



UM TRATADO DA COZINHA  
PORTUGUESA DO SÉCULO XV

---

# UM TRATADO DA COZINHA PORTUGUESA DO SÉCULO XV

Colecção de receitas, algumas bastante originais, para o preparo das mais variadas iguarias

## PRATOS DE CARNE

### **PASTÉIS DE CARNE**

Tomem carneiro, alcatra, ou lombo de porco fresco, e uma fatia de toucinho de fumeiro, para dar gosto. Piquem tudo muito bem. Com cravo, açafão, pimenta, gengibre, coentro seco, caldo de limão ou de agraço, e uma colher de manteiga faz-se o refogado, ao qual se deitam a carne e o toucinho picados. Cozinha-se em fogo brando. Depois de pronto deixa-se esfriar e fazem-se os pastéis, bem recheados; pincele-os com gema de ovo e leve-os a assar em forno quente.

Do mesmo modo se fazem os pastéis de galinha.

Os pastéis ficarão mais gostosos, se recheados com carne crua.

### **TIGELADA DE PERDIZ**

Parta-se em pedaços uma perdiz mal-assada. À parte, numa caçarola, prepara-se um refogado com azeite ou manteiga, cebola picada, cravo, pimenta e açafão.

Passem-se os pedaços da perdiz na farinha de trigo e em seguida arrumem-se na panela, onde já está o refogado. Toma-se vinagre misturado com água, e deita-se essa mistura na panela, onde já está a perdiz, de modo que atinja o meio do recipiente. Sal a gosto.

Leva-se a cozinhar em fogo brando.

### **GALINHA MOURISCA**

Tome uma galinha crua e faça-a em pedaços.

Em seguida prepara-se um refogado com duas colheres de manteiga e uma pequena fatia de toucinho. Deita-se dentro a galinha e deixa-a corar. Cubra-se a galinha com água suficiente para cozê-la, pois não se há de deitar-lhe outra. Estando a galinha quase cozida, tome-se cebola verde, salsa, coentro e hortelã, pica-se tudo bem miudinho e deita-se na panela, com um pouco de caldo de limão. Acabe de cozinhar a galinha muito bem.

Tome então fatias de pão e disponha-as no fundo de uma terrina, e derrame sobre elas a galinha.

Cubra com gemas escalfadas e polvilhe com canela.

---

## **GALINHA ALBARDADA**

Assa-se uma galinha muito bem e corta-se em pedaços.

Passa então os pedaços em ovo batido e leve-os a fritar em manteiga. Tome fatias de pão passadas no ovo e frite-as em manteiga, tal qual a galinha. Passe tudo em açúcar, e arrume numa vasilha, as fatias de pão no fundo. Polvilhe com açúcar e canela.

## **PASTÉIS DE TUTANO**

Cozinham uma dúzia de ovos, de modo que fiquem bem duros. Levem o tutano ao fogo, para uma ligeira fervura. Em seguida corte tudo bem miudinho, as gemas e o tutano, e misture-os com açúcar, canela em pó e sal a gosto.

Façam a massa de farinha de trigo, com um pouco de manteiga, e abram-na bem fina. Depois de feitos os pastéis, fitem-nos na manteiga, envolvendo-os em seguida em açúcar. Polvilhe com açúcar e canela.

## **ALFITETE**

Façam uma massa fina com farinha bem peneirada, açúcar e manteiga a gosto, e duas gemas de ovos. Depois de bem sovada, estendam-na com o rolo, e fitem as panquecas em manteiga.

Cozinham muito bem a galinha com manteiga, toucinho, carneiro, e bastante tempero. Depois de bem cozida, desossem a galinha.

Em seguida empilhem as panquecas numa vasilha, entremeadas com açúcar. Derramem por cima a galinha e o caldo em que foi cozida. Por fim cubram tudo com gemas de ovos escalfados e polvilhem com açúcar e canela.

## **RECEITAS DE MORCELAS**

### ***Receita nº 1 ( Morcela de Arouca)***

Com farinha de rosca, pinhões, amêndoas em pedaços, gema de ovo, banha de porco derretida, calda de açúcar, sal, cravo-da-índia, canela em pó e algumas gotas de água-de-flor façam uma massa e encham com ela as tripas. Em seguida lancem estas na água fervente, até ficarem duras. Ao cozerem-nas, dêem-lhes uns piques com um garfo, para não estourarem.

### ***Receita nº 2***

Piquem miudinho uma arroba de carne de porco, lombo ou pernas; a seguir envolvam-na num pano bem grosso, e deixem-na pendurada dentro de um cesto, com um peso em cima, durante três horas.

Misturem 700 gramas de sal fino a 150 gramas de pimenta-do-reino; tirem a carne de seu repouso e lancem-lhe o seu tempero. Juntem tudo muito bem. Se a carne for muito magra, adicionem-lhe um pouco de carne gorda.

Encham-se as tripas, e a linguiça estará pronta.

---

### **FRANGOS PARA OS HÉCTICOS (tísicos)**

Criem separados uma dúzia de frangos, cujo único alimento consista de titela de cágado, cozida ou cevada: esse alimento deverá ser sempre fresco.

Diariamente cozinhe-se um frango em pouca água, até desmanchar. Em seguida esprema-se a carne, que saia todo o suco; coem o caldo e levem-no novamente à panela com uma colher de açúcar rosado (mascavo). Deixa-se ferver um pouco, coa-se novamente, e estará o caldo pronto.

### **RECEITA DOS TUTANOS**

Cozinhe-se, em água e sal, carne de porco bem gorda, tirando-se-lhe em seguida toda a carne magra e as peles. Corta-se então a gordura em pedacinhos, adicionando-lhe, para um arrátel (460 gramas) de gordura, dúzia e meia de gemas de ovos bem duras, em fatias, açúcar à vontade e canela em pó.

Prepara-se uma massa de pastel com farinha de trigo bem peneirada, manteiga, sal e água-de-flor. Abra-se essa massa com um rolo, e coloque-lhe seu recheio. Depois de feitos os pastéis, cortem-nos com carretilha, do feitio que se desejar. Os pastéis serão fritos na manteiga e passados depois numa calda de açúcar.

Polvilhem com açúcar e canela, e cubram com calda de açúcar e água-de-flor.

