

CIDRÃO

Na história, no campo e na mesa.

ATAHCA 2014

CRÉDITOS FOTOGRÁFICOS

- **título** -
CIDRÃO. Na História, no Campo e na Mesa.

- **edição** -
ATAHCA. Associação de Desenvolvimento das Terras Altas do Homem, Cávado e Ave



- **coordenação editorial** -
José Mota Alves
Paulo Cristina Pereira
Conceição Fernandes

- **autores dos textos** -
Capítulos 1 e 3: Anabela Ramos, técnica superior, Mosteiro de Tibães/DRCN
Capítulo 2: Augusto Assunção, engenheiro agrónomo, DRAPNorte - Divisão de Apoio ao Sector Agroalimentar

- **parceria** -
ATAHCA. Associação de Desenvolvimento das Terras Altas do Homem, Cávado e Ave
Direcção Regional da Cultura do Norte/Mosteiro de Tibães



SECRETÁRIO DE ESTADO
DA CULTURA

CULTURA
NORTE



- **colaboração** -
Doçaria de S.Vicente



- **apoio** -
Projecto cofinanciado pelo PRODER-Programa de Desenvolvimento Rural do Continente (2007-2013)



MINISTÉRIO DA AGRICULTURA
E DO MAR



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu Agrícola
de Desenvolvimento Rural

- **design gráfico** -
MPFXDesign

- **impressão** -

- **data de edição** -
Dezembro de 2014

- **tiragem** -
1000 exemplares

- **depósito legal** -

- **ISBN** -

© Todos os direitos reservados.
A reprodução total ou parcial, sob qualquer forma, das fotografias e textos contidos neste livro, carece de aprovação prévia e expressa dos respectivos autores e da ATAHCA - Associação de Desenvolvimento das Terras Altas do Homem, Cávado e Ave.

- **Fotografia capa e figura 2 página 13** -
Foto cedida pelo Museu de Évora
Natureza morta numa cesta com frutos e flores. Pintura a óleo sobre tela de Josefa Ayala, dita Josefa D'Óbidos. Cerca de 1660. Fotógrafo José Pessoa - 1991. Direcção-Geral do Património Cultural / Arquivo de Documentação Fotográfica (DGPC/ADF)

- **Figura 3 página 12** -
Foto cedida pelo Museu Nacional de Arte Antiga *Imagem de uma panela vidrada, para acondicionamento dos doces de fruta.* Pintura a óleo sobre tela de Josefa Ayala, dita Josefa D'Óbidos. Cerca de 1660. Fotógrafo - José Pessoa - 1991. Direcção-Geral do Património Cultural / Arquivo de Documentação Fotográfica (DGPC/ADF)

- **Ilustração página 19** -
Traité des arbres et arbustes que l'on cultive en France en pleine terre, Redouté, Pierre Joseph, 1759-1840 - Artista. Duhamel du Monceau, M., 1700-1782 - Autor. Localização: Stephen A. Schwarzman Building / Rare Books Division.
- **Figura 7 página 21** -
Aspecto do ramo e botões florais e fruto. **Fonte da gravura:** L. H. Bailey Standard Cyclopedia of Horticulture (New York, New York: The MacMillan Company, 1917). Cortesia da colecção privada de Roy Winkelman. **Fonte da aguarela:** Ilustração de Cláudia Lambert.

CIDRÃO

Na história, no campo e na mesa.

NOTA INTRODUTÓRIA

PREFÁCIO

“De facto, esta nossa terra tem necessidade de cuidados e atenções contínuos e é responsabilidade de cada um preservar a criação, dom precisos que Deus colocou nas mãos dos homens. Isto significa, por um lado, que a natureza está à nossa disposição, podemos gozar e fazer bom uso dela; mas por outro, significa que não somos os seus senhores. Guardiões, mas não senhores. Por isso, devemos amá-la e respeitá-la”.

Estas palavras do Papa Francisco, pronunciadas no Parlamento Europeu em 25 de Novembro de 2014, ajudam a valorizar o presente estudo. A ecologia deve fazer parte das preocupações dos cidadãos, dos responsáveis pelo destino da Europa e, consequentemente, de Portugal.

É um dever do Homem respeitar, em qualquer circunstância, o ambiente. Isso exige duas atitudes muito concretas. Por um lado não deturpar, destruir ou aniquilar; por outro, a capacidade de utilizar bem o ambiente.

A História sublinha como a Igreja soube promover harmoniosamente esta conjugação do respeito pela natureza e a sua utilização moderada para o bem da humanidade. Os conventos foram verdadeiros laboratórios onde se procurou identificar e potenciar as capacidades que as diferentes espécies poderiam oferecer ao bem-estar do Homem. Não identificamos neste gesto um uso instrumental ou egocêntrico da natureza. Bem pelo contrário. Nos conventos testemunhamos a intencionalidade de orientar toda a natureza para o

bem holístico do ser humano segundo os critérios da prevenção e da cura.

Nestes pressupostos doutrinários é justo sublinhar a importância de uma obra que sublinha as potencialidades terapêuticas e explora a arte de uma espécie, muito característica e tradicional, para a riqueza gastronómica. O trabalho tem uma fundamentação histórica muito bem documentada e deixa várias sugestões para continuarmos, à semelhança dos nossos antepassados, a valorizar o cidrão.

A vida humana tece-se de várias responsabilidades. Uma delas consiste em preservar e suscitar renovadas mentalidades face ao que é quotidiano e, porventura, habitual. Falo, em particular, da arte de saber cultivar e de saber cozinhar. Este esforço individual e colectivo permitirá saborear e dar a saborear gostos que marcam a nossa região.

Se os conventos souberam, como em tantas outras coisas, acolher e colocar ao serviço dos homens o cidrão, cabe-nos hoje a árdua tarefa de não permitir a extinção dessas riquezas. Daí a importância desta obra. Conhecer as virtudes de algo leva-nos sempre a cuidar dele com outra atenção. Assim, o cidrão não só não deixará de existir na nossa região mas será cultivado com outro interesse e valor.

Auguro por isso que este trabalho encontre o justo acolhimento do leitor.

Braga, 17 de Dezembro de 2014

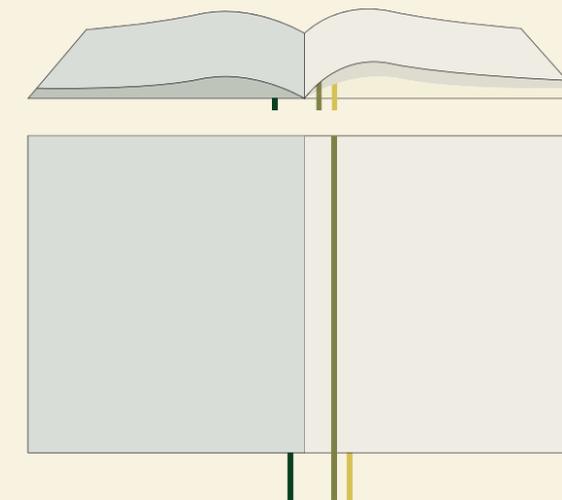
Jorge Ortiga, Arcebispo Primaz

ESTRUTURA & ORGANIZAÇÃO

Querendo este livro abarcar a maior quantidade de informação sobre este fruto - Cidrão - foi dividido em três grandes capítulos.

Para melhor orientação, foram criados quatro índices: um índice geral no início do livro página 5 e três índices que podem ser encontrados no início de cada capítulo página 7, página 17 e página 32-33.

O livro *Cidrão* Foi pensado para ser útil, prático, e intuitivo. Para isso, foram criados três marcadores coloridos *verde escuro*, *verde seco* e *verde claro* que permitem facilitar a procura e rapidamente cruzar/completar informações entre os três capítulos em simultâneo.



ÍNDICE GERAL

03-06	Créditos, Nota Introdutória e Prefácio	39	Bolos de milho e mel
07	Estrutura e Organização	40	Bolos pardos
10-11	- Produção e Consumo em Portugal nos séculos XVI-XX -	41	Broas de mel
12-13	História e Geografia	42	Broinhas de mel da doçaria S. Vicente
14-15	Etimologia	43	Casquinhas de limão e cidra
16-17	Utilização na Medicina e na Culinária	44	Cidrada
18-19	- Plantação do Cidrão -	45	Cidrada
20	Introdução	46	Cidrada de bocados e de caixa
21	Aspectos Botânicos	47	Cidrão coberto e licor
22	Variedade de Cidrão ou Cidra	48	Compota de casca de cidra
23	Planta	49	Conserva do azedo da cidra
24	Condições Climáticas	50	Fartes de batata-doce
25	Propagação dos Citrinos	51	Fartes de espécie
26	Porta Enxertos	52	Fatias fofas
27	Carências Nutricionais: Pragas e Doenças	53	Formigos/sopa dourada
28-29	Recomendações Técnicas	54	Geleia de cidra
30-31	- Receituário Doce e Medicinal Português -	55	Palitos
32	Bolinhos de ovos/velinhos do convento Vairão	56	Pastelinhos de cidrão
33	Bolo de mel	57	Pudim de cidrão
34	Bolo de nozes	58	Roscas
35	Bolo económico	59	Rosquinhas de doce sortido da doçaria S. Vicente
36	Bolo inglês de passas e cidrão	60	Sopa dourada à Abade de Priscos
37	Bolo podre	61	Toucinho-do-céu
38	Bolo-rei	62	Toucinho-do-céu da doçaria S. Vicente

PRODUÇÃO & CONSUMO EM PORTUGAL NOS SÉCULOS XVI-XX

12-13 *História e Geografia*

14-15 *Etimologia*

16-17 *Aplicações Medicinárias e Receituárias*

HISTÓRIA & GEOGRAFIA

A cidra ou cidrão é o fruto da cidreira (*Citrus medica* L.), pertencente à grande família dos citríneos. É oriundo da Ásia e abundante nos países do sul da Europa, em particular Portugal, Espanha, Grécia e Itália *figura 1*. Apresenta-se como um

fruto ácido mas muito aromático que, ao longo dos séculos, foi considerado um medicamento para o tratamento de várias doenças. Por este facto, trás associado ao nome científico o termo *médica*. O seu consumo fazia-se em doce, cristalizado ou

em xarope sendo, neste caso, o sumo cozinhado com açúcar. Em Portugal a presença desta árvore é bastante antiga. Oliveira Marques já a refere na Idade Média¹, Luís de Camões, no canto IX d’Os *Lusíadas*, numa clara referência ao tamanho

do fruto, menciona *a cidreira com os pesos amarelos*² e Duarte Nunes de Leão anota no seu livro *descrição* do reino de Portugal, publicado em 1610, a existência de *muita copia de laranjas, cidras e limões, de toda a sorte, em Portugal*³.

