



Elisabete Miranda Carlos

Terras da Gândara

O quotidiano das gentes e a Cozinha Gandaresa

As memórias dos saberes e dos Sabores

Dissertação de Mestrado em Alimentação – Fontes, Cultura e Sociedade, orientada pelo Doutor Norberto Santos, apresentada ao Departamento de Línguas, Literaturas e Culturas da Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra

2015



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Faculdade de Letras

Terras da Gândara
O quotidiano das gentes e a Cozinha Gandraesa
As memórias dos saberes e dos Sabores

Ficha técnica:

Tipo de trabalho	Dissertação de Mestrado
Título	Terras da Gândara
Subtítulo	O quotidiano das gentes e a Cozinha Gandraesa As memórias dos Saberes e dos Sabores
Autor/a	Elisabete Miranda Carlos
Orientador/a	Doutor Norberto Santos
Constituição do Júri	Doutora Fernanda Cravidão; Doutora Maria Helena Coelho; Doutor Norberto Santos
Área Científica/ Especialidade	Letras /Alimentação
Identificação do Curso	2º Ciclo em Alimentação — Fontes, Cultura e Sociedade
Data da defesa	18 Setembro 2015
Classificação Obtida	16 Valores



UNIVERSIDADE DE COIMBRA

Turismo, 1942

I

Gândara sem uma ruga de vento.

Sol e marasmo.

Silêncio feito de troncos

e de pasmo.

Campos, pinheiros e campos

quedos. Tanto!

- o sol parado

cegou-me os olhos de espanto.

(OLIVEIRA, Carlos 1942, p.41).

“ Étudier la table populaire, ce n’est pas seulement étudier l’alimentation des gens modestes et les produits consommés, c’est aussi essayer de reconstituer les pratiques alimentaires dans la vie quotidienne, s’intéresser aux circuits d’approvisionnement, à la quantité et à la qualité de la vaisselle, (...) s’efforcer de comprendre les usages sociaux du manger et du boire, les représentations qui les accompagnent” (BONNEAU 2013, p.9)



Figura 1- Panela de ferro no borralho da cozinha Gandraesa; Foto de Camara Municipal de Cantanhede

Elisabete Miranda Carlos

Terras da Gândara

O quotidiano das gentes e a Cozinha Gandraesa.

As memórias dos saberes e dos sabores

Dissertação de Mestrado em Alimentação — Fontes, Cultura e Sociedade, orientada pelo Doutor Norberto Santos, apresentada ao Departamento de Línguas, Literaturas e Culturas da Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra

Coimbra 2015



Figura 2- Casa Gandaresa- Retirado da Monografia: A casa Gandaresa em Seixo de Mira: Sua vida, usos e tradições de Maria Isabel Oliveira das Neves

“Sendo a mais importante, a cozinha não é, porém, a mais nobre divisão da casa, que é a sala, e tem sensivelmente as mesmas dimensões desta. Aí se confeccionam e toma as refeições diárias. Estas são preparadas ao lume do borralho em panelas de ferro, raríssimas nos dias de hoje, ou em caldeiros suspensos do cambo, a que no Seixo de Mira se dá o nome de *cambeiro*. Junto ao borralho, e encostado ao *perro*, entre este e a parede, fica o *canto-da-lenha*.”

Casa Gandaresa- Cozinha Genealogia em Portugal (2005)



Figura 3 – Arte Xávega Etnografia Portuguesa – Foto 160 Arte da Xávega na Praia de Mira (1966)

“O barco está pronto. Uma esteira de varas, duas juntas de bois para o puxar, homens nus metidos na água e agarrados às cordas, e a onda que salpica e os alaga. Entra para dentro a companhia. Refervem as ondas que o sacodem lá no alto... Os fortes rapagões agarram-se aos quatro remos, a proa alvora... É este o momento angustioso, enquanto se não safam da cova do mar.”

Raul Brandão, Os Pescadores (2010, p. 31)

Agradecimentos

Talvez este espaço de agradecimentos não tenha linhas suficientes para agradecer como devia a todas as pessoas que o longo destes dois anos de Mestrado de Alimentação – Fontes, Cultura e Sociedade, de alguma forma me ajudaram, direta ou indiretamente a cumprir e realizar os meus objetivos nesta minha etapa de formação académica, mas de qualquer forma os meus agradecimentos e reconhecimento aqui ficam para todos eles.

Deixo assim algumas palavras a todos, com um profundo reconhecimento e agradecimento.

À fundadora e coordenadora científica do 1º Curso de Mestrado em Alimentação - Fontes, Cultura e Sociedade da Universidade de Coimbra, Doutora Maria José Azevedo, agradeço a simpatia e disponibilidade com que nos acompanhou no primeiro ano de mestrado.

Às coordenadoras atuais deste Mestrado Doutora Maria Helena Coelho, e Doutora Cármen Soares, agradeço a oportunidade e o privilégio de frequentar este Mestrado que em muito contribuiu para a minha formação, agradeço também a simpatia e dedicação com que ambas se dedicam a este projeto.

Ao Doutor Norberto Santos, uma palavra especial de agradecimento por me ter proporcionado todas as condições necessárias para que pudesse realizar a minha tese e por me permitir através das suas palavras de incentivo não desistir desta etapa e lutar para que a conseguisse finalizar. O meu agradecimento pela orientação e apoio incondicional que em muito ajudaram a conciliar os meus conhecimentos, e estimularam a minha vontade de querer saber mais, e fazer melhor, obrigado pelo seu voto de confiança e responsabilidade que me incutiu para este projeto.

Agradeço-lhe ainda a sua disponibilidade e simpatia, assim como a sua exigência ao longo de todo este mestrado, e à orientação da minha tese, sem dúvida que é de pessoas assim que as nossas Universidades precisam. O seu apoio foi determinante.

Ao Doutor Rui Cascão ao Doutor Jorge Seabra, e ao Doutor Albano Figueiredo, os meus sinceros agradecimentos por todos os conhecimentos que me transmitiram.

Aos meus colegas de turma, agradeço toda a amabilidade, respeito e carinho com que sempre me trataram, guardarei todos esses momentos que vivemos ao longo destes dois anos.

Agradeço em especial à Andreia e ao João por todo o carinho e amizade que manifestaram ao longo destes dois anos para comigo, a sua ajuda, e preocupação nos momentos de maior aflição foram sem dúvida verdadeiros atos de coragem, obrigado por estarem do meu lado.

Às minhas amigas de sempre Bernadete Castelhana e Elisabete Coquim, porque sempre fizeram parte dos meus projetos e da minha vida, o meu obrigado.

Aos meus pais, por serem o meu mundo, por tudo o que me deram e por fazerem de mim a pessoa determinada que sou, obrigado por me amarem incondicionalmente.

Aos meus irmãos, por estarem sempre disponíveis e sempre do meu lado, aos meus avós, tios, tias, e toda a família, obrigado pelo carinho.

Aos meus filhos, por serem o melhor de mim, a eles dedico em especial a minha tese, e todo o meu trabalho, por todos os momentos que não estive presente nas suas vidas, por todos os momentos bons e menos bons o meu amor e orgulho por eles será sempre enorme, o meu obrigado por serem meus filhos, e por me lembrarem todos os dias que vale a pena ter confiança e força num futuro melhor.

Ao meu marido, por ter estado ao meu lado sempre quando precisei e pelo seu apoio, o meu obrigado pelo amor e carinho nas horas importantes, sem ele não teria sido possível.

Ao meu ex-marido José Maria e á sua mulher Alzira o meu muito obrigado por terem tomado conta dos nossos filhos, e por estarem disponíveis para ajudar sempre que é preciso.

Por último mas não menos importante a todos aqueles que não posso nomear os seus nomes, não teria espaço, mas que são importantes na minha vida, a todos eles obrigado por existirem, vocês sabem quem são.

Apesar de considerar que esta dissertação foi um processo de isolamento, solitário em que na maioria das vezes só o silêncio contribuía para o seu desenvolvimento, na realidade ele reuniu o contributo de muitas pessoas que me foram ajudando direta e indiretamente, a todos o meu muito obrigado ficarei sempre grata.

Resumo

Tendo como território de estudo a zona do *coração* da gândara¹ até ao Baixo Mondego o trabalho que apresento pretende através de uma abordagem gastronómica analisar as diferentes potencialidades dos recursos naturais e culturais desta região tendo como objetivo fundamental a análise e levantamento de receitas típicas desta faixa territorial de características tão próprias. Serão ainda objeto de atenção os **usos, costumes, tradições**, estórias, pessoas e elementos territoriais que valorizam as rotas associadas a esta **gastronomia**. Este propósito vai obrigar a que seja dada especial atenção à **cozinha** enquanto local onde se conjugavam os produtos alimentares locais com o saber fazer das pessoas de uma comunidade que conjuga os saberes do mar e da terra. Depois das pesquisas efetuadas e das longas conversas com as gentes da “minha” terra pretende-se que a organização deste trabalho consiga superlativar as memórias gustativas que ficaram como recordação de infância e pelo sonho do povo gandarês que se alimenta vive e respira desta terra.

Pretende-se recorrer aos espaços museológicos e confrarias de localização na zona como elemento de leitura do território, dos modos de viver da população, da história, e da cultura como reforço de uma identidade gastronómica com grande potencial natural e humano. O desenvolvimento do trabalho encontra na arte xávega e na agricultura da região fatores essenciais para o melhor conhecimento do tipo de alimentos consumidos.

Assim na tentativa de ajudar a conservar estas memórias gastronómicas e a contribuir para o desenvolvimento local através da divulgação destes magníficos receituários esclarecer como a alimentação é capaz de reforçar a identidade da região e da população residente contribuindo para o seu desenvolvimento.

Palavras-chave – Gastronomia, território, tradição, usos, costume e cozinha

¹ Coração da gândara- Território que abrange os concelhos de Mira, Cantanhede

Abstract

This study is based on the territory from the Heart of Gandara² until the Low Mondego, this present work aims a gastronomy approach wish analyze the different potentials of natural and cultural resources having the main objective the analyses and research of the typical recipes and characteristics of this region.

It still be object of attention the use, customs, traditions, history, local people who values associated routes of this gastronomy.

This study will require a special attention to the kitchen as a work place where the people of this community know how to do and what to do with the food product, combining the sea and earth knowledge.

After the long research and long conversations with people of my homeland i intend to honor the mouth feel memories as remembered in our childhood and pay a tribute to the gandarês people that feeds, lives and breathe this land.

This work was based on local museums and confraternities also taking in mind the lifestyle of this population, the history, culture and gastronomic identity that has reavealed a great natural and human potential.

The development of this work was mostly found in Arte Xávega and the region agriculture, main factor for the best knowledge of what type of food consumed.

Therefore to help conserve this gastronomic memories and contribute for the local development through to release of this magnificent recipes clarify how the food is capable of strengthen identity of the resident people of this region.

Keywords – Gastronomy, Territory, Tradition, Customs and Kitchen

² Heart of Gandara- Territory that covers Mira and Cantanhede municipalities.

Índice

Introdução	21
Metodologia	23
I Capítulo – GÂNDARA – SABERES E SABORES DE UM TERRITÓRIO.....	25
Gândara – povoamento, população e caracterização geográfica.....	25
1. Breve história do território.....	29
2. Património Histórico-cultural	37
2.1 O Traje Típico dos Pescadores.....	41
2.2 Os Moinhos de Água	41
2.3 Palheiros na Costa Litoral da Gândara – Tocha e Mira	45
3. Património Imaterial.....	52
3.1 A Arte Xávega no território Gandarês.....	52
4. Património Natural	64
II Capítulo – DA CASA GANDARESA PARA A COZINHA	72
A Casa gandaresa no território da Gândara	72
1. Construção da casa Gandaresa	73
1.1. . Divisão da casa Gandaresa	75
III Capítulo - DO MAR À TERRA	90
A agricultura no território da Gândara.....	90
1. Os principais produtos agrícolas.....	93
1.2. A batata	95
1.3. Os Grelos e os nabos	96
1.4. A abóbora	98
1.5. O milho	99
1.6. A oliveira e o azeite	101

2. Um território de areias vizinho do mar	102
2.2 As carnes	103
2.3 O porco e a tradição da matança	103
IV Capítulo – COZINHA TRADICIONAL – OS SABORES DE UMA TERRA	114
A Gastronomia Regional enquanto património e identidade cultural de um lugar	114
1. A importância dos produtos locais para a valorização da região da Gândara	115
2. A gastronomia regional e o turismo	116
3. A gastronomia regional e as novas tendências alimentares	119
3. Aspetos identitários da cultura e gastronomia – Gastronomia em Portugal e na Gândara.....	121
V Capítulo – AS MEMÓRIAS DOS SABERES E DOS SABORES	127
A gastronomia regional gandraesa.....	127
1. A influência da Sazonalidade na Alimentação da Gândara, e o fator festividade	127
128	
2. Saberes e sabores da Gândara- técnicas do saber fazer	129
2.1 Receitas das iguarias gandraesas nas festividades	130
Janeiro	130
Passagem de ano.....	130
Dia de Reis	132
Fevereiro	136
Carnaval.....	136
Do Carnaval à Pascoa (40 dias) - Quaresma.....	139
Páscoa.....	143
.....	145
Abril	145
Maio	147

Junho / Julho	147
Pelas Festas de S. António.....	148
Filhós de Abóbora	154
Pelas festas de S. Pedro.....	155
Agosto.....	156
Casamentos	156
Setembro/ Outubro.....	162
Vindimas.....	163
Novembro.....	164
Arroz de Leves	166
Dezembro	170
Natal	170
Outras datas importantes assinaladas	174
Dia dos barreiros	174
Batizados	177
Outros pratos que se comiam na Gândara	177
Glossário de termos	179
Conclusão.....	182

Índice Figuras

Figura 1- Painel de ferro no borrarho da cozinha Gandraesa; Foto de Camara Municipal de Cantanhede	6
Figura 2- Casa Gandraesa- Retirado da Monografia: A casa Gandraesa em Seixo de Mira: Sua vida, usos e tradições de Maria Isabel Oliveira das Neves.....	7
Figura 3 – Arte Xávega Etnografia Portuguesa – Foto 160 Arte da Xávega na Praia de Mira (1966).....	8
Figura 4 – Mapa representativo da Gândara – A totalidade do concelho de Mira e franjas dos concelhos de Vagos, Cantanhede, Montemor-o-Velho, e Figueira da Foz (Reigota, João – 2000; p24).....	28
Figura 5 -Carta Geológica de Portugal na escala 1:500 000	33
Figura 6 – Foto de um barco de arte xávega e palheiros dos anos 70 séc. XX extraída do livro Praia da Tocha/ Palheiros da Tocha – Associação de Moradores da tocha 2001.....	50
Figura 7 – Orlando Ribeiro – Temas Urbanos 1945 – Foto de palheiros na Praia de Mira.....	51
Figura 8 - Foto de Bungalows do parque de campismo da Praia de Mira inspirados nos palheiros de antigamente. Foto retirada do site Mirices http://mirices.blogspot.pt/	51
Figura 9 - Palheiros recentes na Praia da Tocha- www.dorigemlusa.pt 03/2015.....	52
Figura 10- Barco de Arte Xávega- Praia de Mira ; www.prof2000.pt – 03/2015	57
Figura 11- Foto recente de barco de arte xávega - WWW.tovieira.com 03/2015.....	57
Figura 12 - Concelho de Cantanhede: Cadima Feira dos 13 Cantanhede Principio do séc. XX, 1976. Foto de José Maria Pimentel retirado de Genealogias de Portugal.....	63
Figura 13- Feira da Tocha, realiza-se ao dia 14 e 27 de cada mês. Foto de Marco Alexandre- http://viladatocha.no.sapo.pt/	64
Figura 14 - Vendedoras de peixe no areal de Mira na década de 70, xavega praia de Mira ...	69
Figura 15 - Foto de peixe que saiu na rede a ser escolhido para vender na praia de Mira, www.tovieira.com	69
Figura 16 - Rua com casas Gandraesas Seixo Mira 1976 Foto de Maria Miranda	73
Figura 17 - Casa Gandraesa antiga, foto de Maria Miranda	74

Figura 18 - Casa Gandaresa recente, Foto de http://www.panoramio.com/	75
Figura 19- Casa Gandaresa- retirado de WWW.prof2000.pt	75
Figura 20 - Fotos de casa de arrumação com escadas para o celeiro (2015) - fotos de Marisa Miranda	78
Figura 21 - Pátio com parreiras por cima (1978) - Foto de Maria Miranda	79
Figura 22 – Pátio, cozinha do forno e ao fundo a eira e os currais dos animais (1975) Foto de Maria Miranda.....	79
Figura 23 - Pátio com bomba numa casa gandaresa (2015) foto de Marisa Miranda.....	80
Figura 24- Planta de uma casa gandaresa - Retirada de www.freguesiadesantoandredevagos.eu	81
Figura 25 - Foto de broa de milho, foto de www.saboresunicos	84
Figura 26 – Pão (Broa) de Milho, Foto de Marisa Carlos 18/05/2015	84
Figura 27- Pão a cozer no forno a lenha, Foto de Marisa Carlos 16/02/2015	85
Figura 28 - Ti Laudina a retirar uma broa do forno: Foto de http://soudagandara.blogspot.pt/01/04/2009	89
Figura 29 - Balança antiga, foto de Marisa Miranda (2015).....	95
Figura 30 - Amorim Girão, Atlas de Portugal, 1958.....	99
Figura 31 - Matança do porco, Foto antiga de Conceição André (1946)	106
Figura 32- Matança do porco e recolha do sangue para o sarrabulho, Foto de Maria Miranda- Dezembro de 1974	107
Figura 33- Foto de www.tradiçoesmatançadoporco	107
Figura 34 - Febras de porco na brasa, panelas de ferro antigas com sarrabulho	109
Figura 35- Raça Marinhóia , Foto de associação de criadores da raça Marinhóia.....	112
Figura 36- Mapa da carne Marinhóia DOP – http://ptq.drapc.min-agricultura.pt	113
Figura 37 - Estações do ano.....	128
Figura 38 - Arroz de Galo em caçarola de Ferro, Foto de Carlos Saramago	131
Figura 39 - Arroz de Galo Gourmet, foto de www.Cincoquartosdelaranja.com	132
Figura 40 – Rabanadas foto de Marisa Miranda	133
Figura 41 - Rabanadas com redução de vinho do porto e frutos vermelhos foto de www.vitacress.pt	134
Figura 42- Bolo-rei, Foto de Luís M. Jorge (2011)	135
Figura 43 - Chanfaba, Foto de Carlos Saramago (2015).....	137

Figura 44 - Leitão assado em forno a lenha fotografia cedida por Carlos Saramago	139
Figura 45 - Caldeirada de Peixe, Foto de Leandro Guedes.....	141
Figura 46 - Caldeirada de peixe gourmet - foto de www.cincosentidosnacozinha.com	141
Figura 47 - Caldeirada mista com boleiros – Foto de www.cm-mira.pt	143
Figura 48 – Folar doce da Páscoa foto de Bruno Patusco	145
Figura 49 - Favas à Gandraesa, Foto de Marisa Miranda	146
Figura 50 - Sardinhas na telha, Foto de Marisa Miranda	149
Figura 51 - Batata assada na Areia - " Blog do Manel"- segunda feira, 15 Junho de 2009	150
Figura 52- Batata assada na Areia - " Blog do Manel"-segunda feira, 15 Junho de 2009.....	151
Figura 53- Batata assada na Areia - " Blog do Manel"-segunda feira, 15 Junho de 2009.....	151
Figura 54 - Bacalhau assado na brasa " Blog do Manel"- segunda feira, 15 Junho de 2009 .	152
Figura 55 - Massa de broa de Milho na Gamela de amassar - Foto de Carlos Saramago	153
Figura 56 - Foto de Carlos Rebola - Cadima, Cantanhede (28/10/2008) http://ferroada.blogspot.pt/	154
Figura 57 - Filhos de abobora, Foto de Marisa Miranda (2015).....	155
Figura 58 - Arroz de Sardinha - Foto de Carlos Saramago (2015)	156
Figura 59- Canja de Galinha , Foto de Marisa Miranda	158
Figura 60 - Arroz doce, Foto de Marisa Miranda.....	159
Figura 61- Arroz doce com canela foto de Marisa Miranda.....	160
Figura 62- Aletria - Foto de Marisa Miranda	161
Figura 63 - Aletria foto de WWW.saborintenso.pt	161
Figura 64 - Bolo de cornos, foto de http://www.jornaldamealhada.com/	162
Figura 65- As vindimas na bairrada (foto de: engenheiro agrónomo Manuel de Oliveira Silvestre Junho de 1969).....	163
Figura 66 - Sarrabulho, Foto de Marisa Miranda	166
Figura 67 - Arroz de Leves, foto de Marisa Miranda	167
Figura 68 - Papas de abóbora com sardinha	168
Figura 69- Torresmos foto de www.tomateconfit.com	169
Figura 70- Receitas de Natal- Retirado de Genealogia, cultura popular (trajes, costumes antigos...) e história em Portugal, Particularmente no Concelho de Cantanhede	172
Figura 71- pão de lo, foto de Marisa Miranda.....	173
Figura 72 (2015) - Rojões Foto de Carlos Saramago	176

Figura 73 - Papas de milho com couves e rojões176

Introdução

A Gândara é uma região que engloba cinco concelhos todos unidos pela mesma cultura gastronómica e por uma posição geográfica que favoreceu a pesca e a agricultura na constituição de uma identidade regional. Foi esta dependente influência do mar e da terra que fez o homem Gandarês conquistar estas terras, e deixar as suas marcas no território e até mesmo nos seus filhos a quem passava todo o seu legado, como forma de o preservar. Desta forma numa região como a Gândara com tanta tradição, e património cultural, e gastronómica com usos e costumes muito próprios torna-se pertinente e essencial cuidar estas memórias e preservar este património que ainda resta para as gerações futuras terem acesso a todo este espólio.

Assim a presente dissertação realizada no âmbito do Mestrado em alimentação pretende abordar a temática do quotidiano das gentes e da cozinha Gandaresa relacionando os vários tipos de património da região e a memória dos sabores e saberes do povo Gandarês, mais especificamente no que diz respeito à gastronomia, e às práticas associadas à alimentação. A escolha deste tema resultou principalmente da proximidade da estima, consideração e da relação pessoal que tenho com este território ao qual me sinto profundamente ligada, considero ser uma área com grandes potencialidades por desenvolver a nível da gastronomia e acredito que através da cozinha tradicional da Gândara conseguiríamos aumentar o património gastronómico e cultural desta região, por outro lado o meu interesse pelo estudo deste período de finais do séc. XIX e inícios do séc. XX foi fundamental para este estudo.

A área de estudo a que me delimito é a dos cinco concelhos da Gândara, por ser a área com aspetos comuns no que diz respeito às práticas alimentares, à socialização do povo, às festividades, às artes ancestrais de pesca no mar, e ao empenho e dedicação que fizeram este povo transformar terras infrutíferas e estéreis em terras produtivas.

No que diz respeito aos métodos de trabalho utilizados estes assentaram em pesquisas pelas bibliotecas dos concelhos, e fundamentalmente em prospeção junto a pessoas com mais idade que foram contando pequenas histórias e momentos da sua infância e ajudaram a

construir as histórias de um passado próximo como a matança do porco, a cozedura da broa no forno a lenha a arte xávega, e a casa gandraesa entre outros que falarei nos capítulos a que faço referencia nesta dissertação. Gostaria ainda de referir que parte da informação que se encontra neste trabalho provém dos conhecimentos inerentes que tenho sobre os usos costumes e tradições destas terras, que conheço, lido e passeio desde tenra idade. Também o conhecimento de alguns familiares mais próximos me permitiu rematar e aumentar diversos pontos e aspetos, que enriqueceram e completaram a minha dissertação.

O presente trabalho encontra-se dividido em cinco capítulos. O primeiro capítulo- Gândara Saberes e Sabores de um Território, faz uma abordagem genérica da história do território, faz referência ainda ao património cultural, imaterial, e natural. O segundo capítulo- Da Casa Gandraesa para a Cozinha faz referência à casa gandraesa no território, desde a sua construção à cozinha e aos espaços dedicados à alimentação, preparação e confeção. O terceiro capítulo- Do mar à terra aborda a temática da agricultura e da influência do mar no território da Gândara assim como os principais produtos agrícolas, destas regiões, o peixe, a carne e a matança do porco uma tradição secular. No quarto capítulo – Cozinha Tradicional os Sabores de uma terra, refletimos sobre a gastronomia regional enquanto património e identidade cultural de um lugar, a importância dos produtos locais para a valorização da região, a gastronomia regional e o turismo e aspetos identitários da cultura e gastronomia. Por último o quinto capítulo analisa genericamente o património gastronómico e a influência da sazonalidade nos alimentos consumidos assim como das festividades da região. Faço um registo também neste capítulo das receitas mais importantes da região gandraesa associadas às datas importantes do ano.

Metodologia

Para a elaboração deste trabalho de dissertação foram tidas em conta distintas metodologias, nomeadamente visitas a bibliotecas municipais, ao museu de arte xávega na praia de Mira, ao museu Marítimo de Ílhavo, ao Navio museu St^o André, trabalho de campo, conversas com habitantes dos concelhos estudados, entrevista, e análise fotográfica.

A metodologia usada relativamente às visitas a bibliotecas foi efetuada entre os meses de Outubro e Junho, consideramos que estas visitas foram importantes na recolha de fontes escritas para este trabalho de dissertação, permitindo recolha de matérias escritas para futura análise e consulta.

A metodologia referente às visitas a museus decorreu entre os meses de Setembro e Outubro de 2014, considerei que estas visitas foram uma forma de começar a reconhecer algum do espólio da arte xávega e da pesca do bacalhau para que ficasse a dominar, e a compreender e pudesse futuramente analisar esta informação recolhida. Fiquei também a conhecer de uma maneira geral as estruturas organizacionais destes museus, das suas exposições e temáticas. Deste modo, pretendeu-se com estas visitas adquirir informações de aspetos geográficos, (como localização, relevo, clima, e hidrografia desta região); património histórico/ cultural (enquadramento do tema arte xávega e pesca de bacalhau com a história da localidade, o traje típico dos pescadores, e os palheiros usados pelos pescadores); património Imaterial (a arte xávega, e as festividades e tradições associadas á região) património natural (o peixe, e o consumo na região) a casa gandraesa e o património a ela agregado, a agricultura (utensílios, usos e costumes associados), entre outros que permitiram compreender o que os museus expõem sobre o património das terras da Gândara para as populações e turistas da região.

A metodologia referente à análise de campo e conversa com os habitantes da região decorreu entre os meses de Janeiro e Junho, tendo em conta que as conversas com os habitantes foram decorrendo conforme a necessidade da pesquisa e sempre a pessoas de mais idade porque consideramos serem mais sábias e com outras memórias destes tempos.

No que se refere á análise e recolha fotográfica esta foi efetuada entre Maio e Julho, considerando algumas dificuldades que foram surgindo esta recolha não decorreu dentro do planeado tendo que ser usados métodos de pesquisa de fotografias online além das recolhidas por mim e alguns familiares.

Assim sendo no que se refere às metodologias usadas, consideramos que as mais importantes foram a recolha de fontes escritas em bibliotecas e a recolha de fontes orais pelo povo Gandarês.

I Capítulo – GÂNDARA – SABERES E SABORES DE UM TERRITÓRIO

Gândara – povoamento, população e caracterização geográfica

Gândara, segundo o dicionário da Porto Editora (2014) é um “terreno despovoado, mas coberto de plantas agrestes; charneca; terreno arenoso pouco produtivo ou estéril.”

Para Fernanda Cravidão, a Gândara integra-se no Centro Litoral Português:

“A Gândara constitui uma subunidade regional no Centro Litoral Português que abrange cerca de 500 Km², de morfologia plana e solos essencialmente arenosos, onde domina o clima mediterrânico com influência do Atlântico” (CRAVIDÃO, 1992: 11).

É este território que, integrando os concelhos da Figueira da Foz, a Sul, Cantanhede e Montemor-o-Velho, a Nascente, Mira e Vagos a Norte, e o Oceano Atlântico, a Poente, (Fig. 1), a Gândara enquadra-se ainda entre as bacias dos rios Vouga e do Mondego. É uma zona bastante arenosa de terra desprovida, pouco fértil e até alagadiça. A Gândara é uma terra de pinhais e fortemente alterada pelo homem.

Relativamente ao concelho da Figueira da Foz, este é constituído pelas freguesias de Alhadas, Alqueidão, Bom Sucesso, Borda do Campo, Brenha, Buarcos, Ferreira-a-Nova, Lavos, Maiorca, Marinha das Ondas, Moinhos da Gândara, Paião, Quaios, Santana, São Julião da Figueira da Foz, São Pedro, Tavarede, e Vila Verde. O concelho da Figueira da foz situa-se no litoral Atlântico junto à foz do Rio Mondego e conta com cerca de 63.000 habitante, em 2011. A população ativa está sobretudo ligada ao turismo sendo esta a principal atividade. A restante população divide-se entre as seguintes atividades económicas; a pesca, a indústria vidreira, a construção naval, a produção de sal e a agricultura, segundo a Camara Municipal da Figueira da foz. A Figueira da Foz pertence à Costa de Prata, situa-se a 190 km de Lisboa, a 120 Km do Porto e a 40 km de Coimbra. O concelho é limitado a norte pelo concelho de Cantanhede, a leste pelo de Montemor-o-Velho e Soure, a Sul por Pombal e a Oeste pelo Oceano Atlântico. Este município tem 379,06 Km² de área, ao longo de 18 freguesias. A zona do Baixo Mondego, de Coimbra à Figueira da Foz, foi muito importante no cultivo do arroz e do milho - duas das principais produções agrícolas da zona. A atividade com maior relevo foi durante bastantes anos a pesca.

Quanto a Cantanhede, pode dizer-se que este é constituído pelas freguesias de Ançã, Cadima, Cantanhede e Pocariça, Cordinhã, Covões e Camarneira, Febres, Murtede, Ourentã, Portunhos e Outil, Sanguinheira, São Caetano, Sepins e Bolho, Tocha, Vilamar e Corticeiro de Cima. Cantanhede pertence ao distrito de Coimbra e à sub-região do baixo Mondego com cerca de 36.595 habitantes dados de 2011. A população ativa é predominantemente terciária na cidade e primária nas restantes freguesias, uma das atividades com maior relevo na zona é as vinhas com o seu vinho de características apreciadas internacionalmente. Cantanhede, que se localiza no distrito de Coimbra e é limitado a norte pelo concelho de Mira, Vagos e Oliveira do Bairro, a sul pelos municípios da Figueira da foz, Montemor-o-Velho e Coimbra, a nascente Anadia e Mealhada e a Poente pelo Oceano Atlântico, tem uma área de 400 km, este é o maior concelho do distrito de Coimbra. Cantanhede apresenta um clima temperado e características mediterrânicas. Situa-se a 220 km de Lisboa a 110km do Porto e a 30 km de Coimbra com excelentes meios rodoviários e acessibilidades a autoestradas e meios de acesso às principais vias. Os produtos mais importantes da região eram o vinho, o azeite, o milho e a batata. A atividade com maior relevância era a agricultura. Aqui se criavam também animais de *raça Marinhoa*, bons para a produção de leite, e animais de força para a ajuda na agricultura.

Em relação ao concelho de Montemor, este é constituído pelas freguesias de Abrunheira, Arazede, Carapinheira, Ereira, Gatões, Seixo de Gatões, Liceia, Meãs do Campo, Montemor-o-Velho, Pereira, Santo Varão, Tentúgal, Verride, e Vila Nova da Barca. Montemor-o-Velho pertence ao distrito de Coimbra e à sub-região do baixo Mondego com cerca de 26.171 habitantes nos censos de 2011. A população ativa é predominantemente terciária e secundária, a indústria é uma das atividades com maior relevância na região.³ Montemor-o-Velho tem como concelhos circunvizinhos Cantanhede, a norte, a Sul Soure, a Este Condeixa-a-Nova e Coimbra e a Oeste a Figueira da foz. Com um clima ameno, Montemor-o-Velho situa-se a cerca de 225 km de Lisboa, a 145 km do Porto e a 25 km de Coimbra. Montemor-o-Velho é conhecido pelos seus campos de arroz carolino que vem do baixo mondego.

Detenhamo-nos agora no concelho de Mira. Este é considerado o “*coração*” do território da Gândara e é constituído pelas freguesias de Carapelhos, Mira, Praia de Mira, e Seixo. Mira pertence ao distrito de Coimbra e à sub-região do Baixo Mondego com cerca de 12,465

³ <http://cim-regiaodecoimbra.pt/Montemor-o-Velho/>-(consultado dia 10/05/2015 às 19,35H)

habitantes no ano de 2011. A população dedicava-se maioritariamente à atividade agrícola, nomeadamente à produção de batata e milho, sendo que hoje em dia esta atividade tem vindo a perder o seu peso na economia local passando a ser uma atividade complementar no rendimento familiar. A maioria da população dedica-se ao sector da agricultura, da indústria e aos sectores do comércio e serviços. Nas últimas décadas o turismo também tem vindo a crescer, assumindo cada vez mais um papel de relevância na economia local.⁴ Mira localiza-se no centro da região da Gândara e é limitado pelos concelhos de Vagos a Norte, a sul e a Poente pelo concelho de Cantanhede e a poente pelo Oceano Atlântico, com uma área de cerca de 122Km². Mira fica situada a 230 km de Lisboa, a 98 Km do Porto, e a 43 km de Coimbra. Este concelho é também parte integrante da ria de Aveiro, possui uma das praias da zona da Gândara mais conhecidas onde os ex-libris são os antigos palheiros de Mira e a arte xávega. Os campos eram semeados a batata, milho, abobora, e verduras e do mar os pescadores traziam o peixe. A produção de leite e a criação de vacas leiteiras também era bastante importante nesta zona da gândara. Em relação ao concelho de Vagos este é constituído por oito freguesias, sendo elas Calvão, Fonte de Angeão e Covão do Lobo, Gafanha da boa hora, Ouca, Ponte de Vagos e Santa Catarina, Santo André de Vagos, Sosa, Vagos e Santo António. Vagos pertence ao distrito de Aveiro e sub-região de Baixo Vouga com cerca de 22.851 habitantes em 2011 segundo os sensos realizados na altura. A população dedica-se maioritariamente ao sector terciário e secundário, tendo como atividades principais a agricultura, a pesca, a apanha do sal, a indústria e o turismo.⁵ Vagos, tem como concelhos circundantes a norte Ílhavo e Aveiro, a Sul Mira e Cantanhede, a Este Cantanhede e Oliveira do Bairro e a Oeste o Oceano Atlântico, com uma área de 165,03 Km². O concelho de Vagos fica situado a 230 km de Lisboa, 70 km do Porto e 63 km de Coimbra. É o único concelho que não pertence ao distrito de Coimbra mas pertence à região da Gândara. Vagos era uma das povoações que se dedicava ao cultivo de arroz nas margens do rio Vouga e à produção de sal nas salinas de Aveiro sendo que a apanha do junco também era uma atividade com bastante relevância nesta área. As sementeiras com maior produção eram a batata e o milho.

⁴ <http://cim-regiaodecoimbra.pt/Mira/>-(consultado dia 10/05/2015 às 20,10H)

⁵ <http://www.cm-vagos.pt/> (consultado 10/05/2015 às 21,00H)

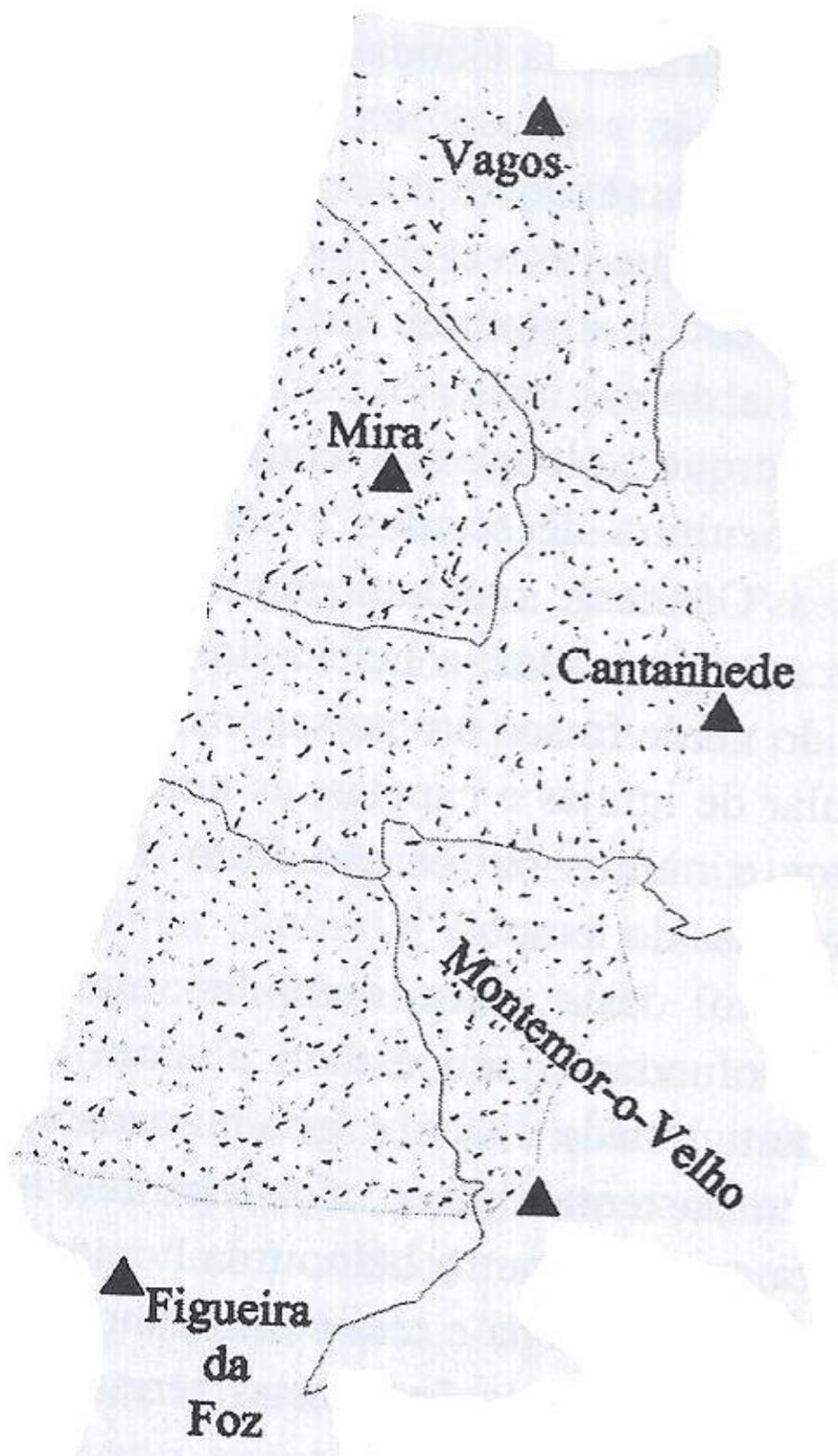


Figura 4 – Mapa representativo da Gândara – A totalidade do concelho de Mira e franjas dos concelhos de Vagos, Cantanhede, Montemor-o-Velho, e Figueira da Foz (Reigota, João – 2000; p24)

1. Breve história do território

A Gândara é um território do Litoral português, bastante arenoso e de uma área ocupada muito recentemente pelos seus habitantes. É uma região marcada sobretudo pela ruralidade onde as principais atividades foram durante muitos anos a agricultura e a pesca. Se recuarmos uns séculos atrás verificamos que a região da Gândara foi-se desenvolvendo a partir dos séculos XVI e XVII, existindo ainda nesta altura grandes terrenos agrestes, baldios e inúteis. Segundo Cravidão (1988) existiam:

“ Apenas dois núcleos- Quiaios vindo do séc.XI e Mira do séc. XI”

(CRAVIDÃO, Fernanda, 1988)

Mas a Gândara é, segundo João Reigota, uma zona onde as raízes com o passado são notórias:

“Uma floresta antiquíssima cobria toda a região. Outras florestas sucederam-se às primeiras, até aos tempos históricos. Era frequente encontrar-se, há alguns anos, na abertura de poços, grandes quantidades de madeira (REIGOTA, João 2000: p.78) ”

De certa forma estes pinhais foram responsáveis por fixar gentes nestas terras, já que alguns habitantes das redondezas deslocaram-se para esta zona da Gândara: primeiro, para ajudar a semear toda esta zona de mata e pinhal; mais tarde foram-se dedicando à pesca na zona de Mira, Figueira da Foz e Vagos, sendo a madeira destes pinhais muito útil na construção dos palheiros de Mira e da Tocha e nos barcos que os pescadores usavam. Um dos grandes fatores de fixação do povo nestas zonas foi, sem dúvida, o pinhal que, além de fixarem as areias das dunas, foram uma grande ajuda para o sector da pesca e da agricultura e mesmo para o dia-a-dia do povo das Gândaras, que a usava para se aquecer de Inverno, para cozinhar, para fazer mobília, para fazer canastras para o transporte do peixe, varais para pendurar os enchidos a fumar, malhos para malhar os cereais nas eiras, entre muitos outros objetos.

Nos finais do século XIX, os povos começam a fixar-se mais intensamente vindos de outros países onde se encontravam emigrados como o Brasil, mas esta afluência de população não é duradoura uma vez que em finais dos anos 50 verifica-se uma alteração nas populações desta zona que retornam à emigração. Gentes pobres e humildes, que procuravam novos rumos, para as suas famílias, emigram na esperança de encontrar uma vida melhor. A Europa principalmente França passa a ser um dos países em que os Portugueses

especialmente os mais novos buscam melhor futuro (Cravidão, 1988). Para aqueles que ficam nesta zona da Gândara as oportunidades são poucas, vive-se nesta altura, por volta dos anos (19) 70, num território onde a principal atividade é a agricultura e a pesca, a população envelhecida pratica uma atividade de subsistência e dedica-se sobretudo ao cultivo do milho, da batata e alguns legumes, assim como à produção de leite. É também nesta altura que a população começa a comprar vacas leiteiras de grande porte, para auxiliar no cultivo das terras. Simultaneamente funcionam como fonte de rendimento, também, para a produção de leite, escoado pelas cooperativas que se instalam nesta região do país. O pequeno agricultor geralmente possuía uma ou duas terras que semeava com milho e batata, alternadamente para não cansar a terra, para ter alimento para si e para o gado. As sementeiras eram feitas com a ajuda dos vizinhos e da família que trocavam tardes e dias para se ajudarem mutuamente, usavam os bois e as vacas (de raça Marinhoa⁶), para puxar os arados e abrir os regos onde mais tarde colocavam a semente. Na época da colheita, também eram os vizinhos e familiares que ajudavam. Esta era a forma encontrada pelo povo para fazer face à falta de mão-de-obra, sendo ajuda por ajuda, o dono das terras trazia a merenda a meio da tarde, forma de agradecimento a quem ajudava e motivo de alegria e convívio entre todos. Não faltava a broa feita pela mulher em casa, os chouriços do porco da matança que tinha acontecido na época do Natal, as azeitonas e os tremoços curtidados em casa e a *copada* de vinho da região de Cantanhede, tão apreciada por estas gentes. Ao fim da tarde regressavam todos a casa com os animais para fazer as ordenhas e aproveitar o rendimento do leite das vacas leiteiras assim como tratar do gado. Era uma história de pobreza, embora com grande riqueza cultural, de anos de labuta numa terra de areais pouco férteis em que tudo foi feito com grande esforço pelo homem gandarês.