### **RECEITA DE TORTA**

Piquem bem miudinho carne de carneiro ou de porco, e levem-na a cozinhar com pouca água, um pouco de açúcar e manteiga. Quase cozida lancem-lhe alguns cravos-da-índia. Acabem de cozê-la e retirem-na do seu caldo.

À parte batam uma dúzia de ovos, claras separadas, adicionando-lhe um pouco de açúcar.

Numa frigideira com manteiga bem quente coloquem a metade dos ovos batidos; deixem-nos tomar consistência, e derramem por cima a carne cozida; logo que os ovos estiverem corados virem tudo num prato. Esquente-se, de novo, manteiga na frigideira, colocando-lhe o resto dos ovos batidos e, por cima, a fritada, tendo o cuidado de não deixar pegar no fundo.

Sirva-se polvilhada com açúcar e canela e borrifada com água-de-flor.

### **PASTÉIS DE FÍGADO DE CABRITO**

Cozinhem fígado de cabrito e ovos. Amassem tudo muito bem, dos ovos só as gemas, adicionando à mistura cravo-da-índia, canela em pó, e açúcar que adoce.

A seguir, tomem as tripas do cabrito, já bem lavadas, cortando-as em pedaços de uns quatro dedos de comprimento, mais ou menos.

Recheiem essas tripas com a mistura acima, passem-nas pela farinha de trigo e levem-nas a fritar em gordura bem quente, colocando-as a escorrer, logo após, numa peneira com papel pardo.

Por último façam uma calda em ponto alto e passem por ela os canudinhos, que em seguida são postos a secar.

Sirvam-se polvilhados com canela.

---

### **CANUDOS DE OVOS MEXIDOS**

Misturem as gemas de ovos e deem-nas a cozer em calda rala, sem mexer, para que não se quebrem. Façam uma massa, bem sovada, de farinha de trigo, manteiga, água-de-flor e uma pitada de açafão.

Em seguida abram-no com um rolo, como para pastel, façam os canudos e frite-nos.

Recheiem então os canudos com o doce de ovos já pronto, e passem-nos pela calda de açúcar.

Polvilhem com açúcar e canela.

### **LAMPREIA**

Limpem a lampreia em água quente, tirando-lhe as vísceras e dando-lhe golpes na carne.

Coloquem-na enrolada, numa tigela, e temperem-na com azeite, coentro, salsa, cebola ralada e sal.

Deixem-na em repouso por algum tempo, levando-a em seguida ao fogo.

Depois de bem refogada, deem-lhe um pouco d'água com vinagre, cravo, pimenta, açafão e gengibre.

Cozinhem em fogo lento.

### **PICADINHO DE CARNE DE VACA**

Lavem carne de vaca bem macia, e piquem-na bem miudinha. A seguir adicionem-lhe cravo, açafão, pimenta, gengibre, cheiro-verde bem cortadinho, cebola batida, vinagre e sal. Refoguem tudo no azeite, e deixem cozinhar até secar a água.

Sirvam sobre fatias de pão.

### **GALINHA DESFIADA**

Limpem uma galinha, e cortem-na em picadinhos. Em seguida levem-na a cozer com toucinho picado, cheiro-verde, e água à vontade. Ao levantar fervura deem-lhe vinagre e sal. Depois de cozida, que fique com pouco caldo, tirem-lhe todos os ossos, e desfiem-na.

Levem a panela novamente ao fogo, adicionando-lhe farinha de rosca. Deixem ferver tudo até engrossar; quebrem dentro 4 gemas e 2 claras; continua-se mexendo; ajuntem então um pouco de cominho, pimenta-do-reino, açafão, cravo-da-índia e uma colher de banha de porco ou gordura de boi.

Sirva-se com canela por cima.

### **PASTÉIS DE POMBINHOS**

Tomem os pombinhos já limpos e dêem-lhes uns cortes na carne, colocando dentro fatias de toucinho. Temperem-nos a gosto, levando-os ao fogo, a cozer.

Façam a massa de pastelão e coloquem dentro os pombinhos, com caldo de vaca, de carneiro ou de galinha, e um pouco de agraço ou caldo de limão. Cubram tudo com a mesma massa do pastelão, e levem ao forno brando.

---

### **PASTÉIS LEPALDADOS**

Façam uma massa de farinha de trigo, água e sal, na consistência da massa de pão. Depois de bem sovada, abram-na em folhas redondas, e bem finas, mais ou menos de dois palmos de diâmetro, sem deixar que se quebrem.

Tomem então manteiga derretida e untem a folha de massa de um só lado, enrolando-a bem apertada. E assim se procede com toda a massa.

Em seguida cortem essa massa enrolada, em fatias de dois dedos de grossura, deitando-as num tabuleiro.

Façam então um buraco com os dedos, no meio de cada um desses enrolados de massa, recheando-os com carne picadinha, muito bem temperada, e não muito seca. Cubram com outro enrolado de massa, achatado no meio, e levem ao forno, o suficiente para assar.

### **GALINHA ALARDADA**

Limpe e tempere uma galinha. Em seguida, com auxílio de linha e agulha, envolva-se toda a galinha em fatias de toucinho de fumeiro, bem fininhas.

Leva-se ao forno brando.

### **GALINHA COZIDA E ENSOPADA**

Levem a cozer uma galinha temperada com sal, salsa, coentro, hortelã, cebola e um pouco de vinagre.

Assim que estiver cozida, retirem-na do seu caldo, o qual é coado e posto a ferver em outra panela. Nesse caldo ponham meia dúzia de ovos batidos, gemas e claras, ao qual se misturam ainda 4 gemas cozidas.

Batam tudo muito bem, para que adquira uma certa liga.

Ponham a galinha numa travessa funda, sobre fatias de pão, e derramem por cima o caldo de ovos.

Coloquem ovos cozidos em volta, e polvilhem com canela.

### **COELHO**

Assa-se um coelho temperado só com sal, e em seguida cortem-no em pequenos pedaços.

Faz-se então um refogado com manteiga, cebola batida, vinagre, cravo-da-índia, açafraão, pimenta-do-reino e gengibre.

Ponham em seguida os pedaços do coelho dentro do refogado, e deixem levantar a fervura.

