









# Índice

Zona de Turismo  
Presidente da Comissão Municipal de Turismo  
de Guimarães António Magalhães **p9**

Carta Gastronómica de Guimarães  
Francisco Sampaio **p11**

O Pão da Avó / O Pão Saloio **p16**

Vinhos Verdes **p18**

A Confraria dos Gastrónomos do Minho  
e o Vinho Verde **p20**

## Restaurantes

Adega dos Caquinhos	<b>p28</b>	Fentelhas	<b>p46</b>
Batista	<b>p30</b>	Florêncio	<b>p48</b>
Carreira	<b>p32</b>	Nora do Zé da Curva	<b>p50</b>
Casa de Sezim	<b>p34</b>	Pousada Nossa Senhora da Oliveira	<b>p52</b>
Clube Industrial de Pevidém (Clube de Tiro)	<b>p36</b>	Quinta de Castelões	<b>p54</b>
Dan José	<b>p38</b>	S. Gião	<b>p56</b>
Doce Parque	<b>p40</b>	Solar do Arco	<b>p58</b>
D. Mafalda (Pousada Santa Marinha)	<b>p42</b>	Valdonas	<b>p60</b>
El Rei D. Afonso	<b>p44</b>	<b>Ficha Técnica dos Restaurantes</b>	<b>p63</b>



# Ficha Técnica

## **CARTA GASTRONÓMICA DE GUIMARÃES**

### **EQUIPA DO ESTUDO**

Confraria dos Gastrónomos do Minho

### **COORDENADOR**

Francisco Sampaio

### **EQUIPA TÉCNICA**

Cristina Mendes

João Leite Gomes

Nuno Ferreira

Paulo Carrança

### **APOIO**

Zona de Turismo de Guimarães

Câmara Municipal de Guimarães

Sol do Ave

### **RECEITUÁRIO**

As receitas são propriedade dos Restaurantes, sendo reservados os respectivos Direitos de Autor.

### **DESIGN**

Susana Sousa

### **CAPA**

**Fotografia Paulo Pacheco**

Toucinho do Céu da Casa Costinhas

### **FOTOGRAFIA**

Paulo Pacheco

Gualberto Boa Morte (Pág. 11)

Confraria dos Gastrónomos do Minho (Pág. 11, 12, 26 e 67)

Fotobeza (Pág. 41 e 53)

### **N.º EXEMPLARES**

500

### **IMPRESSÃO**

Gráfica Covense

### **2ª EDIÇÃO**

Zona de Turismo de Guimarães

### **DATA**

Setembro de 2007

### **ISBN**

989-20-0041-2





# Zona de Turismo

Portugal é desde há muito referenciado internacionalmente pelo carácter hospitaleiro das suas gentes, pela beleza do seu Património e pelos atributos climáticos que oferece a todos quantos os visitam. Mas, aquilo que verdadeiramente confere ao nosso país o pleno estatuto de sedutor foi sempre, continua a ser, a qualidade e diversidade de argumentos gastronómicos.

Neste contexto, a região do Minho, onde geograficamente Guimarães se inclui é, sem dúvida, um dos mais dignos representantes desse "estatuto gastronómico" que tem sucessivamente ultrapassado fronteiras.

Muito se disse e se escreveu sobre os pratos típicos do Minho, mas urgia dedicar uma especial atenção ao concelho de Guimarães, que muito contribui para condimentar tão fausto e generoso "manjar" regional e nacional.

A Zona de Turismo, assumiu nos últimos anos a gastronomia como um produto turístico fundamental, como complemento ao rico e único, Património Cultural e



Monumental que o concelho já oferece. A qualificação da nossa oferta gastronómica, ao nível dos espaços, do atendimento e das condições gerais de segurança e higiene, só estaria completo com a qualificação e valorização do nosso rico receituário. Só assim poderíamos colocar a nossa gastronomia no nível de exigência e qualidade que nos obriga o estatuto de Património Cultural da Humanidade.

Por isso, em boa hora resolveu a Zona de Turismo de Guimarães, em estreita colaboração com a Confraria dos Gastrónomos do Minho, compilar e disponibilizar um conjunto de pratos típicos e receituários, representativos da nobre gastronomia do concelho de Guimarães. Eis o resultado desse meritório trabalho, que agora se apresenta nesta - Carta Gastronómica de Guimarães.

É com muita satisfação que vejo realizado um propósito pensado há algum tempo pela Zona de Turismo de Guimarães que, disso estou convencido, reforçará o número de instrumentos promocionais e culturalmente relevantes da nossa



cidade e do nosso concelho.

Em suma, esta succulenta Carta Gastronómica de Guimarães deve ser saboreada página por página, com a certeza de que constitui um repasto a todos os títulos irrepreensível... Bom Apetite!

## **António Magalhães**

(Presidente da Comissão Municipal de Turismo de Guimarães)







# Carta Gastronómica de Guimarães

Tudo começou no XVI Congresso de Gastronomia do Minho - IV Congresso Luso Galaico, com o tema **"Guimarães, Berço da Tradição e do Desenvolvimento"**.

Dentro dos objectivos do Congresso (dizíamos), incentivar a re-descoberta do receituário tradicional do Concelho de Guimarães, o conhecimento da História da Alimentação, os produtos agro-alimentares e a respectiva Certificação, a cozinha étnica/familiar/caseira/tradicional e a reconstituição desses ágapes nos restaurantes Vimaraneses.

Desde os primeiros contactos, e aceitando a tese de Pedro Homem de Mello - Guimarães como Capital do Douro (no seu aspecto etnográfico); desde as matérias primas até aos cozinhados, artes culinárias em que a seca de Viana lhe trazia o "seu bacalhau racheado", o "bacalhau constipado", o "bacalhau de rendinhas", com o polvo a disputar as primícias na Ceia de Natal; a raia, a sardinha, o cação, a pescada, a lampreia (na época); a vitela, o "chibinho", os rojões e



as papas; o pica-no-chão, os verdes do anho, as tripas; o "seu" bucho recheado; a sua doçaria Conventual, as tortas e o toucinho do céu; os "seus" vinhos tintos e brancos, verdes e um "espadal" que me surpreendeu no grau e na qualidade, fizeram-me, desde logo, pensar que as amarrações ao Porto, às Terras Marcoenses, ao Douro, ao Litoral e a Trás-os-Montes terão de ser melhor explicadas, reafirmando que não concordo com esta propalada "aculturação" da cozinha Vimaranesense que, a nosso ver, tem estatuto próprio e não deve meças a ninguém.

## INQUIRIÇÕES DE 1220 E 1258

Sabemos que a comida típica dos reguengueiros e cabaneiros (Ferreira de Almeida, 1978), dos jantares do Natal e do Carnaval (Séc. XII e XIII), era carne de porco; os ovos e os queijos, da Páscoa; que a galinha, o cordeiro ou o cabrito se comiam pelas Maiais e pelo São João; que as refeições - da comida de jejum à normal, a pão e água e a pão e vinho, desde a refeição de semana a Domingo, entre a carne e o pescado; entre o que comiam os servos da gleba, pão e cebola, caldo e sardinha; à pescada, lampreia, lombo e espáduas de porco, bem adubadas das mesas dos lavradores; entre o



caldo normal de "verzas" (caldo verde), entre os jantares comuns e os das festas de bodo público, de ritos de passagens, do início de novos modos de vida e "molhaduras"; no remate de trabalhos importantes - era o "conduito". Em resumo, todo o casal possuía mais ou menos animais, uns como o porco, as galinhas, os patos e os gansos, com sentido de reserva - alimentar e outros, como os bois e os jumentos, com o significado de valor - trabalho.

A desenvolver na História da Alimentação, e onde incluirei as freguesias do Concelho de Guimarães "Memórias Paroquiais de 1758" de Viriato Capela (Dezembro, 2003), refiro tão só alguns excertos das "Inquirições de 1220 e 1258 - pagamento de direituras" e onde se pode ler: "spatulam cum castaneis et cum vino" (Polvoreira - Guimarães); XII inter boves et vaccum; uma porção de porco, fosse espádua, com 12 ou 9 costelas; fosse presunto ou quadrazil e até leitão; frutas, maçãs, pêras ou nozes; pelo Carnaval ou São João, cordeiros ou cabritos; patos, gansos e galinhas; dois capões e 20 ovos; perdizes, porco montez, cabra do mato; couves galegas, cestas de verzas, nabais; tachadas de filhoses; tigeladas de leite



e/ou vinho e com sopas.

O mesmo se passa em relação ao peixe. Tendo os Mosteiros necessidades de assegurar o "conduito" para os dias de abstinência e a quem assistisse a enterros (pam et pescatam), adquiriram direitos em "pesqueiras" e em empresas de pesca no Litoral.

Em relação ao sal (salinas), passa-se o mesmo.

Dai a apetência que os Mosteiros tinham por "casais e terras juntas" de centros piscatórios (Sé de Braga, Mosteiros de Moreira e Guimarães).

Mas as Inquirições vão mais longe (Urgezes - Guimarães), devia ter pesqueiras no rio Vizela, pois pagava foro de lampreias. Toda esta informação já recolhida, diz-nos que, por exemplo, o bem fornecido Cardápio dos nossos restaurantes em termos de pescado, não se deve (a nosso ver) a uma simples "aculturação" do Século passado (Póvoa de Varzim, Vila do Conde, Matosinhos - Praias do Litoral), mas já a uma longa tradição desde o Século XII e XIII e rubricada pelos Mosteiros Vimaraneses.



### AS VELHAS CASAS VIMARANENSES

Relendo, também, as "Velhas Casas de Guimarães" (Maria Adelaide Pereira de Moraes, 2001) e, concretamente a "Casa de Sezim" podemos anotar:

*"Fernão de Freitas e sua mulher Beatriz da Costa, em Guimarães, e nas suas casas na Rua Torre Velha, mandam arrecadar, ano atrás de ano, as rendas das suas propriedades: 12 alqueires de trigo, 6 de centeio, 6 de milho, 4 galinhas e 450 reais brancos de 10 pretos o real, da Ribeira de Creixomil; 1 marrã, 1 alqueire de castanhas secas e 400 réis de "seis centis o real, pelo casal do Ruival, em Santa Maria do Outeiro, julgado de Cabeceiras de Basto", 25 alqueires de trigo, 1 carneiro e uma canada de manteiga pelo do Souto em «Santa Olaya de Revelhe julgado de Montelongo»."*

*"Vinte alqueires de centeio, vinte de milho e dez de trigo. Uma marrã de olhitos vivos, 100 réis! um carro de palha triga. O quarto do vinho. Vêm no carro puxado a bois, a chlar por atalhos e cami-nhos. É a renda paga pelos caseiros da Quinta de Sezim." (Emprazamento feito a 29.9.1494)*



O mesmo direi de Jerónimo da Costa da Quinta do Paço (1738):

*"Currais colmados de erva, a Quinta do Paço surge rasteirinha, modesta, vestida de verde, de dádvas, de terra boa lavrada por bois. Um carro de trigo, cento e vinte alqueires de milhão, trinta de centeio, vinte de milho branco, dez de feijão "metade Brancos mais pretos", ao todo seis carros pagam os caseiros ao senhorio. Mais ainda trinta cabos de cebolas, vinho a terço, nabos e grelos necessários para o consumo dos senhores, fruta, castanha, landre, mel de meia dúzia de colmeias, para os seus "xaragois", dois feixes de palha tirada no tempo da malha. E o sol ilumina-lhes os campos, a chuva canta e embeleza-lhe as pedras.*

E para terminar, o referido na "Casa do Cano ou do Salvador", falando sobre o abastecimento da Vila de Guimarães:

*"Só há 4 a 5 talhos de carne fresca, de vaca e boi. "Consumida a precisa para 8 conventos e outros recolhimentos e Santa Casa da Misericórdia, pouco ou nada resta para os outros habitantes"... A pedido de Gaspar Leite chega uma provisão de El-Rei Dom Miguel a autorizar "a pretendida*



*liberdade de cada um vender carne fresca na sobredita vila..."*

Desde aí não faltam os bons acepipes nas "casas" de Guimarães:

Jantar: *"Sopa de massa, Carne Guisada com Couve Flor e Cenouras, Arroz com Almondégas, Frango assado com ervilhas, Vitela assada com Vagens de Salada, Doces de Ovos, Pudim de Chocolate e Frutas."*

Outro jantar: *"Sopa de Pérolas, peixe cozido com Batatas Cenouras e Hortaliças, Vitela Guisada com Ervilhas, Arroz de Cabrito assado, Língua de Fiambre com Ervas, Vitela assada com Batatas, Doces e Fruta."*

Falta-nos a docaria. E essa vem-nos do Convento de Santa Clara (1680). Mas não só doces. Também os **"legados pios"** (três): dar uma broa de pão aos pobres, semanalmente; abastecer com três cântaros de água diários os presos da Cadeia; e distribuir o caldo pelos pobres que se dirigissem ao convento para esse efeito (trata-se este legado do n.º 16 referido pelo Abade de Tagilde no trabalho já citado).

Agora é que vêm os doces - o perfume sadio dos marmelos, as chamas à volta dos tachos de cobre, o açúcar onde se deitou água de flor, faz ponto "como rresina", juntá-lo aos marmelos e mexer, mexer com grandes colheres. Em malgas e tabuleiros, a deliciosa Marmelada está pronta para corar ao Sol.

Quinta do Paço - meados de mil e setecentos: *"Do Convento de Santa Clara recebe o Dr. Manuel Lopes de Araújo, como médico da Casa, "uma caixa de ladrilhos de seis arrateis e 4 covilhetes de marmelada". E "no dia do recebimento de sua filha" (no de Dona Maria Catarina da Assunção ou no de Dona Catarina Felícia?) "dois pratos de leite crespo e hu de pasteis". Fogo esperto, velhas receitas, doces ensinados por freiras de pele enrugada às freiras meninas."* Mas não só. As papas doces de carolo, os assopros, a torta de creme de canela, a torta de leite, as douradinhas, as famosas rabanadas. E fico-me pelo bucho doce da Irmã Teresa: Limpa-se um bucho de porco e deixa-se ficar de molho durante 24 horas, com a casca de um limão. Para o recheio: Bata 12 gemas de ovo com o miolo de um quilo de pão de trigo. Bata as claras em castelo firme e junte-as à

massa feita com as gemas e o miolo de pão. Junte três colheres de sopa de banha de porco ou de toucinho derretido. Mexa bem e encha o bucho com esta massa, sem encher completamente para não romper quando o bucho cozer. Cosa a abertura do bucho e deixe um fio grande onde deverá ficar atravessado nas bordas do tacho onde o bucho cozer, de forma a ficar suspenso mas todo dentro da água da cozedura. Depois de cozido desenhorma-se e serve-se frio (Receituário do Convento de Santa Clara de Guimarães).

