



A devoção, a cozinha e a doçaria

O caderno de receitas das freiras Salésias
Manuscrito da Livraria n° 2403

Maria Isabel Braga Abecasis
Técnica Superior (DTTDA)



Este caderno é proveniente do Convento de N^a S^a da Visitação de St.^a Maria, da Ordem de São Francisco de Sales, também conhecido por Convento das Salésias. Situava-se na Junqueira, em Belém.



Imagem do edifício onde esteve o convento, c. de 1970. Hoje é o colégio
Nuno Álvares, afeto à Casa Pia





O convento recebeu as suas cinco primeiras religiosas, vindas de França, no ano de 1784. Estava vocacionado para o ensino das meninas nobres, mas, pelo menos nos primeiros tempos, nenhuma das alunas pertencia à nobreza nem a extratos sociais mais favorecidos.



O programa educativo continha temáticas várias, entre elas: “Da educação”, “Do vestido e do toucado”, “Dos castigos”, “Da sua modéstia e gravidade”, “Do seu fervor e devoção”.



No capítulo dedicado à “Modéstia e gravidade” insistia-se que a aluna deveria manter “um rosto natural e alegre”, olhos “nem abertos com dissolução, nem baixos com *assustação*”.



O programa educativo “orientava-se para dois campos: o do desenvolvimento intelectual” (competência linguística, geografia e música) e o da habilidade manual (rendas e bordados, como forma útil de ocupar o tempo sem cair na ociosidade).



Não foi encontrado qualquer registo de prática culinária das alunas, nem mesmo qualquer alusão a ementa das refeições, ou “dieta” seguida no convento.



De onde se deduz que este caderno de receitas, culinárias e outras de diferente teor, entre elas as de remédios caseiros, se destinava exclusivamente à prática culinária das religiosas, certamente um importante elemento de sobrevivência económica, como era muitas vezes habitual nos conventos.



Particularmente depois de 1834, ano em que foram extintas as ordens religiosas e as freiras se depararam com a necessidade de arranjar dinheiro para o seu sustento.



Começando a nossa análise pelas receitas de cozinha, escolhamos, por exemplo, a receita das broas de milho.



Broas de milho





A broa é, a par de outros alimentos de origem vegetal, um dos componentes da dieta mediterrânica. É feita com milho mais.



Na época dos descobrimentos surgiram novos produtos, até então desconhecidos na Europa: um deles o milho, conhecido como milho mais, para se distinguir do milho-miúdo, alvo ou painço, já tradicional na Europa.



Milho mais





As primeiras espigas deste milho chegaram à Europa pelas mãos de Colombo, em finais do século XV, sendo conhecidas em Portugal por volta de 1515.



Os portugueses incluíram o milho mais na sua alimentação e difundiram-no pelas terras do Atlântico, Índico e Pacífico, bem como pela América portuguesa.





Falando agora de outras receitas presentes neste caderno, saliente-se a receita para cozinhar bacalhau, que não podia deixar de estar aqui presente.



É inquestionável o
prestígio e a identificação,
que o bacalhau tem em
relação à imagem da
cozinha portuguesa no
mundo.



Desde longa data que os portugueses
pescam na Terra Nova

Mapa da Terra Nova





Terra Nova (atual)





Na Idade Média os portugueses eram obrigados, pela Igreja, a um jejum de carnes, de cento e trinta e dois dias por ano. Quem tinha dinheiro comprava bulas e ficava de fora desta regra.