Sirva-se sobre fatias de pão.

---

### **OUTRA RECEITA DE GALINHA MOURISCA**

Façam em pedaços uma galinha bem gorda, e levem-na ao fogo brando, com duas colheres de sopa de gordura, algumas fatias de toucinho, bastante coentro, um punhadinho de salsa, umas folhinhas de hortelã, sal e uma cebola bem grande.

Abafem-na e deixem-na dourar, mexendo-a de vez em quando.

Em seguida cubram essa galinha com água, e assim que levantar fervura acabem de temperá-la com sal, vinagre, cravo-da-índia, açafão, pimenta-do-reino e gengibre. Logo que a galinha esteja cozida, derramem dentro 4 gemas batidas.

Tomem uma travessa funda, forrada com fatias de pão e derramem por cima a galinha.

### **MODO DE PREPARAR O LÁPARO** (filhote macho de coelho)

Tomem um láparo mal-assado e partam-no em pedaços. À parte, numa tigela, batam alguns ovos, claras e gemas tudo junto, e deem-lhes açúcar que adoce.

Ponham a carne numa travessa, derramando em cima os ovos batidos.

Do mesmo modo se prepara a galinha esbarada, só que esta é servida sobre fatias de pão passadas no açúcar, tudo coberto com açúcar e canela, e borrifado com água-de-flor, no momento de ir à mesa.

### **ALMÔNDEGAS**

Tomem carne de porco ou de carneiro muito gordo, sem ossos, e piquem-na bem miudinha, temperando-a com sal, cravo, açafão e gengibre. Façam as bolas de carne, recheiem-nas com uma gema cozida, passando-as em seguida pela farinha de trigo.

Numa panela com manteiga bem quente ou, se preferirem, manteiga e caldo gordo de carneiro, lancem um amarrado de cheiro-verde, e coloquem ali as almôndegas. Tampem a panela e tenham o cuidado de mexer as almôndegas de vez em quando, evitando que se partam.

Sirvam com bastante molho. Se este for pouco, ajuntem às almôndegas o caldo de outras panelas.

### **TIGELADA DE COELHO**

Temperem um coelho a gosto e levem-no a cozer com pedaços de toucinho. Quando estiver bem macio, tirem-no fora, piquem-no e partam o toucinho em talhadas bem finas. Arrumem tudo dentro de uma tigela de barro, entremeando o coelho com o toucinho. Ajuntem cravo-da-índia e uma pitada de açafão, e cubram com salsa, coentro, hortelã e cebola, tudo bem batidinho. Então derramem dentro o caldo em que o coelho foi cozido e levem a tigela ao fogo.

Assim que levantar fervura tirem a tigela do fogo, derramem em cima meia dúzia de ovos batidos, claras e gemas tudo junto, e levem ao forno para corar.

---

**TIGELADA DE PERDIZ** (outra receita)

Cozinha-se uma perdiz com uma posta de toucinho, sal e cheiro-verde, tendo o cuidado de não lhe pôr vinagre.

Em seguida cortem-na em pedaços, como para ir à mesa.

Faz-se uma calda, não muito grossa, com 450 gramas de açúcar e algumas gotas de água-de-flor. Nessa calda lançam-se fatias de pão duro bem finas, tirando-se a vasilha do fogo, assim que levantar fervura, e voltando com ela ao fogo logo após, até que a calda esteja bem grossa.

Batam uma dúzia de ovos, claras separadas, ajuntando-lhe açúcar que adoce. Nesses ovos misturam-se os pedaços de perdiz.

Forrem uma terrina com as fatias de pão que estiverem na calda, derramando sobre elas a perdiz com os ovos doces.

---

## **PRATOS COM OVOS**

### **OVOS MEXIDOS**

Faz-se uma calda rala, com um pouco de água-de-flor, levando-se o tacho ao fogo, para que ferva lentamente.

Em seguida colocam-se nessa calda fatias de pão dormido, e assim que estiverem cozidas, retirem-nas e deitem-nas numa travessa.

Batam uma dúzia de ovos, e derramem-na na calda.

Assim que levantar fervura, comecem a mexer tudo lentamente, sempre para o mesmo lado, a fim de que os ovos não se desfaçam.

Depois de cozidos retirem os ovos com uma escumadeira, colocando-os sobre as fatias de pão.

Sirvam polvilhados com açúcar e canela.

### **CANUDOS**

Façam uma massa como de pastel, que leve um pouco de açúcar e uma colher de manteiga. Depois de muito bem sovada estendam-na com um rolo, sobre a mesa. Façam os canudos do tamanho que desejarem, e fitem-nos ligeiramente na manteiga; recheiem-nos então com o mesmo doce de ovos da receita precedente, passando-os depois por uma calda grossa. Deixem-nos secar numa peneira, e a seguir envolvam-nos em açúcar e canela.

### **OVOS DE LAÇOS**

Batam muito bem dez gemas, duas claras e duas colheres de farinha de trigo.

Peguem uma caçarola pequena e não muito rasa, e levem-na ao fogo, com manteiga que dê até o meio.

Quando a manteiga estiver bem quente, ponham a massa num saco de confeitar, com um bico bem fino, e espremam-na na manteiga fervente, dando-lhe a forma de laços.

Assim que a massa estiver dourada, retirem-na da panela e ponham-na a escorrer numa peneira. Sirvam polvilhados com açúcar e canela.

### **PASTÉIS DE MARMELOS**

Façam uma massa de pastel bem sovada, e deixem-na descansar.

Tomem marmelos, descasquem-nos e façam-nos em quartos.

Cozinhem alguns ovos, até ficarem bem duros, tomem-lhes só as gemas e partam-nas ao meio.

Passem uma fervura em alguns tutanos de vaca, e cortem-nos em fatias bem finas.

Abram então a massa, bem delgada, e vão-se fazendo os pastéis, colocando-se como recheio, em camadas, açúcar com canela, um quarto de marmelo, meia gema cozida e um pouco de tutano, terminando por uma camada de açúcar e canela, um pouquinho de manteiga e uma pitada de sal.

Leva-se ao forno regular: quando os pastéis estiverem meio assados, passa-se um pouco de manteiga sobre eles, borrifando-os em seguida com água-de-flor ou água-de-rosas. Não deixem tostar muito.

