Brouas"

Rua de Cepeda, 614 • 255 783 428

Terra Mar

Rua Dr. António Mendes Moreira -
Ed. Golden Park, Loja 51
255 784 064

Varandas d'A4

Urb. Encosta de Parada - Parada de
Todeia • 224 152 115

Vasco

Lg. Nun'Alvares, 15 • 255 783 214

Xarcutão

Rua Timor, 51-59 • 255 782 143

Zangão

Tanque - Baltar • 224152978

Zé D'Adélia

Rua da Candeeira, 50 - Rebordosa
224 444 564



Os pratos típicos do concelho de **Terras de Bouro** estão relacionados com as suas características de “terra de montanha” e com os produtos hortícolas que a terra oferece, dos quais se salienta as couves, os feijões e as batatas, consumidos de forma simples em sopas e cozidos. A carne de cabrito, cujo sabor característico se deve à alimentação dos animais, torna-se ainda melhor assada nos fornos de lenha. A carne de porco, a mais consumida pelos habitantes do concelho, é salgada e comida durante todo o ano. Os doces que mais se distinguem são, sem dúvida, os que se confeccionam na época natalícia, como a aletria ou as rabanadas.

Cozido à Terras de Bouro

Prato tradicional de Terras de Bouro, o Cozido de Couves com Feijão, composto por feijão (amarela) e couves “galegas” dos quinteiros das terras altas e expostas ao frio da região de Bouro; as carnes, só de porco, “bichorro” medrado das lavaduras gordas. Não havendo qualquer tipo de refogado na sua confecção, as couves, em abundância, são cozidas juntamente com as diversas carnes e fumeiro, cuja gordura é o tempero necessário para lhe dar paladar. O feijão amarelo é cozido à parte, juntando-se tudo, posteriormente, na mesma travessa que vai ser posta na mesa. Os temperos são feitos com azeite, vinagre e alho. Acompanhamento pelos verdes tintos da região, de marca ou de lavrador.

Aletria

Deita-se 1 kg de aletria a cozer em água a ferver com 1 colher de sopa de azeite. Quando estiver meia cozida, retira-se, escorre-se numa peneira e vai a acabar de cozer em leite com açúcar. Logo que cozida, retira-se e põe-se de novo a escorrer. Em panela à parte, põe-se a ferver 1/2 litro de leite com a casca de limão, 12 flores de laranjeira fresca ou de conserva, 12 ovos (12 gemas e 3 claras batidas), 100 g de amêndoas torradas e picadas grossas. Quando pronto, envolve-se neste molho a aletria cozida, e vai de novo ao lume a ferver mais um pouco, em lume brando. Deixa-se arrefecer e serve-se polvilhada de canela enfeitada com amêndoas inteiras.



Animação

04 de Fevereiro – 09h00 - Trilho dos Moinhos - Stª Isabel do Monte
Fim-de-semana: Entrada no Museu Etnográfico de Vilarinho da Furna - Viagem barco (Marina de Rio Caldo)

Restaurantes

Adega da Vila

Av. Dr. Paulo Marcelino, Moimenta
253 351 152

Adelaide

Rua de Arnassó, V. Veiga • 253 390 020

Baltazar

R. Engº Lagrifa Mendes, V. Veiga
253 391 131

Beleza da Serra

Lugar do Bairro, nº 25 - V. Veiga
253 391 457

Cerdeira

Campo do Gerês • 253 351 005

Lua de Mel

Pesqueiras - Moimenta
253 351 322

Lurdes Capela

Rua Dr. Manuel Gomes de Almeida,
nº77 - Gerês • 253 391 208

O Abocanhado

Brufe • 253 352 944

O Bem Cozinhado

Lugar de Passo, Souto • 253 351 392

O Cantinho do Antigamente

Lugar de Sá, Covide • 253 353 195

O Rita

Lugar do Assento, Rio Caldo
253 391 164

Pimpão

Assureira - Gerês, V. Veiga
253 391 560

Rio Homem

Av. Dr. Paulo Marcelino, Moimenta
253 351 136

Sobreiro

Paredes, Rio Caldo • 253 391 300

Stop

Campo do Gerês • 253 350 040

Toca do Caçador

Moimenta, Moimenta • 253 351 137

Vessada

Assento, Valdosende • 253 377 134



Quando nos sentamos à mesa somos invadidos pelos aromas envolventes e convidativos da vitela assada acabada de sair do forno e servida na assadeira de barro. As cores quentes do cozido à portuguesa são também o destaque das cartas gastronómicas locais, sempre enriquecido com os enchidos locais feitos pelas mãos sábias e experientes de quem cria a própria carne que consome e dá a provar. Mas para anteceder estas delícias gastronómicas locais a mesa enche-se ainda de aperitivos deliciosos e tradicionais, como o presunto, o queijo serrano ou, simplesmente, um bom vinho verde das castas locais e a broa cozida com o calor de um forno caseiro. Os sabores gastronómicos são por isso parte integrante da promoção do Município, onde a escolha de um bom restaurante faz parte dos nossos roteiros turísticos e contribui para a descoberta de outras maravilhas que o Concelho tem para lhe oferecer. É por isso que a paisagem única, pintada pelo verde dos socalcos e do azul dos cursos de água, contribuem para o património gastronómico que, dentro de um restaurante, típico e acolhedor, onde há sempre uma lareira acesa para aquecer do frio agreste está sempre à sua espera.



Vitela Assada

Ingredientes: 1 Kg de carne de vitela • 2,5 dl de óleo • 5 dl de azeite • 1 colher de sopa de banha • 4 dentes de alho • 2 folhas de louro • salsa • 1 colher de sopa de pimentão doce • sal grosso qb.

Molhe a peça de carne em água bem fria e tempere-a com sal grosso. Num almofariz esmague o alho, o piri-piri e o pimentão-doce. Depois de bem esmagados junte-lhes o óleo, o azeite, a banha, a salsa e as folhas de louro e barre a carne com este preparado. Coloque a carne num tabuleiro de ir ao forno. Leve ao forno. De vez em quando volte a carne e regue-a com o molho.

Leite Creme

Ingredientes: 5 dl de leite • 1 casca de limão • 4 a 6 gemas • 120 grs de açúcar • 1 colher (sopa) de farinha de trigo • açúcar p/ queimar

Ferva o leite com a casca de limão. À parte bata bem as gemas com o açúcar e a farinha, junte ao leite quente e leve ao lume, mexendo sempre. Quando engrossar, deite o leite-creme numa taça ou em pratinhos, para arrefecer. Na altura de servir polvilhe com açúcar e queime com um ferro em brasa.

Animação

Nestes dias em Vila Chã têm lugar as Festas em honra de S. Braz e Nossa Senhora das Candeias, estando assim prevista animação cultural e religiosa.

Na noite de 4 de Fevereiro, se o tempo assim o permitir, haverá uma procissão de velas do centro da Cidade até à Igreja Matriz de Vila Chã.

Restaurantes**Colher de Pau**

Rua da Fabrica 207/209
256 381 820

O Valente

Rua do Hospital, 48 • 256 465 945

Pensão Suíssa

Presa do Monte - Macieira de Cambra
256 462 233

Porto Novo

Macieira de Cambra • 256 472 343

QB

Rua da Fábrica - Edifício Rotunda
914 878 632

Solar das Laranjeiras

Salgueirinhos - Macieira de Cambra
256 423 977



Leite Creme

Misturar num tacho leite, açúcar, maissena, canela, casca de limão e vinho do porto e levar ao lume. Mexer sempre para não ganhar grumos. À parte separar as gemas das claras e reservar.

Quando o leite começar a ferver começa também a engrossar, isto sempre a mexer, e acrescentar as gemas lentamente (em fio). Mexer mais um pouco para ficar com a cor amarelada mais uniforme e para as gemas cozerem. Na hora de servir vai a queimar.



Animação

Desfrute do programa de animação que preparamos para si!
Muita animação na rua e nos restaurantes aderentes.
Aproveitando a proximidade do dia de S. Valentim, preparamos surpresas alusivas a esta data.



Tendo como protagonistas os sabores do mar, a gastronomia é parte importante da cultura de Espinho.

Convidámo-lo a degustar, a Sopa de Peixe, o Arroz de Tamboril e o Leite-Creme. Aproveite que está em Espinho e dê um passeio à beira mar, visite o nosso Museu e se tiver oportunidade, assista a um Espectáculo no Casino ou a um Concerto na Academia. Não perca uma sessão no Planetário e pode ainda visitar as galerias de exposição do concelho.

Áceite a nossa sugestão, não se arrependêr!

Sopa de Peixe e Arroz de Tamboril

Sopa de peixe. Cozer o peixe em água e sal, fazer um puxado com cebola, azeite e coentros. Acrescentar tomate natural picado. Retirar o peixe cozido e reservar a água. Retirar as espinhas e a pele. Acrescentar a água de cozer o peixe ao refogado anterior e juntar polpa de tomate, knor e o peixe desfiado.

Arroz de Tamboril. Picar a cebola e levar a estrugir com azeite.

Acrescentar polpa de tomate, pimentos morrones picados, o tamboril e água, temperar com sal. Acrescentar coentros picados.

Restaurantes

100 Espinhas

R. 2, 1119 • 224 058 488

Actual

R. Pereiro, 300 - Anta • 227 345 729

Aquário

R. 4, 540 • 227 321 000

Avenida 8

Av. 8, 308 • 227 327 405

Baía Sol

R. 2, 811 • 227 328 297

Cabana

Av. 8, 35 • 227 341 966

Canastra

R. 16, 42 • 227 340 347

Casarão do Emigrante

R. Central Praia 94 - Paramos
227 344 001

Concha do Mar

Av. 24, 827 • 227 341 630

Conde Real

R. 62,592 • 227329410

Espinho 10

R. 2, 1127 • 22 40 32 412

Espinhomar I e II

R. 2, 799/827 • 227343656

Fidalguinha

Av. João de Deus, 1484 - Silvalde
227 31 20 36

Golfinho

R. 2, 663 • 227 344 294

Hotel PraiaGolfe

R. 6, Hotel PraiaGolfe
227 331 000

Imperial

Av. 8, 1140 • 227 34 70 41

Marreta

R. 2, 1355 • 227 34 00 91

Maute Grill

R. 19, 1271 • 227 319 815

Notas Aromáticas

R. 23,50 • 227329593

Onda Mar

R. 2, 1255 • 227 310 002

Os Melinhos

R. 2, 1269 • 227 32 90 84

Paraíso de Espinho

R. 66, 141 • 227 320 244

Pata Negra

Av. 8, 1124 • 227 314 876

Temperos

R. 43, 288 • 227 329 009

Zagalo

R. 2, 1379 • 227 34 16 15

FEVEREIRO • 17, 18, 19



Os Fins-de-semana Gastronómicos de **Amares** coincidem com a realização do Festival das Papas de Sarrabulho, como habitual, e com o Carnaval. O Festival acontece há dez anos consecutivos e já se tornou uma referência no contexto regional e nacional. O Festival tem-se revelado uma excelente forma de dinamizar as actividades económicas do concelho de Amares, assim como o seu património gastronómico, turístico e cultural. Por outro lado, contribui para a preservação e valorização de um prato típico da região do Minho, feito à base de carnes de porco e pão de trigo. As papas – confeccionadas normalmente no Inverno, associadas à matança do porco, são servidas como sopa, acompanhadas por rojões à moda do Minho e deverão ser “regadas” com um bom vinho verde tinto. A X edição do Festival das Papas de Sarrabulho vai perpetuar a tradição de servir as papas e demais especialidades em louça alusiva ao festival, dispondo os visitantes de um espaço acolhedor e propício a salutar convívios em família e entre amigos. A Organização do Festival tem apostado, ano após ano, na promoção dos produtos de origem local e regional como é o exemplo do artesanato e, em especial, os que se encontram associados à gastronomia, como é o exemplo do vinho, doçaria e a laranja de Amares.



Papas de Sarrabulho

Cozer carne de vaca, galinha velha, osso da suã e presunto e cravinhos, uma cenoura pequena, cebola (pequena), louro, salsa e sal; depois, retirar as carnes e desfiá-las. Logo que possa, coar o caldo e juntar pão de trigo cortado à mão, em pedacinhos. Mexer bem até ficar com a consistência de sopa forte, juntar sangue de porco cozido, esfarelado previamente num “passe-vite” e temperar com cominhos, sumo de limão e pimenta. As quantidades ficam ao critério de cada um, uma vez que nem todo o pão é igual. Deve ficar um caldo saboroso.

Pudim de Laranja

Ingredientes: 400g de açúcar, 8 ovos, uma chávena (de chá) de sumo de laranja de Amares
Bata os ovos inteiros, junte o açúcar e continue a bater um pouco. Junte o sumo de laranja e mexa bem. Coza em banho-maria numa forma previamente caramelizada.



Animação

X Festival de Papas de Sarrabulho –
18 a 21 Fevereiro
EB2e3 – das 12h30 às 23h00
Música Tradicional/Popular Portuguesa
– Concertinas, Cantares ao Desafio,
Folclore, Grupos de Música Tradicional
Desfile de Carnaval – 15h30 - 21 de
Fevereiro.

Restaurantes

A definir de acordo com o programa
do X Festival de Papas de Sarrabulho



Ao visitar este acolhedor concelho o visitante poderá degustar as delícias gastronómicas típicas da região, representadas nos diversos restaurantes locais, onde se salientam as receitas à base de enchidos como a alheira, o salpicão, o presunto e o butelo com cascas, o cozido à transmontana.

Para complementar estas iguarias os vinhos da região são um convite à degustação. Para sobremesa poderá contar com as súplicas, os pastéis do tipo conventual e variados tipos de pudim tendo como ingredientes os produtos autóctones. O concelho de **Bragança**, repleto de história e de património, merece, por todas as suas características e potencialidades, uma visita mais atenta que permita descobrir as riquezas desta região tipicamente transmontana.



Butelo com Cascas

Demolhe um quilo de cascas (vagens de feijão secas e cortadas em bocadinhos). Coza-as em água e sal com um butelo (chouriço com vários tipos de carne). À parte, leve também a cozer os pezinhos do porco, a orelheira e algumas costelas. Retire o butelo e as outras carnes e parta-as aos pedaços. Coloque tudo numa travessa e regue bem com azeite cru.

Tarte de Grabanços

Ingredientes: 500 gramas de açúcar • 1/4 litro de água • 50 gramas de manteiga • 100 gramas de amêndoa • 10 gemas de ovo • 1 colher de sobremesa de canela • 150 gramas de grão de bico.

Preparação: Ponha água a ferver num recipiente com o grão de bico já previamente cozido e passado com a varinha, de seguida junte a amêndoa com canela e o açúcar, deixe ferver durante 5 minutos. Misture as gemas neste preparado. Depois de bem misturado leve ao forno durante 30 minutos. (Prove de igual modo o Pudim de Grabanços disponível em alguns restaurantes)



Animação

Consultar programa específico

Restaurantes

D. Roberto

Estrada Nacional 218, Gimonde
273 302 510

Lá em Casa

Rua Marquês de Pombal nº 7
273 322 111

O Geadas

Rua do Loreto s/n • 273 324 413

O Javali

Quinta do Reconco - Estrada do
Portelo - Meixedo • 273 333 898

O Manel

Rua Oróbio de Castro nº 26
273 322 480

O Pote

Rua Alexandre Herculano nº 186
273 333 710

Poças

R. Combatentes da Grande Guerra
nº 200 • 273 331 428

Pousada de S. Bartolomeu

Estrada do Turismo • 273 331 493

Quinta das Covas

E. N. 218, Gimonde - 273 302 510

Solar Bragançano

Praça da Sé nº 34 1º Andar
273 323 875

Tulipa

Rua Dr. Francisco Felgueiras nº 8/10
273 331 675

Turismo

Estrada do Turismo - Cabeça Boa
273 324 204



A gastronomia de **Macedo de Cavaleiros** é diversificada. Depois de a saborear, o viajante sentirá a tentação de conhecer os ingredientes da cozinha tradicional, baseada na carne de primeira qualidade (bovina, caprina e suína) e na agricultura tradicional que proporciona boas hortaliças e verduras, regadas com o harmonioso azeite. Dos pratos de caça, destacam-se o javali estufado com castanhas, os enchidos resultantes da matança do porco, passando pela doçaria ligada à castanha

Miguel Torga, sem identificar localidades, mas podia estar a falar de Macedo de Cavaleiros, considerou como ex-líbris do fumeiro transmontano a «Trindade Nacional do Reino»: presunto, alheira, salpicão. Daí a nossa sugestão: Grelos com salpicão, o prato mais típico do Entrudo Transmontano. É para este reino dos sabores e dos saberes que vos convidamos.

Grelos cozidos c/ batatas e enchidos

Ingredientes: Batatas • Grelos • Salpicão • Linguiça • Alheira

Cozem-se as batatas e os grelos, enquanto os enchidos vão a grelhas, posteriormente rega-se com Azeite.

Pudim de Castanha

Ingredientes: 1 Kg de Castanhas • 7 dl de leite • 1 casca de laranja • 1 pau de canela • 7 ovos • 300g açúcar • Caramelo líquido q.b.

Cozem-se as castanhas em água abundante. Descascam-se, guardam-se algumas para decoração e reduzem-se as restantes a puré, usando o passador a vapor. Leve o leite ao lume com a casca de laranja e o pau de canela, até ferver. À parte, batem-se os ovos com o açúcar até obter um creme homogéneo.

Verter em seguida o leite fervente, aos poucos e mexendo sempre, sobre o puré de castanhas e mistura-se depois ao preparado de ovos.

Despeja-se numa forma caramelizada e leva-se a cozer cerca de 15 min. na panela de pressão.

Desenforma-se depois de frio e decora-se com as castanhas inteiras.



Animação

Caretos de Podence

Restaurantes

A Moagem do João do Padre

Podence • 278 431 002

Alendouro

Av. D. Nuno Álvares Pereira, nº28
278 421 236

Brasa

Rua de São Pedro • 278 421 722

Capitólio

Ribeirinha • 278 4213 55

Di Roma

Rua da Juventude nº8 • 278 098 110

Imperial

Rua Fernando Pessoa (estação)
278 422 932

Panorama

Pontão de Lamas • 278 421 444

Real Domus

Rua Alexandre Herculano
919 137 805



Melgaço é um roteiro obrigatório para apreciadores e especialistas gastronómicos. Aqui sobrevivem usos e costumes que conferem aos produtos locais características de requintado e irresistível sabor. Na cozinha tradicional desta região há uma relação directa entre os ingredientes colhidos na região e os pratos típicos tradicionais, nomeadamente o cobiçado cabrito assado no forno de cozer o pão, a lampreia com arroz à bordalesa, frita com ovos ou assada, as trutas do Rio Minho abafadas, o sarrabulho, os grelos com rojões, a bola da frigideira, o bolo da pedra, a água d'unto, o bucho doce, as migas doces e os pastéis mimosos. Recomendamos também o presunto, de cor rosa-avermelhada, de Fiães e Castro Laboreiro, os diversos enchidos acompanhados com um vinho Alvarinho.



Cabrito do Monte Assado no Forno

Na véspera, esfolam-se o cabrito, retiram-se os miúdos e lava-se. Esmagam-se os dentes de alho e junta-se a cebola picada, o vinagre, o sal grosso, o colorau e a pimenta. Esfrega-se o cabrito com esta papa e deixa-se ficar assim até ao dia seguinte. No dia de se assar, golpeia-se o cabrito e introduzem-se nesses golpes tiras de toucinho. Atam-se as patas da frente às de trás e barra-se com a banha. Põe-se o cabrito sobre uma grelha de paus de loureiro armada na boca do alguirdar do arroz e leva-se a assar no forno. Deixa-se assar o cabrito, primeiro de um lado durante 1 hora, e depois do outro lado durante o mesmo tempo.

Bucho Doce

Ingredientes: 2 Peças de pão duro • 250 gr de açúcar • 12 ovos • 3 colheres de farinha • 150 ml de leite • 1 pacote de açafraão • Canela q.b • Sumo de meio limão • 1 pitada de sal.

Modo de preparação: Partir o pão em bocados pequeninos. Noutro recipiente juntar os ovos e o açúcar e mexer bem. Adicionar o açafraão (para dar cor), o sumo de limão, a canela, a farinha e o sal. Colocar o leite aquecido por cima do pão. Juntar o pão à massa e mexer muito. Colocar o bucho dentro de um saco plástico e este dentro de um saco de pano. Fechar bem o saco e levar a cozer durante pelo menos 2h/ 2h e 30.



Animação

Passe Melgaço Museus - Preço: 2,50 €
- validade de 6 meses

Núcleo Museológico da Torre de Menagem, Museu do Cinema, Museu Memória e Fronteira, Núcleo Museológico de Castro Laboreiro
Porta do PNPG de Lamas de Mouro | Rede de Percursos Pedestres
Rota do Alvarinho - Provas gratuitas de vinhos nas adegas aderentes à Rota do vinho Alvarinho e no Solar do Alvarinho. Adegas aderentes:
Reguengo de Melgaço, CastaBoa, Quintas de Melgaço, Fontainha de Melgaço, Soalheiro, Quinta da Pigarra.
(marcações de visita à Rota - 251.410.195)

Restaurantes

Adega do Sabino

Largo Hermenegildo Solheiro - Vila
251404576

Boavista

Peso - Paderne • 251 416 464

Adega do Sossego

Peso - Paderne • 251 404 308

Castrum Villae

Castro Laboreiro • 251460010

Chafariz

Largo Amadeu Abílio Lopes - Vila
251 403 400

Fonte da Vila

Rua Fonte da Vila - Vila
251 107 276

Foral de Melgaço

Monte de Prado - Prado • 251 400 130

Mini-Zip

Alameda Inês Negra - Vila
251 418 286

Mira Castro

Castro Laboreiro
251 460 020

Miradoiro do Castelo

Castro Laboreiro • 251 465 469

Muralha

Rua da Calçada - Vila
251418189

O Adérito

Pombal - Remoães • 251 404 412

Panorama

Edifício do Mercado Municipal - Vila
251 410 400

Paris

Rua Velha - Vila • 251 418 037

Real

Vila - Melgaço • 251 402 435

Serra

Castro Laboreiro • 251 465 523
Tasquinha da Portela
Portela - Paderne • 251 401 109

Verde Minho

Peso - Paderne • 251 416 081



Bulho com Cascas

Receita para 4 pessoas

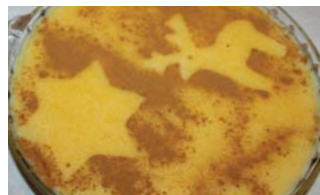
Ingredientes: 1 Bulho • 1/2 kg de cascas • 6 batatas médias • 1,5 pé de porco salgado • 1,5 orelha de porco salgada • 2 linguças • 1 cebolas • sal qb.

No dia anterior põe-se de molho as cascas, a orelha e o pé de porco. Numa panela de ferro coze-se as cascas, a orelha e o pé em lume brando, quando estiverem a meio cozer, junta-se as batatas. Noutra panela cozem-se as restantes carnes. Serve-se as cascas com todas as carnes cortadas e a cebola cortada em pequenos bocados.

Milhos

Ingredientes: Farinha de milho grossa moída • açúcar • canela • casca de laranja • leite e mel.

Cozer a farinha de milho em água durante 15m. Adicionar o leite, açúcar (a gosto), casca de laranja e mel. Colocar em travessas com canela moída.



Os turistas que visitam **Mogadouro** podem encontrar uma grande variedade de pratos regionais: posta (vitela assada na brasa), marrã, alheiras (vilões) com grelos, enchidos, chichos, estufado de javali, cabrito assado, costeletas de borrego grelhadas, pratos de caça, peixinhos do rio de escabeche, sopas de Xis e da Cegada, queijos de ovelha e de cabra, folares, mel, cogumelos e outros.