⁸ LIMA, Sasha - Jardins cercados: deambulações por Lisboa e arredores de dois viajantes alemães na viragem do século XVIII para o século XIX. In Queiroz, Ana Isabel (Coord.) - *Lisboa nas narrativas: Olhares do exterior sobre a cidade antiga e contemporânea*. Lisboa: Faculdade de Ciências sociais e humanas da Universidade Nova, 2012. P. 51-63.

*Despendi em oito arrates de sidra que se fez com amêndoa em taceiras para o letrado da casa, que se fez de custo seiscentos e oitenta reis.*⁷

Nos finais do século XVIII o conde Hoffmannsegg e Heinrich Friedrich LinK, dois viajantes alemães em Portugal no estudo da flora portuguesa, relatam também a presença deste fruto na região de Lisboa, verificando ser muito exportado, juntamente com outros frutos, a partir do Porto de Lisboa para a cidade de Bristol, seguindo daqui para o resto da Europa⁸.

O conhecimento que estes viajantes têm do fruto, denominado *cedrat* ou *juden citronat*, vem-lhes do facto de ser consumido e apreciado na Alemanha, pelas comunidades judaicas, no ritual da festa dos tabernáculos, uma das três festas de peregrinação, que dura uma semana e se celebra geralmente entre Setembro e Outubro. Consideram inclusive que a cidra teria vindo com os hebreus para o ocidente, quando estes regressaram à Palestina após os anos de cativo na Babilónia, e que a sua introdução na Europa tinha apenas a ver com a persistência na tradição judaica.

De facto, entre os judeus, ainda hoje nesta festa se utiliza a cidra, a par de

outras espécies como a murta (tem cheiro, mas não tem sabor), o salgueiro (não tem cheiro nem sabor) e a palmeira (tem sabor, mas não tem cheiro) representantes dos quatro tipos de judeus. A cidra, que tem cheiro e sabor, representa o judeu perfeito, uma vez que estuda a religião e faz boas acções. Com estas espécies se forma um pequeno *bouquet*, que se enverga durante as orações. Depois de terminada a festa o fruto, ou apenas as cascas, conserva-se, geralmente sob a forma de compota, e é consumido pela família para ter um ano abençoado. Pode também ser utilizado da seguinte forma: fazem-se pequenos furos no fruto e colocam-se cravinhos da Índia em cada furo. Ao amadurecer, o fruto encolhe, pelo que fica completamente coberto de cravinho. Coloca-se numa caixa especial para ser cheirado no final de cada Sábado na cerimónia de havdalah (separação do Sábado, dia de descanso, da semana de trabalho). Neste país, há ainda algumas tradições que associam a cidra à fertilidade, daí ser consumida por mulheres que desejam engravidar. Também as cascas eram colocadas debaixo das almofadas de uma parturiente para aliviar as dores do parto.



figura 1. Cidreira, citrus medica.

Uma presença que vamos confirmar regionalmente em Coimbra⁴, particularmente nos Mosteiros de Celas e Santa Ana, onde se atesta o fabrico do doce de cidra, e em Braga onde, em 1654, se refere a existência no Mosteiro de Tibães⁵ de *larangeiras, limoeiros e sidreiras*, assim como a plantação da mesma árvore em vários anos do século XVIII. Neste Mosteiro são também comuns as compras de doce de cidra, de *cidra relada*, de cidra com amêndoa ou de cidra com chila. Igualmente no Mosteiro dos Remédios, na mesma cidade, se fazia doce de cidra. Assistimos inclusive ao

ritual, em vários momentos da história deste Mosteiro, da compra dos vários ingredientes necessários para o seu fabrico e acondicionamento. Vejamos dois exemplos: *Despendi em meia arroba de asucar a presso de sinquoenta reis para fazer meia arroba de sidra para as obrigações da casa, oitocentos reis; e de sidras oitenta reis; em ambar, sesenta reis; em hum cartilho de aguoa de flor, oitenta reis; em nove panelas, noventa reis; e em quatro varas e meia de fita de seda para ellas, a vinte reis a vara, noventa reis; o que tudo soma mil e duzentos reis.*⁶

¹ MARQUES, A. H. de Oliveira – *A sociedade medieval portuguesa*. Lisboa: Livraria Sá da Costa, 1974, p. 14.

² CAMÕES, Luís Vaz - *Os Lusíadas*, canto IX, estrofe 56:
*Mil árvores estão ao céu subindo,
Com pomos odoríferos e belos:
A laranjeira tem no fruto lindo
A cor que tinha Dafne nos cabelos;
Encosta-se no chão, que está caindo,
A cidreira com os pesos amarelos;
Os formosos limões ali, cheirando,
Estão virgíneas tetas imitando.*

³ LEÃO, Duarte Nunes - *Descrição do reino de Portugal*. Lisboa: Jorge Rodríguez, 1610, p. 61v.

⁴ SOUSA, Dina - *Doçaria conventual de Coimbra*. Lisboa: Colares, 2011, p. 81.

⁵ ADB, Mosteiro de Tibães, Tombo, nº6, 1654, fls.32-34v.

⁶ ADB, Mosteiro dos Remédios, Lv. 272, p. 31v, Dez. de 1676.

⁷ ADB, Mosteiro dos Remédios, Lv. 278, p. 31v, Mar. 1683.

ETIMOLOGIA

Nos dicionários do século XVIII, em especial os de Raphael Bluteau e António Morais Silva⁹, a cidreira é definida, respectivamente, como a *árvore que dá cidras* ou a *árvore de espinho que dá cidras*. Ambos os autores referem, ainda, quando definem *erva cidreira*, que esta é uma erva que tem folhas que cheiram a cidra, o que nos leva a concluir que o nome desta aromática pode estar associado aquela árvore. Como curiosidade anotamos uma receita de presunto cozido, provavelmente do século XVII, onde os dois aromas se juntam e se completam.

*Deitado de molho o tempo conveniente pera se lhe tirar o sal, e depois limpo, feitos muitos golpezinhos por diversas partes dele, se [...] com muitos cravos, e cozer-se-há em vinho branco, se o ouver e se não em outro, e folhas de louro e de cidreira e erva cidreira, se a ouver.*¹⁰

Relativamente ao fruto da cidreira Bluteau chama-lhe *cidra* ou *cidrão*. Morais define *cidra* como uma *espécie do limão azedo, muito maior e de cuja casca se faz doce*. Para o termo *cidrão* este autor anota dois significados: *uma cidra grande ou o doce da casca da cidra*. É também como doce que Francisco da Fonseca Henriques, em 1721, define *cidrão*, anotando que da casca de fora da cidra se faz aquele doce a que chamam *casquinha*, e do interior da casca o *cidrão*, que he o príncipe dos doces. Como vemos, os dois termos persistiram ao longo de todo o século XVIII ora como sinónimo de fruta ora como sinónimo de doce. No entanto, o termo *cidrão* foi ganhando terreno na denominação do fruto, talvez pela força do uso e

do seu consumo em doce. Actualmente em Portugal continental já quase não se utiliza o termo *cidra* persistindo o nome de *cidrão* para designar o fruto da cidreira *figura 2*. Contudo, na região da Madeira e no Brasil continua-se a utilizar o nome de cidra para designar o fruto da cidreira.

Mas atentemos ainda ao termo *cidrada*, definido, pelos dois autores citados, como o doce do fruto da cidra, e ao termo *diacidrão*, que nos aparece nos receituários da época, como sinónimo de cidra cristalizada com ou sem casca. São exemplos as receitas de *diacidrão em casquilhas*, e *diacidrão com casca*, onde se recomenda que as cidras sejam cortadas às talhadas, e as várias receitas de *diacidrão* em que as cidras também são cortadas do mesmo modo, mas *tirar-lhes-ão as cascas de maneira que lhe não fique amarelo algum*¹¹. Este termo não se encontra dicionarizado em português mas consultando alguns dicionários espanhóis do século XVIII, confirmamos a influência léxica nos termos *diacitron*, significando a casca da cidra confitada e coberta¹², e *acitron*, também com o sentido de *fruta llamada cidra despues de bañada com azucar y reducida a dulce y especialmente se llamam assi los cascos y pedazos de la cidra, cubiertos e bañados con azucar*¹³. Actualmente, esta forma de conservar a cidra denomina-se também *cidrão*, tal como atesta a receita de *cidrão coberto*, apresentada por Carlos Bento da Maia no *Tratado completo de cozinha e de copa*, editado em 1904¹⁴. Como podemos observar destes registos e dos vários receituários existentes, a cidra consumia-se em doce, a cidrada ou

cidrão, em casquinhas cristalizadas ou todo o fruto, partido em bocados, envolto e conservado em açúcar, o diacidrão. Da sua polpa fazia-se o doce, que podia levar casca ralada, ser enriquecido com amêndoa ou chila e depois aromatizado com âmbar e água de flor de laranjeira. O acondicionamento era feito em panelas vidradas cobertas com um pano de linho e atado com fitas de seda, como referem atrás as freiras do Convento dos Remédios *figura 3*. Nas restantes confecções havia lugar a uma cozedura, repetida várias vezes até atingir uma determinada camada de açúcar à volta do fruto, ou da casca, que permitisse a sua conservação no tempo.



figura 3. Imagem de uma panela vidrada, para acondicionamento dos doces de fruta. Pintura a óleo sobre tela de Josefa de Ayala, dita Josefa D'Óbidos.



figura 2. Natureza morta numa cesta com frutos e flores. Pintura a óleo sobre tela de Josefa Ayala, dita Josefa D'Óbidos.

⁹ Referimo-nos ao Vocabulário Português e latino.

¹⁰ Esta receita faz parte do receituário *Arte de cozinha ou methodo de fazer guisados*, estudado e analisado por Sara Claro, incluso no nosso estudo *Alimentar o corpo e saciar a alma: ritmos alimentares dos monges de Tibães no século XVII*. Porto: Afrontamento; DRCN, 2012, p.171.

¹¹ Estas receitas fazem parte do receituário atrás citado, p. 199, 201, 205, 206, 212.