---

## **MANJARES DE LEITE**

### **MANJAR BRANCO**

Cozinha-se demoradamente um peito de galinha em água pura, de tal modo que se possa desfiar com facilidade. Em seguida coloque esse peito desfiado numa vasilha com água fria.

Tomem-se 450 gramas de arroz bem lavado e seco com um pano, pisem-no muito bem, e coem-no numa peneira bem fina.

Num tacho deita-se 1,4 litro de leite, adoçando-o com 200 gramas de açúcar.

A esse leite ajuntam-se então o peito da galinha, um pouco socado, a farinha de arroz e sal a gosto.

Leva-se tudo ao fogo brando, mexendo sem parar. Quando o creme estiver quase cozido, é bom prová-lo, para ver se necessita de mais açúcar.

Depois de pronto tira-se o tacho do fogo, continuando-se a bater o creme por mais alguns minutos.

Sirva-se em tigelinhas, com açúcar por cima.

### **PASTÉIS DE LEITE**

Leve-se ao fogo, a ferver, um tacho com 230 gramas de água.

Assim que levantar fervura deitem-se nessa água 230 gramas de leite e 230 de açúcar. Em seguida bate-se uma dúzia de ovos, claras e gemas separadas, adicionando-lhe um pouquinho de farinha de trigo, só para dar liga. Dissolva-se essa mistura num pouco de leite, de modo que fique uma pasta.

Derrame-se então tudo naquela calda, que deve estar fervendo.

Tira-se do fogo logo que cozinhe.

Faz-se uma massa para pastel, que leve açúcar, duas gemas e um pouco de manteiga. Depois de bem sovada fazem-se os pastéis em formas apropriadas e levam-se ao forno, que fiquem não muito assados. Retiram-se logo as formas de dentro dos pastéis, recheando-se estes com o doce de ovos. Em seguida os pastéis são besuntados de manteiga, indo novamente ao forno, para acabar de assar.

Esta receita dá para 6 pastelões.

### **LEITE COZIDO**

É a mesma receita do recheio precedente, só que não leva açúcar; e além disso acrescenta-se um pouco mais de farinha, para que fique mais grosso.

### **TIGELADA DE LEITE**

Batam muito bem quatro ovos com cinco colheres de açúcar, cinco de farinha de trigo, e uma pitada de sal. Em seguida untem umas forminhas de barro com bastante manteiga, e coloquem nelas o creme, levando ao forno para assar, com um pouquinho de manteiga por cima.

---

### **BEILHÓS DE ARROZ**

Cozinhem um pouco de arroz com leite, açúcar e uma pitada de sal, e ponham-no a esfriar.

Batam dois ovos separadamente, adicionem-lhes uma colher de farinha de trigo, misturando-os então ao arroz já frio.

Levem ao fogo uma frigideira com manteiga e, quando esta estiver bem quente, deem-lhe a massa às colheradas.

Se os bocados se espalharem muito pela frigideira, enrolem-nos depois na farinha de trigo. Numa panela que já está no fogo, com calda bem grossa, vão-se deitando os bolinhos, que depois são postos a escorrer, numa peneira.

Servem-se polvilhados com açúcar e canela.

Da mesma maneira se fazem os beilhós de manjar branco, só que este deverá ser mais cozido, usando-se farinha de arroz, em lugar de farinha de trigo.

### **TIGELADAS DE LEITE À DONA ISABEL DE VILHENA**

Batam junto trinta ovos. Em seguida, numa parte desses ovos batidos desfaçam doze colheres de farinha de trigo, ajuntando a essa massa o restante dos ovos, batendo tudo muito bem.

Tomem então 12 tigelas e ponham nelas essa massa de farinha e ovos, acabando-as de encher com leite cozido.

Levem tudo novamente a um alguidar, adicionando 450 gramas de açúcar e uma pitada de sal. Batam muito bem essa mistura.

Em seguida untem, com bastante manteiga derretida, as tigelinhas de barro, e encham-nas com a massa já preparada, levando-as logo após a assar.

Se diminuírem ao cozer, pode-se tornar a enchê-las.

Para saber se a massa está cozida, espeta-se-lhe um palito.

### **ALMOJÁVENAS DE DONA ISABEL DE VILHENA**

Tomem 3 partes de queijo, não muito fresco, e amassem-nas muito bem, misturando-lhes em seguida uma parte de farinha de trigo e três ovos inteiros; se o queijo for muito mole, misturem a ele as três gemas e apenas uma clara. Mexam e amassem tudo junto, de modo a formar uma pasta homogênea.

Façam então uma massa de pastel com farinha bem fina, um pouco de açúcar, manteiga e algumas gotas de água-de-flor. Depois de bem sovada, deixem esta massa descansar um pouco, abrindo-a depois com um rolo, em folhas bem delgadas.

Cortem a massa com uma carretilha, dando-lhe feitio arredondado. Com os dedos levantem as pontas da massa, que fique como uma pequena torta.

Em seguida arrumem o recheio de queijo nessas tortinhas, que são levadas a fritar em fogo brando, e em bastante manteiga, ou banha bem quente. Tenham o cuidado de não deixar cair a manteiga ou banha dentro do recheio.

Assim que estiverem douradas tirem as almojávemas do fogo. Finalmente façam uma calda em ponto não muito alto e, sem deixar que esta ferva, passem por ela as tortinhas.

Deixem-nas escorrer numa peneira e sirvam-nas polvilhadas com açúcar.

---

## **RECEITAS DE CONSERVAS**

### **COMPOTA DE DIACIDRÃO**

Escolham algumas cidras bonitas e perfeitas, que já estejam maduras, e partam-nas em quatro ou oito pedaços, deitando-os imediatamente numa vasilha com água fria.

Num tacho ao fogo tenham uma calda bem rala, na qual se arrumam os pedaços de cidra bem apertados, de maneira a ficarem cobertos pela calda. Cubram tudo com um pano ou uma tampa qualquer, e deixem cozer, até que passe pela cidra, com facilidade, um alfinete grosso. Se a calda minguar, acabem de encher o tacho com outra fervendo, e, se ficar escura, passem a cidra para outra calda, também fervente. Depois de bem cozida, tirem a cidra da calda, colocando-a num recipiente com água fria.