## A CARTILHA NICOLINA

E não quero terminar sem um resquício da tradição gastronómica das "Festas Nicolinas" (sem deixar de cumprimentar e felicitar o Tiago Laranjeiro, Presidente da Comissão das Festas Nicolinas, saudar os Velhos Nicolinos, distinguidos com a "Mitra de Mérito" e apoiar, desde já, porque justa e merecida, a candidatura das Festas Nicolinas a Património Oral e Imaterial da Humanidade). Recordar a Casa do Arco (fins do Séc. XIX), o Martinho, último filho do Conde de Azenha, quando irritado com sua mulher Margarida "a dar vinho aos estudantes" e a cumprir essa "posse" na sua casa. Mas também



de marido ciumento: Dona Margarida com os seus lindos cabelos presos numa gaveta fechada à chave! E então? Como cumprir as "posses"?

As "posses" remontam à Colegiada e ao Convento de Santa Clara (doces) e, como diziam os Nicolinos, "fazê-los era a especialidade das Irmãs; comê-los a dos estudantes." Um dos pregões de 1867 refere-se a esta "posse": "Às Freiras a pedir encartuchados/os doces dessa antiga costumeira". "Posse" também na Casa da Renda em Santo Estevão de Urgezes, com oferta de castanha, vinho, maçãs, tremoços e nozes. Mas não eram só os Conventos. Também os populares facultavam aos estudantes géneros que tinham a sua preferência, tais como o vinho, pão-de-ló, chocolates, frangos, chouriços, presunto, aguardentes.

"Posses" que descem atadas ao cordel; de pôr a boca molhada de beijos a tremer o coração; "posses" apresentadas à sacada, que descem à rua e ficam enfeitadas, estudantes e noviças, todos em unísono bendizendo São Nicolau. Um breve apontamento da Carta Gastronómica Nicolina, ainda ao vivo, na Adega dos Caquinhos, em tom mordaz de galderice brejeira.

**A Ceia Nicolina** (que antecede o Cortejo do Pinheiro Magno):

Rojões com papas e castanhas e/ou arroz de bacalhau ou de penosas (pica-no-chão).

Leite creme e figos.

Antigamente havia ainda em alternativa sardinha assada, bolinhos de bacalhau, broa e caldo verde. Tudo regado com um tinto novo carrascão.

**Moinas de S. Nicolau:**

Eram oferecidas pelas vendas ou pelas casas de Velhos Nicolinos aos jovens tocadores de caixas e bombos que em "Ensinanças" ensaiavam as "ranas e pranas" até 28 de Novembro:

Figos de ceira; Maçãs; Broa; Nozes; Castanhas. Bacalhau demolido com cebola; Cebola com sal e tremoços e sempre a malga de tinto a acompanhar.

Em algumas casas mais abundantes era acrescentada a Bola de Carne.

O quentíssimo Caldo de Unto do Calondro (depois do fragor dos bombos e das caixas, a anunciar as Novenas da Senhora da Conceição); Bolinhos de farinha (boletes), ovo e rabanadas - da loja da Senhora Aninhas; os pastéis da Joaninha (criada interna do Convento das

Clarissas); o pito de mergulho. Quantas recordações!

**Roubalheira...**

Só a clássica, com convite. Sem convite é pindérico o surripilhar e não consta da "cartilha". Convite à "dona"; se houver ciumeira, também, ao "dono"; se o casal tiver filhotas "nicolinas", que venha a família toda. Mas cuidado com o acréscimo dos manducantes! Um só galipanso do melhor poleiro das pitas (repito), é curto. Dois, alegram mais o palato e a dentuça. Um bom tracanaz de presunto, umas rodela de salpicão caíam bem na arrozada. Mas à sorrelfa e noutro poiso. À mesa, nada de gabanços. A "cartilha" proíbe. Basta-nos ter a certeza que os "ditos" já não cantam madrugada alta. Estão no papo! Segredos, esses, só os da Senhora Aninhas, a saudosa matriarca cozinheira dos "nicolinos", que olhando "os seus meninos", ia dizendo baixinho: Amém, Jesus!

**EM CONCLUSÃO**

Da ducentena de estabelecimentos de bebidas e restauração do Concelho de Guimarães a Confraria elegeu 18: 6 restaurantes no Centro da



Cidade; na circular interna, 1; na estrada de Fafe, 1; na estrada da Penha, 2; na estrada de Braga, 1; na estrada de Santo Tirso, 2; na estrada de Famalicão, 1; na zona rural, 4.

Das matérias-primas (ingredientes) utilizadas nas cinquenta e sete receitas publicadas, temos os seguintes resultados: Bacalhau (13); Doces de colher (8); Porco (5); Cabrito (5); Polvo (5); Pescada (2); Coelho (3); Mariscos (2); Barrosa (2); Sopas (2); Galo (2); Massas / Pato / Capão / Caça / Vitela (todos 1).

Já sabíamos que o Bacalhau à boa maneira Minhota tem a consagração oficial, mais ainda em Guimarães em que o Bacalhau recheado com presunto tem receituário próprio, o que vem contradizer a tradicional afirmação que o Minhoto é, de raiz, um carnívoro nato. Chamamos a atenção para os pratos de pescada, polvo e marisco, que somados às Bacalhauzadas totalizam 22. Também ficamos satisfeitos por verificar que a "nossa" teoria das cozinhas étnica / ritual / familiar / caseira / e tradicional no Alto Minho e, agora, em Guimarães tem substracto na Res/coquinaria que procuramos certificar. Na introdução a cada um dos 18 restaurantes falo sobre a cozinha que vêm a praticar. Todos

assumem uma cozinha de base comum que assenta na "nossa" tradição, não só em termos de "receituário" como de matérias primas. Por isso, a nossa ida ao Mercado Municipal - tirar as provas dos nove. Onde se abastece Guimarães? Surpreendeu-me pela positiva. Passamos lá uma manhã. Conversamos com quase todos os feirantes: os donos dos talhos, onde comemos umas taliscas de presunto, umas rodelas de chouriço e morcela; os lavradores e as lavradeiras, que trazem as primícias das hortaliças, os galináceos e os coelhos; as floristas, com muitos ramos de malmequeres, flores silvestres; o(a)s padeiro(a)s com as regueifas, pães e broa de milho, bates, biscoitos, bolos de creme, num constante alvoroço, cheio de cor e luz, misto de arraial e feira (até meteu fotografia), tudo apreçando e maralhando, numa cavaqueira continua, quase dia de FESTA!. A partir daqui - deste encontro diário que não se pretende organizado, um autêntico "cadinho" de culturas, onde tudo mexe e é gente, com garra, com vontade de viver - é fácil partir para uma nova cozinha... das emoções e dos afectos.

Cumprimos, assim, com o requisito da Zona de

Turismo de Guimarães: aliar a um Património Construído Classificado pela Unesco, uma Gastronomia de Excelência.

Por mérito, reconhecemos, a todos os Restaurantes "escolhidos" pela Confraria dos Gastrónomos do Minho, uma boa amesendação, bom trato, higiene e segurança alimentar. Demos honras de "capa" aos doces conventuais, às nossas caseirices. Por respeito e por carinho. Quicá, a melhor "prenda" de recordação duma visita a Guimarães.

E se iniciamos com - bom proveito - a todos estes pitêus do outro mundo, terminamos, dizendo: - Que lh'apreste!

**Francisco Sampaio**

(Juiz da Confraria dos Gastrónomos do Minho)

# O Pão da Avó

## O Pão Saloio

Serge Vieira, um cozinheiro franco-português, dos mais prestigiados do Mundo (acabou de ganhar o "Bocuse d'Or"), apaixonado pela "grande cozinha" francesa, confessa que a influência dos cozinhados da avó foi essencial na sua formação: "os aromas do forno a lenha da minha Avó, em Guimarães, serviram de inspiração para me tornar cozinheiro (Portugal Gastronómico / Setembro 2005). Felizmente que em Guimarães ainda temos padarias (caso da Padaria das Trinas), localizada no Centro Histórico, com a provecta idade de mais 120 anos (sempre na mesma família), que utiliza forno a lenha e os processos tradicionais da feitura do pão, concretamente, o chamado **Pão d'Avó** (o que tem mais procura) e cujas características são as seguintes: leva farinha, água e centeio, não leva fermento e a massa fica a levedar até ao dia seguinte. Um outro pão (ainda mais popular) é o chamado **Pão Saloio** que leva massa normal, com centeio, uma maior quantidade de água e obriga a uma cozedura lenta, para ficar mais tostado. Infelizmente os fornos a lenha estão a desaparecer e a industrialização está a dominar o mercado. Porém, e como nos disse o Senhor Domingos, padeiro nas Trinas, apostar na qualidade tem sempre clientela "fixe", já que o "nosso pão pode comer-se até ao dia seguinte (mais); o industrial compra-se de manhã e à tarde está duro!"



### O FABRICO CASEIRO DA BROA DE MILHO

Aquecer o forno, a lavagem da masseira, os potes de ferro na lareira com água a ferver são sinal de cozedura do pão.

A masseira tem que ficar sem quaisquer resíduos de farinha, se não o pão pode "ressoar". Junta-se a farinha de milho e centeio (um alqueire de milho, um quarto de centeio). Abre um buraco por onde escachoa a água fervente, envolvendo água e farinha com a pá de madeira, mais o fermento da cozedura anterior e, à força de braços, sempre a "amassar". Junta a mistura ao canto da masseira, faz-se o sinal da cruz com a pá e diz-se: "Deus te acrescente / Dentro do forno e fora do forno / Assim como Ele acrescente / O mundo todo".

**Fica a levedar cerca de duas horas.**

Forno aceso e aquecido com caruma, carqueja e carrascos, o importante é conseguir-se uma temperatura uniforme. Para isso, usa-se o sarriscadouro (uma barra comprida) para espalhar as brasas. É altura de se preparar o bolo do forno, com sardinhas, rodela de chouriço ou bocadinhos de presunto.

Se o forno ainda não estiver quente e for hora do jantar, a dona da casa prepara, então, o bolo com a mesma farinha e com os mesmos ingredientes, mas fã-lo, no tacho bem adubado com unto. Noutra gamela (padeja-se a massa fazendo boroas que se metem no forno com uma pá



redonda). Fecha-se a porta do forno (com bosta de boi ou argamassa de restos de farinha) e aguarda-se pela cozedura. Já cozido o pão há que acordá-lo! Bate-se então com a fêrea por cima das boroas. E pronto. A casa fica com pão para uma semana!

### CAMPANHAS DE SACOS DE PÃO UM SUCESSO REGIONAL E NACIONAL

A Biblioteca Municipal Raul Brandão em parceria com a Pavico - Concentração Vimaranes de Panificação, Lda. lançaram em 1996 a 1ª campanha de Sacos de Pão intitulada "Pão com Livros" que visou essencialmente a promoção do livro e da leitura, tentando atingir o maior número de pessoas do Concelho de Guimarães. A campanha consistiu na execução de cerca de 200.000 sacos de pão, em diferentes formatos, onde eram inscritas notas biográficas e extractos de livros que os postos de venda da Pavico distribuíam por todo o concelho de Guimarães. A campanha "Pão com Livros" seguiu-se em 1997 "Pão com Poesia", em 1999 "Pão com Liberdade" no âmbito das comemorações dos 25 anos do 25 de Abril e, por último, a campanha "Pão com Teatro" lançada no dia 27 de Março de 2002 coincidindo com o Dia Mundial do Teatro. Estas campanhas seguiram a mesma linha da anterior, variando a informação impressa nos sacos de acordo com o tema da mesma.





# Vinhos Verdes

Já vimos que por **emprazamento** feito a 29.09.1494 os caseiros da Quinta de Sezim pagavam "o quarto do vinho". Também, António Cruz (cultura da vinha no Vale do Ave - 1983) refere como a menção mais antiga do vinho verde um documento datado de 1606 passado pela Câmara do Porto. Alberto Sampaio (Viticultura no Minho - 1884), que até ao Séc. XVI a cultura da vinha em Guimarães, e respectivos sistemas de condução eram: a mais famosa e ancestral a **uveira** ou a vinha de enforcado; os arjões e as ramadas. Terá sido com a introdução do milho grosso e o cultivo das bordaduras, ligada aos cereais que a dimensão comercial do vinho verde ganha jus. Veja-se a exportação dos vinhos de Monção e da Ribeira Lima pelo Porto de Viana do Castelo (Séc. XVI). Mas vai ser só no Séc. XX que o vinho verde ganha estatuto: denominação de origem - Vinho Verde pela "Office International de la Vigne et du Vin" (1949) Denominação de Origem - 1973 - Estação Vitivinícola Amândio Galhano - 1985. O Vinho Verde um vinho de Excelência com características únicas, com a classificação VQPRD.



## ADEGA COOPERATIVA DE GUIMARÃES

Fundada em 1962 por 82 viticultores de visão, a Adega Cooperativa de Guimarães estabeleceu-se em 1963 em Fermentões, com o objectivo de receber, vinificar e comercializar as uvas dos seus cooperantes. Graças às evidentes vantagens, a Adega Cooperativa de Guimarães chegou a agregar 250 viticultores do Concelho de Guimarães. Durante os anos 70 e 80 a realidade agrícola da região sofreu profundas alterações consumando-se o abandono da actividade agrícola. Os anos 90 trouxeram, de novo, o entusiasmo à produção vitícola. Em Setembro de 1999 foi aprovado um novo projecto de investimento (485 mil contos); a 11 de Setembro de 2001, as novas instalações foram inauguradas. Em finais de 2000 mais de 100 cooperantes apresentavam projectos para o financiamento de mais de cem hectares de novas vinhas. Hoje os vinhos da Adega Cooperativa de Guimarães branco e tinto, assim como o branco "Praça de S. Tiago" são referência a nível nacional e internacional.