¹² REAL ACADEMIA ESPANHOLA – Diccionario de la lengua castellana [...]. Madrid: Imprensa de Francisco del Hierro, 1732.

¹³ *idem* – Ob. cit. 1726.

¹⁴ Veja-se esta receita na página 44.

UTILIZAÇÃO NA MEDICINA & NA CULINÁRIA

Mas para além das composições culinárias que encontramos espalhadas nos diferentes livros de gasto dos mosteiros de Tibães e dos Remédios, surgem outras nos vários receituários da época, portuguesas e espanholas. Assim, Francisco Martinez Montañón na obra *Arte de cozinha*, editada em Madrid, em 1611, sugere as receitas de *torta de cidra*, *diacitron* e *pastelon de cidra verde*. Por seu lado, o português Domingos Rodrigues, cozinheiro real ao tempo de D. Pedro II, inclui no seu livro, também denominado *Arte de cozinha*, editado em 1680, as composições de *cidrada*, *cidrão em conserva* e *pastelinhos de cidrão*. Um século depois, Lucas Rigaud, um francês ao serviço da corte portuguesa, apresenta na obra *Cozinheiro Moderno*, a receita de *doces de cidra*, *limões*, *laranjas* e *vergamotas*. Ainda na década de 80 deste século é publicado em Portugal a primeira obra dedicada exclusivamente a receitas doces: *Arte nova e curiosa para conserveiros e confeitores*. Aqui vamos encontrar *cidrada ralada*, *cidrada de mel* e *açúcar de espelhos*, *cidrada de espelhos*, *cidrada de bocados* e *de caixa*, *diacidrão* e *geleia de cidra*. Pela mesma altura, Juan de la Mata edita, em Espanha, no ano de 1786, a obra *Arte de reposteria* onde inclui um capítulo exclusivamente dedicado às *cidras*, *limones y limas y limones de Florencia* assim como muitas outras receitas como: *cidra das índias*, *cidras blancas en papelitos*, *cidras em baston-*

itos que llamam citron, *cidras enteras*, *água de cidra*, *de limon*, *de naranja*, *pastilhas de limon de Florencia*, *llamado vulgarmente cidrado*, *limon de Florencia llamado cidrado*, *cidrados de Florencia*, e *Agrio de limon de Florencia*, *llamado vulgarmente cidrado*.

Noutros receituários manuscritos, particularmente no livro *de cozinha da Infanta D. Maria*¹⁵, do século XVI, e na *Arte de cozinha ou método de fazer guizados*, que incluímos na obra *Alimentar o corpo e saciar a alma*, já citada, localizamos, ainda, as receitas de *diacidrão* e *casquinhas*, no primeiro, e *casquinhas de limão e cidra*, *cidrada*, *diacidrão*, *conserva do azedo da cidra*, *diacidrão com casca e diacidrão em casquilhas*, no segundo. Como curiosidade notamos que na receita de *casquinhas* se aconselha a que se usem *cidras verdes e as cascas não-de ser sem nenhum miolo e tão delgadas que quebrem*; ao invés na receita de *diacidrão* as cidras devem ser *bem feitas, que não sejam queimadas da geadada nem verdoengas*.

Mas como já referimos a cidra ou cidrão não era entendida apenas como um simples doce mas, acima de tudo, como um medicamento com diversas aplicações médicas. Francisco da Fonseca Henriques, um médico que escreveu a obra *Anchora Medicinal*, em 1721¹⁶, refere-se-lhe da seguinte forma:

A cidra é um fruto todo medicamento- so, cordial e estomático. Não tem parte

inútil. Da casca de fora se faz aquele doce a que chamam casquinha, e do interior da casca o cidrão, que he o principe dos doces. Nutre muyto.

O azedo da cidra he cousa mui cordial. Útil para flatos melancólicos, do útero e para febres.

Das pevides têm virtude alexifármaca, por isso se dá a beber nas febres malignas a água cozida com elas.

Da casca seca da cidra se faz um xarope de virtude cardiaca.

Toda a cidra he um contraveneno.

De facto, ao compulsarmos a obra *Medicina lusitana*, do mesmo autor, editada em 1731, verificamos a recomendação médica das composições referidas no tratamento de inúmeras doenças. Destaco as *cascas secas da cidra* que fazem parte da composição de vários xaropes assim como as suas pevides ou sementes¹⁷.

Neste seguimento encontramos nos receituários, já citados, várias composições médicas feitas à base deste fruto. Referimo-nos à *conserva do azedo da cidra*, às *casquinhas de limão e cidra* e à *geleia de cidra*, esta com a anotação particular de que *se toma em três ou quatro colheres pela manhã em jejum, e quanto mais melhor* e de que *é muito cordeal e se usa dela desta maneira para preservar da peste e febres malignas*¹⁸.

No século XIX, a cidra continua a ser objecto de diferentes composições

culinárias nos vários receituários entretanto publicados. Encontramos esta visibilidade já no século XX, no *Tratado completo de cozinha e copa* de Carlos Bento da Maia, editado em 1904. Aqui o autor apresenta 18 receitas de doces onde a cidra está presente, quer como ingrediente principal quer apenas como aromatizante. São de destacar, por exemplo, o *pudim de cidrão*, um doce de influência inglesa, que se divulgou em Portugal no século XIX, e que aqui é apresentado com esta composição tão portuguesa; o *bolo inglês com passas e cidrão*; as *broas de mel*, o *bolo-rei*, uma novidade que, nesta altura, apenas se vendia em Lisboa e no Porto, o *bolo de mel madeirense* e, naturalmente, as receitas mais clássicas como *cidrão coberto* e a *compota de casca de cidra*. A provar a popularidade deste fruto o autor apresenta ainda uma receita falsa de *amêndoas cobertas (de cidrão)*, explicando de seguida que este *doce recebe o nome falso que tem, por ser costume misturar com as amêndoas cobertas, bocados de cidrão também cobertos*¹⁹.

Ao longo do século XX, em consequência do desenvolvimento da indústria farmacêutica, o cidrão foi sendo cada vez menos consumido e a produção também foi sendo abandonada. Desta realidade é exemplo a obra de Maria de Lourdes Modesto, *cozinha tradicional portuguesa*, editada em 1982. A autora, que percorre o país e apresenta o que de

mais genuíno existe na cozinha portuguesa, exibe apenas cinco receitas onde este fruto ainda persiste como ingrediente, três na região da Madeira e duas no Alentejo.

Na actualidade apenas se mantém a confecção do fruto cristalizado, fazendo parte dos ingredientes de alguns doces, em especial do bolo-rei, que foi ganhando fama na doçaria natalícia portuguesa, e do bolo de mel, um doce regional da Madeira. Também certas confeitarias e doçarias mais tradicionais apresentam ainda alguns doces feitos à base de cidrão. É o caso da Doçaria de São Vicente, uma casa centenária localizada em Braga, que comercializa ainda umas broinhas de cidrão, umas rosquinhas, o toucinho-do-céu e o bolo-rei. Persiste ainda, na tradição popular, o consumo de um xarope de cidra, muito útil para constipações e gripes, e testemunhos orais relatam a existência de receitas que determinadas famílias ainda executam, particularmente no Natal. Por essa razão o cidrão cristalizado vende-se apenas em algumas confeitarias finas das grandes cidades.

¹⁵ Livro de cozinha da Infanta D. Maria. Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda, 1986. Prólogo, leitura, notas aos textos, glossário e Índices de Giacinto Manuppella.

¹⁶ HENRIQUES, Francisco da Fonseca – *Anchora medicinal para conservar a vida com saúde*. Lisboa Oriental: oficina de Miguel Rodrigues, 1721.

¹⁷ HENRIQUES, Francisco da Fonseca – *Medicina Lusitana: socorro delphico aos clamores da natureza humana...* Amsterdam: Em caza por Isabel M. R. Mendes Drummond Braga, 1731.

¹⁸ *Arte nova e curiosa para conserveiros confeitores e copeiros*. Sintra: Colares editora, [2004]. Estudo e actualização do texto de 1788 por Isabel M. R. Mendes Drummond Braga.

¹⁹ MAIA, Carlos Bento da – *Tratado completo de cozinha e de copa*. Lisboa: Livraria editora Guimaraes e C., 1904, p. 459.

PLANTAÇÃO DO CIDRÃO

- 08 Introdução*
 - 08 Aspectos Botânicos*
 - 08 Variedade de Cidrão ou Cidra*
 - 08 Planta*
 - 08 Condições Climáticas*
 - 08 Propagação dos Citrinos*
 - 08 Porta Enxertos*
 - 08 Carências Nutricionais: Pragas e Doenças*
 - 08 Recomendações Técnicas*
-

INTRODUÇÃO

A cultura deste citrino, cidreira (*Citrus medica* L.), produz o fruto vulgarmente conhecido como **cidrão** ou cidra. É uma planta de origem antiquíssima, tendo sido o primeiro citrino a ser conhecido e cultivado na bacia do Mediterrâneo (Reuther *et al.*, 1967), tendo sido considerado símbolo da felicidade. É uma cultura pouco usual entre nós, aparecendo referenciada com alguma expressão na Grécia, Itália, região da Calábria e França nomeadamente a ilha da Córsega. O fruto, cidrão, não é consumido em fresco, sendo a base do seu aproveitamento industrial a casca, a qual depois de submetida aos processos de cristalização ou de confitagem, é utilizada na confeitaria. Nos países onde se cultiva, os frutos após a colheita (com a casca verde),

são cortados em metades ou quartos, removida a polpa e conservados em salmoura (água salgada com uma densidade de sal a 7º baumé) por vezes água do mar, dentro de barris, onde permanecem cerca de um mês. Este tratamento pela salmoura além de visar a conservação, tem por objectivo tirar-lhes o sabor amargo e torná-las mais tenras mas firmes e com um aspecto translúcido. Posteriormente são enviados para países como Estados Unidos da América, Inglaterra, Alemanha e França, onde procedem à sua transformação industrial (cristalização). Outra utilização destes frutos em fresco, é na festa judaica dos Tabernáculos (Sucot). Os frutos destinados a esta festa, nas regiões de produção, são rig-

orosamente inspecionados para que não apresentem defeitos e embalados em caixas com alvéolos individuais. Na área geográfica da Direção Regional de Agricultura e Pescas do Norte, existem dois produtores destes frutos, um no concelho de Vila Verde e outro no concelho de Barcelos. Existem também referências do seu cultivo nas ilhas da Madeira e Açores. Na *figura 1* podemos observar frutos de vários citrinos, realçando-se o cidrão pelo tamanho do fruto.



figura 1. Frutos de citrinos.

