

ESCOLA PROFISSIONAL E ARTÍSTICA DA MARINHA GRANDE

**Prova de Aptidão
Profissional
Curso Técnico de
Restauração
Variante Restaurante – Bar
2010 – 2013**





REGIÃO GASTRONÓMICA ENTRE DOURO E MINHO

Prova de Aptidão Profissional

VERA MARQUES



IDENTIFICAÇÃO

NOME: Vera Lúcia Anacleto Marques

CURSO: Técnico de Restauração,
Variante Restaurante – Bar

ANO: 3.ºR

N.º: 19



FUNDAMENTAÇÃO DA ESCOLHA

- ✓ Tema bastante interessante e diversificado;
- ✓ Portugal: país com inúmeras tradições gastronómicas;
- ✓ Curiosidade de pesquisar;
- ✓ Motivação pelas matérias desenvolvidas no módulo de cozinha de sala;
- ✓ Influências de outros povos: Romanos e Árabes fizeram com que nos dias de hoje tenhamos as mais diversas tradições alimentares;
- ✓ A riqueza da região: não só a nível gastronómico, mas também a nível de vinhos (dos melhores e mais famosos de Portugal).



DESCRIÇÃO SUMÁRIA

- ✓ Nesta prova de Aptidão Profissional vou abordar a temática da Gastronomia entre Douro e Minho;
- ✓ Esta região gastronómica é uma das mais ricas da dieta mediterrânica;
- ✓ Nas aulas de cozinha de sala tivemos alguns contactos com alguns pratos da gastronomia Douro e Minho, o que me fascinou, levando-me a escolher este tema para a PAP.



OBJETIVOS GERAIS

- ✓ Na minha prova de aptidão profissional irei apresentar, de forma breve, as variadas tradições gastronómicas em Portugal e nas respetivas regiões;
- ✓ Vou aprofundar a temática da gastronomia e a história da região entre Douro e Minho;
- ✓ Vou apresentar a ficha técnica de cozinha de uma iguaria típica desta região e o passo a passo da sua confeção.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Apresentar os hábitos, culturas e costumes das regiões gastronómicas;
- ✓ Caraterizar a origem da cultura gastronómica;
- ✓ Apresentar algumas receitas gastronómicas da região.



HISTÓRIA

- ✓ O Douro e o Minho eram uma antiga província de uma paisagem natural;
- ✓ Em 1936 ouve uma renovação e divisão dos territórios sendo assim ficado Douro Litoral e Beira Litoral;
- ✓ O Douro litoral fazia fronteira a Norte com o Minho alguns geógrafos, esta província, em conjunto com o Minho, formava uma unidade geográfica maior que se designa Entre Douro e Minho;



entre Douro e Minho

História dos enchidos

- ✓ Os porcos eram abatidos no chamado dia de matança, dia de festa este em que se reunia toda a família e amigos mais próximos;
- ✓ Logo nesse dia iniciava-se o consumo do porco e dava-se início à preparação de algumas carnes, do sangue e das tripas, para o fabrico dos enchidos que depois haviam de dar para o resto do ano;





entre Douro e Minho

História dos enchidos (continuação)

- ✓ Enquanto os homens da casa eram responsáveis pela desmancha do porco e salga dos presuntos, as mulheres mais idosas preparavam a carne e condimentos para manualmente prepararem os chouriços, salpicões, morcelas, farinheiras e transmitiam seus segredos às novas gerações da família.





entre Douro e Minho

Fabrico de enchidos

✓ Após a lavagem, as tripas são atadas na parte inferior, de modo a poderem ser enchidas pela parte superior. A carne do porco, por seu turno, é temperada para se fazer o enchimento das tripas. Podem ser utilizadas carnes de outros animais como a vaca, o borrego, a galinha e o peru, entre outras;

✓ As carnes unem-se, tradicionalmente, com gorduras, pão ou farinhas. Os produtores acentuam o sabor destes alimentos com especiarias. Podem também juntar-se aditivos naturais ou sintéticos que melhoram o aspeto e aumentam o tempo de conservação dos enchidos.



Tratamento e processos de preparação

entre Douro e Minho

- ✓ Os enchidos podem ser curados ou não. Geralmente, a cura é feita em sal ou ao ar, com recurso à fumagem.
- ✓ Alguns são submetidos a secagem, um processo que pode durar dias ou meses.
- ✓ Há duas formas da preparação dos enchidos:
 - Crus: feitos à base de carne triturada e condimentada, antes de produzida na tripa, e podem ou não ser fumados.
 - Cozidos: carne é cozida antes de colocada na tripa, as suas secagens podem ser feitas ao ar ou através do processo de fumagem.



