

A RELIGIOSIDADE E A GASTRONOMIA NO ALTO MINHO

Por FRANCISCO SAMPAIO*

A História da Alimentação versus Receituário

Por Resolução do Conselho de Ministros 96/2000, de 26 de Julho, resolve-se intensificar as medidas de preservação, valorização e divulgação da gastronomia nacional como bem imaterial integrante do Património Cultural Português. E entende-se por Gastronomia Nacional o receituário tradicional português, assente, designadamente, em matérias primas de fauna e flora utilizadas ao nível nacional, regional ou local, bem como em produtos agro-alimentares produzidos em Portugal e que, pelas suas características próprias, revele interesse do ponto de vista histórico, etnográfico, social ou técnico evidenciando valores de memória, antiguidade, singularidade ou exemplaridade.

A Confraria dos Gastrónomos do Minho assumiu desde 1984 o repto de trazer à luz a História da Alimentação do Alto Minho, concretamente, dos Concelhos que enformam a Região de Turismo. Uma opção de como deveríamos fazê-la poderia ser o resultado de uma investigação que nos trouxesse todos os receituários:

Das festas cíclicas (Natal, Ano Novo, Reis, Entrudo, Páscoa, Corpo de Deus, S. Martinho, Santos);

* Licenciado em História. Instituto Politécnico de Viana do Castelo

Ritos de passagem (nascimento, primeira-comunhão, comunhão-solene, namoro, noivado, casamento, viuvez, mortório);

Refeições de trabalho (ritmo agrário): vessadas, mondas, sachadas, arrigas do linho, desfolhadas, espadeladas, malhadas, matança do porco, serões);

Romarias (entre o altar e a mesa): Santo Amaro (enchidos e fumados); S. João d'Arga (Cabrito); S. Bartolomeu do Mar (Galo Preto); Natal (o célebre banquete Minhoto); Reis (cozido); Páscoa (Jantar da Cruz / Compasso Pascal / Lanço da Cruz – Lampreia); S. Mamede (Mel); Senhora da Saúde (Solha – Lanhelas); S. Martinho (Castanhas e Vinho); Sr^a da Conceição (Doçaria Popular); S. João (Santos Populares / sardinha assada e cordeiro, etc.).

Já tentamos uma definição (SAMPAIO, 1991): FESTA – meio de expressão religiosa da comunidade; FEIRA – Lugar de troca , de mercado de compra, de medida e do preço; ROMARIA – Lugar de peregrinação.

A origem da Festa tem um carácter agrário. Está ligada às quatro estações do ano – Primavera, Verão, Outono e Inverno. Aos solstícios e aos equinócios. Aos “quatro” elementos que dão significado á vida: Fogo ... sol, luz e amor; terra ... árvores, , raízes, chão e casa; Água ... chuva, fontes, rios e mar; Ar ... vento, ideias, folhas, golpe de asa.

Chegaram até nós desde o Neolítico, altura em que o Homem aprendeu a domesticar tudo, a ele próprio e ao grupo com normas, com leis.

São os **Maios**...para afugentar o feitiço, a entrada das bruxas, para afastar a fome, para não matar o “menino”. O Maio não se retira no dia seguinte: deve murchar. São as fogueiras de S. João (solstício de Verão), as orvalhadas, as virtudes das ervas, os banhos matinais, os linhares, as moiras encantadas, os folguedos, o alho porro, os manjericos, os namorados; a **Festa das Colheitas**, as

desfolhadas, os serões, as vindimadas; S. Martinho, o Magusto; a lareira e o reizeiro do Natal; as “aluminadas” e os “fachoqueiros”; as Janeiras e o S. Silvestre; o entrudo e o Pai Velho; a Serração da Velha; “Ana, Magana, Rebeca, Suzana, Lázaro, Ramos na Páscoa estamos: o Compasso pascal, o lanço da cruz; os clamores; as rogações; os “misereres”, a queima do Judas, o testamento do Galo.

Toda a Festa, no Alto Minho, tem um pouquinho de Feira.

Tradicionalmente ligadas às grandes solenidades religiosas – Páscoa, Natal, Corpo de Deus, S. João, S. Miguel, Todos os Santos e porque “vacava o povo das obras servis” assim lhe advirá o nome de feira ou feirão. Feira que é sempre motivo de extravasamento, de saída da comunidade, de encontros, de folguedos e de excessos.

(...) Dei uma volta pela Feira. Não era Feira. Era um arraial movimentado cheio de cor e de luz onde se acotovelam as pessoas entre barracas e toldos, chitas e fazendas, loiças de barro, dornas e aduelas, tudo numa alegria difusa e constante, em que se misturam as chinfrineiras dos altifalanetes, o vozear dos feirões, os cestos de galináceos e coelhos, as vendedoras de hortaliças e batatas, a carne de porco fresca, o presunto e o chouriço caseiros, as peixeiras de Âncora com o polvo da pedra e a sardinha d'alvorada, os tabuleiros dos ourives, tudo apreçando e marralhando, sem pressas, numa cavaqueira contínua que o Dia é Santo e a véstia Domingueira a isso obriga.

A romaria tradicional tem um caminho... que se faz caminhando! São locais de peregrinação exteriores à paróquia, em nome de um santo ou de uma santa, a mor das vezes até “Senhoras” veneradas em lugares distantes e inacessíveis e que são o **climax** de toda uma tradição cultural ainda hoje imponente no contexto etnográfico do Alto Minho e vizinha Galiza, englobando na mesma matriz a Festa como acto religioso e o Arraial como sentimento lúdico. São os cultos locais que uma fé e uma mística de milénios obrigam à construção de capelas, mosteiros e santuários, dedicados às imagens

milagreiras (Senhora da Peneda), corpos incorruptos (Santo Aginha), aparições sobrenaturais (Senhora do Livramento), cruces, oratórios e alminhas que, semeados a esmo, recriam no imaginário, recordações de mortes e assassinios (para a justiça do Estado criminosos e ladrões), e que o minhoto entronizou em altares e lhe deu a benção de canonização popular.

