Lusíada
Repositório das Universidades Lusíada

Universidades Lusíada

Galito, Maria Sousa

Gastronomia das Descobertas Portuguesas

http://hdl.handle.net/11067/8351
https://doi.org/10.34628/AMPQ-HF45

Metadados

Data de Publicação 2025

Resumo O projeto da colonização portuguesa visava disseminar o catolicismo com o beneplácito do Vaticano, enquanto os jesuítas construíam escolas no além-mar e se promovia o comércio através de uma língua franca, o Português; pelo que se trocavam produtos e serviços à escala mundial, como nunca antes acontecera, o que foi percursor do processo da Globalização. Muito se tem escrito sobre as vantagens e desvantagens desta Odisseia pelos mares, mas pouco sobre gastronomia. De facto, no âmbito da História...

The Portuguese colonization project aimed to spread Catholicism with the Vatican’s approval, while the Jesuits built schools overseas and promoted trade through a lingua franca, Portuguese. As a result, products and services were exchanged on a global scale as never before, which was a precursor to the process of globalization. Much has been written about the advantages and disadvantages of this odyssey across the seas, but little about gastronomy. In fact, in the context of the history of Por...

Editor Universidade Lusíada Editora

Palavras Chave Gastronomia - Portugal - História, Portugal - História - Período dos descobrimentos, 1385-1580

Tipo article

Revisão de Pares yes

Coleções [ULL-FCHS] LPIS, n. 31 (2026)

Esta página foi gerada automaticamente em 2026-10-29T23:02:54Z com informação proveniente do Repositório

Maria Sousa Galito
Centro de Estudos Jurídicos, Económicos, Internacionais e Ambientais (CEJEIA), Universidade Lusíada
maria.sousa.galito@gmail.com
0000-0001-9590-7278

Submetido em 25/10/2025 • Aprovado em 30/11/2025 • Publicado em 13/12/2025

Gastronomia das descobertas portuguesas

Gastronomy of Portuguese discoveries

10.34628/AMPQ-HF45

Resumo: O projeto da colonização portuguesa visava disseminar o catolicismo com o beneplácito do Vaticano, enquanto os jesuítas construíam escolas no além-mar e se promovia o comércio através de uma língua franca, o Português; pelo que se trocavam produtos e serviços à escala mundial, como nunca antes acontecera, o que foi percursor do processo da Globalização.

Muito se tem escrito sobre as vantagens e desvantagens desta Odisseia pelos mares, mas pouco sobre gastronomia. De facto, no âmbito da História das Descobertas Portuguesas, o tema da alimentação e das receitas culinárias é pouco estudado, enquanto legado rico e diversificado que importa conhecer e valorizar. É património imaterial com valor cultural e potencial turístico significativo a nível nacional e internacional.

Palavras-chave: Descobertas portuguesas | Gastronomia | Receitas culinárias.

Abstract: The Portuguese colonization project aimed to spread Catholicism with the Vatican's approval, while the Jesuits built schools overseas and promoted trade through a lingua franca, Portuguese. As a result, products and services were exchanged on a global scale as never before, which was a precursor to the process of globalization.

Much has been written about the advantages and disadvantages of this odyssey across the seas, but little about gastronomy. In fact, in the context of the history of Portuguese discoveries, the subject of food and culinary recipes has been little studied, despite being a rich and diverse legacy that is important to know and value. It is intangible heritage with significant cultural value and tourism potential at the national and international level.

Keywords: Portuguese discovery | Gastronomy | Recipes.

Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional.

Ouriginal Texto submetido à plataforma de deteção de similaridade e plágio OURIGINAL.
Os textos que constituem esta obra seguem, por decisão do respetivo autor, a antiga ou a atual grafia.
O conteúdo desta obra é da exclusiva responsabilidade do seu autor e não vincula a Fundação Minerva | Universidade Lusíada.

Introdução

O artigo de investigação centra-se no tema da Gastronomia das Descobertas e que se insere no período da colonização portuguesa entre os séculos XV e XX, sob a perspetiva de contributo positivo para a Globalização e para a diversificação cultural, no âmbito alimentar e medicinal[1].

Neste período histórico, em Portugal já se admita que uma dieta equilibrada poderia curar doenças e que novos ingredientes enriqueciam o palato, os cofres de ouro e os livros de receitas. O que permitiu que cozinheiros fossem capazes, ao longo do tempo, de replicar experiências passadas e passá-las de geração em geração.

Este percurso começou numa sociedade que oscilava entre excessos e moderação. Sabemos que D. Afonso IV, em cujo reinado Portugal descobriu as ilhas Canárias, legislou sobre o consumo de alimentos consoante o estatuto social através das "Pragmáticas de 1340". Posteriormente, o rei D. Duarte recomendou virtude e temperança para evitar o pecado da gula, possivelmente praticado pelos nobres do tempo do "Leal Conselheiro" (Conde, 2022: 214)

Mas com as *Descobertas de Aquém e Além-Mar*, o nosso país foi banhado a iguarias exóticas que fizeram as delícias dos seus contemporâneos; e cujo impacto na agricultura, no comércio, na ciência e no quotidiano dos portugueses, foi evidente e duradouro, tanto na Metrópole como nas Colónias[2]. Razão pela qual carece de investigação científica mais apurada.[3]

---

[1] «A descoberta de novos mundos e o estabelecimento de carreiras marítimas comerciais regulares com a América, a África e a Ásia desencadeiam uma importante globalização alimentar, em resultado não só da maior acessibilidade do consumidor a produtos importados (como as especiarias), mas também da disseminação por territórios novos da fauna e da flora conhecidas dos portugueses.» (Domingues, 2016: 430)

[2] «É, por conseguinte, nas colónias, em particular no Brasil, que melhor percebemos as transformações que a Expansão introduziu nos hábitos gastronómicos do povo português. Também as longas travessias nas carreiras marítimas se assumiram como espaços de acomodação gastronómica, isto é, de consumo dos produtos das novas terras. Esse abastecimento com mantimentos exógenos ao território português europeu dava -se não só por ocasião das paragens realizadas durante a viagem, mas sobretudo no carregamento de víveres para o regresso a Lisboa (a chamada «torna-viagem»).» (Domingues, 2016: 430)

[3] «Nos séculos XV-XVI, as viagens marítimas protagonizadas por portugueses (…) reconfigurando a perceção do mundo. Os produtos alimentares participaram na intensificação da circulação de

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 63 04/05/2026 15:34:09

> «Os Portugueses estabeleceram com os alimentos e receitas a mesma relação de curiosidade e inclusão que ao longo dos séculos, mas com mais intensidade no período dos Descobrimentos, têm revelado, para com os diferentes e mais ou menos longínquos povos e culturas com os quais tiveram, ou têm ainda, o privilégio de conviver. Uma cozinha que abraçou gostos árabes com ingredientes mediterrânicos, que enlaçou aromas orientais na filigrana da doçaria conventual, qua apadrinhou o convívio com as ervas e legumes lusos de horta e monte com o exótico gengibre, que cruzou a rota da perdiz ocidental com a canela recém-chegada do Oriente, que adoçou o arroz da Índia com o açúcar de S. Tomé, que cruzou os mares ao lado das sardinhas atlânticas, delicadamente acamadas no seu escabeche, já batizado de cravo, canela, gengibre e noz-moscada… foi esta a arte que transpôs até mesmo as cerradas portas dos colégios e mosteiros, e que, quinhentos anos depois, chega até nós pela mão sabedora de um frade ou prelado anónimo, para que possamos continuar a levá-la à prática (…)» (Barros, 2013: 48)