Repitam essa operação durante quatro dias, três vezes ao dia, isto é, de manhã, de tarde e à noite.

No fim desses quatro dias arrumem os pedaços de cidra num tacho, encham-no com água fervendo, cubram-no com um pano e deixem a cidra de infusão.

Façam uma outra calda rala, e depois de escorrer a cidra de sua água, deitem-na naquela calda, que deverá estar fervendo.

Por quinze dias ande a cidra nessa calda, que deverá levar uma fervura cada dia, e cada vez mais forte. No fim desse tempo a compota estará pronta.

Se desejarem-na mais bonita, tirem-na então dessa calda e deitem-na em outra, que levará algumas gotas de água-de-flor e de almíscar.

Levem tudo novamente ao fogo, até que a calda fique espelhada.

É necessário trazer a fruta bem coberta de calda, para não azedar. Para evitar que tal aconteça, dêem uma fervura na compota, à menor suspeita de deterioração.

Se desejarem terminar a compota em oito dias, basta fervê-la duas vezes ao dia. Com qualquer outra fruta usem do mesmo processo. Desejando-se fervê-la de dois em dois dias, deve-se clarificar a calda com clara de ovo, coá-la e derramá-la fervente sobre a fruta.

O aparecimento de umas manchas brancas mostra que a fruta começa a azedar. Neste caso retirem a fruta, levando só a calda para ferver, clarificando-a novamente com clara de ovo. Depois de clarificada derramem de novo a calda sobre a fruta. Essa calda terá sempre o ponto espelhado, e deverá cobrir totalmente a fruta.

### **CASQUINHAS**

Tomem cidras verdes, partam-nas em quatro ou oito partes e tirem-lhe todo o miolo, que fiquem bem fininhas, colocando-as em seguida numa vasilha com água fria. A seguir dêem uma pequena fervura nas cidras, com um pouco de sal na água, voltando-as em seguida para água fria. Deixem as cascas de infusão durante três dias, trocando-lhes a água duas vezes ao dia.

No fim desse tempo levem as cidras a cozer, até que possam ser perfuradas facilmente com um alfinete. Façam uma calda e coloquem dentro as fatias de cidra, de maneira que estas fiquem bem cobertas.

Durante nove dias permanecem as fatias nessa calda, e cada dia levam uma fervura. No último, acrescentem algumas gotas de água-de-flor à calda, levando a compota mais uma vez ao fogo, para uma última fervura.

---

### **COMPOTA DE PÊSSEGO**

Escolham pêssegos de vez, e os mais duros que se acharem, levando-os ao fogo, em pequenas quantidades, dentro de um tacho com água bem quente, e um pouco de cinza peneirada. Assim que levantar fervura tirem os pêssegos, colocando-os em seguida numa vasilha com água fria. Os que não perderem o pêlo voltam ao fogo para mais uma fervura na água com cinza, indo logo depois para a água fria.

Os pêssegos devem ser passados ligeiramente pela água fervente, a fim de evitar que se cozam. Em seguida passem-nos por água fria umas quatro ou cinco vezes, deixando-os descansar um pouco em cada uma delas. Na última dêem-lhes outra fervura, voltando a fruta para outra água fria, que será trocada duas horas depois.

Os pêssegos ficarão em água fria durante dois dias, e essa água será trocada cinco vezes ao dia. E a última levará sempre uma fervura, com os pêssegos dentro.

Façam então uma calda em ponto de fio, furem os pêssegos ao comprido, ponham-nos a seguir dentro da calda, e deixem-nos a cozinhar até o ponto desejado. Depois que a compota estiver pronta, acrescentem-lhe algumas gotas de água-de-flor.

Ponham tudo dentro do tacho, e durante uns três ou quatro dias dêem uma ligeira fervura na calda, que será derramada nos pêssegos, quando estiver morna.

### **DOCE DE LIMÃO**

Separem alguns limões de casca bem grossa, dêem-lhes um pique numa das pontas e levem-nos a cozer em água com um pouco de cinza.

Para saber se estão cozidos, espetem-lhes um alfinete.

Coloquem os limões em água fria, limpando-os por dentro ligeiramente, sem abri-los de todo, e jogando-os depois em outra água limpa. Deixem os limões durante três dias em infusão, trocando a água três vezes ao dia. Cada dia dêem-lhes uma fervura, voltando-os sempre para a água fria. No fim desses três dias acabem de limpar os limões, e levem-nos ao fogo para cozerem muito bem, a fim de não encruarem.

Por fim façam uma calda e deem-na fervente sobre os limões, em quantidade bastante para cobri-los. Deixem a fruta nessa calda durante quinze dias, e diariamente dêem uma fervura só na calda. Se esta engrossar muito, antes dos quinze dias, levem-na a ferver com os limões e ajuntem-lhe um pouco de água-de-flor.

### **COMPOTA DE PÊRAS OU CODORNOS**

Separem algumas pêras ou codornos bem bonitos, que não estejam maduros de todo e sem manchas ou ferrugem, e dêem-lhes uns cortes oitavados. À medida que as frutas forem recebendo esses cortes, vão sendo lançadas em água fria.

Num tacho ao fogo tenham água fervente, na qual se lançarão as frutas para cozer, tendo antes o cuidado de atravessá-las com um estilete, de ponta a ponta, umas três vezes. Para saber se as frutas estão cozidas, experimentem atravessá-las com um alfinete.

Se por acaso a água da cozedura ficar vermelha, tirem as frutas, e coloquem-nas noutra tacho com água fervente, até acabarem de cozer.

Em seguida escorram toda a água e deem as pêras ou codornos numa calda rala, que já estará fervendo. Deixem ferver tudo bastante tempo, tirem do fogo e ponham a esfriar. Durante quinze dias ferveram essa calda separadamente, derramando-a fervente sobre as frutas. É bom, de dois em dois dias, clarificar essa calda.

No décimo quinto dia deem na calda algumas gotas de água-de-flor e de almíscar.

A compota ficará mais bonita se trocarem a calda em que foi feita por uma nova.

---

## **PERINHAS DORMIDEIRAS**

Tomem umas cinco ou seis dúzias de pêras, não muito maduras nem muito verdes, e dêem-lhes uns cortes oitavados, lançando-as imediatamente numa vasilha com água fria.

