



# AÇORDAS

DE ALGIBEIRA



CONGRESSO DAS  
AÇORDAS



portel [município](http://www.portel.pt) [www.portel.pt](http://www.portel.pt)

Apoio:



Direcção Regional de Cultura do Alentejo



Receitas do concelho de Portel

## Com o livrinho “Açordas de Algibeira”

esperamos aguçar o seu apetite pelos sabores tradicionais de Portel.

São açordas, recolhidas no concelho, confeccionadas por portelenses que quiseram partilhar saberes enraizados na nossa cultura alimentar, determinantes para a sobrevivência de um povo.

São açordas marcadas pela criatividade e engenho de quem as confecionou.



O azeite é a sua alma.  
O pão é o seu corpo.  
As ervas aromáticas  
o seu coração.





## AÇORDA de TOMATE

(2 pessoas)

3 Tomates - 2 Dentes de alho - 2 Batatas

2 Postas de bacalhau - 2 Ovos

1 dl de azeite (a tapar o fundo do tacho) - 1 Cebola

1 Folha de louro - 1 Queijo mole inteiro (fresco)

Metade de um pimento verde

Água (q. b.) - Sal (q. b.)

½ pão alentejano (migado em sopas)





## MODO DE FAZER

*“Num tacho deito o azeite, a tapar o fundo. Depois faço um refogado com a cebola, cortada às rodelas, uma folhinha de louro e os dois dentes de alho. Já tenho o tomate arranjado (tiro-lhe a pele e parto-o aos bocadinhos), meto-o no refogado com o pimento verde cortado aos pedacinhos. Refoga-se um bocadinho (sem se deixar queimar os temperos) e quando estiver bom, deita-se a água e as batatas. Abre fervura, deitam-se o bacalhau, os ovos e o queijo mole. Deixa-se cozer. Prova-se de sal e arreda-se.”*

## MODO DE SRVIR

Migam-se as sopas para uma tigela e deita-se o caldo lá para dentro. Numa travessa ficam as batatas, os ovos, o bacalhau e o queijo que serão comidos a acompanhar as sopas. Pode-se ainda servir como acompanhamento: azeitonas, uvas, figos frescos e rábano.

## VARIANTES

A açorda de tomate ainda pode levar “ Hortelã da Ribeira” ou “Poejo” que se adiciona lá dentro depois de se ter deitado a água.





## AÇORDA de ALHO

(2 pessoas)

2 Postas de bacalhau - 2 ovos - 4 dentes de alho  
1 Raminho de coentros - ½ Pimentão verde  
½ dl de azeite - Água (q. b.) - Sal (q. b.)  
½ pão alentejano (migado em sopas)





## MODO DE FAZER

*“Ponho a água com o sal ao lume e meto o bacalhau e os ovos a cozer. Abre fervura e deixa-se cozer. Quando os ovos e o bacalhau estiverem cozidos, arreda-se. Numa tigela deito o pimentão cortado aos bocadinhos, os alhos e os coentros picados. Piso tudo muito bem e deito o azeite por cima.”*

## MODO DE SERVIR

Migam-se as sopas para a tigela com os temperos pisados e o azeite e deita-se o caldo. Numa travessa ficam os ovos e o bacalhau para acompanhar as sopas.

Pode ainda servir-se como acompanhamento: azeitonas, uvas, figos frescos, sardinhas assadas ou rábanos.

## VARIANTES

Na açorda de alho pode ainda juntar-se um ovo batido ao pimentão e aos coentros, antes de se deitar o caldo.

Existe ainda a possibilidade de junto com os ovos e o bacalhau cozerem-se algumas batatas cortadas em rodelas.

Gertrudes Maria Ramalho Pardal  
Monte do Trigo (nasceu em 1935)



## AÇORDA de BELDROEGAS

(2 pessoas)

- 2 Postas de bacalhau - 2 Ovos escalfados
- 2 Colheres de sopa de azeite - 2 Cabeças de alho
- 1 Cebola - 1 Ramo de coentros
- 1 Queijo branco - 1 Molho de beldroegas
- ½ Kg de batatas - Água (q.b.) - Sal (q.b.)
- ½ Pão alentejano (migado em sopas)







## MODO DE FAZER

*“Num tacho, meto um tempero de azeite, a cebola cortada às rodelas, o dente de alho picado, o ramo da salsa, o ramo dos poejos, o ramo dos coentros e a folha de louro. Envolvero tudo no azeite e deixo refogar. Depois deito a água. (No tempo das batatas novas é que é muito boa esta açorda). Deito o bacalhau e as batatas às rodelas. Deixo cozer. Para engrossar o molho, desfaço numa tigelinha, com uma pinguinha de água, as duas colheres de sopa de farinha e o gostinho do vinagre e deito na açorda. Deixo ferver um pouco, provo de sal e arredo.”*

## MODO DE SERVIR

Migam-se as sopas na tigela e deita-se o caldo por cima. Num prato à parte põem-se os condutos que se acompanham com as sopas.