Como consequência, Lisboa tornou-se uma capital mundial, qual grande entreposto comercial, aberto ao exterior, enquanto «(…) *mercado e armazém* das *cidades e portos* do seu raio mais próximo: vinho, azeite, sal e *aquilo que recebe das suas conquistas*.» (Mangas, 2016: 14)

O intercâmbio cultural das Descobertas[4] desenvolvido ao longo de cinco séculos enraizou hábitos, engendrou tradições que se tornaram corriqueiras no quotidiano de um povo que talvez desconheça o quão prolífera e profícua foi a sua contribuição para a Gastronomia nacional e internacional; ou que este caminho foi trilhado com a ajuda de cozinheiros da corte; mas também das comunidades monásticas em Portugal, pois os frades e freiras dedicavam horas a fio à comida e aos rituais de refeitório, que decorriam entre a hora prima e a ceia[5].

pessoas, ideias, bens e genes, que nos séculos seguintes atravessou diferentes regiões de todos os Continentes. Os impactos agrícolas e alimentares dessas primeiras conexões globalizadas continuam a suscitar numerosas investigações, visando identificar, quer os percursos intercontinentais dos ingredientes, quer os impactos, os mecanismos e a criatividade de apropriações locais. Essas pesquisas, que apelam ao contributo de várias ciências e artes (História, Biologia, Agronomia, Antropologia, Sociologia, Culinária, etc.), têm analisado dados de diferentes origens, permitindo compreender melhor as raízes das culinárias europeias.» (Freire, Pires e Bonacho, 2022: 13).

[4] «(…) se é hoje consensual que ingredientes com origem na América Central (tomate, feijão, milho, batata, etc.) são essenciais em numerosas receitas consideradas tradicionais da culinária portuguesa, igualmente a tempura, levada pelos portugueses para o Japão no século XVII, se tornou uma técnica indissociável da culinária japonesa. A investigação histórica tem permitido verificar como os hábitos alimentares de cada região foram mudando, integrando novos elementos, excluindo outros, adaptando técnicas e utensílios para transformar ou criar receitas que se tornaram localmente emblemáticas.» (Freire, Pires e Bonacho, 2022: 14).

[5] «Para o período moderno, e numa comunidade cisterciense feminina, S. Bento de Cástris, as

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 64 04/05/2026 15:34:09

O artigo de investigação concentra as suas atenções neste percurso trilhado por vários agentes que criaram manjares de requintado palato. Confere destaque a mestres de cozinha e a mecenas culturais que, assim, conferiram importância a um manancial cultural, em muito valioso, qual nos foi legado qual tesouro deleitoso, pela aventura marítima lusa.

Para o efeito, o argumento foi divido em sete capítulos. O primeiro sobre diplomacia e hospitalidade com exemplos ilustrativos da arte de bem servir com propósito político ou medicinal aquém e além-mar.

O segundo capítulo apresenta resumidamente o projeto renascentista inserido no livro de Cozinha da Infanta D. Maria, neta do rei D. Manuel I de Portugal.

O terceiro capítulo propõe uma análise sucinta sobre o importante manuscrito redigido por Domingos Rodrigues, cozinheiro dos reis D. João IV e D. Pedro II, sob o título de *Arte de Cozinha* e que fez escola no seu tempo.

O quarto capítulo é sobre o *Manuscrito 142* do Arquivo Distrital de Braga, com receitas publicadas em contexto monástico no ano de 1787.

O quinto capítulo debruça-se sobre sobremesas, mormente frutas e receitas com açúcar, que fizeram as delícias dos seus contemporâneos, com especial destaque para a doçaria conventual.

O sexto capítulo faz uma pequena análise sobre um livro de *Receitas e de Remédios* de Francisco Borges Henriques, que foi publicado em 1715 e se reporta a experiências dos finais do séc. XVII e princípios do séc. XVIII.

O último capítulo relembra a contribuição das receitas do Abade de Priscos para a Gastronomia nacional, a quem se atribui a autoria de um famoso pudim de toucinho.

Do ponto de vista metodológico, fez-se uma seleção bibliográfica com base textos especializados, que pudesse ser representativas ou fizessem alusão direta ou indireta à época da colonização e das descobertas portuguesas. A escolha das fontes não foi exaustiva, por condicionalismos próprios de um artigo de investigação de pequena dimensão.

principais refeições, o jantar e a ceia, decorriam em conjunto, presididas pela abadessa. No seu quotidiano cisterciense a hora de Prima, no Verão, era por volta das 5 da manhã e no Inverno das 6, sendo que passadas cerca de duas horas ocorria o almoço, acorrendo as religiosas ao refeitório de forma individual, sensivelmente a meio dos Ofícios matinais (Prima, Terça, Sexta e Noa) a que se seguia a missa maior do dia, entre as 9 e as 10 horas9. Após esta missa, normalmente depois da Sexta, tinha lugar a refeição mais substancial, o jantar (pelas 11 horas, no Inverno, e 12 horas, no Verão); a ceia seria pelas 18 horas, no Inverno, e pelas 19 horas10, no Verão, o que fazia com que o tempo decorrido entre as duas mais significativas refeições do dia, o jantar e a ceia, fosse preenchido com orações, Vésperas e Completas, e com um pouco de tempo livre.» (Conde, 2022: 212-213)

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 65 04/05/2026 15:34:09

1. Diplomacia e hospitalidade

Um dos maiores exemplos de diplomacia gastronómica realizada em Portugal foi a boda de casamento do infante D. Afonso (1465-1491), filho do rei D. João II de Portugal, com D. Leonor de Castela, filha dos reis Católicos de Espanha.

Insere-se no âmbito da política externa, porque o objetivo era contribuir para a união das coroas ibéricas sob liderança portuguesa. Tal era o desígnio do rei D. João II, que não foi possível concretizar por o seu filho D. Afonso ter caído do cavalo e falecido meses após o seu casamento, a 11 de julho de 1481, aos 26 anos de idade, sem engravidar a jovem esposa e deixando o pai sem herdeiros legítimos para assumirem a coroa.