Em seguida ponham água a ferver num tacho, e deitem ali as pêras para cozer, perfurando-as antes ao comprido, duas vezes.

Para saber se estão cozidas, espetem-nas com um alfinete. Se caírem, estão boas.

Tirem então as pêras da água, e coloquem-nas em uma peneira, abafando-as com panos de cozinha. A seguir façam uma calda em ponto regular, e lancem-na morna sobre as pêras, que já estarão arrumadas num tacho; a calda deve cobrir as pêras, e o tacho há de ficar bem abafado.

Durante oito dias seguidos dêem uma fervura na calda, cada dia mais forte, e derramem-na morna sobre as pêras que ficaram no tacho. Usem desse processo por mais sete dias, dia sim, dia não. Se no fim desse tempo a compota não estiver no ponto desejado, continuem fervendo a calda e derramando-a morna sobre as pêras, por mais dois dias.

Finalmente levem tudo junto ao fogo, pêras e calda, acrescentem um pouco de água-de-flor, e deixem ferver regularmente por uma meia hora. Separem novamente as pêras de sua calda, a qual, após ser coada, voltará novamente para junto das frutas.

Enquanto se fizer a compota, a calda será coada diariamente, antes de se juntar às frutas. E será conveniente clarificar essa calda de dois em dois dias.

Se durante o fabrico da compota aparecerem nódoas brancas na calda, levem tudo ao fogo, para uma fervura.

Para que as frutas fiquem mais bonitas, cada dia adiciona-se-lhes uma calda nova.

## **DOCE DE ABÓBORA**

Arranjem uma abóbora bem dura, e cortem-na em pedaços, do tamanho e feitio que desejarem, descansando-os e limpando muito bem por dentro. Em seguida encham um alguidar com água fria, e derramem dentro uma mão cheia de sal.

Antes de mexer o sal que está no fundo, joguem na água um ovo. Quando este vier à tona, que aparecer dele só um pedacinho do tamanho de uma moeda de dez centavos, dissolvam o sal com uma colher de pau.

Coem essa salmoura e arrumem-na numa vasilha, com os pedaços da abóbora. Depois de vinte e quatro horas de infusão, tirem os pedaços da abóbora e coloquem-nos imediatamente em água fria, onde permanecerão três dias, com água trocada de cinco a seis vezes ao dia.

Depois desse período de infusão na água fria, provem a abóbora. Se ela ainda estiver com gosto de sal, tornem a deitá-la na água por mais três dias, mudem-lhe a água como da vez anterior, dêem-lhe uma fervura cada dia, e voltem a abóbora novamente para a água fria. No terceiro dia acabem de cozê-la completamente, até que passe um alfinete através dos pedaços. Tirem a abóbora da água e deixem-na escorrer muito bem. A seguir arrumem as fatias numa vasilha funda, cobrindo-as com uma calda, mais para rala.

Durante quinze dias ficarão os pedaços de abóbora na calda, mas cada dia levar-se-á só a calda ao fogo para ferver, ficando a abóbora, durante esse tempo, abafada numa vasilha com água quente. Na hora de receber a calda escorram muito bem as fatias de abóbora da água quente em que estiveram abafadas.

Durante o tempo em que se prepara esse doce deve-se clarificar a calda com clara de ovo, de dois em dois dias, e coá-la diariamente, antes de ajuntá-la à compota.

Passados quinze dias o doce estará pronto. E ficará mais bonito, se lhe puserem uma calda nova, no último dia.

---

### **TALOS DE ALFACE**

Escolham talos de alface bem compridos e duros, e limpem-nos cuidadosamente, tirando-lhes todas as fibras. Depois de todos bem limpos, tomem os mais grossos e deitem-nos numa vasilha com água fria.

Ponham no fogo um tacho com água, e quando esta ferver, lancem dentro os talos, deixando-os cozer, até que sejam atravessados facilmente com um alfinete. Em seguida escorram os talos da água em que foram cozidos, coloquem-nos num tacho e deitem sobre eles uma calda fervente.

Durante quinze dias fervam essa calda separadamente, e derramem-na, ainda fervendo, sobre os talos. No fim desse tempo a compota estará pronta.

### **DIACIDRÃO CRISTALIZADO**

Escolham cidras bem bonitas e perfeitas, partam-nas em 4 partes, e dêem alguns cortes oitavados nas fatias. Em seguida passem a fruta por duas águas bem quentes, enxuguem-na com um pano e ponham-na numa peneira, a secar ao sol.

Façam uma calda, não muito grossa, e, quando esta estiver fervendo, deitem nela as fatias de cidra. Deixem o tacho em fogo brando, até que a calda atinja o ponto de bala. Aí, tirem o tacho do fogo, ponham de lado os pedaços da cidra, e batam a calda, até engrossar um pouco. Voltem a cidra para essa calda grossa, e tirem-na rapidamente, deixando-a esfriar fora da calda. Se a fruta pegar na mão, depois de fria, deverá voltar novamente ao fogo, até engrossar o ponto da calda.

Depois de prontas, coloquem as fatias a escorrer numa peneira, deixando-as secar fora do sol e do vento.

### **DOCE DE FLOR DE LARANJEIRA**

Separem flores de laranjeira, bem novas e sadias, e ponham-nas de infusão em água fria, durante vinte e quatro horas.

A seguir escorram-lhes toda a água, e ponham as flores num alguidar, de modo que fiquem bem apertadas, e machuquem-nas lentamente. Tirem as flores do alguidar e coloquem-nas em outra vasilha com água fria. Logo que vierem à tona, ponham-nas de novo no alguidar e tornem a machucá-las de leve. Retirem então as flores do alguidar, levando-as para um tacho com água morna, onde ficarão abafadas com um pano. Depois de algum tempo escorram essa água, passem as flores por água fria, e cubram-nas novamente com outra morna. Continuem trocando a água, até que as flores percam totalmente sua acidez. A seguir coloquem as flores numa peneira e deixem-nas secar e esfriar, sempre cobertas com um pano. Façam uma calda de açúcar e acrescentem-lhe uma quantidade de mel de abelha igual a essa calda. Deixem ferver muito bem essa mistura, até que adquira o ponto de mel. Num outro tacho, coloquem seis medidas de calda e três de flor de laranjeira, levando o tacho ao fogo brando e mexendo sempre para o mesmo lado, bem devagar, para que as flores não se desfaçam. Ao mesmo tempo, com uma colher, vão derramando sobre elas um pouco de calda. Durante o cozimento tirem o tacho do fogo umas duas ou três vezes, repondo-o assim que a calda for ficando morna.