Mariana Leonor Paixão Carriço  
Portel (nasceu em 1936)



## AÇORDA de CAÇÃO

(2 pessoas)

- 5 Dentes de alho (uns esmagados e outros às rodelas) - 4 Postas de cação
- 2 dl de azeite ("em tapando o fundo do tacho") - 2 Batatas
- 2 Colheres de sopa de farinha - 2 Colheres de sopa de vinagre
- 1 Folha de louro - 1 Molhinho de coentros
- Cebola (algumas rodelas de cebola)
- Água (q. b.) - Sal (q. b.)
- ½ pão alentejano (migado em sopas)





## MODO DE FAZER

*“O cação já está lavado. Num tacho ponho o azeite (a tapar o fundo), deito os coentros (uns picados e outros pisados), os dentes de alho (uns esmagados e outros às rodelas), a cebola às rodelas, uma folha de louro e deixo refogar um bocadinho. No mesmo refogado deito o cação com sal por cima e deixo também refogar de um lado e de outro. Antes de deitar a água, deito as colheres de farinha de trigo no refogado, mexo para dissolver e deito então a água e as batatas às rodelas. Deixo cozer e no fim deito o vinagre. Provo e arredo.”*

## MODO DE SERVIR

Numa tigela migam-se as sopas e deita-se o caldo por cima. Os outros ingredientes servem-se numa travessa para acompanhar as sopas.

Joaquina da Conceição Torrinha Bexiga  
Portel (nasceu em 1935)





## AÇORDA de ESPINAFRES

(2 pessoas)

- 10 Dentes de alho (partidos ao meio ou uma folha de alho)
- 1 Molho de espinafres (varia consoante o número de pessoas)
- 2 Postas de bacalhau - 2 Ovos
- 1 dl de azeite - 1 Molho de coentros picados
- 1 Queijo (fresco ou curado) - Água (q. b.)
- Sal (q. b.) - Colorau (q. b.)
- ½ pão alentejano (migado em sopas)





#### MODO DE FAZER

*“Faço o refogado com o azeite e os alhos. Junto os coentros picadinhos e deixo apurar. Depois meto os espinafres o bacalhau e o queijo e deito um bocadinho de colorau. Deito a água e quando ferver junto os ovos (mas só quando estiver a ferver que é para os ovos não se desman-charem). Deixo cozer. Provo de sal e arredo.”*

#### MODO DE SERVIR

Migam-se as sopas na tigela e deita-se o caldo por cima. Num prato à parte põem-se os condutos que se comem com as sopas.

Maria Rosa Teodoro Prates  
S. B. do Outeiro (nasceu em 1949)



## *FATIÇAS de ALHO*

(2 pessoas)

3 Dentes de alho - 3 Folhas de louro

2 Colheres de sopa de vinagre - 2 Ovos

½ dl (aprox.) de azeite - ½ Linguiça (cortada em fatias)

Toucinho (q. b.) (cortado em cubos)

Água (q. b.) - Sal (q. b.)

½ pão alentejano (migado em sopas)







### MODO DE FAZER

*“Deito o azeite até tapar o fundo da frigideira e frito a carne e o toucinho. Depois, num tacho, faço o refogado com o alho picado e com o “pingo” onde fritei a carne. Deito o vinagre e o sal, fica a refogar mais um bocadinho e deito a água. Deixo ferver. Provo para ver se está bom de sal e de vinagre. Se estiver bom, junto os ovos batidos e mexo. Deixo ferver mais um bocadinho até cozer.”*

### MODO DE SERVIR

Migam-se as sopas na tigela e deita-se o caldo por cima.

A carne e o toucinho frito que estão num prato à parte, servem de conduto.

Antónia Maria Galante - Oriola (nasceu em 1929)



## AÇORDA de FAVAS

(2 pessoas)

1,5 kg de favas (frescas de preferência) - 1 Folha de alho (verde)  
1 Ramo de coentros - 1 Ramo de hortelã  
½ dl de azeite - Água (q.b.) - Sal (q.b.)  
½ pão alentejano (migado em sopas)





#### MODO DE FAZER

*“Deito o azeite a tapar o fundo do tacho, sal e os temperos todos atados num molho e, por cima as favas. Deixo cozer devagarinho, com o lume baixo e de vez em quando vai-se dando a volta às favas. Depois vou deixando cozer as favas com o próprio vapor até abrirem. Noutra panela ferve água, que é para quando as favas abrirem. Junto a água e dou mais um bocadinho de calor e deixo cozer.”*

#### MODO DE SERVIR

Migam-se as sopas para uma tigela e deita-se a açorda lá dentro. Como acompanhamento serve-se salada de alface, sendo esta picada em bocadinhos pequenos.