ASPECTOS BOTÂNICOS

Como citrino que é, os citrinos classificam-se por hesperídios, (frutos formados por gomos). A sua classificação botânica (Swingle, in Marcide, 1988) é a seguinte:

Família – Rutáceas

Subfamília – Aurancióideas

Tribu – Citreas

Subtribu – Citrinas

A Subtribu das Citrinas, engloba vários géneros, sendo de referir apenas três, o género *Poncirus* Raf, o género *Fortunella* Swingle e o género *Citrus* L., pois são os que se revestem de interesse económico (Fonte: Massapina&Gonçalves,1985).

Apresentam-se algumas imagens de uma planta do Género *Fortunella* Swingle, vulgarmente conhecido por Cunquato *figura 2*.

Algumas espécies do género *Citrus* de interesse agrícola são: a cidreira (*Citrus medica* L.), a limeira, o limoeiro, a laranja doce, a tangerineira e a toranjeira.

A cidreira, *Citrus medica* Linn., é a planta que produz o fruto que se designa por **cidra** ou **cidrão** *figura 3*.

De acordo com dados históricos, não há certeza quanto à sua origem, havendo no entanto relatos de ter sido o primeiro citrino a ser encontrado com registos no Império Romano no ano 350 a.C. Apresentam-se imagens de frutos de cidrão *figura 3*.



Fonte da Ilustração: *Traité des arbres et arbustes que l'on cultive en France en pleine terre*, Redouté, Pierre Joseph, 1759-1840 - Artista - Duhamel du Monceau, M., 1700-1782 - Autor. Localização: Stephen A. Schwarzman Building / Rare Books Division.



figura 2. Planta de *Fortunella* e fruto (cunquato).



figura 3. Frutos de cidrão de duas variedades: Earle (esquerda) e Diamante (direita).

VARIEDADES DE CIDRÃO / CIDRA

No que diz respeito a variedades, são referenciadas variedades de polpa doce, variedades de polpa ácida e variedades de fruto anormal (Fonte: J.Duarte Amaral, 1977).

DE POLPA DOCE

- *Córsega* -

É cultivada essencialmente na ilha da Córsega. A planta é pequena, copa aberta, ramos delgados e com espinhos. O fruto tem casca de 2 a 3 cm de espessura, aromática, produção ao longo de todo o ano, mas com mais abundância de Setembro a Janeiro. Excelente qualidade para cristalizar.

DE POLPA ÁCIDA

- *Diamante* -

Também designado por Cedro Liscio, Liscia di Diamante, é cultivada em Itália. Planta pequena, copa aberta, ramos grossos e medianamente espinhosos. O fruto tem casca de 2 a 3 cm de espessura, aromática, produção ao longo do ano, mas em maior abundância de Setembro a Fevereiro *figura 4*.

- *Earle* -

É cultivada nos Estados Unidos da América, proveniente de Cuba. O fruto tem casca de 3 a 4 cm de espessura, e polpa pouco desenvolvida, frequentemente é assimétrico *figura 5*.

- *Cedressa* -

O fruto é irregular e rugoso, de qualidade inferior e sem interesse.

DE FRUTO ANORMAL

- *China* -

Originária da China, idêntica à variedade Etrog, com pouco interesse.

- *Etrog* -

Também designado por Atrog, Pomo de Adão ou Pomo do Paraíso, é cultivada na Palestina.

- *Mão de Buda* -

É muito cultivada na China, Japão, Indochina e Índia. O fruto apresenta a forma de mão, sendo usado para perfumar as casas e as roupas por ser muito aromático.



figura 4. Frutos de cidrão da variedade Diamante.



figura 5. Frutos de cidrão da variedade Earle.

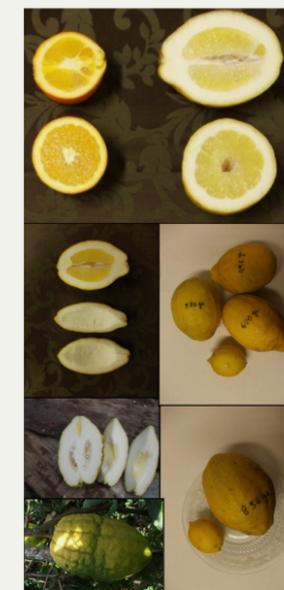


figura 8. Frutos de cidrão cortados e peso dos mesmos comparados com o limão vulgar.

PLANTA

A planta da cidreira, tem um porte aberto, os frutos são grandes, oblongos ou ovóides, de casca lisa ou com menos frequência rugosa, quando maduros de cor amarelo-alaranjado claro a laranja clara *figura 6*.



figura 6. Plantas da cidreira e frutos, cidrões, duas variedades.

É de referir que esta espécie apresenta ramos com espinhos, ramos estes que podem ter enquanto jovens uma tonalidade de cor roxa assim como os botões florais e frutos *figura 7*.



figura 7. Aspecto do ramo e botões florais e fruto.

CONDIÇÕES CLIMÁTICAS

Os citrinos têm como principal factor limitante à sua expansão a temperatura, em particular as baixas temperaturas. Segundo alguns autores, para que os citrinos tenham um bom desenvolvimento vegetativo e produtivo, as variações das temperaturas, devem enquadrar-se nos seguintes valores médios:

Temperatura **média anual** 14°C

Temperatura **média de Verão** 22°C

Temperatura **média do Inverno** 10°C

De um modo geral, temperaturas abaixo de zero graus, são prejudiciais aos citrinos, no entanto a sua resistência ao frio difere de espécie para espécie e também dos órgãos afectados, flores, rebentação e frutos. É de referir que os órgãos mais sensíveis às baixas temperaturas (frios) são os botões florais, os rebentos e frutos jovens.

De acordo com a bibliografia, observações efectuadas aos estragos causados pelas baixas temperaturas a plantas de citrinos de diferentes espécies em várias regiões de seu cultivo, apontam a **planta da cidreira ou cidrão como a menos resistente**, ou seja a mais afectada pelo frio. Os frutos dos citrinos, também são afectados pelas baixas temperaturas, sendo o fruto da cidreira, **o cidrão, o mais resistente**. Assim, conclui-se que a planta da cidreira é muito sensível às baixas temperaturas e o cidrão fruto, é o mais resistente.

PROPAGAÇÃO DOS CITRINOS

A propagação dos citrinos pode ser obtida por vários métodos. Esses métodos podem ser por:

- Semente -

Semente, utilizado hoje em dia com o único objectivo, que é a obtenção de porta-enxertos.

- Multiplicação vegetativa -

Multiplicação vegetativa, sendo um método ainda usual, com as variantes de estacaria, mergulhia e a mergulhia parcial, normalmente designada por alporquia *figura 9*.

As plantas de cidreira ou cidrão cultivados em Itália são geralmente propagadas por estaca, dada a facilidade de enraizamento, funcionando como produtores diretos *figura 10*.

- Enxertia -

Enxertia, consiste na união de duas porções de plantas diferentes, uma o porta-enxerto, que fornece a parte radicular e outra o garfo, que fornece a variedade pretendida.

Para o caso da planta da cidreira, ensaios de enxertia realizados, utilizando os porta-enxertos laranja amarga (*Citrus aurantium* L.) e limão volkameriano (*Citrus wolkameriana* Ten. e Pasq.), demonstraram certa incompatibilidade, mais evidente para o porta-enxerto laranja amarga.

Existem vários métodos de enxertia: **enxertia de borbulha** e nesta de gomo dormente ou de gomo pronto, denominações essas associados à época de realização e abrolhamento *figura 11*, **enxertia de placa** *figura 12*, **enxertia de fenda simples**, **enxertia de fenda cheia**, **enxertia de fenda dupla** e **enxertia de coroa** com protecção *figura 12*.



figura 9. Plantas provenientes de estacaria (cidrão variedade Diamante) e alporquia em planta de laranjeira doce.



figura 11. Enxertias de borbulha e de placa.



figura 10. Jovens plantas de cidrão provenientes de estacaria.



figura 12. Enxertia de coroa com protecção.

PORTA-ENXERTOS

Ainda que a maioria das plantas de cidrão sejam obtidas por estacaria (produtor directo), podem ser usados vários porta-enxertos, dos quais se apresenta uma breve descrição dos mais utilizados.

- Cidreira -

Muito vigoroso, facilidade de enraizar por estaca, grande percentagem de pegamento da enxertia, as plantas crescem rapidamente, no entanto é sensível à gomose, ao mal seco, ao frio e as plantas (variedades) nele enxertadas têm vida curta.

- Laranjeira Azeda -

Resiste à gomose e adapta-se a quase todo o tipo de solos, sensível à doença “tristeza” e ao mal seco.

- Laranjeira Doce -

Dá árvores vigorosa, susceptível à gomose, tolerante à tristeza, resistência média ao frio, sensível à asfixia radicular. Os frutos resultantes desta combinação, apresentam casca fina e muito sumo. Outros porta-enxertos são: Citranjeira Troyer, Citranjeira Carrizo, Limoeiro Rugoso, Limoeiro Rosa, Tangerineira,

Toranjeira e Limeira.

Seguidamente apresentam-se imagens dos comportamentos (afinidade) entre os porta-enxertos e as variedades neles enxertadas. Podemos observar nas imagens A e B alguma incompatibilidade, porta-enxerto mais desenvolvido que a variedade (forma garrafal), podendo ser benéfico para variedades de citrinos muito vigorosos e em C a união perfeita, crescimentos iguais, logo indicador de boa afinidade figura 13.