Cumprem-se os ritos de presença com as voltas ao santuário (muitas vezes de joelhos), mostrando o ex-voto e as dádivas: sal e telhas (quando roubadas melhor) para o S. João d'Arga; leite para S. Mamede; os cravos para S. Bento; o frango preto para S. Bartolomeu do Mar; o frango branco e estrigas de linho para Santa Justa; os pernis e as orelheiras para Santo António; broas, bolos caseiros, galinhas, até malgas de vinho, para S. Cristóvão; quinhão do pescado (Senhora da Bonança); ex-votos a que também chamam milagres, objectos de cera e que nas "casas" das promessas são a história comovida de quem diz obrigado ao Santo ou à Santa; as mortalhas, como ainda acontece nas procissões de mar da Senhora da Bonança e da Senhora d'Agonia; caixões de "vivos", na Senhora da Peneda (Arcos); Senhora da Saúde, Senhora da Boa Morte (Ponte de Lima); Senhor do Bonfim (Monção), agradecendo o facto de se terem livrado temporariamente do "passamento".

Nas Festas tradicionais, compete às "Mordomas", quatro moças solteiras escolhidas por lugares, mas sob condição que não pese sobre nenhuma delas qualquer fama, a obrigação de erguer o "arco" festivo; preparar com as amigas o "cesto" de flores (ex-votos); "fazer o peditório" acompanhadas pelos festeiros e uma tocata (concertinas e Zés Pereiras), levando consigo "balaies" para o transporte das "escolas" de milho, centeio, ovos, prendas para o bazar e os festeiros, varas rijas de carvalho para o transporte de chouriços e fumeiro; levar em tabuleiros o leilão dos "bichos" e o leilão das "roscas"; os segredos; serem responsáveis do bazar; assistir à Missa da Festa, com a vela votiva acesa (se apagasse seria na voz

do povo sinal de falta de “pureza” da Mordoma). Eram, também, zeladoras das comedorias do “Santo” ou da “Santa”, já que o comer e o dormir junto da igreja, capela ou mosteiro (quartéis), reforçam no minhoto os rituais de presença.

Cabrito à moda da Serra d’Arga (assado, guisado, sarapatel), é servido pelos Festeiros, na Romaria de S. João d’Arga; Bife de vitela e melão (Senhora do Porto d’Ave); arrozada de galipanso preto (S. Bartolomeu do Mar), solhas (Senhora da Saúde – Lanhelas); Sarrabulho (Feiras Novas – Ponte de Lima); Cozido de Reis (Comissão do Pai Velho – Lindoso); Jantar da Cruz (Compasso Pascal – Fontão/Ponte de Lima); Lampreia (Lanço da Cruz – Valença); mel (S. Mamede – Areosa); Doçaria Popular - rosquilhos, bate, papudos, os doces de sequilhar, bolos brancos de gema, os beijinhos da Páscoa (todas as romarias); figos e vinho branco (Santo Amaro – Meadela/Vila Fria/Ancora); Festa do Bolo (N.S. da Conceição da Rocha – Nogueira / V. Castelo); Senhor do Socorro (Labruja - Ponte de Lima) que, para além dos quartéis tem sete fornos de pedra junto ao santuário onde os peregrinos assam os tradicionais cabritos e anhos.

E se muitas das romarias não cumprem já esta tradição, que competia às Mordomas, e dos Romeiros falham as condessas onde levavam os farnéis, mantém-se o costume de se abancar nas tendas de Bem Comer e Beber que continuam a exaltar os produtos de cada região: os enchidos e fumados, polvo e pataniscas, iscas, escabeches e panados, os cozidos, as cabidelas, as bacalhaozadas, o galo do campo, os pipos bojudos de vinho verde, a jeropiga, o vinho abafado, a aguardente de estalo!

O mesmo se poderia dizer do tempo de matanças e de sarrabulhos, do Natal (o mais solene banquete da família Minhota; as rabanadas essência da Ceia de Natal), da Páscoa, do Corpo de Deus, das fogueiras de S. João (quando a sardinha pinga no pão), do S. Martinho (castanhas e vinho), do Carnaval (focinho e orelheira) e até de tempos quaresmais onde o lampreote é rei.

Se aliarmos as Feiras do Artesanato, da Gastronomia, de Vinhos, hoje transformadas já em Mostras/Vendas de produtos turísticos do Alto Minho, hemos de reconhecer o valioso contributo para o dinamismo económico local, da tradição dos antigos e arreigados “peditórios” , “leilões” e “Tabuleiros de oferendas”, das “Mordomias” neste interessante e significativo processo de renovação de mitos e ritos ancestrais.

Não foram os Monges Cistercienses quem, entre o seu **“ora et labora”**, trouxeram no Séc. XII por caminhos do românico e de Santiago, esse vinho fidalgo e sonhador que se chama Alvarinho?

Entre o Altar e a Mesa

O compasso já anda na rua! Vizinhos e amigos apressam-se a desejar as “Boas Festas” ao dono e ao pessoal das casas: *Boas Festas alegres / Corporais e espirituais / Ressuscitou Nosso Senhor / Aleluia ... Aleluia ...*

Atapetam-se as ruas e os caminhos de palmas, espadanas e flores. E aquela amálgama de gente corre, de casa em casa, não esquecendo um vizinho, pobre ou rico, um amigo. É um reboliço! Há risadas e gritos, “trocas” de conversados. Beijos e abraços. Alguns mesmo, já não cabem na “sala grande” e espalham-se por outros compartimentos. A dona da casa aflita, já não sabe a quem atender, se ao rapazio que mexe em tudo, se aos amigos e familiares que, por tradição, ali vão beijar a Cruz. Quando chega o compasso é o Pároco que saúda todos os presentes dizendo: “Paz a esta casa e a todos os seus habitantes, Aleluia”, enquanto asperge com água benta a “sala grande” onde, por hábito, está colocada a “mesa”.

Por vezes, também, são oferecidos “raminhos” que estão espetados em laranjas ou maçãs e que os mordomos levam para

a Igreja Paroquial. Em Serdedelo (Ponte de Lima), nas casas com raparigas solteiras, estas esperam o senhor Abade à entrada da porta, oferecendo-lhe um “raminho” que deverá transportar até outra casa onde lhe entreguem novo “raminho”.