## OS VINHOS DA ADEGA

### . Adega Cooperativa de Guimarães Branco

Da vinificação de castas recomendadas da região com predominância da casta loureiro resulta este vinho de aspecto brilhante e cor citrina com um aroma frutado. Na boca, uma acidez equilibrada e



grande frescura, notando-se um pouco de gás que lhe confere uma certa identidade. Verde branco **VQPRD**; número de garrafas engarrafadas - 30 mil; castas, mistura de castas recomendadas para a região com predominância da casta loureiro (50%), trajadura, pedernã e azal. Grau alcoólico 10 Vol.

### . Adega Cooperativa de Guimarães Tinto

Provenientes de vinhedos recentemente reconvertidos, as uvas utilizadas, maioritariamente da casta vinhão são sujeitas a um rigoroso controlo de qualidade na chegada à adega. No decorrer da fermentação estão sujeitas a uma elevada mace-ração (curtimento) da qual resulta um vinho com um aroma vinoso em que predominam os frutos vermelhos. No sabor, apresenta-se equilibrado, macio e com uma ligeira agulha. Verde tinto **VQPRD** - Número de garrafas engarrafadas - 15 mil. Castas vinhão - 50%. Borraçal e espadeiro. Grau alcoólico 10,5 Vol.

### . Praça de S. Tiago Branco

Das melhores vinhas seleccionadas, uvas das castas loureiro, trajadura e arinto, vinificadas se-paradamente segundo um rigoroso processo de fermentação que dão origem a este vinho onde no aroma predomina o carácter floral com um sabor fresco, harmonioso e persistente da combinação das diferentes castas. Verde branco **VQPRD**. Número de garrafas engarrafadas - 5 mil. Grau alcoólico 11 Vol.

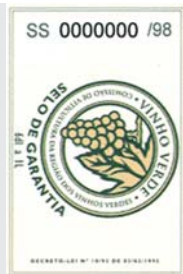




# A Confraria dos Gastrónomos do Minho e o Vinho Verde

Em entrevista com o Director da Adega Cooperativa de Guimarães - Engº José António Sequeira Braga - e na sequência da nossa visita feita às instalações da Adega aquando da realização do XVI Congresso de Gastronomia do Minho, tivemos oportunidade de comunicar que nos Estatutos da Confraria consta "promover a elaboração de uma Carta de Vinhos Verdes com vista à sua dignificação e divulgação". Também, nos Domingos Gastronómicos (Fevereiro a Maio), em cada ano e com a participação de 300 restaurantes do Alto Minho, a Confraria e a RTAM vêm reunindo todos os anos com Restaurantes/Produtores -Engarrafadores e Adegas Cooperativas da área da Região de Turismo do Alto Minho para que na Carta dos Vinhos dos restaurantes aderentes constem os vinhos verdes dos respectivos Concelhos que enformam a região e das áreas abrangentes da Comissão de Viticultura dos Vinhos Verdes. Tem sido um trabalho árduo, mesmo difícil. Proposta que estaremos dispostos a implementar junto dos restaurantes que enformam a Carta Gastronómica de Guimarães. Afinal, criar **autoestima** por um produto endógeno.

Nosso. Os vinhos, verdes que não precisamos de outros e que por mérito próprio têm lugar à nossa mesa. Não cantou o nosso



"Pedro", de Cabanas:  
Deu-nos Deus / Olhos pequenos?  
Mãos vazias / A boiar?  
Mas deu-nos vinho  
Vamos bebê-lo!

## A SITUAÇÃO DOS VINHOS VERDES NOS RESTAURANTES DO CONCELHO DE GUIMARÃES

Em resposta a esta questão o Sr. Engº Sequeira Braga disse-nos o seguinte: "a situação no Concelho de Guimarães em relação aos vinhos verdes é diferente. Não digo que os restaurantes não façam constar na respectiva carta de vinhos, os vinhos verdes do Concelho, mas a sua venda é diminuta. São privilegiados os vinhos "maduros", ou então, os vinhos de "lavrador" servidos à caneca ou ao jarro cuja tradição (aqui) ainda é muito forte. Julgo importante acções como a Confraria dos Gastrónomos vem desempenhando na divulgação dos vinhos verdes, condição sine qua non para o papel que o vinho verde desempenha em toda a gastronomia Vimaranesa e que consideramos de alto nível".  
Reconhecemos que os vinhos verdes, sobretudo, os já chamados de 3ª geração no Minho são "reis e senhores" numa gastronomia cada vez mais apaladada e onde é imprescindível um vinho verde. Branco - vai bem nos mariscos, nos peixes




cozidos e grelhados, assim como nas carnes brancas (um vinho branco jovem). Mas reclamam um tinto para as bacalhazadas e as caldeiradas de peixe, os lampreotes até para algumas assaduras (sardinha assada); tintos, adrede, nos sarrabulhos e cabidelas, na caça, assim como nas saladas. Os espumantes de vinho verde vão bem em tudo e estão na moda, por isso, merecem começar e acabar uma boa paparoca.

## AS VINHAS DE ENFORCADO

Uma segunda pergunta ao Engº Sequeira Braga relaciona-se com o aspecto etnográfico dos sistemas de condução chamados **uveiros** ou de **enforcado** através das árvores existentes nas cercaduras dos campos de cultivo do milho. Crescem, normalmente, junto a uma árvore, plantam-se de uma a quatro videiras que se deixam crescer livremente entrelaçando-se com os ramos de árvore de suporte. Os tutores mais utilizados nesta forma de condução da vinha são os carvalhos, castanheiros, oliveiras e cerejeiras. A vindima é feita com enormes escadas de "passais". A resposta chegou célebre: "cinco anos (no máximo) e acabará o que é, de facto, uma verdadeira riqueza etnográfica e que se deveria manter pela sua tradição, pois, no Concelho de Guimarães ainda se encontram em muitas freguesias e lugares: os campos 100% para o cultivo do milho; as árvores e as videiras na





bordadura dos campos e dos caminhos,  
abraçadas as vides às árvores, trepando, galho a  
galho, com as uveiras douradas a dizer "estou  
aqui". Uma solução a pedir o apoio da Câmara  
Municipal e da Comissão de Viticultura dos  
Vinhos Verdes. Não sei mesmo se a UNESCO, na  
defesa destes "imateriais", em termos de  
património, cuja manutenção está em risco, não  
seria de sensibilizar através de uma candidatura  
no próximo Quadro Comunitário de Apoio  
(2007/2013).





### CASA DE SEZIM

O Embaixador António Pinto de Mesquita iniciou em moldes modernos a plantação das vinhas da Casa de Sezim (cerca de 20 hectares). Como já anotamos um documento da Idade Média refere-se às vinhas da Casa de Sezim. A partir de 1983 e debaixo da marca "Casa de Sezim" começou a produzir--se e a engarrafar o vinho de lágrima obtido exclusivamente das castas nobres recomendadas para a Região Demarcada dos Vinhos Verdes: loureiro (50%), trajadura (25%), pedernã (20%) e azal branco (5%). Para além deste vinho topo de gama que continua a ter uma óptima aceitação no mercado, deve-se agora acrescentar o VQPRD Tia Chica, assim como o Tournal e Maria da Silva (nominativas igualmente VQPRD). A qualidade atingida pela Casa de Sezim deve-se em primeiro lugar aos solos que são graníticos e ligeiramente ácidos, aos sistemas de condução que permitem um melhor arejamento e exposição ao sol; ao micro clima que se observa na parte dos terrenos (20 hectares de vinha dos quais 15 de vinha nova e 5 de vinha novíssima todos em cruzeta e cordão simples). sobretudo uma permanente atenção do filho Eng.º José Paulo Mesquita - Enólogo e que assume a responsabilidade da selecção dos vinhos da Casa de Sezim.

### CASA DE CERDEIRO

O Vinho Verde Branco Casa de Cerdeiro é proveniente de uvas da região e vinificado a partir de castas seleccionadas. Fermentado com controlo de temperatura e estabilizado por processos naturais é um vinho frutado, seco de cor citrina e francamente encorpado. Castas: Loureiro (50%), trajadura e pedernã.

#### O Vinho Verde Espadeiro da Casa de Cerdeiro

é proveniente de uvas exclusivas desta propriedade, no coração da Região dos Vinhos Verdes. Vinificado a partir de uma só casta (espadeiro) é fermentado com rigoroso controlo de temperatura. É um vinho de cor rosada, seco, frutado e muito fresco.

### QUINTA DE TARRIO

É um vinho verde branco de cor citrina, sabor a pêssago e melão, aroma frutado; casta loureiro, trajadura, pedernã; tipo de condução cordão simples; elaboração: bica aberta com controlo de temperatura na fermentação.

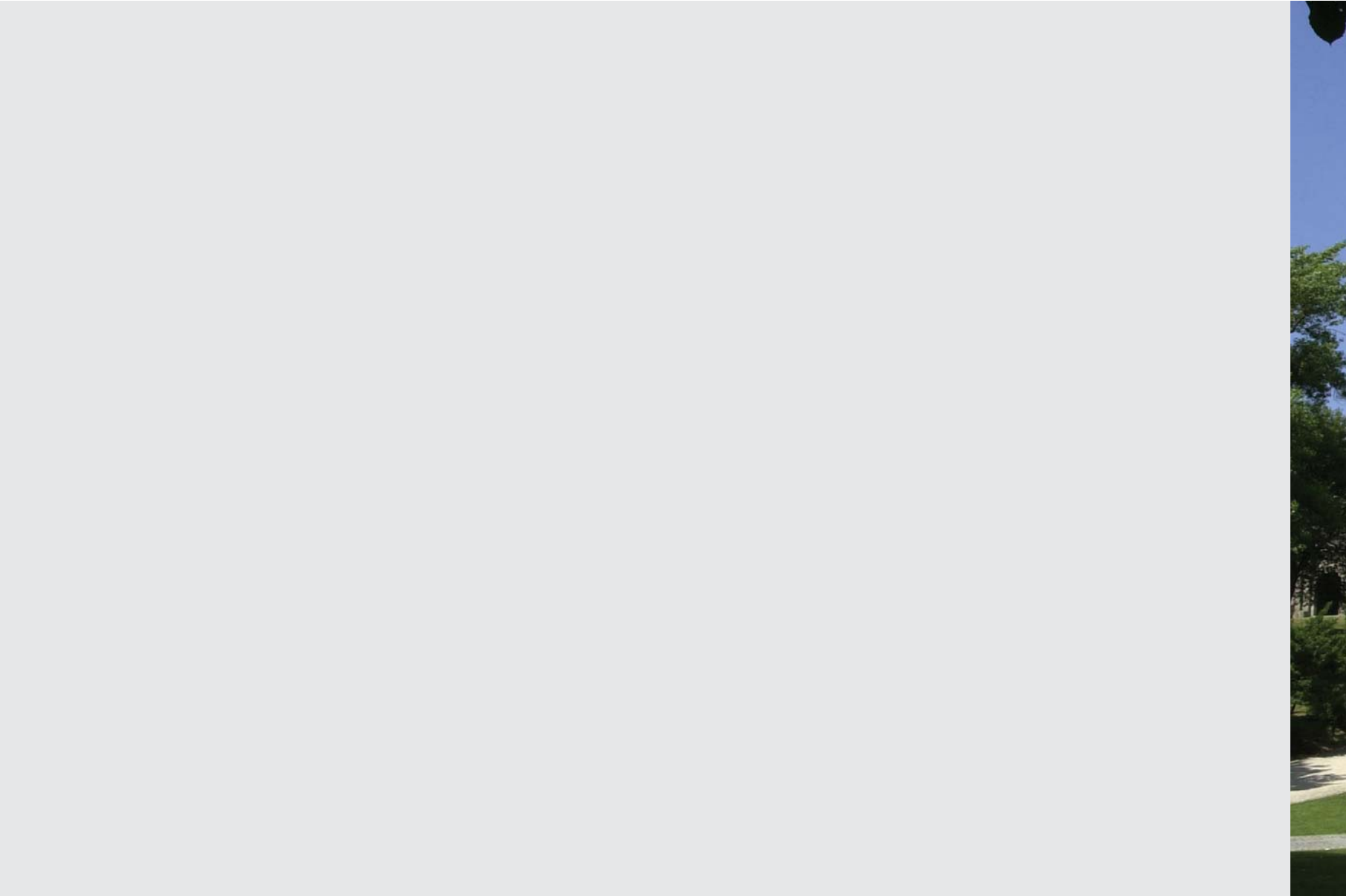
### QUINTA DA RABIANA

É um vinho verde tinto, engarrafado na Quinta por Sebastião de Freitas Martins, de casta vinhão; cor vermelho granada; sabor seco, ligeira adstringência; aroma - vinoso com ligeiro toque de frutos vermelhos e laboração, maceração pelicular.

