

QUALIFICAÇÃO DO BACALHAU À BRAGA



Inscrição DGADR

PRODUTOS TRADICIONAIS PORTUGUESES

FICHA TÉCNICA

Trabalho desenvolvido por:



Organismo de Certificação de Produções Artesanais Tradicionais
Teresa Costa e Diana Barbosa

Textos

Teresa Costa e Diana Barbosa

Fotografia

Arquivo digital/publicações em Bibliografia
A.CERTIFICA

Design gráfico de logótipo

Substancial Word

Edição

Câmara Municipal de Braga
Novembro de 2020



ÍNDICE

1 ENQUADRAMENTO	4
3 HISTÓRIA	5
4 DELIMITAÇÃO DA ÁREA GEOGRÁFICA DE CONFECÇÃO	8
5 DESCRIÇÃO DO PRODUTO	8
5.1 <i>DEFINIÇÃO DO PRODUTO</i>	8
5.3 <i>CARACTERÍSTICAS PARTICULARES (SINAIS QUE EVIDENCIAM A SINGULARIDADE D PRODUTO)</i>	10
5.4 <i>ESPÉCIES, VARIEDADES</i>	10
6 DESCRIÇÃO DO MODO DE PREPARAÇÃO	10
6.1 <i>APRESENTAÇÃO COMERCIAL DO PRODUTO</i>	10
6.2 <i>SABER FAZER</i>	11
6.4 <i>OUTRAS DESIGNAÇÕES</i>	11
7 BIBLIOGRAFIA	12

1 | ENQUADRAMENTO

No decorrer de 2020 o Município de Braga candidatou-se ao projecto “Minho Região Europeia da Gastronomia”, aprovado pelo Norte 2020 integrado na CIM do Cávado, em que coube à Câmara Municipal identificar um dos seus produtos de excelência a nível gastronómico no concelho de Braga. Neste sentido, e por forma a valorizar os seus produtos, o Município de Braga propôs-se a qualificar a receita/produto “**Bacalhau à Braga**” inscrevendo-o na DGADR – Direcção Geral de Agricultura e Desenvolvimento Rural, como um Produto Tradicional Português que neste caso se trata de uma receita.

O Município de Braga pretende que esta receita tradicional, que já é um dos ex-libris do concelho de Braga, seja cada vez mais procurada e confeccionada pelos restaurantes estimulando assim o seu potencial turístico. Pretende-se assim, que o “ **Bacalhau à Braga**” se torne num dos produtos emblemáticos da gastronomia local, estendendo-se naturalmente a todo o território nacional.

Tendo em consideração toda a sua história e a forma única de confeccionar este peixe nobre, foi naturalmente fácil a escolha da receita do **Bacalhau à Braga** para esta qualificação.

2 | INTRODUÇÃO

O presente documento visa identificar a história e o modo de produção do prato **Bacalhau à Braga** bem como, apresentar todos os elementos que o constituem e que lhe confere a sua identidade.

Este documento contém um conjunto de elementos que definem a confecção do “**Bacalhau à Braga**” como receita tradicional portuguesa. Esta será inscrita na Plataforma da DGADR que, em colaboração com a Federação Portuguesa das Confrarias Gastronómicas (FPCG) e a MINHA TERRA - Federação Portuguesa de Associações de Desenvolvimento Local, regista o levantamento documentado do receituário tradicional português com elementos relativos à história, particularidades, usos e saber-fazer associados a esse produto/receita.

3 | HISTÓRIA

A cidade de Braga é conhecida pela sua gastronomia de requinte e muita diversidade que vai desde a carne ao peixe, como aos doces muito afamados. Podemos dizer que o Bacalhau é o imperador nas cozinhas bracarenses. É por isso muito natural e comum que todos os restaurantes, ou a sua grande maioria, possuam na sua ementa pratos de bacalhau, com especial destaque para a receita que se perpétua como **“Bacalhau à Braga”**, bacalhau este inspirado na receita do Bacalhau à Narcisa.

Na recolha histórica, foi possível apurar que o “conhecido” Bacalhau à Narcisa, terá surgido numa tasca da cidade cujo nome era precisamente “Narcisa”. Consta-se que este espaço chegou a ser visitado por milhares de pessoas vindas de todos os cantos do país entre as quais, a fadista Amália Rodrigues e a actriz Beatriz Costa, para provarem esta iguaria especificamente pela elevada reputação da casa.

Como afirma o Gastrónomo Mor Dr. Reis Torgal, *“não fora a fama ganha nesta tasca da Narcisa, tomada em negócio à dona do nome por uma D. Eusebia (falecida em 1972) e talvez Braga não visse celebrar o velho Bacalhau à Bracarense virado à Narcisa nesta casa por força da primitiva designação do local e engenho e culinário de D. Eusebia”*.