As referidas festas foram narradas por Rui de Pina e por Garcia de Resende. Consistiram em dois banquetes organizados em Évora, no ano de 1490. O esplendor impressionou os convivas, encantados com o requinte das instalações e dos trajes, a beleza da música e dos espetáculos[6], e com toda a comida que foi servida a nobres mas também ao povo da cidade. De facto, Garcia de Resende ficou surpreendido com a qualidade e a quantidade de alimentos disponibilizados[7]; mas também com a teatralidade do evento e a duração dos festejos, pois estes entravam pela noite dentro e prolongaram-se, de alguma forma, desde os finais de novembro até ao Natal (Maleval, 2014: 45)

No que concerne às refeições, as ordens não se cingiam a nutrir as pessoas. Pretendiam deslumbrar quem participava das celebrações. Garcia de Resende, por exemplo, destaca os pavões cozinhados que irromperam pelo salão de festas com cabeças emplumadas[8]; e os dois bois assados inteiros, escoltados por jovem fidalgo que parecia pastoreá-los como se os animais ainda estivessem vivos[9].

---

[6] «Para as comemorações nupciais o rei mandou construir, em Évora, uma sala de madeira. Nela foram encenados momos – representações de caráter solene e espetacular, e cunho processional – e os banquetes, servi dos, ao som de muitos instrumentos, diante de convidados vestidos com a maior ostentação, sob a influência da moda francesa.» (Maleval, 2014: 44)

[7] «Para as festas de Évora, por ocasião do casamento de D. Afonso filho de D. João II (…) Resende fala de vacas, vitelas, carneiros, porcos, leitões, galinhas, capões, patos, adens, pavões e outras muitas aves, caça a rodo. Só com a bicharada de bico se gastaram mais de Í00 moios de trigo, para que estivesse bem gorda quando a faca chegasse.» (Manupella e Arnaut, 1967: 33)

[8] «(…) impressionantes eram os pavões assados inteiros, servi dos com os rabos, pescoços e cabeça emplumada. Fora isto, havia "muitas sortes de aves, e caças, manjares e frutas, tudo em muito grande abundância e muita perfeição" (…) Após e durante tanta comilança, houve representações, "e depois da cea muitas danças, e outras muitas festas, que quase toda a noite duraram" (…)» (Maleval, 2014: 45)

[9] «Mas o que é sobretudo espantoso, na descrição minuciosa (…) são os dois bois assados inteiros, puxando uma carreta dourada cheia de carneiros também assados inteiros e com os cornos

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 66 04/05/2026 15:34:09

Também se sabe que, nos banquetes reais também foram consumidas especiarias e produtos exóticos provenientes da colonização portuguesas, o que demonstra abertura da corte e do povo português à novidade e à diferença, que foram sempre apanágio deste país cosmopolita, que dá valor a outras culturas.[10]

A diplomacia também foi usada pelos navegadores portugueses no âmbito social, à medida que contactavam com novos povos e outras culturas. É possível analisar algumas dessas experiências com base em «(…) relatos sobre a vida a bordo das naus portuguesas, cartas e tratados de jesuítas e de colonos portugueses sobre o Brasil (Pero Vaz de Caminha, Pero Magalhães de Gândavo, Gabriel Soares de Sousa e Fernão Cardim) (…)» entre outros (Domingues, 2016: 430-431).

Conhecem-se casos ilustrativos da importância atribuída à gastronomia, enquanto *arte de bem receber e de conviver* com representantes da comunidade índia, no continente americano, tais como as duas receções a índios tupiniquins organizadas na nau de Álvares Cabral, no ano de 1500 e relatadas por Pero Vaz de Caminha:

> «No que respeita a primeira receção aos índios em Porto Seguro, há que reter que não lhes é servida a comum «ração de sobrevivência», à base de biscoito, mas sim alimentos acessíveis apenas à tripulação mais ilustre, como o pão (cozido a bordo) e alguns «mimos» – os doces confeitos, os fartens, mel e passas de figo.» (Domingues, 2016: 432)

Comprova-se, à luz destes exemplos, que as interações entre portugueses e índios podiam ser, nem que inicialmente, formais e baseadas em regras de etiqueta.

Por outro lado, o dever de Hospitalidade incluía a possibilidade de prestar cuidados médicos, neste caso, pelos colonos a quem os visitava além-mar. O episódio do padre que viajou de Lisboa até à Baía, no Brasil, e que adoeceu no caminho, é-nos contado em 1585 por Fernão Cardim:

---

dourados: "e vinha tudo posto num cadafalso tam baixo com rodetas per fundo dele, que não se viam, que os bois pareciam vivos, e que andavam" (…)» e «(…) vinha um moço fidalgo com hũa aguilhada na mão, picando os bois, que parecia que andavam, e levavam a carreta (…)» e após servirem os convidados nobres «(…) foram dados ao povo: "com grande grita, e prazer, foram espedaçados, e levava cada um quanto podia (…)» (Maleval, 2014: 45)

[10] «Nos já referidos banquetes de Évora [do casamento do infante D. Afonso], no reinado de D. João II, consumiram-se especiarias — o que, aliás, começava a ser mais natural no País, atendendo, entre outros factos, a que já ia adiantada a exploração da costa africana (de Benim, por sinal, veio a famosa pimenta de cauda).» (Manupella e Arnaut, 1967: 40)

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 67 04/05/2026 15:34:09

> «(…) o destaque vai para os requintes do serviço, uma vez que os convidados se sentam à mesa de Sancho Tovar, coberta de toalhas. Já no que se refere à dieta servida ao padre enfermo, note -se que, além das comuns galinhas, ingrediente indispensável aos caldos dos doentes, Fernão Cardim menciona *cousas doces* (…) que evidencia que ao açúcar, simples ou em preparados (como era o caso das conservas), eram reconhecidas propriedades medicinais. Além das mais comuns carnes e peixes de salga, destinados ao consumo durante a viagem, havia entre os tripulantes mais distintos quem levasse consigo alguns pitéus de conserva (…) como sardinhas de escabeche, perdizes e galinhas assadas, conservadas em manteiga, azeite ou calda avinagrada.» (Domingues, 2016: 432)

Por conseguinte, os cozinhados tiveram um papel de primeira importância em contexto diplomático, tanto em celebrações reais como nas relações entre os primeiros navegadores e povos estrangeiros; como n âmbito da hospitalidade proporcionada por colonos portugueses, em terras distantes, a viajantes provenientes da Metrópole. Este legado ajudou a cimentar herança de palato e sabores, no seio das comunidades portuguesas em diferentes estratos sociais, embora se conheçam melhor as experiências de cozinheiras em casas abastadas.[11]

2. *Livro de cozinha da Infanta D. Maria*, sécs. XV e XVI

A infanta D. Maria nasceu no Paço da Ribeira, em Lisboa em 1538 e faleceu em 1577 na cidade de Parma. Era neta do rei D. Manuel I de Portugal. Era filha do quarto Duque de Guimarães, D. Duarte, e de Isabel de Bragança. O seu contrato de casamento foi assinado em Bruxelas a 30 de novembro de 1565. O noivo escolhido, pelos progenitores, foi Alexandre Farnésio, Duque de Parma e Placência. D. Maria teve três filhos do marido: Rainúncio (1569-1622), Margarida (1567-1643) e Eduardo (1573-1626).

Maria de Portugal ou Maria de Guimarães ou a Duquesa de Parma e Placência, era instruída e culta. Recebeu instrução superior àquela que a grande maioria das mulheres não tinha acesso na sua época.

