

VOCABULAIRE PORTUGAIS - FRANÇAIS DE LA CUISINE



AVANT-PROPOS

Le vocabulaire portugais - français de la cuisine répertorie plus de **800 mots et expressions de la cuisine.**

Organisé par thème, il aide les cuisiniers et les amateurs de gastronomie portugaise qui ont besoin de connaître les termes portugais et leur traduction en français pour communiquer et pour cuisiner à partir de recettes en portugais.

Ingrédients, boissons, ustensiles, verbes, expressions, exemples de recettes : tout ce qu'il faut dans un même livret pour devenir un chef !

Copyright © J'aime le portugais

Tous droits réservés.

ISBN : 9782956446415

1ère édition : 2019 ; 2ème édition : 2022

Crédits recettes et photos :

pixabay.com, magazine "Cozinha regional", flickr.com/photos/claveirole, flickr.com/photos/rictor-and-david

TABLE DES MATIÈRES



04

CARNE, CHARCUTARIA, PEIXE, MARISCOS, OVOS

Viande, charcuterie, poisson, fruits de mer, œufs

08

LATICÍNIOS E GORDURAS

Produits laitiers et matières grasses

10

LEGUMES E FRUTAS

Légumes et fruits

14

CEREAIS, PADARIA E PASTELARIA

Céréales, boulangerie et pâtisserie

17

SOBREMESAS E DOCES

Desserts et produits sucrés

19

BEBIDAS, VINHOS E ENOLOGIA

Boissons, vins et œnologie

22

ERVAS AROMÁTICAS, CONDIMENTOS, ESPECIARIAS E TEMPERO

Herbes aromatiques, condiments, épices et assaisonnement

24

UTENSÍLIOS

Ustensiles

27

PREPARAÇÃO

Préparation

32

AS REFEIÇÕES E A MESA

Les repas et la table

34

RECEITAS

Recettes





CARNE E CHARCUTARIA, PEIXE, MARISCOS, OVOS

**VIANDE ET CHARCUTERIE, POISSON,
FRUITS DE MER, ŒUFS**

CARNE E CHARCUTARIA

VIANDE ET CHARCUTERIE

almôndega	boulette de viande	miúdos, miudezas	abats
asa	aile	morcela	boudin noir
aves	volaille	novilho	veau
bifana	steak de porc	ovelha	brebis
bife	bifteck	paio	saucisson
borrego	agneau	patê	pâté
carne picada	viande hachée	pato	canard
carneiro	mouton	peito	blanc, filet
chouriço	chorizo	perna	gigot, cuisse
codorniz	caille	pernil	jambonneau, jarret
coelho	lapin	peru	dinde
costeleta	côtelette	porco	porc
entrecosto	travers de porc	presunto presunto	jambon cru
escalope	escalope	fumado	jambon fumé
fiambre	jambon blanc	recheio	farce
fígado	foie	salpicão	saucisson
frango	poulet	salsicha	saucisse
galinha	poule	salsichão	saucisson
galo	coq	suíno	porc
ganso	oie	toucinho	lard
jardineira	sauté	tripas	tripes
leitão	cochon de lait	vaca	bœuf
lombo	filet	vitela	veau
miolos	cervelle		

PEIXE

POISSON

anchova	anchois	garoupa	rascasse
arenque	hareng	lampreia	lamproie
atum	thon	linguado	sole
bacalhau	morue	lúcio	brochet
bacalhau demolhado	morue dessalée	mero	merou
bacalhau fresco	cabillaud	pastel de bacalhau	beignet de morue
badejo	merlan	peixe-espada	poisson épée
bonito	bonite	pequena enguia	civelle
cação	roussette	pescada	merlan
caldo	court-bouillon	pescada grande	colin
carapau	chinchard	posta	darne, tranche
carpa	carpe	raia	raie
cavala	maquereau	robalo	bar, loup de mer
cherne	mérou	rodovalho	turbot, barbue
congro	congre	salmão	saumon
corvina	maigre	salmonete	rouget
dourada	daurade	sarda	maquereau
enguia	anguille	sardinha	sardine
espadarte	espadon	solha	limande
espinha	arête	tamboril	lotte
esturjão	esturgeon	tenca	tanche
filete	filet	truta	truite
gambas	gambas	tubarão	requin

MARISCOS

FRUITS DE MER

amêijoa	palourde	lapa	patelle, bernique
berbigão	coque	lavagante	homard
burrié	bigorneau	longueirão	couteau
búzio	bulot	lula	calamar
camarão	crevette	marisco	fruit de mer
caracol	escargot	mexilhão	moule
caramujo	bigorneau	ostra	huître
caranguejo	crabe	ouriço-do-mar	oursin
castanhola	amande	pé-de-burrico	praire
choco	encornet, seiche	percebe	pousse-pied
conquilha	telline	polvo	pieuvre, poulpe
crustáceo	crustacé	santola	araignée de mer
lagosta	langouste	sapateira	tourteau
lagostim	langoustine, écrevisse	vieira	coquille St Jacques

OVOS

ŒUFS

clara	blanc d'œuf	ovo cozido	œuf dur
gema	jaune d'œuf	ovo escalfado	œuf poché
omelete	omelette	ovo estrelado	œuf sur le plat
ovo	œuf	ovo mexido	œuf brouillé
ovo de codorniz	œuf de caille	ovo quente	œuf à la coque



