



*Past-Times*

**WEBQUEST – IO4  
AEVA**

## Introdução

A gastronomia faz parte do património de uma região. Ela reflete os recursos que a região teve ao longo dos tempos mas também a criatividade das pessoas, o modo como usaram e combinaram esses recursos, criando novas receitas e pratos. Portugal é um pequeno país mas com uma grande variedade de sabores na sua diversificada gastronomia.



Ao pesquisar-se sobre o assunto, nomeadamente a razão de alguns ingredientes terem sido escolhidos, podemos aprender parte da história de uma região e, às vezes, descobrir pontos de contacto com outras partes distantes do mundo - o mesmo ingrediente usado de maneira diferente ou ingredientes diferentes terem o mesmo uso, em diferentes partes do mundo.

Aveiro, situando-se na costa e junto ao estuário de um rio, tem uma paisagem dominada pela água. O peixe tem, por isso, um papel importante na sua gastronomia. Mas também há alguns doces tradicionais que devem ser considerados.

## Tarefas

O objetivo deste projeto é fazer uma breve apresentação sobre a gastronomia tradicional de Aveiro e, ao fazê-lo, identificar as principais diferenças e semelhanças com a gastronomia do seu país de origem. Além disso, quando possível, tente documentar algumas informações disponíveis apenas em contacto direto com as pessoas, através de relato oral.

Para fazer isso, deve:

- para efeitos de enquadramento, ter algum contacto com Aveiro e suas características;
- pesquisar sobre alguns pratos tradicionais da gastronomia de Aveiro, relacionados com os seus recursos naturais, tendo em conta as suas origens e relação com a história de Aveiro;
- tentar descobrir algumas lendas ou segredos associados a essas receitas e ingredientes, não documentadas;
- apresentar alguns pratos tradicionais ou ingredientes da sua gastronomia e comparar com a gastronomia de Aveiro.

## Processo

### Passo 1: Uma perspetiva de Aveiro

Aveiro é uma cidade localizada na costa atlântica de Portugal, na região do centro. A cidade é atravessada por canais e é cercada por praias e por uma extensa lagoa costeira chamada Ria de Aveiro.

Originalmente fundada no tempo do Império Romano, Aveiro é a segunda cidade mais populosa da região Centro.

Foi um centro de exploração de sal desde o tempo dos romanos e até hoje podemos encontrar salinas na região e obter sal artesanal em forma de cristais de sal de qualidade superior e flor de sal.

A cidade também é conhecida pelos seus moliceiros, os barcos coloridos com decorações típicas, tradicionalmente usados para a colheita de algas marinhas, usadas como fertilizante na região. Estes barcos tradicionais são agora usados principalmente no turismo, para cruzeiros de canal.

Em relação à gastronomia de Aveiro, ele é reconhecida pela sua riqueza, com o delicioso ensopado de enguias, uma variedade de sopas de peixe e receitas de bacalhau - a propósito, o bacalhau seco está intimamente relacionado com a história e o quotidiano desta região.

Ovos moles, gema de ovo açucarada em forma de peixe ou barril é um dos doces mais conhecidos de Aveiro.

Veja o conteúdo disponível nos links abaixo e fale com o seu Anfitrião sobre algumas tradições locais que podem não estar disponíveis na internet:

<https://www.visitportugal.com/pt-pt/content/aveiro>

<https://www.visitportugal.com/pt-pt/destinos/centro-de-portugal/73753>

<https://www.visitportugal.com/pt-pt/destinos/centro-de-portugal/73762>

<http://www.riadeaveiro.pt/experiencias/gastronomia/>

## Passo 2: A importância da pesca

A Ria de Aveiro foi formada no século XVI como resultado de um recuo do mar e, mais tarde, pela construção de cordões costeiros que originou uma lagoa. A Ria cheira a peixe e invoca a pesca.

As águas da lagoa são o habitat de diferentes espécies de peixes: o dourado, o linguado, o sável, a solha, o robalo, o pregado, o bagre e a enguia, sendo a enguia uma das iguarias mais apreciadas na região, em particular o ensopado de enguias.

Também são abundantes os berbigões e os caranguejos, que são fáceis de apanhar na maré baixa, e também numerosas espécies de algas marinhas.

Mas não podemos esquecer o bacalhau, que tem até um museu em Ílhavo sobre a pesca de bacalhau com filetes e anzóis em frágeis barcos, na Terra Nova e na Gronelândia. Os berbigões, os camarões, os mariscos, as ostras e os mexilhões são frequentemente cozinhados pelos habitantes locais.

Veja os links abaixo para descobrir as atividades relacionadas com a pesca nesta região e algumas receitas. Em seguida, fale com o seu Anfitrião sobre os pratos e receitas que geralmente as pessoas fazem com esses ingredientes. E a gastronomia do seu país de



origem, que tipo de peixe as pessoas costumam usar? Quais são as semelhanças e diferenças com a gastronomia de Aveiro?