O seu confessor, um jesuíta chamado Sebastião de Morais, tornou público o acervo, de D. Maria, legado em testamento. Deste rol de manuscritos constava um livro de cozinha com receitas que foram transcritas e

[11] «No início da Expansão, os colonos abastados acomodaram os ingredientes e receitas locais aos refinamentos das técnicas e contextos de consumo portugueses, dando origem a uma *nova gastronomia*. Indispensável à manutenção dos gostos a que o paladar dos colonos estava habituado é a presença de cozinheiras portuguesas entre o seu pessoal de serviço. Elas são as responsáveis, não só por preparar, com os produtos vindos da pátria (…) as comidas do agrado dos seus senhores, como aplicam as técnicas culinárias que dominam a produtos locais, dando origem a iguarias novas ou refinando especialidades indígenas.» (Domingues, 2016: 433-434)

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 68 04/05/2026 15:34:09

editadas várias vezes após a sua morte.

O referido códice de receitas esteve disponível na Biblioteca Nacional de Nápoles, em conjunto com os outros seis manuscritos quinhentistas portugueses. O seu texto é possível ser consultado atualmente na Biblioteca Nacional de Portugal.

Ter-se-ão debruçado sobre o assunto autores como Alfonso Miola em 1895, o Marquês António de Portugal de Faria em 1900, Achille Pellizzari em 1914, Guido Battelli em 1940, a ameriana Kimberly S. Roberts em 1959 e Erilde Melillo Reali em 1963.

Em Portugal, o *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria*, sécs. XV e XVI foi devotado ao esquecimento, até ser ressuscitada a sua memória num manual de Giacinto Manuppella e de Salvador Dias Arnaut, publicado em Coimbra no ano 1967.

No referido códice possui 73 fólios e inclui 61 receitas culinárias. Sendo assim, possui um caderno dos manjares de carne, com 25 receitas; um caderno dos manjares de ovos, com 4 receitas; um caderno dos manjares de leite, com 7 receitas; e um caderno das coisas de conservas, com 24 receitas (Manupella e Arnaut, 1967: 7-8).

O *livro de cozinha da Infanta D. Maria* confere destaque à influência gastronómica Renascentista que imperou, em Portugal, entre os reinados de D. Manuel I e D. João III.

Mas este artigo também pode fazer referência ao período barroco, cujo expoente máximo é talvez a *Arte de Cozinhar* do Mestre Domingos Rodrigues, que trabalhou para os reis D. João IV e D. Pedro II, e que é analisado em seguida.

3. *Arte de cozinha* de Domingos Rodrigues

Domingos Rodrigues terá nascido em 1637 e falecido em 1719. Formou-se no período da Restauração da Independência de Portugal face a Espanha, mais concretamente na corte do rei D. João IV. Granjeou prestígio nacional e ascendeu à categoria de *Mestre de Cozinha* do rei D. Pedro II. Ficou famoso pelas suas receitas de caça e peixe e pela doçaria de especial requinte. É considerado um dos melhores cozinheiros do período colonial português.

O livro *Arte de Cozinha* de Domingos Rodrigues foi impresso em Lisboa por João Galvão, em 1680. Uma segunda edição do texto surge em 1683, por iniciativa do mesmo impressor. A terceira edição, de 1668, é da responsabilidade da oficina de Manoel Lopes Ferreira e, em 1732, é novamente publicado pela oficina Ferreiriana. No ano de 1741, surge uma nova versão pela oficina de Carlos Esteves Mariz. A oficina de Eugénio Augusto publica novamente as receitas em 1814 e novamente em 1836.

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 69 04/05/2026 15:34:09

Recentemente, Maria da Graça Pericão e Maria Isabel Faria demonstraram interesse em estudar o trabalho deste grande cozinheiro, injustamente devotado ao esquecimento[12]; e solicitaram a colaboração de Inês de Ornelas e Castro para o efeito, a qual foi responsável pela introdução do livro publicado em 2017.

A *Arte de Cozinha* de Domingos Rodrigues está dividida em quatro partes. A primeira concentra-se nos guisados de carne, nas conservas, tortas, empadas e pastéis. A segunda dedica-se a formas de cozinhar peixe e marisco, frutas, doces e conservas, recorrendo a ervas, ovos e laticínios. A terceira preocupa-se com a preparação de banquetes em cada mês do ano e épocas festivas, com conselhos sobre receções na Corte a embaixadas de países terceiros. A última parte é dedicada a massas e pudins.

O índice do manual de Domingos Rodrigues, com a lista das receitas, pode ser consultado, por exemplo, entre as páginas 257 e 286 do livro publicado pela oficina da viúva de Lino da Silva Godinho e vendida na loja de João Nunes Esteves (Rodrigues, 1821).

O cozinheiro introduz práticas de cozinha cortesã, adaptadas ao gosto e ingredientes da corte em que trabalhou. Revela influência conventual ao fazer alusão a sobremesas com açúcar e a especiarias provenientes do Oriente, com alusão a "espécies pretas" (pimenta, cravo da Índia e noz-moscada) e "adubos" tais como canela e açafrão (Rodrigues, 1821: 221).

O seu legado foi desafiado arrogantemente por um cozinheiro estrangeiro, de nome Lucas Rigaud, que em 1780 publicou em Portugal um livro intitulado: "Cozinheiro Moderno ou Nova Arte de Cozinha". No Prólogo, o autor é explícito no seu intento[13].

Na época de Rigaud os gostos tinham mudado. Ao invés de o reconhecer, o autor fez questão de criticar fortemente o esforço do seu predecessor, o português Domingos Rodrigues, «(…) com o claro intuito de introduzir definitivamente a *nouvelle cuisine* francesa em Portugal, bem como toda a variedade de receitas estrangeiras que a caracterizava. No

[12] «Reeditar a *Arte de Cozinha* de Domingos Rodrigues na íntegra, com as suas três partes, impunha-se, e com urgência, tal é a proliferação de arremedos que, no intuito de satisfazer um público crescente de interessados, ousam — e seja-me permitido o coloquialismo gastronómico — servir gato por lebre. Trata-se do primeiro livro de cozinha impresso em Portugal, escrito por um profissional que pretende industriar com rigor os seus colegas. A receção que a obra teve, após a edição *princeps* com as partes I e II de receituário em 1680, a necessidade por parte do autor de acrescentar, em 1693, uma parte III sobre o serviço de banquetes, demonstram que haveria, já então, um público específico. E assim foi, como se verifica pelas inúmeras reedições dadas à estampa até, pelo menos, 1863.» (Pericão e Faria, 2017)

[13] «O que me obrigou a dar á luz esta obra, foi ver hum pequeno livro, que corre com o título de Arte de Cozinha [da autoria de Domingos Rodrigues], escrito no idioma Português; o qual é tão defeituoso, que sem lhe notar os erros, e impropriedades em particular, se deve rejeitar inteiramente como inútil, e incompatível com os ajustados ditames da mesma Arte.» (Rigaud, 1780: 1)

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 70 04/05/2026 15:34:09

entanto, o cozinheiro de D. José I não se desvincula por completo das tradições culinárias lusitanas e inclui 14 receitas de pratos à Portuguesa.» (Gomes, 2017: 243)

Rigaud, no seu códice, faz questão de substituir a cozinha barroca, por uma versão dos finais do séc. XVIII, desejavelmente mais leve e que realçasse os sabores naturais dos alimentos. Esta abordagem seria desenvolvida e faria escola mais tarde, na Revolução Francesa (1789-1799) e no período Napoleónico (1804-1815), quase como uma mudança de paradigma gastronómico.

