

# VOLÚPIA

A NONA ARTE:  
A GASTRONOMIA

•

ALBINO FORJAZ DE SAMPAIO



## ÍNDICE

PREFACIANDO .....	13
PORTUGAL GASTRONÓMICO .....	15
CULINÁRIA PORTUGUESA DOS VELHOS TEMPOS .....	25
ANOTANDO UM VELHO LIVRO .....	41
UMA ACADEMIA DE GASTRÓNOMOS ..	53
I — Nacionais .....	55
II — Estrangeiros .....	65
COZINHAS DE TODO O MUNDO .....	71
Cozinha brasileira .....	73
A cozinha espanhola .....	85
A cozinha francesa .....	93
A cozinha italiana .....	99
A cozinha alemã e a cozinha inglesa .....	105
A cozinha húngara .....	111
A cozinha africana .....	117
Cozinhas exóticas .....	123

ALBINO FORJAZ DE SAMPAIO

A GASTRONOMIA E A LITERATURA . . . . .	131
I — Eça de Queiroz . . . . .	133
I — Fialho d’Almeida . . . . .	151
III — Ramalho Ortigão e o culto da Arte... de comer . . . . .	165
VINHOS E COMIDAS . . . . .	179
Vinhos e petiscos . . . . .	181
GULOSEIMAS E LAMBARICES . . . . .	197
Bolos, biscoitos e doces regionais . . . . .	199
SILVA DE PROSA VÁRIA . . . . .	203
Pastéis de bacalhau . . . . .	205
Alcaparras . . . . .	209
À Americana ou à Armoricana? . . . . .	213
Blasco Ibañez e o arroz «abanda» . . . . .	217
A sopa alimento . . . . .	223
A gastronomia, a literatura e a arte . . . . .	227
O António das Caldeiradas . . . . .	233
OS PRIMEIROS LIVROS DE COZINHA . . . . .	237
Portugal . . . . .	239
Espanha . . . . .	247
França . . . . .	250
Flamengos . . . . .	256
Itália . . . . .	256
Inglaterra . . . . .	260
Alemanha . . . . .	261
Latinas . . . . .	262

Ao estrangeiro que se encontre em Portugal, se é gastrónomo, sobram motivos para se considerar absolutamente feliz. Tem à sua disposição a melhor manteiga e o melhor azeite do mundo, e isso já de si é muito. Tem maravilhosos vinhos, excelentes queijos, café sem rival, velha e superior aguardente, Tem ainda boa carne, óptimo peixe, belos vegetais e soberbos frutos, além de um sol aquecedor, uma temperatura paradisíaca e toda a gama da paisagem, da montanha e do vale, do rio e do oceano, sem que, para gozar tais maravilhas e encantos, precise de viagens longas ou grandes dispêndios de tempo e de dinheiro.

Encontra uma deliciosa comida, simples, mas a todos os respeitos superior, e alguns pratos próprios dignos da escolha de um *Careme* ou de um *Vatel*. Logo no Minho e Trás-os-Montes, as regiões que confinam com a Galiza e Leão, espanholas, pode comer o caldo da região, que é um maravilhoso prato. Chama-se *caldo verde* e é feito de batata e couve, a couve macia e saborosa do Norte de Portugal, que, quando a não produz, nos dá a uva de que se faz o

vinho do Porto, esse néctar que todo mundo conhece, todos que o conhecem o apreciam, o saboreiam, o desejam, e até, fora do país abençoado que o produz, o falsificam. Mas o *Porto* é como o *Champagne*. Só é bom o autêntico, o puro, o verdadeiro.

Nisto de sopas, em Portugal há para todos os gostos e tudo pratos soberbos.

Não há o *consommé* leve, aguado, límpido ou turvo, mas no fundo água tépida. Não há. Há a sopa forte, nutritiva, substancial. Em alguns povos a sopa é a preparação para o jantar. Em Portugal a sopa é já jantar. Entre as melhores pode contar-se a canja de galinha com arroz e miúdos da ave, com uma fêvera de presunto e um ovo desfeito, querendo. Também é ótima a sopa de grelos, a de coentros e é de uso a sopa de castanha pilada. Mas no Norte, isto é, para cima do Douro, há cousas boas. O bacalhau sueco, que por sinal é norueguês, é comida tão em uso em todo o país, que se conhecem mais de 150 maneiras de a cozinhar. No Porto, especialmente, faz-se assado no forno, postas de meia mão travessa cobertas de finíssimo azeite, que tem fama. Também o *bacalhau à minhota* e o *bacalhau à Gomes de Sá* constituem outra especialidade.