Domingas Figueira Lourinho  
Alqueva (nasceu em 1927)





## AÇORDA da PASTORA

(ou do PASTOR)

(2 pessoas)

2 Postas de bacalhau - 2 Ovos

1 Ramo de poejos - 1 Queijo mole (fresco)

1 Dente de alho (cortado em fatias finas) - ½ dl de azeite

Água (q. b.) - Sal (q. b.)

½ pão alentejano (migado em sopas)





## MODO DE FAZER

*“Ponho primeiro uma panelinha com água ao lume, umas pedrinhas de sal lá para dentro e umas “fatiinhas” de alho (um dente de alho). Uns raminhos de poejos e azeite. Ponho também um bocadinho de bacalhau e o ovo inteiro. E se houver queijo mole... Também lá fica muito bem. Fica a cozer tudo junto. Quando tiver cozido, fica arredada um bocadinho”.*

## MODO DE SERVIR

Numa tigela migam-se as sopas e deita-se o caldo com os condutos. Serve-se tudo junto.

Mariana Rosa Coelho - Santana (nasceu em 1939)



## AÇORDA de PEIXE do RIO

(5 pessoas)

10 Dentes de alho picados

4 Barbos (peixe do rio também conhecido por Peixe Macho)

3 Cebolas - 2 Folhas de louro

1 dl de azeite (a tapar o fundo do tacho) - 1 Pimentão verde

1 Ramo de poejos e hortelã da ribeira secos - 1 Ramo de poejos verdes

8 tomates maduros (ou 1 lata de tomate) - Toucinho (cortado em fatias) (q.b.)

½ Linguiça (cortada às rodelas)

Água (q.b.) - Sal (q.b.) - Silarcas (no seu tempo)

1 pão alentejano (migado em sopas)







## MODO DE FAZER

*“Primeiro frito a carne no azeite com uma cebola cortada às rodelas e alguns alhos, para deixar a açorda mais forte. Depois de frita, tiro a carne para um pratinho para se começar a comer. Esta açorda começa-se a comer antes de estar pronta!*

*Aproveito o molho onde fritei a carne e deito as outras cebolas, o resto dos alhos, o pimentão verde cortado aos bocadinhos e o louro. Deixo refogar. Quando a cebola “começa a chorar” (começa a alourar), junto o tomate e deito um copo de água. Já tenho o peixe arranjado (limpo e com pequenos cortes ao longo de todo o dorso) e temperado com sal. Junto o peixe e a água ao refogado e deixo cozer. Quando estiver tudo cozido, apaga-se o lume e deixa-se apurar durante uns minutos.”*

## MODO DE SERVIR

Num prato deita-se a carne já frita que se vai comendo com pão ao longo da restante preparação da açorda.

Migam-se as sopas para uma tigela e deita-se o caldo por cima. Numa travessa fica o peixe que será comido a acompanhar as sopas. Pode servir-se como acompanhamento azeitonas.

## VARIANTES

A Açorda de Peixe do Rio pode ainda levar silarcas cortadas em pequenos bocadinhos ou laminadas, que se deitam no refugo.



## AÇORDA de SALSA e CEBOLA

(2 pessoas)

- 5 Dentes de alho (uns esmagados e outros às rodelas) - 4 Postas de cação
- 2 dl de azeite ("em tapando o fundo do tacho") - 2 Batatas
- 2 Colheres de sopa de farinha - 2 Colheres de sopa de vinagre
- 1 Folha de louro - 1 Molhinho de coentros
- Cebola (algumas rodelas de cebola)
- Água (q. b.) - Sal (q. b.)
- ½ pão alentejano (migado em sopas)





## MODO DE FAZER

*“Num tacho, meto um tempero de azeite, a cebola cortada às rodelas, o dente de alho picado, o ramo da salsa, o ramo dos poejos, o ramo dos coentros e a folha de louro. Envolvero tudo no azeite e deixo refogar. Depois deito a água. (No tempo das batatas novas é que é muito boa esta açorda). Deito o bacalhau e as batatas às rodelas. Deixo cozer. Para engrossar o molho, desfaço numa tigelinha, com uma pinguinha de água, as duas colheres de sopa de farinha e o gostinho do vinagre e deito na açorda. Deixo ferver um pouco, provo de sal e arredo.”*

## MODO DE SERVIR

Migam-se as sopas na tigela e deita-se o caldo por cima. Num prato à parte põem-se os condutos que se acompanham com as sopas.