Rigaud, provavelmente de origem francesa, recorre menos a especiarias e a sabores fortes proporcionados pelo açafrão, s cominhos e o gengibre, por ervas frescas tais como alecrim, cebolinho coentros ou manjericão. Neste processo, abdica-se do saudável azeite em troca da manteiga e introduz novos alimentos, tais como as trufas brancas.

4. *Manuscrito 142* do Arquivo Distrital de Braga

O *Manuscrito 142* do Arquivo Distrital de Braga inclui receitas publicadas em 1787. Estas foram talvez reunidas, com algum grau de uniformidade e coerência lógica, por Frei José Joaquim de Santa Teresa, que foi Abade do Mosteiro de Singeverga entre 1783 e 1789 (Barros, 2013: 13).

Se foi o próprio a redigir o texto, ou um dos seus irmãos do Mosteiro de Tibães, o certo é que teria experiência na matéria, atendendo às técnicas utilizadas, às anotações, queixas e observações que vai fazendo, à medida que explica os seus cozinhados. As receitas resultam, provavelmente, da contribuição de vários autores[14] e da evolução de anos, quiçá desde o séc. XVI (Barros, 2013: 13).

Admite-se que as receitas fossem mais elaboradas nos Colégios Grandes, ao contrário do que acontecia nos Colégios Pequenos (Barros, 2013: 21-22). O estatuto social ou nível de estudos parecia ter influência no tipo de alimentação, ou grau de sofisticação do cardápio ao qual se poderia aspirar. Mas também dependia do orçamento disponível para adquirir certos produtos, menos acessíveis ou dispendiosos; ou de necessidades específicas dos frades mais jovens e vulneráveis[15], tanto para ajudar a for-

[14] «(…) apesar de existirem várias vozes e contribuições nas receitas, provavelmente de épocas diferentes, são muitas as que aparentam ter sido aqui compiladas ou registadas já depois de muito experimentadas ou observadas pela mesma pessoa que as regista, pois o estilo e outros tipos de interferência pessoal no conteúdo, nos conselhos, são uniformes.»» (Barros, 2013: 16).

[15] «A receita 147 do presente manuscrito intitula-se "almoço para engordar nossos fracos", que bem poderiam ser esses colegiais. Por outro lado, algumas receitas recomendam quantidades compatíveis com a alimentação comunitária, eventualmente em refeitórios, regrada ou parcamente doseada (…)» (Barros, 2013: 24).

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 71 04/05/2026 15:34:09

talecer corpos e espíritos, mas também a fazer dieta ou a assumir escolhas mais saudáveis para deixar de estar doente ou prevenir maleitas[16].

As receitas também levam em consideração os pregadores, antes de estes partirem em missão evangelizadora, para a Índia ou outra colónia do antigo Império português (Barros, 2013: 26); ou após regressarem com especiarias ou conhecimentos que ajudassem a desenvolver ou a criar novas receitas de cozinha.

Para as receitas podem ter contribuído prelados do Convento da Ordem de Cristo em Tomar. Os quais, por via das bulas papais de 1454 e 1456, recebera a incumbência de velar pelo direito espiritual nos territórios ultramarinos descobertos pelos portugueses e «(…) daqui saíam, pois, as figuras que transportariam para as terras do Oriente, para a Índia, as perdizes e peixes de escabeche (…)» (Barros, 2013: 32). Razão pela qual se utilizam, para além de ervas aromáticas autóctones como a salsa e o poejo, também se recorrem a ingredientes exóticos como o açúcar e todo o tipo de especiarias.

5. Frutas e doces com açúcar

As Descobertas Portuguesas trouxeram para a mesa de refeições alguns frutos exóticos. Um dos mais comuns nas mesas nacionais é talvez o ananás, cuja origem é brasileira.

Fernão Cardim, um jesuíta português, natural de Viana do Alentejo e que viveu entre 1540-1625, explicava as vantagens do ananás nas viagens em alto-mar, pois ajudava a combater o enjoo dos marinheiros (Domingues, 2016: 433)

O ananás não era comido em Portugal antes do período da colonização. Mas se o país apreciava as compotas de fruta nacional, entretanto, um condimento foi introduzido nas receitas e revolucionou a forma de fazer geleias: o açúcar.

> De facto, «(…) é de sublinhar a presença do produto alimentar responsável pela maior revolução do gosto em Portugal e um pouco por toda a Europa, o açúcar. Ao *açúcar da Madeira* sucedem-se o *açúcar de São Tomé* e o *açúcar do Brasil*. A banalização do seu consumo traduziu-se na sua transferência pro-

[16] «É sabido que os colégios, conventos e outras instituições monásticas e eclesiásticas, possuíam boticas, nas quais se fabricavam remédios para consumo interno e fornecimento ao povo (…) Numa época em que os conhecimentos de medicina e a própria manutenção da saúde dependiam mais de cada um, andando muitas vezes interligados com o hábito alimentar e culinário, os livros de receitas incluíam frequentemente mezinhas e referências concretas a remédios e a alimentos mais ou menos benéficos, podendo mesmo especificar doenças.» (Barros, 2013: 33).

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 72 04/05/2026 15:34:09

> gressiva da botica para a cozinha, onde é usado na confeção de variadas *cousas doces* (…)» (Domingues, 2016: 431).

Na Idade Média confecionavam-se sobremesas recorrendo a mel ou azeite, ou ao néctar próprio de certas frutas, em calda ou em compota.

Mas a marmelada passou a ser feita com açúcar. O qual cumpria a dupla função de adoçante e de conservante, pois o açúcar ajuda a promover a durabilidade da compota de marmelo (um produto nacional) que é difundida pelas colónias portuguesas, junto das comunidades portuguesas, mormente no Brasil[17].

Importa acrescentar que a doçaria é uma área da culinária especialmente apreciada em Portugal, nem sempre compreendida ou valorizada no estrangeiro por povos menos habituados ao açúcar. É que os nossos bolos e pudins são guloseimas de sabor intenso e elevado índice calórico.

No que concerne aos doces conventuais propriamente ditos, estes são herdeiros de horas de dedicação do clero a esta área da especialidade. As suas receitas não seriam do conhecimento geral no tempo das Descobertas, mas chegaram até nós algumas das suas delícias mais populares.