Depois, o mordomo dá a cruz a beijar ao dono que, depois de beijar a cruz, a dá a beijar aos presentes. O dono da casa ou a pessoa mais velha convida, então, o senhor Abade a sentar-se um bocadinho (que a caminhada é grande), oferecendo-lhe da “mesa” onde nada falta, desde o arroz doce até ao “sortido”, passando pelo vinho da última colheita que graças a Deus, era de estalar ... até ao vinho “fino”, jeropiga ou algum licor conventual.

Entretanto, o mordomo deixou a cruz a descansar em cima da cama do casal. As pessoas abeiram-se, ordeiramente, da mesa e tudo come sem cerimónia, distinguindo, no entanto, o dono da casa, o pessoal do “compasso” a quem, depois, entrega o “folar” do senhor Abade (actualmente dinheiro num sobrescrito fechado) e outras esmolas para as Almas e o Senhor, não esquecendo, também, o folar do rapazio da campainha e da caldeira. Localidades há ainda na Ribeira Lima, onde o folar do Pároco consta de géneros que são oferecidos conforme as posses de cada um; uma ou mais dúzias de ovos, feijão ou milho, carne de porco, arroz, açúcar, etc., “folar” este colocado previamente na “mesa” do compasso sobre alva toalha de linho e que as lavradeiras recolhem para os cestos (os ovos, o feijão e o milho eram depois vendidos na feira mais próxima; o açúcar, o Abade guardava-o pois não se estragava; o arroz, entregue na mercearia e trocado directamente, pelo ano fora, por outros géneros).

Ao meio dia, compete ao Mordomo da Cruz, noutras terras, ao Juíz, oferecer o “jantar” da Mordomia, por norma, um jantar de “substância”, que varia, também, de aldeia para aldeia e que vai desde, os entreténs de boca - com orelheira, toucinho, chouriças

da matança, bolinhos de bacalhau, bacalhau frito, broa e azeitonas, a que se seguem os filetes de pescada de Viana, a vitela assada, o sarapatel de cabrito, o pica no chão, para terminar na sopa de cozido e no cozido à minhota.

À sobremesa não pode faltar o bate (pão de ló), o leite de creme queimado, o arroz doce, a aletria com desenhos de canela, os “papudos”, os doces de sequilhar, os bolos brancos (de gema), os rosquilhos, os beijinhos de Páscoa, as amêndoas, os rebuçados. O vinho é de pipa, fazendo gala o Mordomo que seja o melhor da adega. No final, uma girândola de foguetes diz que o “jantar” já terminou e que o ritual vai continuar da parte de tarde, visitando os restantes lugares e casas da freguesia.

Em Fontão, e em Meixedo, durante o “jantar”, às vezes mais de 400 pessoas, é eleito o Mordomo da Cruz numa cerimónia que consiste, no seguinte: o actual Mordomo entrega a uma criança um ramo de laranjeira que, calculadamente, o deixa ficar no lugar onde se encontra a “vítima” ou o “brioso” que deverá “carregar a cruz do próximo ano” o que significa, também, fazer e pagar o “jantar da Cruz”. O “compasso” em Vitorino das Donas tem uma singularidade especial. Deu-lhe origem, conforme reza a tradição, a proibição do uso do chapéu por parte dos homens quando presentes a actos religiosos. E, vai daí, o pessoal do “compasso” arranjou maneira de se livrar do rigor do sol. Mordomos da Cruz e do Senhor, rapazes da caldeira e campainha, toca a usar os célebres “cachenés” dos fatos à vianesa, atados segundo o jeito das mulheres. Também, o Mordomo que arrecada o “foliar” para o Senhor Abade tem que ser distinguido e, por isso, obrigado ao uso de uma toalha branca, de puro linho, a tiracolo. A visita pascal faz-se, usualmente, no Domingo e na segunda-feira de Páscoa. Terras há, no entanto, em que, por tradição, sai o “compasso” também no Domingo de Pascoela.

Os Folares

Tradição antiga, que se vai perdendo! Os padrinhos costumavam dar aos afilhados pela Páscoa dois “petins” (pão de trigo), conforme a idade deles. Folar, também, se chama à oferta ao “Prior” em tempo de Páscoa de um bolo, uma rosca ou um pão-de-ló, uma galinha, sobretudo, ovos, muitos ovos. Os tradicionais ovos de Páscoa! Tintos com anilina, hoje, de chocolate, enfeitados de mil cores. Mas, folar ainda o que as raparigas dão aos namorados em agradecimento ao que lhes deram no Natal e em “paga” das fitas do Carnaval - as serpentinas (castelinhos de palma). Mas o folar mais tradicional é, sem dúvida, o bate (pão-de-ló), de fabrico caseiro.

Doce de Romaria

Costume que infelizmente vai desaparecendo, das Romarias do Alto Minho, com a adulteração que cada vez mais se afirma com a presença de “ambulantes” que trazem tudo para as festas, substituindo-se às antigas doceiras, que de uma maneira artesanal confeccionavam o doce de romaria. Rosquilhos, papudos e “bate” eram os três doces que mais se vendiam na romaria, todos eles muito próximo daquilo que primitivamente era designado como “pão doce”.

A receita dos rosquilhos e papudos é a seguinte: preparada a massa com farinha triga e água à qual se juntam manteiga, açafão, fermento, sal e açúcar, fica a levedar durante duas horas. Depois, as mãos das doceiras moldam os rosquilhos e os papudos que são colocados em tabuleiros polvilhados de farinha triga para não “apegar”.

Vai ao forno de lenha, com a porta sempre aberta, até alourar. Levam cobertura de açúcar refinado. O “bate” tem a mesma preparação da massa. Depois, vai ao forno em alguidar de barro.

O Culto dos Mortos - O Natal

*Nesta noite ninguém cuide
Encontrar-se à mesa a sós!
Porque os nossos qu'ridos mortos
Vão sentar-se junto a nós.*

Os costumes e práticas de Natal associam-se à evocação dos defuntos.