Como era preparado esse tão famoso Bacalhau? Qual a sua verdadeira história?

Félix Ferreira e Manuel Ferreira, Bisnetos de Félix Valença, contam que em meados de 1930 seu bisavô, Félix Ferreira Valença casado em segundas núpcias com **Eusébia de Brito** “tomaram” o negócio de uma tasca situada no largo de Monte de Arcos onde se servia “Bolinhos de Bacalhau” para acompanhar uma tigela de bom vinho, que pertencia a uma certa e desconhecida Narcisa que, devido à sua avançada idade, não poderia continuar com o negócio. D. Eusébia fica assim à frente desta casa, na qual lhe acrescentou uma pequena mercearia, dedicando-se mais tarde aos petiscos a pedido de alguns clientes habituais, nomeadamente António Peixoto fundador da fábrica Pachancho. A fama cresceu, e rapidamente a D. Eusébia viu-se obrigada a alargar o seu espaço acabando com a pequena mercearia e dedicando-se mais aos dotes culinários, passando de uns simples petiscos a pratos mais elaborados como o bacalhau e o cabrito assado no forno, tornando a tasca “Narcisa” numa das tascas mais conhecidas da cidade de Braga e procurada por muitos para provarem o tão célebre Bacalhau à Narcisa.

Dada a celebridade do bacalhau, D. Eusébia (falecida em 1972) e seu marido, deram o nome a esta casa de “Bacalhau à Narcisa” fazendo questão de manter o nome Narcisa por ser assim conhecida inicialmente. Foi nesta casa que os “saberes fazeres” foram transmitidos também a Eusébia, esposa de Félix Ferreira (neto Félix Valença), mais conhecida por Zébinha, que acabou por dar continuidade à tasca “Bacalhau à Narcisa” com o apoio do seu marido Félix Ferreira e seus filhos Félix e Manuel que se mantiveram até ao seu fecho em Setembro de 2008.

Desta casa restam memórias de sabores de quem teve o privilégio de degustar o tão famoso “Bacalhau à Narcisa”, confeccionado com postas generosas, e onde o azeite, as batatas e as cebolas eram incomparavelmente mais saborosas.



Figura 1 | Edifício do Restaurante “Bacalhau à Narcisa”



Figura 2 | Interior do Restaurante “Bacalhau à Narcisa”



Figura 3 | Exterior do Restaurante “Bacalhau à Narcisa”

Como era preparado o Bacalhau à Narcisa?

Segundo Félix Ferreira e seu irmão Manuel Ferreira, o Bacalhau à Narcisa, primava pela qualidade dos poucos ingredientes utilizados; um bom bacalhau e o que a terra dava. Assim era baseado numa boa posta de bacalhau (bacalhau especial maioritariamente da Islândia) previamente demolido no tanque de pedra existente na casa, construído pelo seu bisavô *Félix Valença*, que depois se fritava numa sertã com azeite abundante, acompanhado por batata frita e cebolada. A posta de bacalhau era colocada numa frigideira a fritar em abundante azeite, de tal forma, que o azeite cobria a posta de bacalhau até metade da altura. Quando um dos lados do bacalhau estivesse alourado, virava-se e adicionava-se ao bacalhau, as batatas cortadas às rodelas (de espessura média) que estiveram algum tempo em água e sal.

Assim que o bacalhau estivesse pronto, retirava-se o mesmo da frigideira e deixava-se as batatas acabarem de fritar. Numa frigideira à parte adicionava-se o azeite, as cebolas às rodelas, uma pitada de sal, pimenta moída o pimentão-doce e deixava-se a cebola cozinhar até esta ficar macia. No final, o bacalhau era colocado numa travessa rodeado da batata frita, coberto e regado com a cebola e o seu molho e decorado com um ramo de salsa.



Figura 4 | Prato – Bacalhau à Narcisa (Fotografia¹)

Do Bacalhau à Narcisa ao Bacalhau à Braga

Consta-se que o nome o *Bacalhau à Braga* terá surgido na década de 80, plasmado nas ementas de vários restaurantes da cidade que, inspirados na receita do Bacalhau à Narcisa o comercializavam recorrendo a “Braga” para não fazerem promoção à casa que lhe deu fama.

Embora o *Bacalhau à Braga* seja inspirado no já reconhecido Bacalhau à Narcisa, é importante referir que ao longo dos tempos e com a evolução da cozinha portuguesa, também as receitas se foram adaptando e evoluindo, pelo que a preparação do *Bacalhau à Braga* difere de restaurante para restaurante mantendo sempre a mesma base.