26

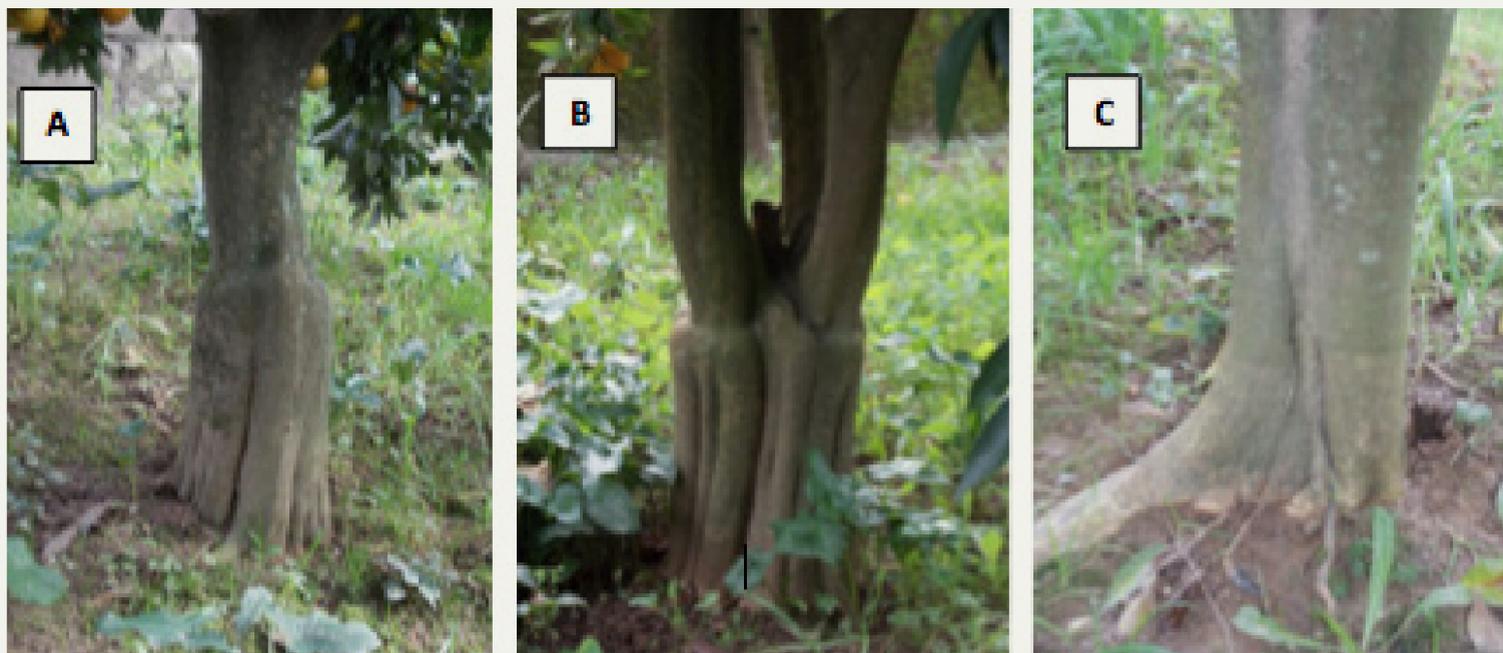


figura 13. Aspecto de compatibilidade de enxertia.

CARÊNCIAS NUTRICIONAIS: PRAGAS & DOENÇAS

Os citrinos ao longo do seu desenvolvimento vegetativo e produtivo, têm necessidade de determinados nutrientes, uns em maiores quantidades do que outros. É muito frequente observarem-se nas plantas de citrinos, incluindo a cidreira produtora do fruto cidrão vários sintomas de carências nutricionais. Seguidamente apresentam-se os mais comuns: magnésio, ferro, manganês, azoto e zinco figura 14.

PRAGAS DOS CITRINOS

Várias pragas afectam os citrinos, e também a cidreira ou cidrão. Referem-se aquelas que são as mais frequentes: mineira dos citrinos, afídios vulgarmente designados por “piolhos” figura 15, cochonilhas figura 16, ácaros e mosquinha branca figura 17.

DOENÇAS DOS CITRINOS

Várias doenças afectam os citrinos, e também a cidreira ou cidrão. Referem-se aquelas que são as mais frequentes: mal seco figura 18, podridão dos frutos, psorose figura 19 e tristeza figura 20.



figura 14. Sintomas carências nutricionais.



figura 15. Sintomas das pragas mineira dos citrinos (esquerda) e afídios (direita).

figura 16. Sintomas da praga cochonilha, virgula (esquerda) e preta ou H (direita).

figura 19. Sintomas das doenças podridão (esquerda) e psorose (direita).



figura 17. Sintomas da praga ácaros em frutos e folhas (esquerda) e mosquinha branca (direita).

figura 18. Sintomas da doença mal seco.

figura 20. Sintoma da doença tristeza.

27

RECOMENDAÇÕES TÉCNICAS

CULTURA DA CIDREIRA

- Escolha do local -

Na escolha do local de plantação, deve ter-se em atenção a ocorrência de baixas temperaturas (geadas) dado tratar-se de uma planta sensível ao frio. O local deve ter boa drenagem atmosférica, normalmente parcelas junto a cursos de água, são protegidas desse risco climatérico.

Evitar locais com probabilidade de encharcamento, em alternativa efectuar a drenagem da parcela.

- Preparação do solo -

A preparação do solo deve ser antecedida de uma colheita de amostras de terra para que se saiba o que é preciso aplicar ao solo (adubação de fundo), resultante dos dados da-análise de terras.

- Condução -

Dado tratar-se de uma planta que possui uma estrutura frágil, com tendência para a emissão de muitos rebentos junto ao solo, a sua condução em forma livre *figura 21*, associada ao grande peso dos frutos, conduz a que a planta, pernas, fiquem pendentes e os frutos no chão. Consta-se que algumas pernas, se não tutoradas partem e outras tombam com o peso dos frutos. As que tombam, vão provocar nova rebentação na parte da perna/ramo que fica na horizontal, provocando o ensombramento da parte de baixo da planta, com seca de alguns ramos e menor produção, acrescentando ainda a dificuldade no granjeio da cultura.

COMO FORMAS DE CONDUÇÃO ALTERNATIVAS PARA A CULTURA DA CIDREIRA (CIDRÃO), RECOMENDAM-SE AS SEGUINTE:

- Bardo ou Palmeta -

Esta forma de condução, permite conduzir as jovens plantas de forma a ajustar as várias pernas à estrutura de suporte, distribuindo-se a produção pela mesma como se exemplifica *figura 22*.

A opção desta forma de condução obriga a cuidados na condução das plantas jovens e acompanhamento com intervenções em verde para que haja uma boa distribuição das pernas e da produção. Um dos principais cuidados é o controlo da vegetação/rebentação na parte superior das plantas. O objectivo é não deixar criar um “chapéu” na parte de cima, vegetação essa que vai provocar o ensombramento das pernas em baixo *figura 23*, ficando improdutivas. Podemos observar esse aspecto nas imagens abaixo de uma plantação de cidreira (cidrão) no concelho de Barcelos *figura 23*.

T ou Cruzeta Baixa

A opção desta forma de condução, deve ser baixa para que seja fácil a prática dos granjeios da cultura como condução das pernas, podas e colheita.

Na condução da planta, as pernas devem ser distribuídas por toda a estrutura de suporte na horizontal *figura 24*. Tem de ser dada especial atenção no controlo da vegetação que vai ser emitida na vertical, através de várias intervenções em verde.

- Ramada Baixa -

Esta forma de condução é a mais usada em Itália, na região da Calábria para o cultivo da cidreira (cidrão). A estrutura deve ser baixa para que seja fácil a prática dos granjeios da cultura como condução das pernas, podas e colheita.

As plantas da cidreira são plantadas a meio da estrutura de suporte, podendo o pé ser de um só tronco ou mais e as pernas amarradas à estrutura na horizontal.

Na condução da planta, as pernas devem ser distribuídas por toda a estrutura de suporte na horizontal *figura 25*. Tem de ser dada especial atenção no controlo da vegetação que vai ser emitida na vertical, através de várias intervenções em verde.

- Compassos -

Os sistemas de plantação, devem ser os adequados à circulação das máquinas na entrelinha e à estrutura de suporte escolhida ou não (planta na forma livre). Podemos escolher compassos de plantação na forma de rectângulo, quadrado ou triângulo. Para uma estrutura de suporte BARDO, as plantas podem distanciar entre elas na linha 2,5 m a 3 m.

- Rega -

As necessidades em água (rega) nesta cultura, ocorrem nos meses de Maio a Setembro, dependendo dos anos e do local de plantação. Na plantação deve ter-se o cuidado de efectuar a mesma em camalhão, ou seja não ficar cova junto ao colo da planta.

A rega pode ser efectuada à caldeira ou por um qualquer sistema de rega. Na rega à caldeira, deve haver sempre o cuidado de que a água não molhe o tronco da planta junto ao solo, executando-se uma caldeira dupla *figura 26* e assim evitar o aparecimento de algumas doenças que podem levar à morte das plantas.

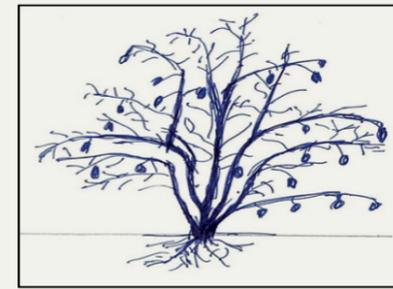


figura 21. Forma livre da planta do “cidrão”.

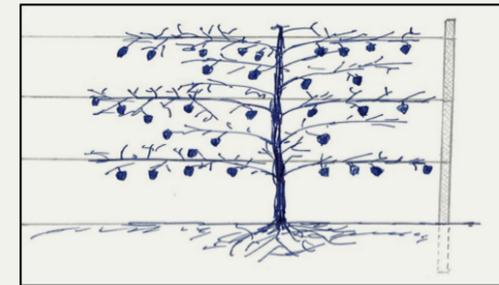


figura 22. Exemplificação da condução em bardo da planta do “cidrão”.



figura 23. Condução em BARDO da planta do “cidrão”.

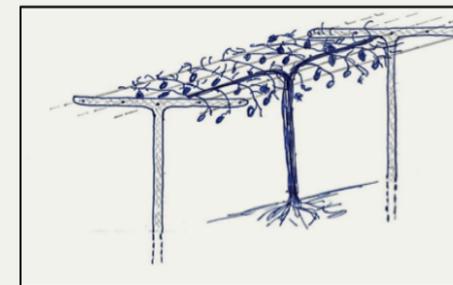


figura 24. Exemplificação da condução em T e perna na horizontal, planta do “cidrão”.