1.1. Relevo

Quando percorremos a região da Gândara, verificamos que estamos num território de areias, território esse que foi ao longo dos anos, transformado pela ação do homem gandarês que foi ocupando estas terras nos últimos séculos de forma mais pertinente. Esta

⁶ Raça Marinhoa – Segundo Silvestre Bernardo Lima a raça Marinhoa “ ...é o nome que designa o gado que produz, cria e recria, trabalha e engorda em toda a beira Mar do distrito de Aveiro e Coimbra, (...), nas terras da Gandra e das Marinhas”

área da Gândara é descrita segundo Reigota, João (2000 p.25)⁷, como sendo de um relevo plano que o mar foi transformando ao longo dos anos nesta costa litoral chamada de *Bacia sedimentar Orla Meso-Cenozoica Ocidental*⁸. A Ocidente do Maciço Marginal de Coimbra, desenvolveu-se uma planície construída por um conjunto de relevos durante o Pliocénico e o Quaternário (Figura 2) Aqui podemos encontrar plataformas marinhas de datas e Altitudes variáveis, que vão sendo cada vez mais baixas e mais recentes conforme nos aproximamos do Ocidente verificamos que a plataforma de Murte-de-Cordinhã (G. S. Carvalho, 1964)⁹ possui uma altitude de cerca de 100 metros enquanto na zona do litoral no extremo ocidental temos a plataforma Cantanhede/Mira com apenas 30 metros (idem). Junto ao mar mesmo a ocidente analisamos o território e verificamos que possuímos uma cobertura recente de dunas de areia. Existe uma longa e antiga cobertura arenosa nestas zonas, mas a mais antiga de todas é a que vai de Vagos a Seixo de Gatões (G. S. Carvalho, 1964: idem) no concelho de Montemor-o-Velho. No entanto existe nesta região das Gândaras zonas em que a argila domina como a Vila de Mira, o concelho de Cantanhede e o de Vagos. Na direção do litoral para Este a base geológica é quase na totalidade argila, variando a espessura e a profundidade podemos encontra-la em alguns sítios mesmo perto da superfície dos terrenos. No interior da Gândara, nos limites a Leste podemos verificar no concelho de Cantanhede na freguesia de Ançã uma zona extremamente calcária segundo Reigota, João (2000, p.30, idem) existem vários tipos de camadas de calcário nesta zona com especial interesse uma a 600 metros a Sudoeste da Lagoa de Outil com um andar atribuído a *Procerites*¹⁰, permite reconhecer aqui a presença de Batoniano¹¹. A mudança dos calcários de Ançã para os de Andorinha faz-se em seguimento de sedimentação e o seu termo

⁷ Reigota, João – A Gândara Antiga- Centro de estudos do Mar- Cantanhede, Mira e Vagos, 2000; p25

⁸ Bacia sedimentar Orla Meso-Cenozoica Ocidental- Carta Geológica de Portugal na escala 1:500 000 CARTAS GEOLÓGICAS DE PORTUGAL- Investigação da infraestrutura geológica e da base de recursos geológicos

⁹ Carvalho. G. Soares (1964) -"Areias da Gândara (Portugal) -(Uma formação eólica quaternária)". Porto, *Mus. Lab. Min. Geol. Faculdade de Ciências do Porto*, LXXXI, 4^a Série. 7-32.

¹⁰ Procerites – é um extinto gênero de uma classe de fósseis cefalópodes, os amonites, que viveram durante o período Jurássico

¹¹ Batoniano - Na escala de tempo geológico, o Bathoniano é a idade da época Jurássica Média do período Jurássico da era Mesozoica onde o Fanerozoico que está compreendida entre 167 milhões e 700 mil e 164 milhões e 700 mil anos atrás, aproximadamente. A idade Bathoniana sucede a idade Bajociana e precede a idade Calloviana, ambas de sua época

equivale ao jurássico- Cretácica¹². Para o ocidente existem dunas idênticas desde a Serra da Boa Viagem até às Gafanhãs numa faixa de mais ou menos de 6 Km. São dunas mais recentes mas com duas circunstâncias distintas na construção destas mesmas. O primeiro deu origem a dunas com forma dominante alegórica e orientação geral W-E (A. C. Almeida, 1990)¹³. Juntam-se numa faixa apertada e inconstante do lado Oriental entre o extremo norte e a Tocha, assim como junto a Quiaios. “ A morfologia dunar mais o solo já nítido que sobre elas se desenvolve são as características distintivas das dunas da última geração.” (A.C.Almeida, 1990 idem). Segundo (M. A. Reis, 1940)¹⁴ estas areias que formam as dunas ainda no início do século XX moviam-se para o Oriente, soterrando terrenos agrícolas a uma média de 20 metros por ano. Em 1921 a 1940 com o cultivo do pinhal, estas dunas eólicas estabilizaram, sofrendo muito menos erosão. O solo era muito pobre ou mesmo ausente, era ácido e não retinha a água, se não fosse a ação do homem a adubar ou fortificar estas areias com o junco, e os limos das lagos, rios e rias, e mais tarde com o estrume dos animais é que se consegue que este solo se torne mais produtivo “*Nestas áreas cultivadas há muito tempo, o solo uniformiza-se no seu perfil, perde o caracter endurecido do horizonte inferior e torna-se menos acido*” (A.C. Almeida, 1997,p 321)¹⁵.

¹² Jurássico- Cretácica - Último período da Era Mesozóica ou Secundária que sucede ao Trásico e antecede ao Cretácico, terreno com restos fósseis.

¹³ Almeida. A. Campar (1990) -"Os solos na paisagem das dunas de Quiaios". *Cadernos de Geografia*, Coimbra - 9. 151-162

¹⁴ Rei, M. Alberto (1940) – Arborização. *Alguns artigos de propaganda regionalista*. Figueira da Foz.

¹⁵ Almeida. A.Campar(1997)[Dunas de Quiaios, Gândara e Serra da Boa Viagem (Uma abordagem ecológica da paisagem Fund. Cal. Gulbenkian e Junta Nac. Invest. Cient. Tenológica, Col. Textos Universitários de Ciências Sociais e humanas, 321 p.

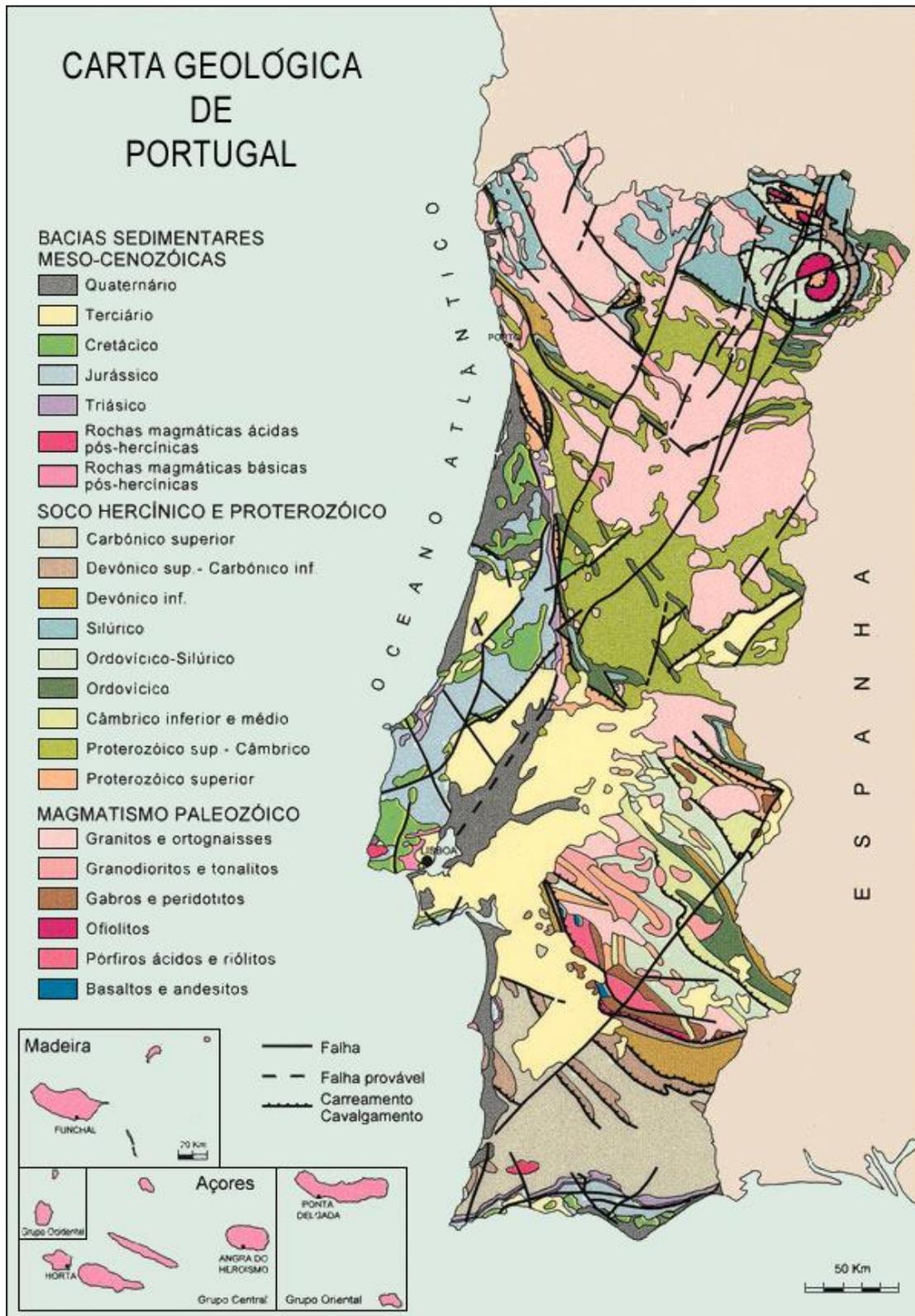


Figura 5 -Carta Geológica de Portugal na escala 1:500 000 ¹⁶

¹⁶ http://web.lettras.up.pt/mapoteca/em%20portugu%C3%AAs/ARQUIVO/arquivo_-_cartografia_geol%C3%B3gica.htm – consultado a 17/03/2015

1.2. Clima

O tipo de clima das terras da Gândara é referenciado na obra de Oliveira como tendo grandes períodos de seca e chuvas intensas. “Chuvas fora do tempo apodreceram metade das raízes e o sol quando veio continuou a destruição. Nevoeiro, míldio, lagartas e calor, isto é, doenças a grassar no chão macerado. O vento quente bafejava as culturas, matava por sua conta. A terra, que era verde, tornara-se amarela. Os bois saíram a lutar com a seca. Escoavam os poços, atirando a água dos alcatruzes às chãs de milho, à batata calcinada. Cepas torciam-se a uma luz intensa” (OLIVEIRA, C., 2004-a: 43).

O clima de uma região é definido pelos valores médios recolhidos ao longo de 30 anos, segundo o site de previsão meteorológica do país. A Região da Gândara é definida por um clima húmido mesotérico com moderada insuficiência de água no verão e pequena aglomeração da eficiência térmica na estação quente, tem características climáticas das regiões de clima temperado mediterrânico, que são ligeiramente alteradas pela influência de alguns fatores. O clima da região é qualificado por manifestar no Inverno uma elevada pluviosidade e temperaturas baixas e no verão fraca humidade e temperaturas elevadas podendo classificar-se de temperado húmido, com estação seca no Verão pouco quente mas longa. No que se refere ao nevoeiro temos algumas zonas com nevoeiros característicos de região oceânica (em média com dez/doze dias no ano – frequência de 4%) originados por massas de ar continental quente que se deslocam sobre o mar. Este é um fenómeno estival, que acontece sobretudo de madrugada.

1.2.1. Hidrografia

A região da gândara tal como explicámos atrás é bastante arenosa e plana, o que facilita os avanços do mar pelos areais. As águas encontram bastante facilidade em se depositar nos baixios.

“ A Gândara nasceu da água. Restos do mar, no seu recuo lento, foram deixando extensas poças nos baixios areentos, acrescentadas por lagoas, lagoas e cursos de água doce de caudal manso.”¹⁷CUPIDO, Mário (2006, p. 153).

Na gândara existem duas importantes bacias hidrográficas do rio Vouga, e do Mondego.

¹⁷ CUPIDO, Mário – Em Busca de Identidades (2006, p. 153)

¹⁸O Rio Vouga nasce na Serra da Lapa, a cerca de 930 m de altitude e percorre 148 km até desaguar numa ria que comunica com o mar, a Ria de Aveiro. A sua bacia hidrográfica, com 3 685 km² de área, é limitada a Sul pela Serra do Buçaco, que a separa da bacia do Rio Mondego, e a Norte pelas serras de Leomil, Montemuro, Lapa e Freita, que a separa da bacia do Rio Douro. Esta bacia não tem no seu conjunto um rio principal bem diferenciado e respetivos afluentes. De facto, trata-se de um conjunto hidrográfico de rios que atualmente desaguam de forma individualizada na Ria de Aveiro, muito perto da foz do Rio Vouga, havendo ainda uma densa rede de canais mareais e deltas relacionados com a mesma laguna. Os rios principais deste conjunto são a Norte, o próprio Rio Vouga e seus afluentes até à confluência com o Rio Águeda, o Rio Águeda e o seu afluente, Rio Cértima, podendo incluir-se ainda o Rio Caster e o Rio Antuã. A Sul, tem-se como rio principal o Boco e a Ribeira da Corujeira. A Ria de Aveiro é uma formação recente, originada pela deposição de aluviões numa extensa baía que no Século X se desenvolvia entre Espinho e o Cabo Mondego e na qual se abria um largo estuário onde desaguavam os rios Vouga, Águeda e Cértima separadamente. A planície aluvionar onde se insere encontra-se ainda em evolução morfológica drenando um conjunto de linhas de água que abarcam uma área superior àquela que é drenada pelo próprio Rio Vouga em Angeja. A zona aluvionar estende-se desde Mira, a Sul, até Ovar, a Norte, e penetra pelo vale do Vouga até Angeja. A ria ocupa, em pleno enchimento, um espelho de água com cerca de 47 km², reduzindo-se a 43 km² durante a baixa-mar. Numa maré morta de um metro de amplitude penetram na ria cerca de 25 hm³ de água salgada. Em maré viva, o prisma de maré ascende a 60 hm³. A configuração e distribuição hidrográfica da bacia são determinadas, na zona Norte, pelas serras de Leomil, Montemuro e Lapa (onde nasce o Rio Vouga, em Lapinha, à cota de 930 m) e, ainda, pelas serras de Arada (ou Freita), e, na zona Sul, pelas serras do Caramulo e Buçaco.

A bacia hidrográfica do Rio Mondego é a segunda maior bacia integralmente nacional. ¹⁹Está inserida entre as bacias dos rios Vouga a Este e Douro a Norte, e entre as bacias dos rios Tejo

¹⁸ Almeida, C., Mendonça, J. J. L., Silva, M. A. M. e A. Serra (1999) - Síntese da Hidrogeologia das Bacias do Mondego, Vouga e Lis (p.2-18)

¹⁹ Plano de Gestão das Bacias Hidrográficas dos rios Vouga...

www.apambiente.pt/_.../RB%5CParte%202%5C1.Caracterizacao_Geral consultado a 08 de Março de 2015, 10,32H

e Lis a Sul. A sua forma é retangular, com eixo principal na direção Nordeste – Sudoeste e a altitude média é da ordem de 375 m. Cobre uma área de 6 659 km², sendo a segunda maior bacia de rios integralmente portugueses (o Sado é o primeiro com 7 640 km²). O Rio Mondego nasce na Serra da Estrela a 1 547 m de altitude, numa pequena fonte designada por “O Mondeguinho” percorrendo cerca de 300 km até desaguar no Oceano Atlântico junto à Figueira da Foz. Os principais afluentes do Mondego são o Rio Dão, na margem direita, e os rios Pranto, Arunca, Ceira e Alva, na margem esquerda. De acordo com o levantamento efetuado no âmbito da elaboração do Índice Hidrográfico para a bacia do Mondego, foram aí identificados 502 cursos de água. Do ponto de vista morfológico, a bacia do Mondego é enquadrada pela Cordilheira Central, no Planalto da Beira Alta, que a separa da bacia do Tejo, e a Noroeste é limitada pelas serras do Caramulo (1 071 m) e do Buçaco (568 m), que a separam da bacia do Rio Vouga. A Serra de Lorvão, com cerca de 500 m de altitude máxima, constitui o último acidente orográfico que encaixa o Rio Mondego antes de este entrar na zona de planície. É ainda de referir que, junto à foz, na zona de Buarcos, a Serra da Boa Viagem, que constitui o Cabo Mondego o único acidente orográfico em toda a costa de Espinho a Peniche. Do ponto de vista geomorfológico, a bacia hidrográfica do Mondego enquadra-se também nas duas unidades morfo estruturais já referidas anteriormente: no interior, o Maciço Antigo e, no litoral, a correspondente à Orla Meso cenozoica Ocidental. Ao longo do seu percurso, o Rio Mondego corre em tipos de vales distintos, podendo ser identificadas as seguintes zonas: Alto Mondego que corresponde à parte do rio que corre ao longo de vales glaciares no maciço da Serra da Estrela; Médio Mondego que corresponde à parte do rio que corre em vales encaixados entre a Serra da Estrela e Coimbra. Neste tramo do rio afluem os rios Dão, Alva e Ceira. Baixo Mondego que corresponde à parte do rio que corre em vales abertos, em zona de planícies, a jusante de Coimbra até à Figueira da Foz. Neste tramo do rio afluem os rios Arunca e Pranto.

http://www.apambiente.pt/_zdata/planos/PGRH4/RB%5CParte%202%5C1.Caracterizacao_Geral%5C1.3_Geologica%5Crh4_p2_s1_3_rt_final.pdf consultado a 09 de Março de 2015

De acordo com o levantamento efetuado no âmbito da elaboração do Índice Hidrográfico para a bacia do Mondego, foram aí identificados 502 cursos de água. Do ponto de vista morfológico, a bacia do Mondego é enquadrada pela Cordilheira Central, no Planalto da Beira Alta, que a separa da bacia do Tejo, e a Noroeste é limitada pelas serras do Caramulo (1 071 m) e do Buçaco (568 m), que a separam da bacia do Rio Vouga. A Serra de Lorvão, com cerca de 500 m de altitude máxima, constitui o último acidente orográfico que encaixa o Rio Mondego antes de este entrar na zona de planície. É ainda de referir que, junto à foz, na zona de Buarcos, a Serra da Boa Viagem, que constitui o Cabo Mondego o único acidente orográfico em toda a costa de Espinho a Peniche. Do ponto de vista geomorfológico, a bacia hidrográfica do Mondego enquadra-se também nas duas unidades morfo estruturais já referidas anteriormente: no interior, o Maciço Antigo e, no litoral, a correspondente à Orla Meso cenozoica Ocidental. Ao longo do seu percurso, o Rio Mondego corre em tipos de vales distintos, podendo ser identificadas as seguintes zonas: Alto Mondego que corresponde à parte do rio que corre ao longo de vales glaciares no maciço da Serra da Estrela; Médio Mondego que corresponde à parte do rio que corre em vales encaixados entre a Serra da Estrela e Coimbra. Neste tramo do rio afluem os rios Dão, Alva e Ceira. Baixo Mondego que corresponde à parte do rio que corre em vales abertos, em zona de planícies, a jusante de Coimbra até à Figueira da Foz. Neste tramo do rio afluem os rios Arunca e Pranto.

2. Património Histórico-cultural

O património histórico-cultural de um concelho é, de certa forma, a sua alma, é aquilo que identifica a terra, que lhe atribuem singularidade e muitas vezes notoriedade, são os recursos e produtos que são signos e símbolos da história e da cultura da terra. Apreciar esse património é, de certa forma, o reconhecer de um povo e de toda a sua vivência passada, condição presente e aspirações e interesses futuros.

Como já referido antes, neste texto, a Gândara estende-se por diversos concelhos. Perceber quais os principais elementos patrimoniais pareceu-nos importante para elucidar as características de um território que tem na gastronomia um valor pouco explorado mas que queremos aqui promover. Embora o concelho de Mira seja o território central desta investigação conhecer a sua envolvência pareceu-nos significativo.

No concelho da Figueira da Foz podemos encontrar vários monumentos e museus, embora nenhum deles esteja diretamente ligado à alimentação. No entanto, todo o conjunto de patrimónios de determinada região, definidor da sua história, está profundamente ligado à história da alimentação das populações locais. Articulam-se, pois elementos patrimoniais materiais com outros intangíveis, estes especialmente importantes para o estudo que vai aqui ser desenvolvido.

Em termos museológicos, o Museu Municipal Dr. Santos Rocha apresenta um vasto legado de arqueologia e etnografia, pintura, escultura e mobiliário. A Casa do Paço tem uma abundante coleção de azulejos, as pinturas do Convento de Santo António são patrimonial fundamental. No mesmo âmbito, a arte sacra, na igreja da ordem terceira de São Francisco ou o painel de pedra quinhentista da igreja de São Julião, são também patrimónios a ter em consideração.

O Núcleo Museológico do Mar é um dos lugares que guarda as lembranças de todo um povo que se envolveu na arte piscatória local, legado de muitos elementos patrimoniais imateriais. No concelho da Figueira da Foz, Tavarede, Maiorca e o Palácio Sotro Mayor são também lugares patrimoniais.²⁰

Na arquitetura Rural, o Moinho das Doze Pedras (Alqueidão), na unidade agrícola da Quinta do Canal, junto ao rio Pranto. É um moinho de maré, construído em 1778, com as suas doze pedras, é prova de que a utilização da energia das marés pode movimentar as mós dos moinhos, evidenciando o quão importante foi a moagem para a produção de pão e o descasque de arroz. Também a arquitetura militar está presente com os fortes de S. Catarina de S. Pedro de Buarcos e com a torre de Buarcos.

Por seu lado, no concelho de Cantanhede encontramos, também, muitos elementos patrimoniais de um passado não muito longínquo, mas às vezes um pouco esquecido.

²¹Encontramos uma vasta arquitetura religiosa, a Igreja Matriz de Cantanhede do séc. XI, o Convento de Santo António que iniciou a sua construção em 1675 por ordem do Marquês de Marialva.

A capela da Varziela que se acredita que tenha sido construída por volta do ano 1530 por ordem de D. Jorge de Menezes, 4º Senhor de Cantanhede, a igreja paroquial de Cadima e a capela de santo Amaro também em Cadima, a igreja paroquial da Pocariça que se crê que a

²⁰ Camara municipal da Figueira da Foz – Turismo e lazer, Património- Histórico-cultural, Rural e Religioso

²¹ Camara Municipal de Cantanhede – Turismo, Património edificado, cultural e religioso

primeira construção tenha sido por volta do século XVII e que é considerado um dos mais belos templos da região de Cantanhede. Neste concelho podemos encontrar alguns símbolos de arquitetura civil como a casa dos Bogalhos, um edifício seiscentista no largo Pedro Teixeira onde, no piso térreo, se encontravam os animais e armazenavam os géneros como o milho, as batatas e a palha para o gado e ainda os utensílios ou alfaias agrícolas e o primeiro piso que servia de habitação. Hoje neste edifício, encontra-se um museu de arte sacra.

Encontramos ainda a casa Carlos de Oliveira e a casa Capitão-mor, esta última localizada no Largo Cândido dos Reis, a cantaria é feita com pedra de Ançã (ex-libris do concelho), sendo hoje o Museu da Pedra e a Casa Municipal da Cultura. Encontramos ainda neste concelho outros locais de interesse como o centro histórico da vila de Ançã, o monumento ao Ourives Ambulante, em Febres, que é uma estátua da autoria de Celestino Alves André, uma escultura que caracteriza tão bem uma profissão do início do século XX em que o ourives corria todas as aldeias do concelho de bicicleta com a sua típica mala verde carregada de ouro.

²²Em Montemor-o-Velho encontra-se uma enorme variedade de igrejas capelas e conventos. Neste concelho encontra-se, também um vasto património de arquitetura civil como a Casa do Torreão localizada no Rossio junto ao canal da Ereira, a casa Seiscentista datada de 1617 e era uma casa de gente abastada pela sua riqueza e tamanho, e a Alcáçova Real/Palácio das Infantas atribui-se este palácio a D. Urraca mulher de D. Raimundo aqui habitaram infantas, reis, rainhas, ministros o prior do Crato e alguns Alcaides, conta a história que D. Afonso IV aqui cedeu à pressão dos seus ministros e ordenou a morte de Dona Inês de Castro, encontramos também na arquitetura civil o paços do concelho, o Pórtico dos Pinas, a residência de Dona Isabel de Azevedo, o solar da família Chichorro, solar dos Alarções, Teatro Esther de Carvalho, Celeiro dos Duques de Aveiro que data do século XVI mandado construir pelos próprios duques, contém um brasão dos Lencastres, tinha como principal função receber os cereais principalmente o milho proveniente das terras do ducado, o Paço dos condes de Tentúgal/ duques de Cadaval, mandado construir pelo infante D. Pedro no século XVIII. Na arquitetura militar de Montemor-o-Velho encontramos o Castelo datado de

²² Camara municipal de Montemor-o-Velho- turismo – Património Histórico-cultural, e religioso

990, a referência da data é quando Almançor tomou o Castelo mas supõe-se que seja mais antigo de tempos pré-históricos.

²³Falemos, também, do concelho de Mira. Este é um concelho mais pobre em monumentos e museus, não possui castelos, nem conventos, mas possui as recordações de um passado longínquo da época Romana. A capela da praia de Mira, ainda construída em madeira e o pouco que resta da arquitetura dos palheiros de Mira, são testemunhos de um modo de vida ligado ao mar que grandes legados deixou à gastronomia local. A estátua da Mãe Gandraesa é também uma referência com a inscrição *Agora e para Sempre Honra e Glória à mãe Gandraesa* uma estátua da mãe Gandraesa com dois dos seus filhos que mostra a importância da mulher nesta comunidade, a estátua do Infante D. Pedro 1º duque de Coimbra filho do rei D. João I e de D. Filipa de Lencastre, foi regente de Portugal entre 1439 e 1448, a Igreja Matriz de Mira que foi construída em 1690 por ordem do bispo D. João de Melo, a estátua do Pescador é uma homenagem às famílias de pescadores da zona.

O monumento aos mortos da Grande Guerra foi diligenciado por antigos combatentes da Primeira Grande Guerra e atribui-se a responsabilidade da construção ao povo que contribuiu com os fundos, o museu etnográfico da Praia de Mira, o Pelourinho de Mira, o busto de Dr. Manuel Estrela um médico dedicado que muito ajudou o povo destas regiões, os moinhos que fazem parte de um importante património histórico do concelho, tendo sido engenhos que transformavam o grão em farinha, eram na sua grande maioria moinhos de água, as azenhas e os de rodízio.

Por último, e em relação ao concelho de Vagos, encontramos como património religioso o Santuário de Nossa Senhora de Vagos datado de 1204, por D. Sancho I, a Capela do Espírito Santo, a Capela da Misericórdia, a Igreja Matriz de Vagos Como património de arquitetura civil encontramos o Palacete Visconde de Vale-de-mouro, a casa da Pedriscosa, a Casa Museu – Casa Gandraesa construída em 1937 por Claudino Domingues dos Santos, e os moinhos de S. Romão a força eólica importante património deste concelho. Temos ainda o Celeiro de Salgueiros situado na saída do lugar de Salgueiro, em direção a Verba, da comanda de Lafões (D’Almeida, 1985:p 648). O povo, que cultivava algumas das suas terras em regime de arrendamento, designava este casarão de “celeiro” uma vez que era ali que iam pagar o fogo (renda).

²³ Camara Municipal de Mira- Património cultural e património edificado

Mas o património imaterial não pode deixar de figurar neste périplo, já que a gastronomia é hoje uma das suas principais referências.

2.1 O Traje Típico dos Pescadores

O traje do pescador era tal como a sua condição económica e cultural pobre, era traje de gente trabalhadora e com poucos poderes, os homens pescadores trajavam normalmente ceroulas e camisa de flanela em xadrez e um barrete preto, o arrais e o calador usavam cinta preta, e andavam todos descalços. A mulher do pescador que normalmente trabalhava em terra e na beira-mar usava roupa escura saia e blusa de flanela, nos dias mais frios um saiote e avental riscado, cinta preta que amparava a saia, lenço de cachené a tapar a cabeça e nariz, e chapéu de vareira. Andava tal como o homem descalça. Estas mulheres muitas vezes passavam grande parte da sua vida de luto por aqueles que perdiam para o mar, por isso o uso do preto era bastante comum entre a população dos palheiros. Quando iam transportar o peixe estas mulheres usavam uma rodilha de pano entrelaçado. “ Museu etnográfico da Praia de Mira – piso 1”

2.2 Os Moinhos de Água

Em Portugal a existência de moinhos remonta aos primórdios dos tempos a população consumia muito cereal, era o seu principal meio de sustento e os moinhos eram essenciais. Existiam nesta altura moinhos de particulares e moinhos chamados de comunitários, que pertenciam a um senhor a quem o camponês teria de pagar uma renda. A renda era o Moleiro que a exigia ao camponês para depois poder pagar ao Senhor. O moleiro também era um camponês que tomava conta do moinho do Senhor, moía os cereais e fazia as cobranças, a quem lá ia moer o cereal.

Dentro de uma casa de moinhos podiam existir dois tipos de moinhos:

- Os moinhos Alveiros que eram usados só para moer um tipo de cereal o trigo e que tinham mós próprias para isso, e os moinhos Segundeiros com mós de granito e maiores, em que uma mó moía só as farinhas e a outra mó moía a farinha de segunda tipo centeio entre outras, os moinhos trabalhavam muito ou pouco conforme o caudal da água. Dos moinhos saía a farinha de primeira para fazer o pão alvo para os senhores e para o pão que as padeiras faziam para a cidade, e saía a farinha de segunda para o pão do camponês e a alimentação dos animais.

Na zona da Gândara no litoral a maioria dos moinhos era de água. Na Serra da Boa Viagem podíamos encontrar vários moinhos eólicos mas a predominância no restante território era sem dúvida os de água e é sobre esses que nos vamos debruçar.

Na Gândara existem moinhos de água de três tipos: os de roda horizontal, os de roda vertical e os moinhos de maré. Existem ainda os moinhos de vento, embora nesta região não se verifique a sua predominância.

Possivelmente foram os Romanos a introduzir em Portugal os moinhos de Água. Na época medieval quem tinha os moinhos eram os senhores feudais que cobravam impostos à população que os usava. O aumento da cultura dos cereais pelas populações, principalmente as rurais, levou ao desenvolvimento e ao surgimento de mais moinhos expandindo assim esta profissão (a de moleiro) e os moinhos de roda horizontal ou rodízio.

Os moinhos e azenhas encontravam-se ao longo das linhas de água existentes. A tipologia destes moinhos Gandareses caracterizavam-se por estarem assentes sobre estacarias e pelos seus engenhos utilizarem a mesma técnica e designação. Estes moinhos encontravam-se entre Coimbra, Montemor-o-Velho e Cantanhede. Só em Cantanhede ao longo dos cursos de água eram muitos os moinhos que podíamos encontrar:

“Só na Quinta do Rol, e utilizando as águas da ribeira de Ançã, existiram 18 moinhos e 2 lagares de vara, para a obtenção de azeite. Neste caso os proprietários das azeitonas pagavam ao dono do lagar a «maquia» correspondente a 10% do azeite obtido. Por cada alqueire de azeitonas (cerca de 10kg) obtém-se em média 1,5 l de azeite.”²⁴DIAS, Pedro e PEREIRA, J.V. da Silva (1983 p. 37)

Também existentes nesta região da Gândara podiam encontrar-se os moinhos de vento giratórios caracterizados pelo sistema de rotação em que o edifício roda na sua totalidade, e não apenas a cobertura como os fixos de torre. Estes moinhos de vento existiam desde Caminha à Figueira da Foz mas na zona da Gândara existiam vários devido a esta ser uma zona bastante ventosa, principalmente na Serra da Boa Viagem. Na paisagem rural da Gândara, os moinhos eram um tipo de construção que evidenciavam a sabedoria e a técnica dos Gandareses, que aproveitavam as potencialidades endógenas, e hidrográficas destas regiões. Neste território o homem Moleiro que carregava o cereal fazendo os chamados carretos, e que depois levava a farinha era considerado importante para a população.

²⁴ DIAS, Pedro e PEREIRA, J.V. da Siva Pereira – Cantanhede, a terra e suas gentes, Edição Camara Municipal de Cantanhede 1983, p-37

Analisando alguns documentos existentes sobre os carretos de cereal e os moinhos podemos perceber quais os anos em que a população passava fome e os que existia mais abundância de alimento. Existiam os moinhos de consortes normalmente limitados a uma única linha de moagem e os moinhos comerciais com várias linhas de moagem, chegando a existir alguns com 10 e 12 linhas de moagem, estes conjuntos de linhas de moagem não eram muito frequentes, mas de certa forma comuns em moinhos de maré, exemplo disso é o Moinho do Almojarife em Lavos, no Mondego (Custódio²⁵(1989, anexo II, p. 1). O que era regra eram duas linhas de moagem neste tipo de moinhos comerciais, cada uma com um uso diferente. Uma seria para moer cereal para o consumo humano e a outra para consumo dos animais, uma moía por exemplo milho ou trigo e a outra moía os outros cereais, como a cevada e o centeio. Por vezes também se usava a mesma para moer o cereal que fosse necessário e nesse caso duplicavam a produção. Hoje em dia os moinhos que encontramos em funcionamento, e que na sua maioria abastecem as padarias da região, tem pelo menos três a quatro linhas de moagem que são movidas a água e quase sempre com mós que funcionam a eletricidade, porque a sua capacidade de produção é muito superior às hidráulicas, com a salvaguarda de que a farinha que produzem não ser adequada para fazer a broa de milho e de centeio. Enquanto uma mó hidráulica mói um alqueire em duas horas, a elétrica mói em 15 minutos. Para se obter farinha de qualidade para a broa é necessário usar mós hidráulicas, onde os grãos são esmagados num ritmo muito mais lento, fazendo assim uma farinha menos fina e menos aquecida, ficando a farinha com uma consistência mais grossa a ideal para a broa. A mó com motor elétrico normalmente é usada para farinar milho mais amarelo para alimentar animais e a hidráulica para farinar milho mais branco²⁶. Normalmente a população usa para a confeção da broa em média cerca de 12 a 15 partes de farinha de milho para 1 parte de farinha de centeio, fazendo com que a procura de centeio seja muito inferior à procura de milho.

O milho-miúdo que até ao aparecimento dos milhos mais tinha uma grande utilidade, hoje em dia perdeu completamente a sua importância, sendo substituído tanto na alimentação como nos campos de cultivo. Hoje em dia, na maioria dos campos encontramos cultivados o

²⁵ Custódio, Jorge- Actas e comunicações ao I encontro nacional sobre o património Industrial (Coimbra, Guimarães e Lisboa,1986), vol. I, s/loc., Coimbra Ed./APAI, 1989,509 pp. (pp.173-219).

²⁶ O milho Mais Branco é uma das variedades de milho existente, e é aquela que é cultivada localmente para a panificação. Nos moinhos comerciais e particular este é o tipo de milho mais usado para a broa.

milho maís amarelo com um grão grande, achatado e longo, que tem uma produtividade maior mas muito menos qualidade por isso usado na sua maioria para alimentação dos animais, e o milho maís branco com um grão bem mais pequeno, arredondado e curto, com uma produtividade bem menor, e que normalmente é usado para consumo humano na broa, em papas de farinha de milho ou nas papas de abóbora, e outros pratos destas regiões da Gândara. O centeio é o cereal que detém o segundo lugar na produção, mas muito abaixo do milho. O trigo que, na Idade Média, era bastante produzido e era considerado o melhor cereal hoje quase que não se vê juntamente com a cevada a sua produção passa quase despercebida. A cevada é usada na alimentação de animais e mesmo assim poucos são os que a comem, normalmente cavalos e burros e por esta zona também há poucos. O trigo nunca foi muito fácil de se encontrar em terras da Gândara. Antigamente ainda era semeado para pagar aos senhores das terras arrendadas mas hoje em dia a sua produção quase não existe nestas terras. Ver mapas de Amorim Girão na página 96, no capítulo de produtos agrícolas, o milho.

Outro cereal muito cultivado nestas terras da Gândara era o arroz, nos campos baixos do Mondego, Montemor-o-Velho e Figueira da foz, tempos houve em que a produção do arroz era muita e os moinhos da zona muitas vezes trabalhavam para o descasque do arroz aproveitando a casca para farinha para os animais.

O património dos moinhos da Gândara tal como os Palheiros de Mira, da Tocha e das Gafanhãs, não foi conservado, o abandono progressivo da atividade fez com que deixasse de ser importante no desenvolvimento social e económico da região restando só a parte cultural que resta hoje conservar.

Hoje já existem só alguns moinhos em bom estado, sendo que a maioria da centena existente na região, está profundamente degradada. Deixamos aqui alguns exemplos de moinhos da zona da Gândara:

Existem dois moinhos ainda em funcionamento no concelho da Figueira da Foz um recuperado em 1998 próximo do Parque Ambiental da Calvela e da Fonte e outro também recuperado no mesmo ano próximo da pista ciclo pedonal.

No concelho de Mira existem ainda alguns moinhos: o Moinho de Praina da Lagoa é constituído por três núcleos moageiros no total de seis casais de mós. O moinho do Laranjeiro é um moinho de rodízio com um casal de mós localizado na lagoa. O moinho da Carvalheira é um moinho de rodízio Palafítico, em madeira, com um casal de mós situado na

lagoa. O Moinho do Litos é um moinho de Rodizio com um casal de mos situado no Casal de S. Tomé. O moinho do Santos tem um núcleo de moageiro em alvenaria com seis casas de moinhos de rodizio mas apenas um casal de mós, situa-se no casal de S. Tomé. O moinho do Sorna tem três núcleos de moageiros de alvenaria cada um com dois casais de mós e apenas um moinho de rodizio em funcionamento, situando-se no Casal de São Tomé. O moinho do Prina é um núcleo moageiro de rodizio em alvenaria com dois casais de mós e um em funcionamento situado no Casal de São Tomé. O Moinho do Visconde da Corujeira é um núcleo moageiro de rodizio, com cinco moinhos em alvenaria situado na Corujeira. Por último, um moinho de areia situado no Casal de S. Tomé com dois núcleos moageiros de rodizio em Alvenaria. Um núcleo de quatro casais de mós em fase de restauração.

2.3 Palheiros na Costa Litoral da Gândara – Tocha e Mira

Palheiros da Tocha é uma povoação que terá sido construída há aproximadamente 250 a 300 anos atrás (embora não exista documentação que o confirme)²⁷ Esta localidade terá sido erguida por pescadores de localidades costeiras do Litoral Centro-Norte de Portugal, em busca de novos locais para desempenhar a sua atividade. A eles se terão agregado mais tarde alguns cidadãos das localidades mais próximas, como Mira e Ílhavo.

Mira deriva da palavra árabe Emir. A referência mais antiga e conhecida de Palheiros de Mira, data de 1875 que ao referir-se à Vila de Mira, diz que: “...está distante 6 km do oceano e tem estrada para «palheiros de Mira, na praia do Mar», lugar cujos habitantes são «quase todos pescadores» ”²⁸. (João Maria Baptista, 1875).

Não esquecendo que o historial da vila de Mira tem várias características próprias, o mar as lagoas e a infinidade de pinhal compõem uma paisagem única. No século XIX a orla marítima é habitada e os palheiros de Mira começam a surgir. São estruturas acabadas em madeira dos pinhais da zona, algumas dessas construções chegam a ter dois e três andares que são assentes sobre estacaria de modo a que não haja obstáculos à livre circulação de água e da própria areia durante as marés. Normalmente os moradores mais pobres tinham um palheiro só com uma divisão e dividiam-no com redes ou cortinas de tecido que prendiam nos barrotes de madeira para assim terem mais privacidade. Esta era uma zona em que a

²⁷ <http://visoesda Gandara.blogspot.com/feeds/posts/default?alt--rss-12/20/11--18:32>: Os antigos Palheiros da Praia da Tocha!

²⁸ Corografia Moderna do Reino de Portugal, *João Maria Baptista*, 1875

pobreza era notória, por todo lado se via areia e os palheiros aí construídos eram admirados por gentes de outras terras quando aí se deslocavam ora para trabalhar ora para usufruir da praia.

“ Não há lá outro chão senão areias; o viajante não verá aí hortas nem árvores; em compensação verá o que não tornará a ver facilmente noutras regiões do país: uma aldeia com as casas, todas de madeira, erguidas no ar, sobre espeques, também de madeira, enterradas na areia”²⁹. Vasconcelos, José Leite (1915 p57).