Animação

Festividades das Amendoeiras em Flor, Feira Franca de Produtos da Terra, Gaiteiros e Pauliteiros do Concelho, Prova do Circuito Nacional de Montanha “Trilhos de Mogadouro – Amendoeiras em Flor 2011”

Restaurantes

2 Mil

R. Ploumagoar • 279 343 007

A Tasquinha

Av. Do Sabor • 279 342 654

Campos

Rua das Sortes, 28 • 968 892 897

Dias

R. Capitão Cruz, 34 • 279 341 560

Europeu

Av. do Sabor • 279 343 891

Kalifa – OK

Rua Santa Marinha, 18
279 342 115

O Cantinho

R. dos Frades, 59 • 938 317 214

Paladares de Sempre

Praça Eng.º Duarte Pacheco
279 343 163

Pensão Russo

R. 15 de Outubro, 10 • 279 342 134

Rolima

Av. De Espanha, 27 • 279 342 732

Solar dos Marcos

Rua de Sta. Cruz - Bemposta
279 570 010





Adicione as carnes e junte um pouco do caldo da cozedura das tripas e da galinha. Tempere com sal e pimenta preta, os cravinhos e o colorau. Por fim, junte o feijão e deixe apurar em lume muito brando. No momento de servir coloque a galinha desfiada sobre as tripas e polvilhe com um pouco de cominhos. Sirva acompanhado com arroz branco.

Leite Creme

Ingredientes: 10 gemas • 40 gr de Maizena • 170 gr de açúcar • 1L leite • 1 pau de canela • qb casca de limão.

Colocar num tacho o leite, a canela e a casca de limão. Levar ao lume até levantar fervura. Numa taça juntar os restantes ingredientes e envolver bem sem fazer espuma. Acrescentar o leite em fio aos ingredientes anteriores. Voltar a colocar tudo num tacho e levar a lume brando até engrossar sem nunca ferver. (nunca ultrapassar os 80c^o). Quando atingir a consistência desejada verta para umas taças e queime com açúcar.



Não há almoço de Carnaval sem as **Tripas à Moda do Porto!**

Deliciosas, succulentas, acompanhadas de carnes variadas, do saboroso feijão e muito bem condimentadas, sem dúvida que fazem crescer a água na boca. Se foi, em tempos passados, o espírito de sacrifício que levou os Portuenses a serem conhecidos por Tripeiros, hoje em dia é a excelência de um prato que não tem igual em parte alguma do Mundo!

Para acabar uma refeição de Tripas à Moda do Porto, porque não adoçar a boca com um leite-creme divinal acabado de queimar, com a maravilhosa textura dada pelas gemas e o açúcar.

Tripas à Moda do Porto

Lave a dobrada e esfregue-a com sal grosso. Coloque-a de molho em vinagre, água e limão durante uma hora. Lave de novo em várias águas e coloque numa panela com água e deixe ferver durante 1 hora.

Retire a água e coloque a galinha e a mão de vitela com as tripas e leve de novo a cozer até a galinha estar cozida. Retire a galinha e deixe cozer as tripas e a mão de vitela. Coza o feijão e, à parte, o chispe de porco.

Leve ao lume o azeite, a banha de porco, alhos e cebola picada. Deixe alourar e junte cenoura cortada às rodelas, o presunto em cubos, a chouriça em rodelas e o salpicão em meias luas.

Animação

Visitas guiadas ao Museu do Vinho do Porto, dias 17, 18 e 19 às 15h00;
 Provas de Vinhos (4 vinhos) da ViniPortugal na Sala Ogival - Palácio da Bolsa dias 17, 18 das 11h às 19h;
 Visita à Casa da Comissão dos Vinhos Verdes com provas de vinhos, dia 18 às 11h00 e às 16h00 e dia 19 às 11h00;

Visita guiada ao Circuito Gastronómico das Tripas à Moda do Porto, dia 18 às 11h00.

Visita guiada à Rota Urbana do Vinho, dia 19 às 14h30;

Visitas guiadas com provas de vinhos às caves Croft e Taylor's dias 17, 18 e 19 das 10h00 às 17h00;

Informações e inscrições, a partir do dia 16 de Fevereiro no Posto de Turismo do Centro.

Oferecemos-lhe um give away de recordação!

Rua Clube dos Fenianos, 25

Tel: + 351 223 393 472/3

Restaurantes**Avó Maria**

Rua Cais da Ribeira nº30
 913 479 179

Chez Lapin

Rua dos Canastreiros, 40/42
 222 080 677

DOP

Palácio das Artes – Largo de São Domingos nº 18 • 222 014 313

Foz Velha

Esplanada do Castelo, 141
 918 818 147

Hotel Infante de Sagres - BOOK

Rua de Avis, nº 10 • 223 398 500

Lider

Alameda Eça de Queirós, nº126
 225 020 089

Lobo

Largo do Doutor Tito Fontes, 147
 222 025 032

Marinhos

Rua da Alegria, 695 • 225 367 623

Mercearia

Rua Cais da Ribeira nº32
 913 479 179

O Comercial

Rua Ferreira Borges - Palácio da Bolsa • 223 322 019

Porto & Virgula

Rua Campo Mártires da Pátria nº 51
 918 446 977

SaborXpresso

Praça da Liberdade, 66/68
 932 883 731

Tia Aninhas

Rua Senhor da Boa Morte, 15
 226 162 850

Vitorino

Rua dos Canastreiros, 44/48
 222 080 677





Borrachinhos de Valença

Ingredientes: 250g de pão de trigo • 100g de açúcar • 5/6 ovos • ¼ de colher de chá de canela • raspa de limão (pouca). **Calda:** 7,5dl de vinho verde tinto /ou branco • 250g de açúcar • 2dl de mel • casca de limão • 1 pau de canela • uma pitada de sal.

Tiram-se as côdeas ao pão e desfazem-se muito bem com as mãos.

Juntar o açúcar e a canela com os ovos, não deixando a massa muito dura. Se necessário, juntar mais ovos. Numa frigideira com a óleo a ferver vão-se fritando os borrachinhos dando-lhes a forma de pastéis de bacalhau. Depois de fritos, escorre-se-lhes o óleo e deitam-se num tacho. Cobrem-se com o vinho, junta-se a casca de limão, o pau de canela e o açúcar. Deixa-se ferver, mais ou menos durante 30 minutos, para encharcarem.



VALENÇA, Maravilha Gastronómica Valença, a Fronteira e a Fortaleza de valor mundial, o comércio tradicional, o verde do Minho e séculos a apurar o gosto e as receitas, fazem de Valença destino gastronómico privilegiado, premiados com uma das 7 maravilhas da gastronomia portuguesa, é procurada diariamente por milhares de visitantes.

Terra onde o Bacalhau é Rei! Venha provar o Bacalhau à São Teotónio, saborear a tradição com o Caldo Verde, uma das 7 maravilhas gastronómicas de Portugal e experimente os Borrachinhos de Valença, uma doçaria única.

Bacalhau à S. Teotónio

Fritar levemente a posta de bacalhau em azeite. Preparar um pequeno refogado de tomate, cebola e alho. Temperar com sal e pimenta. Refrescar com vinho verde branco.

Cobrir a posta de bacalhau com a cebolada e um pouco de maionese. Levar ao forno a gratinar. Acompanhar com puré de batata.

Decorar com gomo de tomate e ovo cozido, azeitonas pretas e pimento morrone.



Animação

Dia 17 – Carnaval Medieval - Centros Escolares de Valença, na Fortaleza

Dia 18 – Cerimónias de Comemoração do Dia de S. Teotónio
Dia 19 – Prova Desportiva

Dias 20 e 21 - Carnaval nos Bombeiros Voluntários de Valença

Restaurantes

Adega do João

Lugar de Passos - Cerdal
251 839 359

Baluarte

Rua Apolinário da Fonseca
251 824 042

Bom Jesus

Largo do Bom Jesus – Coroada
251 822 088

Coroa Verde

Rua Trás do Jardim • 251 825 759

Cristina

Centro Comercial Iara • 251 825 368

Esplanada

Avenida Miguel Dantas nº1
251 809 462

Fonte D' Ouro

Lugar de Vilar - Cerdal • 251 839 393

Fortaleza I

Rua Apolinário da Fonseca nº5
251 823 146

Fortaleza II

R. Apolinário da Fonseca nº 29
251 818 461

Ibéria

Avenida Miguel Dantas • 251 825 039

Limoeiro

Rua das Oliveiras • 251 825 683

Mané

Avª. Miguel Dantas • 251 823 402

Marytone

E. N. 13 - Arão • 251 826 713

Merendola

Oliveira da Mosca - Ganfei
251 822 201

Monumental

Largo Dr. Alfredo Magalhães –
Coroada • 251 821 480

Nª. Sra. Da Cabeça

Nª Sª. Da Cabeça - Cristêlo Côvo
251 822 445

Neves

Lugar do Monte S.Pedro da Torre
251 839 309

Nova Estação

Avenida do Colégio Português, Lj2
Bloco H • 251 818 352

O Campónio

Edifício J – Ferreira – Bloco 1 Ervelho
– Arão • 251 823 458

O Cozinheiro

Lugar do Miúdal - Verdoejo
918 104 871

O Marco de S.Pedro da Torre

Rua do Monte 178 – São Pedro da
Torre • 251 839 327

Pousada S.Teotónio

Baluarte do Socorro - Valença
251 800 260

Prata do Minho

Travessa Secretaria Militar
251 824 212

Quinta do Amorinho

Quinta do Amorinho • 251 824 307

Quinta do Prazo

Lugar da Urgeira • 251 821 230

Rocha e Grill

Ed. Cidade Nova, Bl 8-LjE – R. Dr.
Ibérico Nogueira • 251 107 672

S.Gião

Centro Comercial Alvarinho
251 818 186

Solar do Bacalhau

Rua Mouzinho de Albuquerque, 99
251 822 161

Stop

Rua do Monte, nº130 São Pedro da
Torre • 251 839 160

Teresinha

Rua Tróias Loja 2 • 251 823 57 3

Valença do Minho (Hotel)

Lugar de Tróias - Arão • 251 824 144

FEVEREIRO • 17, 18, 19



Pudim de Pão

Ingredientes: 2 ovos • 11 gemas • 2 chávenas grandes de açúcar e igual quantidade de leite • sumo e raspa de ½ limão • miolo de 1 regueifa de ½ kg.

Ferver o leite e deixar arrefecer. Juntar o pão, tapar e amornar; juntar as gemas e os ovos c/ o açúcar. Passar o pão pelo passe-vite, juntá-lo c/ o sumo e a raspa de limão.

Untar a forma com manteiga, polvilhar c/ pão ralado e deitar a massa. Ir ao forno a 230°, 5 a 10 m. até alourar. Tapar com alumínio, reduzir para 180° e coze mais 50 m. Desenformar depois de frio.



Este desafio da TPNP permitirá aos turistas conhecerem e degustarem as especialidades gastronómicas de **Valongo**. O Cozido à Lavrador primará pela qualidade das carnes de porco e dos legumes frescos. A refeição terminará da melhor forma com a degustação do Pudim de Pão, antiga receita de valor incondicional pelo facto de ser elaborado com pão (regueifa), produto de excelência de Valongo.

Venha saborear as nossas iguarias de 17 a 19 de Fevereiro de 2012.

Cozido à Lavrador

Ingredientes – Carnes de porco: Orelha fresca • unha fresca • tocos fumados • orelheira fumada • barriga com couro • salpicão • chouriço de vinho • chouriço de colorau • morcela • toucinho fumado • costelinhas.

Legumes: Couve coração • batata • cenouras • nabos • pencas.

Preparação – a confecção é idêntica ao cozido normal e as quantidades ao critério de cada um, sendo que, cada dose deverá levar um pouco de tudo.

Animação

Mostra de produtos gastronómicos locais no Posto de Turismo, com a possibilidade de degustação e compra; Apresentação do Núcleo Museológico da Panificação, no Museu Municipal; Visitas guiadas à Fábrica de Biscoitos Paupério, na sexta e sábado.

Programa detalhado em:

www.cm-valongo.pt

Restaurantes**A Cozinha da Toca**

R. Eng^o Armando Magalhães, 65 - Ermesinde • 229 720 628

A Cozinha do Luís

Rua das Lousas, 340/346
224 221 448

A Regional Valonguense

R. D. Pedro IV, 150 • 224 223 299

Churrasqueira da Estação

R. 5 de Outubro, 1190 - Ermesinde
229 710 305

Churrasqueira do Norte

R. Elias Garcia, 1128 - Ermesinde
229 741 400

Engenho

R. S. João de Sobrado, 2352 - Sobrado
224 910 151

Jardim

R. Sousa Paupério, 19 • 224 220 115

Museu

R. Rodrigues de Freitas, 1547 - Ermesinde 230 740 671

O Vale Maior

R. de Campelo, 561 - Sobrado
225 112 295

Ponte dos Arcos

R. Pe. Américo, 14 - Campo
310 835 395

Teles

R. 1^o de Maio, 589 - Alfena
229 673 152



Monção celebra mais uma iniciativa gastronómica dedicada à Lampreia do Rio Minho e às barrigas de freira, doce conventual, delicioso, magnífico... Este ano, participam 22 restaurantes e, como é habitual, realiza-se, no domingo, mais uma edição do Rali à Lampreia, prova de perícia no centro histórico da vila que reúne milhares de pessoas.

Estes motivos apelativos para os amantes da boa mesa e apaixonados pelo desporto automóvel, podem ser complementados com um passeio pela Ecopista do Rio Minho, pelo casco urbano da vila ou lugares mágicos dos nossos rios e montanhas. Aqui e ali, encontrará um sorriso amável, um gesto hospitaleiro ou uma paisagem ou recanto inesquecível. A vontade de regressar será grande. Venha quando entender. Nós saberemos recebê-lo. Esperamos por si.



Lampreia à moda de Monção

Faz-se um refogado com duas cebolas picadas, dois decilitros de azeite, uma colher de sopa de banha e 100g de presunto picado. Quando a cebola estiver bem alourada juntam-se-lhe os bocados de lampreia, sal, pimenta e cravos de cabecinha a gosto. Deixa-se estufar pelo menos 10 minutos. Retira-se a lampreia para uma caçolinha. Acrescenta-se à calda um pouco de água quente e deita-se o arroz. Quando o arroz estiver a ficar cozido, introduzem-se de novo os bocados de lampreia, junta-se-lhe o sangue, vinho e vinagre onde esteve a marinar e polvilha-se com salsa picada.

Barrigas de Freira

Ingredientes: 250 g de pão-de-ló • 500 g de açúcar • 125 g de amêndoa • 9 gemas de ovo • 1 ovo inteiro.

Leva-se o açúcar a ponto de pasta, corta-se o pão-de-ló em fatias que se colocam numa travessa e se regam com metade do açúcar em ponto. Pelam-se as amêndoas e passam-se pela máquina. Juntam-se ao açúcar restante e deixa-se ferver. Tira-se do lume, deixa-se arrefecer e junta-se-lhe as gemas bem batidas com o ovo inteiro. Volta ao lume brando, mexe-se sempre até engrossar e deita-se por cima das fatias do pão-de-ló. Polvilha-se com canela e guardam-se com cerejas cristalizadas.



Animação

XXXV Rali à Lampreia – Perícia Automóvel - 26 de Fevereiro de 2012 - Domingo
 09H30 – Partida – Av^a das Caldas - 11H00 – 1^a Prova Complementar – Praça Deu-La-Deu
 13H00 – Almoço da Lampreia - 16H00 – 2^a Prova Complementar – Praça Deu-La-Deu
 18H15 – Distribuição de Prémios – Casa da Cultura (Casa do Curro) - Deu-La-Deu

Restaurantes

A Galiza Mail'O Minho

Avenida das Caldas • 251 030 092

Cabral

Rua 1^o de Dezembro • 251 651 775

Café das Termas

Rua Conselheiro João da Cunha
 251 652 404

Churro

Urb. Boavista - R/C Bloco B, loja 7
 251 654 548

Cozinha do Convento

Qt.^a do Convento de St. António
 251 640 090

D'Alice

Portas do Sol • 251 656 348

Deu-la-Deu

Praça da República
 251 652 137

Dona Maria

Qt.^a da Caldeira – Estrada de Melgaço
 251 656 187

Flor do Minho

Largo João de Deus • 251 651 420

Fonte da Vila

Estrada de Melgaço • 251 656 269

Lagoa Verde

Lgr da Lagoa – Cortes • 251 652 458

O Arado

Rua dos Nerys • 251 653 371

O Pinheiral

Pinheiral – Moreira • 251 666 857

O Rosal

Rua D. Pedro V • 251 656 372

Palaciu's

Lugar da Cheira – Pinheiros
 251 666 659

Pedro Macau

Ponte do Mouro – Ceivães
 251 531 354

Quinta da Oliveira

Urb. Qt.^a da Oliveira • 251 656 123

Sabores

Lodeira – Cortes • 251 648 888

Sete a Sete

Rua Conselheiro João da Cunha
 251 652 577

St. Tropez

Lugar de Sande – Trute • 251 666 447

Val de Poldros

St.^o António de Val de Poldros – Riba de Mouro • 251 561 401

www.petiscos.com

Av. da Boavista Bloco A - Fracção C
 919 762 957



Em **Santo Tirso** a gastronomia é característica do Minho e Douro Litoral, região onde se integra. Sendo uma das potencialidades mais representativas do Concelho, atrai não só os seus apreciadores, como também aqueles que associam a boa mesa ao conhecimento do património cultural e natural. São inúmeros os restaurantes que bem confeccionam as iguarias tradicionais, como o cozido à portuguesa, com vários tipos carnes e enchidos, o cabrito e vitela assada no forno, acompanhados de batatinhas, os saborosos rojões, a feijoada, o arroz “pica no chão” e os mais variados pratos de bacalhau. Não esquecendo de referir o famoso Vinho Verde da região para acompanhar.

Mas é na doçaria, rica e de longa tradição que Santo Tirso mais se destaca: os pasteis Jesuítas e Limonetes, as Bolachas do Mosteiro de Santa Escolástica, bem como, o Licor do Mosteiro de Singeverga, preparado por destilação directa de plantas aromáticas de reconhecidas propriedades balsâmicas e terapêuticas. Santo Tirso ConVida!



Cozido à Portuguesa

Ingredientes: 500 gr de niso de vaca • 500 gr. de entrecosto/costelinha • 500 gr. de toucinho fumado (bacon) • ½ orelheira salgada pequena • ½ frango • 1 salpicão • 1 chouriça de carne • 1 chouriça de sangue • 1 morcela • 2 couves pencas • 1 couve branca • 4 cenouras • 8 batatas médias • 1 chávena de arroz • sal q.b.

Coloca-se numa panela a carne de vaca, deixa-se cozer um pouco, de-

pois junta-se a galinha e tempera-se com sal. Noutra panela cozem-se as restantes carnes e as chouriças. Colocam-se os legumes na panela da carne de vaca e depois deitam-se as batatas inteiras, apenas com um corte. Quando estiverem cozidas, juntam-se as carnes salgadas. Partem-se as carnes, dispõem-se na travessa acompanhadas dos legumes e das batatas. Serve-se bem quente e acompanhado de arroz.

Jesuítas

Ingredientes para a massa: 300g de farinha • 250g de manteiga • 1 a 1,5dl de água • sal

Para o recheio: 2 claras • 6 colheres de sopa de açúcar • canela em pó.

Prepara-se a massa folhada com os ingredientes indicados e estende-se em tiras com cerca de 4mm de espessura. Batem-se as gemas com o açúcar, Barram-se as tiras de massa com este preparado e dobram-se. Cortam-se as tiras em triângulos.

Batem-se as claras em espuma e nesta altura começa a juntar-se o açúcar continuando sempre a bater-se até se obter um merengue pouco espesso. Adiciona-se um pouco de canela em pó. Barra-se a parte superior dos jesuítas com este merengue e levam-se a cozer em forno quente, mas sem exagero.

[“Artefactos. Os Artesãos e o Artesanato em Santo Tirso; MODESTO, Maria de Lourdes In “Cozinha Tradicional Portuguesa”, Verbo, pág. 41]



Restaurantes

Adega do Rodrigo

Rua de Forjães, nº 238 – Lamelas
252 891 476

Assunção

Monte de N^a Sr^a da Assunção - Monte
Córdova • 252 898 262

Barreira

Edifício Camões - Rua José Bento
Correia, nº 217 • 252 852 101

Cá-Te-Espero

Av^a da Boavista, nº 113 – Rebordões
252 852 500

Dona Unisco

Hotel Cidnay - R. Dr. João Gonçalves
252 859 300

Mira Parque

Rua Francisco Moreira, nº 10-12
252 852 248

Mira Rio

Rua João Paulo II, nº 400 – Rebordões
• 252 853 492

O Escondidinho

Rua das Escolas, nº 180 - S. M. de
Negrelos • 252 841 355

Olímpico

Rua Sousa Trêpa, nº 63
252 808 780

Ponto Final

Tv. Veiga do Leça, nº 26 – Lamelas
252 891 095

S. Lourenço

Rua Ponte de Pingueta, nº 211 - Vila
das Aves • 252 872 910

S. Rosendo

Praça 25 de Abril, nº6252 853 054

Tirsense

Praça Conde S. Bento, nº 25
252 852 889

Universal

Praça Camilo Castelo Branco, nº 34
252 098 375



Em **Vila do Conde**, a gastronomia reflete a sua situação geográfica em relação ao mar e à rica região agrícola. É particularmente apreciado o cabrito assado e pratos de peixe e marisco sempre frescos. Os doces conventuais são uma tradição secular em Vila do Conde. Os Conventos e Mosteiros foram, desde cedo, os grandes impulsionadores destas tradições, e Vila do Conde é disso exemplo, com os Mosteiros de Santa Clara ou Vairão.

Petinga à moda das Caxinas

A “Petinga à moda das Caxinas” é uma Caldeirada de Petinga com batata acompanhada de farinha de pau que usa uma diversidade enorme de ingredientes que lhe conferem um sabor típico e único. Cebolas às rodellas, alho picado, tirinhas de pimentos, salsa picada, loureiro e massa de tomate juntam-se às rodelas da batata e em conjunto com a petinga são confeccionados com a arte e dedicação do povo das Caxinas. O tempero baseia-se no sal, vinho maduro e azeite. A tradicional farinha de pau é feita usando a calda da petinga, o que lhe transmite um gosto excepcional.

Barrigas de Freira

A partir do século XVI, a arte de doçaria passa a ser cultivada, com esmero requintado, por quase todos os mosteiros e conventos existentes no país. O real Mosteiro de Santa Clara de Vila do Conde, um dos mais belos e grandiosos do país foi das casas religiosas onde a arte de doçaria atingiu o maior esmero e perfeição. As Barrigas de Freira, como doçaria conventual caracterizam-se por serem elaboradas principalmente com grandes quantidades de açúcar e gemas de ovos.

Restaurantes

Adega do Monte

Rua das Donas, 2 • 252 631 666

Adega dos Testas

Rua Comendador António Fernandes da Costa, 63 • 917 377 318

Alfândega

Largo da Alfandega • 252 041 613

Bombordo

Av. Marquês Sá da Bandeira
252 638 829

Costa Verde

Rua Dr. Pereira Júnior, 138
252 631 835

Fusão-Lounge

Praça José Régio, 124 • 917 070 089

Le Villageois

Praça da República, 94 • 252 631 119

Posta do Conde

Av. Júlio Graça, 160 • 252 696 255

Praça Velha

Largo Antero de Quental, 33
252 612 121

Ramon

Rua 5 de Outubro, 176/8
252 631 334

S. João

Av. Brasil, 582 • 252 631 275





A antiquíssima história de **Alfândega da Fé** funde-se com a riqueza da sua gastronomia, com a diversidade de combinações de géneros, modos e preparações e com a qualidade dos seus produtos da terra e pecuários. Os comeres tradicionais incluem as típicas sopas das cegadas, o bacalhau assado, com batatas e os grelos, bem regado com o seu azeite de excelência as casulas secas. Não nos podemos também esquecer dos pratos de caça, sobretudo o coelho e a perdiz. O porco multiplica-se em sabores ou dependurado sob a forma de enchidos no fumeiro de todos os lares. Os queijos de ovelha para além, claro está, das magníficas cerejas locais. E depois os Rochedos e os Barquinhos, doces de amêndoa. Da junção de todos estes comeres tradicionais com um toque de modernidade o Chefe Marco Gomes elaborou uma ementa rica de paladares: como entrada uma tartelete de alheira de Alfândega da Fé, Espeto de vitela grelhada com feijoada de enchidos e arroz branco e para finalizar um pudim de castanhas com gelado de cereja aromatizada com bagaceira da nossa terra.