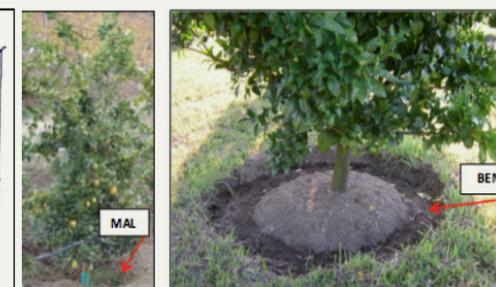
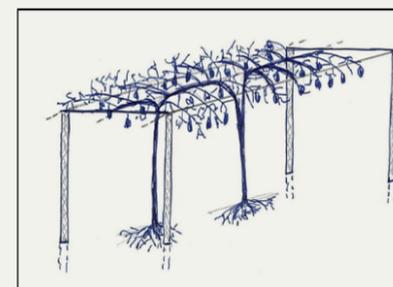


figura 25. Exemplificação da condução em Ramada Baixa.

figura 25. Exemplificação de como efectuar a rega à caldeira.

RECEITUÁRIO DOCE & MEDICINAL

32 Bolinhos de ovos/velinhos do convento Vairão
33 Bolo de mel
34 Bolo de nozes
35 Bolo económico
36 Bolo inglês de passas e cidrão
37 Bolo podre da Madeira
38 Bolo-rei
39 Bolos de milho e mel
40 Bolos pardos
41 Broas de mel madeirense
42 Broinhas de mel da doçaria S. Vicente
43 Casquinhas de limão e cidra
44 Cidrada
45 Cidrada
46 Cidrada de bocados e de caixa
47 Cidrão coberto e licor de cidra
48 Compota de casca de cidra
49 Conserva do azedo da cidra
50 Fartes de batata-doce
51 Fartes de espécie
52 Fatias fofas

53 Formigos/sopa dourada
54 Geleia de cidra
55 Palitos
56 Pastelinhos de cidrão
57 Pudim de cidrão
58 Roscas
59 Rosquinhas de doce sortido da doçaria S. Vicente
60 Sopa dourada à Abade de Priscos
61 Toucinho-do-céu
62 Toucinho-do-céu da doçaria S. Vicente

BOLINHOS DE OVOS / VELHINHOS DO CONVENTO DE VAIRÃO

½ kg de açúcar

125 g de amêndoa

20 gemas de ovos

1 pau de canela

cidrão a gosto

RECEITA

Deita-se num tacho um arrátel [½ kg] de açúcar e alguma água e deixa-se vir a ponto de espadana alto. Tira-se do lume e põe-se a esfriar alguma coisa.

Junta-se-lhe depois uma quarta de amêndoa muito bem pisada, 20 gemas de ovos pouco batidas, um pau de canela e algum cidrão picado, tornando-se a levar o tacho ao lume até engrossar, a ponto de se poderem fazer bolinhos.

Em estando pronta, tira-se do lume, deixa-se arrefecer bem, deita-se em folhetas forradas de hóstia, unta-se com gemas de ovos e metem-se na fornalha a tostar.

8 kg de farinha de trigo

3 kg de açúcar

2 kg de manteiga

1 kg de banha de porco

3,5 lt de mel de cana (melaço)

500 g de amêndoas pisadas

500 g de cidrão

60 g de bicarbonato de sódio

60 g de canela em pó

50 g de cravo da Índia

50 g de cravo do Maranhão

5 kg de nozes descascadas

fermento ou isco q.b.

BOLO DE MEL MADEIRENSE

RECEITA

Leva-se ao lume o melaço, deitando na mesma panela toda a manteiga e banha e deixa-se aquecer até que a manteiga esteja de todo derretida.

Enquanto misto se passa, mistura-se a farinha e o açúcar, as nozes bem pisadas, todas as especiarias, o bicarbonato de sódio, o cidrão, etc. Depois de tudo bem misturado, forma-se com a farinha uma poça onde se deita o fermento, o mel e a manteiga derretida, mas em grau de calor que se possa meter a mão.

Dilui-se primeiro o fermento e depois mistura-se tudo muito bem com a farinha, mas sem amassar. Depois abafa-se a massa com um pano de algodão e outro de lã, por cima, e deixa-se repousar por vinte e quatro horas.

Passado este tempo tendem-se os bolos, guarnecem-se com flores feitas da mesma massa e levam-se ao forno em latas untadas com manteiga. A temperatura do forno deve ser aproximadamente a de cozer o pão.

BOLOS DE NOZES

12 gemas de ovos e 1 clara

500 g de açúcar

80 g de nozes torradas e pisadas

125 g de amêndoas torradas e pisadas

125 g de cidrão ralado finamente

açúcar para envolver

RECEITA

Toma-se o açúcar, dissolve-se e põe-se ao lume até chegar a ponto de espadana.

Batem-se muito bem as gemas e a clara, liga-se tudo com o açúcar acrescentando-se-lhe as nozes torradas e pisadas, as amêndoas igualmente torradas e pisadas e o cidrão finamente ralado. Leva-se tudo ao lume brando, mexendo sempre com colher de pau.

Quando ao mexer se descobre o fundo da vasilha, tira-se a massa do lume, formam-se bolos, levam-se ao forno e, quando estiverem secos tiram-se do forno e envolvem-se em açúcar.

BOLO ECONÓMICO

RECEITA

Toma-se o açúcar que se mistura muito bem com a manteiga.

Juntam-se-lhe as claras muito bem batidas, a canela em pó, algumas passas d'uva, bocados de cidrão e a farinha de trigo, que se liga com a massa, indo depois ao forno em forma untada com manteiga e polvilhada com farinha.

A manteiga para untar a lata e a farinha para polvilhá-la não são contadas nas porções acima indicadas.

BOLO INGLÊS C/ PASSAS & CIDRÃO

200 g de manteiga
200 g de farinha de trigo
200 g de açúcar refinado
4 ovos
50 g de passas de corinto
50 g de cidrão

RECEITA

Começa-se por bater a manteiga, tornada um tanto fluída pela acção do calor, durante 10 minutos; junta-se-lhe depois o açúcar e bate-se outro tanto tempo; em seguida os ovos e continua a bater-se por 10 minutos; por último junta-se a farinha e bate-se por meia hora.

À massa batida acrescentam-se as passas e o cidrão em pedaços pequenos. Mistura-se bem e deita-se tudo numa forma bem untada de manteiga, forma que a massa não encha para não transbordar com o crescimento do bolo.

Quando este começa a aloirar, dão-se-lhe dois golpes em cruz com uma faca para que possa ficar bem cozido por dentro.

2 chávenas de farinha
2 chávenas de açúcar
2 chávenas de leite
2 clh. sopa de manteiga
2 clh. sopa de banha
2 clh. sopa de mel de cana
2 clh. chá de bicarbonato de sódio
125 g de amêndoa
125 g de passas de uva
100 g de cidrão / frutas cristalizadas
2 ovos

BOLO PODRE DA MADEIRA

RECEITA

Bate-se o açúcar com a manteiga e a banha e junta-se-lhes depois o mel e o leite. Mistura-se bem. Juntam-se ainda os ovos inteiros, batendo bem.

Peneira-se a farinha com o bicarbonato de sódio e picam-se as frutas bem picadinhas. Adicionam-se a farinha e as frutas ao preparado anterior e leva-se a cozer no forno numa ou duas formas untadas e forradas com papel vegetal.

Cozendo numa só forma o bolo tem uma cozedura mais lenta, em forno moderadamente quente e durante cerca de 2 horas. Se a cozedura se processar em duas formas o forno deverá estar um pouco mais forte (280 graus).



2,5 kg de farinha de trigo

500 g de manteiga

1 kg de açúcar

12 gemas de ovos

6 claras

500 g de passas d'uva

500 g de cidrão

150 g de pinhão

100 g de amêndoas descascadas

100 g de nozes

favas secas q.b.

leite q.b.

frutas secas q.b.

genebra q.b.

fermento ou isco q.b.

sal q.b.

BOLO-REI

RECEITA

Mistura-se a quinta parte da farinha com cerca de um quarto do seu peso de isco desfeito em leite, mais que morno, mas não muito quente, para não esterilizar o fermento. Amassa-se a mistura, abafa-se e deixa-se em repouso por umas quatro horas a fermentar.

Peneira-se a farinha restante ficando em monte. Abre-se ao meio deste uma cova onde se deita uma porção de sal fino, o açúcar, as gemas de ovo, as claras, a manteiga derretida, as amêndoas, as nozes, os pinhões e as passas e ainda o leite em quantidade suficiente para amassar. Esta massa liga-se com a que ficou em repouso, amassa-se novamente e depois deixa-se repousar, convenientemente abafada, por cerca de seis horas para fermentar.

Passado esse tempo, mistura-se na massa um pouco de genebra, tendem-se os bolos em forma de coroa, mete-se em cada um uma fava e o brinde, engastam-se neles as frutas secas, ameixas e bocados de cidrão e douram-se os bolos.

Dispõem-se em tabuleiros polvilhados com farinha e levam-se ao forno de cozer pão.



500 g de manteiga

500 g de mel

500 g de farinha de milho

cidrão e amêndoa q.b.

BOLOS DE MILHO & MEL

RECEITA

Amassa-se num alguidar a manteiga e o mel, algum cidrão, amêndoa, cortada aos bocados, e a farinha milha.

Em estando a massa bem consistente, corta-se em bolos, que se passam por gema de ovo e se levam ao forno a cozer.

500 g de açúcar

500 g de amêndoa

3 clh. sopa de pão
(*torrado, ralado e peneirado*)

1 ovo inteiro

4 gemas

½ chávena de doce de chila

½ chávena de cidrão cristalizado
(*e passado pela máquina*)

canela em pó q.b.

fios de ovos (opcional)

BOLOS PARDOS

RECEITA

Péla-se e pica-se a amêndoa. Leva-se o açúcar ao lume com água (cerca de 1 chávena) e deixa-se ferver até fazer ponto de fio.

Retira-se do calor e juntam-se-lhe os ovos, o pão, o doce de chila, o cidrão, a amêndoa e os fios de ovos, no caso de serem utilizados.

Retira-se do lume e depois de bem frios tende-se a espécie em bolinhas que se passam por canela.

3 kg de farinha de milho peneirada

600 ml de mel

300 ml de azeite

300 ml de água

300 g de açúcar

10 g de canela em pó

10 g de cravinho da Índia em pó

100 g de cidrão

300 g de massa de pão lêveda

BROAS DE MEL

RECEITA

Tome-se a farinha de milho peneirada. Juntem-se num tacho o mel, o azeite, o açúcar e a água e levem-se ao lume até que a mistura levante fervura. Nesta ocasião, deite-se sobre a farinha de milho e mexa-se com uma colher de pau, até incorporar a farinha com a mistura fervente, juntando alguma água quente, se a massa estiver rija em demasia.