<http://www.riadeaveiro.pt/ria/pesca-no-mar-e-na-ria/>

<http://www.riadeaveiro.pt/ria/ria-de-aveiro/>

<http://www.riadeaveiro.pt/ria/ria-mesa/>

<http://www.museumaritimeo.cm-ilhavo.pt/pages/28>

[https://www.touristicroutes.com/recettes\\_culinaires\\_aveiro\\_portugal\\_fr.html?newLang=en](https://www.touristicroutes.com/recettes_culinaires_aveiro_portugal_fr.html?newLang=en)

<https://portugueseecooking.wordpress.com/2014/08/10/eel-stew-caldeirada-de-enguias-2/>

<https://tradicional.dgadr.gov.pt/pt/cat/pratos-a-base-de-peixe/12-caldeirada-de-enguias>

### Passo 3: A influência das salinas

O sal e a flor de sal, ainda extraídos através de um processo artesanal, fazem parte da imagem de marca de Aveiro.

Em tempos passados, a salga era, de facto, uma maneira de preservar a comida. Como resultado disso, as conservas são ainda populares, mantendo viva a tradição que vem dos séculos anteriores, quando a salga e a preservação do peixe eram necessárias e valiosas para o sustento da população.

Fale com o seu Anfitrião e tente identificar a importância deste recurso na gastronomia de Aveiro. Existirá algum prato que se manteve até agora por causa do processo de salga? E no seu país de origem, existe algum recurso natural com elevado impacto na gastronomia?



### Passo 4: Tempo de doces

Aveiro é conhecida pelos seus doces tradicionais: ovos moles, muitas vezes servidos em barris de madeira pintados à mão, trouxas de ovos, fios de ovos e castanhas de ovos, todos feitos com ovos. Mas também o pão-de-ló e as raivas, biscoitos tradicionais.

Como pode ver, embora os ovos pareçam ser um ingrediente indispensável, há muitas opções.

A maior parte desta pastelaria tradicional provém dos antigos conventos femininos de Aveiro e a sua preparação é feita de acordo com técnicas tradicionais. Após a extinção das



ordens religiosas, as receitas passaram de geração em geração e foram mantidas vivas até hoje.

Use os links abaixo para ler mais sobre a doçaria de Aveiro. Liste também os doces tradicionais do seu país de origem e fale com o seu Anfitrião para tentar encontrar algumas lendas locais sobre a pastelaria de Aveiro.

<https://ondacolossal.pt/2018/02/03/6-doces-de-aveiro-que-nao-vai-resistir/>

<http://www.aveirolovers.pt/?s=tripa+doce>

<https://nelsoncarvalho.com/ovos-moles/>

<https://www.qualigeo.eu/en/prodotto-qualigeo/ovos-moles-de-aveiro-igp/>

<http://www.aveirolovers.pt/receita-de-ovos-moles-de-aveiro/>

### Passo 5: Construir a sua apresentação

Agora é hora de resumir todas as informações que recolheu sobre a gastronomia de Aveiro. Não apenas o que leu e pesquisou na internet, mas também o que obteve através do seu Anfitrião. Deve considerar as informações que o seu Anfitrião partilhou consigo e que não estão documentadas ou registadas em nenhum suporte.



Além disso, deverá comparar a gastronomia de Aveiro com a do seu país de origem, quando aplicável, nomeadamente eventuais diferenças e semelhanças.

### Recursos

- Equipamentos tecnológicos: computadores e *software*
- Materiais diversos (papel/canetas)
- Acesso a Media, Internet

### Avaliação

Conhecimentos	Competências	Atitude/Comportamento
Refletir sobre Aveiro, as suas características e recursos naturais e de que forma os mesmos afetaram a sua gastronomia	Aplicação de competências de pesquisa de informação	Contribuir para a documentação de informação oral sobre a gastronomia de Aveiro e lendas com ela relacionadas
Procura proactiva informação sobre a gastronomia de Aveiro	Identificação das principais semelhanças e diferenças entre a gastronomia do seu país de origem e a de Aveiro	Promover a compreensão mútua e uma atitude de respeito através do conhecimento da gastronomia de diferentes partes do mundo

Pesquisa ativa de receitas de pratos tradicionais de Aveiro	Criação de uma apresentação, selecionando a informação relevante	
---	--	--

## Conclusão

A gastronomia pode ser uma forma de entrar em contacto com uma cultura diferente. Experimentar diferentes sabores pode não apenas ampliar o nosso palato, mas também despertar nossos sentidos para outra cultura.

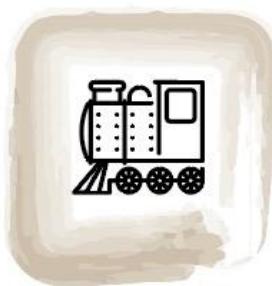
E, se além disso, tentarmos entender as origens dessa gastronomia e as relações com a própria comunidade - por que motivo esses ingredientes foram misturados, conhecer *in loco* os lugares que os geram - talvez nos possamos sentir mais próximos dessa comunidade ou até mesmo sentir que fazemos parte dela.

*Nota: Todas as imagens incluídas neste documento foram retiradas de [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com) e podem ser usadas livremente.*





# PAST-TIMES



*Stories, Tales and Customs to Raise Intercultural Awareness*



inn<sup>o</sup>ventum



INNEO

S V E B  
F S E A



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Project Number:2018-1-FR01-KA204-047883