Ativação

Prevê-se que o programa de animação decorra durante o mercadinho da flor da amêndoa que se realiza aos fins de semana (último de Fevereiro e todos os do mês de Março) onde está incluído o fim de semana gastronómico. Este mercadinho conta com a participação de vários expositores

de produtos regionais e também com workshops de gastronomia e de actividades relacionadas com o meio ambiente, tem também a vertente musical com a participação de grupos do concelho e provas de produtos assim como lançamento de outros.

Restaurantes

Cantinho de S. Francisco

Vale do Boi • 279463019

Hotel & SPA Alfândega da Fé

Alto da Serra de Bornes, Estr. Nac.
- 315 Apartado 23 • 279 200 260



Da lampreia ao sável, do cabrito à vitela, passando pelo dourado das rabanadas ao pão de ló, são diversas as iguarias que aqui fazem as delícias dos apreciadores. Obrigatório mesmo é acompanhar com o afamado vinho verde tinto de **Paiva**, dos melhores da região e várias vezes premiado a nível nacional.

Arroz de Lampreia

Mergulha-se a lampreia inteira em água a ferver para lhe retirar o “lismo” (a goma que reveste a pele da lampreia e que a torna escorregadia). Depois de limpa, tira-se a tripa, corta-se em postas e coloca-se a marinar durante algumas horas (de preferência de um dia para o outro) num tempero de vinho tinto verde, alho, vinagre de vinho tinto verde, sal a gosto e salsa. Numa

panela faz-se um estrugido de cebola com azeite, junta-se a lampreia com a marinada e deixa-se refogar durante cerca de 15 minutos. Vai-se acrescentando água aos poucos e à medida que for necessário. Retira-se a lampreia e mete-se o arroz a cozer na calda.

Depois de cozido junta-se novamente a lampreia e serve-se, polvilhado com salsa ou não, depende do gosto pessoal.



Creme Queimado

Ferve-se o leite com casca de limão ou de laranja e açúcar a gosto. À parte, incorpora-se gemas de ovo, farinha maizena e um pouco de leite, até formar uma mistura uniforme, que se acrescenta ao leite a ferver. Deixa-se ferver durante breves minutos em lume brando até engrossar. Despeja-se nas taças em que vai ser servido, deixa-se esfriar, polvilha-se de açúcar e queima-se com ferro próprio.

Restaurantes

Casa do Zé

Av. General Humberto Delgado, 59 -
Sobrado • 255 689 929

D. Amélia

Quinta do Casal - Bairros
255698773

Porta da Chã

Lugar da Chã - Bairros • 255 698 704



O concelho de **Esposende** - Terra de Mar do distrito de Braga - presenteia-nos com uma gastronomia baseada na excelência dos peixes e mariscos, preparados e cozinhados com arte e mestria pelos profissionais da restauração. Realce-se, em época, a lampreia do rio Cávado, passando pelos robalos e polvos do mar de Apúlia, para além dos sargos, fanecas, carapaus, congros, sardinhas e ainda tantos outros mimos que fazem o gosto aos comensais. Da multiplicidade de "Sabores do Mar" que caracterizam a gastronomia de Esposende, merecem especial referência outros produtos endógenos como os Vinhos Verdes de quinta dos produtores engarrafadores do concelho, os hortícolas da franja litoral, a doçaria local com destaque para as conceituadas Clarinhas de Fão, ou ainda os queijos e manteigas dos Lacticínios de Marinhas.

Lampreia

A lampreia sangra-se suspensa, retirando a tripa e abre-se a cabeça, tira-se o fígado, as ovas e corta-se o rabo. Limpa-se cuidadosamente e corta-se às postas (toros) mergulhando-se em vinho. O sangue deve ser recolhido numa tigela de loiça e emulsionado em vinagre e vinho. Deixa-se marinar 2h a lampreia com o sangue, vinho, sal, pimenta, alho e salsa. No tacho coloca-se a cebola picada, água, chouriço e os toros da lampreia escorridos. Refoga 10min. Retira-se a lampreia e acrescenta-se a calda com água. Quando ferver, lança-se o arroz e quando estiver quase pronto deita-se o sangue. Ao ir para a mesa junta-se a lampreia. Deixa-se ficar um "arroz a fugir".

Clarinhas de Fão

Doce de Chila: Coze-se a chila depois de descascada e tirada a "tripa". Esfia-se e deixa-se de molho 2 dias. Em seguida espreme-se, pesa-se e põe-se igual porção de açúcar. Vai ao lume o açúcar até ganhar ponto de reбуçado. Deita-se chila e depois de estar em ponto leve, retira-se do lume e misturam-se as gemas necessárias (+-6).

Massa Tenra: Põe-se uma porção de farinha num alguidar, abre-se uma cova ao meio e deita-se um pouco de manteiga. Amassa-se, colocando uns golos de água tépida temperada com sal e depois de repousar um pouco, estendem-se os pastéis e recheiam-se com a chila. Vão a fritar em pingue e rilada e, finalmente, polvilham-se com açúcar moído ou "icing sugar".



MARÇO • 2, 3, 4

Animação

ROTEIRO DE VISITA - 3 de Março
(sábado à tarde)

Visita de autocarro ao concelho de Esposende, incluindo degustações gastronómicas e provas vínicas
Concentração no dia, às 14h00, junto às Piscinas Foz do Cavado, cidade de Esposende.

Inscrições antecipadas até às 14h00 do dia 2 de Março, através do telefone 253 960 100 ou via e-mail

FUN PARK - 4 de Março (domingo) - Parque Radical - Cidade de Esposende
FESTIVAL INFANTIL DE FOLCLORE - 4 de Março (domingo) - 15h00 -

Parque Radical - Cidade de Esposende
FEIRA DE VELHARIAS - 4 de Março (domingo) - 10h00_19h00_Largo Rodrigues Sampaio_ Cidade de Esposende

Restaurantes

Adega O Forno

Av. da Praia nº54 Apúlia
253 982 647

Adega Regional O Saloio

Lrg. do Pelourinho nº 7 • 253 966 232

Agua Pé

Av. Henrique de Barros Lima, nº 6
253968519

Atlântico

Av. Raul de Sousa Martins. Ofir- Fão
253 989 800

Azeite e Alho

Rua do Facho. Lt.13 Apúlia
253 987 048

Biqueirão

Fua do Fagil - Lugar dos Lírios- Fão
253 968 517

Camelo

Rua do Facho. Lt.14 loja3 Apúlia
253 987 600

Cantinho dos Lírios

Rua dos Lírios- Fão 253982381

Castelinho d'Apúlia

Avenida Marginal Apúlia
253 964 046

D. Quina

Lgr. de Cedovem-Apulia • 253 982 717

D. Sebastião

Rua 19 de Agosto • 253 961 414

Estalagem Zende

Av. Henrique de Barros Lima
253 969 090

Foz do Cávado

Av. Eng. Arantes Oliveira nº 58
253 966 755

Lima

Rua Ponte D. Luis Filipe-Gandra
253 961 686

Mananita

L. Rodrigues Sampaio • 253 963 888

Martins dos Frangos

Av. V. S. Januário, nº24-Fão
253 981 470

Mira Rio

Rua Ponte D. Luis Filipe - Gandra
253 964 429

O Buraco

Av. Eng. Arantes de Oliveira, nº50
253 986 385

Reguenga

Rua de Ribes -Antas 253 871 523

Rita Fangureira

Rua Azevedo Coutinhoº 23 Fão
253 981 442

Salgueira

Rua da Salgueira- Cedovem-Apulia
253 982 538

Santo Antonio

Rua das Velascas, nº8 - Palmeira do Faro • 253961166

Tio Pepe

Rua dos Bombeiros Voluntários nº4- Fão • 253 981 510

Tiro no Prato

Rua Miguel Pacheco Azevedo-Antas
253 871 242

Três Arcos

Rua Augusto José Teixeira – Fão
253 982 153

Varandas do Cávado

Av. Eng. Arantes de Oliveira
253 969 400

Xclubhouse

Quinta da Barca - Gemeses
253 966 442

Zé dos Leitões

Av. Marcelino Queiroz, 130-Forjães
253 876 074



Alheira de Mirandela Especialidade Tradicional garantida

Enchido tradicional fumado, feito de carnes diversas (de porco e de aves, podendo levar carne de caça, de vaca, salpicão ou presunto) cozidas e condimentadas (sal, alho e colorau doce e/ ou picante), azeite de Trás os Montes e pão regional de trigo. Tem formato de ferradura, cilíndrico e cor alaranjada. O comprimento é variável (20 a 25 cm), o diâmetro vai de 2 a 3 cm e o peso de 150 a 200g; o invólucro é constituído por tripa seca de vaca ou de porco. A carne deve constituir pelo menos 60% e o pão um máximo de 25% do total de matérias primas. O sabor é característico destacando-se a condimentação com alho que estará na origem da sua designação de alheira. A fumagem é feita com lume grande de madeira de oliveira, ou de quercíneas, durante um período inferior a oito dias.

Pudim de Azeite de Trás os Montes

Entende-se por Azeite a gordura líquida directamente obtida do fruto da oliveira, à temperatura de 20 °C. O Azeite de Trás-os-Montes é um azeite equilibrado, com cheiro e sabor a fruto fresco, por vezes amendoado, e com uma sensação notável de doce, verde amargo e picante. O azeite é considerado a mais nobre gordura alimentar devido aos inúmeros benefícios inerentes ao seu consumo, entre os quais se destacam o facto de não elevar a taxa de colesterol total no sangue, reduzir o risco de enfarte e de trombose arterial, ter acção preventiva contra o cancro e ser bem tolerado pelos diabéticos.



A cozinha **mirandense** excede o quotidiano das «postas», a rotina dos ranchos, as festas do leitão, o ciclo dos cogumelos, a celebração do cabrito e das caçadas, a Páscoa dos folares, o petisco dos tordos azeitoneiros e dos peixinhos do rio, a saudade das cascas e das sopas rijadas, os azedos, os queijos e as azeitonas, aqui o azeite e a alheira é que dão o grande contributo para a felicidade gastronómica geral.



Animação

Feira da Alheira – Exposição e venda de produtos locais, nomeadamente Alheira de Mirandela e Azeite de Trás-os-Montes, animação musical e actividades cinegéticas.

Restaurantes

A Adega

Av 25 de Abril, 866 • 278 263 330

D. Afonso III

Rua D Afonso III, Ed. Lagar – Porta 1
278 203 563

D. Maria

Rua Dr Jorge Pires.3 • 278 263 330

Flor de Sal

Parque Dr. José Gama • 278 203 063

Luso Brasileiro

Rua Santa Luzia, 18 • 278 249 059

O Cândido

Rua Dr Jorge Pires • 969 259 384

O Grês

Av. N.º S,ª do Amparo • 278 248 202

O Lagar

Av Da Republica, 118 • 278 261 001

O Loureiro

Av das Amoreiras, Ed. Belo – R/C
278 263 593

O Pomar

Av. Francisco Sá Carneiro
278 249 277

O Recanto

Travessa de Santa Luzia
278 262 524

Pinheiro

Travessa de São Cosme, 9
278 263 806

Rei D'Orelhão

Lamas de Orelhão • 278 979 074

Távora

Av. Varandas do Tua, Lj, 4
278 249 200

Transmontano

Rua João Maria Sarmento Pimentel,
166 – 1º E • 278 265 108

MARÇO • 2, 3, 4



Com ou sem influência da gastronomia de outras regiões, nomeadamente da Beira Alta e do Convento de Arouca, podemos afirmar que **Oliveira de Azeméis** tem pratos originalmente seus.

Ao Pão de Ul, verdadeiro ex-libris oliveirense, juntam-se as Papas de S. Miguel e, para esta edição dos fins-de-semana Gastronómicos, a Vitela Assada em forno. A carne de vitela é um produto reconhecido e configurador de identidade própria à região do Entre Douro e Vouga, na qual se insere o município de **Oliveira de Azeméis**.

A vitela assada tradicional, na qual se salienta a nobreza da carne aliada ao sabor e saber de gerações passadas que legaram a este território esta iguaria, conta com uma preparação simples que assenta no uso de salsa, alho, azeite e colorau, e, antes da colocação da vitela ao forno (preferencialmente a lenha), a marinada de vinho branco e alho. A acompanhar, o arroz de forno confeccionado com uma calda rica de ossos de vitela e fumeiro de porco, e/ou batatas assadas no forno.

Para sobremesa, os doces de colher, tais como o creme queimado, aletria, formigos, rabanadas de leite ou vinho, entre muitos outros em que o conceito de Oliveira de Azeméis é pródigo.



Pão de Ul

A confecção do pão de Ul está entregue a cerca de três dezenas de padieiras, que ainda confeccionam o pão de forma artesanal e sem recurso a maquinaria.

Numa amassadeira junta-se a farinha, fermento, sal e água. Assim se obtém a massa de panificação, da qual se vai tender, com mestria, muitos "bolos" com o mesmo tamanho. Estes são pousados em tabuleiros,

previamente polvilhados com farinha peneirada, para levedarem. O tipo de lenha que se põe a arder no forno, bem como a temperatura da água e o tipo de farinha que as padieiras utilizam na confecção do pão, são segredos bem guardados que, dizem, "interferem na textura, na cor e no gosto do alimento". Atingida a temperatura ideal, o forno é limpo das brasas e as padas são formadas.



Restaurantes

Art Club 1883

Rua Bento Carqueja • 256 281 386

Brasão de Azeméis

Rua Tomás Figueiredo Araújo Costa
256 683 227

D. Gomado

Rua Doutor Albino dos Reis - Edifício
Dighton • 256 661 371

Diplomata

Rua Dr. Simões dos Reis, 125
256 682 590

Hídrica do Caima

Av. Soares de Basto, n.4346 - Palmaz
256 990 003

Las Vegas City

Avenida dos Descobrimentos -
Nogueira do Cravo • 256 866 196

Lindolfo

Rua Villa Cesari 45 - Gândara - Cesar
256 851 721

Magnólia

Rua Francisco Landureza, Lt. 17 - Z.
Industrial • 256 602 360

Montebelo

Urb. Cimo Vila - Praceta Arq.º João
Santos - Nogueira do Cravo
256 866 546

Pinheirense

R. Figueiredo Cima - Pinheiro
Bemposta • 256 999 485

Pinheiro

Rua de Vermoim - Vermoim - Ossela
256 484 685

Pouso Alto

Sanfins - Travanca • 256 991 015

Quinta do Barão

Apartado 24 - Loureiro • 934 908 925

Ricoca

Parque La Salette • 912 779 692

Solar (Ramos)

Vale do Solar - Pindelo • 256 602 066

Tasquinha Alentejana

Rua D. Egas Odoriz, nº 94 - Cucujães
256 892 394



Em **Ponte de Lima** a gastronomia, succulenta e saborosa tem o seu ex-libris no Arroz de sarrabulho, servido com rojões de porco. Um prato rico e sabores e tradição. O louro, o cravinho, a noz moscada, o sal e a pimenta temperam as carnes que, depois de cozinhadas e desfiadas, se juntam ao Arroz. O sabor singular dos cominhos é acrescentado no fim. O porco é uma das principais bases da cozinha limiana. O Porco é o ingrediente rei. Não podem deixar de saborear a textura do leite-creme queimado pela fêrrea – um ferro em brasa com o qual se queima o açúcar espalhado à superfície do creme. Pegando nas palavras de António Manuel Couto Viana “Sarrabulho sem remate de leite creme é como mesa sem pão, que só no inferno a dão”.

Localizada na zona do afamado e mundialmente únicos vinhos verdes, com realce para a casta loureiro nos brancos e para o vinhão nos tintos. Os vinhos verdes de qualidade distinguem-se facilmente pela cor e pelo aroma, que os caracteriza. Refrescantes e frutados, os vinhos verdes de Ponte de Lima devem ser apreciados devidamente o branco muito fresco, combinando divinamente com os pratos e doçarias tradicionais limianas.



Arroz de Sarrabulho

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

Preparação: Num tacho, põem-se as carnes todas a ferver em 3 litros aprox. de água fria, junta-se um pouco de louro, cravinho, noz moscada, sal e pimenta. Deixam-se cozer as carnes muito bem retirando a espuma que se forma na superfície. Logo que as carnes estejam bem cozidas, retira-se tudo do lume. As carnes depois de arrefecidas são desfiadas. À calda de cozer as carnes, depois

de rectificadas os temperos é retirada a gordura que porventura esteja a mais, leva-a novamente ao lume e deixa-se levantar fervura tendo já acrescentado a água necessária. Junta-se o arroz. Quando estiver meio cozido, junta-se as carnes desfiadas e o sangue liquefeito. Rectificam-se temperos e deixa-se ferver até o arroz estar cozido completamente. Junta-se-lhe, então, sumo de limão, cravinho e cominhos em pó. Serve-se, de imediato. Em travessa à parte vão os rojões e as frituras de belouras, chouriça de verde e tripa enfarinhada. Os rojões levam também batata loura, cortada em cubos e vão guarnecidas as travessas com limão às rodas e salsa em ramo.

Receita de D. Belozinda Varela

Animação

Concertinas, Cantares ao desafio,
Ranchos Folclóricos

Restaurantes**A Cozinha Velha**

Queijada • 258 749 664

A Torre

Rua do Postigo • 258 741 293

Beco das Selas

Beco das selas • 258 943 576

Brasão

Rua Formosa • 258 941 890

Braseiro

S. João da Ribeira • 258 742 509

Caipira

Lrg. Dr. Ferreira Carmo • 258 942 077

Cantinho da Queijada

Queijada • 258 741 370

Carvalheira

Sabadão, Arcozelo • 258 742 316

Casa Borges

Correlhã • 258 942 442

Casa das Cheias

Passeio 25 de Abril • 258 741 092

Cedro

Seara • 258 942 155

Diamante Azul

Rua de Vandeuve • 258 742 754

Encanada

Passeio 25 de Abril • 258941189

Escondidinho

Rua do Rosário • 258 942 828

Expresso

Rua Inácio Perestrelo
258 942 849

Fátima Amorim

Correlhã • 258 944 081

Império

Av. 5 de Outubro • 258 874 1510

Manuel Padeiro

Rua do Bonfim • 258 941 649

Monte da Nó

Correlhã • 258 942 973

O Açude

Arcozelo • 258 944 158

O Cunha

Gandra • 258 948 286

O Olho Marinho

Urb. Olho Marinho • 258 943 856

O Prego

Rua general Norton de Matos
258 743 472

Picadeiro

Centro Equestre - Feitosa
258 943 834

Pinheiro Manso

Lugar de Giesta - Seara
258 742 263

Rotunda da Feitosa

Feitosa • 258 742 003

Sabores do Lima

Rua Dr. António Magalhães
258 931 121

S. Nicolau I

Fontão • 258 732 086

S. Nicolau II

Rua Cónego Manuel B. Correia
258 742 806

Sr. da Paz

Rua general Norton de Matos
258 943 064

Solar das Arcadas

Vitorino das Donas • 258 732 222

Solar do Taberneiro

Centro Comercial Rio Lima
258 942 169

Sonho Azul

Fontão • 258 733 284

Sonho do Capitão

Correlhã • 258 741 138

Taverna Vaca das Cordas

Rua Beato Francisco Pacheco
258 741 167

Tulha

Rua Formosa • 258 942 879



MARÇO • 2, 3, 4



S. João da Pesqueira fica no coração do alto Douro Vinhateiro, a mais antiga Região Demarcada do Mundo, onde nasce o famoso Vinho do Porto e vinhos de mesa de prestígio incomparável. As paisagens da região, sucessão infinita de encostas rasgadas em socavos que os homens desenharam, surpreendem pela grandeza e convidam a uma viagem através da história.

Este povoamento remonta a tempos ancestrais, prova disso são os inúmeros vestígios arqueológicos encontrados pelo concelho. O concelho apresenta a maior área classificada de Património Mundial (cerca de 20%), marcado e reconhecido pela sua antiguidade, pelos seus terraços e pela sua cultura, tornando-o assim num ex-libris da região duriense.

A vinha e as quintas levaram a que alguns comerciantes e produtores portugueses e ingleses tivessem escolhi-

do o concelho de S. João da Pesqueira para se instalarem na região nos séculos XVIII e XIX. Resultado desta ocupação e da tradição nobre são as casas solarengas que são dos melhores exemplares da arquitectura senhorial do Douro. A gastronomia no concelho de S. João da Pesqueira está recheada de iguarias, cujos segredos de confeção se perdem nos memoráveis tempos dos nossos avós, em receitas saborosíssimas de culinária, raras vezes pas-sadas a papel. O concelho é rico na sua imensa variedade e qualidade gastronómica, os típicos pratos e doçarias regionais, são justamente afamados pelo facto de nada ser deixado ao acaso, nunca perdendo aquele toque de rusticidade e autenticidade primitivas. São inúmeros os pratos típicos da região, dos quais se destacam o célebre cabrito assado, arroz de cabidela, bacalhau assado, entre outros.

Pataniscas de Bacalhau com Arroz de Feijão

Ingredientes (15 pataniscas): 3 Postas de bacalhau • 1 Cebola pequena bem picadinha • 3 Ovos • 150g de farinha com fermento • Salsa picada • Pimenta q.b. • Sal fino q.b. • Óleo • azeite para fritar

Numa panela com água a ferver, coloque o bacalhau a cozer durante 10 minutos. Depois de cozido, retire o bacalhau, deixe arrefecer e de seguida desfie o bacalhau. Guarde a água do bacalhau para o arroz. Parta os ovos para um recipiente, bata-os, junte a farinha e mexa bem, junte a cebola picada, o bacalhau, a salsa picada, a pimenta, sal caso seja necessário e misture tudo bem. Coloque 2/3 de óleo numa frigideira e 1/3 de azeite a aquecer. Depois do óleo quente, coloque cozer de pataniscas a fritar. Retire as pataniscas para um prato com papel.

Aletria

Ingredientes (5 pessoas): 500 gr. de aletria • 4 Cascas de limão • 500 gr. de açúcar • 1 Litro de água • 1 Litro de leite • 100 gr. de manteiga • Sal q.b.

Numa primeira fase, deverá juntar-se o leite, água, manteiga, sal, açúcar, e limão. Quando tudo isto começar a ferver, junta-se a massa e quando esta estiver devidamente cozida, coloca-se "estendida" num tabuleiro para secar. Deverá ser cortada em pedaços para ser servida.

Animação

Ranchos, Bandas Filarmónicas, Representações Etnográficas enquadradas na Festa dos Saberes e Sabores do Douro, edição 2012.



Restaurantes

A Toca da Raposa

Ervedosa do Douro • 254 423 466

Aguiar

Paredes da Beira • 254 477 191

Cantiflas

S. João da Pesqueira • 254 484 474

Carocha

S. João da Pesqueira • 933 285 320

Cepa Velha

S. João da Pesqueira • 254 484 597

Cruzeiro

Paredes da Beira • 254 463 012

O Casarão

Trevões • 254 477 247

O Forno da Devesa

S. João da Pesqueira • 254 484 414

O Nacional

Valongo dos Azeites • 254 474 066

Pesqueirense

S. João da Pesqueira • 254 481 102



Doçaria de Barcelos

Em Barcelos existe uma vasta e rica doçaria tradicional de base conventual e rural com características muito próprias e de qualidade impar, confeccionada nos restaurantes. Destacam-se os famosos doces de romaria, as laranjinhas doces, as queijadinhas, os sonhos, os doces da casa entre muitos outros, que são um convite a visitar Barcelos dada à sua variedade e riqueza.