As visitas aos cemitérios é costume assente no Alto Minho na véspera de Consoada, assim como a crença de que os “mos maiorum” vão estar em espírito durante a ceia.

Daí o lugar vago na mesa a recordar o falecido mais recente, assim como o deixar a mesa de consoada noite dentro com todas as iguarias, para que as “alminhas” tivessem uma ceia melhorada em dia de Natal.

Casas há em que se dispõe numa sala à parte, uma duplicação da ceia destinada aos mortos familiares (aliás, os romanos já faziam isso com os deuses Manes e Penates).

O culto dos mortos é umas das características do Alto Minho e, difícil é, encontrar um lugarejo onde esta tradição não esteja arreigada até á medula, nos hábitos das famílias, das paróquias e das confrarias do sub-sino.

Noite de Natal

São esta crenças que comemoramos na Noite de Natal. Com o mesmo bacalhau que honramos o falecido, depois do mortório (Soajo). Com as mesmas obradas que em Afife se faziam no Domingo seguinte ao funeral e cujo obradório, entregue ao Reitor consistia em “broa, bacalhau e vinho”. Na Romaria da Senhora da Peneda, o costume dos enterros de devoção, promessa que consistia na pessoa

fingir de morto e se apresentar na procissão dentro dum caixão, levantando-se somente na frente da imagem do Santo. O Fato de Noiva da mulher do Alto Minho, todo ele negro usado somente no Dia das Mordomarias e, depois, como fato de Casamento e levado por suas “donas”, de mortalha. E a sua convicção é tão grande que usam mesmo meios “cabalísticos” para obrigar os parentes ao cumprimento do ritual:

“Ai, que me não vestissem a roupa do meu casamento!”, dizia a tia Joana às sobrinhas!

“Vinha do outro mundo e punha-me a cavalo delas”(Arcos de Valdevez).

As Essências de Natal

Rabanadas

Que podem ser fatias de parida: fatias de pão (cacete embebidas em leite, açúcar e casca de limão, passadas por ovos batidos e fritas em azeite, polvilhadas de açúcar e canela, podendo ser regadas com calda de açúcar ou de vinho verde tinto com mel. Quando não fritas, dizem-se fatias douradas e são, também, fatias de pão (cacete), e cozem em calda de açúcar, canela e casca de limão.

Não esqueça, em Vitorino das Donas as paridas não se levantam da cama sem terem cumprido o seguinte preceito / receituário: comerem sete galinhas, quinze sopas de vinho, e passarem quinze dias de cama.

Vinho Quente

Estava muito frio em Belém, quando Jesus veio ao Mundo; o frio enregelava Maria de Nazaré, que tiritava no desconforto da mísera cabana. Então, um dos pastores tirou vinho da sua cabaça e aqueceu num borreco; outro juntou-lhe um favo de mel que tirou do surrão e deram-no a beber à mãe de Deus (Manuel de Boaventura). Por isso,

o vinho quente na Noite da Ceia Grande se bebe, sempre da mesma malga, com religiosa unção e se lhe atribuem propriedades curativas para todos os achaques. Cortar o ar, cortar o sol, cortar a inveja. Há quem reserve uma porção para os dias da maleita, guardado como sangue divino, no oratório da sala.

Ceia

Batatas que se querem grandes (não devem esfarelar) e que se cozem com a pele, ovos à parte. Panelão com água em quantidade, a preceito: deitam-se, então, quatro a cinco cebolas e umas pitadas de pimenta branca. Depois as hortaliças: as tronchudas, a couve galega, os célebres troços com um fio de azeite e a meio da cozedura, as batatas e as cenouras; bacalhau de lasca, do lombo, grosso, do alto, da cura amarela de Viana. Molho, aquele cheiroso molho (no pequeno tacho põe-se azeite a ferver e nele é estalada cebola às rodela com pitada de cominhos). Depois, surgem as rabanadas de leite e de vinho, os bolinhos de jerimu de chila, os mexidos, as migas, as aletrias, os arroz doce, os sonhos, as orelhas de Abade. Não se levanta a mesa – para as alminhas e os anjinhos comerem de noite, se quiserem, e que lhes faça bom proveito.

Reizeiro

A tradição era arder na lareira, desde a novena do Menino Jesus até aos Reis. Junto dele, também, a rapaziada colocava as pinhas mansas para depois tirar os pinhões e jogar com eles ao rapa. As cinzas do cepo era guardadas no oratório e queimadas sempre que apareciam as trovoadas e para levá-las para longe para o monte maninho onde não houvesse pão nem vinho, nem bafo de menino, ou ainda, para fazer defumadouros: **“eu te defumo em cruz / como Nossa Senhora defumou / o seu amado Jesus”**.

S. Lourenço – Ceia de Natal

O Natal é paragem obrigatória na vida do alto-minhoto. Com uma grande carga de religiosidade e tradição, todos nos deixamos dominar por essa corrente magnética, sem saber bem porquê?... O ausente que regressa, a saudade que se “mata” em abraços quentes, o reencontro familiar, a troca de presentes, o esquecimento de amarguras e ofensas.

Nas freguesias do vale do Ancora, a azáfama é grande! Nos dias 24 e 25 não se trabalha no campo. Primeiro apanha-se a erva que dê para dois dias, trata-se do gado e da capoeira, muge-se as vacas cedo... Depois, prepara-se a sala grande, os bragais de linho, as louças finas, as iguarias, já que não há Natal sem os indispensáveis rituais gastronómicos. São dias de fartura e abundância que fazem jus à excepcionalidade da quadra festejada! Na mesa, a fumar, o tradicional bacalhau com todos – batatas farelentas, “tronchos”



de couves, nabos e o apetitoso molho vermelho. Neste dia, uma exceção, não se come caldo, o prato forte do lavrador. Em Dém e em S. Lourenço prepara-se, especialmente para esta noite, o bolo do lar ou bolo do borralho:

“Coloca-se a pedra própria, de cantaria, por cima das brasas, na lareira; dispõem-se, por cima, folhas de couve (já previamente tratadas na brasa para se moldarem melhor), ou então folhas de figueira (já que conferem ao bolo um aroma e sabor inconfundíveis), e salpicam-se com farinha (para não pegar no bolo); depois de pronta a massa (centeio e farinha escaldada, água, sal e sem fermento), coloca-se por cima das couves; nova camada de couves ou folhas de figueira, cobre-se com papel de saco, grosso, que é preso com pedrinhas ao redor; cobre-se com borralha e coloca-se lenha por cima; o bolo coze lentamente, “amorrinhado”; retira-se tudo, raspam-se as couves coladas, Acompanha com batatas e couves. Oferece-se aos amigos, familiares e vizinhos.”