Escolha dos enchidos antes da compra

entre Douro e Minho

✓ No ato da compra dos enchidos, temos que considerar alguns aspetos para comprarmos o enchido certo:

- o cheiro
- a cor
- o aspeto.



Histórias do Vinhos do Douro

- ✓ 1756: data em que o Douro recebeu a sua primeira demarcação pelas mãos do Marquês de Pombal;
- ✓ O Douro uma das regiões produtoras de Vinhos em Portugal e é a mais antiga região demarcada de Vinho do mundo
- ✓ 2001: pela sua paisagem de rara beleza e de uma importância história indiscutível, foi considerada pela Unesco como Património da Humanidade;





Histórias do Vinhos do Douro (continuação)

entre Douro e Minho

- ✓ Em 14 de dezembro de 2001 tornou-se a décima terceira zona classificada dos pais e o quinto elemento do grupo vitivinícola, juntando as várias regiões como França, Itália e Áustria;
- ✓ A área classificada que faz parte de 13 municípios, para além dos vinhedos, fornecem o contexto cultural e histórico em que se desenrola a vida desta região, é uma área rica em termos de património arquitetónico.





Histórias do Vinhos do Douro - Castas

entre Douro e Minho

(continuação)

❖ Tinta Barroca:

encostas mais frescas,
orientadas a norte ou a
leste, e em locais com
menor exposição à luz
solar.





Histórias do Vinhos Verdes do Minho

entre Douro e Minho

✓ É a maior zona vitícola de Portugal: tem como limites o rio Minho e o Oceano Atlântico, dividindo em nove sub-regiões, Monção, Lima, Cávado, Ave, Basto, Sousa, Amarante, Paiva e por último Baião.

✓ Atualmente a região é composta maioritariamente pelas seguintes castas:

- **Brancas:** alvarinho, loureiro, trajadura, avesso, arinto e azal;
- **Tintas:** vinhão, borraçal e brancelho.



Histórias do Vinhos Verdes do Minho

entre Douro e Minho

CASTAS BRANCA – algumas caraterísticas

Alvarinho

- ✓ perfil extremamente aromático;
- ✓ perfil floral de tília, erva-cidreira, madressilva, pêssago, toranja e maçã;
- ✓ vinhos equilibrados estruturados de teor alcoólico elevado e uma acidez estimulante e fresca.

Loureiro

- ✓ não é nada discreto no referente a aromas, onde se destacam a tília, acácia, laranja e pêssago, com um equilíbrio marcante.

Arinto

- ✓ vinhos de elevada acidez;
- ✓ cor citrina e marcadamente florais e frutados.



Processo de vinificação

- ✓ A vinificação: conjunto das operações efetuadas para transformar em vinho o sumo proveniente do esmagamento das uvas;
- ✓ Existem vários processos de vinificação correspondentes aos diferentes tipos de vinho e que se distinguem pela forma de separação aplicada aos diferentes tecidos da uva;



Processo de vinificação (continuação)

✓ Processo para a vinificação em tinto contempla:

- ❖ a preparação mecânica das uvas,
- ❖ a fermentação alcoólica,
- ❖ a maceração,
- ❖ a dissolução específica de certos componentes das uvas
- ❖ a fermentação malolática.

✓ Processo para a vinificação em branco contempla:

- ❖ a extração do mosto e respetiva clarificação;
- ❖ a fermentação alcoólica;
- ❖ respetiva proteção contra as oxidações.



ATIVIDADES QUE VOU DESENVOLVER

entre Douro e Minho

- ✓ Nesta prova acabei de fazer uma apresentação teórica para dar a conhecer ao júri os conteúdos essenciais do tema que me proponho: Região Gastronómica Entre Douro e Minho;
- ✓ Falei sobre as origens da região gastronómica naquela região;
- ✓ Por último, irei agora apresentar um pequeno buffet com produtos gastronómicos da região Entre Douro e Minho.



CONCLUSÃO

- ✓ Agora que conclui a parte teórica da prova de aptidão profissional;
- ✓ Apesar das dificuldades;
- ✓ As províncias;
- ✓ Enriqueci os meus conhecimentos.



AGRADECIMENTOS

- ✓ Professor Jorge Rosa;
- ✓ Professor Eduardo Carvalho;
- ✓ Professora Patrícia Rosa;
- ✓ Professora Susana Santos;
- ✓ Direção da Escola Profissional e Artística da Marinha Grande;
- ✓ Professora Maria Fernandes;
- ✓ Aos meus colegas de turma.



EPA-MG
ESCOLA PROFISSIONAL E ARTISTICA DA MARINHA GRANDE

Gastronomia



entre Douro e Minho



Marinha Grande
maio de 2013