As iguarias típicas do Minho assumem em **Barcelos** características únicas, marcadas pelos sabores intensos que são uma homenagem à arte de bem cozinhar. Esta base tradicional e ancestral com retoques de modernidade é visível em várias iguarias, mas especialmente nas confeccionadas com o Galo, nomeadamente no Galo à moda de Barcelos que faz das ligações à Lenda do Galo e à salvação do peregrino a Santiago, a sua base identitária, numa execução de pura arte gastronómica e de jogos de sabores com produtos da terra. Este acto histórico e lendário é recriado de forma singular de restaurante para restaurante.

Galo Assado à moda de Barcelos

Ingredientes: Galo • Cebola • Azeite • Vinho Verde • Batatas • Chouriço • Toucinho • Tomate

Preparação: Limpe o galo, retirando os miúdos, e tempere-o no dia anterior com cebola, azeite e vinho verde. Pegue nos miúdos, no chouriço e no bacon e pique tudo na máquina, formando uma pasta para recheio do galo. À parte prepare uma assadeira com rodelas de cebola, azeite e tomate, coloque o galo já recheado e as batatas, como acompanhamento. Vai ao forno para assar durante 50 minutos. O galo é servido inteiro recriando o milagre da lenda e só depois é que é trinchado.

Animação

Rotas Turísticas; Animação Folclórica; Animação Musical

Restaurantes

A Cozinha da Beatriz

Rua da Estrada – Open Center - Adães • 924 376 121

Abel Martins

Rua do Fráz, nº 715 - Várzea
253 832 793

Azeitona

Rua Duques de Barcelos, n.º 77
967 004 469

Bagoeira

Av. Dr. Sidónio Pais, 495 • 253 81 1236

Belo Horizonte

Monte Real • 252 96 1344

Bom Gosto

Av. Paulo Felisberto, 164 - Arcozelo
253 81 4110

Casa dos Arcos

Rua Duques de Bragança, 185
253 81 1975

Casa Lourenço

Lugar da Igreja - Areias S. Vicente
964 355 380

Chuva

Lugar de Mereces - Barcelinhos
253 83 1242

Dom António

Rua D. António Barroso, 87
253 812 285

Dom Carlos

Lugar de Trás do Prado - Silva
253 881 311

Engenho dos Fornos

Lgr. da Estrada - Adães • 253 914 070

Fada de Água

Urb. Das Calçadas - Edf. Sta. Clara,
cx 5039 - Arcozelo • 253 824 428

Furna

Lrg. da Madalena, nº105 • 253 81 1177

Furnazinha

Rua Principal, nº167 - Vilar do Monte
253 86 1879

Galliano

Campo 5 de Outubro, nº20 • 253 81
5104

Galo Novo

Av. S. João, nº700 - Lugar de Mereces
- Barcelinhos • 253 83 1728

La-Lai

Rua Dr. José António P. Machado,
357 - R/c • 253 81 4279

Manjar das Estrelas

Lgr. de Crujães - Várzea • 253 834 650

Messias

Lugar da Igreja - Galegos S. Martinho
253 84 1180

Muralha

Largo da Porta Nova • 253 812 042

Oliveira

Largo do Município, 17 • 253 814 775

Os Mouros

Rua Henrique Correia - Arcozelo
253 81 6865

Pedra Furada

Rua Santa Leocádia, 1415 - Pedra
Furada • 252 951 144

Pérola da Avenida

Av. D. Nuno Álvares Pereira, 50
253 821 363

Rústico

Lgr. do Terreiro - Mariz • 253 815 250

Salsa Pura

Rua Pedro Álvares Cabral, 136, R/C
-Arcozelo • 253 825 275

Sinfonias

Rua do Meio Mundo, 43 • 253 831 684

Solar Real

Prç. de Pontevedra, 15 • 253 813 439

Sonho do Cávado

Lugar do Assento - Rua da Igreja -
Manhente • 253 843 099

Três Marias

Rua Barjona de Freitas, 137
253 813 200

Tropical

Rua da Estrada, 793-805 - Várzea
253 832 312

Turismo Lounge

R. Duques de Bragança • 253 826 411

Vera Cruz

Av. Dr. Sidónio Pais, 379
253 81 1333



A gastronomia tradicional **mirandesa** faz despertar por si só os cinco sentidos e o visitante nunca conseguirá esquecer o paladar macio da posta mirandesa, o suculento cordeiro de raça churra galega mirandesa, o sabor singular do fumeiro, a intensidade da bola doce e o inigualável vinho agreste produzido nas Arribas do Douro. Associada a gastronomia, a memória nunca irá olvidar o “belo horrendo da paisagem” do conchelo mirandês inserido em pleno Parque do Douro Internacional onde o “som do silêncio” é de uma beleza cons-trangedora. Por isso, é difícil falar de gastronomia sem falar da cultura, da tradição, do património, da fauna, da flora e da Lhéngua Mirandesa. Venha provar e conhecer este paraíso chamado Miranda do Douro, onde os saberes e sabores ainda perduram ao longo do tempo.

Posta à Mirandesa

Ingredientes: 1,200Kg de Carne de Vitela Mirandesa • sal grosso.

Acenda as brasas utilizando lenha que não seja resinosa. O lume deverá estar forte ao início, espalhando-se de forma uniforme pela lareira para que a distribuição do calor seja uniforme. Ponha então a grelha a uma altura de 10 cm das brasas, onde vai colocar as postas com uma espessura de 3 a 4 cm, sem nenhum tempero. Pouco depois ponha um pouco de sal grosso e volte a carne, sem espetar e apenas quando aparecerem à superfície pequenas pérolas de sangue. Deixe a carne na grelha o tempo suficiente para ficar passada consoante o seu gosto, nunca a picando para que conserve a suculência. Acompanhe com batata frita ou assada, legumes ou salada.

Bola Doce Mirandesa

Ingredientes: 1,5Kg de massa de pão • 2 ovos inteiros • 4 gemas • 1 dl de azeite • 50gr de manteiga • 300gr de açúcar • 40gr de canela em pó • 500gr de farinha • sal.

À massa juntam-se os ovos e a mistura das duas gorduras derretidas em banho-maria. Bate-se a massa com a ajuda de um pouco de farinha de modo a ficar com a consistência de uma massa que possa ser estendida com o rolo. Unta-se um tabuleiro com manteiga e polvilha-se com farinha. Estende-se uma folha de massa, polvilhando a mesa e o rolo com farinha. Estica-se e com ela forra-se o fundo e os lados do tabuleiro. Esta camada não pode ficar com buracos, para evitar que o açúcar e canela escapem. Divide-se a canela em sete partes e o açúcar em oito. Polvilha-se a massa com uma parte de açúcar e outra de canela. Estende-se nova camada, esta já muito fina e coloca-se de modo a cobrir apenas o fundo, isto é, a cobrir apenas o açúcar e a canela. Repetem-se estas operações até se obterem sete camadas. Quando se colocar a última camada, nem-se os bordos de modo a obter um cordão. Polvilha-se a última camada com a oitava parte do açúcar. Leva-se a cozer em forno a cerca de 190C, durante 25 a 30 minutos.



Animação

Pauliteiros e Gaiteiros, Passeios de comboio turístico, acompanhamento de grupos em visitas à cidade e concelho, Passeios de Barco (responsabilidade – Estação Biológica Internacional Duero-Douro), Passeios de Burro (AEPGA).

Restaurantes

Miradouro

Rua do Mercado • 273 431 259

Sta. Catarina

Estrada da Barragem • 273 431 255



O Município de **Penafiel** tem referências ancestrais no produto Gastronomia e Vinhos. Já desde a Idade Média se consumiam alimentos que ainda hoje integram a gastronomia tradicional penafidelsense, ou seja, a lampreia, o sável são exemplos categóricos. Em **Penafiel**, os pratos mais típicos são o cabrito ou o anho assado com arroz de forno, o cozido, o sável frito ou de escabeche, e ainda a lampreia, à bordalesa ou arroz de lampreia à moda Entre-os-Rios, tudo bem acompanhado com o excelente vinho verde da região. Na doçaria, são os doces de feira os que mais se consomem, sobretudo os bolinhos de amor, o pão-de-ló, o pão podre, os rosquilhos. A originalidade doceira de **Penafiel** é, no entanto, bem representada pela sopa seca e pelas tortas de S. Martinho, muito apreciados por visitantes e turistas, sendo as tortas exclusivas deste concelho. Venha sentir **Penafiel** e os seus sabores.



Arroz de Lampreia

Ingredientes: Lampreia • Alho, Vinagre de vinho tinto • Pimenta • Sal • Azeite • Cebola • Arroz • Salsa. A lampreia deve ser escaldada com água a ferver e a seguir raspada levemente com uma faca limpa com um pano seco a fim de lhe ser retirado o lismo que envolve a pele.

Depois de limpa coloca-se dentro de um alguidar juntamente com um dente de alho, um copo de vinagre de vinho tinto, sal e pimenta de seguida

corta-se-lhe a cabeça e tira-se-lhe um pequeno nervo que tem junto à mesma, dá-se um pequeno golpe na parte superior da lampreia e outro junto ao umbigo a fim de lhe ser extraída a tripa juntamente com o fel. Depois de se cortar a lampreia às postas faz-se um refogado com um pouco de azeite e coze-se a lampreia em lume brando durante o tempo que se achar necessário, de seguida coloca-se o arroz juntamente com um raminho de salsa.



Restaurantes

O Miradouro

E.N.18 – Entre-os-Rios • 255 613 422

Pensão Aliança

Termas de S. Vicente – Entre-os-Rios
255 612 255

Solar do Souto

Ribaçais – Abragão • 255 941 391

MARÇO • 9, 10, 11



A cultura gastronómica do concelho assenta no crescimento da sua economia rural agrícola dando um valor acrescentado aos seus produtos endógenos. Procura ser autêntica, genuína e a inovação ainda não faz parte das preocupações dos intervenientes, as grandes cozinheiras ainda em funções.

Os milhos que podem ser pobres ou ricos, de coelho bravo, de bacalhau; as couves com feijões; um pato de fricassé com canela tudo bem acompanhado de um verde tinto encorpado são autênticos pitéus a não perder. Para finalizar o repasto que se quer sem pressas e em agradável convívio uma maça Pipo de Basto, chila no forno ou um leite creme caramelizado. Uma boa aguardente ajuda.



Milhos

1 Kg de entrecosto de vitela (ilhada)
 • 1kg de entrecosto de porco • 1 chouriço de carne • 1 chouriço de sangue • um salpicão • 1 pé de porco ou meia orelheira com beija • uma galinha pequena.

Para os Milhos – Duas tigelas grandes de milhos limpos (milho triturado) • uma cebola • 2 dentes de alho • 3 colheres de sopa de azeite • sal.

Cozer a galinha em água e sal, bem como todas as carnes depois de bem limpas. Quando estiveram quase cozidas, introduzem-se na mesma panela os chouriços e o salpicão.

Para os milhos: Põe-se ao lume com água, uma panela de fundo espesso. Ao ferver, juntam-se os milhos bem lavados e isentos de casca. Vão-se mexendo com uma colher de pau para não pegar no fundo. Quando estiveram quase cozidos e se apresentarem espessos, acrescenta-se a água das carnes. Numa frigideira, faz-se um refogado com azeite, o alho e a cebola, podendo também juntar uma colher de polpa de tomate e uma colher de vinagre. Depois de apurado, junta-se os milhos, rectifique os temperos e serve-se num prato coberto com alguns pingos de limão.

Chila no forno

800 gramas de chila • 1 almoçadeira de água • 1 almoçadeira de açúcar • (porque a chila assim está um pouco seca) • Ponto de fio (quando começar a pegar) • 10 ovos (gemas) passados num coador

Preparação: Coloca-se a chila no tacho + calda + gemas vão ao lume sempre a mexer. Quando levanta fervura vai para um prato de ir ao forno e polvilhe-se com canela. Leva amêndoa a gosto. Vai ao forno a gratinar.



Restaurantes

Adega do Maneca

Penaformosa • 919 235 275

Beira Rio

Cerva - Praia das Meadas
964 363 404

Cantinho do Churrasco

Rua Camilo Castelo Branco
259 494 204

Cantinhos dos Sabores

Praça de Cerva • 259 479 060

Hotel de Cerva

Feira da Lomba • 259 470 125

Mineiro

Penaformosa • 964 363 404

Sabores do Tâmega

Belavista • 259 498 239

São Pedro

Recta de Cerva • 259 479 116

Tasca do Xico

Entroncamento • 259 494 178

Transmontano

Rua 25 de Abril • 259 498 105

Venda Nova

Venda Nova • 259 109 415

MARÇO • 16, 17, 18



De uma paisagem diversificada nasce muito poder de escolha. Se **Caminha** é banhada por rios e mar, no prato servem-se os melhores peixes e mariscos. Se Caminha tem serras majestosas, o resultado prova-se à mesa através do cabrito à Serra d'Arga. E se o concelho é conhecido pela arte de bem receber, é com carinho que são confeccionados os melhores doces,

entre os quais se destaca o delicioso arroz doce. E ao aprofundar a cultura e a história da vila, é possível descobrir quem parte com coragem e valentia. Os homens que se aventuram em busca dos peixes mais frescos. O mar é bravo e incerto, mas é dele que vem, por exemplo, o melhor polvo. Do mar, da pedra e das mãos calejadas dos pescadores: é esta a origem do Polvo

do Nosso Mar. Para os apreciadores a vida é mais fácil, basta conseguir escolher entre o polvo cozido, grelhado, panado ou até mesmo seco. Os restaurantes de Caminha têm esta e outras iguarias à disposição de todos os que não resistirem aos sabores da tradição.

MARÇO • 16, 17, 18

Animação

Dia 17 – 09h00 – Percurso Pedestre na Serra D'Arga

Inscrições: 258 721 708 ou 914 476 461 e e-mail

Dias 17 e 18 – 09h00 às 17h00- Mostra de produtos gastronómicos locais com degustação - Postos de Turismo – Caminha e Vila Praia de Âncora

Dia 17 – 11h30 às 14h30 – Degustação “Os sete sabores do Polvo”

Postos de Turismo – Caminha e Vila Praia de Âncora

Exposição de fotografia “Floresta na Paisagem”

15h00 – 18h00 - Galeria

Guntilanis - Vila Praia de Âncora

Dia 18 – 09h00 às 19h00 – Mercado da Torre – Feira de Antiguidades,

Velharias e Usados

Centro Histórico da Vila de Caminha

Cortejo do MAR – 16h00 – Av. Dr.

Ramos Pereira - Vila Praia de Âncora

Restaurantes**A Adega**

Rua João Sá, 161 - Lanhelas

258 727 355

A Grelha

Rua 5 de Outubro, 53 • 967 326 001

Adega do Chico

Rua Visconde Sousa Rego, n.º 30

258 921 781

Amor de Caminha

Praça Conselheiro Silva Torres, 24

258 722 564

Ancora Mar

Rua Cândido dos Reis, 14

258 911 183

Âncora Parque

Largo Dr. Ramos Pereira, 32

258 912 664

D. Belinha - Hotel Meira

Rua 5 de Outubro, 56 • 258 911 111

D. Matilde

Rua do Coto da Pena, n.º 33 - Vilarelho

258 728 132

Do Cais

Rua Conselheiro Miguel Dantas

258 922 196

Duque de Caminha

Rua Ricardo J. Sousa, 111-113.

258 722 046

Fortaleza

Avenida Dr. Ramos Pereira, 81

258 915 276

Foz do Âncora

Rua 13 de Fevereiro • 258 099 105

Gaivota

Rua do Cruzeiro - Moledo

258 921 661

Ínsua

Praia da Foz do Minho - Cristelo

258 722 177

Lagoa Azul

Rua 5 de Outubro, 82 • 963 322 706

Lellis

Avenida Dr. Ramos Pereira, 100

258 912 548

Portobello

Avenida Dr. Ramos Pereira, 22

258 951 949

Primavera

Praça Conselheiro Silva Torres, 99/101

258 921 306

Rei do Churrasco

Rua 5 de Outubro, R/C, Esq., 1217

258 912 115

Remo

Avenida Dantas Carneiro

258 722 707

Retiro da Ponte

Lugar da Ponte, 6 – Vilar de Mouros

258 723 115

Rias Baixas

Avenida Dr. Ramos Pereira, r/c, 231

258 915 110

Rio Coura

Avenida Saraiva de Carvalho, 1

258 921 142

S. Bento

Av. Joaquim Portela, EN 13 - Seixas

258 727 402

Santana

Rua Veiga Pedarrosso, 4 dto

258 958 132

Sereia da Gelfa

Pinhal da Gelfa – Âncora

258 911 630

Solar do Pescado

Rua Visconde Sousa Rego, n.º 85

258 922 794

Tasquinha do Ibraim

Rua dos Pescadores, 11 • 258 911 689

Verdes Lirios

Avenida Dr. Ramos Pereira

258 911 113



Em **Celorico de Basto** come-se bem... e bebe-se melhor. As gostosas couves com feijão, acompanhadas com toucinho, são um prato rústico com tradição. O cabrito assado com arroz de forno, o arroz de cabidela, a vitela assada, o cozido à portuguesa, a feijoada com chispe e uma carne da ilhada assada na brasa com batatas a "murro". Os fumeiros, com destaque para o presunto e salpicão, servem-se a qualquer hora. Com um "copito" de branco ou tinto para o caso tanto faz no intervalo das refeições ou no início das mesmas, acompanha nas conversas e faz as honras das visitas. A delicadeza vem com a doçaria: pão-de-ló, cava-cas, rosquilhos, galhofas... pudim caseiro. E, por cima de tudo isto, a bênção espiritualosa de um bom vinho verde, que o temos bom, também.



Cabrito Assado no Forno

Ingredientes: Cabrito • Vinho branco q.b. • Cebolas • Azeite q.b. • Sal q.b. • 1 Folha de louro • Pimenta q.b. • Alho • Colorau q.b. • Batatas • Arroz

Corta-se o cabrito em pedaços pequenos e lava-se. Depois de lavado e escorrido tempera-se com vinho, alho, salsa, pimenta, louro, sal e azeite. Deixa-se

a marinada para o dia seguinte. Numa assadeira colocam-se cebolas às rodelas, depois o cabrito e rega-se com a marinada. Tapa-se a assadeira e leva-se ao forno médio a assar cerca de duas horas. Meia hora antes de servir, retira-se a prata e deixa-se alourar, aumentando o calor do forno. Pica no Chão

Pão de Ló

Ingredientes: 13 Gemas • 7 Ovos inteiros • 430g de açúcar • 140 g de farinha

Bater os ovos e o açúcar durante 10 m, após 10 m mistura-se a farinha, forrar a forma de barro com papel próprio para pão-de-ló e deitar a massa na forma.

Levar ao forno e deixar cozer entre 25 e 35 m.



Restaurantes

A Forca

Arnoia • 255 321 729

A Tasquinha

Rua Serpa Pinto • 966 129 988

Aldeia Nova

Lugar Novo - Ribas • 253 655 121

Marisqueira

Rua Rodrigues de Freitas - Britelo
255 321 118

Mesa do Agricultor

Parque Urbano do Freixeiro

255 322 190

Nova Vila

R. Cap. Rodrigo Sousa e Castro
255 322 494

Os Grilos

Lugar de Tojais - Britelo
255 322 085

Pensão Adelina

R. Serpa Pinto - Britelo • 255 321 344

Quinta do Forno

Venda Nova - Britelo • 255 322 255

S. Tiago

Ed. S. Tiago - R. Serpa Pinto - Britelo
255 323 290

Sabores da Quinta

Quinta do Campo - Molaes
963 928 369

MARÇO • 16, 17, 18



Como terra de lavradores, a **Maia** foi um concelho fornecedor dos frescos da velha urbe portuense. Desses tempos ficou uma rica gastronomia feita de saberes e sabores ancestrais alicerçados na elevada qualidade dos produtos cultivados. Talvez por isso, a Maia seja hoje conhecida pela excelência dos seus restaurantes, autênticos templos gastronômicos. Conservando produtos, técnicas e sabores antigos influenciados pela cultura do Douro Litoral. Aqui podemos degustar diversas especialidades gastronômicas, como o Bacalhau à Lidador, o Cabrito à Maiata, os Rojões, o Cozido, todos de qualidade refinada, e de agrado certo, proporcionando uma bela refeição, de peixe ou carne, culminando com a soberba doçaria.



Bacalhau à Lidador

Limpam-se as postas de bacalhau das peles e das espinhas grossas e colocam-se, aconchegadas, dentro duma assadeira de barro. Regam-se com bastante azeite, temperam-se com 3 dentes de alho esborrachados, 1 folha de louro, 6 grãos de pimenta, 2 colheres de chá de vinagre e 1 noz de manteiga sobre cada posta. Pré- aqueça o forno em temperatura média (180°C). Leve ao forno, regando de vez em quando com o molho que se forma no fundo da assadeira, até que o bacalhau fique bem dourado. Retire do forno e sirva com batatas a murro. Servem-se polvilhadas com alho e salsa picados.

Rabanadas

Corte um pão de cacete em fatias de 2 cm de espessura. Embeba-as em 5 dl de água quente com 2 cálices de Vinho do Porto, onde previamente se dissolveram 3 colheres de sopa de açúcar. Sem que as fatias de pão se desfaçam, coloque-as sobre um pano para enxugarem. Passe-as por ovo batido e frite-as em óleo. Escorra-as. Enxugue-as e sirva-as cobertas com a calda quente.



Atividade

16 a 19 de Março de 2012:

- Karaoke
- Música ao vivo
- Declamação de Poesia

Restaurantes

Brasa

Praça Evaristo Silva Duarte, 70
229 810 568

Central Parque

Avenida Visconde de Barreiros, 83
229 475 563

Dona Lourdes

Avenida António Santos Leite, 265
229 483 680

Gostos de Terra & Mar

R. de Emília Dias da Hora Ramalho, 61
229 426 712

Maior

Parque Comercial N14 • 229 415 507

Mister Churrasco

Avenida António Santos Leite, 289
229 484 444

O Carlos dos Leitões

Largo de Matos, 167 • 229 443 102

O Fernando

R. de Pedras Rubras, 135 • 229 426 068

Quinta das Raparigas

Rua do Souto, 920 • 229420505

Tomar de Sal

Praça Exército Libertador, 132
229 423 908



Póvoa de Lanhoso, um dos mais ricos concelhos gastronómicos de Portugal, soube preservar os seus pratos mais típicos que hoje são um verdadeiro embaixador da região e constituem motivo de orgulho para as suas gentes. A Mulher Minhota, acérrima defensora dos valores tradicionais, cultivou esta arte de saberes e sabores e, com poucos recursos, criou receitas simples mas apetitosas que hoje nos fazem percorrer quilómetros na busca dos sabores das nossas memórias: o tempero da avó, a sobremesa da mãe... receitas e segredos que são transmitidos de geração em geração e fazem parte do dote da rapariga minhota.

Terra de montes e de vales, onde o gado cresce em liberdade, possui afamada carne e outros produtos autóctones com os quais se confeccionam pratos como o “cabrito assado”, os suculentos “bifes de boi”, os “sarrabulhos”, os “rojões”, o “arroz de frango pica no chão”, o “arroz de pato” e também os pratos de peixe, como o “arroz de lampreia”, as “pataniscas” e muitas outras receitas de bacalhau. Claro, tudo acompanhado com pão de milho cozido em forno de lenha e regado com abundante vinho verde. Para sobremesa, receitas simples como as “rabanadas” e os requintados doces conventuais.

A gastronomia das Terras de Lanhoso

é considerada uma das mais ricas da região, apreciada e imortalizada por homens de muito saber na arte como Jorge Amado, Camilo Castelo Branco, David Mourão Ferreira e outros de reconhecido mérito. Para além das receitas comuns a todo o Minho, mas que têm um tempero especial em cada concelho, existe ainda uma gastronomia específica para assinalar dias festivos. Na Póvoa de Lanhoso, o “cabrito assado” é o prato do dia 19 de Março, dia de S. José e feriado municipal; o “bife à Romaria” e o melão apimentado, de sobremesa, são característicos da Romaria de N.ª Sr.ª de Porto d’Ave que se realiza no 1º domingo de Setembro.