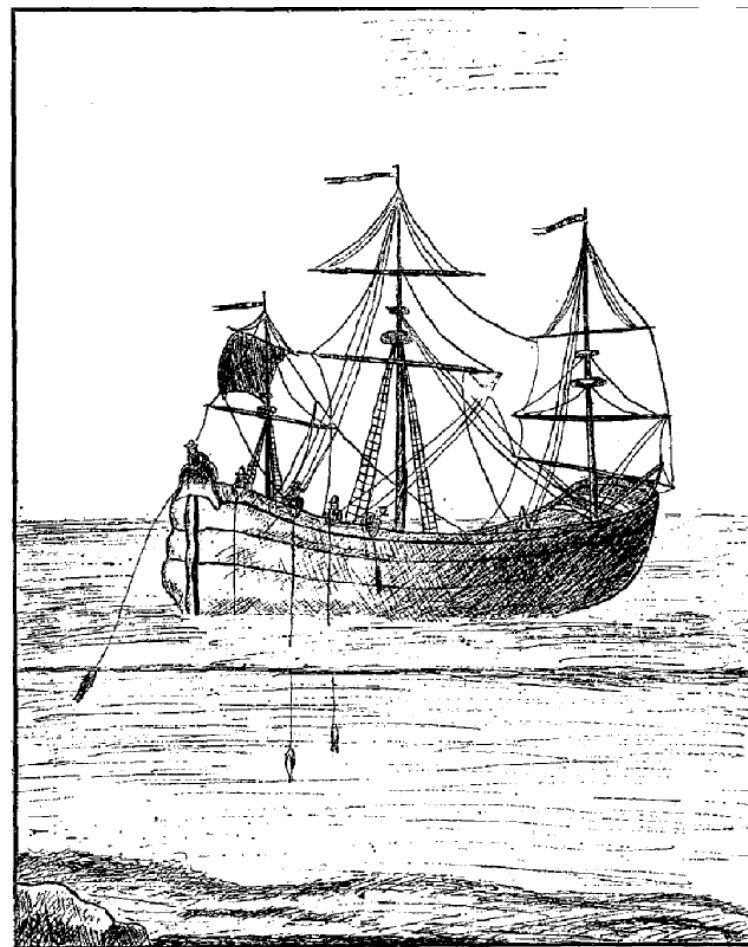
Ora a maioria da população era pobre e a aceitação das imposições da Igreja era comum. Durante o tempo invernosos as pequenas embarcações não tinham condições para o abastecimento quotidiano de pescado.



Assim o bacalhau revelou-se uma solução fácil e barata para a época. A salga e seca do peixe eram uma fórmula para a conservação e, portanto, acessível durante todo o ano.



Imagem de um antigo navio da Terra Nova dedicando-se à pesca.





Um dos pratos típicos da culinária portuguesa, referido neste caderno, é o bacalhau albardado, em que os pedaços de bacalhau demolhado são fritos em polme, isto é uma massa feita com farinha, água, leite e ovos.



Bacalhau albardado





Outras das receitas de
cozinha, presente neste
caderno, é a receita de
feijoada.



Feijoada





Genericamente associa-se a feijoada a um guisado de feijão com carnes. Este termo foi levado para todos os locais no mundo onde se fala português.



Apesar de o feijão já ser conhecido anteriormente, só depois do descobrimento das Américas se generalizou o seu consumo, ganhando espaço ao consumo de ervilhas e favas que nesse tempo dominava.



O feijão foi sempre associado a uma alimentação barata e popular. Recentemente veio a ser reconhecida a sua importância para a alimentação



Receitas de doçaria

Analizando agora as receitas de doçaria conventual, que são a larga maioria neste caderno (embora ele inclua também vários receitas de remédios caseiros), verificamos que um dos objetos usados na confeção de bolos é, tal como hoje, a carretilha, utilizada para cortar a massa



A carretilha





Na confeção de bolos e doces ressaltam de imediato os ingredientes de eleição aqui presentes: os ovos, o açúcar e a amêndoa.

A cultura da amendoeira remonta à pré-história portuguesa.



O açúcar é utilizado em múltiplas receitas. Entre elas, por exemplo, as receitas de arroz doce.

O arroz doce é, provavelmente, de influência moura. Ainda hoje se encontram, em todo o Magrebe, receitas semelhantes às nossas.



O arroz doce é chamado neste caderno
“arroz de leite”.

Como refere a religiosa que transcreve
esta receita, ela foi-lhe dada “com
grande segredo”.



Arroz de leite



Leva apenas arroz, açúcar, leite e nalguns casos natas e água de flor.