Maria Joana Lacão - Portel (nasceu em 1928)





## AÇORDA de ALFACE

(2 pessoas)

4 Dentes de alho (picados) - 3 Folhas de louro - 2 Postas de bacalhau  
2 Alfaces (cortadas de forma grosseira) - 2 Ovos  
1 Queijo mole (fresco) - 1 Cebola picada  
½ dl azeite (a tapar o fundo do tacho) - Água (q.b.) - Sal (q.b.)  
½ pão alentejano (migado em sopas)





## MODO DE FAZER

*“Primeiro faço o refogado com o azeite, a cebola picada, os alhos e o louro. Fica a refogar um bocadinho e junto a alface. Deixo refogar mais um bocadinho e junto o bacalhau e a água. Quando levantar fervura deito o queijo fresco na açorda .*

*Noutro tacho à parte cozo os ovos para não se desmancharem. Quando estiverem cozidos juntam-se à açorda e arreda-se.”*

## MODO DE SERVIR

Migam-se as sopas na tigela e deita-se o caldo por cima. Num prato à parte põem-se os condutos que se comem com as sopas.

## VARIANTES

A Açorda de Alface pode também levar feijão. Neste caso, o feijão vai a cozer com a alface.

Ana Maria Canhoto - Vera Cruz (nasceu em 1937)



## GLOSSÁRIO



*Arredar* - tirar do fogo (do lume do fogão)

*Silarca* - espécie de cogumelo silvestre comestível

*Conduto* - alimentos que se comem com o pão ou com as sopas

*Refugo* - o mesmo que refugado

*Sopas* - pão alentejano duro, cortado em pequenas e finas fatias

*Tempero* - Substância que aromatiza a comida





## INVENTÁRIO DO PATRIMÓNIO ALIMENTAR DO ALENTEJO

O Município de Portel desenvolve, desde 2005, de forma pioneira em Portugal, um projecto na área do Património Imaterial. Este projecto municipal ocupará grande parte do edifício e Cerca do extinto Convento de Paulo, que será totalmente requalificado. O antigo edifício conventual receberá diversas funcionalidades expositivas, de documentação e de formação, e a Cerca será transformada num parque sonoro.

Este projecto encontra-se na base do Programa para a Salvaguarda do Património Imaterial do Alentejo, que está a

ser desenvolvido pela Direcção Regional de Cultura do Alentejo (DRCALEN), envolvendo, actualmente, cerca de uma dezena de municípios. Este Programa é hoje tomado como de referência nacional pelo Instituto dos Museus e da Conservação, IP, entidade que tutela a área do Património Cultural Imaterial em Portugal.

O Programa que está a ser implementado, no seio do qual Portel recebe o projecto nuclear, visa construir uma estratégia de salvaguarda e de sustentabilidade nas áreas identitárias e que muitas vezes se confundem com expressões da tradição. Tal estratégia tem por base a Convenção para a salvaguarda do património cultural imaterial, adoptada pela UNESCO em 2003, e ratificada pelo Estado Português em 2008. A grande inovação que esta Convenção traz é tomar o património identitário como igual ao património construído. Ou seja, uma canção ou uma dança têm o mesmo valor que uma catedral ou um castelo. Assim, podemos dizer que um sítio arqueológico tem o mesmo valor que a confecção de uma prato tradicional.

Na continuidade de um processo de constituição de parcerias com diferentes instituições, durante a Feira do Montado de 2008, a Direcção Regional de Cultura do Alentejo assinou com a Confraria Gastronómica do Alentejo um protocolo que visa a salvaguarda do património alimentar do Alentejo. Esta salvaguarda estende-se por duas áreas fundamentais: i. documentar o património alimentar e as formas de comer contemporâneas; ii. construção de uma

carta gastronómica do Alentejo. Tal visa entender historicamente a alimentação nesta região histórica, desenvolver estratégias de educação alimentar e possibilitar a construção de uma estratégia de formação e oferta turística no campo da gastronomia. É neste último campo que, quer a Confraria quer as instituições ligadas ao turismo, irão ser fundamentais no projecto que se quer apresentar durante este importante evento que é a 3ª edição do Congresso das Açordas.

A apresentação deste projecto durante este congresso, não é fruto do acaso. Sendo a gastronomia o único património classificado como património imaterial e sendo Portel já hoje uma referência em torno do património imaterial, faria todo o sentido não só aqui a sua apresentação, como receber o projecto «Jardim do Mundo» um “laboratório” onde a alimentação seja não só documentação e mostra como espaço de inovação. Aliás, é em torno de três palavras-chave que todo o Programa para a salvaguarda se move: documentação, salvaguarda e inovação. Três palavras que identificam também muitos projectos já desenvolvidos pelo Município de Portel, e de que este Congresso das Açordas é exemplo.



Direcção Regional de Cultura do Alentejo





A Câmara Municipal de Portel  
agradece a todos os que  
colaboraram e tornaram  
possível a realização deste  
pequeno receituário