No aparador, as rabanadas de vinho, leite ou mel, ou fatias de parida – “a essência da ceia de natal”, já dizia Júlio Diniz! Depois, os bolinhos de “abóbora-menina e de chila, as filhoses, os sonhos, o arroz doce”. Mimos de bradar aos céus!

Em Dém, além das rabanadas e pasteis de coco, prepara-se, também, para a noite de consoada, o cacau de leite ou de vinho tinto na “chocolateira” de barro, além do arroz doce branco (sem gemas) ou ainda o arroz doce de vinho tinto. No Vale, outrora, havia muitas vacas piscas que não produziam leite suficiente, daí o recurso ao vinho tinto, também, para a doçaria.

De realçar a importância dos frutos secos nesta noite! À lareira, as pinhas abrem-se ao calor das brasas. Os adultos entretêm-se a retirar os pinhões para a pequenada, conversam, contam histórias antigas dos tempo dos bisavós, falam das saudades que tiveram lá longe, nas cidades frias... A noite decorre plácida, aconchegada, quente. De repente, as canseiras desaparecem, como por encanto...

Mas a ceia de Natal não é ceia sem as sopas de vinho, que rematam a consoada minhota. Algumas casas preparam o vinho doce: vinho verde tinto fervido com açúcar ou mel, canela, bebido em tigelas sobre “sopas” de pão... Noutras já se confeccionou o creme doce de vinho tinto: numa panela com litro e meio de vinho tinto, junta-se cerca de quilo e meio de côdeas de boroa de alguidar e açúcar suficiente para adoçar. Vai ao lume, a ferver lentamente, de forma a dissolver o pão e evaporar todo o álcool do vinho, formando um creme macio. Serve-se em pratinhos pequenos.

Em Arga de Cima, as sopas preparam-se da seguinte forma: desfaz-se o pão em “sopas” para um alguidar de barro e polvilha-se com açúcar. Ferve-se vinho tinto com açúcar e verte-se no mesmo. Coloca-se o alguidar sobre as “temperas” ou brasas e deixa-se estar até torrar ligeiramente o pão e “secar” um pouco o vinho. Depois salpica-se com canela. Para os mais novos ou abstémios, usa-se a mesma receita mas com leite. Em Dém, chamam-se “ensopadas”.

Dia de Natal

O prato mais tradicional é o cozido á portuguesa. A matança do porco já decorreu, as carnes e enchidos já estão rijos e curados com o frio da época (é que é perigoso matar o porco no verão e porque pode “averejar”).

Toucinho entremeado, chouriça de carne, de sangue e de cebola, o chouriço dobrado especial para este dia, osso de “assuã”, o chouriço grande (o “cagueiro” ou sem fim), a costela baixa, a orelheira (uma para o Natal, a outra para o Entrudo) e outras peças, são retiradas cuidadosamente da salgadeira, indo juntar-se à melhor galinha da capoeira, ao presunto, à carne de vaca (nas casas mais abastadas, nas restantes era um luxo), às hortaliças, ao feijão, batata, etc.

Noutras casas prefere-se o peru assado e recheado. Em Arga de Cima, preparam-se os dois pratos, porque os familiares que vivem nas cidades, nesta quadra, vêm matar as saudades á terra natal!!

À noite, ou no dia seguinte, prepara-se a roupa velha, com os restos de ceia de Natal.

Em S. Lourenço da Montaria, no Natal, o namorado a preceito, oferece “os natais” à sua amada. Estes podem ser chocolates ou outras prendas. Nos dias de Natal não se deve abeirar da sua namorada sem levar chocolates nos bolsos, para ambos comerem enquanto namoram.

Na freguesia de Dém, no Domingo a seguir ao Ano Novo, festeja-se a Festa do Menino. As moças novas vão vestidas à lavradeira. Há uma celebração religiosa cantada e, no final, cada qual oferece ao Menino uma prenda fechada “a secreta”, ou então, chouriços, vinho fino, toalhas de linho, rodilhas tecidas, ou aquilo que tiverem para dar. Procede-se, então, ao leilão das ofertas, cujo produto reverte a favor da referida Festa.

Comeres e Beberes em Tempo de Santos Populares – S. João

No Alto Minho e de acordo com o “Alto Minho em Festa”, Santo António é festejado em trinta e sete freguesias, S. João em trinta e três e S. Pedro em dezoito, independente de serem ou não os Oragos das respectivas Paróquias, o que nos diz da mui devoção que estes três Santos merecem das nossas comunidades. Vendo as suas origens, elas vão todas beber à Procissão do Corpo de Deus, já que obrigados nos tempos Medievais: mesteres e todas as Confrarias, comerciantes, padeiras, moleiros, espingardeiros, almocreves, a organizarem-se, vestindo as suas melhores roupas e toucados e fazendo-se acompanhar das suas danças e gaiteiros. Também, não faltavam os carros dos Pastores com os respectivos autos dos quais ainda hoje temos a Dança do Rei David (Braga), o Nascimento do S. João Baptista (Sub-Portela), ou mesmo, o Auto de Santo António.

E se a maior parte destes carros de pastores eram puxados por juntas de bois, aí vemos a ligação destes usos e costumes ao boi bento da Procissão do Corpus Christi. O mesmo se pode afirmar, em relação às comedorias. Assim, se nas Festas de Santo António, as ofertas que mais lhes são consagradas dizem respeito às cabeças e aos focinhos ou mesmo aos enchidos, fumados e aos pernis do reco, já no S. João, o anho, o carneiro e o cabrito fazem parte dos rituais mastigativos em honra do Santo, sendo tradição, comê-lo assado em forno de lenha com arroz de açafão em alguidar tortulho, guisado com batatinhas, sem esquecer o sarapatel (cabidela ou afogado), bem regado de um tinto verde macio que a noite vai larga e o anho aveludado “mamão” não merece carrascão.