### OUTROS VINHOS VQPRD

- Casa de Geraz / Branco
- Espadal / Rosado
- Figurativa 4 cachos de Uvas / Albertino Freitas Castro
- Figurativa Cachos / Branco / Taipagro
- Figurativa Casa / Branco / Soc. Agrícola São Gião
- Figurativa Quinta Candoso de Cima / Branco
- Gavinha Dourada / Branco e Tinto / Armando Paiva Areias
- JA / J. Antunes / Branco e Tinto
- Manuela de Melo - Branco
- Ponte do Souto - Branco / Taipagro
- Quinta de S. Gião / Branco e Tinto
- Quinta do Mosteiro de Guimarães / Branco / Domingos Alberto Milhão R. Almeida
- Quinta dos Encados / Branco / Armando Paiva Areias
- Quinta dos Muros / Branco / Sulpício Ribeiro Oliveira
- Vinhas da Rodrigues (Mista) - Branco e Tinto / Ivo Manuel Oliveira Rodrigues









# Receitas

## ADEGA DOS CAQUINHOS

- Rojões com ossinhos
- Feijão de Chispe
- Tripas

## BATISTA

- Massa à Lavrador com filetes de polvo
- Formigos
- Vitela Assada

## CARREIRA

- Arroz de feijão com bacalhau frito
- Aletria
- Feijão vermelho com Chispe

## CASA DE SEZIM

- Bacalhau à Ti João Paulo
- Lombo de porco com laranja
- Espargos com Filetes de Pescada à Casa de Sezim



## CLUBE INDUSTRIAL DE PEVIDÉM

- Cabrito na Brasa
- Bacalhau à Clube
- Pescada à Marinheiro

## DAN JOSÉ

- Bacalhau com broa
- Polvo à antiga
- Ensopado de cabrito

## DOCE PARQUE

- Cabrito assado à lavrador
- Rolo d'Avô
- Arroz de Polvo (filetes)

## D. MAFALDA (POUSADA STA. MARINHA)

- O nosso pato assado com enchidos
- Toucinho do Céu
- Sopa rica com tosta de pasta de rojões

## EL REI D. AFONSO

- Bacalhau à Mistério
- Pudim de Ovos
- Polvo à lagareiro



## FENTELHAS

- Galo de cabidela
- Arroz de feijão com pataniscas
- Bacalhau racheado

## FLORÊNCIO

- Arroz de coelho de cabidela
- Sopa de nabos
- Bucho Recheado

## NORA DO ZÉ DA CURVA

- Bacalhau à D. Carlos
- Pudim caseiro
- Massa à Lavrador

## POUSADA SRA. OLIVEIRA

- Lagarada de Polvo
- Coelho à Fundador com espumante tinto
- Cabrito frito com migas verdes

## QUINTA DE CASTELÃES

- Bacalhau à antiga
- Cabrito mamão à Castelões
- Tacãozinho de Boi barrosão na brasa





### SÃO GIÃO

- Bacalhau no tacho
- Capão no forno
- Mil Folhas de bacalhau com santola

### SOLAR DO ARCO

- Bacalhau com Migas de Broa
- Rabanadas com mel
- Arroz de Frango pica no chão

### VALDONAS

- Coelho à fundador
- Leite creme com compota de maçã
- Costeleta Barrosa com cogumelos salteados e pesto de coentros

# Adega dos Caquinhos

Bem arrolada na Cartilha Nicolina onde faz fé como "os Caquinhos na Arrochela". É uma tasca nicolina e como tal traz ainda hoje, a irreverência dos rituais Dionisiacos e Báquicos que o Solstício do Inverno marca, ano após ano, o património gastronómico das festas nicolinas. Paragem obrigatória, diz-nos Joaquina Rosa já avó e que arrematou em 1962 a velha loja (já existia há pelo menos 12 anos), em hasta pública por vinte contos. "Muito dinheiro", diz-me. É uma cozinheira de habilidades (não sabe ler... mas sabe contar). Quem mo garante é a filha Augusta que desde 1985 mantém esta tasquinha sempre com a batuta da mãe nas panelas e, agora, com Ana Cristina neta da Ti Joaquina que me garante ser também uma nicolina e por isso fá das receitas da avó (são mais de 400 nicolinos das 21 às 24 horas, em grupos de 100 em dia de ceia do "pinheiro" - rojões com papas e castanhas e umas boas malgas de vinho tinto do bô, verde e carrascão). Poiso sempre que posso "nesta Universidade", recordando os meus tempos de estudante até para reciclar as brejeirices nicolinas em que a Ti Joaquina e a Augusta são verdadeiras mestras. A Ana Cristina, como "Aprendiz".



## ROJÕES COM OSSINHOS

**INGREDIENTES** (mínimo 10 nicolinos):

2 kgs de rojões (de presunto)  
2 kgs de tripa enfarinhadas  
2 kgs de sangue  
2 Kg de costela - entrecosto  
2 Kg de batatas  
2 Litros de vinho tinto (ou branco)  
alho  
pimenta  
óleo  
cominhos

### PREPARAÇÃO:

As carnes, presunto para os rojões ficam de um dia para o outro em vinha d'alhos (vinho, alho sovado, pimento, óleo, loureiro e sal). Corto os rojões, três para cada nicolino (média), tempero-os e vão a cozer em óleo até ficarem dondinhos (30 minutos). Na mesma fritura coloco, também, os fígados e a farinha e os "ossinhos". O sangue já vem cozido e só o aqueço em tachinho ao lado com pimenta e cominhos. As batatas são alouradas no óleo da rejoad. Vão para a mesa em duas travessas: os rojões e todas as miudezas acompanhados, ao lado, com batatinhas e grelos.



## FEIJÃO DE CHISPE

**INGREDIENTES** (mínimo 10 nicolinos):

Unhas de Porco - 4 Kgs  
Carne de Vaca - 1,5 Kg  
Orelheira - 1  
Chouricas - 3  
Feijão Vermelho - 2 Kg  
Grelos - 5 molhinhos  
Piri-piri

### PREPARAÇÃO:

As unhas já vêm salgadas e partidas. São raspadas, muito bem limpas e postas de molho. Em panela grande ponho o feijão a cozer. Logo que suba a fervura coloco as carnes começando pelas unhas de porco, carne de vaca, orelheira. Fica tudo a cozer cerca de 2 horas. Na parte final, junto-lhe as chouricas e os grelos e rectifico os temperos. Em travessa regional que vai à mesa, juntam-se os chispes, o chouriço, a orelheira, a carne e as hortaliças.



## TRIPAS

### INGREDIENTES (mínimo 10 nicolinos):

Bucho / Folhos / Entrefolhos - 4 Kgs

Toucinho entremeado - 1 Kg

3 Chouriças de Pimentão Doce

Feijão branco (manteigueiro) - 2 Kgs

Arroz - 1/2 Kg

Piri-piri

Cominhos

### PREPARAÇÃO:

Bucho, folhos e entrefolhos muito bem limpos e com uma cozedura prévia. Numa panela grande põe-se o feijão manteiga a cozer, logo que cozido meto as tripas, o toucinho partido aos bocadinhos e as chouriças. Fica a cozer cerca de meia hora. Depois, estas esmeradas e saboridas tripas são servidas em travessa ancha e acompanhadas por arroz branco.



# Batista

Numa zona residencial, à saída de Guimarães e nos arredores do Paço Ducal (estrada para Fafe). Sala bem amesendada com capacidade para cem mastigantes, amplamente decorada com motivos regionais. Muitas fotos, quadros encaixilhados, galos de Barcelos, peças de olaria, figurados. Muitos amigos da casa por ali passaram: Jorge Amado, Fernando Pessa, Mário Soares, Durão Barroso, José Sócrates, Ana Salazar, José Saramago.

O nome vem da família que o fundou. O Senhor Batista está no ramo da restauração há cerca de quarenta anos.

Maria José que aprendeu com a mãe os sabores caseiros pontifica na cozinha. No cardápio referência para o polvo cozido com todos, o bacalhau assado na brasa ou no forno, as papas de sarrabulho, a feijoada à Transmontana, a vitela assada no forno, o arroz de pato, as tripas e o cozido à Minhota.

Nos doces, o leite creme, a aletria, o toucinho do céu, sem esquecer as rabanadas. Nos vinhos, o verde branco e o espadal de quinta. E a simpatia do Zé Batista, assim como da Maria José na resposta sempre pronta para a melhor escolha.



## MASSA À LAVRADOR COM FILETES DE POLVO

### INGREDIENTES:

600 grs de massa  
250 grs de toucinho  
1 cebola  
4 dentes de alho  
2 dl de azeite  
200 grs de feijão vermelho  
2 couves (penca)  
3 kgs de polvo  
2 ovos  
200 grs de pão ralado

### PREPARAÇÃO:

Faz-se um refogado com cebola, azeite e alho, junta-se o toucinho cortado em fatias e o feijão cozido com a calda de o cozer. Junta-se mais tarde a massa e a penca, que se deixa cozer e apurar lentamente, tempera-se a gosto. O polvo coze-se; depois de cozido, corta-se em filetes que se passam por ovo e, depois, por pão ralado, fritando-se de seguida. Serve-se a massa com os filetes de polvo, ao lado.



## FORMIGOS

### INGREDIENTES:

1,5 lts de água  
4 trigos de Padornelo  
1 kg de açúcar amarelo  
mel, vinho do porto q.b.  
250 grs de pinhão  
200 grs de amêndoa  
250 grs de nozes  
200 grs de uvas passas.

### PREPARAÇÃO:

Coloca-se a água ao lume até levantar fervura, de seguida junta-se o pão e corta-se às fatias. Coloca-se o açúcar, deixa-se ferver durante uma hora. De seguida, juntam-se as uvas passas, o pinhão, as amêndoas e as nozes. Antes de ser servido, coloca-se o mel e o vinho do Porto, a gosto.





## VITELA ASSADA

### INGREDIENTES:

2 kgs de vitela  
3 cebolas  
4 dentes de alho  
azeite, vinho, sal, piri-pi e salsa, q.b.  
1 kg de batata

### PREPARAÇÃO:

Num recipiente coloca-se vitela (niso, ilhada ou picadouro), que se tempera com azeite, vinho verde tinto, sal, salsa, louro, pimenta, piri-piri (vinha-de-alhos), cerca de duas horas (na parte final juntam-se também as batatas devidamente descascadas).

Numa assadeira coloca-se, primeiramente, cebola cortada em fatias finas, com azeite; de seguida, a vitela e as batatinhas.

Vai ao forno de lenha, previamente aquecido durante cerca de duas horas (a feitura da vitela e da batata deve ser lenta, simultânea, por forma a dar-lhe uma cor de "tostado"). Serve-se na pingadeira, com arroz branco e grelos a acompanhar.

# Carreira

Começou por ser loja, venda, mercearia, tasquinha (como diria Ramalho Ortigão, nas Farpas), uma pequena taberna, com os pães moletes enfarinhados e pegados uns aos outros em cima do balcão, na padieira da porta, suspensa de um braço de ferro a tabuleta azul "Bom Vinho e Comer".

Transformado, agora, em Restaurante, a cozinha mantém a tradição da região, a que corresponde, também, uma boa carta de vinhos. O serviço é agradável, o ambiente calmo e acolhedor. Duas boas salas decoradas com sobriedade a puxar para o típico, bem ataviadas, baixela a bom gosto. Dá-nos as Boas Vindas, na sua arte de bem receber o anfitrião da casa António Oliveira.

Na co-zinha, a mãe Elisa e a filha Arlinda teimam em manter as tradições que sempre fizeram grande o restaurante. E elas passam por umas óptimas entradas reclame da casa: rissóis, croquetes, bacalhau frito, bolinhos de bacalhau, filetes de peixe, iscas de cebolada e panados (acompanhados de um arrozinho a fugir). Na secção dos sabores do mar, peixe grelhado. Na secção das carnes, prove o Cabrito Assado. Nas doçarias, nunca deixe de degustar a celeberrima aletria.

O resto... adivinha-se!



## ARROZ DE FEIJÃO COM BACALHAU FRITO

### INGREDIENTES:

8 postinhas de bacalhau demolhado  
ovos  
feijão  
arroz  
grelas ou hortaliça da época (couve branca)  
chouriça  
pimento  
sal q.b.

### PREPARAÇÃO:

Fritar, em ovo, as postinhas de bacalhau demolhado. Acompanhar o bacalhau com arroz de feijão soltinho, acompanhado de pedaços de hortaliça (grelas, na época, ou couve branca), pedaços de chouriça e pimento.



## ALETRIA

### INGREDIENTES:

250 grs. de aletria  
500 grs. de açúcar  
1,5 l de água  
150 grs de manteiga  
12 gemas de ovos  
limão, canela em pau e pinhões

### PREPARAÇÃO:

Deita-se a água numa panela, juntando-se manteiga, açúcar, a canela em pau, casca de limão e 1 pitada de sal.  
Deixar ferver e deitar a aletria. Depois de cozida a aletria, tirar para fora do lume e deitar uma mão cheia de pinhões.  
De seguida, juntar as gemas batidas em fio.  
Vai de novo ao lume a ferver. Deixa-se arrefecer e serve-se polvilhada de canela.



## FEIJÃO VERMELHO COM CHISPE

### INGREDIENTES:

Carnes de porco caseiro (Orelheira, barriga, unhas, chourica e pernil)

Feijão vermelho (1,5 a 2 kgs)

Chourica

Tronchos de penca ou couve branca

Pimentos

Cenoura

Sal, piri-piri, cominhos e coentros, q.b.

### PREPARAÇÃO:

Coze-se o feijão com a cenoura, vão-se colocando as carnes de porco (orelheira, barriga, unhas, chourica e pernil), a chourica, os pimentos, a hortaliça (tronchos de penca ou couve branca, conforme a época), o sal, o piri-piri, os cominhos e os coentros.

A cozedura dura 2 horas.



# Casa de Sezim

O proprietário da Casa de Sezim é o Embaixador Antônio Pinto Mesquita. A Casa e Quinta situam-se na freguesia de Nespereira e fazem hoje parte, não só da Rota dos Vinhos Verdes, como, ainda, do Turismo de Habitação.

Também já se iniciaram na gastronomia regional, servindo sempre que solicitados, pelos enoturistas, que pretendem provar o Vinho de Lágrima sob a marca Casa de Sezim, obtido das castas nobres recomendadas para a Região Demarcada de Vinhos Verdes: Loureiro 50%, Trajadura 25%, Pedernã 20% e Azal Branco 5%. A Quinta produz, também, os chamados Produtos de Quinta, ou seja "Produits du Terroir" e que são a base das matérias primas confeccionadas para as receitas seculares da Casa de Sezim.

Gerência familiar, em que o Eng.º Antônio Mesquita assume toda a parte ligada às Relações Públicas; nas Adegas, o Eng.º José Paulo Mesquita e, na cozinha, porque se trata mesmo de uma cozinha familiar, a Embaixatriz D. Maria Francisca um bom exemplo de dedicação a um património cujos primeiros vinhedos já eram conhecidos na Idade Média (documento datado de 1390).