Rochas do Pilar

Especialidade originária do concelho, feita exclusivamente de ovos, gemas, açúcar, coco, amêndoa e baunilha.

Animação

Cartaz das Festividades de S. José

Restaurantes

ABBA

Avenida de Aguas Santas nº 320
253 992 796

Avenida

Avenida da República 144
253 631 524

D. Melozinha

Casa Passos, Oliveira • 253 635 820

Fatima

Prç. Eng. Armando Rodrigues nº 52
253 635 268

Fundão

Rua da Escola Calvos • 253 639 600

Montenegro

Póvoa de Lanhoso • 253 631 048

O Victor

Largo do laranjal - S. João de Rei
253 909 100

Palheiro das Eiras

Carreira - Sobradelo da Goma
969 801 943

Panorâmico P. A. DiverLanhoso

Porto de Bois, Oliveira • 934 721 909

Velho Minho

Rua Doutor Manuel Ferreira 8
253 634 522



Borrego Terrincho

Ingredientes: Borrego • Azeite • Dentes de alho • Sal • Pimenta branca.

Numa tigela mistura-se o azeite, os alhos, o sal e a pimenta. De seguida, unta-se o borrego com o molho preparado e reserva-se durante algum tempo. Coloca-se a grelhar a carne voltando-a uma ou duas vezes. Serve-se com batata cozida com casca.

Bolo de Amêndoa

Ingredientes: 15 ovos • 500 gr de Amêndoa • 300 gr de Açúcar • 200 gr de farinha • 1 Cálice de Vinho do Porto • Canela qb • 1 Colher de café de fermento. **Creme:** 600 gr Açúcar • 200 cl de água • 30 Gemas

A amêndoa é moída com a casca. Bate-se o açúcar com a farinha e a amêndoa. Bater 10 claras em castelo. E reservar as gemas. Em seguida envolvem-se as 15 gemas e as claras em castelo à mistura anterior, junta-se o vinho do Porto, a farinha com o fermento e a canela. Por fim leva-se ao forno a cozer a 160 ° e em forma bem untada. Quando cozido, cobre-se ou abre-se ao meio e recheia-se com o creme. Preparação do creme: Leva-se a água a ferver com o açúcar até fazer ponto de pérola. Retira-se do lume e misturam-se as gemas energeticamente. De seguida, volta ao lume até ficar um creme espesso.



O conelho de Torre de Moncorvo, possuiu uma gastronomia variadíssima, sendo conhecido pelas suas “Amêndoas Cobertas”, verificando-se o interesse na manufactura deste produto tradicional, enraizado no tempo. O Bolo Tradicional de Amêndoa é uma das iguarias mais apreciadas. A feitoria deste apresenta uma combinação de amêndoa com vários aromas o que lhe confere um paladar único e inesquecível. De entre os vários

pratos destaca-se o Borrego Terrincho, este pertence à raça Churra da Terra Transmontana, e é um produto com denominação de origem protegida, que se alimenta sobretudo de ervas espontâneas, conferindo à carne características de gustação diferenciadas. Para acompanhar temos o vinho genuíno e açucarado, branco ou tinto. O vinho generoso, a jeropiga ou aguardente bem forte.



Restaurantes

Churrascão

Estrada Nacional 220 – Larinho
279 252 599

O Artur

Lugar do Rebentão – Carviçais
279 098 000

O Carró

Largo General Claudino, 24
965 542 387

O Cordeiro

Av. Jorge Luís Borges, n.º 16
914 664 219

O Frango

Rua Tomás Ribeiro, 18
937 659 015

O Jardim

Av. Eng. Duarte Pacheco
279 252 542

O Lagar

Rua do Hospital Velho, n.º 16
279 252 828

O Pingo

Rua Prior do Crato, n.º 35
279 252 456

Temperos D'Ouro

Av. Das Amendoeiras, 52
279 253 174

MARÇO • 16,17,18



Bolinhol

Ingredientes: 24 gemas + 3 claras • 400g açúcar • 300g farinha de trigo • 200g açúcar para a cobertura.

Bater as gemas e as claras com o açúcar até obter um preparado espesso e quase branco. Juntar a farinha que foi peneirada várias vezes. Deve apenas misturar sem bater. Forrar formas rectangulares ou quadradas com cartolina. Distribuir a massa pelas formas e levar a cozer em forno pré-aquecido a 220°.

A meio da cozedura reduzir o calor acabando de cozer o pão-de-ló. Quando sair do forno tirar o papel e deixar arrefecer. Com os 200g de açúcar fazer uma calda forte e trabalhar o pão-de-ló molhando uma colher de pau na calda, fazendo movimentos de vaivém em cima do pão-de-ló até a calda se tornar opaca. Depois de seco é embrulhado em papel vegetal. Nada melhor do que prova-lo em Vizela, pois são as nossas mãos e a nossa gente que lhe dão um sabor incomparável. Um doce sentido.



“Bolinhol” ou “Pão - de - Ló Coberto”, é o doce tradicional da gastronomia **Vizelense** que ao longo dos anos, vem sendo distinguido com a atribuição bem merecida de alguns prémios. Este ex-libris está também presente em várias feiras gastronómicas, onde se tornou desde há muito, verdadeiro embaixador de Vizela. É bastante difícil afirmar-se com verdadeira exactidão qual o ano em que se deu início à confecção deste maravilhoso legado gastronómico. A grande feitora desta

especialidade gastronómica foi a Senhora Joaquina da Silva Ferreira. Este pão-de-ló coberto, ou mais conhecido tradicionalmente por “Bolinhol”, é a mais famosa especialidade gastronómica de Vizela. Como foi já anteriormente mencionado, este é um doce único em Portugal, apresenta uma forma rectangular com uma suave cobertura de açúcar. A sua massa é levemente húmida o que lhe atribui um sabor inigualável.



Atividade

Semana da Poesia
(ver programa www.cm-vizela.pt)

Restaurantes

Adega Avelino

Rua Dr. Pereira Caldas, n.º. 34 - S. Miguel • 253 584 324

Adega Regional Zé Manel

Rua de Pousada, n.º. 223 - Bouça de Ramilo - Sta. Eulália • 253 488 472

Cataplana

Avenida dos Bombeiros Voluntários de Vizela - S. Miguel • 253 586 525

Da Granja

Rua Dr. Abílio Torres, n.º. 305 - S. Miguel • 253 488 360

Del Rei

Rua Carreira Chã, n.º. 4 - Santa Eulália 253 566 426

Don Garfo

C. Emp. Albino Simões - R. Guilherme Caldas Peixoto Fracção C 253 582 530

Hotel das Termas

R. Dr. Abílio Torres, n.º. 1236 - S. João 253 481 275

Nacional

R. Dr. Abílio Torres, n.º. 1232 - S. João 253 481 228

O Braseiro

R. Dr. Pereira Caldas, n.º. 275 - S. Miguel 253 482 566

Olival

Rua das Portelas - Tagilde 253 583 124

Peixoto

Rua Regedor Miguel Costa, n.º. 91 - St.º. Asrião • 919 396 104

Zeca Pinto

Rua Elisa Torres Soares - S. João 253 481 332



A gastronomia de **Arcos de Valdevez**, apresenta iguarias e sabores únicos. Destacam-se a carne de cachena com feijão tarrestre, o cozido à minhota, o cabritinho mamão da serra e o arroz de feijão com posta barrosã, as papas, os rojões, a lampreia e o bacalhau. Para acompanhar recomenda-se o fresco vinho verde da região.

De várias sobremesas, destaca-se o bolo de mel, os rebuçados dos Arcos, as cavacas, o queijo da cachena, os casadinhos brancos e os distintos charutos de ovos com laranja de Ermelo.

Carne de cachena com arroz de feijão tarrestre

Produto endógeno de características organolépticas únicas, a Carne Cachena da Peneda é proveniente de animais da Raça Cachena, produzidos em regime de produção extensivo, em zonas de montanha. O tipo de carne obtida resulta de um equilíbrio absoluto entre o sistema de produção utilizado e as características da própria raça. A carne distingue-se pela sua tenrura e sabor único. Apresenta cor rósea clara ou pálida, vermelho claro ou escuro,

de acordo com a idade do animal, pouca gordura intramuscular de coloração branco suja, de consistência firme e ligeiramente húmida, aspecto que denota suculência. O feijão tarrestre é um feijão miúdo, de pele fina com formato de rim. Apresenta uma grande variabilidade de padrões e cores onde predominam os beges, mas que também incluem os brancos, amarelos, castanhos, pretos e vermelhos e cujo padrão pode ser liso ou rajado.

Charutos de ovos c/ laranja de Ermelo

Ingredientes: açúcar [250g] • amêndoa ralada [250g] • ovos [8] • manteiga [1 colher]

Os charutos de ovos dos Arcos de Valdevez mantêm a tradição na sua confecção.

Põe-se o açúcar ao lume com a água necessária até formar o ponto de cabelo. Deita-se depois a amêndoa ralada, as 8 gemas com 1 colher de sopa de manteiga e uma casca de limão.

Deixa-se ferver e deita-se numa travessa a arrefecer. Este é o recheio dos charutos. Humedecem-se as hóstias com clara de ovo e deita-se-lhes o recheio dentro enrolado, de modo a formar charutos que se envolvem em açúcar pilé.

**Animação**

Tocata pelos Restaurantes Aderentes. Outro Programa de Animação a definir

Restaurantes**A Floresta**

Rua Amorim Soares • 258 515 163

Alto da Prova

Prova - Paçô • 258 455 666

Casa Real

MatadouroPedrosas - Guilhadeses
258 515 000

Churrasqueira do Mercado

Praça Salvador Alves Pereira
258 516 953

Churrasqueira Ponte Nova

Praça D. Manuel I - Novelhos S. Paio
258 522 260

Costa do Vez - Grill

Estrada Nacional 101 Silvares -
Parada • 258 516 122

D^a Isabel

Campo do Trasladário • 258 520 380

Espigueiro

Lage - Soajo • 258 576 136

Minho Verde

Rua Dr. Mário Júlio Almeida Costa
258 516 296

O BARRIGUINHAS

Ribeirinho - Parada • 258 515 800

O Lagar

Rua Dr. Vaz Guedes • 258 516 002

O Peregrino

Peneda - Gavieira • 251 460 040

O Pote

Rua Amorim Soares, 54 • 258 515 245

O Videira

Eiró - Soajo • 258 576 205

Saber ao Borralho

Costa Velha - Soajo • 258 577 296



Cabrito / Anho Assado

Ingredientes: 3 kg Batatas pequenas • Azeite • Sal • Folhas de louro • Pimenta • 12 dentes de alho • Vinho branco • 10 Cebolas grandes • Cabrito com cerca de 5 kg • Arroz • Cerveja • Colorau

Corta-se o cabrito em pedaços pequenos e lava-se. Tempera-se com vinho, alho, pimenta, louro, sal e azeite. Deixa-se marinar para o dia seguinte. Numa assadeira colocam-se cebolas às rodelas, por cima os bocados do cabrito e rega-se com a marinada. Tapa-se a assadeira com papel de alumínio e leva-se ao forno médio a assar cerca de duas horas. Meia hora antes de servir, retira-se a prata e deixa-se alourar, aumentando o calor do forno. Vai à mesa em travessa, onde o cabrito é acompanhado pelas batatas assadas e decorado com esparregado de grelos e rodelas de laranja. O arroz é servido à parte.

Rabanadas com mel

Ingredientes: Um prato de sopa de leite • Fatiias de pão de véspera • 3 colheres de açúcar • 1 colher de sopa de mel • Canela

Misturar bem o mel e o açúcar no leite morno. Colocar no prato com leite algumas fatias de pão e deixar que fiquem submersas, e deixar 2 minutos o pão a absorver o leite. Colocar uma frigideira a aquecer com um bocado de margarina e colocar o pão a fritar. Deixe o pão a fritar até que cada um dos lados fique dourado, virando, mais ou menos de 1 minuto em 1 minuto. Colocar numa travessa com um bocado de rolo de cozinha, para absorver a gordura. Por fim colocar uma pequena porção de mel por cima ou polvilhe com canela e açúcar só uma face da rabanada. Servir quente.



Hoje Património Cultural Nacional, a gastronomia regional caracteriza-se pela utilização de matérias-primas naturais e receitas tradicionais. Aqui entramos em contacto com os sabores autênticos, que resultam da relação do homem com a terra. Poderá saborear as diversas especialidades servidas nos bons restaurantes do concelho.

Da gastronomia local, destacam-se a carne de vitela, o fumeiro, o bacalhau com batatas a murro e o cabrito assado, bem como as cavacas, as compotas, as rabanadas e o pão-de-ló. Importa mencionar ainda os produtos de qualidade certificados, como sejam: as carnes “barrosã” e “maronesa”, o cabrito das Terras Altas do Minho, o vinho verde e o mel.

Restaurantes

A Cafreal

Av. General Humberto Delgado
253 661 660

A Paragem

Alvite • 253 662771

Cabeceirense

Praça da República – Refojos
253 662 041

Cozinha Real de Basto

Pinheiro – Refojos • 253 661 795

Luís do Outeirinho

Outeirinho – Refojos • 253 662 823

Nariz do Mundo

Moscoso – Riodouro • 253 664 565

O Botas

Arosa – Cavez • 253 654171

O Caneiro

Caneiro – Arco de Baúlhe
253 663 566

O Sole Mio

Rua Antunes Basto – Refojos
253 662 327

Paço

Lugar do Paço – Arco de Baúlhe
253 665 051

Vale Verde

Lamas – Alvite • 253 664565

Verde Gaio

Campo do Seco – Refojos
253 662 533



Em **Gondomar**, o turismo gastronómico expressa o retrato fiel da história de uma terra com os seus usos, costumes e tradições, numa dicotomia perfeita entre a boa mesa e o bem receber.

A gastronomia é valorizada, preservada e transmitida às gerações actuais e vindouras, já que constitui um ícone turístico a nível nacional, que representa, uma das nossas maiores riquezas, entendida pelos turistas e visitantes mais do que um acto comensal, uma herança de gerações de cozinheiras e cozinheiros que apuraram com sabedoria os aromas da terra e sabores do rio.

A Restauração, ciente da gastronomia como jóia preciosa do nosso património cultural, e como instrumento de transmissão de valores, concentra todos os esforços numa relação de confiança com os seus clientes, assente, quer na qualidade de confecção, quer no primor do acolhimento.

Nos braços do rio Douro, emoldurado por uma paisagem de beleza inigualável, Gondomar com a sua gastronomia de excelência, espera por si e convida-o a deleitar-se nos sabores e saberes tradicionais, que, oferecidos por pessoas com coração de ouro, assumem uma qualidade ímpar.



Arroz de Lampreia

Amanha-se a lampreia e faz-se uma vinha de alho com o sangue, o vinho maduro tinto, o alho, a salsa e o louro. Tempera-se com sal, pimenta e cravinho.

Leva-se um tacho ao lume com o azeite e a cebola picada. Deixa-se alou-

rar um pouco e junta-se a lampreia com o molho (previamente coadolo), deixa-se refogar um pouco e acrescenta-se o arroz. Rectificam-se os temperos e deixa-se cozer cerca de 15 minutos. Serve-se imediatamente.



Bolo “Coração de Gondomar”

Ingredientes: Massa folhada • Doce de abóbora • Nozes • Creme pasteleiro • Creme ovos

Confecção: Misturar os 2 cremes. Com a massa folhada estendida molhar 2 corações. Sobre um dos corações

colocar a mistura dos cremes, por cima, colocar o doce de abóbora e as nozes e cobrir com o outro coração. Pintar com ovo e Levar ao forno a 180º. Depois de cozido, pincelar com geleia de abóbora.

Restaurantes

3 MMM

Rua Dr. Francisco Sá Carneiro, 216
224 834 946

A Reserva

Av. General Humberto Delgado, 427
224 632 660

Aliança [O Aníbal]

R. Clube Naval Infante D. Henrique,
187 - Valbom • 224 836 092

Bom Retiro

Rua Capela da Lagoa, 105 - Valbom
224 837 105

Cantinho das Manas

R. da Vessada, 17 - Vilar • 224 646 242

Casa Amarela

Av. Miguel Bombarda, 1 - Valbom
224 830 173

Casa Lindo

Trav. Convenção de Gramido, 26 -
Valbom • 224 830 200

Casa Moura

Rua de Ervedosa, 500 - S. Pedro da
Cova • 224 635 020

Choupal dos Melros

Rua de Tardinhade, 425 - Fânzeres
224 890 622

Dom Vicente

Av. do Miradouro, Cx. 76 - Lomba
255 766 475

Dubai

Av. Clube de Caçadores, 5559 - Jovim
224 041 456

Estrelas do Douro

Av. Foz do Sousa, 2 - Foz do Sousa
224 500 030

Flôr do Nilo

Rua Engº Barbosa de Matos, 31 -
Baguim do Monte • 224 886 444

Kim-Kim

Rua D. António Castro Meireles, 1240
- Baguim do Monte • 224 892 409

Margem Douro

Av. Clube de Caçadores, 4503
[EN 108] • 224 541 852

O Comensal

R. Rosália de Castro, 39 • 224 026 460

O Freitas

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro -
Esposade - Foz do Sousa • 224 540 155

Ouro

Rua 25 de Abril, 335 • 224 836 523

Ponte do Freixo

Rua S. Miguel, 27 - Areias - Rio Tinto
224 802 277

Porto Rio

Rua Fernão de Magalhães, 81 - Rio
Tinto • 224 891 038

Prestige

Av. Oliveira Martins, 65 • 224 630 466

Tomás

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, 930 -
Covelo • 224 760 010

Trombinhas

Rua Vasco da Gama, 1137 - Baguim
do Monte • 224 081 927

MARÇO • 23,24,25



A cozinha tradicional da **Trofa**, rica e variada em sabores fortes e naturais, contribui para a identidade cultural da ribeirinha do Baixo Ave. Da gastronomia típica destacam-se o arroz pica no chão, os rojões, o bacalhau, as papas de sarrabulho, o cabrito assado, a feijoada e o leitão, muito apreciados por aqueles que nos visitam. Desta ampla terra, fértil em recursos naturais e de clima ameno predominam os vinhos verde branco e o tinto de sabor adorado, dos quais distinguimos o vinho Castro Trofa, de carácter fresco e leve. Trata-se de um vinho verde com baixo teor alcoólico e portanto menos calórico, óptimo para ser degustado com aperitivos ou em harmonização com refeições leves e equilibradas.

Na doçaria tradicional do Concelho da Trofa, destacam-se as rabanadas, as sopas secas, a maçã assada, a aletria e o pão-de-ló.



Arroz Pica-no-Chão

Ingredientes: 2,5 Kg de Frango • 3 Cebolas • 3 Alhos • 3 Folhas de Loureiro • 1 Chouriça Moira • ½ Litro de Vinho Branco Maduro • 600g. Arroz Carolino • Sal e Azeite q.b. • Pimenta q.b. • Sangue com Vinagre q.b.

Refoga-se a cebola e o alho picados em azeite deixando alourar. De seguida, coloca-se o frango já partido com a chouriça moira, as folhas de loureiro e rega-se com o vinho. Tempera-se com sal e pimenta e deixa-se cozer em lume brando, mexendo de vez em quando e acrescentando durante a cozedura água q.b. Assim que o frango estiver cozido junta-se o arroz, ao qual após quinze minutos de cozedura adiciona-se o sangue com vinagre.

Maçã Assada

Ingredientes: 4 Maçãs Golden • 100 g. de Açúcar • 4 Paus de Canela • 1 Cálice de Vinho do Porto Tinto • Água q.b.

Começa-se por lavar bem as maçãs e por retirar os caroços colocando-se os paus de canela em cada uma delas. Num recipiente pequeno (procurar que fique à medida da quantidade de maçãs) colocam-se as maçãs e junta-se a água necessária até cobrir o fundo do recipiente. Polvilha-se com açúcar e leva-se ao forno a uma temperatura de 180 graus. Durante a cozedura que deve ser cerca de 30 minutos regam-se as maçãs com o vinho do Porto.



Animação

Museu de Carros Antigos (para dia 25 de Março de 2012, das 14h00 às 17h00)

Restaurantes

Félix

Avenida do Bicho, 629 - Guidões
252 418 893

Flor do Ave

Rua 16 de Maio, n.º 2291, Bairros
252 417 598

Micas Casa Campos

Largo da Sr.ª dos Caminhos, n.º 47,
Covelas • 229 825 046

Motoclube

Rua Moinhos da Carneira,s/n -
Lantemil • 913 303 288

Os Braguinhas Act. Hot. Lda

Reta das Pateiras • 932 835 816

S. Cristóvão

Rua José Moura Coutinho n.º 3383,
Muro • 229 810 252

Tourigalo

Rua das Indústrias, Pateiras
252 419 758



O Município de **Vila Nova de Gaia**, pela sua localização geográfica tem uma gastronomia variada e distinta, com sabor a mar e a rio. Nos restaurantes de qualidade de Gaia pode degustar desde a lampreia, sável assado no espeto, caldeiradas de peixe e marisco, bacalhau de todas as formas, sardinha assada e outro tipo de pescado entre os mais referenciados. Dos pratos de carne típicos da região salientam-se os rojões, as tripas à moda do Porto, o frango de cabidela e o cozido saloio.

Muito tradicional e representativo da ruralidade do concelho de Gaia, o cozido saloio é um típico cozido à portuguesa que privilegia as carnes de porco, de eleição dos lavradores aos domingos e associado a dias de festa. O desafio foi aceite pelos 26 restaurantes aderentes e o Cozido Saloio vai estar na ementa do fim de semana gastronómico no Concelho de Gaia, acompanhado por vinhos da região, complementado pela Broa de Avintes de confeção artesanal. Para sobremesa a proposta recai nas rabanadas com Vinho do Porto e nos deliciosos Velhotes, em homenagem às nossas romarias.



Cozido Saloio

Ingredientes: Carnes de porco • Farinheira • Chouriço de sangue • Nabos • Abóbora • Nabiças/grelos ou couve portuguesa • Batatas • Cenouras • Feijão Branco

Cozem-se as carnes e os enchidos separadamente. Depois aproveita-se a água das carnes e cozem-se os legumes e o feijão branco. Cortam-se as carnes e numa travessa colocam-se com os legumes e vai à mesa.

Velhotes

Ingredientes: Ovos • Farinha; Fermento • Açúcar • Limão • Açafraão • Açúcar em pó

Mistura-se tudo e fazem-se em formato rectangular e levam-se ao forno a cozer. Depois de cozidos polvilha-se com açúcar em pó.