Superstições e crenças estão, também, ligadas a estas festas solsticiais, fazendo parte dos festejos, quer na noite de S. João, quer na noite de S. Pedro, as pessoas saltarem as fogueiras. Afinal, lembranças das festas vestais em honra de Vesta e que os romanos realizavam em 09 de Junho, seguido de grandes banquetes que cada um promovia em frente de suas casas. O mesmo direi em relação ao alho porro ou “alho de S. João”, que se deve guardar na casa ou na loja, pois são-lhe atribuídos grandes virtudes: afastar espíritos, o mau olhado, o mau vizinho, o perigo e os azares.

Ervas bentas, tais como a cidreira, o alecrim, o rosmaninho, que servem de chás e defumadouros para fins mágicos e terapêuticos. Sem esquecer os manjericos. E a tradição era: as pessoas munirem-se de todos estes amuletos (em Noite de S. João), passearem pela cidade, dando a cheirar umas às outras num espírito de diversão e brincadeira.

Por isso, nada de martelinhos, em noite de S. João.

Sobre os comer e os beberes – aleluia – eis alguns que ainda resistem à globalização tipo “martelinhos” (!).

Sardinha Assada

De todos, não há dúvida que é a sardinha: pelo S. João pinga no pão, a sardinha d'alvorada que se for de Vila Praia de Âncora é a melhor do Mundo. Gorda pelo S. João, assada, a pingar na broa, de rabo ao alto, bêbedas, recheadas, barrentas, salgadas, fritas de escabeche, no bolo do forno!... do Portinho d'Âncora, a sardinha "fresca", "bibinha" do nosso mar.

É Vila Praia de Âncora, esse pequeno burgo de pescadores que Raul Brandão não pode esquecer. "Perto de Âncora, fica a povoação de Gontinhães (agora Vila Praia de Âncora), de pescadores e de pedreiros, os pescadores ao pé do mar, os outros lá em cima no Calvário, unidos pelo Caminho da Lagarteira, torto e lajeado. Aqui o sonho não é azul, o sonho é verde".

É ao mesmo tempo esquecido e verde, doirado e "verde" até aos contrafortes da Serra d'Arga, paraíso de pescadores e turistas na dolência dos açudes e levadas. (Recomenda-se uma visita ao Vale do Âncora). Oh, história de velhos moinhos e azenhas – no saltitar de trutas mariscas, no cenário da paisagem que empolga e retém, onde se encontra uma gastronomia rica dos nossos produtos, e elaborada com amor e tradição dos nossos costumes.

Por que esta sardinha d'alvorada ser considerada a melhor do mundo?

Porque é apanhada na rede de emalhar (rede que apanha a sardinha pela cabeça);

Faz-se pela chamada pesca de lancear, isto é, com lanços de 15 minutos, máximo de meia hora, excepto se a sardinha é muita, só se fazendo, então uma vez, regressando logo ao Portinho para que a sardinha fique dura e a espelhar.

Ao tirar-se da rede fazer com cuidado, peça por peça ou apanhando a que cai, enchendo-se os cabazes e colocando em lotes, para a venda.

Isto faz com que a sardinha seja de extrema qualidade pois não leva gelo; a sardinha está gorda, reluzente, fresquinha, dura, com a guelra bem vermelha e daí a sua designação de «bibinha, sardinha do nosso mar, sardinha d'alvorada».

Um pouco de sal, boa brasa, para não ficar queimada, um bom fogareiro, uma boa assadura e comer.

Comer à mão com um bom naco de broa (sardinha pelo S. João, diz o ditado, pinga no pão) ou em prato com pimentos assados e batatas com estona, complementam este pitéu de Vila Praia de Âncora, que aparece em todas as Feiras da Ribeira Lima pelo mês de Junho!

Não esquecer acompanhar esta sardinha assada com uma boa litraça de verde.

O Anho nas Cozinhas de Entre Douro e Minho

Dois momentos há na tradição da gastronomia do Entre Douro e Minho, onde o anho é Rei:

Em Tempo Pascal, no cumprimento dos rituais judeus / cristãos, com “feiras” no Domingo de Ramos e Semana da Paixão onde aparecem os rebanhos bem alimentados (encostas da Serra Amarela e seus contrafortes com ligação ao Alto e Baixo Minho e às Terras de Basto e do Barroso), das pastagens férteis do tojo bravo, carqueja, rosmaninho, urze dando sabor inigualável à textura e suculência das carnes.

Em Tempo de Festas Populares, sobretudo, S. João onde prevalece o costume da assadura do anho (o cordeiro sanjoanino), comido noite dentro em redor do “alho porro”, dos balões e dos arcos de festa, das noites milagreiras do Porto e de Braga, eu diria, de todo o Entre Douro e Minho

São receitas do “outro mundo”:

No “Jantar da Cruz” almoço oferecido pelo Juíz do Compasso Pascal (no Minho pequeno almoço e almoço são de manhã, jantar ao meio dia, merenda / tarde e ceia / noite), a receita reza assim: o anho é morto na véspera; depois de limpo é dependurado e toma o primeiro banho: vinagre, sal graúdo e alho esmagado. O segundo, mais tarde, já não leva vinagre, antes pimenta, vinho, louro, cebola e um pouco de sal fino. No dia seguinte acende-se o forno de lenha, enquanto se prepara um bom refogado para fazer o arroz (colher de banha, cebola, alho, louro e salsa, açafraão e água necessária para o arroz). Deixa-se ferver. Entretanto, mexa-se o anho com carne gorda. Depois, é colocado por cima do arroz em alguidar tortulho. E vai duas horas ao forno de lenha. O doce que melhor combina com o anho assado é a sopa seca, a melhor gulodice do “jantar” da Cruz.