## BACALHAU À TIO JOÃO PAULO (à Casa de Sezim)

### INGREDIENTES:

Louro (do Loureiro junto à Adega)  
Tomates (da horta de Sezim)  
Alho (da horta de Sezim)  
Sal (Flor de Sal)  
Pimenta das Índias  
Salsa (da horta de Sezim)  
Farinha  
Bacalhau de cura amarela  
Batatas (da horta de Sezim)  
Pimentos (da horta de Sezim)

### PREPARAÇÃO:

Faz-se um estrugido até alourar, junta-se bastante tomate limpo, dentes d'alho, sal, pimenta, salsa picada e um pouco de farinha desfeita em água de coser o bacalhau. Logo que o tomate estiver cozido e desfeito, tira-se do lume e num prato de ir ao forno põem-se camadas alternadas de bacalhau cozido partido às lascas, batatas cozidas partidas às rodela, pimentos assados partidos às tiras e, por cima, o refogado de tomate. Vai ao forno a alourar.



## LOMBO DE PORCO COM LARANJA

### INGREDIENTES: (4 pessoas):

750 g de Lombo de Porco  
4 Laranjas de Sezim  
1 cebola  
2 Cenouras  
2 Colheres (sopa) de Azeite de Trás os Montes  
1 Colher (sopa) de Manteiga dos Açores  
sal e pimenta das Índias

### PREPARAÇÃO:

Lave o lombo de porco e ate com um fio de culinária. Leve a alourar, em lume forte, no azeite e na manteiga. Reduza o lume e adicione a cebola e as cenouras cortadas em cubos. Adicione o sumo de 2 laranjas e tempere com sal e pimenta. Tape o tacho e deixe cozinhar durante algum minutos. Retire a carne e coe o molho, esmagando as cenouras. Leve a lume brando, rectificando os temperos. Sirva a carne em fatias, regadas pelo molho e enfeite com as outras duas laranjas abertas em gomos. Acompanhe com batatas *noisette* e esparregado.





## ESPARGOS COM FILETES DE PESCADA A CASA DE SEZIM

### INGREDIENTES:

750 g de Filetes de Pescada  
200 g de Espargos (da Horta de Sezim)  
125 g Manteiga  
50 g Queijo  
Molho de Natas  
Pitada de sal

### PREPARAÇÃO:

Colocar os espargos em água a ferver ligeiramente salgada e deixar cozer cerca de 10 minutos. Escorrer com um pano seco. Cozer a vapor os filetes de peixe em água com sal. Derreter a manteiga numa sertã, juntar os espargos e virá-los até estarem bem emprensados na manteiga. Cobrir com o molho de natas e 2/3 de queijo. Por último, colocar no grill, com o resto do queijo grosso e servir imediatamente.

# Clube Industrial de Pevidém

(Clube de Tiro)

Restaurante do Clube de Tiro de Guimarães - local de encontro de muitos dos empresários vimaranenses e que tem vindo a remodelar a sua actividade e as propostas gastronómicas, atraindo muita clientela dos Quadros das unidades fabris do Concelho. O proprietário (concessionário), Sr. Norberto Sampaio, está neste restaurante há 15 anos. Foi, aliás, antigo proprietário do La Coupole. Dentro das ementas do Clube Industrial de Pevidém, salientamos a Pescada à

Marinheiro, marisco e peixes frescos (do dia), recordando assim as longas tradições que já vêm do Séc. XII e Séc. XIII, quando os Conventos e Mosteiros de Guimarães tinham casais e terras juntos aos centros piscatórios (Póvoa de Varzim).

Nas viandas, o cabritinho mamão na brasa. Nos doces, o pudim caseiro e a torta de noz. Serviço atento e gentil, tem na cozinha um grande Chefe, Pedro Filipe Silva, responsável pelas iguarias que o Clube de Tiro selecciona para os seus sócios e outros comensais que acorrem a Pevidém.



## CABRITO NA BRASA

### INGREDIENTES:

Cabrito (até 5 kgs)  
Batata  
Azeite  
Alho  
Piri-piri

### PREPARAÇÃO:

Corta-se o cabrito em pedaços pequenos (para passar rápido na brasa), tempera-se o cabrito em vinha d'alho, ficando a marinar durante 1 dia. Leva molho de azeite e piri-piri. Depois de assado, em lume lento, leva acompanhamento de batata passada na brasa (batata meio cozida, após seca e fria, vai a grelhar de um lado e do outro).



## BACALHAU À CLUBE

### INGREDIENTES:

1 posta de bacalhau  
batatas  
1 ovo  
1 cebola média  
azeite  
1 folha de louro  
vinagre, colorau, sal e piri-piri

### PREPARAÇÃO:

Enfarinhar o bacalhau e fritá-lo. Colocar um tacho ao lume, adicionar azeite, cebola cortada em meia lua, o colorau, a folha de louro e deixar refogar. Juntar vinagre e temperar com sal e piri-piri. Empratar o bacalhau e regar com o refogado. Guarnecer com batata frita cortada às rodas e o ovo cozido. Servir bem quente.



## PESCADA À MARINHEIRO

### INGREDIENTES:

1 posta de pescada  
batatas e grelos  
1 ovo  
1 cebola média e 1 cenoura  
azeite e vinagre  
1 folha de louro, sal, piri-piri e colorau  
2 gambas descascadas e cozidas

### PREPARAÇÃO:

Colocar um tacho com água e sal, adicionar a pescada e deixar cozer. Colocar um tacho ao lume, adicionar o azeite, a cebola cortada em meia lua, o colorau e deixar refogar. Juntar o vinagre e temperar com sal e piri-piri. Numa travessa de grés, colocar a pescada e as gambas em cima da pescada e regar com o refogado. Guarnecer com os grelos, as batatas, cenoura e ovo cozido. Servir bem quente.



# Dan José

A 7 km de Guimarães, o Monte da Penha, a 600 m de altitude, constitui um esplêndido mirante de onde se abrange uma área que vai desde o Marão ao Atlântico e desde o Montemuro ao Gerês. Santuário Mariano, dedicado à N<sup>a</sup> Sra. da Penha, Parque

Turístico com uma excelente paisagem envolvente - os característicos rochedos que o imaginário minhoto rodeou de lendas e mitos - é visitado por milhares de peregrinos. Vamos agora para o restaurante Dan José, um restaurante familiar, em que os irmãos Martins: na recepção e mesa, o Joaquim e, na cozinha, o Vítor, sabem cativar, apresentando um excelente cardápio dentro da cozinha regional.

Nos princípios, a tábua de enchidos é um pitêu à medida do "comedor" que aqui ocorre. Na arte piscatória, o bacalhau com broa, o polvo assado à antiga (premiado), a pescada à marinheiro. Nas viandas, os rojões com papas e o arroz de cabrito, também já premiados. Nas gulodices, os mexidos e a aletria.

Tem sala de banquetes (grupos) e o restaurante familiar - 60 mastigantes - que gostem de bem comer e de paisagens inolvidáveis.



## BACALHAU COM BROA

### INGREDIENTES (mínimo 2 pessoas):

Posta de Bacalhau (800/900 grs)  
Broa Caseira  
Batata  
Cebola  
Alho Louro, colorau e piri-piri (malagueta) q.b.

### PREPARAÇÃO:

Bacalhau gordo da Noruega, demolido, pré-cozido e sem sal, dando-lhe uma entaladela. Fazer uma pasta de broa caseira, temperada com azeite, um pouco de louro e de piri-piri (malagueta), acrescentando colorau e alho, até obter uma pasta espessa e homogênea. Meter no fundo da caçarola de barro cebola cortada em rodela, para não agarrar, colocando o bacalhau e as batatas, pré-cozidas, regando com bastante azeite. Sobrepor a pasta da broa e levar ao forno durante 15 minutos, recozendo o bacalhau e a cebola, concentrando o bacalhau e a broa. Retirar do forno quando o bacalhau estiver alourado. Servir com grelos salteados e azeite q.b.



## POLVO À ANTIGA

### INGREDIENTES:

Polvo  
Batata  
Cebola  
Alho  
Grellos

### PREPARAÇÃO:

Numa caçarola em barro, colocar cebola, junto o polvo pré-cozido, um pouco de alho, sem sal, batata pré-cozida, entalada à mão em volta do polvo. Vai ao forno 20 minutos e vai para a mesa, guarnecido de grelos ou outros legumes (da época).



## ENSOPADO DE CABRITO

### INGREDIENTES:

1 Cabrito (4,5 a 5 kgs.)  
1 Kg Batata  
Sal q.b.  
1 Litro Vinho Branco Verde  
Piri-piri (malagueta), alho e orégãos q.b.  
4 Tomates caseiros (pequenos)  
Pão torrado.

### PREPARAÇÃO:

Depois de limpar, cortar o cabrito em pequenos pedaços, temperado num recipiente, com sal e vinho branco (pouco ácido), piri-piri de malagueta, alho, ficando a marinar de um dia para o outro. Num tacho ou caçarola de barro vidrado, fazer o refogado (repuchado), com cebola, um pouco de banha, um pouco de azeite, tomate caseiro (pequenos). Junta-se o cabrito a estofar (35 minutos). Verificar os temperos. Vai para a mesa guarnecido com batata cozida e pão torrado e orégãos, por cima. A não perder!



# Doce Parque

Restaurante acolhedor e familiar, ligado às artes gastronômicas, tem, também no centro de Pevidém um snack bar e uma pastelaria, onde começou todo um histórico ligado à sua actual proprietária, Emília Salazar. Emília, filha mais velha de Maria Cassilda Almeida, foi, desde muito novita, e entre 9 irmãos, aquela que mais jeito tinha (dizia a mãe) para a cozinha. Gabava-se até que a filhota já se desembaracava muito bem nas artes culinárias. Com o falecimento da mãe, foi obrigada a deixar os estudos e a dedicar-se à casa, pai e seus 8 irmãos.

A sua caminhada para a cozinha tradicional seguiu aquilo que há muito tempo vimos referindo e que é normal numa família minhota: a passagem da mulher de uma comida étnica para uma comida familiar; depois, para uma comida caseira (já com reflexos na vida comercial) até chegar à cozinha tradicional. Foi o que fez a D. Emília, primeiro com a pastelaria e o snack-bar, em que servia pequenas refeições para o actual Doce Parque onde, com a sua irmã, desde há 13 anos vem acumulando êxitos na sua ementa, já com vários pratos premiados.

Com duas salas bem ataviadas, uma para grupos (100 lugares) e outra para o dia-a-dia, tem, também, o condão de ser uma óptima relações públicas procurando em tudo demonstrar que embora seja um restaurante tradicional ainda tem muito da sua vida familiar. Daí, até, o seu cuidado com os vinhos, que são de Quinta da D. Manuela Melo, de Guimarães, cuja colheita praticamente se destina ao seu restaurante.



## CABRITO ASSADO À LAVRADOR (1º Prémio na 6ª Quinzena de Gastronomia de Guimarães)

### INGREDIENTES:

1 cabrito pequeno (3/3,5 kgs), das Terras Altas do Minho  
Vinho branco  
Alhos q.b.  
Salsa q.b.  
Malagueta  
Azeite puro  
Batatas pequenas  
6 cebolas pequenas  
Pimento vermelho  
Sal q.b.

### PREPARAÇÃO:

Limpa-se o cabrito, tira-se o bedum e lava-se com água morna. Depois, deixa-se em água fria e limão durante 2 horas. Faz-se uma salmoura com os alhos, o sal e a malagueta, com a qual se tempera o cabrito. De seguida, rega-se com vinho branco e tempera-se com salsa, ficando a marinar de um dia para o outro. Dispõe-se o cabrito numa pingadeira de barro, juntamente com as batatinhas, as cebolas e o pimento cortado em quatro. Rega-se com azeite e vai ao forno em lume brando. De vez em quando, rega-se o cabrito com o vinho em que esteve a marinar.



## ROLO D'AVÓ

### INGREDIENTES:

Ovos do campo  
Açúcar  
Farinha  
Vinho do porto  
Casca de laranja  
Côco

### PREPARAÇÃO:

Faz-se uma pasta juntando os ovos ao açúcar (1 colher por ovo), metade de farinha, faz-se um leite creme apaladinho (vinho do porto e casca de laranja), enrola-se e põe-se côco e vai ao forno até tostar o côco.







## ARROZ DE POLVO (filetes)

(1º Prémio na 7ª Quinzena de Gastronomia de Guimarães)

### INGREDIENTES:

1 polvo, arroz, cebolas  
Pimento vermelho, 2 ovos  
Pão ralado, limão  
Sal q.b., azeite  
Alho, salsa  
Pimenta preta

### PREPARAÇÃO:

Coze-se um polvo de boa qualidade e tentáculos grossos em água com uma cebola inteira e um pouco de sal, durante aproximadamente 50 minutos.

A parte faz-se um refogado com cebola picada e azeite e um dente de alho. Quando estiver louro, junta-se a água de cozer o polvo e as partes mais finas do polvo, cortadas aos bocados pequenos. Adiciona-se um pouco de pimento vermelho e mete-se o arroz com um ramo de salsa (convém que o arroz fique malandro).

Para fazer os filetes, cortam-se as pernas mais grossas do polvo ao meio e temperam-se com limão e pimenta. Seguidamente, passam-se por ovo e por pão ralado e fritam-se em óleo.

# D. Mafalda

## (Pousada Sta. Marinha)

A Pousada de Santa Marinha da Costa foi construída a partir das ruínas do antigo Mosteiro com o mesmo nome. Inicialmente terá sido erguido pela Condessa Galega Mumadona (fundadora de Guimarães). Outras fontes atribuem a fundação a D. Mafalda, esposa de D. Afonso Henriques. D. Sancho I também refere a sua existência. Sabemos que pertenceu aos frades Agostinhos que o reconstruíram em 1152. Foram substituídos no Séc. XVI pela Ordem de S. Jerónimo onde funcionou uma Universidade. A recuperação do Convento para Pousada foi feita no início dos anos 70 e teve o traço do Arquitecto Fernando Távora. O Restaurante D. Mafalda ocupa uma das áreas mais importantes do Convento, sendo uma parte reservada a banquetes (400 lugares). O salão principal do Restaurante para uns cem comensais tem uma lareira lavrada em granito encimada por uma tela de temática religiosa. Ceias Medievais, para um grupo mínimo de setenta pessoas, fazem parte da oferta gastronómica da Pousada. Harmonia e bom gosto na supervisão de Carolina Marafusta. Nas artes culinárias - Chefe Manuel Pereira.