Acrescente-se depois a massa lêveda para pão de trigo e incorpore-se com a outra, homogeneizando tudo, para o que se amassa bem à mão.

Tempere-se esta massa com canela, cravinho e cidrão, abafe-se e deixe-se em repouso por dois dias, pelo menos, para levedar. Passado este tempo, tendam-se as broas em forma de chapéus armados, disponham-se em tabuleiros de ferro, untados com azeite, e levam-se ao forno a cozer, devendo a temperatura do forno ser a própria para cozer pão.

Estas broas em Lisboa vendem-se principalmente nas proximidades do Natal.

BROINHAS DE MEL DA DOÇARIA S. VICENTE

400 g açúcar em ponto pérola

2 gemas

4 ovos

100 g amêndoa moída

250 g cidrão partido aos bocadinhos

350 g farinha

RECEITA

Faz-se o ponto de pérola com o açúcar. Num tacho de cobre juntam-se todos os ingredientes menos a farinha, misturando-se todos muito bem.

Adiciona-se o açúcar em ponto de pérola e, por fim, junta-se a farinha. Moldam-se pequenas broas e levam-se a cozer ao forno.

CASQUINHAS DE LIMÃO & CIDRA

½ kg de açúcar

casquinhas

(o que se puder tomar com ambas as mãos juntas)

cidras verdes

sal

RECEITA

Tomarão os limões e apará-los-ão como quem apara uma pêra. E deitadas estas casquinhas em um alguidar lhe deitarão sal e água, conforme a quantidade delas. Passadas 24 horas de estarem na salmoura, cozerão as casquinhas em água mal cozidas, e deitando-as em água fria andarão nela até que se façam doces, mudando-lhe a água cada dia duas vezes. E depois que forem doces torná-las-ão a cozer, que fiquem muito cozidas e quase que se despedacem.

E porão o açúcar em ponto muito alto, e então tiradas as casquinhas da água, muito doces, as deitarão no açúcar. A cada arrátel [½ kg] de açúcar o que se puder tomar com ambas as mãos juntas, e não façam junto mais que 4 arráteis. Mexam-na muito devagar para que se não quebre, e depois que o açúcar fizer borda por derreter do tacho, começa-se a cobrir e já do lume sai coberta. Tirá-la-ão fora, e mexida no tacho até que acabe de se enxugar, e já fria a deitem em um tabuleiro com uma toalha.

Os limões hão-de ser verdes. Desta maneira se pode fazer a casquinha da cidra que é excelente.



CIDRADA

½ Kg de cidra

1 Kg de açúcar

(Unidade de medida equivalente sensivelmente a 459 g e que aqui generalizamos para ½ quilo)

RECEITA

Aparadas as cidras da casca, para ficar o doce mais alvo, lavadas em duas ou três águas frias, escaldadas em duas ou três águas fervendo e de cada vez espremidas em um pano grosso. Depois que estiverem já adoçadas, deitem-se em três águas frias, espremendo-as sempre com o pano.

Ralem-se as cidras ou pisem-se e deitem um arrátel [½ kg] de cidra em dois [1 kg] de açúcar em ponto de cabelo, mexa-se enquanto não enxuga e quando mostrar o fundo tire-se fora.



RODRIGUES, Domingos – *Arte de Cozinha dividida em três partes*. Lisboa: Colares, 1995. p. 137. Reedição da edição de 1693.

CIDRADA

1 kg de cidra

1,5 kg de açúcar

RECEITA

Tomarão as cidras e metê-las-ão em um tacho com água e um pouco de sal e ferverão até que fiquem moles, depois as tirarão e irão aparando como quem apara uma pera, sempre ao redor até que cheguem ao gomo. Depois disto as deixarão ficar aquela noite em água pera lhe tirar mais algum amargor, se o tiver. Depois a tirarão da água e a porão em uma peneira para que se enxugue muito bem.

Pesarão tantos arráteis de cidra como de açúcar, antes mais açúcar, e o porão a derreter que fique como espadana, e depois que o açúcar estiver frio lhe deitarão as cidras e o porão no fogo, e irão com a colher mexendo ao redor daquele açúcar, e depois se deita em vasos vidrados, e põem-se ao sol.

Arte de cozinha ou methodo de fazer guizados, in RAMOS, Anabela; CLARO, Sara - *Alimentar o corpo e saciar a alma*. Porto: Afrontamento, DRCN, 2012, p. 199.

CIDRADA DE BOCADOS & DE CAIXA

½kg cidra

625g de açúcar

RECEITA

Aparada a cidra, como o cidrão, se vai logo cortando em bocados miúdos e logo se põe a cozer em tacho, de modo que fique branda e depois se deixa dois dias de molho em água fria para que fique mais doce.

O peso é um arrátel [½ kg] de cidra, um e quarta [625 g] de açúcar, do qual depois de estar em ponto se tira obra da terça parte. No outro que fica se deita a cidra, muito bem espre- mida nas mãos, e nele se coze e depois de bem cozida se lhe lança o outro açúcar que tinham tirado, para acabar de ligar e juntamente se lhe deita água de flor e o âmbar que quiserem e assim se deita no tabuleiro para talhadas ou em caixas.

E se querem que saiba a cidra pisem-se duas ou três casquinhas depois de cozidas e deitem-lhas a ferver.

1 kg de cidrão

1,5 kg de açúcar

CIDRÃO COBERTO & LICOR DE CIDRA

RECEITA

Tomam-se cidrões que tenham ainda a casca esverdeada, raspam-se para lhes tirar o vidrado, cortam-se ao meio, perpendicularmente ao eixo, e depois cada metade em quartos. Limpa-se cada um destes do miolo e deita-se numa vasilha de ir ao lume com água temperada com sal. Leva-se a vasilha ao lume e deixa-se levantar fervura. Depois tiram-se os bocados para um passador e escorrem-se, lançando-os em seguida em água fria durante três dias, renovando a água todos os dias. Passado este tempo, dá-se aos bocados uma nova fervura e põem-se a escorrer.

Prepara-se uma calda em ponto de cabelo, deitam-se nela os bocados de cidrão e deixa-se levantar fervura; em seguida tira-se a vasilha do lume, e deixa-se em repouso até ao dia seguinte; leva-se de novo a vasilha ao lume, dá-se-lhe nova fervura, retira-se do lume, deixa-se repousar outra vez e, no dia imediato, repete-se a operação pela última vez.

Os bocados de cidrão tiram-se da primeira calda, furam-se para passar através deles uma linha, mergulham-se em seguida em nova calda, e penduram-se pelas linhas numa vara que se suspende em lugar livre de pó, até que estejam enxutos. Assim preparado o cidrão, reserva-se para entrar na composição de outros doces.

A primeira calda, em vez de perder-se, pode mistura-se com aguardente e filtrar-se dando um licor agradável.



COMPOTA DE CASCA DE CIDRA

1 kg de casca de cidra

1 kg de açúcar

RECEITA

Tira-se à casca a parte amarela e brilhante, vidrado, e corta-se o resto em pedacinhos regulares, que se põem ao lume em água fervente até que fiquem convenientemente macios, o que se conhece espetando-lhe palitos. Chegados a este ponto, tiram-se do lume com uma espumadeira e deitam-se em água fria, em que se conservam por alguns dias renovando a água duas vezes por dia, até que tenha desaparecido o amargor pronunciado.

Chegado a este estado, pesa-se a casca e põe-se ao lume igual peso de açúcar limpo, com água suficiente para dissolver, deitando-lhe, quando começa a ferver, os bocadinhos de cidra, que cozem na calda até que esta fica em ponto suficientemente forte, conforme a maior ou menor duração que a compota devia ter.

Também se pode fazer este doce passando os pedaços de casca cozida através de uma peneira e juntando o polme obtido à calda de açúcar, fervendo e mexendo a massa até ficar na consistência de batatada. Deixa então de ser compota cabendo-lhe o nome de **cidrada**.

CONSERVA DO AZEDO DA CIDRA

½ kg de açúcar

250 ml de sumo de cidra

RECEITA

A um arrátel [$\frac{1}{2}$ kg] de açúcar grosso deitarão meio arrátel do azedo da cidra o qual não levará pele nem pevide. Cozê-lo-ão mexendo muito pouco até que torne o açúcar a ficar em ponto grosso.

Deitarão esta conserva em vidro ou vaso vidrado. Cozê-lo-ão em fogo esperto. O azedo da cidra há-de ser fresco, tirado daquele dia, e não há-de ser lavado nem mais que tirado da cidra e deitado no açúcar.

3 ovos

500 g de açúcar

75 g de manteiga

500 g de batata doce
(cozida e reduzida a puré)

150 g de amêndoa

125 g de cidra cristalizada

1 laranja

1 clh. sopa de farinha

1 clh. chá de fermento em pó

1 clh. de chá de bicarbonato de sódio

2 clh. sopa de manteiga

açúcar para polvilhar

farinha para polvilhar

FARTES DE BATATA-DOCE

RECEITA

Pela-se e rala-se a amêndoa. Pica-se a cidra finamente. Batem-se os ovos com o açúcar e a manteiga (75 g.). Quando a mistura estiver bem homogénea, junta-se o puré de batata-doce (que foi cozida com a casca e só depois pelada), a cidra, o sumo e a raspa da casca da laranja e a farinha peneirada com o fermento e o bicarbonato de sódio. Depois de bem misturado deita-se o preparado num tacho, leva-se ao lume e, mexendo sempre, deixa-se cozer até se ver o fundo do tacho. O preparado deve ficar muito espesso.

Tem-se um tacho virado ao contrário ou uma tábua polvilhada com farinha, sobre a qual se deita a mistura formando uma camada alta. Alisa-se a superfície e deixa-se arrefecer completamente. Depois corta-se a massa em quadrados, que se colocam num tabuleiro untado. Salpicam-se com a manteiga derretida e levam-se a forno moderado só para alourar um pouco sem deixar secar os quadrados. Retiram-se os fartes do forno e passam-se por açúcar pilé.