Restaurantes

Adega Presuntaria Transmontana I

Rua Cândido dos Reis, 132 - Santa Marinha • 223 759 792

Adega Presuntaria Transmontana II

Avenida Diogo Leite, 80 - Santa Marinha • 223 758 380

Aguda Mar

Avenida Jorge Correia, 641 - Arcozelo • 227 621 448

Ar de Rio

Avenida Diogo Leite, 5 - Santa Marinha • 223 701 797

Arco Íris

Rua Cândido dos Reis, 59 - Santa Marinha • 963 524 630

Avó Cana

Rua Gonçalves de Castro, 231 - Carvalhos - Pedroso
227 837 054

Bacalhoeiro

Avenida Diogo Leite, 74 - Santa Marinha • 223 759 408

Barão de Fladgate

Rua do Choupelo, 250 - Santa Marinha • 223 742 800

Basilico

Avenida Diogo Leite, 96 - Santa Marinha • 220 996 279

Beira Rio

Avenida Diogo Leite, 64 - Santa Marinha • 223 756 959

Casa Branca

Avenida Beira Mar, 751 - Canidelo • 227 727 400

Caves da Cerveja

Avenida Ramos Pinto, Cais de Gaia - Loja 710 - Santa Marinha • 223 747 400

Dom Marisco

Avenida Gago Coutinho, 792 - Gulpilhares • 227 623 207

Dom Porto

Avenida Ramos Pinto, Cais de Gaia - Loja 610 - Santa Marinha • 919 309 097

D'Tonho

Avenida Diogo Leite - Santa Marinha • 223 744 835

Hotel Holiday-Inn Gaia Porto - Food & Friends

Rua Diogo de Macedo, 220 - Santa Marinha • 223 747 500

Mário Luso

Largo França Borges, 308 - Carvalhos - Pedroso • 227 842 111

New Faces - Piscina da Granja

Rua Eng. José Rocha Melo, 1 - Arcozelo • 917 786 515

Osso e Espinha

Avenida Gomes Guerra, 960 - Arcozelo • 227 532 785

Parque da Aguda

Avenida Gomes Guerra - Arcozelo • 227 622 929

Peixe na Brasa

Avenida João Paulo II, 520 - Arcozelo • 914 083 178

Prova do Cais

Avenida Ramos Pinto - Cais de Gaia, loja 310 - Santa Marinha • 223 700 592

Quinta da Boeira

Rua Conselheiro Veloso da Cruz, 608 - Mafamude • 223 757 789

Quinta da Boucinha

Avenida Vasco da Gama - Oliveira do Douro • 227 827 764

Rabelos 370

Avenida Diogo Leite, 68 - Santa Marinha • 913 874 810

The Restaurant Yeatman Hotel

Rua do Choupelo - Santa Marinha • 220 134 200

Telhados - Gaiahotel

Av. da Republica, 2038 - Mafamude • 223 747 500



A cozinha bracarense é rica e variada consoante as épocas do ano. Em **Braga** ainda se confeccionam refeições com os produtos localmente adquiridos nas lavadeiras das freguesias, o que torna o seu paladar único. Braga é procurada pela riqueza e diversidade quer da sua gastronomia, quer do seu vasto património cultural e edificado. Sabemos por tradição associar todos os bens da nossa cultura, promovendo o Saber e o Sabor da nossa cidade e região. Oferecemos aos nacionais e estrangeiros a possibilidade de provar a sabedoria secular, os usos e costumes e sobretudo a imaginação da nossa culinária, mostrando os sabores que nos distinguem.

Bacalhau à Moda de Braga

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

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

Pudim Abade de Priscos

Ingredientes: 400 g de açúcar • 50 g de toucinho fresco • 15 gemas • 5 dl de água • 1 cálice de vinho do Porto • 1 casca de limão • 1 pau de canela • caramelo (200 g de açúcar)

Leva-se o açúcar ao lume com a água, a casca de limão, o pau de canela e o toucinho cortado em tirinhas fininhas. Deixa-se ferver até fazer ponto de fio (103°C). Retira-se a calda do lume, deixa-se arrefecer e juntam-se as gemas misturadas com o vinho do Porto. Deita-se a massa numa forma de pudim com tampa, previamente barrada com caramelo. Leva-se a cozer em forno bem quente (250°C), em banho-maria, durante cerca de 1 hora. Desenforma-se qua-se frio.



Atividade

Dado que a data coincide com o calendário de celebrações da Páscoa em Braga, habitualmente neste fim de semana realizam-se concertos nas Igrejas, Procissão do Encontro no Largo Carlos Amarante e Via-sacra.

Restaurantes

Bem-Me-Quer

Campo das Hortas, 6 • 253 262 095

Cruz Sobral

Campo das Hortas, 7/8 • 253 616 648

Manjar Bacalhau

Campo das Hortas, 18/19
253 269 030

O Gato do Rio

Lugar de Linhares, S. Pedro d'Este
253 677 078



Situada no distrito de Bragança e dispondo de uma grande variedade de recursos agrícolas, os produtos gastronómicos que mais se salientam são o vinho, a maçã e o azeite. Em contrapartida, também se cultiva o trigo, o centeio, a batata, a castanha, a amendoeira, a figueira, a noqueira e a laranjeira. Os pratos mais variados são o cordeiro ou o cabrito assado, os pratos de caça, o peixe do rio frito, o fumeiro, os folares e sobretudo a marrã que consiste na carne de porco assada e bem temperada acompanhada com batatas cozidas regadas com azeite. A vitivinicultura também se pratica na região originando o vinho de consumo ou o digestivo vinho fino do Douro este, envelhecido em casca de carvalho ou castanho, muito doce e de intenso sabor para os grandes apreciadores deste vinho reconhecido como vinho do porto. A doçaria assenta nos doces de chila, com pedacinhos de amêndoa e de noz, ou o figo seco «pingo de mel» ou as típicas cavacas de Carrazeda. Actualmente, a macieira tem ocupado grande destaque e tem vindo a ser promovido através da realização da Feira da Maçã, do Vinho e do Azeite, no último fim de semana do mês de Agosto.



Cordeiro Assado Com Molho Pesto de Maçã

Ingredientes: Cordeiro: 2 cenouras • 1cebola • 3 dentes alho • 2,5dl molho de tomate • 2 pimentos (verde, vermelho) • 1alho francês • 1 c. Sopa mostarda • 3 dl azeite • sal • pimenta q.b.

Num tabuleiro faz-se uma cama de legumes que consiste em cortar os legumes grosseiramente. Adiciona-se o molho de tomate, mostarda e azeite. Põe-se a gordura do cordeiro virada para cima, tempera-se com sal e pimenta, rega-se com vinho e água. Vai ao forno a 220°. Retira-se para um local frio. Corta-se e cobre-se

com molho pesto de maçã. Servido com batata assada.

Ingredientes: Molho pesto maçã:1kg maçãs descascadas • 100g pinhões • 50g manjeriço fres-co • meio cálice vinho porto • 1 pitada canela • 1 dl caldo de galinha.

Coze-se a maçã sem líquidos a baixa temperatura. Depois de cozida perfuma-se com vinho do porto. Deixa-se arrefecer, adiciona-se os restantes ingredientes e tritura-se num mix.

Creme de maçã e amêndoa

Ingredientes: 2kg de maçã • 2l de leite • 4 ovos • 2 c. farinha maizena • 1 pau de canela • casca de limão • Meio cálice de vinho do porto • açúcar q.b. • canela em pó • amêndoa.

Preparação: Cozer a maçã com um pouco de pó de canela e meio cálice de vinho do porto. Depois de cozida, desfazer quase em puré e colocar num tabuleiro. Para o creme é necessário colocar o leite a ferver, depois juntar as 4 gemas, a farinha maizena para engrossar, casca de limão e o pau de canela. Colocar este creme por cima do puré de maçã. As claras devem estar semi-batidas e depois colocá-las por cima do puré. De seguida, enfeite com as amêndoas e leve ao forno até ficar dourado. Deixe arrefecer e reserve no frigorífico.



Animação

A Feira do Folar pretende ser uma mostra dos produtos existentes no concelho de Carrazeda de Ansiães, de modo especial, o folar, contribuindo assim para promover a economia local, cultura, tradições e turismo. O visitante terá ao seu dispor uma mostra de produtos endógenos de elevada quali-

dade, tais como, o vinho, o azeite, a doçaria regional, as compotas, e os enchidos. Visitas guiadas: Castelo de Ansiães e Centro Interpretativo do Castelo: Animação de Rua: Associação de Zíngaros de Carrazeda de Ansiães.

Restaurantes

Avenida

Rua Luis de camões • 913 649 808

Calça Curta

Avenida da Estação • 278 685 255

Casal de Tralhariz

Rua Central, Lugar de Tralhariz
278 681 042

Chitaka

Rua Marechal Gomes da Costa
911 596 994

Churrasqueira Veiga

Rua dos Bombeiros Voluntários
278 617 365

O Careca

Estrada Nacional 214, Lugar da Sainça
278 098 055

Quintinha do Manel

Alto do Vilarinho • 278 617 487

Senhora da Ribeira

Senhora da Ribeira • 278 649 422

Vinhateiro

Avenida Aquilino Ribeiro • 278 616 120



Cinfães é terra de valores históricos e culturais, cujo património abrange, entre outros, os primórdios tempos Celtas e a era de D. Afonso Henriques. Destes, mantém-se o rigor gastronómico das encostas e prados que, cultivados durante milénios, caem até ao rio, e que hoje transportam algumas das melhores experiências gastronómicas da região.

Actualmente, em plena evolução gastronómica, **Cinfães** manifesta uma força natural que permite cruzar os melhores produtos com as técnicas mais contemporâneas, e desta interligação têm resultado significativos avanços gourmet, que apuram a qualidade de qualquer prova.

Nesta edição, Cinfães apresenta a Posta de vitela Arouquesa como um



dos melhores exemplos da herança gastronómica local. Assada com lume tradicional, de preferência, pouco condimentada, esta maravilha provoca uma infinidade de sensações em cada toque. E as batatas e ervas aromáticas, com ou sem molho, completam, em sintonia, uma experiência certamente inesquecível.

Como resultado da inovação, vários preferem acompanhar com o Vinho Verde local que, com a frescura ideal, transporta os aromas frutados que durante o ano deambulam nos prados que envolvem as vinhas. E para sobremesa, nada como os Doces de Manteiga (Matulos), macios e delicados, como um bom final deve realmente ser.

Posta de Vitela Arouquesa

1 Dose de Posta de vitela Arouquesa:
750g de Carne arouquesa certificada
• 100g de Arroz • 300 g de batatas.

Greilhar a carne, apenas com sal, em brasa de carvão vegetal, durante 10 minutos, virando apenas uma vez. Assar batatas e arroz no forno de lenha, com sal e alho. Depois de retirar a posta, juntar as batatas a murro no mesmo prato e espalhar o molho de carne por cima de todo. Apresentar o arroz, tostado, como condimento em separado e, como sugestão, juntar legumes cozidos ou feijão preto.

Doces de Manteiga - Matulos

1 Dose de Doces de manteiga (Matulos): 1kg de farinha • 300g de manteiga • 500g de açúcar • 100g de fermento de padaria.

Bater tudo junto com água morna, amassar e moldar a forma quadrada do doce, e depois de ajustados, deitar farinha e deixar levedar. Levar ao forno de lenha até ficar tostado e no final, cobrir com açúcar em pó.



Restaurantes

Kibom

Rua Major Monteiro Leite, 52
255 561 710

O Meu Gatinho

Rua Capitão Salgueiro Maia
255 563 930

O Rabelo

Rua Capitão Salgueiro Maia
255 563 801

Penedo de Sta. Bárbara

Rua de Sta. Bárbara • 255 563 988

Recanto dos Carvalhos

Largo dos Carvalhos, 12 • 255 571 566

Solar do Montemuro

Lugar de Azevedo • 255 571 715

Varanda de Cinfães

Rua Coronel Humberto Delgado
255 561 236



Cozinha autêntica, produtos da terra, sabores plenos de frescura e intensidade, fazem da gastronomia de Felgueiras um privilégio para os sentidos. Teriam sido monges Beneditinos, fundadores do Mosteiro de Pombeiro que, por volta do ano mil, desenvolveram a cultura da vinha e a produção deste “néctar dos Deuses” – o vinho Verde! O cabrito, o Pão-de-Ló de Margaride e o vinho verde de Felgueiras são sugestões irrecusáveis!

Cabrito Assado

Ingredientes: 700 g de cabrito • 2 folhas de louro • 4 cebolas • azeite q.b. • sal q.b. • malagueta q.b • 30 cl de vinho branco • 1 garrafa de cerveja • 5 cl de vinho do porto • alho q.b.

Deixar a marinar no dia anterior. O cabrito vai ao forno (1 h), de preferência a lenha, numa assadeira de barro. Acompanham o cabrito batatas assadas, e arroz de forno. É um prato de eleição na oferta gastronómica de Felgueiras pela genuinidade e criatividade na confecção.

Pão-de-ló de Margaride

Ingredientes: 25 gemas de Ovos • 300 g de açúcar • 260 g de farinha. Bater as gemas e o açúcar durante 40 m.

Depois juntar a farinha, e mexer durante 2 m. Colocar a massa numa forma de barro, não vidrado, forrada em papel adequado, e meter ao forno a 280 graus. Aguardar 50 minutos e estará pronto a ser apreciado! É um doce delicioso, que foi servido à mesa da Família Real Portuguesa desde o século XIX, e a sua receita mantém-se inalterada até aos dias de hoje.



Atuação

FESTIVAL DE PÃO-DE-LÓ
3.ª MOSTRA ANUAL DE DOCES
TRADICIONAIS – 31 MARÇO/01 ABRIL
2012 - MOSTEIRO DE POMBEIRO:
Tendo sido um sucesso logo na 1.ª
edição, em 2011 registou mais de 9000
visitantes. O programa é rico e diversifi-
cado: musica, ateliers de Pão-de-
Ló, visitas guiadas ao Mosteiro de Pom-
beiro, entre outras “experiências” que
lhe dedicamos!

Restaurantes

Adega Sousa

Cimo de Vila, Rande • 255 341 286

Brasão

Cimo de Vila, Refontoura
255 336 118

Caffé Caffé

Cimo de Vila, Refontoura
255 921 455

Cangalho

Rua Nicolau Coelho, Margaride
255 323 853

Casa do Sobrado

Sobrado, Pombeiro • 255 346 697

Espúcia

Lugar da Espúcia, Vila Cova da Lixa
• 255 481 374

Hede

Praceta Aniceto Pinto Ferreira, n.º 20,
Margaride • 255 346 193

Hotel Albano

Rua 25 de Abril, Margaride
255 318 840

Mares e Marés

Rua 502, 108, Margaride • 255 314 116

O Veleiro

Campas, Lagares • 255 313 919

Quinta da Laranjeira

Cidral, Borba de Godim, Lixa
255 483 638

Quinta da Rapadiça

Rapadiça, Revinhade • 968 317 141

S. José

Av. General Sarmento Pimentel, 420,
Margaride • 255 923 394

S. Pedro

Av. General Sarmento Pimentel, 420,
Margaride • 255 923 346

Sopa de Pedra

Rua da Aguilhada, Borba de Godim,
Lixa • 255 496 337

St.ª Quitéria

Alameda de St.ª Quitéria, Margaride
255 313 712

Zona Verde

Rua D. Afonso Henriques, Margaride
255 924 125



Meias Luas

Para a massa peneira-se a farinha e junta-se a manteiga, ligando-se com a água necessária. Faz-se um rolo e corta-se em fatias. Estende-se a massa e corta-se em Meias Luas e fritam-se em manteiga. Quando frias polvilham-se com açúcar pilé. Para o recheio põe-se ao lume o açúcar com um pouco de água até atingir o ponto pérola. Junta-se a amêndoa pelada e deixa-se ferver, adiciona-se a farinha de pau até cozer. Deixa-se arrefecer e juntam-se as gemas. Vai ao lume até ferver.



Animação

31 de Março - Feirão da Patanisca, na Praça da República, a partir das 10h00, onde são vendidos produtos gastronómicos artesanais, confeccionados essencialmente com bacalhau. Animação pelos Grupos Folclóricos locais.
1 de Abril - Animação de rua, a partir das 10h30, com Bombos, Concertinas e Cantares tradicionais. Actividades culturais e de lazer.



A gastronomia e o património monumental e ambiental fazem de **Viana do Castelo** um destino turístico que oferece a quem a visita motivos de encanto e brinda o paladar com requintados e substanciados prazeres. Viana do Castelo está, desde sempre, ligada ao fiel amigo, o bacalhau. Daqui partiam para a Terra Nova e Gronelândia, os bacalhoeiros carregados de fé e com esperança numa boa faina. O bacalhau assentou arraiais, gastronOMICAMENTE, neste concelho, fazendo dele o centro de todas as atenções.

Bacalhau à Gil Eannes

Numa caçoila, leva-se ao lume leite com o bacalhau, até este ficar encalido. Seguidamente, passa-se por água fria. Numa assadeira, coloca-se o bacalhau com cebola cortada, salsa, alho e azeite de forma a cobri-lo. Vai ao forno acompanhado por batatas, previamente encalidas com pele, cortadas às rodelas e regadas com o mesmo azeite. Serve-se logo no mesmo recipiente. A guarnição poderá ser acrescida, com grão cozido, acompanhado de cebola picada, alho e salsa; tudo regado com o azeite da assadura.

Restaurantes

4 Colunas

R. D. João Paulo II, lote 4, R/ch
258 845 425

A Matriz

R. do Tourinho, 5 • 258 826 069

Adega do Padrinho

R. do Gago Coutinho, 162 • 258 826 954

Alcazar

Av. de S. Romão, 7 – S. Romão do
Neiva • 258 871 125

Ana Bela

Av. Viana do Castelo, 686 – Vila Nova
de Anha • 258322889

Artes Caffé

Av. de Povoença, 451 – Areosa
258 813 177

Astúrias

Largo 5 de Outubro, 21 • 258 823 814

Átrio

Rua da Gramática, 77 • 258 823 944

Axis Viana

R. Capitão Gaspar de Castro
258 802 000

Bandeira

R. da Bandeira, 13/15 • 258 822 794

Bar Montanha

Monte Sta. Luzia • 258 821 307

Beira Rio

Azenha D. Prior • 258 842 550

Camelo

Rua de Santa Marta, 119 – Sta Marta
Portuzelo • 258 839 090

Casa da Avó

Lg. da Granja - Serreleis • 258 832 864

Casca de Batata

Rua Prior do Crato, 60 • 934 750 294

Churrasqueira do Carmo

Rua da Bandeira, 373 A • 258 829 179

Compostela

E.N., 13 – Afife • 258 981 465

Coral

Praça de Timor, Praia Norte
258 847 176

Covas

Rua Prior do Crato, 41 • 258 828 376

Cozinha das Malheiras

Rua Gago Coutinho, 19 • 258 823 680

D. Augusto

Quinta do Sequeiro - Cais Novo -
Darque • 258 322 491

Diplomático

Av. Rocha Páris, 202 • 258 825 656

Espigueiro

Quinta do Santoíño – Darque
258 322 156

Foz Caffé

Av. do Cabedelo – Darque • 258 332 485

Gago Coutinho

Rua Gago Coutinho, 142 • 914 552 600

Galeão

Quinta da Bouça, lote 26, 200 –
Darque • 258 338 332

Laranjeira

R. Manuel Espregueira, 24 • 258 822 258

Lunas Restaurante Bar

Praça da Liberdade • 258 845 568

Magma

Estrada de Sta. Luzia • 258 817 707

Manus

Av. Atlântico, lote 2, 16, Amorosa
964 033 794

Maria de Perre

Rua de Viana, 118 • 258 822 410

Marinho

Av. Norte, lote 186/187, Amorosa
258 331 046

Martins

R. da Feira, 178 – Darque • 258 322 211

Náutico

Praça da Galiza • 258 822 330

O Augusto

Av de Moldes – Castelo do Neiva
258 371 026

O Caracol

Estrada Nova, Chafé • 258 351 887

O Pescador

Lrg. de S. Domingos, 35 • 258 829 415

O Vasco

Rua Grande, 21 • 258 824 665

Os 3 Potes

Beco dos Fornos, 7 • 258 829 928

Paladar

R. Prior do Crato, 42/56 • 258 811 873

Ponte Neiva

São Romão do Neiva • 258 871 466

Pousada de Stª Luzia

Monte de Santa Luzia • 258 800 370

Quinta da Presa

Rua da Presa, 110 • 258 823 771

Saleiro

Av. de Cabo Verde, 100 • 258 800 100

Scala Café

Praia Norte, 813 • 258 836 600

Sonho do Padrinho

Lrg. João Tomás da Costa, 44
258 824 560

Sport

Rua dos Manjovos • 258 822 117

Teresa

Largo Capitão Gaspar de Castro, 350
- Lanheses • 258 731 409

Viana Mar

Av. Combatentes, 203 • 258 823 032



Sendo a gastronomia um condimento que marca de forma indelével a arte de bem receber, **Freixo** sabe explorar de forma conveniente esta regra. Quem visita Freixo, não olvidará os grelos guisados, o arroz de miúdos, a succulenta vitela assada, carne de porco preto entre outros pratos, confeccionados com a excelência dos sabores de transição e influência geográfica: Trás-os-Montes/Douro/Espanha. No período destinado à matança do porco (Dezembro), torna-se obrigatório degustar os famosos enchidos, como é o caso do chouriço de ossos,

enchidos doces, para além da inescrutável alheira. Tudo isto acompanhado pelo excelente vinho da região. Para a sobremesa: a imperdível tarte de queijo, de amêndoa, e bolinhos confeccionados com este fruto. Como digestivo, um cálice de vinho generoso para encerrar o feliz prândio.

“É, por isso, que aqui os Homens estão mais perto de Deus.
E já que vivos estamos, comamos, comamos e bebamos.
Que assim seja”.

JPC

Restaurantes

Cinta D'Ouro

Bairro - Faceira • 279 652 550





Matosinhos, terra de pescadores, de mar, de uma orla costeira de grande beleza, de saberes e sabores, é o maior cluster europeu de restaurantes por metro quadrado, reunindo uma oferta gastronómica sem paralelo. Desde a tradicional sardinha assada na brasa à mais requintada cozinha internacional, sem esquecer o marisco, em Matosinhos vai encontrar aproximadamente 600 restaurantes.

Peixes e mariscos grelhados

A grande variedade de peixes e mariscos grelhados não permite eleger nenhum específico. Venha e prove um pouco de tudo...



Leite creme

Coloque o leite a ferver com a casca de limão e o pau de canela. Misture bem o açúcar com a farinha e adicione progressivamente ao leite quente. Deixe ferver durante alguns minutos, mexendo sempre, até adquirir uma consistência menos líquida. Junte umas colheres do creme às gemas de ovo mexidas e adicione-as lentamente ao creme, mexendo sempre. Retire o pau de canela e a casca de limão e coloque num recipiente. Polvilhe com açúcar e queime com um ferro próprio (pode polvilhar apenas com canela).

Restaurantes

5 Oceanos

R. Heróis de França, 689 r/c Frente
229 372 941

A Casinha

Travessa Gandarra, 111 - Perafita
229 954 224

A Chalandra

Av^a. Serpa Pinto, 322 • 229 375 553

A Cozinha da Maria

Rua Fresca, 187 - Leça da Palmeira
229 955 535

A Recoleta

R. do Sul, 51 • 919 248 698

Al Forno

Rua Santa Catarina, 249 - Leça da
Palmeira • 229 952 980

António

Rua Óscar da Silva, 2681/2685 -
Perafita • 229 960 741

Arquinho do Castelo

R. do Castelo, 51 - Leça da Palmeira
229 951 506

Brasa Ouro

Rua Óscar da Silva, 1109 - Leça da
Palmeira • 229 957 181

Cais 51

R. Gago Coutinho, 51 • 229 370 976

Casa de Chá da Boa Nova

Leça da Palmeira • 229 952 182

D'Oliva

Rua Brito e Cunha, 354 • 229 351 005

Don Juan

Rua Helena Vieira da Silva, 320, lj2 -
Leça da Palmeira • 229 965 047

Fuzelhas

Av^a. Da Liberdade, Praia de Fuzelhas
- Leça da Palmeira • 229 952 410

Great

Est. Ext. da Circun., 15960 • 220 025 274

Lage do Senhor do Padrão

R. Heróis de França, 516 • 229 384 807

Les Amis

Rua António Carvalho, 230 - Leça da
Palmeira • 229 965 772

Mar na Brasa

Av. Serpa Pinto, 464 • 229 372 371

Marisqueira de Matosinhos

Rua Roberto Ivens, 717 • 229 381 763

Marisqueira Marujo

R. Tomás Ribeiro, 284 • 229 370 781

Marizé

Rua Almeiriga norte, 2955 - Perafita
229 950 301

Mauritânia Real

Rua Ló Ferreira, 239 • 229 371 363

O Alves

Av^a. Comb. Grande Guerra, 124 - Leça
da Palmeira • 229 954 226

O Bem Arranjadinho

Travessa do Matinho, 2 - Leça da
Palmeira • 229 952 106

O Casarão do Castelo

Rua Santa Catarina, 74 - Leça da
Palmeira • 229 951 626

O Chanquinhas

Rua de santana, 243 - Leça da
Palmeira • 229 951 884

O Fernando

R. Herois de França, 527 • 229 350 154

O Gaveto

R. Roberto Ivens, 826 • 229 378 796

O Manel

Av. Serpa Pinto, 424 • 229 350 477

O Valentim

R. Heróis de França, 263 • 229 388 015

O Xarroco

R. Heróis de França, 507 • 229 381 649

Olhinhos do Polvo

R. Herois de França, 601 • 220 994 381

Os Lusíadas

R. Tomás Ribeiro, 257 • 229 378 242

Os Rapazes

Largo do Castelo, 39 - Leça da
Palmeira • 229 953 380

Palato

Rua Herois de França, 487 R/Ch
229 350 936

Pecadosinhos

R. Tomás Ribeiro, 248 • 229 371 610

Pedra Alta - Lavra

R. Agudela, 937/1035-Lavra • 229 957 890

Quarenta e 4

Rua Roberto Ivens, 44 • 229 363 706

S. Valentim

R. Heróis de França, 335 • 229 379 204

Sarrabulho

Av^a Dr. Fernando Aroso, 242 - Leça
da Palmeira • 229 953 671

Segunda Casa

Av^a Serpa Pinto, 129 • 229 379 627

Tito I

R. Heróis de França, 279 • 229 380 692

Tito II

R. Heróis de França, 321 • 229 381 092

Trás d'orelha

R. Heróis de França, 549 • 229 371 920

Veleiros

Rua de Almeiriga, 2520 - Perafita
229 958 531

Viveiros da Mauritânia

Av^a. Comb. Grande Guerra, 50/86 -
Leça da Palmeira • 229 999 480



A gastronomia constitui-se como uma das principais áreas de interesse turístico do concelho de **Guimarães**, pelo que, se tem efectuado no decorrer dos últimos anos um esforço de preservação da mesma, pois tal significa a manutenção das tradições mais ancestrais que marcam a identidade das gentes do concelho. A qualidade e genuinidade da gastronomia vimaranense está reflectida hoje em dia nos cardápios dos restaurantes conceelhios, sendo dois desses exemplos: o bacalhau com broa e o toucinho-do-céu.