Ao longo da costa Portuguesa achamos outros povoados de palheiros como na praia de Vieira em Leiria, na Praia da Vagueira, nos palheiros da tocha e de Quiaios, no Furadouro, em S. Jacinto, na Costa Nova, e nas Gafanhãs. Nestas localidades até há alguns anos estes palheiros eram a única casa de habitação existente. Na Tocha os palheiros eram construídos em madeira de pinho com aspeto palafítico, os palheiros eram erguidos sobre as chamadas estacas de madeira para evitar a acumulação de areia que o vento para ali levava, estamos a falar de uma zona do litoral que era bastante desprotegida, pelo que facilmente os ventos varriam as dunas e tudo o que encontravam no caminho, por vezes arrastavam grandes massas de areias causando danos e prejuízos às populações que ali habitavam. Mais tarde com o cultivo dos pinhais contrariou-se o avanço das areias.³⁰Almeida. A. Campar (1990)

Em 1898, Rocha Peixoto, (1915, p.57)³¹ Afirma que no litoral Estremenho e Algarvio numerosas povoações de pescadores eram formadas quase só por casas de madeira. O que nos indica que a maioria da costa litoral era ocupada por estes palheiros de madeira. Desde o Norte litoral ao Sul toda a costa eram palheiros de Madeira poucas eram as casas ditas normais de Tijolo, pedra ou Adobo. Já na segunda metade do século XX, Raul Brandão no seu livro “Os pescadores” afirma:

“Hoje já existem poucos destes palheiros em alguns sítios do país desapareceram por completo sem deixarem rasto, como eram construções de madeira muito deterioráveis com o tempo não restou nada além de registos escritos e fotográficos ”
Brandão, Raul (2010,p161).

²⁹ Vasconcelos, José Leite de – História do Museu Etnológico Português (1893-1914). Lisboa,1915.P.57

³⁰ Almeida A. Campar - "Os solos na paisagem das dunas de Quiaios". Cadernos de Geografia, Coimbra 1990. 151-162

³¹ Peixoto, Rocha – Palheiros do litoral. In Portugália,vol.I.P.79-96.

Nas costas de Aveiro à Nazaré, com especial incidência para a Costa Nova e Tocha, ainda se encontram povoações temporárias ou mesmo permanentes onde se encontram casas de madeira com os exteriores bem pintados geralmente riscas brancas e de outra cor, com escadinhas e uma porta geralmente para o patamar.

Os palheiros geralmente eram habitados apenas durante os meses do ofício de Abril a Outubro, enquanto os da praia de Mira e da Costa Nova eram grandes podendo ter mais que um andar os da Tocha eram pequenos e bastante primários, serviam de arrumos para as alaias dos pescadores e para a salga do peixe pescado. As suas dimensões permitiam se necessário mudá-los de local, a madeira era leve, o solo arenoso e com pouca estabilidade, o baixo custo do material e a proximidade com os pinhais, para adquirir mais madeira, faziam com que os palheiros fossem fáceis de construir. O pescador habituado a uma vida de mudanças e alterações facilmente aceita sem questionar uma construção improvisada, normalmente de planta retangular e telhados de colmo ou em tabuado, as paredes podiam ser feitas na horizontal ou vertical. Os palheiros da Tocha e de Mira eram tradicionalmente pintados com óleo queimado, para proteger a madeira das intempéries do Inverno e do sol do verão, assim como dos insetos por causa do cheiro intenso da madeira revestida com o óleo queimado.

Estas casas são habitadas sobre tudo de verão pelos pescadores e pelas suas famílias, tal como diz Raquel Soeiro de Brito.

“Palheiros da tocha é muito provavelmente a única povoação temporária e a mais típica destas aglomerações de casas de madeira. De Inverno, as casas negras e vazias surpreendem pelo seu arranjo e pela ausência de moradores. Só no verão as ruelas de areia se enchem de movimento e as casas de luz e ruído. São os pescadores que chegam com as suas famílias e com eles, os comerciantes, o carteiro e os primeiros banhistas. Em Agosto o mês sempre mais concorrido, todos os palheiros tem gente”
Brito, Raquel (1960 p.23)³²

Este tipo de construções e em especial os palheiros de Mira foram durante anos aqueles que atingiram maior perfeição na nossa costa marítima, possuíam dimensões maiores do que em outras partes da costa, serviam de abrigo aos pescadores, às redes e a tudo o que lhes era

³² BRITO, Raquel Soeiro de – Palheiros de Mira- Formação e declínio de um aglomerado de pescadores. Lisboa, 1960. P.23.

necessário à pesca, e formavam a quase totalidade da povoação até ao final dos anos 60. Mas esta povoação nos Palheiros de Mira tem a sua origem segundo Raquel Soeiro

”... Durante o período do desenvolvimento da costa do mar, entre 1835-1870, ilhavo vem á cabeça dos lugares que contribuíram para a formação do novo povoado: daqui são provenientes 45 de 150 progenitores; seguindo-se Mira com 21 para 100. Assim, a princípio, a população piscatória de Palheiros de Mira vinha apenas aqui passar a época de pesca, e que, seguramente, pelo menos a partir de 1872, estava já fixada...”
(Brito, Raquel 1960,p36)³³

Poderemos dizer que Palheiros de Mira foi um lugar formado à beira-mar por pescadores e gentes que ali se deslocavam para a pesca e acabavam por ficar dando origem a esta povoação. Uma região de areias pobres em que a terra tinha de ser bastante fertilizada para dar frutos, mas onde o desenvolvimento e o rápido crescimento da população numa perspectiva de trabalho muito limitado cedo levou à emigração para o Brasil como nos afirma Brito, Raquel (1960p.36)³⁴. Hoje em dia a designação de palheiros de Mira já não faz tanto sentido na vila, uma vez que já são poucos os palheiros existentes, mas há cerca de 50 anos atrás os palheiros ainda eram muitos.

As casas dos pescadores mais pobres normalmente possuem a madeira na vertical e algumas traves na horizontal mas raramente pintadas, normalmente são pretas do desgaste da madeira e da água, as dos ricos essas são bem pintadas e com uma forma de construção mais avançada, possuem as tábuas na vertical bem juntas com ripas a tapar as juntas para proteger do frio e das intempéries, e normalmente possuem ripas brancas e tábuas numa outra cor mais escura, azul, vermelho ou verde eram as cores mais usadas. Atrás dos Palheiros um pequeno quintal onde se cultivava o milho a batata e as hortaliças, e onde se criava o gado em pequenos currais.

No final do século XX já quase todos os Palheiros tinham forno a lenha feito de tijolo onde se cozia o pão e a broa de milho, para comer junto com as couves e o peixe que os homens traziam do mar. Esta era a base da sua alimentação. Os palheiros de Mira tipicamente retangulares de várias divisões por causa do aumento das famílias, possuíam passadiços

³³ BRITO, Raquel Soeiro de – Palheiros de Mira- Formação e declínio de um aglomerado de pescadores. Lisboa, 1960. P.36

³⁴ BRITO, Raquel Soeiro de – Palheiros de Mira- Formação e declínio de um aglomerado de pescadores. Lisboa, 1960. P.36

entre elas, suspensos nas ruelas de forma a permitirem a ligação entre eles. A cozinha tinha o chamado borralho normalmente a um canto, o forno normalmente possuía uma boca para o borralho e era construído para fora do palheiro. No teto pendurava-se o varal para colocar os chouriços a fumar. Nos palheiros mais pobres o borralho era feito de tijolos no chão, ou até mesmo uma caixa de tábuas que faziam e assentavam no chão, e enchiam de barro onde faziam a fogueira em cima. Nos palheiros maiores de gentes mais abastadas era comum fazer-se um corredor a meio do palheiro e ao fundo ficava a cozinha com porta para o exterior. Nestes palheiros maiores era construído com frequência uma chaminé em madeira ou adobe feita desde baixo até ao cimo do telhado iniciando mais larga e terminando estreita em cima. Mais tarde foram-se substituindo os materiais por causa dos incêndios que originavam, e começaram-se a fazer de chapas de zinco ou blocos. Nos palheiros mais abastados o borralho era muito semelhante ao das casas gandaresa como vamos verificar no capítulo dois, com a sala da chaminé apoiada num prumo de madeira e elevado do soalho de madeira uns 50 cm. Por vezes os palheiros mais pequenos e modestos de pescadores mais simples e pobres o borralho não possuía chaminé, o fumo saía por um buraco que faziam no teto pelo meio das telhas do palheiro. O forno de cozer o pão e a broa só começou a ser frequente depois da população dos palheiros se fixar de uma forma mais definitiva, sendo que quase todos os palheiros habitados permanentemente tinham um forno exterior e abrigado debaixo do telheiro, colado à parede da cozinha. Na cozinha existia também o Xagão ou Xaguão que era uma bancada de madeira que se usava para lavar as loiças. A maioria das casas tinham pouca ou nenhuma mobília, possuíam esteiras para dormir, alguns bancos, uma mesa, alguns utensílios de cozinha e pouco mais. Nos palheiros com mais do que um andar, a habitação era no primeiro andar e possuía uma escada ou rampa exterior que lhe dava acesso. A entrada para o sótão faz-se por uma escada estreita que sai da cozinha ou dum compartimento que permanece unido a par com a cozinha e que serve de despensa, ou em alguns outros palheiros possuíam uma escada de encostar. A sala normalmente não tem a função de receber convidados porque não os há, todos são tratados como se fossem família sem cerimónias, esta sala servia para arrumos de roupas, alfaias,

utensílios, etc... nos quartos, só há poucas décadas o uso da cama se uniformizou, pois durante muito tempo dormia-se sobre esteiras de bunho³⁵.

Os quartos eram pequeninos, a latrina quando existia era por baixo na estacaria do rés-do-chão. Os Palheiros destas zonas litorais incluindo os da Tocha de Mira e da Costa Nova e Gafanhãs eram simples e funcionais, inseridos em territórios arenosos e cujos modos de vida, costumes e tradições refletiam as características específicas do dia-a-dia destes pescadores e das suas famílias. Adequando-se ao quotidiano da atividade piscatória e agrícola, obedecem a critérios de simplicidade praticáveis neste universo populacional. Palheiros construídos de raiz por estes pescadores e pelas suas famílias assumiam-se como palco da vivência quotidiana familiar, era neles que nasciam, cresciam e morriam, era neles que adquiriam a consciência básica da vida, desde os perigos do mar e da pesca, à vida dura da agricultura.



Figura 6 – Foto de um barco de arte xávega e palheiros dos anos 70 séc. XX extraída do livro Praia da Tocha/ Palheiros da Tocha – Associação de Moradores da tocha 2001

³⁵ O bunho (*Schoenoplectus lacustris*) é uma erva vivaz da família das ciperáceas nativa da Europa. Era anteriormente classificado com *Scirpus lacustris*. É comum em áreas húmidas e alagadiças, como riachos, lagoas, pântanos e pauis do norte e centro de Portugal. Cresce em densos maciços, cobrindo largas áreas sobre as águas. Os caules são utilizados no fabrico de móveis e esteiras.



Figura 7 – Orlando Ribeiro – Temas Urbanos 1945 – Foto de palheiros na Praia de Mira



Figura 8 - Foto de Bungalows do parque de campismo da Praia de Mira inspirados nos palheiros de antigamente. Foto retirada do site Mirices <http://mirices.blogspot.pt/>



Figura 9 - Palheiros recentes na Praia da Tocha- www.dorigemlusa.pt 03/2015

3. Património Imaterial

Como património Imaterial podemos considerar os procedimentos, as representações, os saberes, as técnicas, aliados aos objetos, e aos lugares a que aliamos os grupos, e as identidades que fazem parte desse processo integrante do património. Em função do seu envolvente com a história o individuo ou grupo vai gerando um sentimento, de identidade e continuidade promovendo a diversidade cultural. No que diz respeito ao nosso território o património Imaterial é significativo mas salientam-se os estilos de vida associados aos Palheiros, a Arte Xávega e a Pesca, os Trajes dos Pescadores e família e os Moinhos a Água.

3.1 A Arte Xávega no território Gandarês

A *xávega*³⁶ é uma pesca artesanal feita com rede de cerco e o seu equipamento é composto dum longo cabo com flutuadores, tendo na sua metade de comprimento um saco de rede

³⁶ - Arte Xávega em Portugal (Maria João Marques) ; "xávega" (árabe *xábaka*, rede) in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa

em forma cónica (xalavar). Segundo (Martins 1999,1-32)³⁷ A xávega é uma arte de pesca que teve origem na costa Norte, muito próximo do território Gandarês, no século XV, tendo sido no passado muito importante economicamente para um grande número de comunidades piscatórias ao longo de toda a costa litoral portuguesa.

Antigamente a recolha das redes da pesca era feita com a ajuda de juntas de bois e força braçal, atualmente por tração mecânica de tratores.

O xalavar ou rede é colocado no mar, longe da costa por uma embarcação, que vai desenrolando a metade do cabo, ficando uma das pontas do mesmo amarrado a um dos dois tratores intervenientes. Os pescadores efetuam o cerco aos cardumes de peixe em alto mar e regressam à praia soltando a outra metade do cabo para a sua extremidade ser enrolada ao segundo trator.

Inicialmente, o termo xávega era usado só pelos pescadores do sul, nomeadamente os da costa algarvia e tanto dava para definir a rede como o próprio barco. No litoral centro e norte, o termo por que se denominava este tipo de pesca era simplesmente "as artes" ou "as campanhas das artes".

Por uma questão de legislação e porque as leis quando são feitas são para todo o país, começou-se a chamar (erradamente) xávega a todo o tipo de pesca envolvendo o arrasto em que as redes são puxadas para terra.

A prática da pesca de pequena dimensão "Cerco e Alar para Terra", conhecida como "Arte Xávega" é uma prática ancestral, específica e tradicional entre os pescadores Portugueses, que se traduz numa atividade económica que conhece uma expressão muito significativa junto da comunidade de pescadores da Costa da Caparica, Leiria, Quaios, Tocha, Mira, Gafanhãs, Costa Nova, Espinho entre muitas outras ao longo da costa litoral.

Centenas de famílias da Costa litoral Portuguesa encontram as suas fontes de rendimento na pesca, por isso as circunstâncias fundamentais à sua sobrevivência, na prática da pesca com Arte Xávega, retirando daquela atividade os lucros que lhes permitem viver o dia-a-dia.

Praticada ao longo da costa atlântica entre Espinho e a Costa da Caparica, é nestas localidades da Tocha, de Mira e das Gafanhãs que a prática da pesca com Arte Xávega

³⁷ - Martins, R.; Carneiro, M.; Rebordão, F. & Sobral, M. (1999). A pesca com arte de xávega. Relatórios Científicos e Técnicos Instituto de Investigação das Pescas e do Mar 48: 1-32.

conhece uma expressão mais significativa e de maior dimensão nacional, e também aquela que é objeto do nosso estudo.

A arte xávega é talvez a única modalidade de pesca onde o peixe ainda chega vivo nas redes, as pessoas que se encontram na praia conseguem comprar peixe fresco e de qualidade genuína que depois poderão levar para casa e comer ao almoço ou jantar. Este tipo de pesca é efetuado sobretudo pelo sexo Masculino, os homens é que pescam, as mulheres envolvidas ficam no areal à espera que o barco volte a terra e geralmente são sempre mulheres da família dos pescadores.

A pesca na praia de Mira e na costa da Tocha, Quiaios até a Vieira de Leiria é muito característica, é uma arte apreciada pelos turistas e por todos aqueles que por essas zonas passam.

Os barcos, têm a forma côncava tem o comprimento entre duas ondas, e a quilha está estudada para passar diretamente da areia para a água.

“A arqueologia naval considera que o barco de xávega ou de mar, a bateira de mar, as bateiras de pesca e os barcos moliceiros, entre outros, da Ria de Aveiro, pertencem todos à mesma família de embarcações: a da das canoas de tábuas”³⁸
Fidalgo, Manuel (2000, p23).

No início do século XX os barcos levavam 30 a 40 homens que se repartiam pelos seus quatro remos e demais posicionamentos, sendo a do arrais a mais importante. As redes mediam entre 200 e 300 metros e eram puxadas pelos próprios homens através de cintos de cabedal que transportavam aos ombros, era de verdade uma atividade esgotante, e para auxiliar este meio de vida evidentemente difícil, introduziu-se a utilização de animais - as juntas de bois. A partir da introdução destes animais as redes aumentaram de tamanho, ficando a medir aproximadamente entre 600 a 800 metros. Estas redes chamadas de redes de cercar constituídas por dois enormes panos de rede de malha larga a que chamam de mangas e por um saco de rede de malha mais apertada e de fio bastante mais grosso. O barco que antes media cerca de 15 metros e possuía -quatro grandes remos, passa a possuir apenas dois remos e a medir cerca de 12 metros, este barco tem a forma de meia-lua, levantado na proa e na popa para se manter ao de cima logo que entra na água e ao espaço entre vagas, tal como nos diz Raul Brandão “ O barco tem exatamente o feitio concavo do

³⁸ Fidalgo, Manuel- In Barco de Xávega, tecnologia da sua construção, Julho, 2000, p23

espaço que vai de vaga em vaga, com um pouco de espuma figurada nas suas extremidades.”³⁹Brandão, Raul (2002 p.34)

O barco da xávega é muito antigo nesta costa marítima. Há documentos que dão conhecimento da rede xávega na primeira metade do século XVII nas costas fronteiras a Ovar e Aveiro. A barra do Porto de Aveiro nesse século era situada entre a Praia da Vagueira e a Praia de Mira.

“Não é no entanto este barco que dá o nome à arte mas o aparelho de arrasto demensal que, na nossa costa, é lançado pelo barco de mar. Partindo da praia, desloca-se até à distância consentida pelo aparelho e à praia regressa, iniciando-se, então, o arrasto propriamente dito.”⁴⁰ (Gaspar Albino,1996p.23)

A xávega é um barco para ser usado por uma companhia de 8 a 10 homens, sazonalmente entre os meses de Março a Outubro conforme o estado do mar, pode fazer até cerca de 5 viagens por dia, além do uso no mar o barco xávega tem de estar preparado para ser arrastado em terra, submetendo o seu casco à salinidade e ao atrito com a areia.

Na construção do barco de Xávega, a principal matéria-prima usada era a madeira o pinho bravo e manso, para alguns construtores o carvalho usado para a roda da ré. O pinheiro bravo era usado para o fundo do barco e fora do barco, a roda da proa, forçado da proa, o forçado da ré e os bancos. O pinho manso era usado para as 16 cavernas, para a roda da popa quando não era de carvalho, para as dragas os bordos, as falcas e outras peças mais pequenas. O comprimento do barco a construir é que determina a sua largura, e consequentemente o número de estacas, e as suas dimensões. Um barco de Xávega dura pelo menos de entre dez a quinze anos, e todos eles apresentam símbolos na proa e à ré, que são os do proprietário e da sua campanha, e podem passar de geração em geração, e os motivos de barco em barco⁴¹ segundo Fidalgo, Manuel (2000,p58)

O pescador ou homem de arte Xávega é de alguma forma responsável pelo povoamento do litoral Português, as areias da costa do Atlântico ocidental e Algarvio, da costa da Caparica, da praia da vieira em Leiria, dos palheiros da Tocha dos palheiros de Mira, da costa de Espinho, até á Povia sempre conheceram estes homens descalços de camisa ao xadrez e calças arregaçadas, que lutavam contra as intempéries do tempo para sobreviverem da sua

³⁹ Brandão, Raul – In Os pescadores, 2002 p.34

⁴⁰ Gaspar Albino, «Arte de Xávega», Boletim Municipal, Aveiro, Ano XIV,nº27,Junho,1996,pp.23-29

⁴¹ Fidalgo, Manuel – Barco da Xávega -Tecnologia da sua construção, Edições Colibri (2000,p58)

arte. As redes, essas lançavam-nas e recolhiam-nas inicialmente á força dos seus braços, mais tarde com animais “bois” e por último por tratores.

Viviam em palheiros precários construídos na praia ou até sobre os seus barcos, ao longo de muitos séculos. As redes que hoje conhecemos da arte xávega terão sido introduzidas no nosso país pelos Catalães que aperfeiçoaram a sua arte no mar mediterrâneo. No entanto na costa de Vieira de Leiria até Espinho podemos dizer que estamos no centro de Irradiação da arte xávega.

Em 1925⁴², já se dizia que os pescadores de Ílhavo eram uma das mais importantes comunidades piscatórias descendentes do povo Tartesso⁴³.

Até meados do século XIX, as companhas tinham uma natureza cooperativista, repartindo-se o resultado da pesca em quinhões, uma vez deduzidas as despesas. Depois, surgem empresas dominadas pelos grandes proprietários, comerciantes e conserveiros, pois que o espírito de companha se perdeu, em consequência de abusos dos arrais, que tinham deixado de ser eleitos e começaram a aparecer como patrões. Os pescadores passam a assalariados, recebendo um salário em dinheiro – a soldada –, mais uma pequena caldeirada para se alimentarem e algum vinho.

No início do século XX, a arte xávega quase desaparece, mas atualmente presenciamos o quase reaparecimento da arte xávega na nossa costa e ao redescobrir das pescas artesanais no litoral, o peixe esse é de dimensões reduzidas, carapau, faneca, cavala, e sardinha pouca, as despesas dos pescadores não os deixam ter grandes lucros, mas a arte e o espetáculo nas

⁴² Magalhães, Lima

⁴³ **Tartessos** (Τάρτησος) era o nome pelo qual os gregos conheciam a primeira civilização do Ocidente. Herdeiros da cultura megalítica andaluza, que se desenvolveu no triângulo formado pelas actuais cidades de Huelva, Sevilha e Cádiz, os tartessos poderão ter desenvolvido uma língua e escrita distintas das dos povos vizinhos, com influências culturais de egípcios e fenícios. Segundo descobertas recentes o território onde habitaram os tartessos foi anteriormente habitado pela civilização Atlântida^[4]. Estão perfeitamente documentados povoados ao longo do vale do Guadalquivir. A sua provável capital talvez fosse Turpa, no lugar que hoje ocupa o porto de Santa Maria, na desembocadura do Guadalete. Provavelmente, a cidade e a civilização já existiam antes de 1 000 a.C., dedicadas ao comércio, a metalurgia e a pesca. A posterior chegada dos fenícios, talvez tenha estimulado o seu imperialismo sobre as terras e cidades ao seu redor, a intensificação da exportação das minas de cobre e prata. Os Tartessos converteram-se nos principais provedores de bronze e prata do Mediterrâneo. A sua forma de governo era a monarquia, e possuíam leis escritas em tábuas de bronze. No século VI a.C., Tartessos desaparece abruptamente da História, seguramente varrida por Cartago.

Apesar de existirem numerosos restos arqueológicos no sul da Espanha, como o tesouro do Carambolo, a cidade de Tartessos ainda não foi encontrada.

praias continua, sendo uma mais-valia para o turismo não o é de forma alguma para o pescador que além do seu arriscado trabalho e pouca retribuição encontra pouco mais que o faça sorrir no areal além da sua rede cheia de peixe.



Figura 10- Barco de Arte Xávega- Praia de Mira ; www.prof2000.pt – 03/2015



Figura 11- Foto recente de barco de arte xávega -WWW.tovieira.com 03/2015

3.2. Confrarias e Associações

O território da Gândara é rico em sabores frescos e aromas diversos, talvez por isso seja um dos mais abastados em confrarias e associações. As Confrarias assumem a defesa da nossa cultura gastronómica como missão, são as representantes do nosso património alimentar e cultural e a elas compete zelar pela divulgação e preservação desse património.

Falar de Confrarias é falar de alimentação e de gastronomia. O alimento sempre foi o alento do povo e no alimento revelam-se os sabores e os saberes das gentes da Gândara. De lugar para lugar os recursos naturais e o saber fazer das populações é o que transforma o produto alimentar em património imaterial, envolvendo a participação de todos os sentidos: da visão ao tato e à audição e, obviamente, do olfato ao paladar.

Como referem Santos e Cravidão (2015)

A alimentação é um facto social e cultural e não é por acaso que Georges Condominas (*L'espace social à propôs de l'Asie du Sud-Est*, 1980) faz do regime alimentar o ponto central do espaço social. Comer marca as fronteiras de identidade entre os grupos humanos culturalmente diferenciados, mas também no interior de uma mesma cultura, entre os membros que a constituem, porque um certo alimento pode ser atribuído a um grupo social e rejeitado por outro. Assim, o espaço social alimentar assinala a conexão de um grupo humano ao seu meio (Jean-Pierre Poulain e Rossana Proença, *O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares*, *Revista Nutrição de Campinas*, 2003). A participação do visitante nos modos de comer dos grupos, na cultura que envolve as práticas alimentares e na experiência de elementos culinários de pendor gastronómico, permite-lhe um melhor entendimento dos grupos e da cultura que lhes está subjacente.

A gastronomia pode, por aquilo que atrás é citado, ser entendida como uma importante faceta da expressão cultural de um povo, com todos os sentidos que desperta do aroma, do cheiro, das cores, das texturas e até mesmo dos ruídos que o prazer da alimentação nos transmite pelo trincar ou mastigar. A gastronomia da Gândara e as Confrarias a ela ligadas são a representação do uso dos produtos regionais deste território ligados às tradições culturais das gentes locais e aos costumes religiosos e crenças do povo. A gastronomia da Gândara não é nem poderá ser excluída das suas influências culturais, religiosas, e sociais, ela é o símbolo das gentes destas terras, é o resultado de um povo fiel às suas origens.

A alimentação está presente em todas as etapas da vida do Gandarês, ele alimenta-se nas alegrias, nas tristezas, no trabalho, nas festas no dia-a-dia. A singularidade do processo de produzir o alimento é único e variável de região para região. As confrarias representam e protegem este saber-fazer do povo Gandarês, contam as suas histórias, remontam às suas origens. Falar de Confrarias é também falar de comer e assim se apresentam a maioria delas, defensoras do bem comer, dos produtos locais, das artes e culturas locais do património histórico, Cultural, e Gastronómico de uma região. Na região da Gândara existem várias confrarias vamos aqui numerar algumas das que conhecemos:

Confraria Gastronómica do Arroz e do Mar – Situa-se na Figueira da Foz e tal como o nome indica, pretende promover, o Arroz dos campos do Mondego e o pescado das praias do Concelho. Promove os produtos e as receitas locais entre elas o arroz de sardinha da Figueira da Foz. Foi fundada em Abril de 2003, e tem como símbolos o Brasão, a Bandeira, o Pendão e o Bastão

Confraria Gastronómica da Gândara “Aromas e Sabores Gandareses” – Esta confraria pretende preservar, promover e proteger as receitas típicas, a cultura, a história e a gastronomia do povo da Gândara, fundada em Junho de 2004, e membro da Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas, possui 108 confrades e situa-se na Tocha.

Confraria do Bolo de Ançã – surgiu para promover, proteger e desenvolver o Bolo de Ançã e toda a gastronomia de Ançã. Foi criada em Novembro de 2005, tem como vestes um manto com sobrecapa, e um chapéu no mesmo tom que é uma réplica do bolo de Ançã. A confraria é composta por 27 confrades efetivos e 9 confrades de Honra.

Confraria dos Nabos e companhia – Pretende promover o nabo e o grelo de nabo, produto economicamente muito importante para a freguesia de Carapelhos onde se situa a confraria, concelho de Mira. Nasceu em Janeiro de 2000, e representa os produtores e população local que se dedica ao cultivo deste legume. O símbolo da confraria é um barco, uma carroça e um nabo, que reflete bem o quanto o Gandarês tem um pé em terra e outro no mar onde sempre trabalhou arduamente. A terra e o mar é que lhes dava o sustento para conseguirem manter-se até hoje nestas terras. Os nabos e grelos dão-se na humidade e no frio de Inverno, esta cultura representa 95% da economia local e emprega 60% da população da freguesia de Carapelhos.

Confraria dos sabores da Abóbora – Pretende mostrar as diferentes formas de confeccionar a abóbora na gastronomia Gandaresa, em simultâneo divulgar as tradições e cultura desta

região. Pretendem ainda dar a conhecer e divulgar as “papas de abóbora de S. Sebastião” que se festejam no fim-de-semana a seguir a 20 de Janeiro, 9 dias antes desta data realiza-se as novenas, as pessoas da aldeia juntam-se na capela e rezam e cantam orações dedicadas ao Mártir S. Sebastião. Esta confraria situa-se em Soza concelho de Vagos, e foi fundada em 2011.

Confraria Gastronómica “As Sainhas”- A confraria das sainhas tem como objetivo promover, divulgar e dignificar o património gastronómico do concelho de vagos e da zona da Gândara. Foi criada em Março de 2008. Confraria Gastronómica do Bacalhau – tem como finalidade dar a conhecer a gastronomia da região ligada ao bacalhau, e dinamizar a confeção de pratos de bacalhau. Esta confraria foi criada em Janeiro de 1999 tem como insígnia o Pendão representando uma âncora com um bacalhau encrostado, o qual é suspenso por uma fita de cor amarelo e púrpura, cores do concelho de Ílhavo, e como traje o Gabão preto, antigo traje de Ílhavo. A confraria situa-se em Ílhavo, entre a Ria de Aveiro e o Oceano atlântico, terra profundamente marcada pela pesca do bacalhau e pela faina piscatória, aqui ainda se pratica a tradicional salga do bacalhau. Além das confrarias a Gândara também tem associações, que se preocupam em proteger um património humano, cultural, histórico, geográfico, religioso, material e imaterial. Vamos aqui nomear apenas algumas delas.

Associação de produtores de Grelos da Região da Gândara- Foi criada para certificar a ruralidade, para difundir e homenagear a autenticidade das gentes da Gândara e dos grelos, alimento muito apreciado na zona, rico em sabor, e meio de sustento da maioria da população que vive nestas terras. Foi criada em 2000 na freguesia de Carapelhos.

A Associação dos Amigos dos Moinhos e Ambiente da Região da Gândara é uma associação regional, sem fins lucrativos, apartidária, que associa pessoas individuais ou coletivas que se preocupam com os problemas no ambiente e seus recursos, e com a proteção do património sociocultural, em especial os moinhos.

ADER-GÂNDARA Associação de Desenvolvimento Rural das Terras da Gândara- A Associação tem por finalidade a promoção do desenvolvimento regional e local, disposto à melhoria das condições sociais, culturais, educacionais, artísticas, desportivas, formativas e económicas das respetivas populações

A Associação dos Caçadores da Gândara tem por objetivo a promoção desportiva, recreativa e cultural dos seus associados, desejando dentro do exequível alargar tal promoção a todos os caçadores do Concelho de Cantanhede e outros contíguos, prezando as organizações de caçadores já existentes.

A Associação Comercial e Industrial da Figueira da foz – esta associação foi criada em 1835 na Figueira da Foz e foi a terceira associação empresarial a surgir no país. Foi fundada com vista a proteger o comércio marítimo que nessa altura era muito mais que a pesca.

Todos estes grupos tem como objetivo a valorização socioeconómica da região e apresentam-se como elos de uma cadeia que em muito ajuda a estruturar a oferta de uma grande diversidade de recursos. Sendo a gastronomia o principal recurso a ser valorizado neste trabalho desenvolvemos, de seguida, as formas como ela pode contribuir para a identidade e autenticidade do território.

3.3.Festividades, tradições e artes diversas

As festas tradicionais são em qualquer região motivo de exteriorização de amizades, de convívio que se desenvolve, de ligações entre as pessoas. A festa é um ato de partilha cultural e religiosa.

Na região da Gândara as festas e romarias são sem dúvida ligadas á religiosidade e normalmente associadas quase sempre a uma função social. A festa é a comemoração dos Santos, é de realçar a importância que as festas tradicionais adquirem junto às populações. Na grande maioria são realizadas nos meses de primavera e verão quando os filhos da terra voltam para ver as famílias e alimentar a sua fé na igreja e na sua terra natal. Nestas festa normalmente revem-se amigos e criam-se outros. O convívio é saudável canta-se, e dança-se, os fiéis cumprem os seus votos e fazem doações às igrejas.

As romarias normalmente eram anunciadas pelos rapazes da terra que faziam uma coroa em ramos verdes e colocavam no cimo de um pau bem alto para todos os que passassem por perto pudessem ver.⁴⁴ Eram feitas num espaço vedado, normalmente em terra batida, o

⁴⁴ Retirado da Monografia: A casa Gandraesa em Seixo de Mira: Sua vida, usos e tradições de Maria Isabel Oliveira das Neves

palco era construído pelos rapazes, e era neste pequeno palco que se leiloava no último dia das festas as oferendas preparadas pelas mulheres e pelas suas filhas. As oferendas consistiam de açafates com iguarias, com enchidos, azeitonas, broa ou pão, bolos, filhós e outros petiscos, ou uma simples cana onde se atavam na ponta os enchidos, e que regra geral eram os rapazitos mais novos que as levavam. Quem leiloava essas oferendas era o leiloeiro que começava com um valor mínimo e esperava pelo arrebate dos rapazes e homens da terra. A oferenda era arrebatada ou porque possuía alimentos que despertavam o interesse a quem estava a assistir, ou porque a rapariga que a tinha feito despertava interesse nos rapazes da aldeia que entravam em despique para arrebatar a sua oferenda demonstrando assim interesse naquela moça. Estes leilões demoravam a tarde toda e os resultados revertiam a favor da comissão de festas.

As romarias, bailes e festas eram um evento que facilitava o encontro entre rapazes e raparigas porque todos queriam ir. Chegavam-se a juntar grupos de rapazes e grupos de raparigas para irem às festas às povoações vizinhas, com as raparigas a levarem as mães ou uma tia ou alguém mais velho da família a acompanhar, não fosse correr-se o risco da rapariga ser desonrada. A maioria das festas era dedicada ao santo padroeiro da freguesia e tinha o seu nome, as festas eram durante o dia, raramente avançavam pela noite dentro. Uma das tradições destas festas era os rapazes oferecerem à rapariga, de que gostavam, tremoços ou camarinhas. Na Gândara existiam também muitos bailaricos normalmente em salões públicos e durante a tarde. Às vezes também os havia durante a noite. As raparigas iam aos bailes acompanhadas e com frequência quando se entrava dentro de um salão de baile estavam as mães todas sentadas em bancos compridos à volta da sala com as suas filhas ao lado, assim que começava a música elas e eles trocavam olhares e quando eram correspondidos e o rapaz tinha rapidez suficiente lá conseguia dançar com quem lhe interessava, por vezes combinando logo com a rapariga encontrarem-se noutra baile da redondeza para dançarem, e era frequente dar em noivado ou em casamento.

Além destas romarias, festas e bailes existia também na zona da Gândara a tradição de quando se casava uma filha fazer-se uma grande festa, o pai da noiva pagava a boda que durava dois dias.

Permanecia ainda o hábito de interajuda na agricultura, a que chamavam *troca de tardes* e que também servia para o convívio entre os rapazes e raparigas era quase como uma festa por ser um meio de contato.

Além das festas e romarias, na Gândara existiam bastantes Feiras em todos os concelhos havia feira e muitas das freguesias também tinham feira algumas bastante importantes na zona e muito antigas, como a Feira de Cantanhede, a feira de Montemor-o-Velho e a Feira da Tocha.

A justificação que mais sentido fazia para se realizar uma feira era baseada na dificuldade que existia de mobilidade das pessoas e dos produtos e por consequência dos deficientes circuitos de comercialização. Neste sentido a feira era o elo de ligação entre a vida sedentária dos agricultores, comercio estabelecido pouco diversificado e a vida nómada dos feirantes.

Para a população da Gândara a feira era a oportunidade de fazer negócio, ia-se à feira para comprar e vender o gado, para vender os legumes e tubérculos excedentes da produção para fazer algum dinheiro extra, para se comprar as ferramentas agrícolas necessárias, para comprar os utensílios de cozinha, o pouco que se tinha era comprado ou vendido conforme as necessidades na feira. Os homens iam à feira para vender e comprar o gado e utensílios agrícolas, enquanto as tarefas de vender os ovos, as galinhas, as batatas, o milho, as rasas de feijão, ficava para as mulheres. As feiras podiam ser ao dia do mês ou da semana. A feira também era a oportunidade para se encontrar outras pessoas, para se ver os rapazes e raparigas da aldeia, para se mostrar a roupa melhor que se vestia para ir à feira. A feira era vista quase como uma festa.



Figura 12 - Concelho de Cantanhede: Cadima Feira dos 13 Cantanhede Principio do séc. XX, 1976. Foto de José Maria Pimentel retirado de Genealogias de Portugal



Figura 13- Feira da Tocha, realiza-se ao dia 14 e 27 de cada mês. Foto de Marco Alexandre-<http://viladatocha.no.sapo.pt/>

4. Património Natural

A região da Gândara é abençoada por uma posição geográfica privilegiada, possui um extraordinário património natural: zonas dunares, zonas lagunares, serra, rio, mar, com elevado potencial ambiental e ecológico, que dão suporte a espécies e habitats próprios, atividades agrícolas e de pesca, bem como atividades de lazer e bem-estar.

Do património natural da Gândara é de realçar as praias de areias finas, com águas de boa qualidade e reconhecidas nos últimos anos com bandeiras azuis. Também é motivo de destaque o rio Mondego e o Vouga, com as suas terras férteis, em arroz.

A norte, na Gândara há planícies vastas, despidas de acidentes de terreno, de excelentes pastos e abundante gado. No centro, sobranceira ao mar, a magnífica Serra da Boa Viagem, que vigia comunidades piscatórias, enquanto outra serra, igualmente verdejante, vigia vales agrícolas de feição marcadamente rurais.

O mar é de um azul intenso, e os pescadores a ele recorrem com frequência para ganharem o pão. A Gândara é terra de pescadores e de peixe. Com vilas de tradições piscatórias bem enraizadas, ainda hoje se pode assistir à prática da arte-xávega, única no mundo e a de maior expressão no nosso país, com os seus barcos em meia-lua.

Esta região possui um grande património natural com múltiplos habitats e de uma elevada biodiversidade.

4.1 O Peixe

Mar Português

“Ó mar salgado, quanto do teu sal

São lágrimas de Portugal!

Por te cruzarmos, quantas mães choraram,

Quantos filhos em vão rezaram!

Quantas noivas ficaram por casar

Para que fosses nosso, ó mar!

Valeu a pena? Tudo vale a pena

Se a alma não é pequena.

Quem quer passar além do Bojador

Tem que passar além da dor.

Deus ao mar o perigo e o abismo deu,

Mas nele é que espelhou o céu”

Fernando Pessoa, Mensagem (1934)⁴⁵

O peixe Português tem uma série de características próprias e singulares, entre elas a frescura e a qualidade, justificadas por um grande número de pescadores que nos períodos em que o mar deixa praticar esta arte, diariamente arriscam as suas vidas. O peixe Português enquadra-se numa dieta Mediterrânica com uma vertente atlântica, que lhe confere uma riqueza de sabores e uma alimentação saudável. Os Portugueses são das gentes que mais peixe consome no mundo, apetência que faz parte da sua história e cultura. Da sua história faz parte também os nossos navegadores, que navegaram por todos os Continentes. O nosso

⁴⁵ Mensagem é um livro do poeta português Fernando Pessoa, publicado ainda em vida.¹ Composto por 44 poemas foi chamado pelo poeta de "livro pequeno de poemas". Publicado em 1934 pela Parceria António Maria Pereira, o livro foi contemplado no mesmo ano com o Prémio Antero de Quental, na categoria de «poema ou poesia solta», do Secretariado Nacional de Informação, dirigido por António Ferro, o jovem editor da Orpheu, revista trimestral de literatura, de que saíram dois números em 1915

mar tem características incomparáveis, com uma grande biodiversidade de peixe que na maioria das espécies é muito apreciado. Por outro lado, a variedade de nutrientes quase constantes que sustentam a cadeia alimentar nos nossos mares, como o fitoplâncton e o zooplâncton são abundantes. A qualidade organolética do nosso peixe é inquestionável e para isso contribui também a pesca em pequena escala de redes tradicionais como a arte xávega tão típica da nossa costa litoral e a pesca de linha e anzol. Este tipo de pesca foi passando de geração em geração e permito-nos apreciar e degustar o sabor e variedade característica do nosso peixe. A pesca em alto mar foi-se retraindo à medida que os recursos foram escasseando por sobre exploração das frotas industriais, assim Portugal e os nossos pescadores perceberam que o regresso ao passado com as técnicas mais artesanais e ancestrais eram, sem dúvida, um meio muito mais sustentável e saudável pois permite-nos ter à mesa o peixe fresco todos os dias ainda com o sabor a mar inalterado. A pesca maioritária no Litoral português é a artesanal pescada com as embarcações

O peixe que os nossos pescadores trazem do mar, e as espécies que mais consumimos são o carapau, a sardinha, a cavala, a faneca, o cachucho, o sável, a tainha, o besugo, o Xarroco, o pargo, a solha, o linguado, a raia, o cherne, o atum, a dourada, o imperador, o pregado, o salmonete, o polvo, o choco, o ruivo, o robalo, o cantaril, o Bodião, a choupa, a corvina, o congro, a ferreira, o peixe rei, e a salema entre outros.

Segundo o Professor Luís Saldanha⁴⁶, a plataforma continental de Portugal possui as conjunturas exemplares para a riqueza de peixe que nós tanto apreciamos. A plataforma continental estende-se por uma profundidade média de cerca de 200 metros até começar a submergir, numas faixas num declive menor e noutras bruscamente. Portugal possui a desaguar quatro principais rios com imenso caudal, o Tejo com a maior foz da Europa, o Douro, o Mondego e o Sado. Evidente a este agrupado exclusivo de condições, a quantidade e a multiplicidade de fauna litoral são maiores na plataforma continental e permanecem avultadas circunstâncias benéficas à riqueza de recursos pesqueiros, pois as águas são pouco profundas, o que possibilita uma melhor penetração da luz, e devido às águas do mar possuírem menor teor de sal pelo fato de receberem as águas dos rios que lá desaguardam. As águas são igualmente também abundantes em nutrientes, porque permanecem distintas condições de

⁴⁶ Professor Luís Saldanha, biólogo marinho que se distinguiu no estudo da fauna marinha do Atlântico Nordeste, foi professor catedrático da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa, bem como presidente Instituto Nacional de Investigação das Pescas e autor do livro Fauna Submarina Atlântica

luz e oxigénio para a criação de plâncton e adquirem similarmente numerosos detritos orgânicos fundamentais transportados pelos rios. Também as correntes marítimas, com deslocções de imensas massas de água com distintas características de temperatura e densidade, são muito benéficas à abundância de peixe, especialmente no território da junção de uma corrente fria e de uma corrente quente.

As águas impetuosas facilitam a regeneração da água e do plâncton e beneficiam muitíssimo a regeneração dos stocks.

A habitual corrente quente do Golfo abrange a Europa transversalmente, a sua força provém do Atlântico Norte. Portugal aufere de uma propagação desta deriva, já em migração para sul, que compreende a costa portuguesa, onde agarra a designação de Corrente de Portugal. A sudoeste do país, esta vulgar corrente junta-se com a Corrente Fria das Canárias, colaborando para o acréscimo da presença de peixe.