Os doces conventuais foram criados em diferentes endereços, mas é possível realçar alguns dos mais importantes em Évora (o Convento de Santa Helena do Calvário, o Convento de Santa Clara e o Convento de Nossa Senhora do Paraíso de Évora), em Beja (Convento de Nossa Senhora da Conceição), Estremoz (Convento das Maltezas), Vila Viçosa (Convento das Chagas), Viana do Alentejo (Convento de Bom Jesus) e Coimbra (Convento de Santa Clara).

Neste contexto faz-se alusão à história do *Pão de Rala*, um doce conventual típico de Évora. A tradição faz alusão a uma visita do rei D. Sebastião à cidade, antes de partir para a famigerada batalha de Alcácer Quibir. A abadessa do Convento de Santa Helena do Calvário, pouco tendo para lhe oferecer, terá conseguido que as freiras a seu cuidado presenteassem sua majestade com pão doce, confecionado com pão ralo, água e azeitonas. O rei terá gostado do que comeu e prometeu, em retribuição, uma tença ao convento (Pereira, 2010).

Nem sempre os condimentos eram abundantes. Mas temos testemunho de uma carta de quitação a Álvaro Domingues, guarda de D. João II, de 1497, onde consta uma lista de produtos que alude ao tipo e quantidades das encomendas da época:

[17] «Que a memória gustativa do colono determinou a expansão do gosto português pelas terras conquistadas confirma-o a implantação da produção de marmelada nas províncias brasileiras de São Vicente e de Santo Amaro, donde é comercializada para as capitanias vizinhas.» (Domingues, 2016: 431).

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 73 04/05/2026 15:34:09

> «(…) 73 arrobas de açúcar e 2 arrobas de pimenta, uma arroba e 22 arráteis e meio de malagueta, 29 arráteis de alfenim, e 71 arrobas e 18 arráteis de confeitos; 11 arrobas e 15 arráteis de amêndoas confeitas (…) 257 alqueires de amêndoas com casca; 24 arrobas e 8 arráteis de arroz; (…) 24 arrobas e 6 arráteis de tâmaras; 15 arráteis e meio de canela; 5 arráteis de açafrão, e 5 arráteis de gengibre, (…) 5 arrobas de abóbora confeita (…)» (Conde, 2022: 214-215)

Na Corte portuguesa havia confeiteiros que serviam uma nobreza capaz de pagar as excentricidades da época. Um desses confeiteiros era Cornélio Izarte, um flamengo que servia a rainha D. Catarina, esposa de D. João III.

> «É neste quotidiano, eminentemente contemplativo, que a materialidade dos doces acaba por se instalar, herdeiro de práticas e saberes locais, mas também de saberes oriundos de ambientes sociais distintos, unindo no mosteiro jovens de origem humilde e de classes mais abastadas com práticas domésticas distintas. Essa materialidade nota-se especialmente nos momentos festivos das Casas, celebrando patronos e mecenas, Santos da Casa ou da Ordem, dias da Igreja, a que se juntavam especialmente a música e o canto.» (Conde, 2022: 213-214)

De acordo com o padre Raphael Bluteau (séc. XVIII), os bolos[18] resultariam da combinação de farinha amassada, ovos e manteiga. Os *bolos de açúcar* incluíam também fermento e sal, vinho branco e água almiscarada e, após saírem do forno, salpicados com água de flor (Conde, 2022: 217).

Também se faziam queijadas com açúcar. As tartes, originalmente com amêndoa, começam a ser confecionadas nas colónias com receitas semelhantes, mas recorrendo a ingredientes alternativos. No Brasil, por exemplo, utilizava-se a castanha de caju (Domingues, 2016: 435).

[18] «Quanto aos bolos, em inícios do século XVIII, o Padre Raphael Bluteau (…) os *Bolos de bacia*, amassados neste tipo de recipiente e com toalha à medida, os bolos de rodilha (enrolados num pau, depois cortados aos pedaços), os *bolos de ovos* (com muitas gemas e açúcar em ponto de espadana - erva fina, forte) e os *bolos de amêndoa*, que apostavam neste ingrediente e no açúcar no chamado ponto de alambre (ou de bola enxuta, que se toma na água). Neste período (início do segundo quartel do século XVIII) eram ainda conhecidos os *bolos de farmácia* (sabendo-se do uso do açúcar nas boticas para feitura dos medicamentos), em que os mais comuns seriam o *Bolo Arménio* (uma espécie de terra, de cor avermelhada, originária da Capadócia, e que no seu estado original se desfazia na boca como se fosse manteiga, com funções ligadas à digestão, e que fora comparada por Agrícola à terra sigilata) e o *Bolo Purgativo* ou Catártico, que deveria ter uma consistência similar à do mel.» (Conde, 2022: 217-218)

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 74 04/05/2026 15:34:09

6. *Receitas e remédios* de Francisco Borges Henriques

Francisco Borges Henriques terá nascido na margem direita do rio Tejo, em Alhandra. Uma freguesia que foi extinta em 2013, mas que pertencia ao município de Vila Franca de Xira, junto a Lisboa. Na época do autor, esta zona do país era fértil e possuía vários pomares e hortas de particulares, de conventos ou inseridas em quintas da nobreza.

Borges Henriques entrou ao serviço de Bento de Beja de Noronha, deputado do Conselho Geral do Santo Ofício, membro do clero que foi nomeado Bispo de Beja em 1694. Portanto, é possível que tenha residido grande parte da sua vida no Alentejo.

O manuscrito de Francisco Borges Henriques foi publicado em 1715 sob o título de: "Receitas dos melhores doces e de alguns guisados particulares e remédios de conhecida experiência" (cf. Henriques, 1715). O texto possui um total de 683 registos. Destes, 381 são receitas culinárias; 252 são considerados remédios, temperados a orações e bênçãos aos santinhos; e 47 são fórmulas para uso doméstico, do ponto de vista agrícola e da etiqueta social[19].

O livro foi concebido por um homem viajado e conhecedor de produtos além-mar; e a redação do texto e a envolvência temática leva-nos a concluir que, na época do autor, os alimentos não apenas alimentavam estômagos mas também ajudavam a curar doenças, recorrendo a dietas equilibradas e uma cozinha de fusão que recebia influências das Américas, de África e do Extremo Oriente.

Uma equipa liderada por Freire, Pires e Bonacho encontrou as páginas do texto na secção de "Reservados" da Biblioteca Nacional de Portugal, antes de estudar o seu conteúdo e publicar o produto da sua investigação.[20] A proposta inclui a interpretação de 12 entradas, 8 pratos de legumes, 8 pratos de pescado, 12 pratos de carne, 19 sobremesas e 5 bebidas. Também reconhece a dificuldade de executar a tarefa,

[19] Os registos realizados por Francisco Borges Henriques guardam um sentido experimental da culinária, podendo não só fornecer várias versões da mesma receita, como também informações sobre origem, diferentes processos de execução, circunstâncias sociais que a rodeiam, comentários acerca dos resultados obtidos e recomendações sobre as suas preferências. A sucessão de cadernos, que começou a escrever em 1715 e terá continuado nos anos seguintes, parecem fixar os seus segredos ou aqueles que eram partilhados por poucos, mas que considerava indispensáveis para fazer pratos memoráveis.» (Freire, Pires e Bonacho, 2022: 17).