As carnes do Norte são magníficas, e por isso os enchidos são maravilhosas criações culinárias. O seu presunto de Melgaço, de Chaves e Montalegre, o seu salpicão e o seu fiambre, as suas alheiras à transmontana, especialmente de Bragança, as suas morcelas,

## VOLÚPIA

todo o fumeiro, enfim, os rejões que com batatas novas e salada de fresca alface são um prato digno dos deuses; a sua *dobrada* ou *tripas* à moda do Porto, rivais das *tripas* à moda de Caen; no peixe, o salmão e a lampreia do rio Minho e as saborosíssimas trutas dos seus poéticos rios, o polvo seco, guisado à minhota ou num arroz capaz de ressuscitar os mortos; as tenríssimas hortaliças, vegetais e legumes de criar água na boca, a couve que não tem rival, a castanha, as chalotinhas do Gerês; o azeite de Mirandela; o mel transmontano, a manteiga de Paredes de Coura e Âncora, as saborosas azeitonas e os deliciosos favos de mel, tudo isso existe a mãos plenas, o Senhor seja louvado.

E o vinho, onde o há melhor no mundo? Vinho do Porto, alma e vida, néctar precioso, bebida dos Deuses, maravilha criada pela mão dos homens sob a inspiração directa dos céus, para onde a terra que o dá, em degraus parece subir?! E o vinho de pasto da Granja, Granjó, Vai de Passos e Murta e o verde fresquinho de Monção, Cabeceiras de Basto e Amarante, vinho também sem rival na terra?

E que diversidade de doces! Os doces das romarias do Norte, o pão de ló, as fogaças, as filhoses!

Entre o Douro e o Tejo há uma região tão rica como pitoresca e não inferior à região nortenha. Temos nela o queijo da serra da Estrela, queijo saboroso e digno dos maiores gastrónomos.

E podemos encontrar em Lamego presuntos e vinho espumoso, em Aveiro ovos moles e mexilhão,

em Espinho conservas, em Coimbra lampreias, arrufadas, pastéis de Santa Clara e manjar branco, em Tentugal pastéis, na Bairrada maravilhoso leitão assado, em Peniche e Cascais lagosta e mexilhão sem rival, camarão como o do Porto, em Peniche ainda, uma preciosa sopa de congro, na Murtosa carnes de porco, reijões e enchidos soberbos, no Ribatejo a caldeirada de sável, em Viseu os míscaros, o esplêndido azeite em Santarém e Castelo Branco, a excelente manteiga em Sintra e Avanca, sal em Aveiro, e quanta maravilha!

Só em Lisboa quanto prato próprio desta cidade das conquistas!

A sopa de carne, a de massa, a de ervas, de grão com espinafres, de coentros, de sardinha, de camarão; o chispe com ervas, as iscas com ou sem elas, o frango de cabidela, os passarinhos fritos, o arroz de coelho, o pato com arroz.

Nos pratos de peixe, o bacalhau cozido com batatas e grão, as sardinhas assadas com pimentos, a caldeirada à fragateira, as lulas de caldeirada, o peixe-espada frito com salada de alface, os filetes de linguado com molho de ostras, os escabeches, a popular *fava rica* matutina e o vespertino *i erre erre mexilhão*, as ostras recheadas, o arroz de cabrito à ribatejana, etc.

Se procurarmos frutas, encontraremos desde o figo *de capa rota* do almoço madrugador de Lisboa, aos majestosos pêsegos das Caldas da Rainha e de

## VOLÚPIA

Colares, à sumptuosa fruta de Alcobaça, aos melões de Vila Franca de Xira, às pêras do Fundão; e se buscarmos queijos, veremos os do Rabaçal, Tomar, Alverca, Alcobaça, o cabreiro de Castelo Branco, os de Alcácer, Azeitão e Vila Franca de Xira, os da Quinta da Cardiga, além do agradabilíssimo requeijão,

Como vinhos, os da Beira Baixa, os do Dão, da Raposeira, Bairrada, Aguiieira, e, entre os da Extremadura, os de Bucelas, Colares, Serradares, os espumantes da Anadia, os licorosos de Carcavelos.

A outra grande região portuguesa é a que fica ao sul do Tejo e compreende o Alentejo, Algarve e uma parte da Extremadura. É a região das carnes de porco e do queijo do Alentejo, das conservas de peixe e do gaspacho, sem desprimor de muitas cousas boas que nela existem.

Assim, o *gourmet* tem magníficas ostras no Montijo, em Azeitão queijo, vinho e aguardente moscatéis, em Setúbal salmonetes e laranjas. Região dos enchidos, há magnífico chouriço, paio, paio branco e linguiça de Portalegre, Arraiolos, Elvas e Castelo de Vide; empadas de carne e galinha, à Alentejana, ensopado de borrego ou cabrito (sarapatel), carne de porco frita com amêijoas, papas de milho, lombo assado no espeto, perdiz com arroz, coelho à caçadora, migas, açorda de carne de porco ou de presunto e chouriço, sopa de ovos à Alentejana, *muxama*, atum, amêijoas e percebes algarvios, o claro vinho da Fuzeta, tudo