Porém quando ocorrem as nortadas, nos meses de verão, com os ventos fortes do Norte, ventando junto à beira-mar, acarretam o distanciamento das águas superficiais para o largo. As águas mais profundas e mais frias, através de uma corrente de compensação sobem para a superfície provocando uma maior agitação das águas, diminuindo a temperatura, favorecendo uma maior oxigenação e melhores condições para a formação de fitoplâncton, que por sua vez atrai uma maior quantidade de cardumes. A plataforma continental ao longo do litoral português é considerada estreita, nas regiões autónomas devido às rochas vulcânicas dos arquipélagos dos Açores e da Madeira ela é quase inexistente. Ao longo do litoral a sua largura vai variando entre os 30 a 60 km, atingindo a sua maior largura junto ao largo da Roca de cerca de 70 km. A plataforma corresponde assim apenas a 1% da nossa zona económica exclusiva. As mudanças climáticas provocam impactos na composição de recursos pesqueiros tradicionais da nossa costa. Concluimos assim que devemos usar os nossos recursos com cuidado para que possamos manter a melhor qualidade.

Detenhamo-nos agora no nosso objeto de estudo: o peixe nos areais do litoral Gandarês.

O barco sai para a pesca, em terra os homens tratam das cordas com ajuda dos bois e numa faina atarefada descem e sobem as dunas em movimentos contínuos até a rede chegar a terra, estavam sujeitos a um esforço físico desgastante homens e animais iam lentamente puxando as redes, quando se aproximavam de terra a velocidade aumentava. Finalmente a rede chegava a terra, depressa se viam as pessoas a aproximarem-se das redes, para verem

os peixes, as crianças brincam na praia e correm a apanhar os peixes mais pequenos que escapam das redes junto à água. As mulheres preparam as canastras e aproximam-se, se as redes vierem carregadas de peixe todos se alegram, quando o lanço trazia pouco peixe, todos sentiam na pele a miséria, e essa não era a sorte que desejavam.

“As redes traziam sardinha, carapau, cavala, chicharro, faneca, raia, choco, biqueirão misturados com limos e algas.”⁴⁷ (Miranda, Manuel 2005 p.163).

Posteriormente, ao abrir das redes, um dos homens demarca no chão um quadrado com a ajuda do pé descalço, eles e elas escolhem o peixe e enchem as canastras. Dentro desse quadrado arrebatem-se as canastras a quem der mais e aos poucos lá iam leiloando todas. As mulheres, essas, de canastra cheia carregam o peixe e dunas acima lá vão elas prontas para o irem vender nas aldeias vizinhas. Era uma festa quando o areal se enchia, todos queriam ver o espetáculo o cheiro a mar e a peixe fresco era inconfundível.

As famílias que por ali andavam pela praia de férias e que tinham maior poder económico aproveitavam para comprar o peixe fresco para o almoço ou jantar. O peixe predominante era o carapau e a sardinha e ainda hoje o carapau é o predominante, a sardinha já é pouca mas a cavala também ganhou terreno e é dos peixes mais abundantes.

Ao longo da última década a atividade piscatória tem vindo a diminuir, as campanhas de pesca são cada vez menos e o peixe pescado na costa de prata (deve explicar o que é a Costa de Prata) deixou de ser o principal meio de sustento dos pescadores e da população. Os barcos de pesca e as tripulações também diminuíram, assim como os bois usados antigamente deixaram de ser usados e foram substituídos por tratores, hoje já não faz sentido a frase de *FERDINAND DENIS*, citada por Raul Brandão:

“Que estranho país é este onde os bois vão lavar o próprio oceano?!...”⁴⁸ Brandão, Raul (2009, p.38)

⁴⁷ Miranda, Manuel – Mira no século XX, pp.163

⁴⁸ Brandão, Raul – In Os Pescadores



Figura 14 - Vendedoras de peixe no areal de Mira na década de 70, xavega praia de Mira



Figura 15 - Foto de peixe que saiu na rede a ser escolhido para vender na praia de Mira, www.tovieira.com

Nas comunidades da Praia de Mira, da parte do Sul, a venda do peixe faz-se na praia às peixeiras tradicionais que o revendem nas localidades vizinhas, nos meses de verão os banhistas também compram este peixe fresco da praia. Na praia de Mira Norte existe um posto de venda. Nas comunidades da Tocha o peixe capturado era leiloado, mas antes dividido pelos pescadores que iam contando no areal as suas histórias e convivendo com

aqueles que por lá passavam poucos porque a praia era isolada, enquanto a conversa ia passando grelhavam o peixe e as batatas na areia, algo que vamos explorar pormenorizadamente mais à frente neste trabalho.

“Atualmente distinguem-se duas situações: praias “sem posto de vantagens” e praias onde existem os referidos “postos”. No primeiro caso incluem-se todas as comunidades entre a Praia de Vieira e a Praia da Tocha e ainda Espinho;

Já no segundo caso integram-se as comunidades entre a Praia de Mira e a Praia de Esmoriz”⁴⁹

Em 1996 foram implementados estes postos onde a venda do peixe é garantida por um comissionista⁵⁰, que é responsável pelo posto e pelo cumprimento das normas. O posto do Norte da Praia de Mira, ainda há bem pouco tempo, era um dos mais concorridos. Em média deslocam-se ali cerca de 20 a 30 clientes considerados grandes, e mais umas quantas peixeiras locais, que revendem nas povoações ao lado e por vezes grandes empresas que compram lotes inteiros. Estes grandes comerciantes, com um poder de compra muito elevado, adquiriam entre eles o melhor peixe e em grande quantidade como o carapau e a cavala para as conservas. Desta forma, fazem o preço do peixe descer, e levam o de melhor qualidade. Por outro lado, os pequenos comerciantes e peixeiras locais acabam por só conseguir comprar o peixe que sobra e que os grandes comerciantes e donos de restaurantes e hotéis não querem.⁵¹

O peixe e a pesca foram durante muitos anos o meio de sustento destas gentes do litoral, sendo a atividade económica mais importante no século XIX e XX. Sempre que o mar se encontrava bom os pescadores lançavam-se à procura do peixe e do seu sustento. O peixe era, para muitos, a principal iguaria do almoço ou do jantar, acompanhado de umas batatas cozidas abertas a meio ou assadas na areia como era típico nesta região do país. Muitas vezes se jantava o peixe e guardava-se as batatas com a gordura que o peixe largava para no dia seguinte almoçar. Os pescadores e as suas famílias na maioria do ano dependiam deste peixe que pescavam para se alimentarem, além da pesca dedicavam-se à agricultura, sendo

⁴⁹ SOUTO, Henrique -Comunidades de pesca artesanal na costa Portuguesa Estudo Geográfico. Lisboa, 1998. P.164.

⁵⁰ Comissionista – Recebe 1% das vendas feitas, normalmente é natural da terra e na maioria das vezes pescador, não pesca simultaneamente. Pode ser dono de uma companhia também.

⁵¹ SOUTO, Henrique – Comunidades de pesca artesanal na costa Portuguesa – Estudo Geográfico Lisboa, 1998. P. 162

o porco que era o principal animal usado na alimentação, acontecendo a matança na altura de S. Martinho. Salgavam-se as carnes para se alimentarem durante o inverno, quando o peixe era em muito menos em quantidade- Assim que começava a Primavera saíam os primeiros barcos para a faina. Já a carne de porco nas salgadeiras era pouca ou nenhuma. Grande parte das famílias era bastante numerosa e muitas vezes durante o inverno, quando acabava o peixe seco e a carne da salgadeira, comiam-se as batatas e os legumes sozinhos sem outro conduto.⁵²

Como foi referido acima, o peixe que pescavam durante a Primavera e Verão servia para se alimentarem nesse período de tempo e o que sobrava era colocado a secar nos varais do areal. O peixe era amanhado e escalado, depois colocado em água do mar com sal, mudavam a água duas ou três vezes e por último colocavam-no a secar. O peixe demorava cerca de dois ou três dias a secar dependendo das condições do tempo, especialmente se houvesse sol ou não. A espécie mais usada para a secagem era o carapau. O peixe seco servia não só para os dias de maior escassez, mas também para permitir aos pescadores ter algum peixe que pudessem vender durante o inverno e assim colmatar a falta do rendimento da pesca. A pesca era o rendimento da maioria dos chefes de família, mas uma grande maioria destas famílias também possuíam um pedaço de terra, a que chamavam de prazos, que as mulheres cultivavam, uma vez que grande parte do ano os homens estavam ausentes.

A maioria destas famílias passava fome, a escassez de comida era frequente. Muitos alimentavam-se de café e pão seco o dia todo, ou faziam umas sopas de cavalo cansado⁵³ comendo uma refeição quente apenas uma vez por dia e quando a havia. Geralmente à noite acendia-se a fogueira e comia-se o peixe na brasa com as batatas, o pão e o que confeccionavam com as farinhas dos moinhos da zona, era sem dúvida o acompanhamento de todas as refeições, servindo de base da alimentação.

⁵² Conduto – termo popular para designar um acompanhamento de um alimento.

⁵³ Sopas de cavalo cansado- Ver referência na página 59

II Capítulo – DA CASA GANDARESA PARA A COZINHA

A Casa gandaresa no território da Gândara

A casa gandaresa é uma habitação mas é sobretudo um espaço familiar de encontro entre todos os que nela habitam, é o retrato da família gandaresa. Esta casa é símbolo de riqueza ou pobreza, demarca a diferença entre o povo e a burguesia. É nítido o contraste entre habitantes da Gândara de diversa origem socioeconómica: o povo e a burguesia rural. O povo vive, regra geral, em “aldeolas ermas, esquecidas entre pinhais, no fim do mundo”⁵⁴ (OLIVEIRA, C., 2004-a: 7). Era uma casa simples e bastante funcional, inserida num território em que os estilos de vida, hábitos, costumes e tradições refletem características singulares, com a atividade rural a denominar. Possuir uma casa gandaresa representava um esforço monetário significativo que a maior parte da população apenas conseguia almejar. Por isso a solução era a cooperação das gentes da povoação que faziam o que podiam para se ajudar mutuamente. Era na casa gandaresa que esta população da Gândara nascia, crescia, casava, vivia e morria. Feita com os materiais da zona, a casa gandaresa era construída com adobes feitos por areão grosso com cal viva, que colocado em moldes retangulares ficava a secar ao sol durante alguns dias, ou menos frequentemente feitos de barro. É uma casa de forte influência mediterrânica (com elementos romanos e árabes). Trata-se de uma casa mourisca trazida possivelmente por pessoas vindas do sul e que se foram instalando nesta área do país a que hoje damos o nome de Gândara. É uma casa virada para a rua, com a sua fachada a dar sempre para o caminho/rua principal. Existiam no entanto outros tipos de casas Gandaresas: as de gentes mais abastadas, construídas em pedra de Ançã ou de Portunhos, e possuíam rés-do-chão e primeiro andar. Normalmente no rés-do-chão viviam os proprietários e no primeiro andar chamavam-lhe o sobrado e servia de celeiro para os cereais.

⁵⁴ Oliveira, Carlos - (2004-a), Casa na Duna, Lisboa, Assírio & Alvim.



Figura 16 - Rua com casas Gandraesas Seixo Mira 1976 Foto de Maria Miranda

1. Construção da casa Gandraesa

“E disse sem querer uma palavra essencial para mim. Brevidade. Casas construídas com adobos que duram sensivelmente o que dura uma vida humana”⁵⁵ (OLIVEIRA, C., 2004-b: 186).

A casa Gandraesa tem uma construção muito própria, feita com materiais da zona e mão-de-obra do povo, ela é um dos símbolos da região.

Possui uma planta retangular ou em formato de “L”, tem a zona residencial, a zona dos currais dos animais que trabalham, e as cortelhas das galinhas, dos coelhos e dos animais mais domésticos, tem uma zona de guardar as alfaias e os produtos agrícolas, tem os celeiros, possui uma segunda cozinha normalmente a chamada cozinha do fumo, e no meio tem o chamado pátio central para onde dão todas as outras divisões. Na fachada da casa podemos encontrar janela, porta, janela e portão, com cantarias de pedra de Ançã, e duas aberturas junto ao Chão que servia de arejamento. Normalmente a casa Gandraesa era pintada de cores vivas. Dentro da casa o chão exceto na cozinha é madeira o chamado

⁵⁵ OLIVEIRA, Carlos – A representação do espaço gandarês na obra; O Aprendiz de Feiticeiro, Lisboa, Assírio & Alvim. 2004-b: 186

soalho de pinho, que tinha tábuas largas e que podiam atingir 3 metros de comprimento, madeira mais frequente na zona, ou em casas mais ricas de madeiras melhores como o carvalho que vinham de fora. Possuía chaminés grandes e alongadas, o telhado era de duas águas e a telha canelada de fabrico artesanal que assentava em cima de barrotes e ripas de madeira.

Para concluir a explicação dos constituintes da casa Gandraesa é necessário falar do terreno em anexo, o chamado quintal, onde se encontra a horta e todos os campos agrícolas, a cabana da palha, os palheiros a eira, e o pátio que tinha acesso pelo portão e onde existiam a latada ou ramada.

Falar da casa gandraesa é falar de um território pobre com dificuldades económicas, em que o povo se ajudava mutuamente. Segundo Maria Isabel das Neves⁵⁶ quando existia um casamento as famílias da noiva e do noivo juntavam-se e construía-lhes uma casa num terreno da família para que o casal que ia iniciar uma nova vida pudesse ter algum apoio no começo da sua vida a dois.



Figura 17 - Casa Gandraesa antiga, foto de Maria Miranda

⁵⁶ A CASA GANDARESA EM SEIXO DE MIRA: Sua vida, usos e tradições de Maria Isabel Oliveira das Neves



Figura 18 - Casa Gandraesa recente, Foto de <http://www.panoramio.com/>

1.1. . Divisão da casa Gandraesa

Casa Gandraeza (esquema)

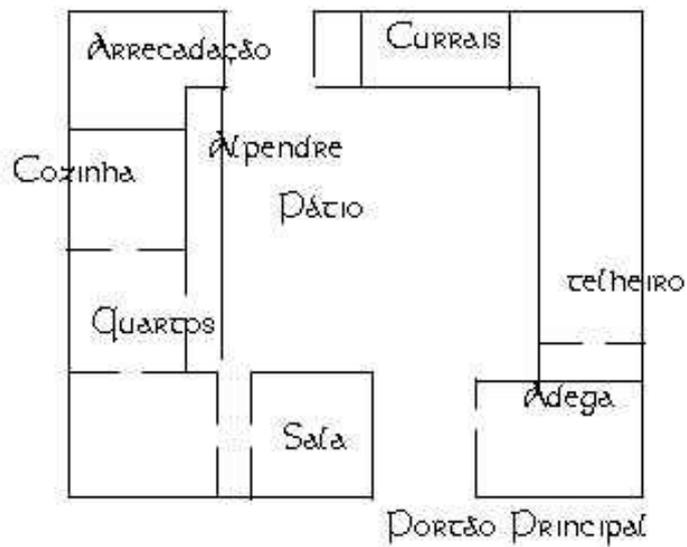


Figura 19- Casa Gandraesa- retirado de WWW.prof2000.pt

A casa gandraesa era quase sempre dividida da mesma forma as poucas alterações que existiam eram da casa gandraesa das populações mais para sul que eram ligeiramente diferentes. A casa gandraesa de que falamos é situada no coração da Gândara. A casa era dividida de forma muito funcional e prática, virada para a rua tinha uma janela, uma porta, uma janela e um portão. A primeira janela pertencia à chamada meia sala, que era uma espécie de quarto normalmente usado quando alguém da família estava doente e era necessário chamar o médico a casa. Quando as famílias eram grandes e nesta altura geralmente eram sempre, alguns dos filhos ficavam neste quarto uma vez que a casa gandraesa normalmente tinha só dois quartos. A mobília era muito simples uma cama geralmente de ferro com um colchão de palha de centeio, cevada, trigo ou ainda “folhelho”⁵⁷, Coberto com um tecido normalmente de riscas brancas, vermelhas e azuis, ou uma esteira no chão onde dormiam, um guarda-fatos, uma cómoda, uma cadeira, e podiam ter uma mesa-de-cabeceira de pinho com pernas altas e uma porta por baixo onde guardavam dentro o penico, podiam ter ainda lavatório de esmalte com bacia e jarro para a água e um pequeno espelho. Pegado com esta meia sala ficava a sala com uma porta direta para a rua e uma janela com portadas de madeira por dentro que se fechavam à noite ou sempre que se queria proteger o interior dos olhares curiosos. Depois da sala já a correr para dentro situavam-se os quartos um de cada lado com um corredor ao centro, e uma porta a separar da sala e outra da cozinha a divisão que vinha a seguir. Os quartos geralmente eram dois e tinham as portas de frente um para o outro. O quarto do casal possuía uma cama de casal com colchão de palha, uma ou duas cobertas, uma cómoda, uma cadeira, um cavide, mesa-de-cabeceira com um santo ou um crucifixo em cima, um guarda-fatos e podíamos encontrar em alguns quartos uma arca onde se guardavam as roupas. O quarto que restava ficava para as crianças, quando existiam filhas mulheres ficavam geralmente no quarto mais resguardado e os rapazes dormiam na meia sala.

De seguida vinha a cozinha, a casa gandraesa possuía duas cozinhas a cozinha de dentro era a que se encontrava mais limpa e onde se recebiam os hóspedes, esta tinha porta para dentro para os quartos e uma porta para o exterior com uma tremela⁵⁸ e uma aldraba também de madeira ou de ferro por dentro, possuíam ainda uma entrada ou saída para os

⁵⁷ Folhelho - era o nome que se dava aos carpelos descamisados das espigas do milho, normalmente davam um colchão bastante fofo e muito apreciado.

⁵⁸ Tremela era um mecanismo tipo uma tranca em madeira ou ferro que fechava a porta só de um dos lados.

gatos passarem, tinha uma pequena janela ao lado da porta que dava para o pátio. A segunda cozinha a cozinha de fora tinha o chamado borralho onde estava sempre uma *cambeira*⁵⁹ (Neves Maria) mais tarde substituída por uma trempe com uma panela cheia de fuligem ao lume com água quente, que servia para tudo o que se possa imaginar, desde juntar à cafeteira a que chamavam de Chocolateira para fazer café ou cevada para beber de manhã, a juntar ao cereal para dar aos animais, a fazer uma sopa ou caldeirada, ou mesmo para tomar banho ou desinfetar uma simples ferida na perna de um dos filhos, era assim a mulher gandaresa sempre prevenida com a sua água quente no borralho, até mesmo para fazer o pão e a broa lá estava a água quente para desfazer o fermento que não passava de um pedaço de massa azeda como explicaremos mais á frente. A cozinha era, além do espaço da mulher, o espaço da família. Era aqui que se passava a maioria do tempo que se tinha em casa, era aqui que a família se encontrava para ceiar para rezar o terço, e para fazer os serões cantando canções, contando histórias, adivinhas e anedotas. Era aqui que se aqueciam de Inverno e durante muito tempo o único sítio que possuía luz natural da fogueira mais forte que a das torcidas de azeite colocadas na concha ou mais tarde as candeias usadas para iluminar. Era aqui também que a mulher fazia o carvão no borralho para assar os alimentos, carvão esse usado também muito mais tarde para colocar dentro do ferro de engomar a roupa, ou para riscar os tecidos antes de se cortar e cozer, ou até mesmo para as crianças riscarem no chão ou para a mulher gandaresa aquecer o forno para a broa. As cinzas eram usadas para junto com o estrume dos animais adubar as terras, das cinzas também se faziam sabonetes.

A seguir à cozinha principal encontrava-se uma divisão com várias funções, era como se fosse uma cozinha secundária ou uma despensa, chamavam-lhe, a cozinha de fora, a casa do forno ou ainda adega. Esta divisão era também uma das divisões onde dormiam os rapazes mais velhos quando havia muitos filhos. A adega e o celeiro eram normalmente o amplo

⁵⁹ *cambeiro* de madeira, espécie de guindaste, formado por uma trave vertical, com diversos ranhuras na parte inferior, giratória, ligada a outra horizontal quando em serviço, da qual pendia um ferro com forma arredondada na parte inferior, para suporte dos arcos das panelas, marmitas e das caldeiras de cobre. Uma terceira trave era fixada com uma dobradiça à trave horizontal e, quando em serviço, fazia mais ou menos uma diagonal com as duas anteriores, afastando ou aproximando as panelas do fogo, conforme a ranhura em que se encaixava e a rotação que se dava ao *cambeiro*. O mesmo efeito se conseguia mediante a utilização de três ganchos de comprimento diferente cravados na parte inferior do *cambeiro*. Quando fora de serviço, rodava completamente até encostar à parede – Retirado de monografia: A CASA GANDARESA EM SEIXO DE MIRA: Sua vida, usos e tradições de Maria Isabel Oliveira das Neves

espaço onde se guardavam além de todas as alfaias agrícolas, as pipas as dornas, canecas, almudes e instrumentos de medir e pesar, arcas para guardar os cereais, por cima do milho colocavam-se os ovos para se conservarem melhor, aí se colocava também a salgadeira e os potes de varro vidrado com a manteiga, e o sal. Tínhamos ainda uma outra divisão a que se podia chamar também casa da arrumação ou celeiro, ficava por baixo do telhado, era feito de barrotes e tábuas de madeira e tinha umas escadas de madeira para subir, guardavam-se desde cereais, a batatas a alfaias agrícolas menos usadas, era por cima do portão de entrada.

60



Figura 20 - Fotos de casa de arrumação com escadas para o celeiro (2015) - fotos de Marisa Miranda

Tínhamos o pátio normalmente lugar onde dava sempre o sol, por cima do pátio as parreiras cresciam fazendo uma latada, dando frescura nos dias de verão.

⁶⁰ A CASA GANDARESA EM SEIXO DE MIRA: Sua vida, usos e tradições de Maria Isabel Oliveira das Neves



Figura 21 - Pátio com parreiras por cima (1978) - Foto de Maria Miranda



Figura 22 – Pátio, cozinha do forno e ao fundo a eira e os currais dos animais (1975) Foto de Maria Miranda

Ao fundo de tudo vinham os currais e cortelhas para os animais, um dos currais era um estábulo com manjedoura onde ficavam as vacas e os bois, nesta zona de raça Marinhó, os outros currais possuíam pias para os porcos e galinhas, junto aos currais podia-se ter uma divisão onde se colocavam as palhas para dar aos animais. Ao fundo do pátio a eira onde se secava, debulhava e malhava os cereais, a estrumeira, as cabanas da palha ou palheiros construídos em forma de V inverso, com traves atravessadas onde se ia colocando a palha de baixo para cima, e a horta. A horta permitia a recolha diária de hortaliças e leguminosas. Quando a casa tinha casa de banho ela situava-se junto aos currais dos animais e não passava de um assento em madeira com dois buracos e tampas que faziam em cima de duas covas de areia, onde as pessoas se sentavam, não existia papel higiénico no máximo uns carolos de milho ou um papel pardo usado na altura. Ainda no pátio encontrávamos o poço da água, por vezes debaixo do telheiro. O poço representava um perigo para as crianças e até para os adultos, para tirar a água era necessário debruçar-se sobre o muro do poço e com uma corda e um cântaro ou balde lá se puxava a água. Mais tarde criaram-se as bombas de madeira, cimento e outros materiais.



Figura 23 - Pátio com bomba numa casa gandraesa (2015) foto de Marisa Miranda

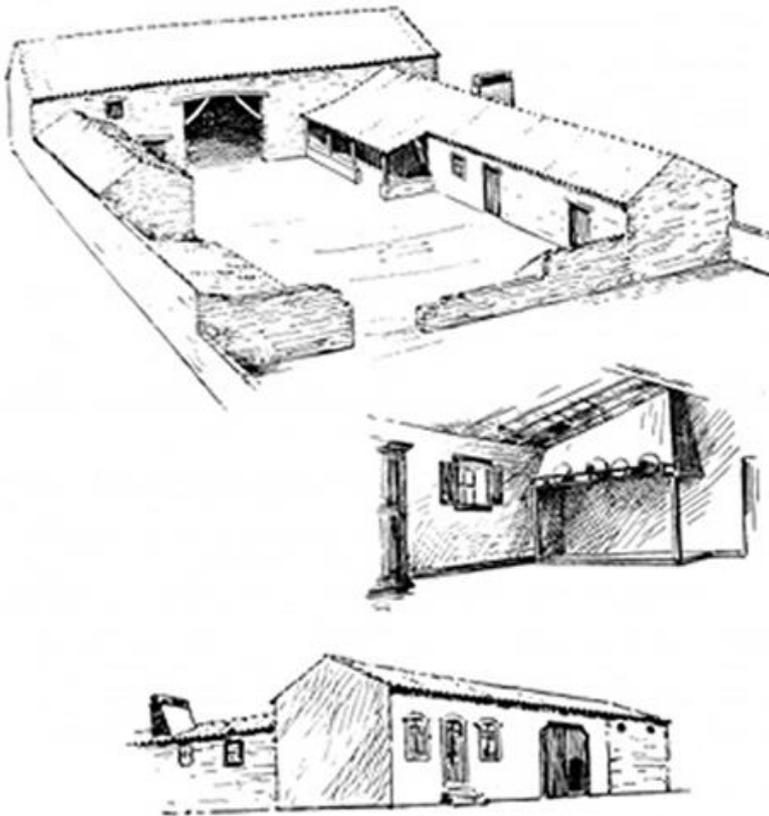


Figura 24- Planta de uma casa gandaresa - Retirada de www.freguesiadesantoandredevagos.eu

1.1.1. A cozinha da casa Gandaresa

A cozinha da casa gandaresa assume um papel importante, porque além de ser um espaço físico é um espaço familiar, um espaço de memórias, de conflitos, de heranças e um espaço de sociabilidade.

A cozinha era a principal divisão da casa, era fundamental a todos os que habitavam a casa gandaresa, assumia-se como palco de vivências e de partilha das tarefas e dos problemas quotidianos mas era essencialmente o lugar de confeção dos alimentos. Era de volta do borralho principalmente de Inverno que se juntavam à noite a família e por vezes alguns vizinhos e ou amigos para passar o serão. Contando histórias e cantando, é aqui que a mulher gandaresa ensina as filhas a fazer algumas coisas para o enxoval, ou a executar simples tarefas como costurar, bordar e fazer renda. É à volta do borralho também que a família e os vizinhos por vezes executam simples tarefas como descascar feijão, favas, ervilhas, cortar batata de semente para semear no dia seguinte e pequenas tarefas da agricultura. Estes serões que se passavam na cozinha além de um alegre convívio eram sobretudo um espaço de socialização e de troca de conhecimentos por via oral já que a maioria destas gentes era analfabética. Para aqueles que a curiosidade pelas letras era maior, e os que se esforçavam para apreender a ler era aqui também que com a ajuda da família liam as primeiras letras. A mulher e mãe Gandaresa era quem administrava a casa e a cozinha, era quem zelava pelo asseio deste espaço.

Pela manhã, bem cedo, a mulher Gandaresa levanta-se e segue para a cozinha, lá acende a fogueira no borralho coloca a panela da água a ferver, e sai para o exterior onde começa a labuta⁶¹ de dar de comer a todos os animais, tirar o leite às vacas, e preparar o necessário para sair para as terras. Depois volta ao interior da cozinha, faz o café e prepara a merenda para levar para as terras e por vezes o almoço quando a terra é longe e se prevê por lá ficar todo o dia. O pequeno-almoço consistia num pedaço de pão ou broa com enchidos do varal quando os havia, café, por vezes uns torresmos ou rojões ou até mesmo um resto de sardinhas, carapaus ou chicharros que sobrassem do dia anterior. A merenda para levar para as terras podia ser composta de alguns alimentos não muitos porque a fatura era pouca, mas o pão a broa, os enchidos, os torresmos, as azeitonas, o vinho eram com certeza alguns

⁶¹ Labuta – o mesmo que trabalho ou faina, termo popular usado na Região

desses petiscos, que a mulher embrulhava em papel ou numa toalha de mesa quando a havia e colocava dentro de um açafato⁶² (OLIVEIRA,1995: 340-341). Quando a refeição era tomada em casa a mulher mandava geralmente as filhas colocarem na mesa as malgas os pratos e as canecas, poisavam a panela no centro da mesa e geralmente era a mãe que servia a todos, primeiro o homem da casa com o melhor quinhão⁶³ por ser o que fazia os trabalhos pesados e o sustento da casa, depois os filhos e filhas mais debilitados ou doentes com o quinhão seguinte, o quinhão menos bom vinha para os filhos mais cheinhos e por tanto aqueles que se julgava precisarem menos de comer, por ultima a mulher servia-se a ela se ainda houvesse, se não restasse nada a mulher ou não comia ou comia um pedaço de pão ou broa para entreter o estômago.⁶⁴

1.1.2. O forno e a cozedura do pão e da broa

Em terras Gandraesas o forno de cozer o pão e a broa, durante muitos anos, foi um forno comunitário. Na Idade Média fazia-se o pão Meado, Terçado e Quartado.

“Pães meados, terçados ou quartados designavam, igualmente, a confeção do pão de cozedura com trigo e milho, trigo, milho e centeio, trigo, milho, centeio e cevada...”⁶⁵MARQUES, A. H. de Oliveira (1968,p.227)

O pão branco que era feito de um só cereal chamava-se pão Alvo. Podia-se ter pão Alvo bom, médio e mau dependendo da categoria da farinha e da capacidade para a adquirir. O pão alvo melhor era o que se fazia da flor do cereal da farinha mais fina. Na peneira larga fazia-se o pão escuro consumido pela classe média e baixa. A peneira de Antemão era 70% farinha, era consumida pela classe média. A peneira alva ou de seda tinha 45% a 50% de farinha, pão fofo, que comiam os senhorios. O camponês come muito mais pão que os senhorios, pois não tinha muito mais do que se alimentar, e faz o seu próprio pão geralmente pães grandes para toda a família. Os senhores compram o pão nas cidades

⁶² Açafato era um cesto retangular baixo - cestaria de verga - OLIVEIRA, Ernesto Veiga de. 1994. *Arquitetura tradicional portuguesa*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.

⁶³ Quinhão- termo popular para designar bocado, dose, comida.

⁶⁴ Castelhana, Glória - Memórias da construção da Igreja. 2006

⁶⁵ MARQUES, A. H. de Oliveira, “A Panificação”, in Introdução à História da Agricultura em Portugal, 2ª Ed., Lisboa, Edições Cosmos, 1968” ,pág. 227.

normalmente pão pequeno. Na Idade Média o pão e broa tinham uma importância extrema, além de alimento era muitas vezes usado como forma de pagamento. Ao pão de milho (conforme figura 8) chamavam-lhe broa normalmente só as classes mais baixas o consumiam, era considerado um pão pouco rico.



Figura 25 - Foto de broa de milho, foto de www.saboresunicos



Figura 26 – Pão (Broa) de Milho, Foto de Marisa Carlos 18/05/2015

O pão Poia era usado como moeda de troca para passar as fronteiras era o pagamento. Chamava-se pão de poia também ao pão que era dado ao padeiro para pagamento por cozer a fornada do pão (confrontar figura 9), o pão poia era maior ou menor conforme o pagamento que se tinha de pagar.



Figura 27- Pão a cozer no forno a lenha, Foto de Marisa Carlos 16/02/2015

O pão de rala era um pão que só levava uma peneira.

Os pães pequenos chamados de mondas ou moletes eram de boa farinha de trigo, a farinha alva de trigo era muito apreciada nestes pequenos pães, este era o pão que se fazia nas cidades. No mundo rural todos faziam o seu pão para consumo próprio.

Nas cidades existiam as padeiras. Eram elas que amassavam o pão, normalmente mulheres de bastante força física, mas tinham de ser mulheres casadas de valores morais, honestas e de boa fama para sacralizarem o pão. Não podiam ir para padeiras mulheres que fossem consideradas de má fama. Existiam bastantes padeiras e forneiras nas cidades. Segundo a Maria Helena Coelho (FONTE) nas atas de vereações já indicavam, 24 padeiras no Porto, 10 na Zurara, e 9 em Montemor em 1483. Eram as mulheres que faziam o pão e que o distribuíam. Os homens ficavam encarregues da moagem e as mulheres de fazer e distribuir o pão. Existiam coimas para as padeiras que vendiam pão fora do seu lugar, não podiam

vender o pão na rua, existiam coimas altas para as padeiras que não cumpriam. As padeiras faziam e vendiam o pão nas cidades e por vezes cometiam ilegalidades nas suas funções, misturando farinhas para render mais e para que gastassem menos com outros cereais mais baratos que o trigo, vendendo o pão como sendo Alvo quando na realidade era mistura deixando os clientes insatisfeitos e sendo origem de discussões. Já existiam fornos em casa dos camponeses onde as mulheres coziavam o pão para a família, mas também existiam os fornos coletivos onde por vezes as padeiras para cozer o pão tinham de pagar um foro ao rei ou ao senhor.

Para Cherubini, Giovanni (1989,p.84) o pão aparece como sendo

“... o ingrediente principal da alimentação humana, sobretudo das classes mais baixas. Ingrediente principal, mas não uniforme, porque era precisamente a qualidade do pão (pão branco, de mistura ou de cereais inferiores como a espelta e o sorgo) que revelava a primeira, e elementar, hierarquia entre as classes sociais...”⁶⁶

As crises na produção cerealífera eram frequentes, principalmente nas zonas mais populosas.

A subida do preço do pão era problemática e levava à necessidade de encontrar alimentos que pudessem substituir o pão. Nas regiões mais montanhosas e menos acessíveis, quando havia falhas de cereais principalmente a partir do séc. XIV, era frequente a utilização de castanhas para fazer pão. Chegavam-se a importar favas para fazer face á crise de cereal.

Na zona da Gândara também eram comuns os fornos comunitários conhecendo-se a existência de alguns segundo, GREGÓRIO refere que:

“... Existiram no concelho pelo menos 38 fornos de cal (fora os que foram destruídos sem deixar nenhuma documentação), em 1997 : 5 ainda funcionavam. As freguesias com mais fornos eram : Cadima (13), Outil (11) e Cantanhede (8).” GREGÓRIO, Carlos (1997)⁶⁷.

Na segunda parte do século XX, já eram muitos os fornos particulares quase todas as casas gandaresas tinham um. O pão era comprado quase sempre à padeira da zona naquela altura o pão de trigo era para os doentes ou para os mais abastados e comprado ao fim de semana

⁶⁶ CHERUBINI, Giovanni - “O Camponês e o trabalho no campo”, in *O Homem Medieval*, dir. de Jacques Le Goff, Lisboa, Editorial Presença, 1989, pág. 84

⁶⁷ GREGÓRIO, Carlos Manuel de Oliveira. *Os fornos de cal no concelho de Cantanhede*. Coimbra: C.M.O. Gregório, 1997

ficando a broa para sustentar a família a semana toda. A prática da cozedura da broa era associada às mulheres e transmitida às filhas. Normalmente cozia-se a broa uma ou duas vezes por semana conforme o tamanho da família. A mulher começava logo pela manhã com as suas fainas para a preparação desta tarefa tão importante. Primeiro acendia o lume (como se dizia na Gândara), depois colocava a panela de água ao lume para que ferve-se, de seguida preparava a mesa, a gamela e todos os utensílios de que ia precisar. Iniciava-se assim a tarefa, peneirava-se a farinha de milho para a gamela⁶⁸, depois colocava-se a água a ferver em cima para esaldar a farinha de seguida esperava-se até arrefecer. Junta-se mais água morna, o sal desfeito em água, o isco⁶⁹ que é um pedaço de massa do dia anterior, e amassa-se juntando-se aos poucos a farinha de trigo a que chamavam fazer a mistura. A farinha de trigo era misturada à de milho porque a de milho possui pouco glúten tornando a broa esfarelada para que não esboroasse. A broa ficava mais ligada mais macia por dentro. Depois de toda a massa bem amassada era-lhe dada uma forma arredondada, polvilhada com farinha de milho e feita a cruz na massa enquanto se rezava “Deus te levede em pão”, cobria-se a massa com a toalha, ou manta, ou até mesmo um velho cobertor e esperava-se que leveda-se. Enquanto isso a mulher aquecia o forno, primeiro colocava um monte de agulhas, pinhas e lenha fina que ardesse rápido, depois ia-se juntando lenha mais grossa que ardia mais lentamente e controlando o aquecimento do forno para que não passa-se do ponto com a ajuda do rodo. Quando finalmente o forno estivesse quente e a massa levedada eram puxadas as brasas para fora do forno e deixadas sempre algumas á porta do forno caso fossem novamente necessárias para evitar que o forno descaísse. Entretanto assim que aparecessem as primeiras rachadelas na massa significava que estava pronta para tender. A massa não deveria ficar pouco fermentada porque ficava ázima nem muito porque esfarelava-se e partia-se toda. Depois de toda a massa aberta esperava-se que descansa-se um pouco. De seguida tendia-se a broa num alguidar e dava-se lhe a forma de bolas que se colocavam em cima da pá já polvilhada com farinha, depois era só colocá-las no forno tendo em atenção que as maiores deviam ficar no fundo do forno porque demorariam mais tempo a cozer e as mais pequenas na ponta do forno e que onde colocasse a broa era onde ela

⁶⁸ Gamela era um recipiente onde se amassava a broa, feito de madeira de pinho sem nós e sem resina

⁶⁹ O isco geralmente era sempre pedido a um vizinho cada mulher que cozia a sua broa tirava sempre um pouco de massa que ficava numa taça para servir de fermento, mas como só cozeria a broa novamente passado uma ou duas semanas esse fermento já não estaria bom, então era trocado com as vizinhas sempre que necessário.

ficaria pois só a poderia mexer quando tivesse quase cozida o que poderia significar que uma fornada mal arrumada não coubessem todas as broas, estragando-se as restantes.

De todas as broas que se colocavam no forno na Gândara a última a entrar no forno era a chamada Baixada, porque a quantidade de massa usada era menor cozendo mais rapidamente. Colocava-se a bola da massa na pá polvilhada com farinha colocava-se no forno e de seguida dava-se uma pancada em cima da massa com as costas da pá fazendo a massa descer, depois ainda com a pá faziam-se uns talhos longitudinais na massa que fazia com que diminuísse ainda mais a altura. Faziam-se ainda os chamados bolos para as crianças, que eram broas pequeninas cozidas logo à entrada do forno. Depois de ter toda a broa dentro do forno com o rodo compunham-se as brasas deixadas na porta do forno para que o calor não saísse do forno. Havia vezes em que era necessário fazer mais algumas brasas para o forno não descair, era importante que o calor deixasse as broas coradas e cozidas. Depois da fornada da broa era aproveitado o forno e as restantes brasas para assar batatas com pele e numa telha de canudo eram assadas sardinhas passadas pela farinha de milho junto à entrada do forno que depois eram comidas com as batatas e azeite, e a baixada sempre comida no próprio dia, no fim das atividades, bem regados com o copo do vinho palheto lá de casa. Esta era uma das refeições que o Gandarês adorava, com certeza pelo seu sabor mas, também, por só a comer quando se cozia a broa.

A baixada estava relacionada com um outro tipo de alimento confeccionado na Gândara. As sopas de cavalo cansado eram muito frequentes em Portugal e na zona da Gândara não era diferente. Em tempos difíceis em que a broa era feita de 15 em 15 dias dependendo do tamanho da família. Na Gândara as sopas de cavalo cansado eram feitas com broa, mais propriamente com a baixada. Existiam várias maneiras para as fazer mas as mais recomendadas eram as sopas cegas e as sopas de cavalo cansado de baixada.

Para as sopas cegas era necessário azeite, alho, água, e baixada. Num alguidar colocava-se a água quente o azeite e os dentes de alho laminados, depois esfrela-se a baixada ainda quente e junta-se tudo mexendo bem. Tapava-se e deixava-se ficar a ressuar uns minutos. Ficava com a consistência de uma sopa e comia-se á colher.

Para as sopas de cavalo cansado deitava-se o vinho no alguidar juntamente com o açúcar de seguida a sopa de baixada ainda quente, mexia-se bem e comiam-se á colher.

Existiam ainda as sopas de pão em vinho tinto e açúcar que eram dadas às mulheres quando tinham os seus filhos para fazer leite. Quando estavam grávidas saciavam-se com as

primeiras as sopas cegas que não possuíam vinho. Eram essas as sopas dadas às crianças também.

Na Gândara a mulher quando dava á luz tinha um tratamento especial, como a mortalidade era muito elevada todos tinham cuidados especiais para que tudo corre-se da melhor forma, davam á mulher caldo de Canja de galinha, um cálice de vinho do porto, um café forte e um pedaço de broa de milho para que ela anima-se e se fortalece-se. No primeiro mês a mulher não trabalhava, alguém da família fazia as suas atividades para que ela pudesse descansar, e durante esse mês havia a tradição de todas as vizinhas oferecerem pão á mulher que tinha tido bebé. Uma outra tradição que se conta na aldeia pelas pessoas de mais idade é que quando se levava os filhos para as terras ainda bebés por vezes eles choravam tornando o trabalho das mulheres mais difícil, então faziam “chuchos” de broa e marmelada, pegavam num bocado de tecido limpo e dentro colocavam as migalhas da broa com a marmelada, enrolavam e atavam o pedaço de tecido de forma a fazer uma pequena bola e colocavam na boca do bebé que assim se ia mantendo calado.



Figura 28 - Ti Laudina a retirar uma broa do forno: Foto de <http://soudagandara.blogspot.pt/01/04/2009>

III Capítulo - DO MAR À TERRA

A agricultura no território da Gândara

A Gândara sempre foi um território predominantemente de agricultores ao longo dos séculos.

Desde muito cedo e recuando a tempos remotos sabemos que a posse e exploração de campos e terras determinam a condição social da pessoa e a sua riqueza. Por isso assistimos ao longo dos séculos a uma luta pela conquista e ocupação destas terras para que se pudessem cultivar. Durante muito tempo o homem Gandarês viveu essencialmente destas terras de agricultura e do que nelas produzia, é esta ligação que o homem tem com a terra e na forma que este faz dela a sua atividade agrária, nos instrumentos que usa e nas suas práticas diárias que encontramos impressões culturais que persistem ao longo dos anos. A produção de cereais era essencial e ocupou durante muitos anos um papel predominante, por um lado para fazer face às necessidades da população para se alimentar e por outro era objeto de rendas e proveitos para o estado. Na Gândara do século XII os agricultores povoavam o território mediante pagamento de rendas ao senhor.