O *Bacalhau à Braga* é deste modo, um símbolo da gastronomia do concelho de Braga que vale a pena identificar e valorizar.

¹ Fotografia retirada do Livro: *A Freguesia de São Victor Braga* de OLIVEIRA Eduardo Pires de Oliveira (2001)

4|DELIMITAÇÃO DA ÁREA GEOGRÁFICA DE CONFECCÃO

A confecção da receita é reconhecidamente da cidade de Braga no entanto, é amplamente reproduzida por todo o país, tendo como área geográfica o território nacional.

5|DESCRIÇÃO DO PRODUTO

5.1|DEFINIÇÃO DO PRODUTO

O Bacalhau à Braga é um prato típico do concelho de Braga que deriva do famoso “**Bacalhau à Narcisa**”. Este prato inclui as postas dos lombos do bacalhau frito acompanhadas com batatas fritas e cebolada.

5.2|NATUREZA E CARACTERÍSTICAS DAS MATÉRIAS-PRIMAS

As matérias-primas tradicionalmente utilizadas para a confecção do prato “**Bacalhau à Braga**” são as seguintes:

- ✓ Bacalhau

O ingrediente principal deste prato é o bacalhau, este poderá ser adquirido preferencialmente salgado e seco, com mais de três quilos (Bacalhau Especial), ou na impossibilidade de demolhar optar pelo congelado.

A proveniência não é factor obrigatório para este prato, no entanto, a **qualidade do Bacalhau** sim, por isso recomenda-se: Bacalhau da Islândia, Gronelândia, Noruega ou das Ilhas Faroé. Esta preferência deve-se ao facto de este ser utilizado pela maioria dos restaurantes actualmente. Em bom rigor o bacalhau das águas frias é diferenciado pelas suas lascas soltas e gelatinosas e pela carne firme e branca que apresenta.

Talvez o maior desafio para aqueles que adquirem o bacalhau em estado seco, seja o seu processo de demolha, que permite que a carne fique saborosa e sem excesso de sal na hora de servir. Por isso, para a demolha, é importante colocar as postas em água fresca ou corrente, completamente submersas (a água fresca deve ser trocada pelo menos duas vezes ao dia e durante mais ou menos 72 horas).

Orientações para adquirir um bacalhau com qualidade:

- Prefira o bacalhau inteiro ao pré-embalado. Desta forma, é mais fácil controlar a qualidade (grossura, peso, cheiro, coloração, etc.)
 - Recuse o bacalhau com defeitos de conservação (zonas vermelhas ou empoadas). Evite também o peixe com fendas e coágulos de sangue, ou que esteja queimado ou melado;
 - Não compre bacalhau com demasiado sal. Este é indispensável para a conservação do bacalhau seco, mas em excesso pode provocar uma desidratação acentuada, com consequências negativas ao nível do sabor e do valor nutritivo;
 - Não compre bacalhau seco com sinais visíveis de humidade. O bacalhau muito húmido deteriora-se rapidamente;
 - Se optar pelo bacalhau pré-embalado, não se esqueça de examinar a etiqueta: verifique o tipo comercial do peixe, o peso líquido e a data de validade;
-
- ✓ Azeite extra virgem com baixo grau de acidez e de boa qualidade
 - ✓ Cebola Nacional (*allium cepa*)

Condimentos:

- ✓ Sal (NaCl), próprio para fins alimentares;
- ✓ Alho (*allium sativum L.*)
- ✓ Colorau ou pimentão-doce;
- ✓ Pimenta moída
- ✓ Vinagre (opcional)

(Verificamos que a utilização deste ingrediente, é utilizado por alguns Restaurantes por forma a aferir alguma acidez à cebolada).

Para decoração:

- ✓ Salsa (ramo ou picada)

Opcional

- ✓ Azeitonas
- ✓ Pimento verde ou Vermelho
- ✓ Pickles

5.3|CARACTERÍSTICAS PARTICULARES (SINAIS QUE EVIDENCIAM A SINGULARIDADE D PRODUTO)

Esta receita tem como particularidade a confecção do bacalhau, no qual este é frito numa frigideira com azeite abundante e é acompanhado por batatas fritas às rodelas e cebolada.

5.4|ESPÉCIES, VARIEDADES

O bacalhau é presença na dieta de todas as casas, e chega até nós das mais variadas origens que agradam o paladar de todos. Para a confeccionar o prato **Bacalhau à Braga**, o bacalhau tal como referido anteriormente, poderá ter origem na Islândia, Gronelândia, Ilhas Faroé, Noruega ou outra, desde que seja de boa qualidade. Para que se possam extrair bons lombos deverá ser utilizado bacalhau especial (peso superior a 3Kg).