Para saber se as flores estão cozidas, provem-nas nos dentes. Se não rangerem, estarão boas. Se as flores ficarem muito secas, derramem-lhes mais um pouco de calda de mel e açúcar, antes de cozerem completamente. E, se depois de cozidas, estiverem com muita calda, retirem-lhes um pouco desta. Tudo pronto, deitem o doce numa terrina de louça, e deixem-no esfriar, guardando-o depois em um lugar fresco.

---

## **MARMELADA DE DONA XIMENES**

Façam uma calda com dois quilos de açúcar. Em seguida pesem dois quilos de marmelo, já descascados e limpos, e ponham-nos na calda, que já estará no fogo. Quando as frutas estiverem cozidas, tirem-nas da calda, amassem-nas, passando-as depois por uma peneira fina.

Enquanto isso a calda ficará no fogo, até atingir o ponto de bala. Então, tirem a calda do fogo e adicionem-lhe o marmelo, mexendo tudo durante bastante tempo. A seguir, voltem com o tacho para o fogo brando, continuando a mexer o doce numa só direção, e não em movimentos circulares para não açucarar. Logo que a massa largar do tacho, estará cozida. E, para verificarem melhor se a marmelada está no ponto, tomem um bocado numa colher: se criar uma ligeira crosta por cima, de modo que o dedo não se suje ao tocá-la, estará boa.

Se, durante o tempo em que cozerem os marmelos, a calda ficar vermelha, troquem-na por outra. E se desejarem a marmelada vermelha, levem o tacho ao fogo forte.

## **BOCADOS**

Fazem-se os bocados com a mesma marmelada branca da receita anterior, só que menos cozida que aquela.

Depois de pronta, coloca-se a marmelada numa terrina, e no dia seguinte fazem-se os bocados. E, tanto na receita anterior, como nesta, podem-se acrescentar uns 50 gramas de água-de-flor ou almiscarada.

## **PARA CLARIFICAR AÇÚCAR**

Ponham água num tacho, não em grande quantidade, e lancem dentro clara de ovo em ponto de neve. Em seguida deem o açúcar no tacho, e levem tudo ao fogo, para ferver, sem mexer.

Quando a clara absorver toda a impureza, tirem o tacho do fogo, retirem a clara com uma escumadeira e coem a calda. Depois levem de novo o tacho ao fogo, até a calda atingir o ponto de açúcar.

Se não ficar completamente limpo, levem novamente o açúcar ao fogo, com um pouco d'água e outra clara em ponto de neve. O açúcar estará clarificado quando a espuma sair bem alva.

Para este processo não há quantidade certa de água. Naturalmente a calda deverá ser grossa, para atingir o ponto de açucarar mais rápido.

Mas para 450 gramas de açúcar usam-se duas claras em ponto de neve.

## **MARMELADA DE DONA JOANA**

Para dois quilos de marmelo, usem 2 ½ quilos de açúcar.

Cozinhem os marmelos inteiros, só na água, abafando-os bem. A seguir descasquem-nos, cortem-nos em pedaços, passando-os então por uma peneira fina.

Pode-se também descascar os marmelos antes de levá-los ao fogo e, nesse caso, serão cozidos com um pouco de açúcar e passados depois pela peneira. Façam uma calda em ponto de espelho, adicionem-lhe um pouco de água-de-flor, deem dentro os marmelos passados pela peneira e misturem tudo muito bem, fora do fogo. Levem novamente o tacho ao fogo, e mexam a marmelada, até que se desapegue do fundo.

---

## **COMPOTA DE MARMELO**

Escolham alguns marmelos alongados, do tipo pêra, bem compridos e lisos, podendo, inclusive, ser marmelos silvestres. Descasquem-nos, partam-nos em quartos, dando-lhes a seguir uns cortes oitavados.

Tenham um tacho ao fogo com água fervente, e ponham ali os marmelos, para uma fervura muito rápida. Depois tirem os marmelos dessa água, e coloquem-nos em outra vasilha com água fria.

Em água fria ficarão dois dias, trocando-lhes a água três vezes ao dia, e cada dia dando-lhes uma ligeira fervura.

A última fervura deverá cozer os marmelos completamente, até que sejam atravessados com um alfinete, com facilidade. Tirem os pedaços dessa última fervura, coloquem-nos numa vasilha funda e cubram-nos com água quente. Depois escorram muito bem essa água e coloquem sobre a fruta uma calda morna, em ponto de fio. Durante quinze dias levem só a calda ao fogo, para uma ligeira fervura, derramando-a sempre morna sobre os marmelos. No derradeiro dia levem tudo junto ao fogo, deixem ferver brandamente, tirem o tacho do fogo e deem na compota um pouco de água-de-flor.

## **PERADA**

Cozinhem com casca 1 ½ quilo de pêras, passando-as depois por uma peneira. A seguir façam uma calda em ponto de fio (com um quilo de açúcar), misturem a massa à calda e deixem tomar o ponto. Se quiserem o doce em ponto de compoteira, deixem-no cozer um pouco menos, devendo tirá-lo do fogo um pouco mais mole.

Essa mesma receita pode ser feita com partes iguais de marmelos e pêras.

## **ALFÉLOAS**

Façam uma calda com um quilo de açúcar e adicionem-lhe algumas gotas de água-de-flor. Deixem o tacho no fogo, até que a calda atinja o ponto de bala. Para conhecer esse ponto tomem um bastãozinho e introduzam-no na água fria, depois na calda, e novamente na água fria. Se o açúcar se desgarrar do bastãozinho, mantendo sua forma cilíndrica, e cristalizar-se, o ponto já estará bom. Se se tornar difícil essa prova, ponham um pouco de calda na água fria, façam com ela uma bolinha e provem-na com os dentes. Se não agarrar, o ponto está bom.