Bacalhau com broa

Numa assadeira, coloca-se a cebola e um dente de alho às rodelas, o lombo de bacalhau e rega-se com azeite. Leva-se ao forno bem quente durante cerca de 10 minutos. Entretanto, migalha-se a broa para uma tigela, juntam-se os dentes de alho picados e sal e pi-

menta a gosto e mistura-se tudo. Quando o bacalhau estiver meio assado, retira-se do forno e cobre-se com as migas. Leva-se ao forno, novamente, até as migas ficarem bem douradas. O acompanhamento pode variar.

ABRIL • 13,14,15

Toucinho-do-céu

Derreter o açúcar em 2 dl de água até atingir o ponto pérola. Adicionar a amêndoa pelada e ralada e deixar ferver. Misturar as gemas com as claras e juntar ao preparado anterior, depois de este arrefecer. O preparo volta novamente ao lume, apenas para cozer as gemas. Deixar arrefecer e deitar numa forma untada com manteiga e polvilhar com muita farinha. Cozer no forno em lume brando durante uma hora. Desenformar depois de frio, retirar a farinha e polvilhar com bastante açúcar pilé.



Restaurantes

7 Maravilhas Espaço Gourmet

Rua Loureiro Novo, Qta de Quintães, Fermentões • 253 519 123

Arbelo

Rua de Belos Ares, Mesão Frio
253 432 922

Café Oriental

Largo do Toural, n.º 11, S. Paio
253 414 048

Café Rio

Rua Comandante João Paiva, n.º 633, Polvoreira • 253 523 841

Clube Industrial de Pevidém

Rua da Bela Vista, Pevidém
253 532 644

Condado

Rua João XXI, n.º 319
253 412 774

Dan José

Parque S. Cristóvão, Penha
253 418 844

Fentelhas

Rua Pedro Homem de Melo, n.º 111, São Torcato • 253 551 292

Florêncio

Madre de Deus, Azurém
253 415 820

Grelha Douro

Avenida da Indústria, n.º 30, Brito
253 570 890

Histórico By Papaboa

Rua de Valdonas, n.º 4, Oliveira do Castelo • 253 412 107

O Garfo

Paçõ - Vieira, n.º 37, Mesão Frio
253 541 124

Paraxut

Rua de Santa Maria, n.º 21/23, Oliveira do Castelo • 253 410 369

Pedrinhas

Estrada Nacional 105, n.º 3141, Nespereira • 253 587 800

Pimenta Moscada

Largo dos Laranjais • 253 419 020

Prazeres Doseados

Penha - Costa • 919 367 055

Quinta de Castelões

Rua do Parque Industrial, S. João de Ponte • 253 557 002

ABRIL • 20, 21, 22



Em **Armamar** têm sido conservados e transmitidos de geração em geração as receitas e os segredos culinários que fazem a riqueza gastronómica do Município. Numa terra rica em matérias-primas de excelência a gastronomia assume-se como prova da qualidade dos produtos agrícolas locais. Símbolo máximo da gastronomia armamarense é o cabrito, ou cabritinho, que tem a sua época própria entre o Natal e a Páscoa e encontra-se à mesa em dias de Festa. A fama do Cabritinho de Armamar tem-se espalhado e não são poucos os que visitam Armamar para o provar: assado no for-

no a lenha, acompanhado por batatas assadas e arroz do forno.

Deixe-se tentar por esta iguaria!

Os vinhos do Douro e Porto acompanham na perfeição as delícias da gastronomia armamarense. São vários os produtores que em Armamar trabalham e colocam nos mercados nacional e internacional vinhos de excelência, reconhecidos pela sua qualidade.

A maçã de montanha de Armamar é cada vez mais importante na gastronomia local. A aposta mais recente surge nas pastelarias do município com os Docinhos de Maçã que se querem

afirmar junto dos que nos visitam. Com a importância crescente dos hábitos de vida saudável e dos cuidados com a dieta alimentar, os produtores da maçã encontram argumento para produzir cada vez mais e melhor. A Maçã de Montanha de Armamar é, de facto, diferente... é mais crocante, tem mais sumo e é mais saborosa. Não pode deixar de a provar!

Dignos de destaque ainda no cardápio gastronómico de Armamar são os enchidos e os queijos de cabra que encontra facilmente nas cartas dos nossos restaurantes.

Armamar está à sua espera!



Animação

Sob o mote: Em Armamar, Abril sensações mil!

31 de Março e 1 de Abril - Lançamento da Rota Armamar Gourmet - Caminhada da Macieira em Flor

14 e 15 de Abril - "The Wine Divine Armamar", Colóquio, provas e venda de vinhos

20, 21 e 22 de Abril - Fim-de-semana Gastronómico

Venha provar o Cabritinho de Armamar num dos nossos restaurantes*. Com animação nos restaurantes aderentes.

* Aconselha-se vivamente a reserva antecipada!

28 e 29 de Abril - Passeio TT Festa da Macieira em Flor - promovido pelo Centro Cultural e Recreativo de São Cosmado

Restaurantes

Adega da Vila

Praça da República • 254 855 328

AZ Douro

Estrada Nacional 222, Folgosa
254 858 222

DOC

Cais Turístico e Fluvial da Folgosa
254 858 123

Fonte Nova

Av. 8 de Setembro • 254 855 387

Mercantil

Mercado Municipal • 254 851 469

Misarela Gostos e Temperos

Av. Dr. Oliveira Salazar • 254 858 116

O Lagar

Queimada • 254 855 806



Pode-se considerar que na gastronomia de **Ponte da Barca** se encontra o mais tradicional sabor, fruto da utilização dos mais variados e ricos produtos da região para a confecção de diversas especialidades. Destacam-se o Cozido à Portuguesa, o Sarrabulho, as Papas de Sarrabulho, o Cabrito da Serra Amarela e a Posta Barrosã, nas carnes; a Lampreia, o Sável e a Truta, nos peixes. Na doçaria, destacam-se o bolo branco, o leite-creme (queimado) e as Rabanadas de Mel que se encontram na ementa de diversos restaurantes.

Posta Barrosã

A Posta Barrosã é uma carne de alta qualidade. Nem toda a carne da Vitela Barrosã serve para cozinhar a Posta. Cada posta tem que ser da rabada de vitela, e com uma espessura de 3 a 4 cm. É temperada na hora de grelhar, só com sal. Grelha-se na brasa de carvão forte, até ganhar cor. Depois de grelhada é passada pelo molho constituído por azeite, vinho branco, vinagre, pimenta, alho e alecrim. É servida mal-passada, acompanhada com "batata a murro" e arroz "malandro".

Rabanadas de Mel

Cortam-se fatias de pão de trigo duro com 2 cm de espessura. Ferve-se 1 lt de leite, 1lt de água, 2 paus de canela, casca de 1 limão, 3 colheres de mel e 3 de açúcar, 1 noz de manteiga fresca. Numa travessa, põe-se o pão a demolhar na calda quente. Escorre-se e passa-se por ovos batidos. Fritam-se em azeite fino e polvilham-se com açúcar e canela, acompanhadas de uma calda de 1/4 de lt de água, 1/4 lt de vinho do Porto, 4 colheres de mel e 4 de açúcar amarelo, 2 paus de canela e 6 flores de laranja fresca.



Ativação

Mostra de Gado Barrosão e Animação com Folclore do Concelho.

Restaurantes

Adega do Lavrador

Bairro das Maceiras • 258 455 546

Albufeira do Lima

Tamente – Entre Ambos-os-Rios
258 588 135

Casa Real Fonte Velha

Rua D. Manuel I • 258 455 248

Churrasqueira Barquense

Rua Dr. Francisco Sá Carneiro
258 454 104

Jaime Gomes

Rua Conselheiro Rocha Peixoto
258 452 194

Lindo Verde

Castelo – Lindoso • 258 578 010

Nappoli

Painçães-Paço Vedro de Magalhães
258 455 047

O Churrasco

Santinha – Paço Vedro de Magalhães
258 452 513

O Desejo

Largo 25 de Abril, 30 • 258 488 177

O Emigrante

Rua António José Pereira
258 452 248

O Kibom

Rua Dr. António José Pereira
258 452 194

O Moínho

Campo do Córro, 1 • 258 452 035

S. Martinho

S. Martinho de Crasto • 258 098 110

Santana

Igreja – Grovelas • 258 454 576

Varandas do Lima

Campo do Córro, 16 • 258 453 469



A carne bovina maronesa é um produto com características sensoriais, nutritivas e hígio-sanitárias de elevada qualidade. O aroma é simples e delicado, a suculência é extraordinária e o “flavor” é excepcional proporcionando sensações olfactivas e gustativas ímpares.” O Pão de Ló húmido é uma especialidade e um símbolo da região. É confeccionado à base de açúcar, farinha de trigo e ovos caseiros, que lhe confere aquele aspecto amarelhino e cremoso.

Posta Maronesa

A Posta Maronesa é temperada só com sal e grelhada na brasa. Feita na hora, vai para a mesa com aspecto suculento e apetitoso, bem acompanhada com batatinhas a murro e grelos salteados em azeite e alho. O molho feito através da mistura de azeite cru, alho picado, louro e piri-piri, é uma opção.

Pão de Ló Húmido

O Pão de Ló húmido é confeccionado só com gemas de ovos, açúcar e farinha. Vai ao forno, previamente temperado, em tigelinhas de alumínio forradas com papel do Pão de Ló.



Animação

Actuação do grupo de concertinas nos restaurantes aderentes.

Restaurantes

Adega Regional 7 Condes,Lda.

Rua Velha • 255 382 342

Adega Regional- Casa da Cainha

Rua Velha • 966 769 265

Adega Regional S. Tiago

Mondim de Basto • 960 315 084

Chasselik

Av. da Igreja • 255 381 510

Dylan

Quinta da Igreja • 255 381 041

New York

Sobreira de Mondim • 255 386 497

O Transmontano

Mondim de Basto • 255 381 682

Sabores do Alvão

Ermelo • 255 386 531

Sr.ª da Graça

Vilar de Ferreiros • 963 759 600z

ABRIL • 27, 28, 29



“A gastronomia do Concelho de **Tabuaço** está intimamente ligada ao modo de vida dos nossos antepassados. Em casa de agricultores e lavradores, não havia loja que não criasse o porco, o cabrito, que se havia de imolar chegada a Páscoa, ou o cordeiro. Depois, em tempo de matança do porco, não havia lareira que não secasse o fumeiro. Em caixas de madeira, cheias de sal grosso, curavam-se os presuntos e outras carnes gordas que estas tinham como objetivo dar sabor a sopas feitas em potes de ferro e recheiar fartamente bolas cozidas em fornos de lenha.

Tabuaço oferece uma gastronomia de saberes e sabores tradicionais, cuja principal especialidade é o afamado cabrito recheado com arroz de forno, mas há também um ótimo presunto e uma deliciosa bola de carne e peixinhos do rio em molho de escabeche. São também muito apreciados os doces de castanhas e o Bolo-Rei de Tabuaço, conhecido como o melhor bolo-rei do país.

Terra de bom vinho mas também de excelentes azeites, os folares têm também aqui uma forte tradição. E se falamos em tradição, não esqueça-

mos a riquíssima herança deixada pelos monges de Cister no que toca a doces conventuais, ainda hoje muito presentes nas mesas em dias de festa.

Tabuaço, rico em história e tradições, rodeado por uma natureza que nos sorri, tem a arte de bem receber, seja amigos, família ou os visitantes que por estas terras se queiram aventurar!

Venha conhecer Tabuaço e os seus sabores!”

Restaurantes

Tabua d'Aço

R Mõa, Edifício Piscinas Municipais
254 781 711

Tachinho da Té

Rua Conde Ferreira • 254 787 082

Tarraxa

Estrada Nacional, Sendim
254 536 164

Avenida

Av. António A S Barradas
254 789 141



ABRIL • 27, 28, 29



A gastronomia tradicional é marcada por um conjunto de influências regionais, como o calendário religioso, o calendário agrícola e a época da pesca. Em **Cerveira**, a gastronomia tradicional é secular e tem sabor a rio. É do forte relacionamento com o rio Minho e toda uma história ligada à atividade piscatória, que surge O Sável, peixe símbolo do rio Minho, não só pelo seu aspecto, mas pelo factor económico que representava para a população. Com a entrada da Primavera, chegavam a pescar-se aos milhares por dia. Foi a mulher do pescador que, com arte e engenho, criou o Debulho de Sável, como forma de aproveitar as peças do sável menos requisitadas (a cabeça, o rabo, as postas mais pequenas e as ovas), para confeccionar um divinal arroz de Sável, aromatizado com uma mescla de especiarias e ervas aromáticas, que lhe conferem o estatuto de genuíno e inconfundível. No Fim-de-semana Gastronómico, o Sável, ex-líbris da gastronomia cerveirense, pode ser degustado nas seguintes variedades: Debulho de Sável, Sável frito e de Escabeche.

Para sobremesa o típico Leite-creme e o biscoito de Milho para acompanhar o café.



Sável (Debulho de Sável)

Começar por limpar e escamar bem o sável, cortar a cabeça e o deguladouro (posta junto à cabeça), retirando-se em seguida o fígado, a que se extrai o fel. Tiram-se as ovas com cuidado e cortam-se também a parte do rabo e as postas mais pequenas. Num recipiente, coloca-se o Debulho e tempera-se com sal, salsa, pimenta, alho, cravinho, colorau e 1 colher de sopa de vinagre, cobrindo-se com vinho verde tinto e branco. Deixa-se

marinar durante algumas horas. Num tacho, pica-se uma cebola grande, junta-se um pouco de azeite, o Debulho e a respectiva calda. Vai ao lume e cozido o peixe, retira-se para um recipiente. À calda inicial junta-se a água necessária para cozer o arroz. Logo que o arroz esteja cozido, junta-se o Debulho e rectificam-se os temperos. Deixa-se repousar uns minutos, serve-se o arroz a fugir pelo prato.

ABRIL • 27, 28, 29

Biscoitos de milho

Ingredientes: 1Kg de farinha de milho amarelo • 750 gr de açúcar amarelo • 250 gr de manteiga • 8 ovos • 1 colher de sopa de canela • Raspa de limão q.b.

Peneira-se a farinha para um algar de barro. Derrete-se a manteiga e deita-se sobre a farinha. Em seguida batem-se os ovos e adiciona-se à mistura anterior, assim como o açúcar, a canela e a raspa de limão. Amassa-se tudo muito bem com as mãos até ficar uma massa homogénea e consistente. Se for necessário acrescenta-se mais um pouco de farinha. Em seguida, unta-se o tabuleiro com a manteiga e com a ajuda de uma máquina de churros, dispõe-se a massa a gosto. Vai ao forno e depois de cozidos, retiram-se do forno, deixam-se arrefecer e guardam-se em caixas bem fechadas de forma a conservarem-se rijos.

**Restaurantes****Abrigo das Andorinhas**

Rua Queirós Ribeiro, nº 76
251 795 335

Adega Real

Terreiro - VNC • 251 795 366

Braseirão do Minho

Rua da Tomada, En 13 , Campos
251 700240

Cantinho dos Amigos

Rua Queirós Ribeiro • 251 795 725

Casa Lau

Lugar da Igreja , Loivo • 251 795 162

Central

Terreiro • 251 794 898

Costa Verde

Avenida, EN13, nº 15 - Campos
251 795 430

Glutão

Sta. Marinha - Loivo • 251 795 654

Lavrador

Alto das Cerejas, nº 15 - Campos
251 796 604

Luso Galaico

Terreiro • 251 795 225

Sol Nascente

Vale - Sapardos • 251 941 233



O **Arouca** Geopark é possuidor de um excecional património e gastronomia, tal como a carne de raça arouquesa DOP - denominada de origem protegida. Certificada desde 1998, esta carne é caracterizada pelo seu inigualável sabor. Outra das riquezas gastronómicas arouquesas é a doçaria conventual e regional. Da doçaria conventual destacam-se as castanhas doces, barrigas de freira, roscas e charutos, morcelas doces, bola de S. Bernardo. Da regional a fatia de pão-de-ló, cavacas e os melindres.

Vitela Arouquesa

Carne de raça Arouquesa DOP - Denominada de Origem Protegida, temperada com sal q.b. Acompanhamentos: legumes, batata frita tradicional ou batata a murro e arroz

Pão de Ló de Arouca

Ingredientes: 14 ovos • 400g de açúcar • 250g de farinha • 1 colher de sopa de fermento.

Batem-se as gemas com o açúcar durante 30 minutos. As claras em neve juntam-se às gemas e, por fim, a farinha com o fermento. Forra-se a forma com o papel, enche-se com a massa e vai ao forno a cozer em temperatura branda durante cerca de 2 horas.



Animação

Programa inserido nas comemorações do «Mês de Maio, mês do Coração», destaque para atividades culturais e desportivas, nomeadamente "Caminhada pelo coração".

Restaurantes

Alto da Estrada

Arouca • 256 944 796

Casa no Campo

Espinheiro - Moldes - Arouca
256 941 900

Hotel Rural

Quinta de Novais - Arouca
256 940 100

Hotel S.Pedro

Arouca • 256 944 580

Mota

Alvarenga • 256 955 250

Parlamento

Arouca • 256 949 604

Pedrogão

Pedrogão • 256 941 733

Tasquinha da Quinta

Arouca • 256 944 080

Varandinha

Arouca • 915125770



Quando a fumegante travessa de barro repousa na mesa engalanada, oferecendo succulentos pedaços de cabrito ou anho assado, com batatas luzidias e arroz de forno, fica inaugurado um irresistível manjar, que o capitulo vinho verde torna ainda mais apetecível. Na gastronomia de **Lousada** surgem, também, o arroz de cabidela, rojões, arroz de sarrabulho ou o bazulaque, guisado de fígado e bifes de carneiro. À sobremesa, a tentação da sopa seca: fatias de pão ressoado acamadas no alguidar levado ao forno e polvilhadas com açúcar e canela. A doçaria garante beijinhos e bolinhos de amor, pão-de-ló, rosquilhos e leite-creme queimado, mas esten-de-se aos bolos de abóbora, rabana-das e formigos. Percebe-se, então, o sentimento do escritor Fialho de Almeida após visitar em Lousada o seu amigo São Boaventura: “Manjar de Deuses. Vinho de Altar. Sobe aos Céus. Não voltas a Lisboa. Já estás no Paraíso!”.



Cabrito assado com arroz de forno

De tradição em Lousada é o carneiro, ou o cabrito assado e arroz no forno. A carne é posta em água e sal durante bastante tempo. Passa-se depois, já pela noite para a vinha de alhos (vinho, alho, sal, limão, louro e pimenta). Pela manhã prepara-se o forno e também um estrugido enquanto ele aquece. Um estrugido de verdade, com carne gorda de toucinho, colorau e pimenta. Com ele se tempera a carne disposta na assadeira para ir ao forno. À parte, faz-se uma calda também com carne gorda e bocados de galinha cozida. De seguida deita-se num alguidar apropriado de barro, a quantidade de arroz aí desejada, colocando por cima rodela de cebola, salsa e um fio de azeite, para que o arroz fique bem solto. Por fim junta-se-lhe a calda feita e mete-se tudo no forno.

Sopa Seca Doce

Ingredientes: 1 galinha • 100 gramas de toucinho • 300 gramas de vaca sem gordura • um ramo de hortelã • 3 colheres de sopa de mel • açúcar, canela • 250 gramas de trigo de 1ª qualidade • um alguidar de barro vidrado, do tipo chapéu amachucado.

Levam-se as carnes a cozer em bastante água ligeiramente temperada com sal. Depois destas cozidas, cõase a calda, juntando-lhe de seguida o ramo de hortelã, a canela e o açúcar a gosto, de modo a ficar bem doce. Polvilha-se com açúcar e canela o fundo do alguidar que vai ao forno e vão-se colocando as fatias bem encharcadas separadas entre si por açúcar e canela, devendo a última camada ser de açúcar. Cobre-se o alguidar com papel pardo e vai ao forno até ficar bem tostadinho.

MAIO • 4, 5, 6



Ativação

"FOLIA

Festival de Artes de Espectáculo de Lousada"

Apresenta de 20 de Abril a 5 de Maio espectáculos de teatro, cinema, vídeo, música e dança, complementados com exposições de artes plásticas, numa organização conjunta da Câmara Municipal e da Companhia de Teatro Jangada, que confere especial animação à Vila.

Restaurantes

Brazão

Rua Santo António - Silvaes
255 811 532

Casa de Sedoura

Rua 1º de Maio - Boim • 229 810 568

Estrada Real

Avenida Estrada Real, 414
255 733 154

Quinta de Cedovezas

Rua de Cedovezas Nº 102 - Pias
255 811 513

Quinta do Caseiro

Rua de Carrazedo, nº707 - Ordem
255 814 001

Tico-Tico

Largo da Esperança Nº13
255 813 301

Visconde

Rua Visconde de Alentém 4/6
255 815 008



A gastronomia é uma expressão de cultura e de bem viver. Os saberes e os sabores tradicionais evidenciam os produtos locais de que o homem dispunha para a sua alimentação e os modos e as formas que foi apurando para os tornar mais úteis, mais saborosos, mais agradáveis. A gastronomia **courense** é um vasto e rico património, assente em produtos naturais e ecológicos, de uma sã economia rural. Da truta do rio Coura, onde abunda, aos enchidos, passando pelas carnes de cabritos e anhos criados nos nossos montes, é toda uma variedade de pratos regionais e de cozinha tradicional.

“Haveria deleite maior que contemplar as trutas, no deflúvio matutino, com a água do córrego a cair no batedeiro dos seixos, oxigenada da frescura do orvalho e do azul do céu?” – pergunta Aquilino Ribeiro na sua Casa Grande de Romarições.



Truta do Rio Coura

As trutas, depois de bem limpas, temperam-se com sal, enfia-se-lhes no degoladouro uma fatia de presunto gordo e vão a grelhar na chapa do fogão. Depois de grelhadas, colocam-se numa travessa e levam por cima uma fatia de presunto cru. São servidas com molho verde (à base de cebola, salsa, vinagre, azeite e um pouco de sal refinado) e batatas cozidas.