A Gândara era um território de terras inóspitas que o Gandarês foi ao longo dos anos transformando em terras produtivas e férteis, e com água abundante. O agricultor gandares estava dependente do calendário agrícola, durante vários séculos só se falava dos alimentos ligados ao calendário, todos sabiam quando se semeava, apanhava e comia determinado alimento, associava-se facilmente os alimentos às estações do ano, ou até mesmo às épocas festivas, como o natal, carnaval, etc... assim como se relacionavam os alimentos também ao calendário religioso comendo-se tendo em conta os dias magros e os dias gordos na quaresma ainda hoje se tem o costume em algumas povoações de fazer o dito jejum ou pelo menos não comer produtos gordos, associados às carnes e enchidos, dando preferência a peixes. Também os médicos recomendavam que se comesse os produtos da época por serem mais frescos e saudáveis, e pelo fato de os alimentos de Inverno serem mais pesados para poderem colocar o organismo em funcionamento mais tempo e permitir que se sinta uma maior saciedade, o corpo ficava mais mole, menos funcional exigindo maior descanso e por isso mais preguiçoso, enquanto que os alimentos de verão seriam mais frescos e leves,

permitindo ao corpo que se mexe-se mais, que digeriria-se mais rápido os alimentos, ficando-se mais ativo, mais desembaraçado, mais vivo e até mais alegre, MONTANARI, Massimo afirma que:

“... Também os médicos (de Hipócrates em diante) recomendavam esta correspondência: beber e comer frios nos meses quentes, beber e comer quentes nos meses frios, com todas as possíveis variantes deste jogo...”⁷⁰

Assim sendo a Gândara era dominada pelo seu calendário agrícola e religioso, e o Inverno era doloroso de baixa produtividade, sendo necessário a procura de alternativas à agricultura da zona.

Quando chegava o Inverno as produções agrícolas eram muito menores e os que só viviam da agricultura e só sabiam fazer isso eram chamados de “jornaleiros”⁷¹(CUPIDO, Mário 2006, p.195), tinham de procurar trabalho noutras zonas do país principalmente para as colheitas do Alentejo para fazer face às suas necessidades e as da família. A estes homens, que iam rumo ao Alentejo à procura de novos meios de rendimento, chamavam-lhes rancho.

A agricultura em Portugal na primeira metade do séc. XX era essencialmente rural, os centros urbanos eram áreas pequenas administradas pela população agrícola, uma minoria de famílias senhoriais, proprietários e lavradores endinheirados e uma multidão de servas e servos da agricultura que trabalhavam por um pedaço de pão. A maioria da população vivia no campo, o país e a economia dependia desta população como diz Baptista, Fernando (1996: 49), “... em meados deste século, o futuro do país ainda estava, aparentemente, em debate: industrialização ou agricultura”⁷².

Portugal era um país pobre com a maioria da população a viver da agricultura e uma lista de analfabetos de cerca de 80% da população. Na zona da Gândara as coisas não eram diferentes, a pobreza era extrema, as famílias eram bastante numerosas, era comum haver de oito filhos para cima havendo famílias com catorze, e dezasseis filhos, a taxa de mortalidade infantil também era muito elevada.

⁷⁰ MONTANARI, Massimo – A alimentação como cultura (Abril de 2006), p. 58

⁷¹ Jornaleiro corresponderá ao “Laborator” da carta de povoamento de 1183, respeitante à Ermida de Santa Maria de Mira por CUPIDO, Mário- Em busca de identidades- Aspetos Etnográfico-Históricos de Mira; CEMAR MIRA 2006, p. 167

⁷² BAPTISTA, FERNANDO OLIVEIRA (1996) - "Declínio de um Tempo Longo", in Brito, Joaquim Pais de, e outros (coord.), *O Voo do Arado*, Museu Nacional de Etnologia, Lisboa, pp. 35-75.

A vida, os dias, o tempo, as sementeiras, tudo era controlada pelo tempo que o sol demorava desde nascer até se pôr. A casa Gandraesa era gerida pela mulher mas esta além de mãe e mulher também tinha um papel importante na agricultura, principalmente quando o marido emigrava, ou quando ia para a pesca, que ficava ela a tomar conta dos animais e das terras. A abundância de alimentos era pouca, o peixe era o das praias da região, a carne matava-se o porco em Dezembro e tinha de chegar para o ano todo até se matar o próximo, as frutas só as que se colhiam das árvores e na sua época, e as verduras igual. Não existiam frigoríficos, conservavam-se as coisas através da salga e da fumagem, e tudo o que era fresco só se apanhava o que se consumia. As raparigas tratavam da casa, do gado e das terras, andavam sempre acompanhadas porque naquele tempo a seriedade das mulheres era requisito principal para se arranjar marido e casar. Os rapazes esses sempre tinham mais liberdade, mas não escapavam à vida dura de pescador ou agricultor, assim que completassem os seis anos lá iam eles trabalhar para o campo.

No fim do século XX a agricultura e a pesca foram muito afetadas pela entrada de Portugal no mercado comum em 1986, que fez com que estas duas atividades começassem a ser administradas por acordos estabelecidos por esta entidade Europeia. Uma constante desta organização era a de vigência da política agrícola comum típica de países do Norte, impulsionados pelo liberalismo económico e com ele fortalecendo o princípio de retomar as orientações desaparecidas no campo agropecuário, devido às muitas devastações causadas durante a II Guerra Mundial. Esta política, sendo mais rigorosa e com superior domínio estrutural, voltou-se mais para os países do norte, e com o abandono e esquecimento da agricultura praticada pelos países do Mediterrâneo, de entre os quais Portugal era aquele que apresentava uma agricultura menos desenvolvida da Europa. Esta organização pretendia a recuperação política, económica e urbanística europeia, para gerar desigualdade que beneficiasse em especial os países mais fortes através de produções intensivas, por isso não houve uma coesão agrícola na CEE, privilegiando claramente os países do Norte e centro Europeu. Entre 1989 e 2015, as explorações agropecuárias tem vindo a deixar de funcionar, sendo que por consequência a população ativa deste setor apresentou grande redução, uma perda de muitos trabalhadores, que se voltam para a emigração para as cidades e para o litoral. A verdade é que as políticas económicas escolhidas condicionaram o País à conveniência do capitalismo global agroalimentar. O grandioso capital predominante no mundo forçou o seu papel e o controlo do comércio alimentar, mediante a obrigação de

valores, sobretudo entre as enormes redes de supermercados, com os inevitáveis resultados de igualdade sobre a qualidade das dietas alimentar.

1. Os principais produtos agrícolas

A alimentação das gentes da gândara era pobre e com bastantes carências e tinha no mar e na terra as suas fontes principais. O povo trabalhava sobretudo numa agricultura de subsistências na parte litoral a batata e o milho eram predominantes, em Montemor-o-Velho até à Figueira da Foz. De facto, a sul da Gândara eram os Campos do Mondego, com o seu arroz, que prevaleciam.

Os costumes alimentares estavam profundamente aliados ao período natural das culturas agrícolas que dependiam do tempo cósmico. Comia-se o que se produzia nas terras: batatas, arroz, milho, cevada, centeio, feijão-verde e seco, favas, ervilhas, repolhos, couves, nabos, abóboras, e frutos das árvores como a maçã, a pera, a tangerina, os figos, a laranja, e as uvas. A alimentação da região da Gândara era em muito semelhante à alimentação usada na Idade Média.

Segundo o que a doutora Maria Helena Coelho, nos transmitiu numa das suas aulas, a partir do séc. XIV e XV deu-se o maior consumo de legumes da toda a Idade Média influência e herança da presença árabe na cultura dos legumes. Existiam vários tipos de legumes a fava a ervilha, o feijão-verde, o grão-de-bico e a vagem já eram legumes bastante utilizados na época. As principais verduras ou hortaliças como a couve, alface, espinafres e legumes que se desenvolviam acima da terra também eram bastante importantes na alimentação da idade média acreditando-se que este tipo de legumes que nasciam acima da terra era muito mais puros. Raízes que se desenvolviam debaixo da terra como nabo ou rábano eram também consumidos principalmente pelas classes mais pobres apesar de estas duas serem consumidas também nas classes mais altas aparecendo na mesa dos reis. Os legumes muitas vezes eram usados de forma socialmente diferenciada, distinguindo classes sociais. As hortaliças eram consumidas pelas classes mais altas, destacando-se a alface e as couves muito consumidas por toda a população e pelos reis. As cebolas, os alhos e a cenoura eram igualmente muito consumidos, apesar de serem raízes, pois entravam na confeção dos pratos e eram a base da confeção para quase todos os pratos que se confecionavam. Note-se que existiam algumas regras para os senhores de maior posse, nenhum senhor comia fruta do chão – somente a fruta colhida das árvores.

As lentilhas tinham uma conotação muito baixa e eram consideradas a pior leguminosa e por isso só eram consumidas pelas classes mais baixas. Já nessa época existia uma grande variedade de legumes o alho a cebola, a couve o rábano, o nabo, a alface, a salsa, o feijão, as favas, a beringela, a acelga, a cabaça, o tremçoço, o grão-de-bico e as lentilhas, todos eram consumidos. A Venda de legumes na Idade Média era feita por mulheres, regateiras era a designação para as mulheres vendedeiras, que vendiam nas bancas e nos mercados ou ainda de porta em porta, as regateiras podiam ser Verseiras aquelas que vendiam legumes e hortaliças e ou fruteiras aquelas que vendiam frutas.

Também se consumia fruta na Idade Média, comia-se por gosto mas devia ser ingerida com moderação, esta era a sensibilidade da época. Distinguiam-se dois tipos de fruta as frutas fugazes e as frutas das árvores, a fruta fugaz só havia em determinada altura do ano, as que não eram de árvores eram consideradas mais desprezíveis como por exemplo o melão e a melancia entre outras que nasciam junto ao solo.

Como fruta das árvores tínhamos a maçã, a pera, a uva, o figo, entre outros, eram as frutas mais apreciadas e tidas como mais nobres e melhores aquelas que muitas vezes iam à mesa dos nobres. A fruta era consumida como sobremesa nas classes mais aristocráticas, ou era servida incluída numa pequena refeição a que se chamava fruta e vinho pequeno lanche/refeição, leve e ligeiro, composto por fruta e vinho e ainda alguns doces ou confeitos (doces parecidos com as nossas atuais amêndoas, feitos com diferentes frutos como a noz, o pinhão a romã, figo etc..)

Também se consumia fruta sob a forma de compotas e doces pessegada, marmelada, e a perada muito apreciadas. Destaque para a castanha porque era um substituto do pão nas montanhas – comia-se a castanha fresca ou seca. A plantação do castanheiro foi incrementada fortemente nesta época. Também tínhamos o sobreiro – que nos dava, por um lado, a bolota para alimentar o gado suíno e, por outro, a madeira/lenha (necessária para cozinhar, para fazer mobiliário, barcos, utensílios de mesa e de cozinha, utensílios agrícolas, etc..) e ainda a cortiça (utilizada para fabrico de rolhas, utensílios ou recipientes para vinho etc. As mulheres estão muito presentes nos trabalhos ligados à apanha da fruta e dos legumes que é uma tarefa entendida como uma extensão das tarefas domésticas.



Figura 29 - Balança antiga, foto de Marisa Miranda (2015)

1.2. A batata

As batatas são um dos alimentos de maior consumo na zona da Gândara e também um dos que ocupa maior território. “A batata é proveniente da Cordilheira do Perú e do Chile, e só chegou à Europa a partir da segunda metade do século XVI(1565).”⁷³CUPIDO, Mário 2006,p.228

Depois dos Espanhóis terem conquistado a América a batata começa a ser inserida noutras áreas, especialmente na Europa e na América do Norte. A batata na região da Gândara sempre foi considerada um alimento pertencente à base da alimentação quotidiana, todos a semeavam como fonte de abastecimento próprio, porque era uma alimento que se conseguia guardar e armazenar em boas condições de uma época até outra e permitia produzir mais do que aquela que se consumia e vender assim alguma criando ainda uma fonte de rendimento extra para a família.

⁷³ CUPIDO, Mário – Em busca de Identidades, 2006, p.228

A vida das pessoas da Gândara gira em torno da sua atividade agrícola e do cumprimento do calendário agrícola. Quando chegava a época de semear as batatas em Fevereiro, pedia-se aos vizinhos normalmente às mulheres se podiam “trocar tardes”⁷⁴.

Os terrenos da Gândara são bastante arenosos e por isso era necessário fertilizá-los bem para que a safra fosse produtiva, o fertilizante mais usado era o estrume dos próprios animais. A empreitada iniciava-se logo pela manhã e o jantar que corresponde ao almoço de hoje era nas terras. A mulher preparava em casa logo pela manhã cedo a refeição, broa de milho, torresmos, arroz de feijão, enchidos quando os havia, azeitonas curtidas, vinho palhete, e água da fonte, a refeição dependia dos alimentos disponíveis. Colocava tudo nos açafates e carregava na carroça dos bois, junto com as alfaias agrícolas e as batatas de semente. Durante a manhã trabalhavam todos a um ritmo certo, paravam para jantar⁷⁵, na terra eram estendidas mantas de retalhos e esteiras, colocado o jantar em cima e todos se reuniam à volta para desfrutar desta pausa, aproveitando para descansar um pouco, para por a conversa em dia e para cantarolar as canções da moda. Os solos arenosos da Gândara aguentavam bem as águas de inverno, escoando com facilidade, só quando chegavam à primavera é que era necessário regar as batatas se fosse um ano seco e de calor intenso. Enquanto a batata está no período de desenvolvimento a água era essencial ao seu crescimento mas as geadas e as pragas podiam ser inimigas, sendo necessário vigilância para proteger a safra. Quando se chegava a Maio ou Junho a planta começava a ficar de folhas amareladas o que significava que tinha atingido o seu ponto de maturação e estava pronta para a apanha. O estado e a qualidade da batata era importante para poder ficar guardada até à colheita seguinte.

1.3. Os Grelos e os nabos

Os grelos são um dos legumes típicos do concelho de Mira, inserido na região da Gândara. O solo da Gândara arenoso e o micro clima da zona favorecem as condições necessárias para cultivar este legume. Não se sabe ao certo quando se iniciou esta cultura, sabemos que na Idade Média ele já era um legume bastante apreciado, segundo MONTANARI e FLANDRIN, (1996) eram cultivados nas hortas perto das casas nas aldeias e cidades de forma bastante

⁷⁴ Trocar tardes era uma forma de se conseguir ajuda para fazer o trabalho que se tinha sem ter de pagar a alguém, hoje o vizinho trabalha para mim, amanhã trabalho eu para ele, era o sistema mais usado na Gândara.

⁷⁵ Jantar- Nesta altura na Gândara chamava-se Jantar á refeição do almoço.

intensiva, assim como nos campos “ ... em especial o nabo, também cultivado em grandes superfícies em campos abertos...” ⁷⁶MONTANARI, Massimo e FLANDRIN, Jean-Louis (1996, p.256)

Na Gândara sabemos que já os havia nos anos 40 porque ainda existem pessoas que o podem confirmar, crê-se que esta cultura se deu por causa da imigração da maioria dos homens da zona na altura do Inverno para outras zonas do país especialmente o Alentejo, onde podiam ganhar algum dinheiro na agricultura, deixando as mulheres e os filhos desamparados à sua sorte numa altura em que a carência de alimentos era muita, tornava-se difícil passar o Inverno com o pouco que se tinha para armazenar. Com isto as mulheres e homens gandareses normalmente os mais velhos, que ficaram nas aldeias foram experimentando novas culturas para tentar aumentar os alimentos para passar o Inverno, como os nabos querem muita água depressa se deram nestas areias soltas e quase estéreis, onde a água não faltava. Os nabos eram resistentes ao frio do Inverno e gostavam da abundancia de água, quando cresciam davam umas folhas verdes a que chamavam de grelo, que depressa foi ingrediente muito apreciado na zona. Os nabos e os grelos eram um alimento apreciado na zona da Gândara, e valorizava a sua gastronomia, o grelo era nomeadamente para acompanhar a carne e os peixes enquanto o nabo era mais apreciado para sopas e caldos, ou cozido com peixe e batatas. Os grelos são um vegetal bastante cultivado e consumido tradicionalmente pelo povo rural do centro e norte do País. Existem variedades regionais que se cultivam no Outono e no Inverno que são bastante antigas e resistentes a temperaturas baixas.

Hoje em dia, estes legumes são utilizados em numerosos menus gastronómicos e eventos gourmet nacionais e Europeus. O interesse renovado nos legumes tradicionais e criados em ambientes de hortas e campos rurais, tem os seus potenciais benefícios para a saúde e para o restabelecimento de costumes e hábitos de consumo de alimentos conhecidos, que podem colaborar para o incentivo do agricultura e venda a valores justos para produtores e consumidores.

O Nabo é legume tão valorizado e apreciado na zona da Gândara, digno de uma Confraria, a Confraria do Nabo e Companhia, de Carapelhos, que faz a sua divulgação além-fronteiras. Os nabos integram também as tradições locais destas aldeias, com a festa da Senhora da

⁷⁶ MONTANARI, Massimo e FLANDRIN, Jean-Louis – História da Alimentação, Dos primórdios á Idade Média, edição Terramar (1996), p. 256

Conceição que é a festa das cabeças de nabo, é a padroeira dos Carapelhos e celebra-se a 8 de Dezembro. A Confraria usa este legume como copo, abrindo o nabo e tirando o seu interior, enche-o para o ritual de entronização dos confrades. Dedicado a este legume existem também várias festas, festivais e feiras desde os Carapelhos, Mira, e toda a zona da Gândara, até à Cordinhã, a Macedo de cavaleiros e mesmo até à Galiza onde existem varias iniciativas a promover este legume e a gastronomia a ele ligada. Da Gândara mais precisamente de Carapelhos saem camiões carregados deste legume para os mercados estrangeiros. Da confraria saem ideias de divulgação, saberes e sabores de um alimento tão importante na gastronomia desta região. Da associação de produtores de Grelos dos Carapelhos saem as feiras e a divulgação do produto. Do povo sai o trabalho e a dedicação a estes campos de cultivo dos grelos e nabos, a que se dedicam a maioria das famílias desta zona.

1.4. A abóbora

A região da Gândara é profundamente rural com uma agricultura predominante no território do tipo intensivo com ocupação permanente do solo, com bastantes terras arroteadas na segunda metade do século XX.

A abóbora existe na Gândara desde sempre as primeiras sementes terão vindo com os primeiros habitantes desta região. Existem vários tipos de abóbora sendo que na região a mais utilizada era a abóbora Porqueira: Usada para os animais e também para os humanos, era uma abóbora grande de 6 a 12Kg amarela por dentro, verde e um pouco rugosa por fora apreciada pelo seu sabor, e por ser bastante produtiva com sementes de qualidade e fácil de se dar em terras arenosas. A abóbora-menina, outra variedade, podia chegar dos 6 aos 20 kg aproximadamente era cor de laranja, com uma forma achatada e bastante apreciada para fazer doces típicos da zona como filhós ou para fazer papas de abóbora que eram feitas com farinha de milho e bastante apreciadas pelas populações.

Na região da Gândara são semeadas entre abril e Junho dependendo do tempo que se faça sentir, mais ou menos a uma profundidade de 5 cm, normalmente colocam-se duas ou três sementes em cada cova para a eventualidade de alguma não germinar, depois de nascerem debastam-se colocando uma em cada cova. As abóboras na região da Gândara normalmente são cultivadas em consociação com a cultura do milho e do feijão, porque cedo se descobriu que era vantajoso para as três culturas sendo que a abóbora é rasteira ao chão evitando o aparecimento de pragas e fixando a humidade no solo, o feijão é uma cultura de trepadeira

mas fixa o azoto no solo onde se semeia a abóbora e o milho. O milho serve como protetor para o feijão.

A abóbora era além de apreciada também um meio de subsistência nesta região da Gândara. Na zona da Gândara em Soza uma freguesia pertencente ao concelho de Vagos tem uma confraria da abóbora que defende e promove este legume.

1.5. O milho

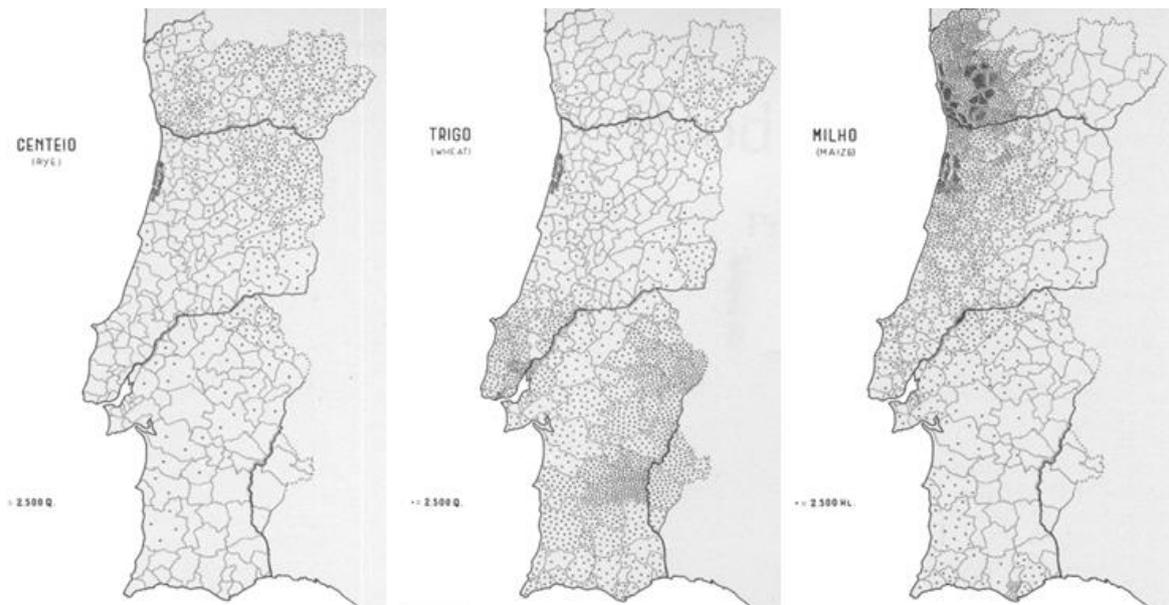


Figura 30 - Amorim Girão, Atlas de Portugal, 1958

Os cereais na alimentação dos portugueses em geral e dos gandraeses em particular eram muito usados eram a base da sua alimentação. A maioria dos campos da gândara eram ocupados com o milho este cereal dominava. Esta cultura de milho predomina nas regiões de Entre Douro e Minho, Beira Litoral, Ribatejo e Oeste. É este o cereal com maior valor e volume de produção. Até ao séc. XIX a maioria das pessoas vivia dos campos e da agricultura contudo a produção era pouca e por vezes não chegava para alimentar toda a população. Com as novas leis, nos meados do séc. XIX, os campos incultos (terrenos agrestes e utilizados por todos os habitantes do lugar) começaram a ser habitados e cultivados. A área cultivada também aumentou com o desenvolvimento de terrenos arenosos no litoral. Até ao séc. XIX, os solos eram divididos em pequenas partes e uma delas, rotativamente, ficava em descanso, em pousio, para se poder renovar. No séc. XIX, o cultivo da batata dispensou o

pousio. Esta planta não desgasta a terra que, por isso, passou a ser ocupada, todos os anos com culturas alternadas como o milho.

Na Gândara os cereais eram vendidos nas feiras ou a pequenos comerciantes que iam passando de porta em porta a comprar, o cereal que ficava para consumo familiar, levava-se ao moleiro a moer, este trazia de volta os sacos de farinha que eram racionados para durar até à próxima produção, sem que faltasse a broa na mesa e o cereal para os animais.

Do milho fazia-se uma iguaria muito apreciada na gândara, as papas de milho ou papas de abóbora que eram bastante consumidas pelo povo. As papas eram feitas de várias maneiras desde um fundo de azeite com toucinho ao qual se juntava a farinha de milho e se deixava cozer, ou juntando a farinha a um caldo de sopa ou de cozido. Mas a forma que mais se apreciava as papas era fazê-las com abóbora-menina porque esta deixava um sabor adocicado, estas papas eram ainda apreciadas com os torresmos do porco ou com uma sardinha salgada e frita. Para as papas de abóbora cozia-se primeiro a abóbora muito bem e com a ajuda de um garfo moía-se como se conseguia, depois juntava-se essa papa na panela do caldo de cozer a abóbora e com uma mão ia-se juntando a farinha de milho enquanto com a outra se ia mexendo com uma colher de pau. Depois de bem cozidas viravam-se para uma travessa ou prato e deixavam-se arrefecer um pouco, o seu cheiro era agradável e todos desde crianças a adultos eram gulosos por esta iguaria. O que sobrava na panela e quando sobrava era aproveitado no dia seguinte. A mulher gandraesa já fazia sempre a medida das papas um pouco maior do que a que sabia comer-se para que sobrassem para o dia seguinte. Era um petisco no dia seguinte, aquecidas com um pouco de banha de porco numa “Péla”⁷⁷. Além das papas de abóbora existiam também as chamadas papas brancas que tinham um método de confeção muito parecido, consistia em colocar uma panela de água a ferver, juntar a farinha de milho em quantidades pequenas de cada vez, mexendo sempre, depois juntava-se uma colher de banha de porco umas pedras de sal e estavam prontas. Faziam-se também as papas de farinha de milho com a cabeça do porco a seguir á matança. Às papas brancas e da cabeça do porco podiam-se chamar nomes diferentes conforme a localidade onde se estava, entre eles papas Labersas e papas pilordas. Todas elas tinham em comum a farinha de milho e a água ou caldo de cozedura de outro ou outros ingredientes.

⁷⁷ Péla era o nome dado a um sauté ou frigideira.

1.6. A oliveira e o azeite

As primeiras oliveiras que há registo são do mediterrânico, era uma espécie brava de cor avermelhada e espalhava-se por todo o território.

“A *Olla chrysoylla*, uma espécie brava de oliveira, de cor avermelhada, havia-se espalhado espontaneamente a partir da zona central Mediterrâneo, ao longo das suas costas norte e sul, incluindo Marrocos e toda a África. Não podemos portanto afirmar que seja exclusivamente oriunda do Crescente Fértil, mas apenas que aí foi aperfeiçoada, o mesmo tendo acontecido com as técnicas de prensagem.”⁷⁸

AGUILERA, César- (1997, p. 19)

O domínio de oliveiras e azeite encontra-se ainda hoje no mediterrâneo. Encontramos três gorduras muito usadas na alimentação a manteiga proveniente do leite, a banha proveniente do porco, e o azeite proveniente da oliveira. A gordura mais usada na região do mediterrâneo era sem dúvida o azeite e de seguida a banha do porco por ser de fácil acesso e mais barata. No Mediterrânico o azeite é, por excelência, um dos alimentos mais valorizados da nossa agricultura, encontrando-se em toda a região. A produção manifesta enormes mudanças de safra para safra dado que é regulada pelas circunstâncias meteorológicas precisando de Verões quentes e secos. Em Portugal os maiores valores de produção atualmente registam-se no Alentejo, Trás-os-Montes e Beira Interior. Nos últimos anos tem existido uma nova dinâmica em consequência das novas áreas de olival e pelo fato de se tratar de um setor estratégico no programa de desenvolvimento rural.

Na Gândara a situação era semelhante usava-se a banha de porco em maior quantidade por ser mais barata e usava-se o azeite mas com moderação por ser uma gordura mais cara e menos acessível.

A maioria da produção de oliveiras situava-se no concelho de Cantanhede por ser o melhor solo para o seu cultivo. Na zona de Mira, Vagos e Figueira da Foz, o terreno era demasiado arenoso e o ar do mar não deixava que a oliveira se desenvolvesse bem. Existiam oliveiras neste território mas em muito menor quantidade e qualidade que em Cantanhede. Outro concelho onde existiam oliveiras era o de Montemor-o-Velho.

⁷⁸ AGUILERA, César – História da Alimentação Mediterrânica (1997, p. 19)

2. Um território de areias vizinho do mar

Da gândara faz parte uma grande área do centro litoral, o mar faz parte da vida destas gentes. Desde da formação destas terras estéreis em campos de cultivo e aldeias de palheiros à beira-mar que o homem que habita este litoral se dedica ao mar. Assim nasceu, cresceu e morreu a viver do mar, a respirar o mar, a alimentar-se do mar. Ninguém conhece melhor o mar, as areias, os ventos e tudo o que a ele se relaciona se não os pescadores dessas aldeias piscatórias. O mar foi durante muito tempo o meio de sustento destas pequenas localidades. A ocupação humana destas terras junto ao mar remonta a tempos muito antigos, mas a colonização deu-se a partir do século. XVI sobretudo para a pesca e atividades que dela derivassem, no fim da temporada de verão os agricultores, pescadores, comerciantes e outros envolvidos nesta arte partiam justificando os pequenos focos de povoados junto ao mar. Já nos anos 1950 e 60 começou-se a valorizar o turismo e a fixação das populações nas zonas costeiras.

2.1. O peixe enquanto elemento central na alimentação gandraesa

O peixe era bastante consumido na parte litoral da Gândara, junto ao mar as populações que viviam da pesca eram as que mais peixes consumiam, mas a restante população da Gândara também era consumidora de peixe, com bastante frequência. De inverno, quando diminuía ou desaparecia por completo o peixe fresco pelas condições do mar, homens e mulheres viravam-se para a agricultura. Durante o inverno o peixe consumido pela população da Gândara era sobretudo salgado, antes de se deixar de ir ao mar pescar enchiam-se as salgadeiras. Durante o Inverno uma sardinha salgada assada na brasa com um fio de azeite, um pedaço de broa de milho e um copo de vinho completavam os dias frios.

“Sardinha – tem continuado a haver grande abundância de sardinha nas praias da Mira e Tocha, motivo porque tem barateado.”⁷⁹(O Jornal de Cantanhede)

Estes ingredientes eram muitas vezes associados á religião, o peixe e o seu milagre de multiplicação, o pão de cristo, o vinho ou sangue de cristo e o azeite da luz e presença de cristo.

⁷⁹ O Jornal de Cantanhede nº651 de 7 de Dezembro de 1901

O peixe sempre desempenhou um papel importante na gastronomia da gândara no entanto nas populações, mais para o interior o consumo era ligeiramente inferior visto que o transporte era complicado demorava-se algum tempo a chegar ao destino e o peixe era um alimento bastante perecível.

2.2 As carnes

O Porco é considerado um dos mais velhos animais conforme Kenneth F. Kiple, nos afirma no seu livro *Uma História Saborosa do Mundo*. O porco numa primeira época era um animal selvagem, comendo o lixo que as pessoas deixavam era considerado um animal que mantinha a higiene das aldeias e cidades, as pessoas comiam-no e achavam a sua carne boa, usavam também a sua pele. A vantagem dos porcos era que facilmente era grandes reprodutores. No entanto Kenneth F. Kiple afirma-nos que os porcos poderiam trazer vários problemas:

“Precisam, por um lado, de sombra e peles húmidas para prevenir choques de calor, pelo que são esquisitos com os lugares. Além disso, não produzem leite, não puxam carros nem arados, são difíceis de levar a pastar e, em vez de comerem erva, consomem muitos dos mesmos alimentos dos humanos.”⁸⁰ (2008,p.38)

O consumo de carne na Gândara era na sua maioria a do porco. O porco era um dos animais que se criava só para dar carne não tinha nenhum outro fim, talvez por isso o seu consumo fosse bastante mais elevado que as restantes carnes. Criavam-se também coelhos, galinhas, frangos, e patos criavam-se para comer e para por ovos, que eram uma das fontes de rendimento. Os animais de porte mais pesado como as vacas leiteiras e os bois raramente eram para consumo. Como eram animais de trabalho eram vendidos e trocados por outros melhores e mais novos sempre que o dinheiro o permitia.

2.3 O porco e a tradição da matança

Durante muitos anos a carne de porco atingiu uma relevância essencial na economia familiar e funcionou como princípio na aceção de um genuíno regime de abundância, de tal forma que se praticava um género de concorrência, sustentada por uma surda competição, provocando, cada um, a matar o porco mais pesado, utilizando as reservas de milho para

⁸⁰ KENNETH, F. Kiple – *Uma História Saborosa do Mundo*, Dez milénios de globalização alimentar, 2008,p.38

fazer a farinha que iria alimentar o animal, cultivando na horta as abóbora, couves, e nabos, tudo para que desse o maior porco.⁸¹

A carne de porco era extremamente importante na mesa do gandarês, quando existiam Invernos rigorosos muitas vezes este era uma forma de sustentar a família. A matança do porco era um pretexto para juntar a família e os amigos era uma festa de sociabilização. A carne do porco representava para as populações da Gândara a maior fatia de consumo, juntamente com o milho e os cereais. Na véspera da matança cozia-se a broa de milho e depois da matança faziam-se umas papas de farinha de milho com a cabeça do porco.

O porco era sem dúvida a nível alimentar um dos principais animais consumidos, e aquele que se consumia por inteiro, a sua carne era extremamente apreciada por todos os Gandraeses.

“Por alturas do Natal, começa a matança. Ao romper da manhã, a paz de cada povoado é subitamente alarmada. Um grito esfaqueado irrompe do silêncio. Dias depois desmancha-se a bizarma e um pálio de fumeiro cobre a lareira”⁸² TORGA, Miguel (1950)

Quando se chegava ao Inverno normalmente antes do Natal matava-se o Porco, sempre na fase da lua apropriada pois acreditava-se que a matança feita sem ter em conta a fase da lua certa podia fazer com que a carne do porco se estragasse, era uma prática generalizada por toda a gândara e até possuía uma expressão tipicamente usada pelo gandarês “andar de matança”, que significava andar o dia todo atarefado com a matança do porco e não disponível para outras lides ou tarefas. Quando se matava o porco em casa de um Gandarês era frequente que a família convidasse os amigos e familiares mais próximos para ajudar, a matança era tida como uma festa. De manhã bem cedo chegavam os homens que primeiramente se reuniam na adega para matar o bicho, ou seja beber um copo de aguardente. De seguida preparava-se o carro dos bois onde se mataria o porco, afiava-se a faca e procurava-se a corda que serviria para atar o animal. De seguida entrava-se no chiqueiro do curral do animal e trazia-se o porco com uma folha de couve á frente para que este que estava em jejum do dia anterior, corre-se atrás com fome e viesse para onde o queriam trazer. Depois de finalmente se conseguir trazer o porco até à carroça dos bois, com

⁸¹ <http://www.sardoalmemoria.net/home/memorias-gastronomicas/4-matanca-do-porco>; consultado a 24/01/2015

⁸² Miguel Torga - in “PORTUGAL”, Coimbra 1950

o animal sempre a grunhir bem alto, os homens pegavam nele à força e deitavam-no na carroça com a cabeça para a parte mais baixa para que o sangue assim escorresse mais facilmente, de seguida atava-se o animal ao carro e lavava-se a zona onde se espetaria a faca com água bem quente. De seguida espetava-se a faca com um alguidar por baixo da goela do porco para aparar o sangue. O sangue era logo aproveitado para deixar coalhar para o sarrabulho e ao restante juntava-se vinagre para não coalhar para mais tarde fazer as chouriças de sangue. De seguida procedia-se á queimada do pelo do porco, espalhavam-se agulhas de pinheiro por cima do animal já morto e pegava-se fogo, com cuidado ia-se ajeitando as agulhas a arder de volta do animal de forma a queimar todos os pelos e as cerdas do porco. Além de queimar os pelos e as cerdas do bicho este procedimento servia ainda como forma de desinfeção da pele do animal matando parasitas, e micro organismos que a ele pudessem estar agarrados. De seguida um dos homens pegava nas patas do animal arrancando as unhas para fora. De seguida com água, sal grosso e uma telha procedia-se á limpeza da pele do animal chamuscado, em deslocações para a frente e para trás até que o animal permanecesse bem limpo.⁸³ De seguida os homens pegavam no porco e colocavam-no em cima de uma nova camada de agulhas secas, e começavam o processo mais complicado de retirar a urina e os dejetos sólidos do animal, com cuidado isolavam as tripas de forma a retirar a bexiga e os intestinos sem romper e sem contaminar a restante carne do animal, era um processo realizado por quem sabia e estava já habituado a fazê-lo. Depois desta operação o porco era levantado pelos homens e levado até ao telheiro ou á adega, erguido à força de braços e de uma corda e atado ao barroto principal que sustenta o telhado com um pau de cerca de cinquenta centímetros colocado entre as duas pernas traseiras entre os ossos das patas e os tendões, que sustentava o porco de cabeça para baixo pronto a ser aberto. O homem responsável por matar o porco era quem geralmente o abria. Pegava na faca mais afiada que tivesse e fazia um golpe de cima para baixo na barriga do porco, depois puxava as tripas para fora que caíam no alguidar colocado anteriormente debaixo da cabeça do animal. Depois das tripas cá fora as mulheres iniciavam o mais rápido possível a lavagem das tripas. Transportando o alguidar de zinco à cabeça com as tripas dirigia-se com outras mulheres da família ao rio, ribeiro, ou vala mais próxima para iniciar logo a lavagem das mesmas sempre com água corrente para ajudar a levar os detritos para

⁸³ CUPIDO, Mário – Em busca de Identidades, 2006

longe. Refira-se, como curiosidade, que as mulheres em fase de menstruação, não podiam mexer nas carnes, nem tão pouco estar presentes ou olhar para o porco, porque se acreditava que o ciclo menstrual criava uma exalação especial que estragava as carnes. Em casa os homens continuavam o processo do desmanche do porco, retirando os miúdos, a bexiga, os pulmões, o coração, o fígado, o baço e os rins, depois de retiradas todas as miudezas o porco ficava umas horas a escorrer, para que no dia seguinte os homens pudessem desmanchá-lo. Realizadas estas operações era envolvido num pano branco, sendo colocado um prato no chão para recolher o sangue que ainda viesse a escorrer. Com o ato de suspender o porco acabava a participação dos homens no primeiro dia da matança. Aquecia-se água e lavavam-se as facas e as mãos, retirando-lhes a gordura. Os homens juntavam-se todos na adega a beber e a conversar até que a ceia estivesse pronta.



Figura 31 - Matança do porco, Foto antiga de Conceição André (1946)



Figura 32- Matança do porco e recolha do sangue para o sarrabulho, Foto de Maria Miranda- Dezembro de 1974



Figura 33- Foto de www.tradiçoesmatançadoporco

2.3.1 A ceia da matança

A ceia da matança era o acontecimento esperado o dia todo, desde as crianças aos adultos todos esperavam com ansiedade esta refeição confeccionada pelas mulheres da casa, era além de um prazer para as papilas gustativas um acontecimento de sociabilidade. As mulheres da casa iniciavam os preparativos logo a meio da tarde para que a refeição fosse preparada com o tempo necessário para que tudo corresse bem, à mesa juntavam-se todos os que tinham participado nesta festança. Colocavam-se mesas e bancos corridos, pedia-se loiça emprestada à família e vizinhos, normalmente prato, colher e caneca, recomendava-se de seguida às raparigas que metessem bem a mesa. As mulheres iniciavam o petisco á muito esperado o manjar era sarrabulho, pegava-se num pedaço de carne de entremeada, um pedaço da parte do porco onde se tinha espetado a faca, as sainhas⁸⁴, febras da barbela o fígado e o sangue que se tinha recolhido para o efeito. Iniciava-se então o dito sarrabulho, numa panela de ferro fundido negra de fuligem deitava-se o azeite as sainhas para que ficassem bem tostadinhas, depois juntava-se o alho ate alourar e as febras esperava-se algum tempo até que tudo ficasse bem dourado, de seguida juntava-se a cebola em rodela grossas, o louro, o sal, um ramo de salsa quando o havia e cobria-se com vinho branco, deixando-se apurar. Por último juntava-se o fígado cortado em pedaços pequenos e o sangue do porco previamente cozido, deixava-se cozer tudo e estava pronto. É de salientar que este prato demorava algumas horas a ser confeccionado não porque não o soubessem fazer mas porque era tudo feito no borrarho e o lume era com certeza brando. Para acompanhar o sarrabulho as mulheres coziavam uma panela de batatas abertas ao meio com pele. Depois da mesa posta e o sarrabulho pronto, todos se dirigiam à mesa passando primeiro pela bomba da água para lavar as mãos. Os homens tiravam os chapéus e todos se sentavam à mesa. O chefe de família agradecia ao senhor a refeição que lhes era apresentada e todos em coro se seguiam nos agradecimentos. Assim que era dado o sinal todos iniciavam a refeição.

⁸⁴ Sainhas – parte de gordura que envolve as tripas grossas do animal



Figura 34 - Febras de porco na brasa, panelas de ferro antigas com sarrabulho

2.3.1.1 A Desmancha

A desmancha do porco era realizada no dia a seguir à matança, com os convidados ou familiares mais próximos. A manhã iniciava-se um pouco mais tarde, com a ida à adega “matar o bicho” antes de começar. Os homens preparavam as facas e iniciavam a tarefa do desmanche primeiro retiravam-se as banhas os rins e os lombinhos, de seguida com jeito separavam-se os presuntos, retirava-se a cabeça as costelas que normalmente eram retiradas inteiras junto com a espinha e separavam o lombo e as costelas. De seguida iniciavam uma rigorosa intervenção em que eram cortadas as mãos. Os homens separavam por alguidares as gorduras, as carnes boas, e as carnes ensanguentadas. As mulheres pegavam nas carnes que haveriam de chegar para o ano inteiro e começavam a guardar na salgadeira. Enquanto isso outras iniciavam o processo de migar as carnes para os chouriços, geralmente as carnes que ficavam agarradas aos ossos e carnes miúdas. A carne “migada”

era colocada em grandes alguidares de barro, juntando-se-lhe alguns litros de vinho branco, uma pasta formada com alhos e calda de pimentão, que o ajuste definitivo do sal só era feito no dia da “enchedura”, sendo depois bem mexidas e calcadas, fazendo para terminar uma cruz e cinco pequenos buracos que significavam as cinco Chagas de Cristo e tapado o alguidar com um pano branco. O tempero referido servia para “mouras” e para os chouriços, ficando em repouso entre 48 e 72 horas. Depois de repousar eram enchidas as tripas e colocadas no varal a fumar. O que resultava da matança do porco seria ao longo do ano um relevante constituinte do sustento da família. Exceto na quaresma nos dias de jejum e abstinência que não se comia carne de porco. Quando chegava à hora da refeição as mulheres grelhavam as febras nas brasas e iam-se comendo junto com a broa, as azeitonas e o vinho, numa refeição muito mais aligeirada.