Na segunda receita, a diferença é uma só: o anho não vai inteiro ao forno! Depois de limpo e lavado, com vinho branco e sal, corta-se aos pedaços e fica em vinha de alho, de um dia para o outro. Em assadeira de barro, prepara-se a marinada onde não falta o alho, sal, vinho tinto, louro, pimenta e cebola. Vai ao forno. Noutro recipiente vão as batatas a que se junta o azeite, alho pisado e cebola, ou, o alguidar de arroz salpicado e aromatizado pelos miúdos do anho.

Oh, noites míticas do “meu” S. João Baptista / Oh, meu belo S. João! Oh, mãos abençoadas de tantos(as) cozinheiros(as) que souberam transformar em “pitéus” de fama os manjares dos ancestrais fornos de lenha – uma carne macia e tostada, ao lado das “purificadas” fogueiras, do “nicho” com a imagem do Santo Marinheiro, das cascatas, das orvalhadas, madrugada fora:

Aquele campo de milho / foi a minha perdição / perdi o meu anel d’ouro / na manhã de S. João!

Dos Santos ao S. Martinho / S. Martinho da Gândara

“Todos os Santos” menos S. Martinho que (todos sabemos porquê), só apareceu 11 dias após, em data que teve depois de se acomodar! É um tempo em que o Alto Minho mais chora os seus mortos; em que reza mais que outra qualquer data do ano por aqueles entes queridos que já estão na luz da glória. Por isso, se arranjam melhor as sepulturas com flores predominantemente brancas, os tradicionais crisântemos, em cordões, em coroas ou esfolhacadas. Da parte de tarde, depois da cerimónia do terço e da bênção, vai a procissão ao cemitério onde o Pároco fica a rezar resposos, junto de cada sepultura, ou, o mais usado agora fazendo um responso colectivo. No dia seguinte – Dia de Fiéis Defuntos – manda a tradição ouvir três missas após o que se faz uma nova procissão ao cemitério com o mesmo cerimonial dos resposos. É tempo, também, das castanhas e dos pericos. De magustos, vinho e água pé. Desde os Santos até ao S. Martinho. Daí a tradição de comer-se em todos os lares uma magustada ou fazer-se um magusto.

Para Ernesto Veiga de Oliveira, magusto: “era uma merenda festiva de castanhas que se assam em fogueiras de silvas secas, no campo e se comem, aí, com vinho, no meio de grandes brincadeiras de toda a espécie, nomeadamente, das pessoas se enfarruscarem ou tismarem com tições ou com as mãos que em certos casos também é ditado pelo costume”.

Hábitos celtas e romanos que o ciclo do Outono até ao Solstício do Inverno nos trazem recordando sacrifícios feitos aos Deuses Manes e Penates. Castanhas e fogueiras. A merenda. A reza pelos mortos, o toque dos sinos. O fim da Festa, logo que a assadura das castanhas se completa e o fogo das silvas se extingue. Castanhas cozidas, também! Descascam-se e botam-se na panela com água e sal, uma perna de fruncho e um raminho de nebeda. Faltam-nos, as vendedeiras ambulantes. Junto ao tabuleiro das maçãs e dos

diopiros está o fogãozinho a carvão com a assadeira de barro. A vendadeira abre com um golpe de faca a casca das castanhas e deita-as na assadeira, juntamente com pedrinhas de sal e um pauzinho de canela e o pregão queeeentes, queeeentes e boooooas!

Enchidos e Fumados de S. Lourenço da Montaria / Serra d'Arga

Para o efeito, escolheram-se as melhores carnes do porco – pá, lombo, que são cortadas de forma graúda (para não desfazer o chouriço ao cortar). Temperam-se com colorau e pimenta picante (para todo o tipo de enchidos e fumados só se utilizam as pimentas vermelhas, nunca as brancas), alho esmagado e sal. Normalmente estas chouriças (os) são muito apaladadas e picantes. Ficam de um dia para o outro neste tempero. Mexem-se as carnes. Deitam-se para a frigideira alguns “rojões” para verificar se o tempero está correcto; se faltar pimenta ou sal, rectifica-se e mexem-se de novo as carnes.



Em seguida, enchem-se com os cornijos (espécie de funil pequeno com diâmetro aproximado da tripa).

Utilizam-se as próprias tripas do porco, depois de convenientemente lavadas, já que tornam as chouriças(os), mais saborosas. Vão um mês, aproximadamente, para o “fumo”. Depois, para conservar, cobrem-se em recipiente tapado com óleo.

Existem três variedades: a chouriça dobrada, o chouriço dobrado (ligeiramente mais grosso) e o chouriço “cagueiro” com um diâmetro aproximado de 6/8 cms. Estes dois últimos, só se utilizam em ocasiões especiais: Natal, Páscoa, baptizados, casamentos, ou para convidados.

A Matança do Porco

A Gastronomia do Sarrabulho - PERRE

Falar de Perre, é falar de terras de grandes lavradores – dos melhores bois da “matança” da Páscoa, que abasteciam os talhos de Viana, depois de serem “passeados” no Mercado e no Campo de N^a.S^a. d’Agonia; de colheitas de vinho tinto que ultrapassavam as três mil pipas; de gente séria, trabalhadora, que em Barcelos (o lavrador de Perre foi à feira sem intenções de comprar a junta de bois... mas gostou tanto, que não tirava o olho deles), quando lhe perguntaram se estava interessado e ele disse que sim, mas não tinha dinheiro para dar o sinal...

– “Donde é vocemecê?

– Sou de Perre, diria o lavrador.

– Então, leve os bois! “

Perre, terra de morgados e de mordomias, casas fartas, boas lavouras, de bons campos e ramadas baixas, a significar tulhas e

adegas cheias, o “sarrabulho” com que culmina a “matança” do porco, tinha, também, que ser diferente. E é-o, de facto, mantendo-se bem viva, ainda hoje, esta tradição.

Vamos, então, ao repasto.

Inicia-se com a canja dourada, só de galinha cozida, fígados e moelas (há quem “esfarrape” umas febrinhas na canja).