Formígos de Coura

A sua confecção não tem segredos: faz-se uma calda de açúcar, à qual se juntam frutos secos (nozes, pinhões e passas). Quando cozidos, junta-se miolo de pão, muito bem desfeito em leite. Quando quase pronto, junta-se vinho do Porto, gemas de ovo e mel. Deve servir-se frio. Sendo originalmente um doce típico da época natalícia, actualmente prepara-se durante todo o ano.



Animação

Animação folclórica, encontro de concertinas, mostra de produtos e gastronomia tradicional, ateliers de culinária, entre muitas outras actividades.

Restaurantes

Albergaria

Rua Dr. Narciso Alves da Cunha
251 782 450

Barbaças

Rua Dr. Narciso Alves da Cunha
916 938 212

Conselheiro

Largo Visconde de Moselos
251 782 610

Forno do Minho

Rua Padre Casmiro Rodrigues de Sá
251 783 226

Furão

Rua Dr. Narciso Alves da Cunha
251 782 602

Lino

Coqueira - Castanheira
251 782 069

Miquelina

Rua Conselheiro Miguel Dantas
251 783 298

Romântica

Rua Dr. Afonso Viana • 251 782 280

Xisto

Boalhosa - Insalde • 939 334 565



Desde tempos imemoriais **Amarante** foi cruzada por viajantes que em fartos repastos lá retemperavam as suas forças e preparavam nova jornada, consumindo refeições substanciais, compostas por carnes de vitelas maronesas, arouquesas, cabrito serrano, bacalhau à Custódia e do Zé da Calçada, cozido à portuguesa, feijoada, ou umas trutas pescadas no Tâmega...

Aqui, a doçaria nasce conventual, pelas mãos das monjas de Santa Clara, responsáveis pela sua difusão, por altura das Invasões Francesas. A Santa Clara, advogada das pessoas com dificuldades de fala, eram oferecidas, em pagamento de promessas, inúmeras aves de capoeira - que evocam, no seu cacarejar estridente, a desenvoltura na fala que as pessoas rogavam e obtinham da santa - e que, por sua vez, alimentavam, através dos ovos, esta fina doçaria que ainda hoje leva longe a afamada gastronomia de **Amarante**, sempre regada pelos frescos e encorpados vinhos verdes brancos e tintos produzidos nas muitas encostas que a partir do Rio Tâmega se desdobram na altura.



Bacalhau assado no forno

Em cada restaurante onde é confeccionado descobre-se uma peculiaridade e uma característica que sublimam este prato.

Poderemos, no entanto, desvendar, superficialmente, alguns dos passos que o afamam: passar o bacalhau por farinha e fritar lentamente em azeite; de seguida, dispô-lo num prato e colocar-lhe cebola e azeite, acrescentando a maionese, previamente feita com ovos, mostarda e azeite. Levado ao forno a gratinar, estará pronto a servir, podendo ser acompanhado por puré de batata e uns legumes da horta.

Doces Conventuais

“S. Gonçalo de Amarante / Tantos milagres fazeis / Que são mais milagres vossos / Estes doces e pasteis”. Criados e difundidos pelas monjas de Santa Clara, os Doces Conventuais de Amarante (lérias, foguetes, papos de anjo, bolos de S. Gonçalo, ...) continuam a despertar a curiosidade de quem nos visita. Cumprindo o segredo conventual, a produção destas especialidades tem como principais ingredientes ovos, amêndoas, açúcar e farinha, diferenciando-as a forma e os acabamentos.



Animação

18, 19 e 20 de Maio: Feira de Doçaria Conventual - Doces no Convento.

Restaurantes

A Eira

Rua da Vinha lote 19 • 255 095 490

A Grelha

Avenida 25 de Abril, nº8 • 255 431 272

Adega Regional de Amarante

Rua António Carneiro, nº57

255 425 992

Adega Regional Ti-Ana

Rua da Trovoada, nº416 • 255 731 577

Amaranto

Rua Acácio Lino, nº351 • 255 422 006

L'Amore Mio

Av. Alexandre Herculano, Ed. Do Rio nº31 • 913 131 247

Lusitana

Rua 31 de Janeiro, nº65 • 255 426 720

Marão - Pousada de S. Gonçalo

Curva do Lancete, S. Marão

255 460 030

Mateus

Estrada Nacional 101 nº 80

255 441 680

O Pescador

Av. General Silveira • 255 422 004

Príncipe

Largo Cons. António Cândido, nº83, Cepelos • 255 431 009

Quinta da Carrasqueira

Quinta da Carrasqueira, nº2091

255 446 915

Quinta da Lama

Rua Caminho da Rua, Real

255 733 548

S. Gonçalo

Largo de S. Gonçalo, 8 • 255 432 707

Tasquinha da Ponte

Rua 31 de Janeiro, nº193

255 433 715

Zé da Calçada

Rua 31 de Janeiro, nº81 • 255 426 814



A vitela assada projectou a gastronomia fafense por todo este país. É a coroa de glória dos comeres locais. Na verdade, o concelho de **Fafe** é conhecido a nível nacional pela saborosa vitela assada à moda de Fafe. No último quartel do séc. XIX, já escrevia José Augusto Vieira que “é afamada a vitella de Fafe”. O autor de “O Minho Pitoresco” enaltece, por mais do que uma vez, a “deliciosa vitella, que torna Fafe uma celebridade entre os amadores da carne tenra e branca”.

Vitela Assada à Moda de Fafe

Coloque a vitela numa pingadeira e tempere-a, de forma a ficar completamente coberta, com sal, pimenta, três dentes de alho picado, cebola aos gomos, vinho, azeite, salsa e uma folha de louro sem o veio. Leve-a a assar, em forno de lenha, cerca de três horas. Retire a vitela coloque-a num tacho. Disponha, por cima, a cebola aos gomos e os alhos cortados em laska. Regue com metade do molho que ficou na pingadeira. Tape e leve ao forno dez minutos. Asse as batatas na pingadeira com o restante molho. Acompanhe com arroz de forno.

Doces de Gema

Bate-se muito bem as gemas com o açúcar até que este preparado fique cremoso. Depois vai acrescentando aos bocados a farinha. Pronta a massa, fazem-se uns bolos redondos e acha-tados e levam-se ao forno a lenha para cozer num tabuleiro untado com manteiga e polvilhado com farinha. Prontos os doces, e ainda quentes, estes são barrados com calda de açúcar em ponto. Deixam-se em descanso para secar, o que ao fim de algum tempo lhe confere a cor branca tão característica deste doce.

MAIO • 18, 19, 20



Animação

Feiras Francas e Expo Rural 2012 - 16 a 20 de Maio.

A feira franca data desde finais do séc. XVII e surgiu devido a uma provisão expedida por D. João V (1689-1750). O cartaz contempla, para além de uma exposição multisectorial; exposições dos pirotécnicos conceilhos; grupos de folclore; concertinas; bandas filarmónicas, dois números obrigatórios, sendo o concurso pecuário e a corrida de cavalos.

Restaurantes

Adega Popular

Prç. 25 de Abril, n.º286 • 253 599 747

A Cabana

Rua Luís de Camões, n.º121

253 503 233

A Desportiva

Rua Aquilino Ribeiro, n.º80/88 253 494 750

Académico

Rua Serpa Pinto, n.º142 • 253 599 657

Casa da Cêra

Rua Monsenhor Vieira de Castro, n.º14 253 590 255

Casa de Pasto Reis

Rua Visconde Moreira de Rei, n.º319 253 598 542

Cá Te Espero

Rua do Retiro, n.º156 • 253 590 436

Come e Bebe

Rua da Cumieira, n.º96 • 253 503 403

Comfort Inn

Avenida do Brasil - Hotel Comfort Inn 253 000 700

Divinus

Rua de Inglaterra, n.º61 • 253 491 352

Doce Abrigo

Rua Major Miguel Ferreira, n.º50 R/C

253 492 653

Dom Fafe

Praça 25 de Abril • 253 599 323

Egas Moniz

Praceta Egas Moniz, n.º24

253 597 279

Feira Velha

Praça Mártires do Fascismo, n.º167 253 599 680

Dom Luis

Avenida S. Jorge, nº 383 R/C

253 595 837

O Fogueteiro

Rua Trindade Coelho, n.º65

253 503 024

Pinto da Costa

Rua dos Aliados, n.º567 • 253 590 123

Porto Seguro

Rua de Moçambique, n.º300

253 599 160

Shake

Rua General Humberto Delgado,

n.º157 • 253 493 745

Tia Graça

Rua dos Aliados, n.º325 R/C Esq.

253 593 411

Janta Comigo

Zona Industrial do Socorro, lote Z 2

253 498 358

Taberna do Rilhas

Lugar de Cancelo - Arões Santa

Cristina • 253 591 257

Nun ´Alvares

Rua Guerra Junqueiro, Ed.

Nun ´Alvares • 253 451 010

O Girassol

Rua Camilo Castelo Branco, nº 93

253 590 225

MAIO • 18, 19, 20



O coelho e a cenoura porquê? A história de **S. João da Madeira** está indubitavelmente relacionada com a indústria, nomeadamente pela indústria do calçado e da chapelaria. Esta última tornou-se bastante emblemática e motivou a criação do Museu da Chapelaria, num edifício que foi uma fábrica de chapéus – a Empresa Industrial de Chapelaria.

É neste contexto que se pretende proporcionar o aparecimento de uma tradição gastronómica em S. João da Madeira relacionada com uma das atividades industriais mais importantes do concelho – a Chapelaria, surgindo a ideia do coelho como prato principal e da cenoura para a confecção de doçaria.

A tradição nasce todos os dias e pode nascer hoje!



Coelho

Amanhe e lave muito bem o coelho, corte-o em pedaços médios pelas articulações. Tempere com sal, pimenta, vinho branco, salsa, alecrim, alho esmagado e a folha de louro e junte ainda 1 colher de chá de colorau. Deixe ficar no tempero pelo menos 1 hora. Descasque cebolinhas e batatas e lave-as. Corte o bacon em pedacinhos, limpe e lave os cogumelos. Numa frigideira leve ao lume o azeite a aquecer bem e aloure nela os pedaços de coelho. À medida que forem ficando lourinhos, retire-os, escorra-

-os e deite-os num tacho. Aloure depois o bacon, escorra e deite sobre o coelho. Aloure também as cebolas e as batatas, mas estas, depois de estarem louras, tempere-as com sal fino. Depois de colocar tudo num tacho largo, junte o vinho do Porto, os cogumelos, a marinada do tempero e a mostarda, tape e leve a cozer em lume moderado. Quando o coelho estiver tenro, retire e sirva. Complete com triângulos de pão que entretanto fritou no óleo, com as pontas molhadas no molho e polvilhadas com salsa.

MAIO • 18, 19, 20

Animação

Durante este fim-de-semana os gastrónomos poderão visitar o Museu da Chapelaria em S. João da Madeira e conhecerem o processo de fabrico dos Chapéus. Único na Península Ibérica, o Museu da Chapelaria localiza-se na Avenida Oliveira Júnior, em

S. João da Madeira, no edifício recuperado e adaptado de uma fábrica histórica: a Empresa Industrial de Chapelaria. Dentro dessas paredes expõem-se máquinas, ferramentas, matérias-primas, chapéus e palavras dos antigos operários, num espaço dinâmico,

sempre cheio de actividade. O visitante tem a possibilidade de ver, tocar, cheirar... sentir as matérias-primas. Quem o desejar pode assistir ao acabamento de chapéus que são vendidos na loja do Museu, ou até encomendar um por medida.

Restaurantes**Almeida**

Rua do Dourado, 204 • 256 826 503

Bacana

Av. Benjamim Araújo, 24
256 823 385

Bonzão

Rua 11 de Outubro, 22 • 256 824 942

Casa da Avó

Praça 25 de Abril • 256 824 073

Casa do Morgado

Travessa de S. Francisco de Xavier,
120 • 256 831 232

Central do Visconde

Rua Visconde de S. João da Madeira,
2377 • 256 834 545

Fábrica dos Sentidos

Rua Oliveira Júnior, 501 (Museu da Chapelaria) • 256 413 193

Hotel WR

Rua Adelino Amaro da Costa
256 106 700

Katekero

Av. da Liberdade, 319 • 256 825 833

Mutamba

Rua Camilo Castelo Branco, Ed.
Mutamba • 256 828 380

Nova Era

Rua do Condestável, 74 • 256 824 628

River

Av. do Vale, 665 • 256 042 984



Terra de sabores com tradição, **Tarouca** convida-o a provar os melhores pratos, servidos com os melhores vinhos e espumante. Complete a refeição com doces de chorar por mais.

A gastronomia de Tarouca é das mais variadas da região. O bazulaque é um dos pratos mais típicos, normalmente preparado por ocasião das Festas de S. Miguel. Como entrada para uma boa refeição, vale a pena petiscar a bola de vinha d'álhos, os presuntos e os queijos de cabra. Depois, para prato principal, é só escolher entre o cabrito assado com arroz do forno, as trutas do rio Varosa ou os rojões de porco com batata cozida. À sobremesa vale a pena provar e deliciar-se com os bons sabores da doçaria tradicional: leite-creme queimado, bolinhos de mel ou azeite, pão-de-ló, falachas de castanhas ou a bola de milho doce.

E, para finalizar, um brinde com uma taça do famoso espumante da região, produzido com as melhores castas.



Marã

Ingredientes: carne de porco da barriga com o coiro • vinho tinto • sal • pimenta • azeite • alho • louro.

Corta-se a carne em pedaços pequenos deixando o coiro agarrado. Numa frigideira, frita-se a carne no azeite bem quente e tempera-se com sal, pimenta, louro e alho. Quando a carne estiver loira, rega-se com o vinho tinto e deixa-se ferver até apurar. Acompanha com batatas cozidas.

Leite creme à moda antiga

Ingredientes: 5 dl de leite • 1 casca de limão • 4 a 6 gemas • 120 grs de açúcar • 1 colher (sopa) de farinha de trigo • açúcar p/ queimar.

Ferva o leite com a casca de limão. À parte bata bem as gemas com o açúcar e a farinha, junte ao leite quente e leve ao lume, mexendo sempre. Quando engrossar, deite o leite-creme numa taça ou em pratinhos, para arrefecer. Na altura de servir polvilhe com açúcar e queime com um ferro em brasa.



Restaurantes

7º Irmão

Estrada Real dos Carvalhais
254 679 357

Adega Ti Palmira

Almodafa • 254 679 450

Chave D'Ouro

Av. Ananias do Carmo Santos, Lote 69
254 679 329

Lumik

Av. Dr. Leite Vasconcelos, 76
254 678 097

Nova Avenida

Av. Restauradores do Concelho, Lote 22
254 781 447

O Solar

Lugar da Tapadinha - Castanheiro do
Ouro • 254 678 820

Restaurante das Piscinas

Complexo Desportivo de Tarouca
254 107 828

Tasquinha do Matias

Ponte de Ucanha • 254 677 327

Tio Pedro

Urbanização do Vale • 254 103 087



FR
1990
00514100

FR
1990
00514100
31-01-05

FR
1990
00514100

O VINHO VERDE

O Vinho Verde é único no mundo. Um vinho naturalmente leve e fresco, produzido na Região Demarcada dos Vinhos Verdes, no noroeste de Portugal, uma região costeira geograficamente bem localizada para a produção de excelentes vinhos brancos. Com baixo teor alcoólico, e portanto menos calórico, o Vinho Verde é um vinho frutado, fácil de beber.

Os vinhos produzidos na Região estão sujeitos a uma rigorosa inspeção para poderem ser classificados de «Vinho Verde».

DIFERENTES TIPOS DE VINHOS VERDES

Existem vários tipos de Vinho Verde: brancos, tintos, rosados, de lote ou mono-varietais. Também poderá optar por um espumante de Vinho Verde branco, tinto ou rosado. Para digestivo, escolha uma aguardente de Vinho Verde.

Como servir os vinhos verdes:

Vinhos Verdes Brancos: 8 a 12 ° C

Vinhos Verdes Rosados : 10 a 12° C

Vinhos Verdes Tintos : 12 a 15° C

O VINHO VERDE E A GASTRONOMIA

De intensos aromas frutados, o Vinho Verde é particularmente apreciado como aperitivo, pois é pouco alcoólico e tem uma acidez muito equilibrada. Experimente um Vinho Verde rosado, de aromas jovens a lembrar frutos vermelhos. O sabor é fresco e intenso. Mas o Vinho Verde é também a escolha preferida para refeições informais. Uma bebida natural, de baixas calorias, ideal para quem procura momentos leves, relaxantes e um estilo de vida saudável.

Os peixes e mariscos são beneficiados quando servidos com um Vinho Verde branco. Também as carnes brancas, saladas e pratos vegetarianos se conjugam perfeitamente com este néctar. O Vinho Verde tinto é a escolha perfeita para os pratos regionais, como os rojões, sarrabulhos, ou cabrito assado. A harmonização do Vinho Verde tinto com pratos de bacalhau, polvo ou sardinha assada vai surpreendê-lo.



COMISSÃO DE VITICULTURA DA
REGIÃO DOS VINHOS VERDES

COMISSÃO DE VITICULTURA DA REGIÃO DOS VINHOS VERDES

Rua da Restauração, 318 | 4050-501
Porto | Portugal

Tel. +351 226 077 341

FAX +351 226 077 320

www.vinhoverde.pt

PARA LÁ DE UMA REGIÃO

Mais do que uma região, Trás-os-Montes é uma região de vinhos de grande qualidade. Situada para lá da serra do Marão, é entre montanhas e a alternância de solos xistosos e graníticos que as vinhas vão desenhando a fama da região transmontana. As características dos solos, os microclimas e as diferentes castas dão origem a vinhos tão diferenciados, dividindo esta região vitivinícola em três sub-regiões: Chaves, Valpaços e Planalto Mirandês. À arte e ao saber das pessoas juntaram-se as novas tecnologias, o que possibilitou a produção de mais e melhores vinhos.

POR TRÁS DE GRANDES VINHOS, HÁ SEMPRE GRANDES CASTAS

Porque as castas dizem muito sobre um vinho, em Trás-os-Montes só as melhores são plantadas. Se entre as tintas encontramos a Trincadeira, o Bastardo, o Marufo, a Tinta Roriz, a Touriga Nacional e a Touriga Franca, entre as brancas podemos encontrar a Síria, o Fernão Pires, o Gouveio, a Malvasia Fina, o Rabigato, a Côdega de Larinho, o Bical e o Viosinho. Na hora de produzir o vinho, estas castas dão origem a tintos frutados e encorpados e brancos frescos, suaves e equilibrados.

PARA LÁ DE BONS VINHOS, HÁ BOA GASTRONOMIA

Não é só de bons vinhos que vive Trás-os-Montes. Na mesa haverá sempre o azeite, o fumeiro, as carnes, os queijos e o mel, todos eles produtos qualificados da região. E para que todas estas iguarias sejam devidamente apreciadas, acompanhe sempre com um bom vinho de Trás-os-Montes.



COMISSÃO VITIVINÍCOLA REGIONAL
DE TRÁS-OS-MONTES

COMISSÃO VITIVINÍCOLA REGIONAL DE TRÁS-OS-MONTES

Bairro do Bonito, Edif. IVV, S/N.º

5430-429 Valpaços

Tel: 278 729 678

Fax: 278 729 678

cvrtm@sapo.pt

www.cvrtm.pt

OS DOIS RIOS, TÁVORA E VAROSA DÃO O NOME À REGIÃO

Esta região alberga os concelhos de Moimenta da Beira, Sernancelhe, Tarouca e ainda algumas freguesias dos concelhos de Penedono, São João da Pesqueira, Tabuaço, Armamar e Lamego.

A altitude, o clima frio e agreste, uma razoável variabilidade de solos e um conjunto de castas são a fonte dos seus vinhos.

Távora, com uma altitude média de 650m, e Varosa com uma altitude média de 550 m.

As características edafoclimáticas, as suas vinhas plantadas em solos graníticos, solos litólicos e solos de transição, reúnem boas condições para a criação de vinhos geralmente frescos, e com teores de acidez ideais para a produção de espumantes.

As castas da região apresentam um leque de variedades que nos vinhos brancos, combina a tradicional “Malvasia Fina ou o Cerceal com o Bical, Gouveio e as estrangeiras Chardonnay e Pinot Branco”, resultando vinhos ímpares,

frutados, aromáticos frescos e alcoólicos, de cor citrina.

Nos vinhos tintos, abunda a Tinta Barroca, Aragonêz, Touriga Francesa, Touriga Nacional e as estrangeiras Jaen e Pinot Tinto. Estes vinhos devem revelar um volume alcoólico mínimo de 11,5° e em alguns casos são excelentes na sua concentração, na intensidade dos seus aromas e frutos vermelhos e na sua poderosa estrutura de taninos que os ajudam a garantir o envelhecimento.

Nesta região, produtora de vinhos de qualidade e de magníficos espumantes, rica em património cisterciense, foi criada em 1998 a Rota das Vinhas de Cister, cujo principal objectivo é o desenvolvimento do potencial da Região, nas vertentes da cultura vitivinícola, ambiental, cultural e gastronómica. Tem-se congregado esforços no sentido, de incentivar a comercialização directa dos vinhos e outros produtos regionais, através do contacto directo entre os produtores e os turistas.

Paraíso de caça do monte e fértil em peixes do rio, a região do Távora e Varosa é uma centelha de boa comida. Pão regional de Moimenta da Beira, cozido

em antigos fornos de lenha, acompanha o melhor presunto, salpicão ou chouriça com azeitonas, acompanhados pelos nossos vinhos brancos frescos e frutados.

As bolas de carne, sardinha e bacalhau de Lamego e de Vinha d’alhos de Tarouca, a par do melhor cabritinho de Armamar, asseguram a refeição perfeita, com os nossos tintos. Mas tudo estaria incompleto sem a sobremesa. A vasta doçaria conventual, os doces de amêndoa de S. João da Pesqueira, o leite – creme e o pudim de ovos de Tabuaço, fazem as delícias do paladar e enchem o olhar com os famosos espumantes. Depois as sumarentas frutas: maçã, peras, cerejas, uvas, laranjas e castanhas de Penedono.



Rota
das Vinhas
de Cister



CVR Távora- Varosa

Casa do Paço
3610-013 Dalvaes-Tarouca
Tef. 254 679 000
cVRTAVORA.VAROSA@SAP0.PT

VINHOS DO DOURO E PORTO

Os Vinhos do Douro são produzidos a partir de castas autóctones como a Touriga Nacional, Touriga Franca, Tinta Roriz (Aragonez), Tinta Barroca e Tinto Cão. A grande maioria dos vinhos resulta de um lote de várias castas, com uma complexidade e riqueza ímpares, que lhes imprimem um perfil característico do Douro. Existem ainda bons exemplos de vinhos monovarietais, produzidos apenas com uma casta, principalmente das três primeiras.

No Douro também existem grandes vinhos brancos para serem descobertos.

Os vinhos secos são produzidos por lotação de várias castas como a Malvasia Fina, o Viosinho, o Gouveio e o Rabigato.

Acompanhando a tendência de consumo a nível mundial, a região do Douro tem visto nascer um número cada vez maior de vinhos rosados.

Estes vinhos produzidos a partir de uma maceração ligeira de uvas tintas, apresentam uma bela cor rosada e exuberantes aromas jovens de framboesa, cereja e rebuçado. Na boca, entusiasmam pela sua suavidade, doçura e acidez. São ótima companhia para um aperitivo no verão. Devem ser consumidos enquanto jovens (1 a 2 anos) e servidos ligeiramente frescos, entre 10° e 12° C.

Com menos expressão dos que os restantes vinhos, podemos ainda encontrar, sobretudo nas cotas mais altas, produtos com características particulares como o Moscatel do Douro, o Espumante do Douro (VEQPRD) e vinho novo (vinho da última vindima), bem como o Colheita Tardia, elaborado com uvas em sobrematuração por acção da podridão nobre.”

Fonte: www.ivdp.pt

