

- À mesa
- Livro aberto
- Artes
- No palco
- Cinema
- Video
- Músicas
- Consumo
- Interiores
- Passatempos

À mesa



Pedro Soares

Natal a memória profunda

O comer natalício ao contrário do comércio natalício não é feito de correrias loucas. Os alimentos de Natal exigem ser tratados com dignidade e não admitem laxismos ou pressas, pois cada um nasce com um tempo próprio que não pode ser acelerado. Quando reunidos em panelas ou fornos, a noção de tempo dissipa-se, ou melhor, evapora-se, e então, só um nariz treinado de gerações consegue distinguir que horas são. O Natal é um desastre para os relógios de cozinha

Os pratos de Natal têm uma memória forte e profunda. Tal como no teatro da Antiga Grécia, aqui encenam-se anualmente as mesmas peças com os mesmos actores. Por isso é fácil a espectadores fiéis ajuizar sobre a má qualidade das representações e respectivas encenações. Esta região de fãs não entra em deslumbramentos fáceis, não suporta a maquilhagem da couve refrigerada dos hipermercados nem pactua com o leite creme de pacotilha. Aqui exige-se sabor, sabor autêntico e não o volume plastificado das frutas normatizadas. O Natal é um desastre para os relógios de cozinha mas também para quem pensa que o tamanho é tudo.

Não se pense contudo que o Natal é repetitivo ou maçador. Ao contrário da diversidade virtual da "fast-food" onde sabe tudo ao mesmo, quer estejamos em Nova York ou na Avenida dos Escultores em Vila Nova de Gaia, o Natal permite que cada província, cada casa, tenha a sua própria encenação, para contentamento palatal de toda a família que se sente única e unida em torno de um guião que só ela sabe de cor. Prova dessa diversidade é a Consoada feita de bacalhau e polvo no Minho e Trás-os-Montes, ou mais a Sul, e já depois da

missa do galo, com peru, cabrito, leitão ou porco. Quanto a doçaria, poderíamos começar pela letra A de Aletria Doce e terminar em V de Vinho Quente à moda minhota, tal a diversidade da amostra. Este é o comer de Natal diverso naquilo que oferece e integra, promotor da biodiversidade alimentar e amigo do ambiente.

O comer do Natal também é amigo da dignidade no emprego e um defensor acérrimo do que resta do mundo rural. Dificilmente se encontra nos shoppings ao Domingo, raramente é vendido por jovens com vínculos de trabalho precário, horários desumanos e que não conhecem o patrão. Encontra-se por enquanto, à beira das estradas ou em feiras, que diminuem de dia para dia, vendendo cada vez menos comida e mais relógios de cozinha *made in China*.

O comer natalício gosta de ser apreciado, discutido e até não se importa de uma boa polémica. Como é feito de carinho e paciência não suporta a indiferença. Gosta que se fale dele à mesa e se aprecie realmente quem soube criá-lo. Por isso é um momento alto de grande apreço para quem vive a solidão da cozinha e a necessidade de ter diariamente a família satisfeita. É feito para gente conversadora que gosta de estar e não

apenas de se empanturrar. Dá-se mal, muito mal com a televisão que embrutece a discussão afastando os olhos do prato e os ouvidos da conversa.

O comer de Natal não é engordativo porque tem memória. Representa uma data forte com horas certas, que se inicia na semana anterior ao dia 25 de Dezembro e termina no dia de Reis. Deixa marcas visíveis na nossa satisfação, mas devido à sua curta permanência, provoca poucos estragos calóricos na nossa barriga. A ementa natalícia não se deixa repetir de forma anónima ao longo do ano como o pastel de carne que, embrutecidamente, se deixa devorar em poucos segundos mais as suas 400 kcal, e do qual ninguém

recorda, a não ser o seu dono, porque repara num crescendo de pneu adiposo algures no abdómen. Depois, o risco da comida de Natal reduz-se devido à presença de pectinas, celulose e hemiceluloses, presentes no pão tradicional, nas couves, cenouras e frutos, assumidos protagonistas das ementas natalícias e declarados amigos da saúde ao reduzirem a absorção de substâncias como o colesterol e regularem o trânsito intestinal.

O Natal é o tempo das comidas que falam e das pessoas que as entendem, das ausências e daqueles que as sentem, dos sabores e daqueles que os cultivam, da nossa cultura e daqueles que a quiserem proteger. Bom Natal.



Bacalhau da Consoada Minhota

Cozem-se as postas de bacalhau previamente demolido juntamente com as pencas (couve portuguesa). As batatas com pele e os ovos (um por pessoa) também se cozem à parte e separadamente. Na altura de servir, descascam-se os ovos e pelam-se as batatas. Para o molho aquece-se azeite e alguns dentes de alho cortados ao meio, até levantar fervura, altura em que se retira para uma molheira podendo ou não adicionar um pouco de vinagre.

Bacalhau da Consoada Beirã

4 postas de bacalhau demolido; 2 kg de batatas; 2 couves galegas; 600 g de pão de milho; 4 ovos cozidos; Alhos; Azeite e vinagre q.b.

Coze-se o bacalhau e à parte as batatas e as couves. Reserve cerca de 1l da água do bacalhau. Corte o pão em fatias, coloque-as no fundo do recipiente de barro e espalhe por cima os alhos picados; regue com a água quente do bacalhau e tempere com azeite. Por cima, coloque o bacalhau, as couves e as batatas. Tempere de novo com azeite, alhos e vinagre e arranje com as metades dos ovos cozidos.