[20] O manuscrito foi analisado entre 2018 e 2020 por uma equipa coordenada por Dulce Freire, Maria José Pires e Ricardo Bonacho no âmbito do projeto "Mudam-se os tempos, mudam-se as vontades" do ano letivo de 2019/2020. A equipa do ReSEED (com investigação sobre questões agrícolas na Península Ibérica desde os séculos XV/XVI) colaborou com estudantes do Mestrado em Inovação e Artes Culinárias (MIAC) da Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril (Freire, Pires e Bonacho, 2022).

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 75 04/05/2026 15:34:09

com os autores a recorrerem à criatividade e à liberdade artística para levar a efeito a empreitada; e desistiram de receitas que consideraram inexequíveis com base nos meios disponíveis (Freire, Pires e Bonacho, 2022: 8). Neste processo foi possível «(…) compreender como se construiu a culinária que, nos séculos XIX e XX, e se tornou expressão de dimensões identitárias regionais e nacionais.» (Freire, Pires e Bonacho, 2022: 10).

Os autores constatam que a batata ainda não consta do rol dos alimentos utilizados por Borges Henriques. O cozinheiro opta pela abóbora boganga e recorre ao açúcar, ao arroz, à batata-doce, ao cacau, ao café, à chila, ao coco, ao cravo do maranhão e do Pará, ao feijão branco, à laranja doce, à laranja da China, ao milho, ao pimento e ao tomate (Freire, Pires e Bonacho, 2022: 20). Mas:

> «Considerando a identificação de diferentes estilos de cozinha no mundo, através de ingredientes, técnicas e hábitos distintivos, este manuscrito indica que em Portugal a fusão culinária estava a cruzar dois níveis: tempo e espaço. Com a introdução de novos ingredientes e novas técnicas que chegavam dos territórios conectados desde finais do século XV, assistia-se quer à mudança de receitas culinárias que se tinham tornado habituais em séculos anteriores (por exemplo, junção de coco aos ovos moles ou sopa de peixe que passa a ter tomate), como à criação de novas receitas a partir da matriz de outras antigas (caso da batatada, usando batata-doce, feita à semelhança da velha nabada), como ainda a aplicação a ingredientes autóctones na Península Ibérica de técnicas com referências a outras geografias (como o *Achar castelhano* com reminiscências nas Filipinas). As receitas deste manuscrito e os dados de outras proveniências indicam que no século XVIII estava em curso uma reconfiguração culinária, que posteriormente se consolidará como herança cultural indissociável da identidade portuguesa.» (Freire, Pires e Bonacho, 2022: 19)

A cozinha de fusão, com base em dinâmicas interpessoais e sob influência externa, demonstrou ter grande com capacidade de disseminação, no passado e nos dias de hoje. Ainda beneficiamos dos ensinamentos nos nossos antepassados, que viveram de perto esta experiência e nos legaram os seus conhecimentos.

7. Pudim de abade de priscos

O Padre Manuel Joaquim Machado Rebelo, que nasceu a 29 de março de 1893 na freguesia de Santa Maria de Turiz, no Concelho de Via Verde que fica na região do Cávado do distrito de Braga, em Portugal. Foi pá-

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 76 04/05/2026 15:34:09

roco na freguesia de Priscos durante quase meio século e consta ter sido um mestre da culinária. Era regularmente convocado pelo Arcebispo D. Manuel Batista da Costa para cozinhar para as individualidades que visitavam Braga. Recebeu, do rei D. Luís de Portugal, a mercê de Capelão da Casa Real[21]. Faleceu a 24 de setembro de 1930.

O Abade de Priscos ficou famoso pelo seu pudim, mas pouco se escreveu sobre o próprio[22]. Entre os seus primeiros biógrafos estarão autores como o Padre Américo Pinto no *Diário do Minho* em 1951; Francisco Lage na *Revista Panorama* em 1956; José Quitério no jornal *Expresso* em 1980 e no VII Congresso de Gastronomia do Minho de fevereiro de 1996.

Para Francisco Lage, o Abade de Priscos era o "Papa dos Cozinheiros". Nas Atas do VII Congresso de Gastronomia do Minho de fevereiro de 1996, José Quitério debruçava-se sobre «(…) um dos maiores cozinheiros portugueses do Séc. XIX e como tal reconhecido em todo o País.» (Sampaio, 2004: 3)

Por exemplo, a Confraria dos Amigos da Gastronomia do Minho, que foi criada em 1984[23] após a constituição da Região do Turismo do Alto Minho em 1979, fez um inventário «(…) de todas as receitas de cozinha étnica, familiar, caseira e tradicional junto das cozinheiras do Minho (…) [e] dentro do receituário fornecido por algumas cozinhas de solares apareceu-nos o Pudim do Abade de Priscos (…)» (Sampaio, 2004: 2)

Consta que a receita do Pudim do Abade de Priscos inclui ovos, toucinho fresco, limão, pau de canela e açúcar, água e vinho do Porto[24]. Recorda-se que o limão é originário da Pérsia e foi trazido pelos Mouros

[21] Cf. Xavier, 2004: 46.

[22] «(…) é lamentável que uma figura tão divulgada, cuja fama ultrapassou fronteiras, tenha sido completamente ignorada pelas grandes enciclopédias ditas clássicas. Que fazem abundantes e encomiásticas referências aos abades de Baçal, Correia da Serra e de Jazente, sem dúvida ilustres clérigos, mas cuja atividade não terá ficado tão enraizada na cultura popular como sucede com o Abade de Priscos. Falam-nos também do Abade de Faria, Abade de Medrões, Abade de Salamonde, Abade de Castro, Abade de Arcozelo, Abade de Tagilde etc., mas do maior cultor da doçaria em Portugal, do mestre dos pudins e das cabidelas, nem uma linha!?...» (Xavier, 2004: 12)

[23] «(…) em 1984, durante o I Congresso de Gastronomia de Viana do Castelo, realizado na Quadra da Mimosa de 16 a 18 de Março e onde Lima de Carvalho apresentou um texto subordinado ao tema "Necessidade de definição de uma política de Turismo para o sector da Gastronomia" onde se preconizou: a criação de um departamento especializado sobre o sector no âmbito da direção de serviços de empresas e atividades turísticas; realização de uma campanha de sensibilização da hotelaria, da restauração e da opinião pública em defesa da gastronomia tradicional; campanha de mentalização junto dos empresários e profissionais de hotelaria e restauração e, finalmente, a criação da Confraria dos Amigos da Gastronomia do Minho (…)» (Sampaio, 2004: 1)

[24] «Da receita cedida por Maria Elisa Araújo, da Casa do Ameal (Meadela - Viana do Castelo), constam os seguintes ingredientes: 400 grs de açúcar / 50 grs de toucinho fresco / 15 gemas / 5 dl de água / 1 cálice de Vinho do Porto / 1 casca de limão / 1 pau de canela / 200 grs de açúcar para fazer o caramelo.» (Sampaio, 2004: 2)

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 77 04/05/2026 15:34:10

para a Península Ibérica. A canela e o açúcar avistaram pela primeira vez o continente europeu a partir das Caravelas lusas no tempo dos Descobrimentos.