6|DESCRIÇÃO DO MODO DE PREPARAÇÃO

1. Frita-se a posta do bacalhau em azeite numa frigideira em temperatura média para não prejudicar a cadeia de fibras do alimento oferecendo maciez e textura;
2. Cortam-se as batatas às rodelas de espessura média e frita-se em óleo;
3. Numa outra frigideira, coloca-se o azeite (pode aproveitar-se o azeite da fritura do bacalhau), a cebola cortada às rodelas, o alho, uma pitada de sal, pimenta moída, colorau ou pimentão-doce, e leva-se ao lume até que a cebola cozinhe;

Tal como referido anteriormente, pode-se adicionar uma gostas de vinagre à cebolada conferindo uma certa acidez ao prato, sendo a sua utilização opcional.

4. Coloca-se o bacalhau numa travessa, dispõe-se as batatas à volta, cobre-se com a cebola e rega-se com o azeite utilizado na preparação da mesma;
5. Para decorar, coloca-se a salsa em ramo ou picada. Os restantes ingredientes decorativos ficam ao critério do cozinheiro nomeadamente: as azeitonas, pimento verde/vermelho e pickles).

6.1| APRESENTAÇÃO COMERCIAL DO PRODUTO

O **Bacalhau à Braga** é comercializado em restaurantes ou tasquinhas em formato de uma dose ou ½ dose.

Diferentes formas de apresentação comercial do prato **Bacalhau à Braga**



Figura 5 e 6 | Prato Bacalhau à Braga – Restaurante Chef Vinagre (Fotografia²)

6.2 | SABER FAZER

A sabedoria transmitida (oral e visualmente) pela D.Eusébia (cozinheira da Narcisa) àqueles que frequentaram a famosa tasca, e que lhe pediram a receita, passou por várias gerações até aos nossos dias, vindo a integrar-se na memória colectiva e tradição cultural dos bracarenses.

Para esta receita o saber fazer passa pelo bacalhau demolido no ponto (textura e sal), bem como fritar o bacalhau (posta inteira).

6.3 | DISPONIBILIDADE DO PRODUTO AO LONGO DO ANO

Não há sazonalidade, o prato está disponível todo o ano não só no concelho de Braga como em todo o território nacional.

6.4 | OUTRAS DESIGNAÇÕES

A receita deste bacalhau encontra-se nas várias ementas por todo o território nacional, na qual vamos encontrando outras designações nomeadamente, “Bacalhau à Casa” ou Bacalhau com o nome do restaurante em causa.

² Fotografia: Créditos *Feel Agency*

7|BIBLIOGRAFIA

ABEL, Maria e CONSIGLIERI Carlos (1998). *O Bacalhau – na vida e na cultura dos portugueses*. Academia do Bacalhau em Lisboa

FELNER, Ricardo Dias (texto) FERNANDES José e SILVA Rui Duarte (fotografias) (2019). *A História da nossa paixão por esses feios, malcheirosos mas magníficos peixes: o nosso querido bacalhau*. Jornal Expresso 24-12-2019

GUEDES Francisco (2001) *As 100 maneiras de cozinhar bacalhau e outros peixes* 1ª Ed. Lisboa: Dom Quixote

OLIVEIRA Eduardo Pires de Oliveira (2001)

MARQUES Fernando (1997) *História do Bacalhau e outras histórias*. drapc.gov.pt

MORAIS Filomena (Fev.2017). *Bacalhau à Braga: história e receita*.

SAMPAIO Ana Maria de (compilação) (Abril 2003). *Receitas da Avó Rosalina – 111 Receitas do Bacalhau*. Publicações Europa América

TORGAL Gonçalo dos Reis (1995) *Roteiro Gastronómico, Panela ao Lume*

Bacalhau a moda de Braga. Património gastronómico do concelho de Braga (2000). Associação Comercial de Braga

Cadernos de Normalização nº 2 Norma IPCP (1991) *Classificação e parâmetros de qualidade Bacalhau (e espécies afins) Salgado, Verde ou Seco* – Instituto português de conservas e pescado – Lisboa

Sites

<https://tastebraga.com/comida/bacalhau-a-narcisa/> Taste Braga – Gastronomia / O que Comer – Bacalhau à Narcisa [consultado em 20-04-2020]

<http://sobrehistorias.com/2010> - Bacalhau à moda de Braga [consultado em 20-04-2020]

Fontes

Chef Vinagre – Restaurante Chef Vinagre

Félix Machado Ferreira e Manuel Machado Ferreira, proprietários da casa – Bacalhau à Narcisa

José Dias – Restaurante “Bem me Quer”