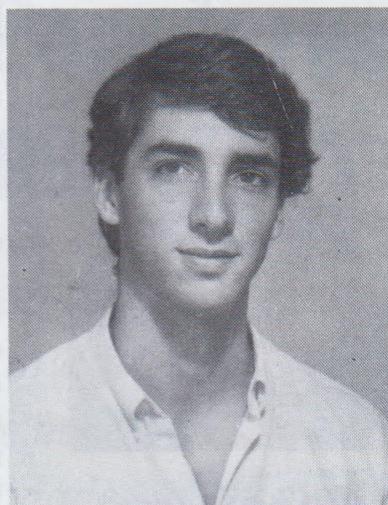


**António Pedro Graça**



## Bife à cabreiro

1 fatia de pão alentejano  
Toucinho cozido, sobranço de refeições anteriores  
1 dente de alho

Torra-se o pão, até ficar bem louro. Descasca-se o dente de alho e, com ele, esfrega-se a fatia de ambos os lados, barra-se com o toucinho de ambos os lados.

Come-se enquanto quente.

## Bife pobre à cabreiro

1 fatia de pão alentejano  
1 colher de azeite  
1 dente de alho

Torra-se o pão, até ficar bem louro. Descasca-se o dente de alho e, com ele, esfrega-se a fatia torrada de ambos os lados. Divide-se o azeite pelos dois lados, espalhando-o muito bem.

Come-se quente.

*In, Os Comeres de ganhões. Aníbal Falcato Alves, Campo das Letras. Porto, 1994.*

tanto. Porque desde sempre criámos os mecanismos para a suportar, para a atenuar.

O que acontece do ponto de vista alimentar, como provavelmente noutras situações, é que não cuidámos da preservação dos conhecimentos que permitiam atenuar a crise. Deixámos de saber cozinhar com pouco e bem. Habitúamo-nos depressa de mais a depender dos micro-ondas e dos pratos congelados e já cozinhados. Não cuidámos dos conhecimentos das nossas avós que sabiam fazer muito com pouco. Deixámos para trás e depressa as velharias gastronómicas e adaptámos os «Fast», «Snacks» e «Macs».

Agora que o desemprego bate à porta e a seca regressa, certa e ciclicamente, vamos ter de aprender a depender de novo dos velhadas. Da sua forma de cozinhar, da sua forma de gostar e de estar à mesa.

Conseguiremos sentar o computador ao lado das migas e aprender de novo a sobreviver?

**A** alimentação do Sul, que agora se diz saudável e saborosa mais não é do que a alimentação escassa e errante, adaptada à míngua das terras e à incerteza das colheitas. Por oposição à alimentação do Norte, exc-

siva, abastada de proteínas animais e gordura, adaptada aos rigores do Inverno e às elevadas necessidades energéticas.

Por isso, a crise, a seca, a carência e a privação não deveriam marcar tanto. Não deveriam fazer sofrer

## BINGO GIGANTE II

### AYAMONTE



Atenção! Bingo, Bingo Gigante II em Ayamonte, já oferece todos os nossos amigos portugueses, para colocar novos serviços com importantes vantagens.

instalações.  
e gratuito.  
vel, cómodo e confortável.  
restaurante, só para clientes.  
cozinha portuguesa.

Aberto das 17h00 da tarde às 3h00 da manhã e aos fins-de-semana e feriados até às 5h00 da madrugada.

Consumo gratuito das 17h00 às 18h00 da tarde.

18 anos de experiência são a nossa garantia.

Pessoal altamente qualificado.

## TROCA DE ESCUDOS SEM COMISSÃO

Esperamos que tanto as nossas refeições como as estupendas ofertas sejam do seu agrado.

Aguardamos a vossa visita na Avenida de Portugal,

Zona Norte a 50 metros da Alfândega e a 500 metros da Ponte.

**O nosso país vizinho já tem um lugar para desfrutar.**