### O NOSSO PATO ASSADO COM ENCHIDOS

#### INGREDIENTES:

1 pato (1 kg)  
1 kg de morcela  
1 farinha  
1 kg de arroz  
Cenoura e cebola  
Azeite, manteiga e alho

#### PREPARAÇÃO:

Levar o pato a cozer por 1 hora com cenouras inteiras, cebolas e os enchidos. Retirar o pato e levar ao forno para alourar e desfiar. Reservar o caldo, para o arroz, fazer um refogado com a cebola e cenoura onde cozeu o pato e adicionar os enchidos picados, o arroz e o caldo antes reservado. Servir o arroz em prato fundo, saltear bocados de pato e servir sobre o arroz.



### TOUCINHO DO CÉU



#### INGREDIENTES:

500 gr de açúcar  
200 gr de amêndoa  
3 colheres de doce de chila  
18 gemas  
Farinha, manteiga e açúcar pilé q.b.

#### PREPARAÇÃO:

(1h20 de confeccção, para 10 pessoas): Derreter o açúcar em 2 dl de água até atingir o ponto pérola. Adicionar a amêndoa pelada e ralada e deixar ferver um pouco. Misturar as gemas com as claras e juntar ao preparado anterior depois de este ter arrefecido um pouco. O preparo vai novamente ao lume, apenas para cozer as gemas, tendo cuidado para não ferver. Deixar arrefecer e deitar numa forma untada com manteiga e polvilhar com muita farinha. Cozer no forno em lume brando durante uma hora. Desenformar depois de frio, retirar a farinha e polvilhar com bastante açúcar pilé.





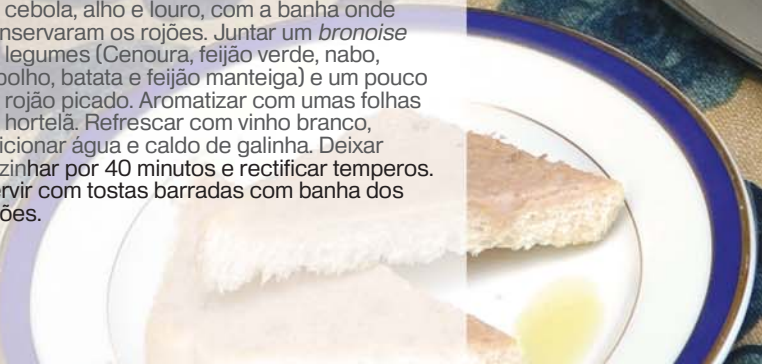
## SOPA RICA COM TOSTA DE PASTA DE ROJÕES

### INGREDIENTES:

600 grs. de rojão  
120 grs. de feijão vermelho  
80 grs. de feijão verde  
1/2 lt de vinho verde  
150 grs de cenoura  
150 grs. de batata  
100 grs. de *courgette*  
20 grs. de alho  
5 grs. de cominhos  
Louro

### PREPARAÇÃO:

Receita que data de 1732. Fazer um refogado de cebola, alho e louro, com a banha onde conservaram os rojões. Juntar um *bronoise* de legumes (Cenoura, feijão verde, nabo, repolho, batata e feijão manteiga) e um pouco de rojão picado. Aromatizar com umas folhas de hortelã. Refrescar com vinho branco, adicionar água e caldo de galinha. Deixar cozinhar por 40 minutos e rectificar temperos. Servir com tostas barradas com banha dos rojões.





# EL Rei D. Afonso

Sito em plena Praça de Santiago, a fama do Jacobeo teria vindo com os guerreiros francos, companheiros do Conde D. Henrique. O restaurante - El Rei D. Afonso - inclui-se no conjunto de edifícios que bordam o largo de Santiago (Arquitetura dos Sécs. XVII e XVIII, com casas sobradadas e as suas varandinhas seiscentistas, em madeira e ferro forjado), totalmente recuperadas na requalificação do Centro Histórico. Também, segundo a tradição, o Apóstolo Santiago teria trazido consigo, na passagem por Guimarães, uma imagem da Virgem Maria. Com o aproveitamento turístico onde as esplanadas são motivo cativante para que os visitantes possam contemplar a harmonia das fachadas, o Restaurante El Rei fornece, também, um Cardápio a todos os títulos recomendado.

Com gerência experiente do Augusto Gonçalves (passou pela Pousada da Sra. da Oliveira e Restaurante Jordão, onde deixou muitas amizades), o segredo do êxito do El Rei é a aposta numa ementa regional, com destaque para os Bacalhaus e o Polvo. Nas carnes, o arroz de pato à moda antiga e, nos doces, o leite de creme e o pudim de ovos (especialidade). Nos vinhos, de Quinta, além dos Alvarinhos e outros Verdes da Região, entre os quais a Casa de Sezim.



## BACALHAU À MISTÉRIO

### INGREDIENTES:

Bacalhau  
Cebola, alho e azeite  
Batata  
Molho branco

### PREPARAÇÃO:

Cozer o bacalhau desfiado, guardar parte da água da cozedura. Lamina-se cebola e alho e faz-se refogado com azeite, junta-se o bacalhau com a água da cozedura do bacalhau e deixa-se apurar. No recipiente, colocar uma camada de batata frita, em rodela fininha, depois uma camada de bacalhau e uma camada de batata frita, outra de bacalhau e uma outra de batata frita, regada com molho branco a temperar. Vai ao forno a gratinar.



## PUDIM DE OVOS

### INGREDIENTES:

780 grs de açúcar  
1 rodela de laranja e ananás (natural)  
30 ovos

### PREPARAÇÃO:

Depois de arrefecida a calda de açúcar, juntar 30 gemas de ovos, 250 grs de açúcar para caramelo, levar ao forno e cozer em banho maria.

## POLVO À LAGAREIRO

### INGREDIENTES:

1,2 kg de polvo  
800 grs de batata média, com casca  
2 cebolas  
2 dl de azeite  
4 dentes de alho  
1 ramo de coentros  
Azeitona  
Sal grosso

### PREPARAÇÃO:

Coze-se o polvo e escorre-se, leva-se a grelhar, com um pouco de sal. Depois de grelhado, regar com azeite fervido, alhos cortados às rodelas, coentros picados, cebolas cortadas às rodelas finas e azeitonas. Acompanha-se com batatas a murro. As batatas são colocadas num tabuleiro, salpicam-se com bastante sal grosso. Levar ao forno durante 45 minutos. Depois de assadas, limpar o sal e dar um murro ao de leve.





# Fentelhas

Fica em São Torcato, não longe de Guimarães (7 kms). O culto a São Torcato perde-se na memória do tempo (o seu martírio ocorre em 26 de Fevereiro de 719, numa das investidas Árabes ao Noroeste Pensinsular), sendo descoberto o seu corpo por um Monge Beneditino, no local onde hoje se ergue a Capela da Fonte do Santo. Mas São Torcato é, também, uma das mais importantes zonas agrícolas do Concelho de Guimarães e do Minho: cultivos de regadio e vinhas de meia-encosta, gado ovino, bovino e caprino, empresas agro-alimentares. O Restaurante Fentelhas é um restaurante de cozinha regional, com uma grande sala decorada com motivos regionais e uma garrafeira a preceito, praticamente com vinhos de todas as zonas vitivinícolas e com especialidade nos Vinhos Verdes. Na mesa e na cozinha uma equipa com largos anos de experiência - Sandra Fernandes e Ana Fernandes - que continuam a alegrar - o palato dos fiéis comensais com coisas tão pródigas como uns sarrubulhos de excelente cepa, bacalhaus de boa memória e melhor retrato, o galo pica no chão, o arroz de feijão com pataniscas e um conventual cabrito assado. Nas sobremesas, o leite creme e as rabanadas.



## **GALO DE CABIDE LA** (1º Prémio na 3ª Quinzena de Gastronomia de Guimarães)

### **INGREDIENTES:**

1 Galo pica no chão  
Arroz  
Pimenta  
Sal  
Alho  
Cebola  
Vinagre

### **PREPARAÇÃO:**

Faz-se um refogado com a cebola, apura-se, parte-se o galo. De seguida, tempera-se com o sal, pimenta e o alho. Coloca-se no refogado e deixa-se alourar. Depois de refogado, acrescenta-se água, coloca-se o arroz, que depois de cozido, é acrescido do sangue e deixa-se a ferver 3 minutos e está pronto a servir.



## **ARROZ DE FEIJÃO COM PATANISCAS**

### **INGREDIENTES:**

Bacalhau limpo de peles e espinhas  
Arroz  
Feijão vermelho  
Farinha, cebola, salsa e ovos  
Azeite

### **PREPARAÇÃO:**

**Pataniscas:** Colocam-se numa tigela grande o bacalhau desfiado, a farinha, a cebola e a salsa. Depois, vão-se acrescentando os ovos até ficar uma massa lisa e homogênea. Rectificam-se os temperos. Com duas colheres de sopa tiram-se bocadinhos de massa, dando-se a forma de bolas que se fregem em azeite fino muito quente.

**Arroz de Feijão:** Cozer feijão vermelho, aproveitando o caldo. Fazer um refogado com cebola, tomate, alho, cenoura, louro e presunto gordo, tudo cortado em pedaços. Deixá-lo "ressoar". No ponto, acrescentar o caldo de feijão e o arroz que deve ficar malandrinho. Logo cozido, acrescentar o feijão.





## BACALHAU RACHEADO

### INGREDIENTES:

(2 pessoas):

1 posta de bacalhau demolhado

3 cebolas grandes

Azeite, pimenta e colorau q.b.

2 dentes de alho

Batatas

### PREPARAÇÃO:

Numa sertã, coloca-se a cebola às rodelas, de seguida o bacalhau, salpicando com a pimenta e o colorau e os alhos picados.

Tapa-se com a restante cebola, cobrindo tudo com muito azeite e leva-se a rachear em lume brando.

À parte, fritam-se as batatas, que se cortam às rodelas. Dispõe-se, numa travessa ancha as batatas já fritas e coloca-se o bacalhau e a cebolada por cima e rega-se com o azeite. Serve-se com salsa e azeitonas.

# Florêncio

Com uma amesandação variada - três salas - uma das quais para grupos até 40 pessoas, entra-se pela Adega com balcão corrido e os pipos (à vista), que nos diz as origens do "Florêncio" com mercearia, tasca e venda, depois Café. Fica, ali, bem junto à Capelinha de Santa Madre de Deus e, por isso, lugar certo em dias de romaria, de muitas bocas deromeiros, ressequidas por Ladainhas e Padre-Nossos, que ambicionam o refrigério da malga cheia de vinho, sanguíneo e espumoso. Para não falar dos corpos moidos pela "vinha d'alhos" em que se torna o andar de joelhos em redor da milagreira capelinha!

Restaurante familiar com receitas a passar de mãe para filha e cujo segredo a Rosa Freitas guarda bem (nem o Jorge Gabriel e a Sónia na Praça da Alegria conseguiram arrancar-lhe os ingredientes do "seu" bucho recheado com rojões). À receita que hoje apresentamos ainda lhe faltam pormenores, mas já foi uma Rosinha amiga que só por isso merece um xi muito grande. O serviço categorizado e atento do Joaquim e Pedro Filipe (irmãos) completam esta Casa de Bem Comer que não precisa de galha de loureiro para dizer que há pipa nova de um verde refilão de quatro estalos.



## ARROZ DE COELHO DE CABIDELA

### INGREDIENTES:

1 Coelho caseiro (1 kg)  
Arroz  
Sangue  
Sal, pimenta, alho  
Loureiro, vinho branco e salsa

### PREPARAÇÃO:

O coelho, depois de lavado e partido em pedaços, é temperado com sal, pimenta, alho, loureiro e vinho branco, ficando a marinar em vinha d'alho de 1 dia para o outro. Faz-se o estrugido e põe-se o coelho a estufar. Depois de estufar o coelho, acrescenta-se o arroz. Quando o arroz estiver meio cozido, coloca-se o sangue, com um pouco de salsa.



## SOPA DE NABOS

### INGREDIENTES:

600/700 grs de batata  
100 grs de feijão vermelho  
1 molho de nabos com rama  
1 cebola pequena  
Toucinho caseiro  
sal q.b.  
azeite q.b.

### PREPARAÇÃO:

Cozem-se as batatas partidas juntamente com a cebola. Seguidamente, passa-se pela varinha e adicionam-se os nabos, devidamente cortados e o toucinho caseiro. À parte, coze-se o feijão e deita-se na panela, temperando com sal e azeite.



## **BUCHO RECHEADO**

(1º Prémio na 2ª e 5ª Quinzena de Gastronomia de Guimarães)

### **INGREDIENTES:**

(para 3 - 4 pessoas)

1 Bucho (800 grs.)

Farinheira

Arroz

Batatas

Grellos

Azeite, alho

### **PREPARAÇÃO:**

O bucho é lavado e as febras são temperadas em vinha d'alho. O bucho vai ao forno com os rojões dentro. As batatas são também assadas mas em pingadeira ao lado. O bucho é servido com arroz seco, grelos salteados e farinheira. O arroz seco é feito com um estrugido, com azeite e alho picado, acrescenta-se a água e um bocadinho de manteiga e deita-se o arroz. Os grelos salteados são feitos numa sertã, sendo as farinheiras fritas, com azeite e alho.

Beba-se um espumante de vinho verde, branco ou tinto.





# Nora do Zé da Curva

Também Casa de Pasto, com receitas da melhor tradição Vimaranesa. E fica-lhe bem aquele ar envergonhado de escondida casa de comidas, mesmo no centro da cidade.

Casa de Pasto, mas igualmente de antepastos, servidos em sala refeição bem ataviada e poiso certo para o máximo de cem manducantes que aqui queiram provar aquilo que de melhor se faz em caseiros entreténs de boca: pataniscas, rissóis e bolinhos de bacalhau com arroz de feijão a fugir, petingas fritas, um excelente presunto e paio, pão coado da aldeia.

