

## Gastronomia dos Açores

### SOBRE



Foto: Publiçor

### Gastronomia dos Açores

**As muitas receitas tradicionais da cozinha açoriana fazem as delícias dos apreciadores de boa comida. Aqui, o peixe e o marisco são abundantes e por isso para aqueles que gostam de saborear um delicioso peixe acabado de pescar, nos Açores encontram o paraíso.**

**Grelhados**, em **caldeiradas** ou em **sopas** - **os peixes apresentam-se de variadíssimas formas**. Mas não deixe de provar o atum, que nestas águas é cor-de-rosa, de sabor e texturas suaves, levemente salgado, e ainda capturado com linha e anzol. Ou o **polvo**, que aqui se aprecia sobretudo guisado em vinho de cheiro. Os Açores têm **mariscos** que em mais nenhum lugar encontra, como as **lapas**, **cracas** ou o **cavaco**, **espécie de lagosta** tenra e saborosa, que **é quase pecado não provar**.

Nas **carnes**, há pratos típicos açorianos: o **cozido das Furnas** é único por ser cozinhado debaixo do solo, com o calor que a terra mantém naquele lugar da **Ilha de S. Miguel**. À hora certa podemos assistir à preparação da refeição junto à lagoa. Na **ilha da Terceira** o destaque vai para a **alcatra**, bem apaladada como manda a tradição e ainda nas restantes ilhas as diversas variações da receita de **inhames** com **linguiça**.

O **bolo lêvedo**, originário **das Furnas**, é também bastante popular, podendo surgir a qualquer refeição, **comendo-se simples ou com manteiga ou doce**. Ou com **mel** dos Açores, cuja diversidade e riqueza da flora contribuem para a obtenção de um produto de alta qualidade e de Denominação de Origem Protegida.

Entre as **sobremesas**, reina o **ananás**, de sabor agridoce e aroma muito agradável, e, como não podia deixar de ser, os doces. **Massa sovada**, **cavacas de Santa Maria**, **queijadas de Vila Franca do Campo**, **donas-amélias** e **doces de alfenim da Terceira**, **Fofas do Faial**, **queijadas da Graciosa**, **covilhetes de leite**...é quase impossível enumerá-las todas. Em comum têm a qualidade e o carinho com que são feitos.

E claro, dada a riqueza e **tradição leiteira dos Açores**, em quase todas as ilhas produzem-se diversos produtos lácteos, destacando-se o **queijo**. O mais conhecido é o de São Jorge. De personalidade forte, para a qual contribui o sabor picante, o **queijo de São Jorge**, de 8 a 12 quilos, é feito de leite cru de vaca e sal, apresentando uma cor amarelada e consistência dura ou semidura, conforme os meses de cura a que é submetido. **São Miguel tem uma variedade de queijos**, distintos na textura e no sabor. **Picante é o queijo da Graciosa**, de cor amarelada e textura quebradiça. Do **Pico sai um queijo de pasta cremosa**, macia e de textura compacta. Já **com um sabor muito ativo**, de pasta semi-gorda e semidura, **temos o queijo do Corvo**. **Amanteigados, frescos e curados**, são **os queijos da Terceira**. **E o popular Flamengo nasce no Faial**.

Mas não podemos provar estas especialidades sem os **vinhos da terra**. Se o **verdelho** é o mais conhecido, outros há

---

para acompanhar a refeição, como os **tintos e brancos do Pico, da Graciosa, de Santa Maria ou da Terceira**. Aqui, as vinhas predominam nos **Biscoitos**, podendo visitar o **museu** local. Temos ainda os **licores de maracujá** ou de **ananás**, consumidos sobretudo após as refeições.

Terras de grandes **tradições religiosas**, associado aos **festejos do Espírito Santo**, os Açores presenteiam-nos com uma **ementa especial**. Esta é composta pela **sopa do Espírito Santo**, cozido, alcatra, pão de mesa, pão d'água, pão doce, massa sovada acompanhada de **vinho de cheiro**.

**A ilha de São Miguel é o único local produtor de chá na Europa**. Plantado nesta ilha desde o século XIX, mantém o seu processamento inalterado há mais de dois séculos, sendo por isso um produto ecológico, livre de pesticidas, herbicidas e fungicidas. O chá verde dos Açores é o mais popular embora se produza também o preto em diferentes variedades. Uma boa sugestão para terminar a refeição ou começar o dia.

**Não deixe de...**

- > visitar o Museu do Vinho dos Biscoitos na ilha Terceira
- > conhecer uma das fábricas-museu de chá e as plantações de ananases na ilha de São Miguel
- > ver como é feito o queijo da Ilha em São Jorge
- > fazer um piquenique num dos diversos miradouros existentes em todas as ilhas