É esta evolução cultural portuguesa que importa estudar. As receitas históricas, num cotexto de culinária ou turística, são úteis e representativas de uma época em que o país dava cartas na cena internacional com espírito inovador, renovador e agregador, guiado pelos sentidos e pelos aromas que emanavam de uma suculenta cozinha de fusão.

Conclusão

O processo de colonização português inclui um capítulo dedicado à Gastronomia das Descobertas, que permitiu introduzir ingredientes importados do além-mar na Corte e nos manjares da nobreza[25], através de alguns cozinheiros famosos na épica; no clero através do labor minucioso de frades e de freiras, mas também padres em pequenas paróquias, junto das populações; e paulatinamente, no prato do cidadão comum.

Portugal herdou receitas requintadas, outras mais simples, que misturavam sabores e ingredientes provenientes de outras culturas. Assim foi possível saborear frutas exóticas (por exemplo, a ananás), doces com açúcar ou refeições temperadas com especiarias do Oriente (mormente o açafrão, a canela, o cravo, o gengibre, a noz-moscada e a pimenta).

No âmbito de uma política para o setor da Gastronomia, seria louvável trabalhar mais este tema, não só pelo seu capital turístico, promovendo a hotelaria e a restauração, mas também científico, com base em bibliografia especializada sobre Cozinha nacional, tão rica e diversificada.

O legado popular ou tradicional tem passado de boca em boca na esfera familiar e tem, de alguma forma, sido resgatado e readaptado em livros de culinária. Há confrarias e chefes cozinheiros de reputação nacional e internacional, a trabalhar nesta matéria com sucesso.

Mas ainda há legado histórico que se encontra por identificar, analisar e disseminar junto da opinião pública. Nesse sentido, este artigo espera contribuir de forma modesta para esse propósito tão digno, louvável e delicioso.

[25] «Nas poderosas casas da nobreza também se devia comer muitíssimo bem. Lembramos a existência em 1446 de Garcia Gonçalves, cozinheiro pequeno do Condestável *primo e irmão* do rei; as lautas refeições oferecidas por D. Martinho de Castelo Branco a D. Jorge, bastardo de D. João II, em Vila Nova de Portimão; e o cozinheiro de D. Luís da Silveira, mestre Pedro — referido numa composição de João Roiz de Sá, no Cancioneiro Geral. Por sinal que, segundo o poeta, gastava manteiga de mais...» (Manupella e Arnaut, 1967: 67)

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 78 04/05/2026 15:34:10

Bibliografia

Barros, Anabela (2013). As Receitas de Cozinha de um Frade do séc. XVI. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.

Conde, Antónia (2022). "Dos Ciclos Solenes da Liturgia Católica aos Quotidianos Monásticos: a Magia do Açúcar e as Festividades nos Espaços Claustrais Portugueses." *Mátria Digital*, N.º 10, Dezembro, pp. 209-235. URL: https://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/33064/1/Antonia%20Fialho%20Conde%20-%20Matria%20Digital.pdf

Domingues, Francisco (2016). "Gastronomia". In *Dicionário da Expansão Portuguesa (1415/1600).* (Volume 1 – de A a H). Maia: Círculo de Leitores. URL: https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/34240/1/Gastronomia_in_Dicionario_da_Expansao_P.pdf

Freire, Dulce e Pires, Maria José e Bonacho, Ricardo (2022). *Do Manuscrito à Mesa – Cozinhar Receitas do Século XVIII*. Coimbra: Reseed.

Gomes, João Pedro (2017). "Cozinhar à Portuguesa com Lucas Rigaud. Identidade Alimentar Portuguesa no Cozinheiro Moderno". Revista de História da Sociedade e da Cultura, N.º 16, pp. 243-270. URL: https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/44903/1/Cozinhar_a_Portugueza_com_Lucas_Rigaud.pdf

Henriques, Francisco Borges (1715). *Receitas dos milhores doces e de alguns guizados particullares e remedios de Conhecida expiriencia / que fez Fr[ancisco] Borges H[enriqu]es para o uzo de sua Casa. No anno de 1715. Tem seo Alfabeto no fim*. Lisboa: Biblioteca Nacional. URL: https://purl.pt/31095

Mangas, Francisco (2016). "Segurar a Fome – O Terreiro do Trigo de Lisboa no século XVI". *Faculdade de Ciências Sociais e Humanas*, Universidade Nova de Lisboa, Dissertação de Mestrado em História da Época Moderna e dos Descobrimentos, pp. 1-176. URL: https://run.unl.pt/bitstream/10362/19624/1/teseparacd.pdf

Maleval, Maria do Amparo (2014). "Banquetes de Reis e do Rei em Alguma Prosa e Teatro Medievos". *Revista do Núcleo de Estudos de Literatura Portuguesa e Africana da UFF*, Vol. 6, n° 12, abril, pp. 37-52.

Manupella, Giacinto e Arnaut, Salvador (1967). *O Livro de Cozinha da Infanta D. Maria de Portugal*. (Primeira Edição Integral do Códice Português IE 33 da Biblioteca Nacional de Nápoles, Acta Universitatis Conimbrigensis). Coimbra : Universidade de Coimbra. *In* Gallica – Bibliothèque Nationale de FranceURL: https://gallica.bnf.fr/ark:/12148/bpt6k3241888.texteImage#

Pereira, Ana M. (2010). "Pão de Rala, Um Doce Conventual". *Garfadas Online*, 18 Agosto. URL: https://garfadasonline.blogspot.com/2010/08/pao-de-rala-um-doce-conventual.html

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 79 04/05/2026 15:34:10

Pericão, Maria da Graça e Faria, Maria Isabel (2017). *A Arte de Cozinha – Domingos Rodrigues*. Lisboa: Relógio de Água.

Rodrigues, Domingos (1821). "*Arte de Cozinha* de Domingos Rodrigues, Mestre da Cozinha de Sua Majestade". Lisboa: Oficina da Viúva de Lino da Silva Godinho. *In* Biblioteca Nacional Digital. URL: https://purl.pt/17017

Rigaud, Lucas (1780). *Cozinheiro Moderno ou Nova Arte de Cozinha*. Lisboa: Oficina Patriarca de Francisco Luiz Ameno. URL: https://purl.pt/22625

Sampaio, Francisco (2004). "Prefácio". *In* Xavier, Domingos (2004). *As Origens do Abade de Priscos*. Turiz/Vial Verde: Intermeios Edições; pp. 1-10.

Xavier, Domingos (2004). *As Origens do Abade de Priscos*. Turiz/Vial Verde: Intermeios Edições. URL: https://aqualibri.cimcavado.pt/bitstream/20.500.12940/12684/1/Abade-de-Priscos_Domigos-Xavier.pdf

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 80 04/05/2026 15:34:10

Art_MariaSousaGalito_3NT.indd 81 04/05/2026 15:34:10