Porque na Nora do Zé da Curva só há boas matérias primas. Aconselho nos pastos e repastos: o arroz de pato à moda antiga, o celeberrimo bucho recheado, o bacalhau com presunto (uma receita bem típica do

Concelho de Guimarães), a massa à Lavrador, o cabrito mamão assado no forno e o arrozinho de grelos com vitela. Nas gulodices, um espaço para as rabanadas com pinhões e o consagrado leite creme. Na cozinha D. Maria da Luz sabe dar a nota final em toda esta ementa opulenta, bem acompanhada no profissionalismo do serviço por Carlos Fernandes (marido e gerente) e filhos, inextinguíveis na arte de bem receber.



## BACALHAU À D. CARLOS

### INGREDIENTES:

Bacalhau  
Batata  
Cebola  
Alho, azeite e pimenta  
Presunto  
Couve  
Pão

### PREPARAÇÃO:

O bacalhau é demolhado dentro do frigorífico, com a pele para cima, estando 5 dias no frigorífico, mudando a água 1 a 2 vezes por dia (Inverno ou Verão, respectivamente), sendo a muda feita por água à mesma temperatura. Uma pequena cozedura sem ferver (encalidela) e vai ao forno a gratinar, em pingadeira de barro. Leva, na base, umas folhas de couve orelhudas e vicosas (olhinhos de Natal), batatas por estonar partidas ao meio (por toda a volta), mais umas tirinhas de presunto e pão frito em azeite. Arremata com cebolada copiosa por cima, bem estalada, com azeite, com alho e pimenta. Fica no forno não mais de 20 minutos (até ganhar cor - sinal que o azeite abeberou este Gadus Callarias da família dos Gadineos, também chamado "Fiel Amigo"). E servem-se à mesa, na mesma assadeira as loiras e planturosas lascas!



## PUDIM CASEIRO

### INGREDIENTES:

(para 3 pudins):  
2 kgs de açúcar  
1 lt de água  
20 ovos inteiros  
20 gemas de ovo

### PREPARAÇÃO:

Leva-se o açúcar a ferver num litro de água, até a água ficar amarela, com o açúcar em fios. Numa bacia, leva 20 ovos inteiros, 20 gemas, 1 pitada de sal, vinho do Porto (um pouco, batem-se os ovos, bem batidos). Barrar as formas com caramelo, onde se junta a calda do ovo, que levou o vinho do Porto.

Ferve em banho maria, durante 30/35 minutos, até ficar douradinho.



## MASSA À LAVRADOR

(1º Prémio na 6ª Quinzena de Gastronomia de Guimarães)

### INGREDIENTES:

300 grs. de feijão vermelho cozido  
250 grs. de toucinho  
250 grs. de orelha  
250 grs. de unha de porco  
250 grs. de carne de vitela  
1 chouriça  
1 cenoura  
3 cebolas  
2 dentes de alho  
1/2 kg. de tomate  
espigos  
1 dl. de azeite

### PREPARAÇÃO:

Faz-se um refogado com as cebolas picadas, o azeite, os alhos, a cenoura e os tomates. Juntam-se as carnes e deixa-se estufar. Depois das carnes "bem refogadas", acrescenta-se água. Seguidamente, junta-se o feijão vermelho, os espigos e a massa. Deixa-se cozer cerca de 15 minutos.

# Pousada Nossa Senhora da Oliveira

Com entrada pela Rua de Santa Maria, a mais Medieval do Centro Histórico de Guimarães. A frente da Pousada e do Restaurante (por detrás da arcaria de pedra) dá para o Largo da Oliveira onde no Séc. X a

Condessa Galega Mumadona fundou o Mosteiro de Nossa Senhora da Oliveira que dá o nome à Pousada. Antiga casa senhorial, serviu para comércio no piso térreo e para habitação nos restantes dois pisos.

Adquirida pelo Município e adaptada, posteriormente, pela ENATUR para Pousada, o restaurante fica situado no primeiro piso, aliás a parte que conserva um ambiente mais antigo. O amplo salão do Restaurante com mesas e cadeiras de autor, baixela cuidada para uns oitenta comensais, tem uma vista geral para o Largo da Oliveira.

Da ementa regional destacamos o cabrito frito com migas verdes, o bacalhau à Pousada, gratinado com presunto e o Coelho à Fundador. Sem esquecer os rojões à Minhota. Na doçaria, o regional toucinho do céu, o pudim de castanhas e o doce de merengue. Batuta segura na carta de comidas de Carolina Marafusta.

Na cozinha Chefes Manuel Carvalho.



## LAGARADA DE POLVO

### INGREDIENTES (1 pessoa)

250 gr de polvo cozido  
20 gr de batatas pequenas, com pele  
3 alhos  
10 dl de azeite  
cebola às rodelas, azeitonas e sal q.b.

### PREPARAÇÃO:

Grelhar o polvo. Assar as batatas com pele e bastante sal. Ferver o azeite com os alhos. Derramar o azeite sobre o polvo e servir com as batatas "esborrachadas". Dispor por cima a cebola finamente cortada e as azeitonas.



## COELHO À FUNDADOR COM ESPUMANTE TINTO

(1º Prémio na 1ª Quinzena de Gastronomia de Guimarães)

### INGREDIENTES (5 pessoas):

1 coelho (1 kg)  
150 gr de toucinho fumado  
650 gr de batata torneadas  
450 gr de cenouras  
500 gr de cebolinhas  
0,2 lt de azeite  
1 lt de vinho verde tinto  
50 gr de cebola  
20 gr de dentes de alho  
200 grs de margarina  
sal, pimenta, tomilho, funcho q.b.

### PREPARAÇÃO:

Faz-se um refogado com a cebola juntamente com o toucinho fumado cortado em dados, refresca-se com vinho tinto. Junta-se o coelho que dever estar marinado 12 horas. Deixa-se apurar lentamente, junta-se um pouco de farinha dissolvida em vinho tinto para engrossar o molho. Entretanto cozem-se as batatas e as cenouras. As cebolinhas salteiam-se numa frigideira com margarina. Junta-se ao coelho para acabar de cozinhar.



## **CABRITO FRITO COM MIGAS VERDES**

### **INGREDIENTES** (2 pessoas):

400 g de cabrito desossado  
2 dl de vinho branco  
2 folhas de louro  
sal grosso e banha q.b.  
200 grs de grelos cozidos e cortados finamente  
1 fatia de broa esfarelada  
2 alhos  
1 dl de azeite

### **PREPARAÇÃO:**

Passar o cabrito por água quente e escorrer. Deixar a marinar de um dia para o outro, com tempero de vinho branco, 2 folhas de louro e sal. Fritar o cabrito na banha. Preparar as migas alourando os alhos no azeite e misturando com os grelos e com a broa. Deixar apurar. Servir o cabrito com as migas.



# Quinta de Castelões

A 3 km de Guimarães, na direcção de Braga, é um restaurante especializado na gastronomia regional minhota, constituído por diversas salas mais reservadas onde se pode desfrutar de um jantar romântico à luz de velas ou ceia de um parcimonioso encontro de negócios. Para além do restaurante, a Quinta possui ainda um Mini-Museu de alfaias agrícolas, uma cozinha tradicional recuperada e uma esplanada coberta para 260 pessoas (banquetes).

Trata-se de uma Quinta temática multi-usos que gostaríamos de ver transformada numa Quinta Pedagógica, com visita inclusive das Escolas, dada as verdadeiras exposições/mostras de actividades de casas rústicas de lavoura que possui. Da carta de comidas regista uma larga oferta de reclamadas especialidades: o bacalhau à Quinta de Castelões, a pescada cozida com todos, o cabrito assado à Padeiro, os tacãozinhos de boi barrosão e os rojões com papas à moda do Minho. Nos doces, o arroz doce, o leite creme queimado, a tarte de amêndoa e o pudim caseiro.

Para além de um profissionalismo a toda a prova, sempre o acolhimento familiar e simpático de uma equipa com futuro: Gerência, Pedro Vieira; Cozinha, Chefe Ernesto Pereira; Chefe de Mesa, David Fernandes.



## BACALHAU À ANTIGA

### INGREDIENTES:

1 posta de bacalhau demolhado  
1 folha de couve galega  
1 fatia de presunto  
1 cebola  
2 dentes de alho  
2 dl azeite

### PREPARAÇÃO:

Alourar a cebola em meias luas com o azeite e o alho picado. Dispor por cima do bacalhau uma fatia de presunto. Fechar o mesmo com a couve e atar com fio de cozinha. Pincelar a couve com o azeite e levar ao forno entre 25 e 30 minutos, a 180°. Acompanha com batata torneada cozida, grelos e azeitonas pretas.



## CABRITO MAMÃO À CASTELÃES

### INGREDIENTES:

Cabrito Mamão  
Cebola  
Dentes de alho  
Folha de louro  
Azeite  
Vinho Branco  
Ramo de salsa  
Sal e pimenta, q.b.  
Batata à Padeiro  
Grelos

### PREPARAÇÃO:

Cabrito temperado em vinha de alho composto por: vinho, alho, louro, salsa, cebola, sal e pimenta q.b.

Levar o cabrito ao forno com batata à padeiro e cobrir com a marinada do mesmo. Levar ao forno (40 minutos, a 180°).

Por fim, emplatado e decorar com grelos cozidos e salteados com azeite e alho. Acompanhar com arroz de forno, composto por uma calda de um refogado com cebola e azeite, bocadinhos de presunto e chouriço. Vai ao forno durante 20 minutos.



## TACÃOZINHO DE BOI BARROSÃO NA BRASA

### INGREDIENTES:

Lombo de boi  
Sal  
Grelhos  
1 rodela de tomate  
1 cebola  
Azeite e alho, q.b.  
Natas

### PREPARAÇÃO:

Um "tacão" do lombo de boi, grelhado com sal. Acompanha com uma base de grelos salteados com azeite e alho. Fazer uma base com os grelos e uma rodela de tomate, colocar o tacão de boi grelhado em cima do tomate. Dispor cebola assada com a casca em cima da carne. Aromatizar com azeite e alho e um pouco de natas. Decorar com uma folha de louro e guarnecer com batata com pele e frita em azeite.





# S. Gião

Pedro Nunes assim se chama o proprietário, mas, igualmente, a alma mater das artes culinárias do Restaurante São Gião. Já referência num grupo de "Chefes" que cultivam a Gastronomia como "estudo das comidas ou arte ou ciência de bem comer" e com a coragem suficiente de escolher as matérias primas autóctones e os Cardápios, pela sua autenticidade, memória e identidade.

O que pretende Pedro Nunes?

Escolher receitas que na inovação da tradição nos darão a honra de podermos equipararmos-nos a qualquer outra Alta Cozinha, seja de que País for.

Esta cozinha verdadeira a que lhe chama, também, uma nova "cozinha de emoções", sobretudo, "uma cozinha de afectos", volta-se para alimentos da zona, como sejam os fumados locais (o peito de pato e o salmão feitos no fumeiro artesanal à venda na Casa Gourmet/Guimarães); nos peixes, o bacalhau assado em forno de lenha, a raia cozida com algas; nas carnes, as tripas, os pezinhos de porco recheados com cabrito, a lebre estufada; nos doces, a tarte de natas.

A Confraria saúda esta nova "cozinha de emoções", com os "afectos" do Pedro Nunes.



## BACALHAU NO TACHO

**INGREDIENTES:** (para 6 pessoas)

6 postas de bacalhau  
3 cebolas grandes  
1 cabeça de alho  
2 folhas de louro  
6 colheres de chá de mostarda de Dijon  
Azeite q.b.

### PREPARAÇÃO:

Cubra o fundo de um tacho com uma camada de cebola; junte os alhos laminados e o louro; disponha as postas de bacalhau sobre a camada de cebola, alho e louro com a pele virada para cima; espalhe a mostarda por cima do bacalhau; regue com o azeite, em quantidade suficiente para subir, pelo menos, até meio das postas de bacalhau; deixe cozinhar em lume brando, sem tapar o tacho porque o segredo deste prato está aí: na cozedura em azeite, muito lento ao longo de três horas e meia. Antes de ficar pronto, roube algum azeite deixe esfriar e faça com ele uma maionese; sirva com batatas cozidas cortadas em meias luas e a maionese.



## CAPÃO NO FORNO

**INGREDIENTES:**

1 capão c/ cerca de 5 Kg  
0,5 litros de vinho branco e de água  
2 cebolas cortadas finamente  
6 dentes de alho esmagados  
1 cenoura  
2 folhas de louro  
100 grs de manteiga  
200 grs de farofa  
sal, pimenta e colorau tudo q.b.

### PREPARAÇÃO:

Limpe o capão e tempere com sal, pimenta e colorau; junte o vinho branco, a água, as cenouras, a cebola, os alhos e o louro e deixe em tempero para o dia seguinte. Escorra o capão e leve-o ao forno a assar, durante 30 minutos, para que deite fora toda a gordura. Terminada aquela operação, junte a vinha d'alhos, mais o azeite e asse durante duas horas, até que a pele fique bem estaladiça e a carne tenra. Faça um estufado com os miúdos do capão e reserve. Salteie a farofa com 100 grs de manteiga, junte o estufado e mexa até que a farinha de pau fique solta. Sirva o capão com batata assada, farofa.

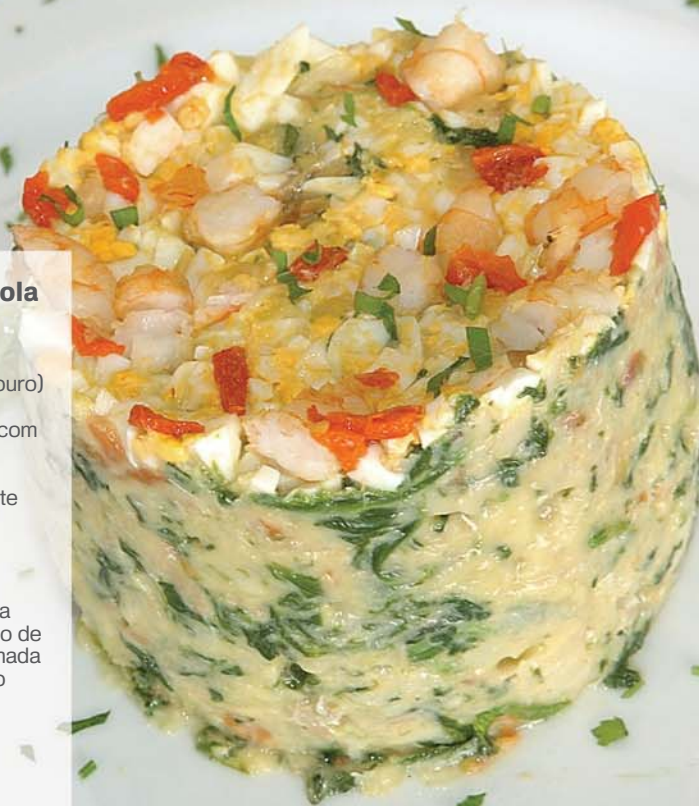
## Mil Folhas de Bacalhau com Santola

### INGREDIENTES:

2 Postas de bacalhau cozido desfiado  
Cebolada (duas cebolas, 3 alhos, 1 folha de louro)  
500 grs de batata cozida laminada  
Recheio de uma santola pequena misturada com  
200 grs de *Béchamel*  
200 grs de espinafres salteados  
400 grs de broa ralada e misturada com azeite  
150 grs de azeitonas pretas descascadas

### PREPARAÇÃO:

Num aro com aproximadamente 7 cm de diâmetro, colocar uma camada de batata, uma camada de cebolada, uma camada de recheio de santola, uma camada de espinafres, uma camada de bacalhau e uma camada de broa. Levar ao forno durante 25 minutos, entre 160° a 170°.  
Serve-se de seguida.