FARTES DE ESPÉCIE

RECEITA

Tomam-se oito arráteis [4 kg.] de açúcar em ponto de fio abaixo, e se lhes deitam quatro [2 kg.] arráteis de amêndoa muito bem pisadas e um arrátel [½ kg.] de cidrão em bocadinhos delgados e pequenos; cravo, canela, mui pouca erva-doce, e ferva-se pouco.

Tira-se o tacho do lume e junta-se-lhe uma quarta [125 g] de pão ralado, por medida. O sinal de estar feita esta espécie é deitando-se-lhe uns pós de pão ralado e pôr-se-lhe em cima o dedo para ver se fica enxuto.

Deita-se em um prato a esfriar. Tome-se, então, a massa feita com manteiga e açúcar e se vão fazendo os fartes para irem ao forno. [Leia-se o método de fazer os fartes na receita acima, fartes de batata-doce].

FATIAS FOFAS

½ kg de miolo de pão

500 g de amêndoas

250 g de cidrão

500 g de açúcar

18 gemas de ovos

açúcar

canela

farinha

grangeia para polvilhar

RECEITA

Tomam-se as amêndoas, pelam-se (metendo-se previamente em água bem quente) e pisam-se perfeitamente no almofariz. Corta-se o cidrão em fatias, rala-se o miolo de pão e misturam-se estes elementos com o açúcar e as gemas de ovos.

Bate-se a mistura muito bem durante perto de uma hora e deita-se numa forma de pudim, untada com manteiga e polvilhada com farinha.

Leva-se ao forno e, quando está cozida, tira-se da forma e, ainda morna, corta-se em fatias de um centímetro de espessura, pouco mais ou menos, fatias que se polvilham com canela, açúcar e grangeia (confeitos miúdos).



MAIA, Carlos Bento da – *Tratado completo de cozinha e de copa*. Lisboa: Livraria editora Guimarães e Cª, 1904, p. 557.

FORMIGOS / SOPA DOURADA

RECEITA

Esmigalhai um pão de dous vinténs bem fresco, como quem quer fazer uma sopa ordinária. Deitai-o a repassar em leite quente, e depois de bem embebido deitai-o dentro de uma terrina, em que tereis uma dúzia de ovos anaçados com uma quarta de açúcar. Ponde ao lume uma caçarola com duas colheres de manteiga fresca e tanto que estiver meia derretida deitai-lhe dentro os ovos e o pão, remexendo sempre com uma colher de pau, para que se dividam e se vão cozendo em bocados separados. Não os deixeis secar muito, mas evitai que fique alguma parte crua.

Ralai uma quarta de cidrão, deitai uma ligeira camada num prato e sobre esta uma porção de formigos; mais outra camada de cidrão e outra dos mesmos formigos até acabar em pirâmide.

Podeis servi-los quentes ou frios. Eles são bons de ambas as formas e duram três ou quatro dias. Sendo tempo em que haja flores de laranjeira, pode-se adornar a pirâmide com elas, e senão com grangeia (confeitos miúdos).



Arte do cozinheiro e copeiro. 2ª edição. Lisboa: Typografia da sociedade propagadora dos conhecimentos úteis, 1845, p. 155.

GELEIA DE CIDRA

½ kg de açúcar

½ litro de sumo de cidra

RECEITA

Que se toma em três ou quatro colheres pela manhã em jejum, e quanto mais melhor. É muito cordial e se usa dela desta maneira para preservar da peste e febres malignas.

Tomarão o agro da cidra, que não leve pevide nenhuma, e porão uma pequena de água ao lume. Quando ferver deitá-lo-ão na água e tirá-lo-ão logo, que dê pouca fervura. Deitá-lo-ão sobre uma peneira a escorrer e depois que o pesarão. E a um arrátel de agro, que é o mesmo que gomos, deitarão, um de açúcar, e quando estiver muito grosso deitá-lo-ão dentro que se coze até que torne a engrossar para se poder tirar e está feito.

Quem quiser esta geleia mais medicinal, a faz sem esfriar na água o agro da cidra, se não deitando-a logo no açúcar, mas fervida na água, como acima digo, não é tão forte de tomar.

Também se faz esta geleia de agro de limão em falta de cidras, mas delas é melhor.

Arte nova e curiosa para conserveiros confeitores e copeiros. Sintra: Colares editora, [2004]. Estudo e actualização do texto de 1788 por Isabel M. R. Mendes Drummond Braga. p. 43.

PALITOS

4 ovos

200 g de farinha

200 g de açúcar

canela

raspa de limão

amêndoa

(pelada e cortada às fatias depois alourada na fornalha)

noz aos bocadinhos

cidrão aos bocadinhos

RECEITA

As gemas batem-se com o açúcar. As claras em nuvem. Depois junta-se tudo e vai ao forno a cozer numa folheta untada com manteiga. Estando cozida, vira-se numa tábua, corta-se aos palitos e voltam ao forno a alourar.



FARIA, Maria Adelaide Sampaio da Nóvoa de; FERNANDES, Isabel Maria - *Receitas da casa do Mosteiro de Landim: 1ª metade do século XX.* Guimarães: Despertar memórias, 2011, p. 99.

PASTELINHOS DE CIDRÃO

2 talhadas de cidrão

6 gemas de ovos

½ kg de açúcar

água de flor

almíscar

massa tenra:

250 g de farinha

125 g de manteiga

2 gemas

sal q.b.

2 clh. sopa de açúcar

RECEITA

Pisem-se no gral [*almofariz*] muito bem duas talhadas de cidrão e ponham-se a cozer com 6 gemas de ovos em um arrátel [*½ kg.*] de açúcar em ponto, água de flor e almíscar; depois de bem cozido e feitas as caixinhas de massa tenra e cozidas vazias, encham-nas com o polme do cidrão e ponham-se a cozer no forno.

[Para a massa tenra: juntam-se todos os ingredientes e trabalha-se bem a massa. Descansa 2 horas].

100 g de cidrão ralado

500 g de açúcar

20 g de manteiga para a massa

vidrado de ½ limão ralado

10 g de canela em pó

20 gemas de ovos

farinha para polvilhar

manteiga para untar

PUDIM DE CIDRÃO

RECEITA

Toma-se o açúcar, deita-se em água e leva-se ao lume até que a calda chegue ao ponto de reбуçado. Tira-se do lume, junta-se a manteiga, que se liga bem com a calda, o cidrão e o vidrado do limão, a canela em pó e as gemas de ovos, que se mexem bem até homogeneizar bem a massa.

Deita-se esta numa forma de pudim bem untada com manteiga e polvilhada com farinha muito fina. Tapa-se a forma e leva-se ao forno a cozer.



ROSCAS

500 gr de farinha

250 gr de açúcar

200 gr de amêndoa

4 ovos
(4 gemas e 2 claras)

100 gr de cidrão

RECEITA

Leva-se o açúcar ao lume, com ½ copo de água até atingir ponto de espadana. Retira-se do lume e juntam-se os ovos, amêndoa (pelada e moída) com o cidrão moído, e por fim a farinha (pode não a levar toda) para moldar as roscas.

Moldam-se as roscas e vão a cozer em forno médio (180 graus). À saída do forno cobrem-se como açúcar de cobrir bolos.

ROSQUINHAS DE DOCE SORTIDO DA DOÇARIA S. VICENTE

RECEITA

Faz se o ponto de pérola com o açúcar.

Num tacho de cobre juntam-se todos os ingredientes menos a farinha, misturando-se todos muito bem.

Adiciona se o açúcar em ponto de pérola e, por fim, junta-se a farinha.

Moldam-se as roquinhas e levam-se a cozer ao forno.

SOPA DOURADA À ABADE DE PRISCOS

625 g de açúcar

½ kg de miolo de pão

12 gemas de ovos

cidra ou cidrão a gosto

canela q.b.

amêndoa q.b para decorar

RECEITA

Põe-se um arrátel e quarta [625 g.] de açúcar em ponto de espadana larga e parte-se um arrátel de miolo de pão em bocadinhos muito pequeninos. Logo que o açúcar esteja no ponto indicado, deita-se o pão e deixa-se ferver um instante até o pão se tomar bem do açúcar. Tira-se o tacho do lume e deitam-se-lhe, a pouco e pouco, doze gemas de ovos, que se têm batido bem, mexendo sempre para que os ovos liguem sem recozer.

Volta novamente ao lume, deitando-se-lhe um bocado de cidra partida muito miúda e mexe-se sempre muito bem até ficar capaz de embrulhar em papel. Deita-se então num prato, polvilha-se com muita canela e enfeita-se com amêndoa descascada.

Quem quiser também lhe pode deitar, com o cidrão, amêndoa bem pisada.

Receita citada na obra *Manuel Joaquim Machado Rebelo, abade de Priscos* (1834-1930), de Eduardo Pires de Oliveira e recolhida em Febrónia Mimoso – *cem maneiras de fazer doces de prato*. 2ª edição. Porto: Livraria Civilização, 1928, p. 36.

TOUCINHO-DO-CÉU

RECEITA

Leva-se o açúcar ao lume com 2,5 dl de água, até se obter ponto de espadana. Junta-se a amêndoa, o cidrão, a chila e ferve aproximadamente 2 minutos.

Retira-se do lume, esfria um pouco e juntam-se as gemas (onde se juntou e misturou com a farinha).

Vai ao forno (200 graus aprox. e depois abranda) em forma untada, polvilhada e forrada com papel vegetal. Para ver se está cozido, espeta-se-lhe um palito e este deve sair seco.

500 g de açúcar

200 g de amêndoa

24 ovos (gemas)

2 clh. sopa de farinha

1 chávena de chá de doce de chila

1 casca moída de cidrão

raspa de 1 limão

Receita tradicional de Braga, gentilmente cedida pela Exma Senhora Dra. D. Margarida Vieira de Araújo.



TOUCINHO-DO-CÉU DA DOÇARIA S.VICENTE

300 g açúcar em ponto pérola

16 gemas

100 g amêndoa moída

50 g abobora

100 g cidrão picado

100 g chila

RECEITA

Misturam-se as gemas, a amêndoa moída, a abóbora, o cidrão e a chila num tacho de cobre, misturando tudo muito bem. Depois adiciona-se o açúcar em ponto de pérola, leva-se ao lume até engrossar.

Distribui-se a massa em formas de barro e vai ao forno até cozer. Desenforma-se e envolve-se em farinha.

Receita gentilmente cedida pela Doçaria de São Vicente, Braga



Esta Página não deve conter nada!