Outra receita, aqui presente, que tem como ingrediente o açúcar, é a receita dos Papos de Anjo, que inclui também gemas de ovos.



Papos de anjo



Cavacas



Outra receita em que o açúcar é generosamente usado é a receita das “cavacas” que inclui ainda farinha, ovos, sal, e outros ingredientes



Toucinho do céu



Ovos e açúcar são também os ingredientes de eleição do toucinho do céu, bem conhecido dos portugueses, Leva além disso farinha e canela

O açúcar

Conhecido há milhares de anos o açúcar era, inicialmente, privilégio de ricos devido ao seu preço excessivamente elevado.

No século XVI democratizou-se quando começou a ser produzido, no Brasil, pelos engenhos.

Foi nesta altura que entrou na tradição gastronómica dos conventos.

Engenho do açúcar



2. Um engenho de açúcar.

Pormenor de um atlas do século XVII.

1 – *Casa-grande*, morada do senhor do engenho e da sua família.

2 – *Senzala*, habitações dos escravos.

3 – *Casa do engenho*, instalações onde se encontram os aparelhos destinados ao fabrico do açúcar;

Os ovos

Portugal teve sempre uma grande produção de ovos. As claras eram utilizadas para os mais diversos fins, nomeadamente na confecção de hóstias e para engomar os hábitos, ficando as gemas claramente excedentárias.

A grande abundância de gemas aliada à abundância de açúcar, que vinha das colónias, foi fonte inspiradora para a criação das receitas com ovos nas cozinhas dos conventos.



Receita da Marmelada

Esta é outra receita em que o açúcar é largamente empregue. Este caderno das freiras salésias apresenta várias receitas de marmelada.

- Este doce é, como se sabe, feito com marmelos





A palavra portuguesa “marmelada” deu origem ao termo francês “marmelade” (uma espécie de puré doce de frutas) e ao inglês “marmalade” (uma geleia de frutos cítricos)



Marmelada





É antiga a utilização da marmelada em Portugal. Terá embarcado em várias naus das Descobertas, pela facilidade da sua conservação.



Fartes

Outra receita abundante em açúcar é a receita dos ‘fartes’ que têm, para além disso, as amêndoas e o pão ralado como ingredientes principais



Fartes





Como curiosidade refira-se que os fartes já são mencionados na carta de Pero Vaz de Caminha, enviada a D. Manuel, sobre a descoberta do Brasil, quando aquele refere a oferta feita aos nativos:



- “Deram-lhes ali de comer: pão e peixe cozido, confeitos, fartes, mel, figos passados”
- (Carta de Pêro Vaz de Caminha, Torre do Tombo, Gavetas, Gav. 8, mç. 2, n.º 8)



-
- Termino realçando o indiscutível destaque que a confeção de doces tem na imagem da vida conventual feminina em Portugal e nos estudos sobre o quotidiano dos conventos.
 - E citando o bem conhecido sociólogo Gilberto Freire: “os «doces de freira» foram um dos maiores encantos da velha civilização portuguesa”.



Muito obrigado pela vossa atenção



Isabelabecasis@dlab.gov.pt



Fontes em linha:

Leila Mezan Algranti, *Doces de ovos, doces de freiras: a doçaria dos conventos portugueses no livro de receitas da irmã Maria Leocádia do Monte do Carmo (1729)*

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-83332002000100017

Adolphe Bellet, *La grande peche de la morue a Terre- Neuve [...]*

<https://archive.org/details/lagrandepchede00bell>

António Angeja, *Pesca do bacalhau na época das Descobertas*

<http://www.prof2000.pt/users/hjco/hjco/Diversos/Bacalhaunaepocadasdescobertas.htm>

Zulmira Santos, *Para a história da educação feminina em Portugal no século XVIII [...]*

<http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/5030.pdf>

A doçaria conventual portuguesa <http://www.docesregionais.com/a-docaria-conventual-portuguesa/>

Virgílio Nogueira Gomes, *Crónicas* <http://www.virgiliogomes.com/index.php/cronicas?start=40>