Tenham uma pedra-mármore untada com óleo de flor ou de amêndoas, e derramem a calda rapidamente ali, para não açucarar, e, muito depressa, dêem-lhe umas três ou quatro voltas com uma espátula ou colher de pau. Em seguida, com as duas mãos, estiquem o açúcar o mais possível sobre o mármore, fazendo com ele o movimento de abrir e fechar os braços, bem depressa.

Depois de bem esticado, corram a mão pelo açúcar, numa só direção e torçam-no um pouco dando-lhe forma de espiral. É indispensável fazer tudo isso fora de corrente de ar, para que o açúcar não se cristalize antes da operação terminada.

Finalmente, estendam um pano úmido sobre uma mesa, e deem sobre ele a trança de açúcar. Assim que endurecer, cortem-na em pedacinhos.

---

## **FARTES** (farto, fartalejo farte, fártel, fartém)

Tomem 7 litros de farinha de trigo e dividam-no em 2 partes iguais. Façam uma presa em cada uma das partes, deitando numa, 1 lata de litro de azeite, e na outra, água quente. Amassem as duas partes separadas, de maneira que as massas fiquem muito bem sovadas, e no ponto de enrolar.

A seguir, com cada uma das massas façam biscoitos do tamanho que desejarem, e levem ao fogo para assar, que não fiquem muito corados.

Depois moam os biscoitos, passando tudo por uma peneira bem fina.

Então, com 7 litros de farinha de trigo, 7 de farinha dos biscoitos e 7 de mel, façam a massa, que servirá para envolver os fartes.

Levem 7 litros de mel ao fogo, e assim que levantar fervura ponham no tacho 15 gramas de pimenta-do-reino. Deixem ferver um pouco mais, e comecem a pôr no mel fervente bocados da farinha dos biscoitos, alternados com 450 gramas de erva-doce, também lançada aos bocados. Continuem a pôr a farinha dos biscoitos, até formar uma pasta em ponto de enrolar. Depois de a massa cozida, joguem no tacho 15 gramas de cravo-da-índia e quinze gramas de gengibre, previamente torrados e peneirados, misturando tudo muito bem. A massa estará cozida quando se desapegar das mãos com facilidade.

Então, depois de tirada do fogo, é ela colocada num recipiente, onde ficará bem abafada, até ir esfriando. A seguir tomem a massa feita para envolver os fartes, abram-na, e coloquem dentro o recheio e enrolem-na bem, dando-lhe a forma de pastéis, que são levados ao forno a cozer, de maneira que não se tostem.

Os fartes feitos com açúcar levarão metade deste e metade de mel, além de amêndoas ou pinhões, na quantidade desejada.

Se usarem amêndoas, coloquem-nas no tacho antes de a massa estar cozida; se usarem pinhões, estes serão postos no recheio na hora de se fazerem os fartes, para cada farte dois pinhões crus.

Deve-se notar ainda que a massa do recheio feita com uma parte de açúcar não será tão cozida como a feita só com mel, pois o mel derrama-se com facilidade e o açúcar endurece. Quem fizer a calda com partes iguais de mel e açúcar, deve adicionar à massa também as sobras das farinhas dos biscoitos que ficaram nas peneiras, para obter uma boa liga.

## **BISCOITOS**

Tomem 14 litros de farinha de trigo e façam-lhe duas presas: numa coloquem 1 quilo de açúcar e um pouco de água quente; na outra ponham meio litro de água-de-flor de laranja, um quarto de litro de vinho branco e uma colher de sopa mal cheia de manteiga. Se desejarem usem azeite doce, em lugar de manteiga.

Misturem e amassem tudo junto, até a massa ficar bem sovada, e bem macia.

Façam os biscoitos e levem-nos a assar em forno quente.

---

## **MACAPÃO**

Façam uma calda grossa com um quilo de açúcar e adicionem-lhe algumas gotas de água-de-flor. Quando a calda atingir o ponto de bala mole, juntem-lhe 1 quilo de amêndoas, já antes peladas e pisadas num gral. Para evitar que as amêndoas fiquem muito oleosas, enquanto as pisarem vão molhando a mão do gral em água-de-flor.

Logo que misturarem as amêndoas com a calda, tirem o tacho do fogo (mexendo sempre a mistura), acrescentem-lhe uma colher de sopa, mal cheia, de farinha de trigo, e continuem a bater, para que a massa fique bem fofa. Levem o tacho novamente ao fogo.

Para saber o ponto de cozimento, tomem um pouco na mão: se estiver bem ligada, a massa já estará cozida. Então tirem o tacho do fogo e ponham a massa numa tigela de louça.

Assim que a massa for esfriando, com as mãos molhadas façam os maçaпões, do feitio que desejarem.

## **PÃO-DE-LÓ**

Com um quilo de açúcar façam uma calda. Assim que esta espelhar, ajuntem-lhe algumas gotas de água-de-flor e tirem-na do fogo.

Pelem um quilo de amêndoas, soquem-nas um pouco, para que fiquem apenas em pedacinhos, e misturem-nas na calda. Mexam tudo durante algum tempo, e a seguir levem o tacho ao fogo brando, mexendo sempre numa só direção. De vez em quando tirem o tacho do fogo, mexendo sempre, para que a massa fique bem alva. Ela estará cozida assim que se desgarrar da vasilha.

Despejem a massa num tabuleiro molhado, ou untado com manteiga, alisando-a bem com uma colher de pau, de modo que não fique muito grossa.

Cortem-na em tabletes, na forma desejada.

## **PESSEGADA**

Cortem ao meio duas partes de pêssigo e uma de marmelo, e levem-nas a cozer, em separado. Depois que estiverem cozidas, passem tudo por uma peneira fina. A seguir, ajuntem tanto açúcar quanto for o peso da massa, e levem o tacho ao fogo brando.

Deixem atingir o ponto de marmelada, e coloquem o doce em caixetas.

## **GELÉIA DE MARMELO**

Tomem partes iguais de suco de marmelo e açúcar, e levem tudo ao fogo, com um pouco de água-de-flor.

Deixem o tacho em fogo brando, até a calda adquirir consistência de mel.

Guardem em potes de louça ou de vidro.