# Solar do Arco

Fica na Rua de Santa Maria, uma das primeiras ruas do burgo Medieval pois era a ligação entre o Castelo e o Mosteiro. Ao longo do seu trajecto (agora pedonal) encontramos do melhor em termos de testemunhos arquitectónicos do passado: a Casa do Arco bem conhecida pelo seu passadiço sobre a rua; a casa gótica dos Valadares; o Convento de Santa Clara, actual sede da Câmara Municipal. No final da rua, a colina sagrada: o Castelo, o Paço dos Duques, a Igreja de S. Miguel. Por isso, o interior do Solar do Arco é lendário e só para ver as suas arcadas já vale a pena. Escolha um cantinho, nos espaços bem ataviados com capacidade para quarenta comilões, baixela cuidada, toalhas caseiras e guardanapos de pano. Como Mestres do paladar a equipa composta por João Paredes - marido e Maria da Conceição - esposa, juntança que não tem mãos a medir para os turistas que são visita obrigatória nesta Minhota casa de comidas, até porque as belíssimas arcarias de pedra já foram vistas por milhões na telenovela "Lenda da Garça".



## BACALHAU COM MIGAS DE BROA

### INGREDIENTES:

1 lombo de bacalhau  
200 grs. de broa de milho  
5 dentes de alho  
2,5 dl de azeite  
sal e pimenta q.b.

### PREPARAÇÃO:

Numa assadeira, colocam-se rodela de cebola e 1 dente de alho às rodela e coloca-se o lombo de bacalhau, rega-se com azeite e leva-se ao forno bem quente durante mais ou menos 10 minutos. Entretanto, miga-se a broa para uma tigela, juntam-se os dentes de alho picados, sal e pimenta a gosto e mistura-se tudo. Quando o bacalhau estiver meio assado, retira-se do forno e cobrem-se as migas que já tinham sido preparadas previamente na tigela. Leva-se ao forno, até as migas ficarem bem douradas. Serve-se com batatas a murro.



## RABANADAS COM MEL

### INGREDIENTES:

1 pão de cacete 500 grs.  
300 grs. de açúcar  
1 pau de canela  
1 casca de limão  
2 gemas de ovos  
250 grs de mel  
1 cálice de vinho do Porto

### PREPARAÇÃO:

Junta-se o açúcar, a canela, a casca de limão e o mel numa panela e deixa-se ferver cerca de 10 minutos. Parte-se o pão em fatias com uma espessura de mais ou menos 2 dedos e, em seguida, mergulha-se o pão no líquido fervido mantendo-se aí até ficar o pão bem mole; depois, passa-se por gemas de ovos e vai a uma frigideira com óleo bem quente para fritar. Calda: Ferve-se a água com o açúcar, pau de canela, vinho do Porto e mel, durante cerca de 10 minutos e, no fim, juntam-se as passas. Verte-se, depois, nas rabanadas.





## ARROZ DE FRANGO PICA NO CHÃO

### INGREDIENTES:

1 frango caseiro  
500 grs de arroz  
1 chouriça  
Sangue do frango e vinagre, q.b.  
Sal, azeite e pimenta, q.b.  
1 ramo de salsa

### PREPARAÇÃO:

Faz-se um refogado com cebola, alho e azeite, quando o refogado estiver louro, mistura-se o frango cortado em pedaços com a chouriça. Deixa-se cozer misturando água aos poucos. Quando o frango e a chouriça estiverem cozidos, mete-se o arroz.

Após se verificar que o arroz está quase pronto, junta-se o sangue que se guardou misturando um pouco de vinagre e deixa-se cozer. Serve-se logo.

# Valdonas

Será lógico que o visitante ao burgo Vimaranesse queira, em pleno Centro Histórico, juntar ao rigor da intervenção e carácter exemplar que já lhe mereceu ser considerado Património da Humanidade (UNESCO), o arrefeioar tradicional de um cardápio que honre a Gastronomia de Guimarães. O edifício onde se localiza o Restaurante Valdonas, teve a sua origem no Séc. XVI, em tempo de D. João III. Foi mandado construir por D. Gaspar de Carvalho, Chanceler-Mor do Reino (pode ver-se na larga porta o brasão da Casa dos Carvalhos). Desde essa época, mas sobretudo no Séc. XVIII teve sempre um ambiente palaciano e requintado onde se celebraram os esponsais dos filhos de D. João V - D. Maria Barbosa e D. José. Valdonas traz-nos uma recuperação notável em três salões com cantarias e madeiras da velha casa senhorial e pátios ajardinados muito aprazíveis para o estio. Sobretudo, uma sólida gastronomia tradicional com os seus laivos de nova cozinha regional. Supervisão atenta, profissional e gentil de Marco Bravo Silva e Pedro Vaz de Carvalho; nas artes coquinárias Maria José Sousa sob consultoria do Chefe Hélio Loureiro. Não esqueça! Se pretende um recanto cheio de "estórias", abanque no Valdonas.



## COELHO À FUNDADOR

### INGREDIENTES (4 pessoas):

1 coelho médio  
2 cebolas médias  
100 grs de cenoura  
10 dl de azeite  
Sal, pimenta e tomilho fresco q.b.  
4 echalotes  
10 alhos  
5 grs de banha de porco  
1 ovo  
300 grs de farinha  
400 grs de batata  
1 dl de vinho tinto

### PREPARAÇÃO:

Coloca-se o coelho na marinada cerca de 4 hrs. Faz-se um refogado com o coelho em lume brando. Quando estiver bem refogado juntam-se as echalotes, a cenoura às rodela e as batatas. Quando estiver cozido leva-se ao forno numa travessa e cobre-se com massa de pão. Vai ao forno até a massa ganhar cor.



## LEITE CREME COM COMPOTA DE MAÇA

### INGREDIENTES (12 pessoas):

200 grs de açúcar  
6 gemas de ovo  
3 paus de canela  
1,250 ml de leite  
70 grs de amido  
6 maçãs  
200 grs de açúcar  
300 ml de água

### PREPARAÇÃO:

Num recipiente colocam-se as gemas e um pouco de leite, adicionando-se gradualmente o amido. Numa panela coloca-se o açúcar, a canela, a raspa de limão e o restante leite mexendo bem. Em seguida adiciona-se a restante massa e mexendo sempre leva-se ao lume até ferver. Para a compota coloca-se num tacho as maçãs descascadas e sem caroço, o açúcar e a água. Deixa-se derreter a maçã, adicionando-se água sempre que necessário.



## **COSTELETA BARROSÃ COM COGUMELOS SALTEADOS E PESTO DE COENTROS**

### **INGREDIENTES** (2 pessoas):

4 costeletas barrosãs  
200 grs de cogumelos frescos  
30 grs de cebola  
30 grs de manteiga  
50 grs de sal  
8 tomates cereja  
100 grs de queijo ralado  
50 grs agriões  
50 grs coentros  
50 grs de pimenta preta em grão  
10 grs de alho

### **PREPARAÇÃO:**

Salteiam-se as costeletas em azeite e alho devidamente temperadas com sal e pimenta. Numa frigideira ao lado coloca-se a cebola picada com os cogumelos laminados e manteiga até alourar.

Com o queijo, agriões, coentros alho e pimenta faz-se um pesto para acompanhamento juntamente com batata frita em palitos.







# Eicha Técnica dos Restaurantes

## ADEGA DOS CAQUINHOS

**Morada:** Rua da Arrochela  
Guimarães  
**Telefone:** 253 516 917  
**Horário:** 11.00 às 24.00  
**Encerra:** Não encerra.  
**Preço Médio:** €  
**Cartões:** Não tem  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Não

## BATISTA

**Morada:** Cruz d'Argola  
Guimarães  
**Telefone:** 253 432 216  
**Fax:** 253 432 216  
**Horário:** 12.00 às 15.30 / 19.30 às  
22.30  
**Encerra:** Domingo  
**Preço Médio:** €€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

## CARREIRA

**Morada:** Rua 25 de Abril, n.º 1  
Silvares - Guimarães  
253 418 448  
**Telefone:**  
**Horário:** 12.00 às 24.00  
**Encerra:** Domingo / Férias: 2ª  
quinzena de Agosto  
**Preço Médio:** €  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

## CASA DE SEZIM

**Morada:** Santo Amaro  
Nespereira  
**Telefone:** 253 523 000  
**Fax:** 253 523 196  
**Horário:** 12.00 às 22.00  
**Encerra:** Não encerra. Por encomenda  
prévia.  
**Preço Médio:** €€€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

## CLUBE INDUSTRIAL DE PEVIDÉM (Clube de Tiro)

**Morada:** Barreiro - São Jorge de  
Selho - Pevidém  
**Telefone:** 253 532 644  
**Horário:** 12H00 às 24H00  
**Encerra:** Segunda feira.  
**Preço Médio:** €  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

## D. MAFALDA (Pousada Sta. Marinha)

**Morada:** Costa - Guimarães  
**Telefone:** 253 511 249  
**Fax:** 253 514 459  
**Horário:** 13.00 às 15.00 / 19.30 às  
22.00  
**Encerra:** Não encerra.  
**Preço Médio:** €€€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim



### DAN JOSÉ

**Morada:** Parque de São Cristovão  
Penha - Guimarães  
**Telefone:** 253 418 844  
**Fax:** 253 418 844  
**Horário:** 12.00 às 24.00  
**Encerra:** Segunda feira (Inverno)  
**Preço Médio:** €€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

### DOCE PARQUE

**Morada:** Urbanização do Picoto - São  
Jorge de Selho - Pevidém  
**Telefone:** 253 531 695  
**Fax:** 253 531 695  
**Horário:** 12.00 às 16H00 - 19H00 às  
24.00  
**Encerra:** Não encerra.  
**Preço Médio:** €  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

### EL REI D. AFONSO

**Morada:** Praça de São Tiago  
Guimarães  
**Telefone:** 253 419 096  
**Fax:** 253 514 459  
**Horário:** 13.00 às 15.00 / 19.30 às  
22.00  
**Encerra:** Domingo.  
**Preço Médio:** €  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Não

### FENTELHAS

**Morada:** Rua Pedro Homem de Melo  
São Torcato  
**Telefone:** 253 551 292  
**Fax:** 253 553 506  
**Horário:** 13.00 às 15.00 / 19.30 às  
22.00  
**Encerra:** Domingo ao jantar.  
**Preço Médio:** €€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

### FLORÊNCIO

**Morada:** Bairro de Madredeus  
Guimarães  
**Telefone:** 253 415 820  
**Fax:** 253 415 820  
**Horário:** 12.00 às 15.00 / 19.00 às  
22.00  
**Encerra:** Domingos (só em Agosto)  
**Preço Médio:** €  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

### NORA DO ZÉ DA CURVA

**Morada:** Travessa Gil Vicente  
Guimarães  
**Telefone:** 253 414 457  
**Fax:** 253 414 457  
**Horário:** 12.00 às 15.00 / 19.00 às  
22.00  
**Encerra:** Domingo ao jantar  
**Preço Médio:** €  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

### POUSADA SRA. DA OLIVEIRA

**Morada:** Rua de Santa Maria  
Guimarães  
**Telefone:** 253 514 157  
**Fax:** 253 514 204  
**Horário:** 13.00 às 15.00 / 19.30 às  
22.00  
**Encerra:** Não encerra.  
**Preço Médio:** €€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Não

### QUINTA DE CASTELÃES

**Morada:** Lugar de Castelões  
São João da Ponte  
**Telefone:** 253 557 002  
**Fax:** 253 557 011  
**Horário:** 12.30 às 15.00 / 19.30 às  
22.00  
**Encerra:** Domingo (jantar) e 2ª feira.  
**Preço Médio:** €€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

### SÃO GIÃO

**Morada:** Largo de Vinhas  
Moreira de Cónegos  
**Telefone:** 253 561 853  
**Fax:** 253 561 853  
**Horário:** 12.00 às 15.00 / 19.00 às  
22.30  
**Encerra:** Domingo ao jantar e à 2ª feira  
**Preço Médio:** €€€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

### SOLAR DO ARCO

**Morada:** Rua de Santa Maria, 50  
Guimarães  
**Telefone:** 253 513 072  
**Fax:** 253 413 823  
**Horário:** 12.00 às 15.00 / 19.00 às  
22.00  
**Encerra:** Domingo ao jantar.  
**Preço Médio:** €€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Não. Estacionamento público  
a 200 metros.

### VALDONAS

**Morada:** Rua Vale de Donas  
Guimarães  
**Telefone:** 253 511 411  
**Fax:** 253 511 330  
**Horário:** 12.00 às 15.00 / 19.00 às  
22.00  
**Encerra:** Aberto todos os dias. No  
inverno, encerra às 3ªs feiras.  
**Preço Médio:** €€  
**Cartões:** Todos  
**Aquecimento:** Tem  
**Estacionamento:** Sim

(€) - até 15 Euros.

(€€) - entre 15 e 20 Euros.

(€€€) - acima de 20 Euros.







