



REGIÃO

GASTRONÓMICA DA

MADEIRA



ESCOLA PROFISSIONAL E ARTÍSTICA DA MARINHA GRANDE

PROVA DE APTIDÃO PROFISSIONAL
Curso Técnico de Restauração,
Variante Restaurante – Bar
2010 – 2013



IDENTIFICAÇÃO

NOME: João Manuel Duarte Marques

CURSO: Técnico de Restauração,

Variante Restaurante – Bar

ANO: 3.ºR

N.º: 10



Região Gastronómica da Madeira

Prova de Aptidão Profissional

JOÃO MARQUES



FUNDAMENTAÇÃO DA ESCOLHA

- Curso direcionado para a área de serviços na restauração e consequentemente para a área da gastronomia;
- Os módulos desenvolvidos no curso, atingiram diversos temas na área da restauração, desde a cozinha (que me fascina) passando pelos diversos serviços de mesa e serviços volantes;
- Optei por este tema por dos pilares do turismo nacional - Região de Turismo da Madeira - a mais importante do país, na minha ótica;
- Sendo a gastronomia da Madeira bastante rica e diversificada, darei a conhecer o que de melhor aí se confeciona e consome.



DESCRIÇÃO SUMÁRIA

Irei abordar alguns dos itens que constam da gastronomia Madeirense.

Desenvolverei mais aprofundadamente a temática relacionada com algumas das receitas mais típicas deste arquipélago.



OBJETIVOS GERAIS

Com a apresentação da minha prova de aptidão profissional irei dar a conhecer ao júri a história gastronómica da Madeira.

Irei também apresentar uma bebida típica e algumas iguarias da Região da Madeira.



OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ➔ Apresentar a História gastronómica da Madeira;
- ➔ Dar a conhecer as várias gastronomias da Madeira;
- ➔ Confeccionar uma iguaria típica da Madeira.



HISTÓRIA

Cozinha madeirense: teve a sua origem no tempo da colonização da ilha;

Primeiros povoadores: começaram a semear e a criar o gado (clima era ameno e o solo produtivo);

Processos de cozinhar: rudimentares, com uma alimentação simples, elaborados com alimentos básicos que o povo produzia;

Com o avançar do tempo, a cozinha madeirense foi enriquecida, com especiarias (pimentas, cominhos, noz-moscada, cravo).



HISTÓRIA

Espetada tradicional em pau de louro, hoje prato típico, era a refeição habitual dos romeiros;

A doçaria popular, ou de tabuleiro, baseia-se nos doces de pirolitos, beijinhos, paciências, sessões, suspiros, bonecas de massa (não comestíveis) e rebuçados de funcho;

A **abundância de cereais** como o trigo, o centeio, o milho e a cevada contribuiu para o elevado consumo de pão e para a produção de doces.



HISTÓRIA

Prato tradicional, no entrudo do Advento e Quaresma, dia de Natal e Domingo de Páscoa era a galinha e no dia de Jesus ou nos Reis era o picado de carneiro com cuscuz.

Temperos usados: azeite, vinagre, cravo e canela, cominhos, pimenta, açafraão e gengibre.



HISTÓRIA

Calendário alimentar (de doçarias) em função do calendário religioso:

- ❑ Natal: bolos de mel, biscoitos, argolas e argolinhas;
- ❑ Entrudo da Quaresma: malassadas, sonhos e meladas;
- ❑ Domingo de Páscoa preparavam bolos;
- ❑ Espírito Santo cozinhavam bolos de cevada ou de trigo novo;
- ❑ Pão-por-Deus confeccionavam bolos e rosquilhas.



OUTROS TEMAS A ABORDAR:

- ➔ CALENDÁRIO DE EVENTOS
- ➔ PRATOS TÍPICOS DAS DIFERENTES REGIÕES DA MADEIRA
- ➔ BANANA DA MADEIRA
- ➔ BANANA – ANANÁS
- ➔ O BOLO DO CACO
- ➔ BOLO DE MEL
- ➔ PONCHA
- ➔ VINHO DA MADEIRA



CALENDÁRIO DE EVENTOS:

EVENTO	DATA
Natal e Fim de Ano	dezembro
Festival de Passeios a Pé	
Festival de Orientação da Madeira	
Carnaval	
A Festa da Flor	
O Festival do Atlântico	
A Volta à Madeira "Classic Rally	
O Festival de Jazz do Funchal	
Feira Gastronómica de Machico	
O Rali Vinho da Madeira	
A Festa do Vinho da Madeira	
O Festival de Colombo	



PRATOS TÍPICOS DAS DIFERENTES REGIÕES DA MADEIRA

Especialidades gastronómicas mais apreciadas:

- Bolo do caco;
- A espetada regional (em pau de louro);
- O peixe-espada preto;
- A carne de vinho e alhos;
- O bife de atum;
- O cozido madeirense;
- Lapas.