Segue-se o “cozido” com toda a “sorte” de viandas que, para demonstrar a “riqueza” do lavrador, deve ser fornecido pela capoeira (galinha) e pela salgadeira e fumeiro do ano anterior (orelheira, focinho, costela, chouriças, presunto); carne de vaca; miudezas, fígado e bucho (do porco desmanchado), a que se seguem as hortaliças, a batata, a cenoura, com o arroz seco em “tigelinhas” e as alfaces, em separado. Divino!...



Como prato seguinte, o “rei” do almoço da matança – o sarrabulho!

É feito com a água da calda do “cozido” coado. Juntam-se os “coelhos” do porco, isto é, as “lombadas” mas desfiadas. A seguir, vem o arroz. Tempera-se com cominhos, loureiro e sal e, só no fim, o sangue (depois da panela ter sido retirada da boca do fogão). Acompanha-se com “cidadinhas” de verde enfeitadas com sal e limão, ao lado.

E segue-se um intervalo, como era de prever, neste enfartantíssimo “sarrabulho” à “moda” de Perre.

Arrumados os pratos, as travessas e as canecas de loiça azul e branca pelo mulhredo da casa, eis que voltam, de novo, nesta dionisiaca encenação, com “licoreiras” para, solícitas e contentes, colocar em frente de cada um dos comensais, pires com uvas “tetras de cabra” ou “dedos de dama”, curadas em aguardente de “caseiros” alambiques e açucares - dizem - para ajudar à digestão deste manjar dos deuses!

Temos, de facto, que render homenagem, balbuciar uma oração de louvor e graças a quem inventou este “entremês”, tão de gosto vicentino e tão a propósito para desmoer a búzera de gorduras, febras e pimentões!

Mas foi sol de pouca dura este desfilar de uvas e de bagaços para os devotos do “rei” sarabulho! Já a Rosa aparece afogueada do fundo da cozinha secundada por filhas e noras com o último prato de substância: os rojões (...) mas só “rojões”, diz o Valdemar, amigo e companheiro da Primária, em S. Gil!...

Prepara-se o refogado com azeite e um pouco de colorau. Depois, um pouco de vinho verde branco da casa. A seguir, os rojões de tamanho médio e, entre eles, um pedacinho de toucinho branco para dar gordura e gosto aos ditos. São servidos em travessas acompanhados de laranja aos “godos”, bocadinhos de maçã e castanhas assadas (não leva batatas, nem arroz, nem miudezas).

Afinalizar - para quem ainda tenha dentes para tanta mastigação - as tradicionais sobremesas do Alto Minho, o arroz doce, o leite creme, a aletria.

Comedorias do Santo ou da Santa

Romaria a S. Lourenço da Armada no dia 10 de Agosto, freguesia de Gondufe. Logo pela manhã é levada uma vitela desmanchada para ser grelhada num grelhador embutido nas paredes das rochas, já próprio para este dia. Todos os convidados e amigos que aparecem, pegam no seu costeletão, colocam no grelhador e deitam sal grosso por cima. Cada um toma conta do seu pedaço.

É no fim do dia, por entre concertinas, danças e cantares ao desafio que o Senhor “Zé do talho” se dedica ao seu cozinhado. Começa pelas 18 horas e é para acabar a festa. A Junta de Freguesia já tem providenciado onde faz o esparguete com a carne de vitela grelhada.

S. Cristóvão – Padroeiro contra o fastio

Seguia nas procissões do Corpus Christi e fazia parte dos gigantes, tão popularizados no Séc. XIII pela Lenda Dourada (o homem que levava Cristo não podia ser senão um gigante). S. Cristóvão é representado por uma imagem de gigante, descalço e com um grande pau na mão. Senta-se-lhe no ombro esquerdo o Menino segurando uma bola, que significa o Mundo. Está sempre à entrada das nossas igrejas matrizes. E o povo quando isto acontece julga-se ao abrigo das doenças e das enfermidades logo que olhasse para o Santo à entrada das igrejas. Ainda hoje se passa na Ribeira Lima. Casos há em que o Santo tem capelinha própria. A tradição é a seguinte: ofertas de roscas de pão gramado (pão que sai do forno com a cõeada perfeitamente lisa e o miolo compacto, quase sem olhos

e, também, com gosto diferente e por isso mais caro) ou, cornijos que se fabricavam, normalmente, só em dias de festa. Noutros casos existe o preceito tão habitual dos devotos cumprirem a tradição de dar as três voltas à capela.



As oferendas podem ser broas, bolos caseiros de milho, pães ou roscas de trigo, frangos ou galinhas, chouriços ou até sopas de vinho, ou seja, uma malga cheia de vinho tinto com açúcar e pedaços de broa. Depois entram os romeiros na capela e pousam a dádiva numa mesa que se encontra ao lado esquerdo.

Quanto, perguntam ao festeiro que não está ali para outra coisa.

O homem avalia e diz prontamente:

Tantos mil reis.

E o ofertante ou paga o dinheiro arbitrado e fica com a oferenda ou, logo ali outro romeiro entra com a importância e toma conta da dádiva.

Na Idade Média, acreditava-se que bastava ter em seu poder uma imagem de S. Cristóvão para se estar garantido contra os percalços nas viagens. Daí que S. Cristóvão seja o padroeiro dos caminhantes e, agora, dos motoristas.

Entre nós, normalmente, todas estas dádivas são feitas para que os meninos não tenham fastio. Chegando-se à tradição de se lhe rasparem as unhas dos pés e com o pó da raspagem diluído em água, se dá de beber aos meninos, ou a outras pessoas que tenham fastio.

Fazem parte desta ponência as seguintes imagens:

Festa de S. Miguel – São José - Senhora das Dores - Perre - Viana do Castelo - dias 24 e 25 de Julho de 2004: Desfile dos Tabuleiros ou Segredos Abertos.

Festa de Santiago de Cardielos - Monte de S. Silvestre - Viana do Castelo, 25 de Julho de 2004

Cozinha Tradicional de S. Lourenço da Montaria - Viana do Castelo

Vídeos :

Leilão dos Segredos Abertos (Perre)

Matança do Porco (Perre)

Viana do Castelo, 04 de Abril de 2009