Mas a Gândara é também terra de bovinos.

2.3.1.2 A carne Marinhoa

As primeiras menções a esta raça são de autoria de Silvestre Bernardo Lima, confirmando que Marinhão "...é o nome que designa o gado que produz, cria e cria, trabalha e engorda em toda a Beira-mar do distrito de Aveiro e Coimbra, (...), nas terras da Gandra e das Marinhas".

É de notar que a raça de carne Marinhoa durante muitos anos foi usada para puxar as redes e trabalhar nas atividades agrícolas, sendo animais fortes raramente se matavam para o consumo, porque a sua vida de trabalho era necessária aos homens desta região para o trabalho diário.

A raça de animais Marinhoa é um cruzamento de duas raças de animais do tronco Mirandês com os animais Minhotos.⁸⁵ Esta raça de animais é de características distintas e únicas, são animais obedientes e doces, fáceis de serem comandados e de grande adaptabilidade por isso usados com facilidade nos areais das praias para puxar do mar as redes de pesca e na agricultura onde a necessidade de uma animal forte para as lavouras depressa o tornou

⁸⁵ Associação de Criadores da raça Marinhoa

insubstituível. Note-se que estamos a falar de um animal que possuía pernas altas e força bruta e que muitas vezes era usado como animal de carga e de trabalho, melhorando substancialmente a vida de trabalho destas populações da Gândara ajudando por isso na fixação de gentes nestas terras. Nos anos 1940 os animais desta raça eram muitos nesta região, sendo que quase todas as pessoas tinham pelo menos um destes animais. Com a industrialização começaram a aparecer em grande número as máquinas agrícolas que aos poucos foram ganhando terreno para os animais, por serem mais rápidas no trabalho e exigirem muito menos esforço humano. Os animais marinhões foram assim aos poucos dispensados. A produção de leite na zona da Gândara também foi um dos fatores que contribuíram para o quase desaparecimento desta raça pois as explorações agrícolas foram aos poucos dispensando estes animais em troca de vacas de maior produtividade de leite, no entanto verificou-se que alguns agricultores guardavam ainda pelo menos um animal destes em casa por serem animais com uma forte ligação com o homem e bastante dóceis. Nos anos 1980 verificou-se que quase em simultâneo muitos agricultores deixavam de praticar a agricultura como a sua principal fonte de rendimento dedicando-se a esta sobretudo aos fins-de-semana como complemento e não como atividade principal. Esse motivo levou a que quase desaparece-se por completo a raça Marinhão. Atualmente começa-se a aumentar novamente o número de cabeças de gado desta raça devido a uma associação de criadores que se uniu para preservar o património genético destes animais. Em 1988 inicia-se o registo zotécnico destes animais e em 1992 a associação começa a constituição do livro de genologia da raça Marinhão com a preocupação de preservar os animais existentes e aumentar o seu número. Em 1994 a CEE aceita o pedido de solicitação de Denominação de Origem Protegida para a carne Marinhão (Confrontar figura 12). Foram também surgindo incentivos comunitários para a criação destes animais o que sem dúvida fez o número de animais aumentar, assim como de criadores da raça.

.Citando VAZ PORTUGAL (1998) “o domínio da comercialização permitirá a defesa e preservação das raças autóctones”.

Quanto mais se comercializar a carne Marinhão mais procura existirá, e por isso mais fácil será preservar e manter esta raça.

A raça Marinhão existe no território da Gândara, e nos concelhos de Estarreja, Aveiro, Albergaria-a-Velha, Ílhavo, Oliveira do Bairro, Águeda, Anadia, Mealhada, Sever do Vouga, Ovar, Coimbra, e Soure.

Entende-se que só se pode beneficiar do uso de Denominação de Origem Protegida aqueles produtores que estejam devidamente autorizados e que se comprometem a respeitar todas as normas, obrigações e restrições do caderno de especificações da raça., tem ainda que se submeter a um controlo realizado pelo Instituto de certificação de produtos Agro Alimentares. Todas as peças de carne que são de animais Marinhoa registados no livro de nascimentos ou Genealógico, e que possuem a identificação do animal, a assistência Veterinária, a higiene, o sistema de produção, a alimentação, e o abate e conservação da carne, são considerados carne Marinhoa, e apresentam características definidas pelo caderno de especificações.



Figura 35- Raça Marinhoa , Foto de associação de criadores da raça Marinhoa

http://ptq.drapc.min-agricultura.pt

Carne Marinhoa
denominação de origem protegida **DOP**

Denominação de Origem Protegida

Carne Marinhoa

denominação de origem protegida **DOP**

Região Norte
Região Centro

25 Kms

Entende-se por CARNE MARINHOA, as carcaças ou as peças embaladas, obtidas a partir de animais da raça Marinhoa inscritas no Livro de Nascimentos e filhos de pai e mãe inscritos no Livro Genealógico da Raça Marinhoa, nas seguintes condições:

Vitelo(a) - machos ou fêmeas até 6 meses de idade. Peso de carcaça até 120 Kg; **Vitelão** - macho ou fêmea sem parto, desde os 6 meses de idade até aos 2 anos de idade. Peso de carcaça entre os 120 e os 300 Kg; **Vaca** - fêmeas com ou sem parto, a partir de 2 anos de idade até aos 6. Peso de carcaça entre 220 e 450 Kg; **Boi** - machos, castrados ou não, a partir dos 2 anos de idade até aos 5. Peso de carcaça entre 250 e 700 Kg.

A carne apresenta determinadas características, todas elas definidas no Caderno de Especificações, tais como: Gordura de coloração variável, sendo branca e de distribuição homogénea (vitela), branca ou ligeiramente amarelada (novilho) e amarelada (vaca e touro); Cor variável, sendo rosa-clara (vitela), rosa a vermelho-clara (novilho) e vermelho-escura (vaca e touro); Consistência em todas as classes, firme e ligeiramente húmida; Cheiro e Sabor sui generis.

O uso da Denominação de Origem «Carne Marinhoa» obriga a que a carne seja produzida de acordo com as regras estipuladas no caderno de especificações, o qual inclui, designadamente, a identificação dos animais, o saneamento e a assistência veterinária, o sistema de produção, a alimentação, as substâncias de uso interdito e as condições a observar no abate e conservação das carcaças.

Comercialmente, a carne Marinhoa apresenta-se em carcaças ou em peças acondicionadas em sacos ou em recipientes plásticos, dos quais conste a menção "Carne Marinhoa - Denominação de Origem".

A área geográfica de produção (nascimento, cria e abate dos animais) na Região Centro abrange cerca de 3 510 km² e compreende os seguintes concelhos: Murtosa, Estarreja, Aveiro, Albergaria-a-Velha, Vagos, Ílhavo, Oliveira do Bairro, Águeda, Anadia, Mealhada, Sever do Vouga, Ovar, Mira, Cantanhede, Figueira da Foz, Coimbra, Soure e Montemor-o-Velho.

Freguesias de Ul, Loureiro, Pinheiro de Bemposta e Palmaz do concelho de Oliveira de Azeméis (Região Norte).

Agrupamento de Produtores
Associação de Criadores de Bovinos da Raça Marinhoa
Quinta da Medela - Verdemilho 3810-455 AVEIRO
Tel. +351 234 480 470 Fax: +351 234 385 211
E-mail: marinhoa@netvisao.pt / carmardop@netvisao.pt

Organismo Privado de Controlo e Certificação
CERTIS, Controlo e Certificação, Lda
Rua Diana de Liz - Horta do Bispo, apartado 320
7006-804 ÉVORA
Tel. +351 266 769 564/5 Fax: +351 266 769 566
E-mail: certis@certis.pt
www.certis.pt

Figura 36- Mapa da carne Marinhoa DOP – <http://ptq.drapc.min-agricultura.pt>

IV Capítulo – COZINHA TRADICIONAL – OS SABORES DE UMA TERRA

A Gastronomia Regional enquanto património e identidade cultural de um lugar

A alimentação é uma necessidade biológica do ser humano, um atributo para a continuidade dos homens e dos animais. As práticas alimentares e os usos e costumes que estão interligados ao ato de alimentar-se são fenômenos socioculturais historicamente edificados pela humanidade e, que se diversificam relativamente à cultura, às circunstâncias geográficas, e às novas experiências. Os costumes e hábitos alimentares, enquanto aspeto cultural podem mostrar semelhanças e costumes presentes no quotidiano social delimitado no período e no espaço.

A magnificência, a disparidade e qualidade da gastronomia portuguesa possui uma forte ligação com o território Português e é uma verdadeira relíquia para o património social e cultural. A ligação entre a nossa gastronomia e o património das diversas regiões do país está profundamente interligado, facilmente se caracterizam os pratos regionais da zona com o seu património cultural, e com o saber fazer. Os sabores e saberes dos territórios rurais revelam que a gastronomia é um aspeto de delicadeza pois provar esses alimentos por si só já é um laço de cultura e de sociabilização.

Em resultado disso, todos temos conhecimento e sensibilidade para perceber o quanto, no âmbito das ligações humanas e sociais, a gastronomia adota uma utilidade expressiva e indispensável e não se limita somente ao prazer das necessidades biológicas do ser humano, mas abraça um conjunto de sentidos a que se referem, como as nossas religiões, emoções e, mesmo, estados de alma. O reconhecimento e promoção da gastronomia tem-se vindo a valorizar e inclusive a dar visibilidade a alguns receituários que tem como base produtos regionais típicos, muitos deles associados a confrarias e associações, assim como os calendários e épocas agrícolas dos produtos, às festividades, aos arrais e mesmo às crenças e eventos religiosos que contribuem de alguma forma para a divulgação e diversidade cultural das regiões e para promover o território.

O novo símbolo universal da alimentação, com uma orientação que reforça o sentido de globalizar e uniformizar modelos assim como a conduta alimentar, tem dominado uma certa

relativização da nossa cultura gastronómica e dieta alimentar mediterrânica, as suas características demonstram uma útil e sadia multiplicidade na produção alimentar. Podemos também constatar que o desenvolvimento das aldeias e zonas rurais contribui para a valorização dos produtos aí cultivados e da sua qualidade com garantias de autenticidade e genuinidade sempre importantes para a proliferação das regiões. Identificar e caracterizar as tradições os usos e costumes de cada região, sugerindo a demarcação de destinos culturais e turísticos, com incidência na gastronomia é, hoje, um dos desafios mais agradáveis a que as áreas rústicas podem espontaneamente aderir. Na realidade, é o enternecimento e consideração por todo este património que desenvolve as sociedades e lhes dá sentido de existência, reconhecendo-as como a sua memória, socialmente e simbolicamente edificada. Portugal é conhecido pelas relações de atributos de qualidade gastronómica e pelo fabrico ainda artesanal e tradicional de alguns alimentos, estes concorrem para a valorização rural e cultural e para a fixação das populações locais uma vez que as nossas ligações a estes territórios são profundas. A alimentação é um ato cultural e social, em que o consumidor tem direito a exigir que as normas e regras de segurança e qualidade alimentar sejam cumpridas e que o direito à variedade e diferença exista. Os consumidores são cada vez mais exigentes e o seu interesse pelos produtos regionais de qualidade assim como da gastronomia destas regiões é intrínseco às suas necessidades e desejos de manter e valorizar estes territórios e os seus produtos locais. A gastronomia é de alguma forma um meio de distinguir os espaços sociais rurais porque provar as relíquias destes lugares é uma ato de sociabilização e de partilha. A gastronomia é o recuperar e o recordar do património culinário, é atributo de uma identidade que envolve formas de compreender e indicar um “modo”, de existência específico a um determinado grupo, acarreta a cultura de quem a exerce, é depositário das tradições e da semelhança de um grupo, é um meio de troca cultural.

1. A importância dos produtos locais para a valorização da região da Gândara

A importância dos produtos locais da gândara é sobretudo a de valorizar produtos autóctones da região, reservar, valorizar e divulgar os produtos, saberes, sabores e aromas

típicas da região é destacar a importância e evidenciar as potencialidades da zona. A valorização da região e dos seus produtos é conseguida através das associações e confrarias. A gastronomia pode ajudar a equilibrar as contas de uma região, cada turista que vem trás um aumento significativo de produção para os restaurantes, bares, hotéis, cafés e comércio no geral, as preferências do turista são importantes impulsionadoras na procura de comida tradicional da região e tem uma imediata influência nas empresas ligadas ao turismo e hospitalidade, com um impacto significativo sobre a oferta local de alimentos, e em termos de importações, assim como na produção agrícola da região e no turismo. O turismo gastronómico trás para a região uma boa fonte de rendimento pois os turistas gastam bastante dinheiro neste setor da alimentação, que serve para gerar investimento direto e indireto.

2. A gastronomia regional e o turismo

“A Gastronomia é um discurso sobre o prazer da mesa. É tributária da variedade e funde-se na escolha e na seleção. Parte integrante da cultura, a Gastronomia implica amar e apreciar verdadeiramente boa comida e bom vinho, dois dos prazeres da vida que, quando são sustentados por um bom serviço e boa companhia, ajudam a proporcionar uma refeição, realmente fantástica.” (Sampaio, 2009 p.119-134).⁸⁶

A gastronomia e o prazer da degustação de uma refeição, assim como o aspeto destas, a sua fresca experiência e qualidade são hoje autenticados como indispensáveis, não apenas por causa do papel da gastronomia e da comida na economia local ou regional, mas também, porque o que comemos, porque comemos e como comemos, diz-nos tudo sobre nós próprios e sobre os outros que vimos alimentarem-se, porque viajamos e conhecemos novos povos, novas culturas, e sobre tudo novas gastronomias, sobre a sociedade em que vivemos. No fundo um dos pensamentos do grande gastrónomo Brillat-Savarin

“diz-me o que comes, dir-te-ei quem és”, que publicou em 1825 o livro *Fisiologia do Gosto* (in Molokoyedova, 2012). Para Kivela e Crotts (2006) gastronomia é a arte de cozinhar e também de bem comer.

⁸⁶ Sampaio, F. (2009) A gastronomia como produto turístico, *Êxedra*, número temático – Turismo e Património, 119-134.

A gastronomia é tida como o resultado ou proveito de um atrativo de uma determinada região ou localidade, com uma importância do ponto de vista turístico, é uma das formas de promoção de identidades culturais. É através do turismo que poderemos impulsionar um desenvolvimento bastante acentuado de uma determinada região que até então tinha bastante património cultural, social e gastronómico mas que não estava valorizado, interpretando-se assim como inadequada a forma como a localidade se desenvolve não aproveitando as potencialidades existentes no território. Segundo o Doutor Norberto Santos o Turismo é o deslocamento de pessoas num determinado tempo a uma determinada região ou país motivado por diversos fatores. Um desses fatores é sem dúvida a gastronomia.

“Culinary tourism relaciona-se com a comida como sujeito e meio, destino e veículo para o turismo. Tem a ver com indivíduos explorarem novas comidas tal como usarem a comida para explorar novas culturas e modos de ser. É sobre grupos que usam a comida para “vender” as suas histórias e para construir identidades atrativas para o marketing e publicidade e é sobre indivíduos que querem satisfazer curiosidades. Finalmente, é sobre a experiência da comida como algo fora do ordinário, que salta a rotina para marcar a diferença e o poder da comida para representar e negociar essa diferença.” ⁸⁷Long (2010:20)

Esse formato de participação e comunicação no turismo e gastronomia culinária abrangem, para a autora, restaurantes, restaurantes étnicos, festivais, festas gastronómicas dedicadas a produtos em especial, demonstrações de cozinha regional ou alimentos frescos em festividade comunitárias.

Segundo Hall e Mitchell (2006)⁸⁸, o turismo gastronómico divide-se em vários níveis. Eles sugerem um fracionamento dos turistas, que denominam de Food Tourist, conforme o seu proveito, e ou interesse na comida como principal fator e motivo para viajar. No primeiro nível classificam os turistas que desfrutam da gastronomia como causa e motivação principal para viajar o que pode indicar que viajam com o objetivo de ir a um restaurante em especial que já tenham ouvido falar ou mesmo que já tenham frequentado, a um mercado ou até a uma cave de vinhos, todas as atividades que procuram são relacionadas com comida e ou

⁸⁷ Long, L.M. (2010) Culinary Tourism, USA, The University Press of Kentucky

⁸⁸ Hall, C. M. e Mitchell, R. (2006) “Gastronomy, food and wine tourism”, in Buhalis, D., Costa, C. , tourism business frontiers, consumers, products and industry, Elsevier, 2006, Oxford, UK., 137-147.

bebidas, a este nível de turista eles classificam como e ou apelidam de Gourmet/Cuisine/Gastronomic tourism. Num segundo patamar ou nível classificam os turistas para os quais a gastronomia é uma causa secundária que denominam de Culinary Tourism e que desfrutam de um interesse moderado ou razoável em visitar mercados e ou lugares ligados á gastronomia, restaurantes, festivais e ou caves de vinhos, mas somente e exclusivamente como fração de qualquer outra atividade que desejam praticar no local, a gastronomia não é o principal fator que os faz deslocar aquele sitio, ela é referida e relacionada com outros interesses. Ao terceiro nível, Rural/Urban Tourism correspondem os turistas que detêm um interesse limitado na atividade relacionada com a gastronomia e por último, num nível designado de não importância os turistas que não possuem e não veiem nenhuma vantagem nessas atividades e que encaram a comida como um interesse suplementar de qualquer dos outros interesses.

A proposta a disposição e o empenho de um turista que viaja à procura de uma cultura gastronómica, é sempre na expectativa de ter uma experiência excitante e este pode ser o indispensável e principal fator que motiva e leva as pessoas a visitar certos destinos turísticos com incidência de grandes características gastronómicas como poder ver e conhecer a performance de um grade chef conhecido localmente ou mundialmente e do seu restaurante, poder comer, beber, e ir a inaugurações, degustações ou eventos num restaurante, ou a um bar famoso, por vezes poder comer ou beber em restaurantes e bares locais com petiscos muito tradicionais e difíceis de encontrar noutros sítios, visto serem parte do património gastronómico dessa região, participar em eventos e festivais de comida e bebida, procurar ingredientes únicos e característicos da zona que se visita, fazer uma rota de vinhos e conhecer a produção entre muitas outras atividades que se podem realizar à volta do turismo gastronómico. Diferentes análises concluem que o turista gastronómico em norma faz um consumo diário elevado.

Subsistem igualmente diferentes motivos pelos quais uma região ou zona que possui património gastronómico, independentemente do seu maior ou menor reconhecimento como destino turístico, deve empenhar-se no progresso no empenho e na divulgação e propagação desse património intangível pois é a sua gastronomia ou pelo menos a sua promoção e a divulgação através dos produtos locais que remarcam a diferença da região. Se uma região com potencial de património gastronómico souber promover esse património de forma correta e objetiva, transforma-se num atrativo tanto para o turista que viaja por

outro motivo que não a gastronomia como, por exemplo a praia ou a cultura da região, tal como para os turistas gastronómicos que viajam com a comida e bebida como causa fundamental. Oferecer experiências gastronómicas aumentará o desejo aos novos turistas motivados pela possibilidade de experimentar novos sabores.

O desenvolvimento da atividade turística em determinadas regiões principalmente em populações mais pequenas depende não só do património histórico mas também do património cultural, do património gastronómico e da sociabilização, o turismo a cultura e o património estão verdadeiramente associados e são fatores importantes no chamamento de turistas a uma determinada região.

3. A gastronomia regional e as novas tendências alimentares

Tendo por base a análise das grandes tendências da procura internacional, o Plano Estratégico Nacional do Turismo (PENT) definiu 10 produtos selecionados em função da sua quota de mercado e potencial de crescimento, bem como da aptidão e potencial competitivo de Portugal, nos quais deverão assentar as políticas de desenvolvimento e capacitação da nossa oferta turística. Esses 10 produtos turísticos estratégicos são: Sol e Mar; Turismo de Natureza; Turismo Náutico; Resorts Integrados e Turismo Residencial; Turismo de Negócios; Golfe; Gastronomia e Vinhos; Saúde e Bem-Estar; Touring Cultural e Paisagístico; Citty Breaks.

Citado por Nascimento e Silva (2009), Ruschmann (1997) defende que o turismo de massas é caracterizado pelo grande volume de pessoas que viajam em grupos ou individualmente para os mesmos lugares, geralmente nas mesmas épocas do ano. Este tipo de turismo é considerado o grande responsável pela degradação dos recursos naturais, devido a elevada taxa de carga verificada nos destinos. Assim este tipo de turismo, segundo Nascimento e Silva (2009) causa mais impactos negativos à área de destino do turista do que o turismo alternativo. O Turismo Tradicional segundo Fennell (2002) referido por Nascimento e Silva (2009) caracteriza-se por dominar o turismo de uma região, além de não contribuir com valia para o desenvolvimento local, visto que os proveitos financeiros não são aplicados na região. Ao contrário, o Turismo Alternativo, segundo Krippendorf (2000) citado por Nascimento e Silva (2009), passa pela qualidade dirigida do produto atendendo às expectativas do turista, que cada vez mais valoriza experiências personalizadas. Para Nascimento e Silva (2009) o

comportamento dos turistas alterou-se, sendo que agora procuram experiências, ícones de cultura e tradição local, convivência com nativos mas sempre conscientes da necessidade de proteger os recursos naturais e construídos. Por isso, os autores concluem que os motivos para a realização das viagens modificaram-se e como exemplo referem o produto Sol e Praia que vai sendo substituído por outros produtos alternativos como Cultura, Ecoturismo e Turismo Rural entre outros.

Assim o turismo alternativo surge como uma estratégia paralela, marcadamente diferenciada do turismo convencional, tratando-se de um produto que tem na sua génese a busca de novas experiências, associadas à natureza; à descoberta; à necessidade de evasão e restabelecimento, mas sempre respeitando a ideia de consumo consciente e está direcionado para nichos de mercado. (Carvalho, 2006). Neste processo de desenvolvimento de novos produtos e destinos há um aspeto fundamental que importa salientar, a requalificação e conceção de unidades de alojamento de elevados padrões de qualidade e conforto a par da oferta de restaurantes e eventos gastronómicos de referência.

“A partir dos anos 80, saturados com a massificação dos destinos turísticos de sol e praia, os consumidores começaram a procurar alternativas, valorizando os produtos culturais, como o património, os locais históricos e as rotas culturais, motivados pela busca de informações, de interação com outras pessoas, comunidades e lugares, da curiosidade cultural, dos costumes, da tradição e da identidade cultural.” (Biscaia et al., 2011).

É neste contexto que a gastronomia regional é reinventada e incorpora todo o saber e tradições, não descorando os valores atuais da preocupação com a segurança e valores nutricionais, para surgir em diferentes contextos e pela mão dos chefes mais mediáticos nos seus restaurantes ao mesmo tempo que se revela em eventos gastronómicos e unidades mais modestas por todo o território. Na senda de esforço pela valorização do produto local surge o conceito novo de cozinha de *terroir* em que se alia a cozinha regional à tendência de cozinha de fusão com novas abordagens e técnicas que muito as vezes não passam além da sintetização de saberes ancestrais, saliente-se o caso da “moderna” cozinha a baixas temperaturas que é apenas o desenvolvimento tecnológico de uma pratica antiga como o cozido das furnas nos Açores ou as batatas na areia da Gândara.

3. Aspetos identitários da cultura e gastronomia – Gastronomia em Portugal e na Gândara

Os usos, costumes e hábitos alimentares e culturais de uma região são determinados e modificados por uma sucessão de fatores, entre eles, recursos naturais disponíveis, sabores e costumes sócio culturais entre outros, para Montanari, estar no mundo sempre exigiu da espécie humana a adaptação dos elementos da natureza às suas necessidades. E a alimentação tem papel fundamental no desenvolvimento dos diferentes grupos humanos, sendo responsável, na verdade, pela fundação da própria cultura, ou das várias culturas estabelecidas pelas sociedades.”⁸⁹(MONTANARI, 2006 p. 7).

Apesar de subsistirem algumas disparidades na definição de identidade, poder-se-á dizer de forma mais ou menos consensual que a identidade é o que nos distingue, o que nos torna singulares, a identidade é o conhecimento o saber quem somos.

“Trata-se de um conjunto de características e circunstâncias que distinguem um ser, uma região ou um país e graças às quais é possível individualizá-lo.”⁹⁰(Houaiss, 2003).

Na humanidade e sociedades atuais, sujeitas a fortes alterações a globalização e homogeneização, as tradições, usos e costumes da alimentação completam um trecho da igualdade e identidade mais indicativa de um povo.

“*Diz-me o que comes e dir-te-ei quem és...*” segundo Brillat-Savarin, continua,”... mesmo num mundo submetido à mais insidiosa e cruenta padronização, a constituir a pedra de toque do modo de estar e de se encarar a vida coletiva”.⁹¹ (Pacheco, 2003, p. 207).

Para lá dos ingredientes usados, o ser humano alimenta-se de indícios, de atributos e de fantasias, pelo que os costumes alimentares declaram convicções e organizações ilusórias específicas de uma determinada cultura, que induzindo procedimentos, comportamentos e características locais da região, são absorvidos por quem os consome, tornando-os uma fração dessa cultura partilhada. Podemos afirmar que a comida se diferencia de certa forma uma da outra não só pela diferença de região para região, mas também pela maneira de

⁸⁹ Montanari, Massimo – A alimentação como cultura, 2006-p.07

⁹⁰ Houaiss, A. (2003). Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa. Lisboa: Círculo de Leitores.

⁹¹ Pacheco, H. (2003). Porto: da cidade e da gente". Porto: Afrontamento

preparar e servir esses alimentos, delimitando os hábitos alimentares. A geografia, e o clima determinam de certa forma a disponibilidade de produtos agrícolas que compõe a gastronomia e alimentação da região, com forte influência na preparação e confeção dos pratos tradicionais da época na zona. É esta componente geográfica e cultural que juntamente com a história, tradição, crenças e valores da região determinam os saberes, e sabores da gastronomia. A confeção dos produtos locais leva às memórias, sonhos e sensações familiares de infância, associados normalmente a saudades e nostalgias passadas.

“Se a capacidade de identificar as sensações de salgado, doce, azedo ou amargo é universal, os níveis de tolerância e prazer destas sensações são determinadas pelo clima e história dos hábitos alimentares do país de origem”⁹² (Harrington, 2005.)

A gastronomia local é muitas vezes associada a estas sensações de prazer ao comer certos alimentos em casa das nossas avós ou pais que desde pequenos estávamos habituados, e que nos levam de imediato ao passado através dos paladares.

A gastronomia regional é hoje reinventada pelos grandes chefes, que procuram produtos locais de qualidade e sabores únicos, para transmitirem aos seus clientes uma gastronomia de memórias antigas, associadas à região onde se inserem.

A globalização inicialmente era vista como um sinal negativo à gastronomia local, no entanto hoje em dia essa ameaça não faz mais sentido, contribuindo sim para uma ajuda na reinvenção e criação de novos pratos e produtos de gastronomia regional e tradicional. Os turistas cada vez mais e em maior número, procuram escolher esses destinos para degustar e apreciar a gastronomia da região procurando originalidade e novidades nas gastronomias tipicamente locais. Cada vez em maior incidência o turista procura, experiências, e a gastronomia é responsável por uma fatia importante de expressões culturais de um país, reforçando a identidade das regiões e as experiências gastronómicas que oferecem. A família é um vínculo a par com a religião, as crenças e culturas de um povo, de transmissão e representação de cultura gastronómica, sendo também uma forma de humanizar o relacionamento entre turistas e populações. No caso de Portugal somos um país considerado bastante hospitaleiro com características de identidade cultural, um temperamento e sentimentos afetuosos para com o turista. Somos um país com bastantes ligações à terra e ao mar, características bastante acentuadas na nossa gastronomia. Sendo a

⁹² Harrington, R. J. (2005). Defining Gastronomic Identity. *Journal of Culinary Science & Technology*, 4, N^os 2-3, 129-152

ligação ao mar, um dos traços mais peculiar da nossa cultura de todos os tempos, visível no génio de Pessoa “Ó mar salgado, quanto do teu sal são lágrimas de Portugal”⁹³ (Pessoa, 2006, p. 96) e que Jaime Cortesão definiu como “podendo Portugal ser representado pela figura de um piloto”⁹⁴ (Cortesão, 1993, p. 18), a identidade portuguesa afirma-se pela maleabilidade de se acomodar a diferentes culturas expressando a sua identidade na hospitalidade e conduzindo para o dia-a-dia a capacidade de bem receber.

Portugal desde as suas origens sempre foi influenciado por outros povos, que contribuíram para formar a sua atual identidade. A Portugal chegou especiarias da Ásia, café de África, batatas da América. Portugal é um pequeno país com uma extensa costa marítima e por isso com a sua gastronomia voltada para o mar, com peixes e mariscos ótimos e mundialmente reconhecidos, inserimo-nos numa área geográfica mediterrânica em que a produção de azeite e vinho são bastante acentuados e importantes na economia local e nacional. O bacalhau apesar de não ser um peixe típico dos nossos mares é um dos peixes mais usados à mesa Portuguesa, não à quem não o aprecie. O bacalhau e o peixe no geral também são bastante apreciados na região da gândara fazendo parte de uma economia local, durante muitos anos a atividade da pesca era muito importante nesta região, o bacalhau e os bacalhoeiros também foram responsáveis por uma cota grande de emprego na gândara. Portugal também é reconhecido pela sua produtividade de queijos de boa qualidade e reconhecidos mundialmente como o queijo da serra, frutas frescas e bastante apreciadas como a maçã Bravo Esmolfe, assim como sobremesas profundamente tradicionais e em que a quantidade de ovos frescos sempre foi reflexo da quantidade que se tinha em casa. Na gândara as sobremesas mais apreciadas eram sem dúvida o arroz doce, e as filhós feitas de abobora e farinha de trigo. As receitas de doces tradicionais da gândara são muito antigas mas preservadas através de mãe para filha e ainda hoje feitas da mesma forma.

“Toda a sabedoria dos aromas e sabores que, segundo Miguel Esteves Cardoso, remete para a cozinha da Mãe e da Avó, não pode exprimir-se numa receita, pois mais do que uma questão de olho, é uma questão de alma.”⁹⁵(Cardoso, 2008).

⁹³ Pessoa, F. (2006). Mensagem. Cruz Quebrada: Oficina do Livro

⁹⁴ Cortesão, J. (1993). Influência dos Descobrimentos Portugueses na História da Civilização. Lisboa: Imprensa Nacional - Casa da Moeda.

⁹⁵ Cardoso, M. E. (2008). Em Portugal não se come mal. Lisboa: Assírio e Alvim

A diversidade da cozinha portuguesa tem influências sem dúvida da zona do Mediterrâneo e do Atlântico, com uma diversidade de grande riqueza de alimentos que se expressa na cozinha regional, podemos encontrar assim muitos pratos tradicionais e típicos de cada região dependendo dos alimentos cultivados, e que muitas vezes são fruto das mesmas receitas com pequenas alterações, de região para região, os pratos tradicionais das regiões são muitas vezes inspiração para os pratos de cozinha Nacional como o cozido à portuguesa por exemplo um prato conhecido de várias regiões do país e com extrema importância Nacional.

“...do que dispomos é de um conjunto de cozinhas regionais que enformam a cozinha nacional.”⁹⁶ (Quitério, 1997, p. 9)

A cozinha tipicamente regional é de profundas raízes da região onde se insere, a Gândara é uma das regiões de Portugal com uma cozinha de traços típicos e inigualáveis, é uma cozinha de tradições próprias e familiares, ligada de coração à família, de profundas crenças religiosas e festividades. As receitas passam de boca em boca de mães e avós para filhas e netas, seguem as pisadas dos antepassados. A sua diversidade e variedade não era muita, restringiam-se aos produtos que a terra e o mar davam, reuniam-se à volta da mesa e agradeciam o que tinham, se a família e amigos andassem por perto a casa estava cheia e a panela estava sempre pronta a levar mais uma caneca de água para dar comer para mais um. A família, e os amigos são o elemento de transmissão de sabores e saberes, e os pratos típicos confeccionados na gândara são a representação da identidade gandraesa, quer no dia-a-dia, como nas festividades das freguesias desta região, quer no natal, e na pascoa onde se associam as memórias na preparação dos alimentos, estabelecendo ligações entre as festas e os comeres do povo como o foliar da pascoa.

Na cozinha regional encontramos muitas vezes esta ligação dos pratos à ocasião em que nos encontramos como o bacalhau e as rabanadas no natal, as sardinhas pela época dos santos populares, a jeropiga e as castanhas no S. Martinho, estes receituários são conhecidos por todo o país e muitos deles divulgados em grandes livros que marcaram a nossa história. O primeiro exemplo disso era o manuscrito do século XVI, “ O livro de Cozinha da Infanta D. Maria”, que ainda hoje se encontra guardado na Biblioteca Nacional de Nápoles, ou da

⁹⁶ Quitério, J. C. (1997). Comer em português. Lisboa: CTT .

primeira obra publicada em Português no século XVII, “Arte de Cozinha”⁹⁷ de Rodrigues, ou quem não se lembra do “ Cozinheiro Moderno”⁹⁸ de Rigaud. No entanto a grande responsabilidade de divulgação do património gastronómico das regiões de Portugal e da divulgação do seu receituário é sem dúvida de Maria de Lurdes Modesto que desvendou alguns dos receituários mais importantes, e sem dúvida segredos que passaram de gerações em gerações. Na cultura portuguesa encontrou-se grandes obras e grandes nomes associados à gastronomia como por exemplo Camilo Castelo Branco interessou-se pela comida e encaminha o leitor nas suas obras para os segredos e prazeres gastronómicos através de Gertrudes por Madame Brillat-Savarin, em homenagem a Fisiologia do Gosto. Viale Moutinho conta-nos dessa importância nos escritos de Camilo:

“Abancados à tosca mesa, cuja toalha tresandava ao fartum do azeite e bacalhau, apareceu a travessa fumegante com duas galinhas, sobre as quais se levantava uma pirâmide de três salpicões, assentes num grosso lardo de toucinho”⁹⁹ (Moutinho, 2013, p. 106)

Ainda nesta história encontramos a referência ao primeiro livro de culinária portuguesa, Arte de Cozinha, mencionado anteriormente:

“ ... - Onde aprendeu o primo esses refinamentos de glutão? - Estudei; comprei uma arte de cozinha de Domingos Rodrigues, cozinheiro da Casa Real, e não leio outro livro...” (Moutinho,2013 idem).

Não menos importante, temos um sem número de programas de televisão associados à gastronomia, alguns deles profundamente ligados às crenças religiosas, e às festividades das aldeias de Portugal. Ainda a Salientar as Coletividades, as Associações e Confrarias, onde o papel de divulgação, preservação e valorização, assim como a recolha e a divulgação da gastronomia de um produto ou região é fundamental. Temos ainda os grandes chefes Portugueses que cada vez mais se esforçam para a recuperação dos sabores tradicionais, e dos saberes antigos, com novas tecnologias novos métodos, e muita criatividade fazem com que a sua cozinha assente nas raízes tradicionais. Tendo como fonte de inspiração a memória, recriando aromas e sabores para regressar ao fundamental e chegar até às origens, que guardamos no paladar

⁹⁷ Rodrigues, D. (2001). Arte de Cozinha. Sintra: Colares Editora

⁹⁸ Rigaud, L. (1999). O Cozinheiro Moderno. Colares Editora

⁹⁹ Moutinho, J. V. (2013). Camilo Castelo Branco e o garfo. Lisboa: Âncora Editora.

“emoções gustativas que guardamos na lembrança” (Paula, 2012) a gastronomia para Rui Paula tem que ter uma raiz emocional, um vínculo ao contexto cultural, no seu caso prestando homenagem ao terroir do Douro Vinhateiro ¹⁰⁰(Pereira, 2009). A salientar esta perspetiva, o chefe Rui Paula adicionou ultimamente “Comida com Memória” ao nome do seu restaurante DOP, no centro histórico do Porto. O sucesso deste e de outros chefes e dos seus restaurantes estabelece-se principalmente no que se denomina por cozinha de memória de lembranças e de agitações e emoções. Pois, sobre tudo, são as sensações que são estimuladas por qualquer dos sentidos que usamos quando comemos que nos ficam na memória. Na realidade é isto que procuramos e pretendemos um conjunto de sensações e experiencias familiares que nos conduzam às memórias da infância e às nossas origens.

“Vem-se ao mundo chorando por ele, e quando se deixa a pátria, lá longe, antes de pai e de mãe, é a primeira coisa que lembra”¹⁰¹ (Costa, 2009, p. 65).

Trata-se pois do alimento, da necessidade de matar saudades da terra natal, de se alimentar com a comida das suas origens reportando às memórias de infância e às saudades de casa. Para quem emigra e se encontra longe de casa esta forma de saudade dos cheiros, paladares, e aromas da cozinha da mãe ou da avó fica sempre na memória.

Na realidade, poderemos afirmar que não à melhor memoria que aquela que guardamos da comida e da cozinha das nossas origens. Procuramos sempre que viajamos ou nos deslocamos esses cheiros esses sabores e aromas que guardamos na memória, quando os encontramos, fazemos de tudo para voltar várias vezes ao mesmo sítio porque nos leva a uma viagem intemporal e fascinante.

¹⁰⁰ Pereira, C. (2009). Rui Paula - Uma cozinha no Douro. Matosinhos: QuidNovi, 2ª Ed.

¹⁰¹ Costa, E. R. (2009). Mistura do dia: a gastronomia e a sua contribuição para o turismo. Revista Eletrônica de Turismo Cultural, 57-74.

V Capítulo – AS MEMÓRIAS DOS SABERES E DOS SABORES

A gastronomia regional gandaresa

A gastronomia regional Gandaresa tal como a gastronomia regional de qualquer outro lugar deve-se às festas, aos usos, cultura e costumes do seu povo, e da própria sociedade que os rodeia. A relação que temos sobre a gastronomia da Gândara é cotidiana, é uma necessidade básica de um povo de se alimentar do que produz, ainda que muitas vezes as suas escolhas dependam de alguns fatores que determinaram o que comem, com quem comem, onde, e quando comem, ou como preparam o que comem, são escolhas que definem de certa forma os limites da cozinha Gandaresa. A gastronomia Gandaresa não pode ser tida em conta somente como o espaço físico da cozinha, mas como um grupo de pratos, receitas, técnicas, saberes e sabores, valores, utensílios, e símbolos que demarcam uma maior partilha e conhecimento da cultura gastronómica do seu povo. A cozinha Gandaresa é um meio ou forma de pensar relações, semelhanças e afinidades sociais, porque representa a ligação do seu povo, e o seu dinamismo social e cultural.

1. A influência da Sazonalidade na Alimentação da Gândara, e o fator festividade

Para melhor compreendermos a sazonalidade e as estações do ano, temos de perceber a importância do dia, da noite, da luz e da escuridão, para a terra e o seu ecossistema.

O planeta gira em torno de si mesmo, movimento de rotação, e em torno do Sol, movimento de translação, assim temos os dias, as noites e as estações do ano. Este movimento do planeta terra é a base para a vida e é ele que permite estar frio e calor, ou ser de dia ou de noite.

As estações do ano sempre foram responsáveis por condições climáticas capazes de regularizar a produção agrícola e a disponibilidade de alimentos. No entanto sabemos que durante muitos séculos este era o fator principal para a alimentação de determinada região, assim como os hábitos culturais e as festividades da própria região, já hoje sabemos que não é assim e podemos encontrar produtos fora da sua sazonalidade com relativa facilidade.



Figura 37 - Estações do ano

Estas condições refletem-se num maior ou menor consumo de determinados alimentos em regiões diferentes e por vezes até na própria região. O conhecimento das implicações da sazonalidade na disponibilidade e no consumo de determinados alimentos, é um fator crucial para a sobrevivência e crescimento de um povo. A produção de autoconsumo qualifica e representa a realização e a representação da agricultura familiar, diretamente relacionada com as culturas do povo e a suas tradições, durante muitos séculos condicionou o avanço da modernização.

A Gândara é uma região que durante a maioria do século XIX viveu daquilo que era produzido na terra, este era o principal meio de sustento do povo. Existia uma agricultura principalmente durante a primeira parte do século de subsistência.

As estações do ano são relevantes na dimensão em que beneficiam ou complicam o progresso de determinada espécie vegetal. Conhecer a melhor época de cultivo faz com que o agricultor consiga aperfeiçoar as suas colheitas, favorecendo maior produção de alimento. Por essa razão, desde a Pré-História, o ser humano aprendeu a estudar os fenômenos naturais em busca de regularidades que permitissem um melhor aproveitamento dos recursos fornecidos pela natureza.

A escolha das estações do ano para dividir as receitas Gandaresas prendesse com o fato de quase tudo o que era consumido na terra ser da própria terra, na sua grande maioria os

alimentos eram produzidos localmente, associados às suas épocas de cultivo e de colheita encontrava-se sempre a estação do ano em que se encontravam. As festividades tinham um grande peso de influência também naquilo que se comia, pois era nestas festas que se encontravam os melhores pratos e produtos da região, as festas serviam para demonstrar em quantidade e qualidade o melhor daquela cidade, vila ou aldeia. Tal como fizemos referência atrás no capítulo - A Agricultura no Território da Gândara, este povo vivia essencialmente de tudo o que a terra lhes dava associando o consumo e os produtos às estações do ano, às festividades, e ao calendário religioso como já explicamos anteriormente.

2. Saberes e sabores da Gândara- técnicas do saber fazer

A alimentação humana sempre foi importante para a cultura gastronómica de uma região, pretendemos assim dentro do possível explorar a técnica do saber fazer com os métodos de confeção utilizados antigamente, assim como os saberes que nos foram transmitidos e as receitas por pessoas idosas destes concelhos que fazem parte do território da Gândara e que guardam segredos de geração em geração.