PRATOS TÍPICOS DAS DIFERENTES REGIÕES DA MADEIRA

Merecem ainda uma referência especial as deliciosas sobremesas e doces tradicionais:

- Pudim de maracujá;
 - Pudim de papaia;
 - Pudim de veludo;
 - Pudim de ovos;
 - Pudim flã;
 - Semifrios
 - ...
- Bolos tradicionais:
 - Bolo de mel
 - Bolo formigueiro
 - Bolo de laranja
 - Bolo de maçã
 - Bolo xadrez
 - Bolo de chocolate
 - Bolo de bolacha.



PRATOS TÍPICOS DAS DIFERENTES REGIÕES DA MADEIRA

	REGIÃO
Bolo caco	Calheta
Espetada de carne de vaca	Câmara de Lobos
Bife de atum com milho frito	Machico
Espetada em espeto louro	Ponta do Sol
Sopa de agrião	Ribeira Brava e Santa Cruz
Ensopado de borrego	Santana.
Caramujos	São Vicente



BANANA DA MADEIRA

- É uma das culturas de excelência da Ilha da Madeira;
- A sua exportação só ganhou relevo no início do século XX apesar da plantação da bananeira na Ilha ter origem no século XVI;
- Alimento característico da gastronomia madeirense: utiliza-se em pratos como Filetes de Espada com Banana e faz sucesso quando harmonizada com o vinho da Madeira.





BANANA ANANÁS

- Apresenta-se como uma fruta desconhecida da generalidade das pessoas e que em Portugal se pode encontrar na Ilha da Madeira (clima ameno e húmido);
- O que caracteriza: caiem pedaços da casca (quando amadurece) e é essa a altura de comer o interior, de cor branca;
- O fruto é para ser comido em 3 a 4 dias;
- Em termos nutricionais seja rica em potássio, fósforo, cálcio, vitaminas A, B1, C e E, fibras, etc.



O BOLO DO CACO

- É um pão de origem árabe confeccionado nas Ilhas da Madeira e Porto Santo;
- É um dos pães mais conhecidos do país, feito com trigo, e de forma redonda e achatada.
- Antigamente era cozido sobre um caco de telha aquecida nas brasas, o que deu origem ao seu nome.
- Formas de o cozer: numa frigideira, sobre uma chapa de ferro, no fundo de uma panela de barro entre outros.



O BOLO DO CACO (continuação)

- É feito com alho, batata-doce cozida, farinha de trigo, fermento de padeiro, sal e água;
- Deve ser comido com uma mistura de manteiga, alho esmagado e salsa picada.





O BOLO DE MEL

- Feito de mel de cana-de-açúcar;
- Tornou-se conhecido das freiras franciscanas do Convento de Santa Clara;
- O Bolo tem algumas requintadas, com destaque para o cravinho;
- Partido à mão, o bolo de mel madeirense é bem acompanhado por um fino e velho vinho Madeira.





PONCHA

- É uma bebida originária da Índia, trazida pelos ingleses, e adaptada pelos Madeirenses;
- O nome Panche foi atribuído pelos indianos à bebida;
- Ingredientes iniciais: aguardente de arroz ou de noz de coco, açúcar, chá de ervas doces, água e especiarias;
- Na Madeira esta bebida foi adaptada: aguardente de cana, sumo de limão, e cascas de limão maduro.
- A Poncha tornou-se muito popular por ser considerada um bom remédio problemas de garganta.





VINHO DA MADEIRA

- É o produto principal da economia da Região Autónoma da Madeira e um símbolo da Madeira em todo o mundo;
- É um Vinho de prestígio – na celebração da independência dos Estados Unidos, em 1776, que foi comemorada com um brinde de Vinho Madeira!
- O Vinho Madeira é reconhecido e apreciado não só como um vinho licoroso mas também utilizado muitas vezes na culinária.





ATIVIDADES EU VOU DESENVOLVER

Vou agora dar a degustar, ao júri, alguns produtos típicos da Região Autónoma da Madeira:

- Poncha
- Vinho da Madeira
- Bolo do Caco
- ...



CONCLUSÃO

- Consegui alcançar o meu objetivo inicial: desenvolver o tema com a vasta informação com que me deparei sobre a Região Gastronómica da Madeira;
- Aumentei o meu conhecimento sobre a Região da Madeira em termos de culturas praticadas, produtos típicos e Gastronomia;
- Verifiquei a existência de alguns produtos que a caracterizam e que são reconhecidos no mundo inteiro.
- Desenvolvi um trabalho bastante gratificante e enriquecedor da minha cultura sobre a Região e Gastronomia da Madeira.



AGRADECIMENTOS

Agradeço....

- ✓ à Escola Profissional e Artística da Marinha Grande, a todos colaboradores e membros da direção por me terem ajudado de forma direta ou indireta a realizar este curso;
- ✓ à minha orientadora de PAP Susana Santos, o formador Jorge Rosa, e ao formador Eduardo Carvalho, pois foram os três pontos vitais ao longo da minha caminhada escolar;



AGRADECIMENTOS

Agradeço....

- ✓ Agradeço também, à minha Orientadora Educativa, Professora Maria Fernandes, e à minha Professora de Português, na qualidade de corretora ortográfica e linguística, Professora Patrícia Rosa;
- ✓ por último quero agradecer à minha turma por nos momentos mais difíceis em que foi preciso ajuda motivadora e prática ao longo dos três anos escolares.