A alimentação nesta região só melhorou um pouco com a aparição e desenvolvimento da agricultura. Porém estava sempre dependente das calamidades naturais, por não se saber armazenar e conservar os alimentos de forma eficaz durante muitos anos. Havia também contínuas devastações devido às pragas por falta de medicamentos para as combater. Assim aquilo que se comia era essencialmente o que a terra e o mar davam, nos meses em que as colheitas eram mais baixas por vezes o povo passava fome por falta de alimentos socorrendo-se do que tinham em armazenamento como as batatas, alguma carne na salgadeira se a houvesse, ou peixe se o mar o permitisse. Tal como já anteriormente explicamos no capítulo III - DO MAR À TERRA no tema agricultura no território da Gândara o calendário religioso era essencial neste território e cumprido pela grande maioria da população católica, o padre era um elemento essencial na comunidade e existiam tradições associadas a estes de lhes oferecerem carne da salgadeira em algumas épocas festivas. Os médicos vistos como um dos elementos mais importante na sociedade Gandraesa, o que estes diziam era cumprido sendo a palavra deles valiosa, existiam hábitos que estes recomendavam associados à alimentação na cura de certos males e doenças, como já

explicamos no capítulo que aqui referenciamos, os alimentos frios eram consumidos de verão e os quentes de inverno.

2.1 Receitas das iguarias gandraesas nas festividades

Janeiro

No mês de Janeiro – Carregava-se o esterco para adubar as terras e começava-se a cavar, para preparar as terras para as batatas. Desfaziam-se os tremoceiros e colocavam-se nas terras que se cavavam. A partir de 15 de Dezembro e até Março semeavam-se batatas. Semeavam-se também em Janeiro os repolhos, as favas, e as ervilhas. Ainda se plantam alhos.

Passagem de ano

A passagem de ano era uma festividade pouco comemorada na Gândara, não existiam grandes hábitos associados a esta época, em termos gastronómicos existia o hábito de comer febras de porco guisado com batatas, e o galo assado ou guisado com arroz, nessa noite.

Febras de porco Guisadas com batatas

Ingredientes:

1kg de Febras, q.b. sal, 1 cebola, 2 dentes de alho, 1 kg batatas, q.b. pimenta, q.b. colorau, 1 copo vinho branco, 1 copo vinho tinto

Modo de confeção:

Coloca-se a cebola, e o alho picados, com a banha de porco no fundo da panela de ferro, deixa-se alourar, colocam-se folhas de louro, coloca-se a carne cortada em pedaços pequenos, depois coloca-se vinho tinto, e vinho branco, sal, pimenta, colorau. Depois deixa-

se cozer em lume brando, e coloca-se as batatas em pedaços, acrescentando água se necessário. Deixa-se cozer.

Galo Guisado com arroz

Ingredientes:

Galo da capoeira, sal, pimenta, colorau, vinho branco, vinho tinto, banha de porco, arroz carolino, sangue do galo

Modo de confeção:

Coloca-se cebola e alho picados com banha de porco no fundo da panela de ferro, deixa-se alourar, coloca-se folhas de louro, coloca-se a carne do galo cortada em pedaços pequenos, depois coloca-se vinho tinto, e vinho branco, sal, pimenta, colorau. Deixa-se cozer o galo coloca-se água, deixa-se ferver e junta-se o arroz carolino. Deixa-se cozer, e por último adiciona-se o sangue do mesmo.



Figura 38 - Arroz de Galo em caçarola de Ferro, Foto de Carlos Saramago



Figura 39 - Arroz de Galo Gourmet, foto de www.Cincoquartosdelaranja.com

Dia de Reis

Esta celebração católica está associada à tradição natalícia, que diz que três reis magos do oriente visitaram o Menino Jesus na noite de 5 para 6 de janeiro, depois de serem guiados por uma estrela. Os três reis magos chamavam-se Belchior, Baltazar e Gaspar e levaram de presente ao Menino Jesus, ouro, incenso, e mirra. A tradição manda que neste dia a família se volte a reunir para celebrar o fim dos festejos de Natal. Os alimentos da Noite de Reis consumidos na Gândara são o bacalhau com batatas, bolo-rei, pão-de-ló, rabanadas, filhós, entre outras iguarias de Natal. O bolo-rei apesar de se encontrar na mesa gandraesa não faz parte da cozinha típica desta região.

É também o dia em que se cantam as Janeiras. O cântico das Janeiras começa no dia após o Natal e prolonga-se até ao dia de Reis.

No dia seguinte ao Dia de Reis as famílias começam a retirar os enfeites de Natal que decoram as casas durante a época de Natal. Na região da Gândara estava associada a esta data o cortejo dos reis, que consistia numa festa onde se fazia uma imitação do percurso que os três Reis magos terão feito até encontrarem o menino Jesus. Depois do cortejo existia ainda a tradição, de se fazer a venda das ofertas ao menino Jesus que consistia num leilão

onde os rapazes ofereciam uma cana com chouriços de sangue pendurados, uma garrafa de vinho e um naco de broa de milho ou pão, as raparigas ofereciam o açafato com galo assado no forno da broa, chouriço de carne, broa de milho, vinho tinto, laranjas, arroz doce, filhós e pão-de-ló. Existia neste tempo o hábito dos rapazes tentarem rematar o açafato da rapariga de quem gostavam.

Batatas abertas a meio com casca e bacalhau cozido com couves

Ingredientes:

Batatas grandes com casca lavadas; bacalhau; couves; Azeite; sal; vinagre

Modo de confeção:

Cozem-se as batatas abertas a meio, com o bacalhau e as couves. Rega-se com azeite e vinagre e serve-se.

Rabanadas

Ingredientes:

Pão, leite, açúcar, ovos, canela

Modo de confeção:

Coloca-se o pão de molho no leite, passa-se pelo ovo e frita-se em azeite bem quente. Passa-se a rabanada por açúcar e canela e está pronta.



Figura 40 – Rabanadas foto de Marisa Miranda



Figura 41 - Rabanadas com redução de vinho do porto e frutos vermelhos foto de www.vitacress.pt

Bolo-rei (apesar desta receita não fazer parte do território da Gândara o bolo rei aparecia nas mesas nesta época do ano, havendo quem o prepara-se e coze-se no forno a lenha.)

Ingredientes:

800 gr. de farinha; 25 g de fermento de padeiro; 200 g de margarina à temperatura ambiente; 150 g de açúcar; 150 g de frutas cristalizadas + frutos cristalizados para enfeitar; 150 g de frutos secas; 4 ovos; raspa de 1 limão; raspa de 1 laranja; 1 decilitro de rum; 1 colher de sobremesa de sal; 1 brinde; 1 fava

Modo de Confeção:

Picar as frutas e deixar a macerar com o rum. Dissolver o fermento de padeiro em 1 decilitro de água morna, juntar a 1 chávena de farinha e deixar a levedar em ambiente temperado durante 15 minutos.

Entretanto bater a margarina, o açúcar, e as raspas de limão e laranja.

Juntar os ovos um a um e a massa de fermento.

Quando tudo estiver bem ligado adicionar o resto da farinha e o sal.

Amassar até ficar elástica e macia.

Misturar as frutas e o rum onde estiveram a macerar.

Moldar a massa numa bola e polvilhar com farinha.

Tapar a massa com um pano, deixando levedar num ambiente temperado durante 2,5 horas

Depois de a massa dobrar o volume, colocar sobre um tabuleiro e fazer um buraco no meio (pode ser com o cotovelo).

Com as mãos acabar de moldar a roda, espetar o brinde enrolado em papel vegetal e a fava na massa bolo.

Enfeita-se com as frutas cristalizadas e os frutos frescos. Deixar a massa descansar mais meia hora.

Leva-se a cozer durante \pm 40 minutos no forno a lenha.



Figura 42- Bolo-rei, Foto de Luís M. Jorge (2011)

Fevereiro

No mês de Fevereiro – Cultivava-se batatas. Plantavam-se as couves à volta das batatas e beterraba para dar aos porcos. Semeava-se cebolas na areia branca, que se colocava em cima do monte de esterco, depois eram transplantadas mais tarde para as terras. Semeava-se o repolho. Em Fevereiro arrancavam-se também os nabos das terras que eram semeados em Dezembro. O Mês de Fevereiro era dos meses mais difíceis na Gândara a terra tinha pouco que apanhar, a maioria das terras encontrava-se em preparação para semear durante o ano.

Carnaval

Pelo Carnaval comia-se Cozido à Portuguesa, Chanfana Gandaresa e Leitão à Bairrada.

Os festejos do Carnaval eram comemorados por toda a região da Gândara, na zona litoral as preferências da população iam para o tradicional cozido de carnes de porco da salgadeira, com as batatas, as couves e os enchidos que se possuíam por casa e que nessa altura eram usados num sinal de maior fartura, para depois se trancar as salgadeiras até ao domingo de Pascoa, pois era tempo de Quaresma, jejum e abstinência. Na Região da Gândara mais interior como Cantanhede, os usos e costumes eram idênticos no que diz respeito ao tipo de carne mas a confeção era diferente, o tradicional era o Leitão assado por ser bastante próximo da bairrada este era sem dúvida o pitéu mais desejado, também comiam a tradicional chanfana.

Cozido à Portuguesa

Ingredientes:

Carne de porco da salgadeira; enchidos do fumeiro; batatas; couves

Modo de Confeção:

Cozem-se todas as carnes na panela de ferro, juntamente com os enchidos, juntam-se as batatas e as couves e deixa-se cozer.

Chanfana Gandaresa

Ingredientes:

Carne de cabrito aos pedaços, cebola, alho, louro, salsa, manteiga (banha) de porco, azeite, vinho branco e tinto, colorau, pimenta e sal.

Modo de Confeção:

Coloca-se tudo às camadas numa caçoula de barro e vai ao forno a lenha já aquecido a uma temperatura muito elevada (+ – 400°C) durante duas horas.



Figura 43 - Chanfaba, Foto de Carlos Saramago (2015)

Leitão á Bairrada

(Esta receita não pertence à gastronomia Gandraesa mas é consumida na Gândara por ser um território junto à Bairrada)

Ingredientes:

2 Cabeças de alhos; 1 punhado de sal (3 colheres de sopa); 1 colher de sopa bem cheia de boa pimenta; um pouco de salsa; cerca de 50 g de toucinho e 50 a 100 g de «unto» manteiga de porco; 1 folha de louro; 1 colher de sopa de azeite

Modo de Confeção:

Depois de todos os ingredientes bem pisados adiciona-se a manteiga mexendo sempre até ficar uma massa regular. Finalmente, junta-se o azeite que deverá misturar-se com a massa feita com os referidos condimentos.

O leitão é enfiado na vara (espeto) que, inicialmente era de loureiro, depois de pinheiro seco e atualmente é de inox.

A vara deve ter um comprimento tal que depois de metida até ao fundo do forno, deixe de fora cerca de 1 metro, pelo menos.

A vara entrará pelo ânus que foi alargado no amanho, saindo pela boca cerca de um palmo.

Amarram-se as pernas à vara com um arame fino, ficando as mãos livres.

Seguidamente, o leitão é muito bem barrado com o tempero, tanto por fora como interiormente, introduzindo o restante na barriga e em todas as partes vazias. É costume também dar umas picadas, com a agulha de o coser, nas coxas e espáduas onde há carne com mais altura, introduzindo um pouco de tempero nessas picadas.

Cosem-se depois os rasgos abertos no ventre e entre as mãos ou pescoço com uma agulha chamada «agulha de leitão», tipo de coser sacos mas mais pequena, e um fio de linho ou algodão mais conhecido por fio carrete ou fio norte. Posto isto, o leitão está pronto a entrar no forno.



Figura 44 - Leitão assado em forno a lenha fotografia cedida por Carlos Saramago

Do Carnaval à Pascoa (40 dias) - Quaresma

Pela Quaresma, grupos de rapazes e raparigas vão a todas as casas cantar as "Almas Santas" sendo-lhes dada uma esmola em dinheiro que se destina à reza de missas pelas almas do Purgatório. Esse cântico, que é composto por muitas quadras, começa pela seguinte:

À porta das almas santas,

Bate Deus a toda a hora

As almas lhe responderam:

- Meu Senhor, que quereis agora?

Serramento da Velha

Na 4ª Feira de "Micareme" junta-se um grupo de homens munidos de um funil, de um serrote e de um bocado de cortiça, madeira ou latão. O grupo divide-se em duas partes que vão durante a noite, disfarçados e sem serem vistos, visitar as casas onde haja pessoas idosas, avós pela primeira vez, com o fim de as "serrarem", isto é: um dos grupos faz as perguntas através do funil e o outro responde e serra em cortiça ao mesmo tempo. As

perguntas são de crítica com piadas às pessoas a quem se dirigem. Ao mesmo tempo o que está com o serrote faz que "chora" como se estivesse no lugar do que está a ser "serrado". Isto tem graça na medida em que é ouvido pelos vizinhos e se descobrem coisas que eram desconhecidas de muitas pessoas. Normalmente não se chega a descobrir quem foi o grupo do "serramento da velha".

Quaresma e 6ª feira Santa: abstinência e jejum, só se comia peixe com batatas de caldeirada ou batatas abertas ao meio cozidas com pele e azeitonas, as caldeiradas eram a principal refeição na quarta-feira de cinzas e sextas-feiras santas. Durante os dias de quaresma não se celebravam nas igrejas nem casamentos nem batizados, pois a época não era para festas era a altura de pensar na vida de recolher ao silêncio.

Caldeirada de Peixe

Ingredientes para 6 pessoas:

Peixe variado (raia, robalo, lulas, cação, safio...) q.b.; Azeite q.b.; Tomates q.b., Pimento q.b., Batatas q.b.; Cebolas q.b.; Alho q.b.; Salsa q.b.; Louro q.b.; Pimenta q.b.; Sal q.b.

Modo de Confeção:

Amanhar e arranjar os peixes, passa-los por água várias vezes. Cortar o peixe às postas e temperá-lo com sal. Descascar e cortar às rodela as batatas bem como os pimentos e os tomates. Picar os alhos. Na panela de ferro colocar uma camada de cebola, pimentos, tomate, batatas, alho e os peixes à posta sempre alternando as camadas e temperando com sal, pimenta, louro, azeite e um ramo de salsa. Colocar tudo a cozer em lume brando.



Figura 45 - Caldeirada de Peixe, Foto de Leandro Guedes



Figura 46 - Caldeirada de peixe gourmet - foto de www.cincosentidosnacozinha.com

Caldeirada mista com boleiros

A Caldeirada com boleiros é um prato típico da Gândara com maior incidência na Praia de Mira de onde se supõe ser originário. A farinha de milho e as enguias dos canais da praia de Mira, são os dois ingredientes que lhe dão maior paladar. O peixe usado era aquele que o pescador conseguia sendo que na maioria das vezes eram os restos que não conseguia vender.

Ingredientes para 6 pessoas:

1 kg de Batatas ; 600 gr de Cebolas; 20 gr de dentes de alhos; 1,5 kg de Peixe do nosso mar; 1 kg de Peixe do rio (enguias); 0,5 l de Azeite; 500gr de Pimento verde; 500gr de Pimento vermelho; 1 kg de Tomate; Farinha de milho (peneirada); 1 ramo de salsa; 3 folhas de louro; Pimenta q.b.; Colorau q.b.; Sal q.b.

Modo de confeccionar:

Limpa-se o peixe de escamas e tripas, corta-se em postas. Limpam-se as enguias. Descasam-se as batatas e as cebolas e cortam-se em rodelas. Corta-se os pimentos e o tomate em rodelas finas.

Num tacho de alumínio ou ferro dispõe-se os ingredientes todos em camadas alternadas, e tempera-se a gosto. Deixa-se levantar fervura e retira-se um pouco do caldo, junta-se à farinha de milho, moldam-se pequenas bolas redondas que se colocam novamente dentro da panela da caldeirada, em cima. Deixa-se a caldeirada acabar de cozer e está pronta



Figura 47 - Caldeirada mista com boleiros – Foto de www.cm-mira.pt

Março

No mês de Março – Semear milho de sequeiro, abóboras, ervilhas, favas, feijão de trepar, feijão-verde, cebolas, beterrabas, batatas. Apanhavam-se couves e nabos

Durante o Mês de Março na Região da Gândara, ainda se faz sentir o frio e as chuvas, as populações dedicam-se sobretudo à agricultura e fazem os possíveis para semear e plantar o que a terra deixa para poderem colher mais tarde. Este é um mês em que ainda se sentem dificuldades alimentares porque as terras não tem alimento que chegue para o gado e para as pessoas.

Páscoa

A Páscoa nas aldeias do território da Gândara era celebrada como uma festa profundamente religiosa. Pela manhã tocavam os sinos assim que as cruzes saíssem da igreja. A cruz ia passando por todas as ruas e parando de casa em casa, toda a vizinhança e famílias se juntavam em casa de uns e de outros para beijar a cruz. Como sinal de que a cruz estava a chegar, havia uma criança que seguia à frente do compasso e ia tocando um sininho que indicava que a cruz se aproximava. Junto com o compasso havia alguém da responsabilidade do Sr. Padre que com um saco ia recolhendo o donativo dos donos da casa. O pároco quando entrava nas casas ia benzendo com água benta e rezando uma oração. Depois de a

cruz passar por todos, era tempo de comer e beber. Aos convidados ofereciam-se amêndoas, tremoços, amendoins, pão-de-ló, e foliar da páscoa. Em algumas paróquias o almoço era oferecido ao compasso. Era habito fazer-se galinha com arroz ou com batatas, e foliar da páscoa com ovos para sobremesa. No final do dia quando a cruz voltava à igreja o sino voltava a repicar. Era também neste dia que os afilhados esperavam pelos padrinhos para receberem o seu foliar da páscoa, e para retribuírem com amêndoas. Esta é uma tradição que ainda hoje se mantém em algumas paróquias.

Galinha com arroz

Ingredientes:

Cebola, alho, louro, banha de porco, galinha, arroz, sal

Modo de confeção:

Cortava-se a cebola e o alho para dentro da panela de ferro, junta-se a banha de porco e deixa-se ganhar cor dourada, corta-se a galinha e mete-se dentro da panela a cozer. Quando estiver cozida junta-se água e o arroz, tempera-se e deixa-se cozer.

Folar doce da Páscoa

Ingredientes:

1Kg farinha de trigo; 250g de açúcar; isco da broa (hoje fermento de padeiro); 90g de banha de porco (hoje de manteiga de vaca); 1 dúzia de ovos; Um pouco de sal

Modo de confecionar:

Numa gamela de madeira mistura-se muito bem a farinha com o açúcar. Numa taça junta-se o isco numa pequena quantidade de água. À parte dissolve-se o sal juntando água q.b.. Faz-se um pequeno buraco a meio da farinha e verte-se o preparado do isco e do sal. Amassa-se lentamente. Depois vão-se juntando os ovos até que a massa fique bem “trilhada”. Por fim verte-se a banha ligeiramente derretida. Amassa-se tudo muito bem até que a massa fique “ligada”. Exemplo: com a mão direita vão-se fazendo círculos com a massa agarrada na mão até que a levantemos e ela não se despegue “movimentos em espiral”. Junta-se a massa em forma de bolo no centro da gamela e polvilha-se os lados com farinha. Tapa-se a gamela com uma toalha e vários cobertores ou mantas num local (em temperatura média) e deixa-se

levedar durante 12 horas. Passado este tempo corta-se a massa, “talha-se a massa”, e formam-se pequenos bolos sempre a amassar de fora para dentro com um pouco de farinha nas mãos. Deixa-se repousar cerca de 15 minutos e dobra-se o pão ao meio. Vai ao forno e quando estiver “crescido” e corado tira-se do forno e com um “pincel” cobre-se com ovos mexidos para ficar “brilhante” e vai ao forno novamente até cozer.



Figura 48 – Folar doce da Páscoa foto de Bruno Patusco

Abril

O mês de Abril, era um mês chuvoso semeava-se milho nas terras mais secas logo no início do mês, e nas terras mais húmidas no fim do mês, semeava-se abóboras, nabos, favas, agriões, couves (lombarda, saloia, repolho, e portuguesa), feijão manteiga, feijão rajado, feijão raboto, feijão catarino, feijão-frade, grão-de-bico, para mais tarde secar, etc... Semeava-se beterrabas para dar aos animais.

Colhia-se as primeiras favas, ervilhas, feijão-verde e começava-se a apanha das batatas.

Favas á gandraesa (Abril a Maio)

As favas á Gandraesa é sem dúvida tal como o nome indica um dos pratos mais típicos desta região. As favas são colhidas no campo normalmente no próprio dia ou no dia anterior ao fim da tarde, debulham-se e guardam-se para a favada. As favas á Gandraesa fazem-se com as primeiras batatas novas, uma vez que as duas culturas dão-se na terra em simultâneo.

Ingredientes para 6 pessoas:

2 kg de favas debulhadas; 1 kg de batatas novas; 1 kg Toucinho de Porco da salgadeira (barriga); q.b. Rama de alho fresco; q.b. sal grosso

Modo de confeccionar:

Descascam-se as batatas novas e cortam-se em rodelas. Cozem-se as favas e as batatas com sal. Depois de cozidas escorrem-se, e viram-se para uma travessa.

Frita-se o toucinho de porco com a sua própria gordura, depois de bem tostadinho corta-se a rama do alho em pedaços pequenos e coloca-se na carne para dar sabor. De seguida vira-se para a travessa as favas a carne e a gordura.



Figura 49 - Favas à Gandraesa, Foto de Marisa Miranda

Maio

No mês de Maio semeava-se Milho, feijão, sorgo, batata-doce, arroz, beterraba couves, nabos e abóboras. Semeava-se melão e melancia. Apanhavam-se as batatas, couves, ervilhas, favas e cebolas.

No mês de Maio comiam-se as favadas, sopas e ervilhas estufadas com ovos.

Ervilhas estufadas com chouriço e ovos

Ingredientes:

Cebola, alho, banha, ervilhas, chouriço, e ovos.

Modo de Confeção:

Picava-se a cebola e o alho, e na panela de ferro punham a cebola e o alho a alourar com uma colher de banha, juntavam-lhe o chouriço em pedaços pequenos, deixava-se alourar e de seguida colocavam-se as ervilhas e um pouco de água, deixavam-se cozer, e quando estivessem quase cozidas, partiam os ovos para cima das ervilhas e deixavam-nos cozer.

Junho / Julho

No mês de Junho e Julho continuava-se a semear feijões para comer verdes, os repolhos, as couves, e os nabos. Plantar batatas.

Apanhar cereais, aveia, centeio, cevada, trigo e os grãos do tremoço para semente. Apanhar a batata de Fevereiro. Colher as cebolas os alhos, a beterraba, as couves e o feijão. Colhe-se a batata da temporada e começa a colher-se alguma para semente. Colhe-se melão e melancia.

Pelas Festas de S. António

Antigamente, na freguesia e arredores (e mesmo em terras mais distantes) este santo era invocado para curar os animais doentes, sobretudo gado porcano, sendo chamado por alguns « advogado do gadinho ». Tem origem aí os pés de porco tratados pelo sal que eram ofertados ao Santo António, no dia da sua festa, em cumprimento das promessas. Nas festas de S. António era comum comer-se sardinhas assadas na telha com broa de milho e azeitonas regado com o vinho da região.

Sardinha na telha

A Sardinha na telha é apreciada em toda a zona da Gândara, á quem a coloque no forno de cozer a broa de milho e quem a faça diretamente nas brasas, ambas as soluções são apreciadas na região

Ingredientes para 6 pessoas

24 Sardinhas gordas; 1,5 dl de azeite; 4 Dentes de alho; 1 Chávena grande de farinha de milho; q.b. Sal grosso

Modo de confeccionar:

Temperam-se as sardinhas com sal grosso. Untam-se com um fio de azeite as telhas de barro não vidradas e esfregam-se com os dentes de alho. Passam-se as sardinhas pelo azeite e de seguida pela farinha de milho. Colocam-se as sardinhas na telha a par e com as cabeças e rabos alternados. Leva-se a telha ao forno e deixam-se assar, ou coloca-se a telha nas brasas e espera-se até assarem. Assam-se cebolas, despelam-se laminam-se às rodelas e regam-se com azeite. Assam-se pimentos, tira-se a pele, cortam-se e regam-se com azeite. Acompanha-se tudo com batata a murro, azeitonas pretas e broa de milho ou baixada.



Figura 50 - Sardinhas na telha, Foto de Marisa Miranda

Pelas Festas de S. João Batista

“E comiam a sardinha assada nas brasas, a broa, as azeitonas, uma posta de bacalhau nos dias santos para a família inteira. Nos meses frios, nem isso tinham. Só o vinho abundava” (OLIVEIRA, C., 2004-a: 75)

Assar na areia a batata é uma forma tradicional de confeccionar esta iguaria na Gândara. O processo de confeção não é muito complicado, mas exige algum trabalho. Junto com estas batatas faziam o bacalhau nas brasas que aproveitavam. Estas batatas assadas na areia eram comidas durante o ano sempre que houvesse oportunidade, pois eram muito apreciadas pelas populações das zonas do litoral, entre as praias de Vagos e da Figueira da Foz, no entanto a época festiva mais associada a esta prática de assar a batata na areia era sem dúvida pelos Santos Populares. Na Noite de S. João de 23 para 24 de Junho era costume fazerem-se fogueiras nas dunas da praia, onde tradicionalmente se assavam batatas na areia e bacalhau nas brasas, que acompanhavam com azeitonas, a broa de milho e o vinho da região completavam a refeição, no fim comiam-se filhoses de abóbora. Depois de comer e

das tradicionais brincadeiras nas fogueiras, iniciavam-se as vigílias, pois era hábito que nesta noite quase mais clara que o dia ninguém se deitasse cedo, rezava-se e ia-se ao mar tomar banho porque dizia-se que as águas neste dia eram abençoadas. Esta festa de S. João marcava também o solstício de Verão.

Batatas assadas na areia

Ingredientes para 6 pessoas:

1 Cabaz de batatas pequenas (roleiras); ½ L de azeite; 6 dentes de alho

Modo de confecionar:

Faz-se uma fogueira na praia em cima da areia durante algum tempo para que a areia aqueça, depois puxa-se as brasas para o lado e faz-se uma cova no centro, onde se colocam as batatas, tapam-se bem com a areia quente anteriormente arrastada, e colocam-se as brasas da fogueira por cima. Deixam-se bem tapadas entre 30 minutos a 1 hora dependendo do tamanho das batatas. Quando a batata estiver assada tira-se-lhe a areia, e dá-se-lhes um murro, rega-se com azeite e um dente de alho picado e está pronta a comer.



Figura 51 - Batata assada na Areia - " Blog do Manel"- segunda feira, 15 Junho de 2009



Figura 52- Batata assada na Areia - " Blog do Manel"-segunda feira, 15 Junho de 2009



Figura 53- Batata assada na Areia - " Blog do Manel"-segunda feira, 15 Junho de 2009

Bacalhau assado na brasa

Ingredientes para 6 pessoas:

1,500 kg de bacalhau; 0,5 l de azeite; 50 gr de dentes de alho; 6 Folhas de louro; 1 kg de cebolas

Modo de confeccionar:

Coloca-se o bacalhau a assar em cima das brasas, deixa-se assar bem. Retira-se o bacalhau das brasas e reserva-se. Aquece-se o azeite com os dentes de alho e a folha de louro. Lasca-se o bacalhau, junta-se a cebola cortada em rodelas e o molho de azeite, acompanha-se com a batata assada na areia, e azeitonas pretas.



Figura 54 - Bacalhau assado na brasa " Blog do Manel"- segunda feira, 15 Junho de 2009

Broa de Milho

Ingredientes:

1kg de farinha de milho peneirada; 1 kg de farinha de trigo sem fermento; 1,250l de água; 1,5 colher de sopa rasa de sal; q.b. de Isco (fermento)

Modo de Confeção:

Coloca-se 650 ml de água ao lume até ferver. A seguir escalda-se a farinha de milho com essa água. Mexe-se com uma colher de pau para não queimar as mãos e quando se puder suportar a temperatura da massa amassa-se com as mãos e forma-se uma bola que se deixa a repousar durante 1 hora tapada com um pano.

Após essa hora, coloca-se a restante água (deve estar morna) num alguidar, junta-se o sal e desfaz-se o isco ou fermento; depois junta-se a bola de massa de milho e vai-se adicionando a farinha de trigo e amassa-se tudo muito bem. Fica a levedar durante 45 minutos. Depois de finta a massa, repartem-se bolas de massa e com a ajuda de uma tigela polvilhada de farinha, dá-se a forma desejada às broas. Vão a cozer em forno de lenha.



Figura 55 - Massa de broa de Milho na Gamela de amassar - Foto de Carlos Saramago

Filhós de Abóbora



Figura 56 - Foto de Carlos Rebola - Cadima, Cantanhede (28/10/2008) <http://ferroada.blogspot.pt/>

Ingredientes:

2 kg de abóbora menina; 600 gr de farinha; q.b.de isco da broa (atualmente coloca-se fermento padeiro); sal; açúcar; azeite para fritar e canela em pó para polvilhar.

Modo de confecionar:

Descascar a abóbora e cortá-la em pedaços pequenos, cozendo-a com água em lume brando num tacho de ferro. Depois da abóbora cozida escorre-se bem. Desfaz-se a abóbora e adiciona-se a farinha, o fermento e uma pitada de sal. Amasse bem, a massa e coloque a levedar num lugar quente. Fritam-se num caçoilo de ferro com bastante azeite. Colocam-se a escorrer e polvilham-se com açúcar e canela.



Figura 57 - Filhos de abobora, Foto de Marisa Miranda (2015)

Pelas festas de S. Pedro

Arroz de Sardinhas

Ingredientes para 6 pessoas:

18 Sardinhas; 1 ou 2 cebolas; 2 tomates; 1/2 de pimentos; Louro q.b.; 3 canecas de arroz; Azeite q.b.; 1 dl de vinho branco; Água q.b; 1 raminho de salsa; 1 dente de alho; Sal a gosto; vinagre vínico q.b.

Modo de Confeção: Preparar as sardinhas e salpicar com sal. Num caçoilo de barro, colocar a cebola e o alho picados, o azeite, o louro, o ramo de salsa, o pimento picado, o tomate sem pele e sem grainhas e o vinho branco. Deixar refogar, acrescentar água e deixar ferver, juntar sal. Juntar o arroz e deixar cozer, quando estiver quase cozido juntar as sardinhas e deixar cozer. Depois de cozido juntar umas gotas de vinagre de vinho tinto em cima das sardinhas.



Figura 58 - Arroz de Sardinha - Foto de Carlos Saramago (2015)

Agosto

Em Agosto semeavam-se couves, nabos, nabiças, repolhos, agrião, e tremoços.

Apanham-se as batatas, feijões, couves, milho, abóboras, melão, melancias. E recolhem-se as sementes para semear mais tarde ervilhas, feijões, beterrabas e couves.

Agosto era o mês das festas dos arreais populares e dos casamentos, era o mês que as famílias se juntavam, pois aqueles que se encontravam fora da terra a ela voltavam neste mês.

Casamentos

Desde os princípios da humanidade que sempre se celebraram casamentos, de forma mais intensa ou menos eles sempre foram acontecendo como sinal de festejo da união dos filhos de duas famílias. Estes casamentos eram bastante diferentes dos atuais, quase que não existe semelhanças entre os que se realizavam nas aldeias da região da Gândara e os que se realizam hoje em dia, talvez o ato religioso seja mesmo a única conformidade a manter-se.

Mas vamos focar-nos nos casamentos antigos, quando um rapaz e uma rapariga queriam casar, os pais do noivo iam pedir a mão da rapariga em casamento a casa dos pais da noiva.

Nesse dia marcava-se a data e o noivo oferecia, à noiva, o anel de noivado. Lançavam-se foguetes na rua a sinalizar o noivado, e os pais da noiva colocavam o que tinham na mesa para fazer as honras ao momento. Uns enchidos, umas azeitonas, tremoços, nacos de broa, e o vinho da adega eram frequentes neste dia. Dois meses antes do casamento faziam-se os convites e entregavam-se. A família da noiva participava o casamento às famílias amigas, oferecendo uma travessa de arroz doce coberta por toalha de tecido de Almalaguês, de produção artesanal. Uma semana depois a travessa era devolvida com o presente de casamento.

As noivas no geral levavam um fato de saia, casaco e véu, ou as que tinham mais posses um vestido branco, na mão levavam o ramo de laranjeira que simbolizava a virgindade e a pureza. Depois da igreja, a madrinha da noiva atirava amêndoas, na porta da igreja, para as crianças que por ali estivessem, só muito mais tarde surgiu o hábito de atirar arroz. Seguidamente, dirigiam-se a casa dos pais, ajoelhando-se na soleira da porta pedindo a sua bênção bem como perdão pelas ofensas passadas. Ao chegar a casa, a rua estava enfeitada com verdura e flores da época. Todos os habitantes vinham à soleira da sua porta ver passar os noivos, e desejavam-lhes uma vida feliz e longa.

Partia-se para a tradicional boda do casamento que tinha como pratos: canja, cozido à portuguesa, carneiro assado com batatas e o tradicional leitão. Durante o almoço, a madrinha da noiva espalhava amêndoas pela mesa para os convidados. À sobremesa comia-se pão-de-ló, aletria, arroz doce e bolo de noiva. Para beber servia-se vinho que os pais da noiva fabricavam em casa, embora nos casamentos mais ricos fosse servido espumante. No segundo dia do casamento o almoço era feito com o que os convidados davam de presente aos noivos, galinhas, bacalhau, produtos da terra e mercearias, todos ajudavam como podiam. No concelho de Vagos existia uma outra tradição, o pão de Cornos, de origem centenária, que era uma dádiva das famílias abastadas às crianças, em dia de casamento, que iam atirar flores aos noivos à porta da igreja.

Canja de Galinha

Ingredientes:

Galinha, cebola, louro, massinhas, sal

Modo de Confeção:

Colocavam-se as galinhas a cozer nas panelas de ferro, com cebola, uma folha de louro e sal. Depois de cozidas desfiava-se a carne e partia-se os miúdos. No caldo colocava-se a massa a cozer e retificava-se o tempero. Depois de cozido juntava-se a carne desfiada, os miúdos e ovos da galinha. Enchiam-se as terrinas e servia-se os convidados do casamento.

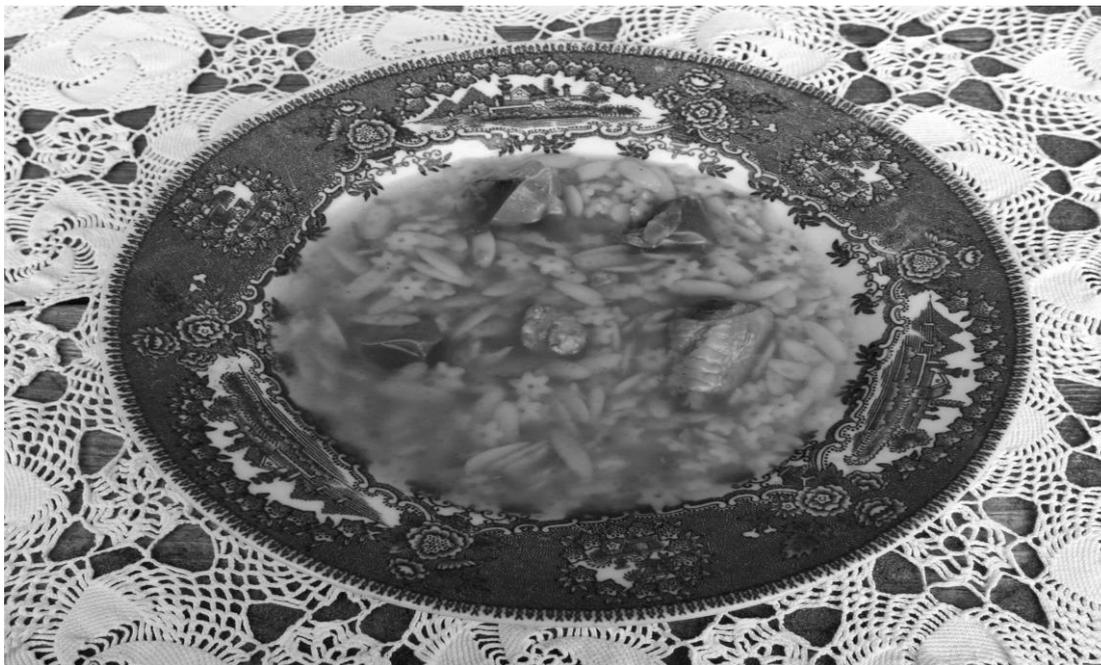


Figura 59- Canja de Galinha , Foto de Marisa Miranda

Cozido à Portuguesa – Receituário apresentado no Carnaval**Carneiro assado com batatas****Ingredientes:**

Carneiro; 6 dentes de alho; 1 ramo grande de salsa; 4 cebolas; 150 g de banha de porco; 2 folhas de louro; pimenta; 4 cravinhos; 1 colher de sopa de massa de pimentão; 1 colher de sopa de colorau; 1,5 dl de vinho branco; sal; Batatas pequenas roliças

Modo de Confeção:

Pisam-se num almofariz, até fazer papa, os dentes de alho, um ramo de salsa e sal. Barram-se as pernas do carneiro com esta papa e colocam-se numa assadeira de barro. Espalham-se por cima as cebolas às rodelas, a banha aos bocadinhos, as folhas de louro cortadas ao meio, pimenta em pó, os cravinhos, o pimentão e o colorau. Junta-se ainda um ramo de salsa inteiro e rega-se tudo com o vinho branco e uns pingüinhos de água. Leva-se a assar no forno juntamente com as batatas para acompanhar.

Leitão assado – Receituário apresentado no Carnaval**Arroz doce****Ingredientes para 6 pessoas:**

100gr de arroz; 150gr de açúcar; 150ml de água; Casca de limão; Sal q.b.; 1L de leite; Canela q.b

Modo de confeção:

Ferve-se a água com a casca de limão e o sal. Junta-se o arroz e deixa-se cozer, quando a água secar e o arroz estiver cozido junta-se-lhe o leite e o açúcar. Depois de cozido coloca-se numa travessa de barro e salpica-se com canela moída.



Figura 60 - Arroz doce, Foto de Marisa Miranda



Figura 61- Arroz doce com canela foto de Marisa Miranda

Aletria

Ingredientes:

Água; Limão; manteiga de vaca; sal; Aletria; Açúcar; Gemas

Modo de confeção:

Faziam um chá com a água e o limão, depois de ter fervido punha-se a manteiga de vaca o sal e aletria e deixavam cozer mexendo sempre com um pau de figueira verde. Por fim juntava-se o açúcar e as gemas.

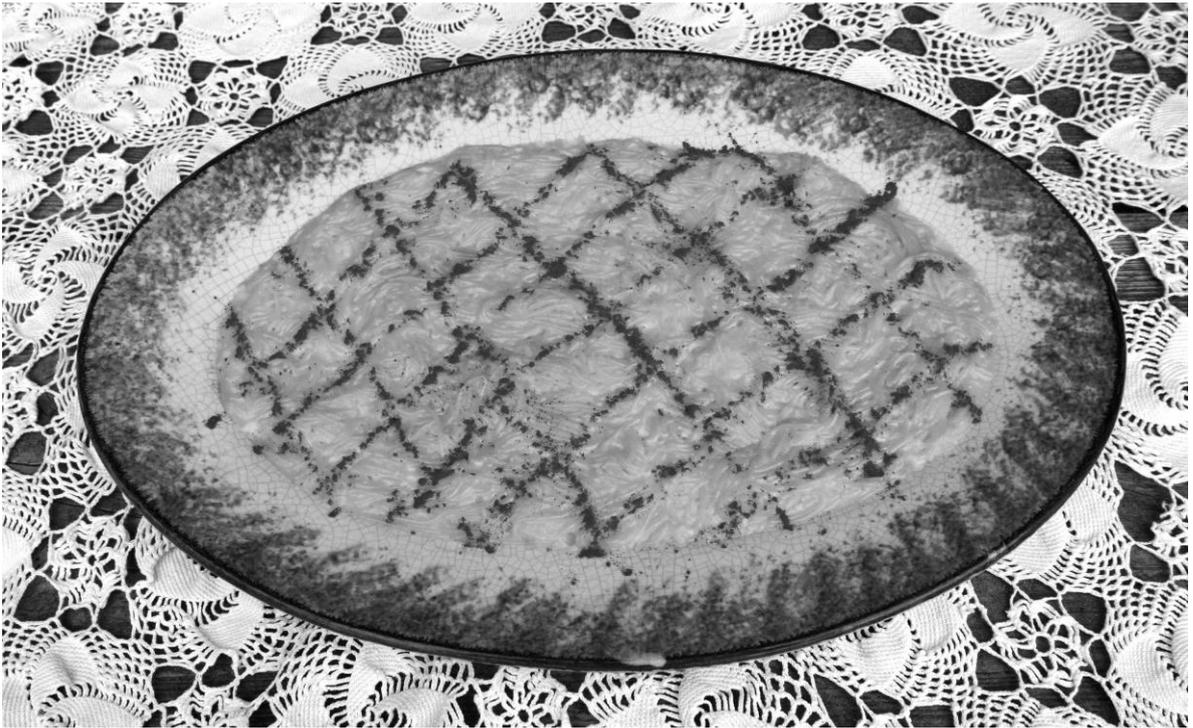


Figura 62- Aletria - Foto de Marisa Miranda



Figura 63 - Aletria foto de WWW.saborintenso.pt

Bolo de cornos

Ingredientes para 6 pessoas:

500 Gr de farinha de trigo; 180gr de açúcar; 150 gr de banha de porco (derretida); isco da broa (mais tarde- 150 gr de fermento); Raspa de limão; Canela a gosto; Ovo

Modo de confeção:

Amassar com a mão todos os ingredientes num alguidar até fazer uma massa homogénea. Deixar levedar, dar a forma e levar ao forno a lenha a cozer depois de pincelada com ovo batido.



Figura 64 - Bolo de cornos, foto de <http://www.jornaldamealhada.com/>

Setembro/ Outubro

Em Setembro semeava-se tremçoço, aveia, cevada, trigo, nabos, couves, repolho, beterraba, e cebola.

Colhia-se as abóboras, milho, uvas, feijão manteiga, catarino, raboto, rajado, e frade. Colhia-se grão-de-bico. Melão e Melancia. Apanhava-se o arroz, e iniciavam-se as vindimas.

Em Outubro semeavam-se cereais (centeio, cevada, aveia, e trigo), favas, ervilhas, nabos, coentros, agrião, tremçoço, e salsa.

Colhiam-se as azeitonas, o melão, os feijões, e continuava-se com as vindimas.



Figura 65- As vindimas na bairrada (foto de: engenheiro agrónomo Manuel de Oliveira Silvestre Junho de 1969)

Vindimas

As vindimas eram uma festa na região da Gândara, eram motivo para as raparigas e os rapazes se encontrarem. Iniciavam-se os trabalhos logo pela manhã cedo antes do calor chegar, afiavam-se as facas e as tesouras e enchiam-se as cestadas que se carregavam para os carros de bois para depois levar para as dornas onde mais tarde os homens haveriam de as pisar. Durante a adiafa todos cantavam canções enquanto trabalhavam. No último dia da vindima o lavrador oferecia a ceia aos trabalhadores. A ceia é normalmente melhorada e um pouco diferente do trivial e um dos pratos obrigatórios, geralmente o último, em algumas zonas da Gândara pelo menos, consiste em papas de abóbora, muito doces (com açúcar ou com mel, ou com as duas coisas), com que se finaliza a refeição. O primeiro prato consiste

numa boa bacalhoadada com batatas, cebola e legumes, bem temperada de azeite e um pouco de vinagre. O segundo prato é um prato de carne, confeccionado de diversas maneiras, conforme se trata de carne de vaca, de porco, de galinha ou de coelho. A «empurrar» estas iguarias vinho à descrição, começando-se pelo tinto e terminando pelo branco, quando se não vai mais além e se entra pelos licorosos. Por vezes, as vindimadeiras «namoram» os patrões e pedem-lhes que lhes faça um bailarico que, autorizado, se realiza ou na eira ou em qualquer dependência livre da casa. A estes bailaricos têm acesso os namorados e os convidados das vindimadeiras solteiras.

Bacalhoadada

Ingredientes:

Postas de bacalhau; cebola; alho; batata a murro; azeite; vinagre; azeitonas pretas; broa de milho

Modo de Confeção:

Assam-se as postas de bacalhau e as batatas no forno a lenha, depois desfia-se o bacalhau e junta-se a cebola às rodelas o alho picado, o azeite e o vinagre e envolve-se bem. Serve-se o bacalhau num caçoilo de barro com as batatas a murro e azeitonas pretas e broa de milho a acompanhar. Cozem-se os legumes que houvesse e servem-se com azeite e vinagre.

Carne Assada

Este prato era tradicionalmente um assado no forno, feito com a carne que se dispunha em reserva maior, acompanhado de batata assada.

Novembro

Em Novembro o tempo era de chuva e frio e o trabalho na agricultura mais duro, semeavam-se tremoços, salsa, nabos, favas, ervilhas, cevada, centeio, trigo, e plantava-se cebola, alho. Colhia-se nabos, beterraba, e azeitonas

Matança do porco

A matança do porco é descrita no capítulo III. Esta era uma festa vivida na região da Gândara com bastante intensidade. Comia-se o sarrabulho com batatas cozidas e o arroz de leves.

Sarrabulho

O Sarrabulho é talvez um dos pratos mais conhecidos na Gândara e no país em geral, em todas as aldeias que faziam a matança do porco o Sarrabulho era usado como prato da festa da matança.

Ingredientes para 6 pessoas:

1 kg de febras de porco da mão ou do sitio onde se dava a facada; 500 gr de sainhas (gordura envolvente das tripas do porco); 500 gr de fígado do porco; 500 gr de Lebe (pulmões do Porco); 1 kg de sangue de porco; 500gr Cebolas; 20 gr de Dentes de Alho; 1 Ramo de Salsa; 4 Folhas de Louro; Vinho Tinto; Q.b. Sal; Q.b. Pimenta; Q.b. de Banha de porco ou Azeite

Modo de Confeccionar:

Recolhe-se o sangue do porco da matança e coze-se em água com sal, uma folha de louro e um pedaço de cebola.

Cortam-se as carnes em pedaços pequenos.

Num tacho de ferro fundido muito usado na época colocava-se o azeite ou a banha de porco, com as sainhas já cortadas em pedaços pequenos. Deixam-se alourar muito bem, junta-se o alho e deixa-se alourar mais um pouco. Depois juntam-se as febras em pedaços pequenos. Espera-se cerca de 20 minutos até estar a carne bem dourada, juntam-se as cebolas picadas e deixa-se estufar em lume brando. Junta-se o louro, a salsa, o sal a gosto, e a pimenta, regando tudo com vinho tinto até cobrir as carnes, deixa-se levantar fervura e junta-se o fígado cortado em pedaços.

Acrescenta-se o sangue do porco já cozido, tapa-se a panela de ferro e deixa-se tudo cozer. Depois de cozido existia o costume em alguns sítios de deitar o sumo de uma laranja verde, para ganhar paladar. O Sarrabulho era acompanhado de batatas cozidas com a pele.



Figura 66 - Sarrabulho, Foto de Marisa Miranda

Arroz de Leves

Ingredientes:

Arroz, cebola, alho, leves, e fígado de porco, sal, louro

Modo de confeção:

Pica-se a cebola, e o alho junta-se folha de louro e os leves (pulmões) cortados em pedaços pequenos, juntamente com o fígado de porco também cortado pequeno. Deixa-se tudo alourar na panela de ferro, depois junta-se vinho e um pouco de água e deixa-se ferver. Junta-se de seguida o arroz e o sal e deixa-se cozer.



Figura 67 - Arroz de Leves, foto de Marisa Miranda

Papas de abóbora (após a matança do porco)

As papas de abóbora são conhecidas em toda a região da Gândara. Escolhem-se as melhores abóboras-meninas para guardar durante o Inverno para as papas. As abóboras eram colhidas durante os meses de Agosto e Setembro.

Ingredientes para 6 pessoas

1 Abóbora-menina pequena; 1,300 kg de farinha de milho, q.b. de sal grosso; 1 a 2 colheres de banha de porco

Modo de Confeccionar:

Corta-se a abóbora em gomos, descasca-se e limpa-se das sementes. Lava-se a abóbora e corta-se em pedaços pequenos. Numa panela coloca-se a abóbora com sal e uma colher de banha a cozer. Depois de cozida a abóbora escorre-se muito bem da água e mói-se, juntando-se de seguida a farinha de milho já peneirada aos poucos, e mexendo com uma colher de pau, mantendo o leme brando para ir engrossando as papas sem queimar. Se for preciso pode-se deitar um pouco de açúcar para adocicar as papas. Alguns habitantes da Gândara polvilham um pouco de canela em cima. As papas de abóbora eram consumidas sozinhas, ou por vezes com torresmos, um carapauzinho ou sardinha na brasa. Também era comum quando as papas sobravam, aquecerem-se no dia seguinte com um pouco de banha de porco na frigideira.



Figura 68 - Papas de abóbora com sardinha

Torresmos (época da matança do porco)

Os torresmos são conhecidos por toda a Gândara e não só, do Norte do país ao Sul todos conhecem esta iguaria tão especial. Os torresmos eram feitos na Gândara quando se matava o porco, e durante o ano sempre que havia um naco de carne da salgadeira a sobrar. Os

Torresmos eram feitos numa panela de ferro, dentro do forno de lenha onde se cozia a broa, ou na fogueira com lume brando.

Ingredientes para 6 pessoas:

1 kg de Toucinho de porco salgado (da barriga do porco); 500 gr Sainhas de porco; 500 gr Aparas de porco; q.b. de banha de porco

Modo de confeccionar:

Corta-se a carne em pedaços pequenos. Coloca-se banha de porco na panela de ferro, e coloca-se a carne dentro. Espera-se até esta libertar a gordura e começar a fritar bem. Depois de bem fritos, colocam-se a escorrer numa travessa. A banha de porco é coada e guardada em potes de barro para utilizar durante o ano.



Figura 69- Torresmos foto de www.tomateconfit.com

Quinhões

Ingredientes para 6 pessoas:

1 Kg de Toucinho branco gordo salgado (da parte das costas do porco); 2 Colheres de banha de porco; Q.b. vinagre de vinho tinto caseiro

Modo de confeccionar:

Tira-se o toucinho da salgadeira, e corta-se numa tira fina que depois se lamina em pedaços fininhos. Coloca-se o caçoilo na trempe de ferro até aquecer, coloca-se a banha de porco até derreter e junta-se a carne, deixa-se fritar até dourar. Retira-se o caçoilo do lume e junta-se o vinagre de vinho tinto. Para acompanhar este petisco coziam-se as batatas abertas a meio com pele em água e sal.

Dezembro

Em Dezembro semeava-se cebola, salsa, nabos, favas, ervilhas, e se não houver geadas continua-se a sementeira de cereais (cevada, centeio, trigo), continua-se a apanhar as azeitonas.

Natal

Usando as palavras de Rui Cascão, as festividades “Revestiam formas estabelecidas pela tradição, apresentavam aspetos rituais e tinham conotações simbólicas, cujo sentido, muitas vezes, já se tinha perdido”. O Natal é aquela que está mais associada à comensalidade e cujos alimentos a consumir são mais rigidamente estabelecidos. ¹⁰²(Cascão, Rui p.88)

O natal na região da Gândara era vivido de forma profundamente religiosa, no dia 24 durante o dia limpavam-se as casas, e faziam-se os preparativos para a ceia de natal.

¹⁰² CASCÃO, Rui – À volta da mesa: sociabilidade e gastronomia. In Mattoso, José (dir.) - História da Vida Privada em Portugal 3, cit., p. 56-91 (citação: p. 88)

As famílias reuniam-se todas em casa de um familiar, o natal era uma festa de família e todos se juntavam para a comemorar. Compravam-se pequenas lembranças para as crianças, as famílias mais abastadas compravam um brinquedo novo, ou uma roupa, as mais pobres um simples chocolate comprado na mercearia ao lado de casa era suficiente para passar a noite. Durante o dia cada qual ia fazendo em casa uma sobremesa ou um petisco para levar para casa do familiar onde passaria a ceia. O natal era pobre mas fazia-se o possível para ter à mesa o melhor. Os mais pobres comiam batatas abertas a meio com pele, azeitonas e broa, não tinham presentes para oferecer nem para receber, comiam, rezavam e cantavam até ser horas para a missa do galo. Os remediados esses comiam as batatas abertas a meio com pele, bacalhau e couves, acompanhados de azeitonas e broa de milho, tinham para sobremesa filhoses e rabanadas, ofereciam pequenos presentes às crianças, rezavam e cantavam até à missa do galo. Os mais abastados comiam, sopa ou caldo, bacalhau com batatas e couves, comiam filhoses, arroz doce, pão de lo, broinhas de natal e rabanadas. No fim da noite todos se dirigiam à igreja para assistir à missa do galo, e beijar os pés ao menino Jesus.

Batatas abertas a meio com casca e bacalhau cozido com couves

Ingredientes:

Batatas grandes com casca lavadas; bacalhau; couves; Azeite; sal; vinagre

Modo de confeção:

Cozem-se as batatas abertas a meio, com o bacalhau e as couves. Rega-se com azeite e vinagre e serve-se.

Rabanadas - Receita em anexo pelos Reis.

Filhos – Receituário anexo nos Santos populares

Arroz doce – Receita em anexo nos Casamentos

Broinhas de Natal

Ingredientes:

Farinha de milho, azeite, açúcar, mel, água, cravinho da índia em pó, canela em pó, cidra em bocadinhos, massa de pão lêveda

Modo de confeção:

Peneira-se a farinha de milho para um alguidar. Junta-se o mel, o azeite e o açúcar numa caçoila de cobre e leva-se ao lume até ferver. Deita-se sobre a farinha de milho e mexe-se com uma colher de pau, até incorporar tudo. De seguida junta-se a massa de pão lêveda e amassa-se tudo à mão. Tempera-se com o cravinho, a canela e o cidrão, deixa-se repousar dois dias para levedar. Depois tendem-se as broas, dispõem-se em tabuleiros untados com azeite, e levam-se a cozer no forno a lenha.

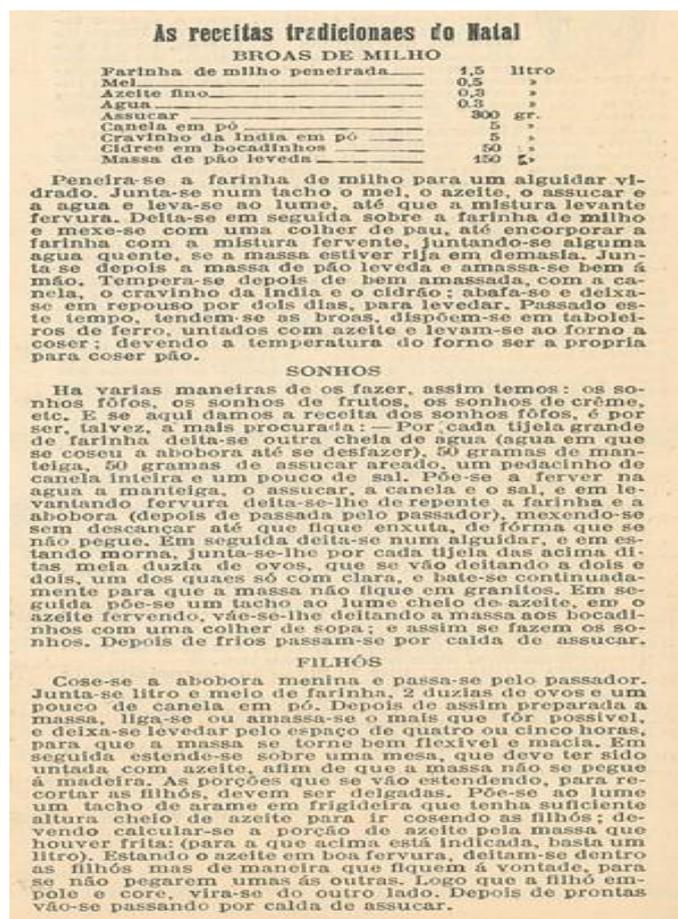


Figura 70- Receitas de Natal- Retirado de Genealogia, cultura popular (trajes, costumes antigos...) e história em Portugal, Particularmente no Concelho de Cantanhede

Pão-de-ló

Ingredientes:

5 ovos, 125 gr de farinha, 200 gr de açúcar

Modo de Confeção:

Bater os ovos com o açúcar até dobrar o aparelho. Peneirar a farinha e juntar à massa aos poucos envolvendo. Colocar a massa na forma previamente untada, levar a cozer.



Figura 71- pão de lo, foto de Marisa Miranda

Outras datas importantes assinaladas

Pelos funerais

Existia na Gândara a tradição de quando morria alguém, se estenderem as esteiras no chão da estrumeira e comia-se em cima, a família do morto tinha de comer de todos os açafates de comida que os vizinhos e familiares preparavam. Era hábito cozinhar-se caldeirada de bacalhau com batatas retalhadas e regadas com azeite, vinagre e alho, de sobremesa faziam-se filhós de abóbora e para acompanhar tudo levava-se o garrafão do vinho. Note-se que ninguém comia carne neste período a abstenção de carne durante alguns dias ou pelo menos enquanto o corpo estivesse insepulto, era hábito na região da Gândara.

Em Ançã (Cantanhede), durante uma semana as mulheres da vizinhança iam todas as noites a casa do defunto rezar o terço com a família e dormiam lá, no chão. No último serão a família oferecia uma ceia com filhós, bolos e café que, assim, encerrava o ritual de passagem.

Caldeirada de Bacalhau

Ingredientes:

Batatas, bacalhau, cebola, alho, azeite

Modo de Confeção:

Colocava-se tudo às camadas na panela de ferro e deixava-se cozer.

Dia dos barreiros

Na Gândara era hábito o povo construir os adobes para as suas casas, nos barreiros o trabalho era árduo e demorado. Ninguém recebia convite, nos barreiros todos ajudavam à construção dos adobes para as casas, a família e amigos chegados apareciam mais facilmente mas mesmo aqueles que não eram nada à família para quem se construía os adobes apareciam sempre que podiam. O barreiro era na maioria das vezes um conjunto de pessoas que se ofereciam para o trabalho, e que construía o maior número de adobes que conseguiam em troca de uma refeição que a família oferecia. Nestes dias era hábito a meio

da manhã e da tarde parar-se para comer uma bucha que não passava de um naco de broa na maioria das vezes já velha, com um rabo de sardinha assada já fria de sobra, e umas azeitonas curtidas, tudo regado com o vinho da colheita de casa. Para cear a família para quem se construía os adobes, geralmente a casa dos pais da noiva, fazia a refeição para todos, papas de farinha de milho, temperadas com manteiga de porco, e açúcar amarelo em cima, feitas e servidas nas caldeiras de cobre, de onde todos comiam. Estas eram comidas em círculo à volta das caldeiras de cobre, onde cada um enchia a sua colher, todos acachapados em esteiras estendidas no chão. Diz-se que alguns, na reinação, a dada altura da refeição, se levantavam e davam uns pulos valentes para conseguirem arranjar mais espaço na barriga para mais algumas papas. Seguia-se um pequeno bailarico com cantares à desgarrada e ao som da gaita-de-beiços.

Papas de Farinha de Milho

Ingredientes:

Água, Sal, farinha de milho, toucinho de porco, manteiga de porco, Açúcar amarelo

Modo de confeção:

Ferve-se a água com o sal, junta-se a farinha de milho e deixa-se cozer sem parar de mexer para não queimar. Num caçoilo de cobre coloca-se a manteiga de porco e o toucinho em pedacinhos pequenos e deixa-se corar, quando estiver dourado coloca-se as papas de milho em cima. Envolve-se tudo, serve-se no caçoilo de cobre com açúcar amarelo por cima.

As famílias mais abastadas comiam papas de milho também mas um pouco mais ricas, essas levavam verdura e carne.

Papas de milho com couves e rojões

Ingredientes:

1 medida de carolo (farinha grossa) de milho amarelo; 5 medidas de água de cozer as couves; Folhas de couve portuguesa ou, se for tenra, galega; Alhos; Sal e pimenta; Carne de porco, Massa de pimentão; Alhos, louro e pimenta; Vinho branco; Banha de porco

Modo de confeção:

Num caçoilo de cobre cozem-se as folhas de couves, com sal, depois de cozidas retiram-se da água, e junta-se a essa água a farinha de milho, deixando cozer sem parar de mexer. Coloca-se o alho picado, e banha de porco junta-se as couves, e coloca-se as papas de milho já cozidas em cima, mexendo-se tudo. De seguida preparam-se os rojões noutra caçoilo, deita-se a banha de porco e a carne temperada com o sal, o louro, o alho, a massa de pimentão e o vinho, deixa-se a carne corar bem. Depois de feitos os rojões colocam-se por cima das papas de milho com couves e serve-se tudo assim nas padiolas de madeira.



Figura 72 (2015) - Rojões Foto de Carlos Saramago



Figura 73 - Papas de milho com couves e rojões

Batizados

As festas de batizado eram comemoradas na Gândara, e incluíam, na região de Cantanhede, canja, arroz pardo, chanfana ou capão assado¹⁰³

Canja de galinha - Receituário apresentado nos casamentos

Arroz pardo

Ingredientes:

Cebola, alho, banha de porco, carne de galinha, água, arroz carolino, sangue de galinha com vinagre de vinho para não coalhar

Modo de confeção:

Deixa-se alourar a cebola, e o alho com a banha de porco e a folha de louro, depois colocava-se a galinha partida em pedaços pequenos, deixa-se cozer com sal e pimenta, depois junta-se água deixa-se ferver e junta-se o arroz até ficar quase cozido, junta-se o sangue sempre a mexer com uma colher de pau, e está pronto

Outros pratos que se comiam na Gândara

Pitéu de Raia (Primavera/verão)

O pitau de Raia é um prato feito no litoral da Gândara, era usual começar-se a comer caldeiradas a partir de Abril, quando os pescadores regressavam ao mar, porque em Fevereiro e Março o peixe ainda se encontrava na época de desovar e por isso não se pescava.

Ingredientes para 6 pessoas:

1 Raia grande; 1,5 kg de batatas; Fígado de Raia; 0,5l Azeite; 2 Folhas de Louro; Q.b. Colorau; Q.b. Sal; Q.b. Pimenta

¹⁰³ Fontes Orais - Madalena Vieira, de Ançã, concelho de Cantanhede

Modo de Confeccionar:

Arranjar e amanhoar a Raia, parti-la em pedaços pequenos e temperar com sal. Descascar as batatas e cortá-las às rodelas, colocar a cozer com água e sal, juntamente com o fígado da raia e a Raia partida em pedaços. Depois do fígado cozido, pisa-lo com o garfo e juntar o azeite, alho picado, colorau, louro, e pimenta para fazer o molho. Depois da batata e da Raia cozidas, escorrer a água, e guardar um pouco desse caldo para juntar ao molho do fígado. Levar o molho a levantar fervura, e juntar um fio de vinagre. Colocar as batatas e a Raia num prato e regar com o molho

Sopa Gandaresa**Ingredientes:**

Feijão vermelho, batatas, cenouras, cabeça de porco, chispe, entremeada e chouriço, azeite, cebola, repolho, massa, sal

Modo de confeção:

Cozem-se as carnes e o feijão numa panela de ferro. Quando a carne estiver cozida retira-se para fora e corta-se em pedaços mais pequenos. Numa outra panela coloca-se a cebola e o azeite a refogar, junta-se a cenoura a batata e a água deixa-se cozer, junta-se o feijão pré-cozido o repolho e a carne, tempera-se e por último acrescenta-se a massa e deixa-se cozer.

Glossário de termos

Açafato - era um cesto retangular baixo - cestaria de verga - OLIVEIRA, Ernesto Veiga de.1994. Arquitetura tradicional portuguesa. Lisboa: Publicações Dom Quixote.

Batoniano - Na escala de tempo geológico, o Bathoniano é a idade da época Jurássica Média do período Jurássico da era Mesozoico é onde o Fanerozoico que está compreendida entre 167 milhões e 700 mil e 164 milhões e 700 mil anos atrás, aproximadamente. A idade Bathoniana sucede a idade Bajociana e precede a idade Calloviana, ambas de sua época

Bunho (*Schoenoplectus lacustris*) - é uma erva vivaz da família das ciperáceas nativa da Europa. Era anteriormente classificado com *Scirpus lacustris*. É comum em áreas húmidas e alagadiças, como riachos, lagoas, pântanos e pauis do norte e centro de Portugal. Cresce em densos maciços, cobrindo largas áreas sobre as águas. Os caules são utilizados no fabrico de móveis e esteiras.

Cambeiro de madeira - espécie de guindaste, formado por uma trave vertical, com diversos ranhuras na parte inferior, giratória, ligada a outra horizontal quando em serviço, da qual pendia um ferro com forma arredondada na parte inferior, para suporte dos arcos das panelas, marmitas e das caldeiras de cobre. Uma terceira trave era fixada com uma dobradiça à trave horizontal e, quando em serviço, fazia mais ou menos uma diagonal com as duas anteriores, afastando ou aproximando as panelas do fogo, conforme a ranhura em que se encaixava e a rotação que se dava ao cambeiro. O mesmo efeito se conseguia mediante a utilização de três ganchos de comprimento diferente cravados na parte inferior do cambeiro. Quando fora de serviço, rodava completamente até encostar à parede – Retirado de monografia: A CASA GANDARESA EM SEIXO DE MIRA: Sua vida, usos e tradições de Maria Isabel Oliveira das Neves

Comissionista – Recebe 1% das vendas feitas, normalmente é natural da terra e na maioria das vezes pescador, não pesca simultaneamente. Pode ser dono de uma companha também.

Conduto – termo popular para designar um acompanhamento de um alimento.

Folhelho - era o nome que se dava aos carpelos descamisados das espigas do milho, normalmente davam um colchão bastante fofo e muito apreciado.

Gamela- era um recipiente onde se amassava a broa, feito de madeira de pinho sem nós e sem resina

Isco- geralmente era sempre pedido a um vizinho cada mulher que cozia a sua broa tirava sempre um pouco de massa que ficava numa taça para servir de fermento, mas como só cozeria a broa novamente passado uma ou duas semanas esse fermento já não estaria bom, então era trocado com as vizinhas sempre que necessário.

Jornaleiro corresponderá ao “Laborator” da carta de povoamento de 1183, respeitante à Ermida de Santa Maria de Mira por CUPIDO, Mário- Em busca de identidades- Aspetos Etnográfico-Históricos de Mira; CEMAR MIRA 2006, p. 167

Jurássico- Cretácica - Último período da Era Mesozóica ou Secundária que sucede ao Trásico e antecede ao Cretácico, terreno com restos fósseis.

Comissionista – Recebe 1% das vendas feitas, normalmente é natural da terra e na maioria das vezes pescador, não pesca simultaneamente. Pode ser dono de uma companha também.

Labuta – o mesmo que trabalho ou faina, termo popular usado na Região

Milho Maís Branco - é uma das variedades de milho existente, e é aquela que é cultivada localmente para a panificação. Nos moinhos comercias e particular este é o tipo de milho mais usado para a broa.

Péla- era o nome dado a um sauté ou frigideira.

Procerites – é um extinto gênero de uma classe de fósseis cefalópodes, os amonites, que viveram durante o período Jurássico

Quinhão- termo popular para designar bocado, dose, comida.

Raça Marinhóa – Segundo Silvestre Bernardo Lima a raça Marinhóa “ ...é o nome que designa o gado que produz, cria e recria, trabalha e engorda em toda a beira-mar do distrito de Aveiro e Coimbra, (...), nas terras da Gandra e das Marinhóas”

Sáínhas – parte de gordura que envolve as tripas grossas do animal

Tremela- era um mecanismo tipo uma tranca em madeira ou ferro que fechava a porta só de um dos lados.

Trocar tardes - era uma forma de se conseguir ajuda para fazer o trabalho que se tinha sem ter de pagar a alguém, hoje o vizinho trabalha para mim, amanhã trabalho eu para ele, era o sistema mais usado na Gândara.

Conclusão

Os trabalhos de investigação sobre os nossos antepassados não são fáceis de realizar devido à escassez de fontes. No entanto, de certa forma são desafios entusiasmantes. Também esta investigação se revelou complicada, como fatores negativos apontamos a dificuldade nas fontes sendo que as principais informações foram obtidas junto de pessoas em zonas da área em estudo, conhecedores das receitas transmitidas de geração em geração por conhecidos ou familiares. Todavia é com certeza uma investigação merecedora de uma maior reflexão, não só pela sua importância local mas pela sua dimensão turística em termos nacionais.

O principal objetivo deste trabalho foi perceber de que forma a alimentação influenciava o dia-a-dia das gentes da Gândara, identificando assim as principais características destas gentes e a forma do ser humano se alimentar. Conhecer o património histórico-cultural ajuda-nos a entender melhor a gastronomia desta região. A arte xávega, o peixe, os barcos, os pescadores e o mar, influenciaram a alimentação, uma vez que existia uma relação intrínseca entre o que se pescava e a alimentação destas gentes. O peixe que o mar dava era o complemento ao alimento cultivado na terra da Gândara.

Era normal nesta região o povo alimentar-se só daquilo que conseguia granjear na terra, os hábitos associados à alimentação eram profundamente rurais. A colheita dos alimentos e a época de os semear eram vividas de forma festiva eram atos de socialização e de partilha. A matança do porco, os noivados, os casamentos, os batizados, os barreiros onde faziam os adobes para construir as casas, eram sempre oportunidades para rever a família e amigos em convívio festivo de partilha dos saberes e sabores gandareses.

Este estudo encerra uma forte componente cultural para explicar a forma como os alimentos são confeccionados, como é cuidada a sua preparação e até a disposição nas mesas tudo isto em resultado da cultura de um povo bem contextualizado em termos históricos e geográficos.

Ao longo deste documento foram mencionados os principais alimentos usados na gastronomia local, assim como questões relacionadas, para se entender a sua ligação com o

meio envolvente. Recuando no tempo conseguimos facilmente reconhecer que existe uma semelhança permanente entre os alimentos que eram consumidos e os que são consumidos hoje em dia pelas populações da Gândara. A principal diferença está relacionada com a maior variedade de produtos que fazem parte das ementas e dos menus atuais nas casas e nos restaurantes locais.

Os alimentos que fazem parte do quotidiano das gentes da Gândara baseiam-se em produtos provenientes da pesca e da agricultura, principais atividades de sustento destas paragens. Além disto, os alimentos estavam muitas vezes presentes em rituais religiosos e festivos com evidências bem prenunciadas nas festas populares e nos hábitos associados e isto poderá sustentar a ideia de que na Gândara a alimentação, a religião, a agricultura e a pesca ocupavam a maior parte do tempo dos Gandareses, sendo pouco o tempo de sobra para atividades de socialização.

Por considerarmos haver uma lacuna do estudo da alimentação no território da Gândara procuramos perceber de que forma poderíamos encontrar saberes e sabores ancestrais, estudando o comportamento alimentar dos concelhos da gândara e os hábitos a eles associados como as festividades e influência das estações do ano na seleção das sementeiras e na posterior colheita.

Desenvolvendo a perspetiva do estudo salienta-se de forma positiva que o “homem” Gandares é criador de história e cultura. Ele faz o seu destino, traça a sua rota e procura oportunidades de uma vida melhor, preocupa-se em transmitir os seus saberes e conhecimentos às gerações seguintes, para preservar o património cultural. Destacamos assim como mais-valias deste estudo a identificação e análise da relação entre o homem e a terra, o seu apego ao território por este constituir o principal vínculo para a preservação da sua cultura gastronómica. Relativamente à alimentação vimos como esta está dependente do amanhã da terra, da pesca artesanal, da criação do porco e de preparações simples como a broa de milho. A tudo isto podemos acrescentar o ritmo das estações e o calendário religioso da maioria católica. Também as etapas da vida das pessoas como a gravidez, doenças, infância ou velhice marcavam de certa maneira alguns dos preceitos da alimentação quer pela restrição quer pela seleção dos melhores exemplares.

Nas casas dos mais pobres consumia-se o que a terra dava e confeccionava-se de forma simples era tudo pouco em quantidade e variedade, deixando-se o melhor para épocas mais festivas como casamentos, natal e outras festividades.

Nas casas mais abastadas comia-se melhor na maioria das vezes não em variedade pois os alimentos eram os mesmos mas em quantidade, não existia uma diferença tão acentuada entre o dia-a-dia e as festividades.

O recurso a técnicas de conservação e acondicionamento revelaram-se um fator muito importante no dia-a-dia destas gentes, traduzindo-se na garantia de sustento para todo o ano.

Vimos também ao longo deste trabalho de pesquisa que a confeção da broa de milho, o ritual da matança e os produtos a esta associados demonstram o saber fazer destas populações que se revelam exímias na preparação e confeção de qualquer prato. As mulheres e mães da Gândara tiveram sempre um papel fundamental neste território como força de trabalho e como guardiãs dos saberes e costumes da alimentação na região.

Neste sentido os sabores tradicionais a par dos rituais e cultos associados e que foram tratados neste trabalho deverão ser revisitados para melhorar a inventariação do receituário e terminologia gastronómica.

O tempo limitado para a elaboração deste trabalho não nos permitiu concretizar tudo aquilo que tínhamos em mente inicialmente. A nossa vontade e objetivo era ter fotografado todos os passos da preparação e confeção das receitas enunciadas, como forma de tornar o trabalho o mais completo possível, bem como poder ter acompanhado tarefas diversas associadas a estas práticas de confeção na gândara.

Também no que concerne ao quotidiano destas gentes gostaríamos de ter aprofundado mais as atividades, e utensílios agrícolas pois consideramos que são importantes para entender esta peculiar forma de comer. Existem certas receitas, saberes e sabores que só através da vivência e apelo às memórias nos podem ser reveladas. Assim consideramos oportuna a intervenção das entidades locais no esforço de preservação e valorização dos saberes, produtos e sabores gandareses. É neste sentido que ponderamos voltar ao trabalho neste domínio para fazer um levantamento exaustivo e ensaio de receitas de que resultará um livro da Gastronomia Gandaresa. Consideramos ainda que as feiras e eventos gastronómicos, associadas às festividades na região são um meio de excelência para a divulgação e afirmação dos valores gastronómicos da Gândara e para isso deverá ser promovida a concertação entre as diferentes associações e confrarias ancoradas nesta área de interesse.

Em guisa de conclusão poderemos afirmar que na Gândara a alimentação vai muito além da necessidade básica e primária de saciar a fome e repor energias e por isso está repleta de saberes e sabores que vinculam as gentes da terra ao mar.

Bibliografia

- AGUILERA, César (1997) – História da Alimentação Mediterrânica (pp. 19)
- ALMEIDA, A. Campar (1990) - "Os solos na paisagem das dunas de Quiaios". Cadernos de Geografia, Coimbra - 9. (pp151-162)
- ALMEIDA, A. Campar (1990) - "Os solos na paisagem das dunas de Quiaios". Cadernos de Geografia, Coimbra (pp.151-162)
- ALMEIDA, A. Campar (1997) - [Dunas de Quiaios, Gândara e Serra da Boa Viagem (Uma abordagem ecológica da paisagem Fund. Cal. Gulbenkian e Junta Nac. Invest. Cient. Tecnológica, Col. Textos Universitários de Ciências Sociais e humanas, (pp 321)
- ALMEIDA, C. Mendonça (1999) - J. J. L., Silva, M. A. M. e A. Serra (1999) - Síntese da Hidrogeologia das Bacias do Mondego, Vouga e Lis (pp.2-18)
- BAPTISTA, João Maria (1875) - Corografia Moderna do Reino de Portugal
- BAPTISTA, Fernando Oliveira (1996) - "Declínio de um Tempo Longo", in Brito, Joaquim Pais de, e outros (coord.), O Voo do Arado, Museu Nacional de Etnologia, Lisboa, (pp. 35-75)
- BRANDÃO, Raul (2002) – In Os pescadores,(pp.34)
- BRITO, Raquel Soeiro de (1960) – Palheiros de Mira- Formação e declínio de um aglomerado de pescadores. Lisboa, (pp.23)
- BRITO, Raquel Soeiro de (1960) – Palheiros de Mira- Formação e declínio de um aglomerado de pescadores. Lisboa, (pp.36)
- BRITO, Raquel Soeiro de (1960) – Palheiros de Mira- Formação e declínio de um aglomerado de pescadores. Lisboa, (pp 36-37)
- CARDOSO, M. E. (2008) - Em Portugal não se come mal. Lisboa: Assírio e Alvim
- CARVALHO, G. Soares (1964) -"Areias da Gândara (Portugal) - (Uma formação eólica quaternária)". Porto, Mus. Lab. Min. Geol. Faculdade de Ciências do Porto, LXXXI, 4a Série. (7-32.)
- CARVALHO, P. (2009) A imagem de um Destino Turístico Cultural: O caso do Alto Douro Vinhateiro, Património da Humanidade Tese de Mestrado apresentada à Universidade Fernando Pessoa no âmbito do Mestrado em Ciências Empresariais. Porto: Universidade Fernando Pessoa
- CASTELHANO, Glória (2006) - Memórias da construção da Igreja.

- CHERUBINI, Giovani (1989) - "O Camponês e o trabalho no campo", in O Homem Medieval, dir. de Jacques Le Goff, Lisboa, Editorial Presença, (pp. 84)
Civilização. Lisboa: Imprensa Nacional - Casa da Moeda.
- CORTESÃO, J. (1993). Influência dos Descobrimientos Portugueses na História da Alimentação
- COSTA, E. R. (2009) - Mistura do dia: a gastronomia e a sua contribuição para o turismo. Revista Eletrônica de Turismo Cultural, (pp57-74)
- CUPIDO, Mário (2006) – Em Busca de Identidades (pp. 153)
- CUPIDO, Mário (2006) - Jornaleiro corresponderá ao "Laborator" da carta de povoamento de 1183, respeitante à Ermida de Santa Maria de Mira - Em busca de identidades- Aspetos Etnográfico-Históricos de Mira; CEMAR MIRA, (pp. 167)
- CUPIDO, Mário (2006) – Em busca de Identidades, (pp.228)
- CUSTÓDIO, Jorge (1989) - Atas e comunicações ao I encontro nacional sobre o património Industrial (Coimbra, Guimarães e Lisboa,1986), vol. I, s/loc., Coimbra Ed./APAI,509 pp. (pp.173-219).
- DIAS, Pedro e PEREIRA, J.V. da Siva Pereira (1983) – Cantanhede, a terra e suas gentes, Edição Camara Municipal de Cantanhede, (pp-37)
- FIDALGO, Manuel (2000) - In Barco de Xávega, tecnologia da sua construção, Julho, (pp23)
- GASPAR, Albino (1996) - «Arte de Xávega», Boletim Municipal, Aveiro, Ano XIV,nº27,Junho, (pp.23-29)
- GREGÓRIO, Carlos Manuel de Oliveira (1997) - Os fornos de cal no concelho de Cantanhede. Coimbra: C.M.O. Gregório.
- HALL, C. M. e Mitchell, R. (2006) -"Gastronomy, food and wine tourism", in Buhalis, D., Costa, C. , tourism business frontiers, consumers, products and industry, Elsevier, Oxford, UK., 137-147.
- HARRINGTON, R. J. (2005)- Defining Gastronomic Identity. Journal of Culinary Science & Technology, 4, Nºs 2-3, 129-152
- HOUAISS, A. (2003)- Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa. Lisboa: Círculo de Leitores.
- KENNETH, F. Kiple (2008) – Uma História Saborosa do Mundo, Dez milénios de globalização alimentar, (pp.38)
- LONG, L.M. (2010) - Culinary Tourism, USA, The University Press of Kentucky
- MARQUES, Maria João - Arte Xávega em Portugal "xávega" (árabe xábaka, rede) in Dicionário Priberam da Língua Portuguesa

- MARQUES, A. H. de Oliveira (1968) -“A Panificação”, in Introdução à História da Agricultura em Portugal, 2ª Ed., Lisboa, Edições Cosmos”, (pp. 227)
- MARTINS,R. Carneiro, M.; REBORDÃO. F. & SOBRAL, M. (1999). A pesca com arte de xávega. Relatórios Científicos e Técnicos Instituto de Investigação das Pescas e do Mar 48: (pp1-32)
- MIRANDA, Manuel (2005) – Mira no século XX, (pp.163)
- MONTANARI, Massimo (2006) – A alimentação como cultura (Abril), (pp. 58)
- MONTANARI, Massimo e FLANDRIN, Jean-Louis (1996) – História da Alimentação, Dos primórdios á Idade Média, edição Terramar (pp. 256)
- MONTANARI, Massimo (2006)– A alimentação como cultura, Abril (pp.07)
- MOUTINHO, J. V. (2013). Camilo Castelo Branco e o garfo. Lisboa: Âncora Editora.
- NASCIMENTO, H. e SILVA, V. (2009) *Turismo pós-moderno: dilemas e perspetivas para uma gestão sustentável*
- NEVES, Maria Isabel Oliveira (2005) - Retirado da Monografia: A casa Gandaresa em Seixo de Mira: Sua vida, usos e tradições
- NEVES, M. Isabel Oliveira (2005) - A CASA GANDARESA EM SEIXO DE MIRA: Sua vida, usos e tradições
- OLIVEIRA, Carlos (1942) – Livro de Poesia Turismo , p.41)
- OLIVEIRA, Ernesto Veiga (1994) - cestaria de verga de Arquitetura tradicional portuguesa. Lisboa: Publicações Dom Quixote.
- PACHECO, H. (2003). Porto: da cidade e da gente". Porto: Afrontamento
- PEIXOTO, Rocha(1898) – Palheiros do litoral. In Portugália, Vol.I. (pp79-96)
- PEREIRA, C. (2009) - Rui Paula - Uma cozinha no Douro. Matosinhos: QuidNovi, 2ª E
- PESSOA, F. (2006). Mensagem. Cruz Quebrada: Oficina do Livro
- QUITÉRIO, J. C. (1997) - Comer em português. Lisboa: CTT
- REIGOTA, João (2000) – A Gândara Antiga- Centro de estudos do Mar- Cantanhede, Mira e Vagos; (pp25)
- REIS, M. Alberto (1940) – Arborização. Alguns artigos de propaganda regionalista. Figueira da Foz.
- RIGAUD, L. (1999). O Cozinheiro Moderno. Colares Editora
- RODRIGUES, D. (2001) -Arte de Cozinha. Sintra: Colares Editora
- SALDANHA, Luís (2003)- Professor, biólogo marinho que se distinguiu no estudo da fauna marinha do Atlântico Nordeste, foi professor catedrático da Faculdade de Ciências da

Universidade de Lisboa, bem como presidente Instituto Nacional de Investigação das Pescas e autor do livro Fauna Submarina Atlântica pp.203

SAMPAIO, F. (2009) - A gastronomia como produto turístico, Êxedra, número temático – Turismo e Património, (pp 119-134)

SOUTO, Henrique (1998) - Comunidades de pesca artesanal na costa Portuguesa Estudo Geográfico. Lisboa, (pp.164)

TORGA, Miguel (1950) - in “PORTUGAL”, Coimbra

VASCONCELLOS, José Leite de (1893 – 1914) - História do Museu Etnológico Português. Lisboa,1915 (pp.57)

WEBGRAFIA

<http://cim-regiaodecoimbra.pt/Montemor-o-Velho/>-(consultado dia 10/05/2015 às 19,35H)

<http://cim-regiaodecoimbra.pt/Mira/>-(consultado dia 10/05/2015 às 20,10H)

<http://www.cm-vagos.pt/> (consultado 10/05/2015 às 21,00H

Plano de Gestão das Bacias Hidrográficas dos rios Vouga...
www.apambiente.pt/.../RB%5CParte%20%5C1.Caracterizacao_Geral consultado a 08 de Março de 2015, 10,32H

[http://www O Jornal de Cantanhede/](http://www.OJornal.deCantanhede/) nº651 de 7 de Dezembro de 1901, consultado 13/06/2015 as 21,20h

http://www.apambiente.pt/_zdata/planos/PGRH4/RB%5CParte%20%5C1.Caracterizacao_Geral%5C1.3_Geologica%5Crh4_p2_s1_3_rt_final.pdf consultado a 09 de Março de 2015, às 14,25h

Camara municipal da Figueira da Foz – Turismo e lazer, Património- Histórico-cultural, Rural e Religioso, consultado 03/02/2015 o 13,40h

Camara Municipal de Cantanhede – Turismo, Património edificado, cultural e religioso, consultado 05/02/2015 às 17,50h

Camara municipal de Montemor-o-Velho- turismo – Património Histórico-cultural, e religioso
<Http://visoesdagandara.blogspot.com/feeds/posts/default?alt--rss-12/20/11--18:32>: Os antigos Palheiros da Praia da Tocha! Consultado a 05/02/2015

<http://www.sardoalmemoria.net/home/memorias-gastronomicas/4-matanca-do-porco>;
consultado a 24/01/2015