LATICÍNIOS E GORDURAS

PRODUITS LAITIERS ET MATIÈRES GRASSES

LEITE

LAIT

coalhada	lait caillé	leite de vaca	lait de vache
leite	lait	leite em pó	lait en poudre
leite condensado	lait concentré	leite gordo	lait entier
leite de cabra	lait de chèvre	leite magro	lait écrémé
leite de ovelho	lait de brebis	leite meio gordo	lait demi-écrémé

QUEIJO E IOGURTE

FROMAGE ET YAOURT

casca	croûte	queijo curado	fromage affiné
coalho	présure	queijo fresco	fromage frais
iogurte	yaourt	queijo fundido	fromage fondu
queijo	fromage	queijo prato	fromage à pâte cuite
queijo batido	fromage battu	queijo ralado	fromage râpé
queijo com manchas esverdeadas	fromage persillé	requeijão	fromage frais (ricotta)

GORDURAS

MATIÈRES GRASSES

azeite	huile d'olive	natas	crème fraîche
banha de porco	saindoux	óleo de amendoim	huile d'arachide
gordura	graisse	óleo de colza	huile de colza
manteiga	beurre	óleo de girassol	huile de tournesol
margarina	margarine	óleo de grainha de uva	huile de pépin de raisin
nata	crème	óleo de linhaça	huile de lin



LEGUMES E FRUTAS

LÉGUMES ET FRUITS

LEGUMES

LÉGUMES

abacate	avocat	cebola	oignon
abóbora	potiron, courge	cenoura	carotte
abobrinha	courgette	cenouras raladas	carottes râpées
acelga	blette	chicória	chicorée
agrião	cresson	chuchu	chayote
aipo	céleri	cogumelo	champignon
aipo-rábano	céleri rave	couve	chou
alcachofra	artichaut	couve-de-Bruxelas	chou de Bruxelles
alface	laitue	couve-flor	chou-fleur
alface-batávia	batavia	couve lombarda	chou vert
alho	ail	couve roxa	chou rouge
alho francês	poireau	curgete	courgette
azedada	oseille	dente de alho	gousse d'ail
azeitona	olive	endívia	endive
azeitona preta	olive noire	ervilha	petit pois
azeitona verde	olive verte	espargo	asperge
batata	pomme de terre	espinafre	épinard
batata-doce	patate douce	fava	fève
batata frita	frite	feijão	haricot
beringela	aubergine	feijão branco	haricot blanc
beterraba	betterave	feijão encarnado	haricot rouge
boleto	cèpe	feijão preto	haricot noir
brócolos	brocoli	feijão-verde	haricot vert
caldo de legumes	bouillon de légumes	funcho	fenouil

grão-de-bico	pois chiche	rabanete	radis
grelo	pousse	rúcula	roquette
lentilha	lentille	salada	salade
molho	botte	semente de soja	germe de soja
nabo	navet	talo	tige, branche (céleri)
pepino	concombre	tomate	tomate
pepino	cornichon	tomate cherry	tomate-cerise
pimento	poivron	tomate chucha	tomate allongée
puré	purée	tomate em cacho	tomate-grappe

FRUTAS

FRUITS

abacaxi	ananas	cacho	grappe
alfarroba	caroube	caroço	trognon, noyau
alperce	abricot	casca	coquille, écorce
ameixa	prune	cássis	cassis
ameixa seca	pruneau	castanha	châtaigne
amêndoa	amande	cereja	cerise
amêndoas laminadas	amandes effilées	citrino	agrume
amendoim	cacahuète	clementina	clémentine
amora	mûre	coco	noix de coco
ananás	ananas	compota	compote
arando	airelle	doce	confiture
avelã	noisette	figo	figue
baga	baie	figo-da-índia	figue de Barbarie
bago	grain	framboesa	framboise
banana	banane		

fruta cristalizada	fruit confit	nespereira	nèfle
frutos secos	fruits secs	noz	noix
ginja	griotte	papaia	papaye
goiaba	goyave	passas	raisins secs
goji	goji	pêra	poire
groselha	groseille	pêssego	pêche
kiwi	kiwi	pevide	pépin, graine
laranja	orange	pinhão	pignon de pin
lima	citron vert	pistáchio	pistache
limão	citron	polpa	chair, pulpe
maçã	pomme	raspa	zeste
manga	mangue	romã	grenade
maracujá	fruit de la passion	ruibarbo	rhubarbe
marmelo	coing	semente	graine
medronho	arbose	sumo	jus
melancia	pastèque	tâmara	datte
melão	melon	tangerina	mandarine
mirtilo	myrtille	toranja	pamplemousse
morango	fraise	tremoço	lupin
morango silvestre	fraise des bois	uva	raisin
nectarina	nectarine		



CEREAIS, PADARIA E PASTELARIA

CÉRÉALES, BOULANGERIE ET PÂTISSERIE

CEREAIS

CÉRÉALES

aveia	avoine	mandioca	manioc
centeio	seigle	milho	maïs
cevada	orge	milho-painço	millet
farelo de trigo	son de blé	sêmola de milho	semoule de maïs
farinha integral	farine complète	trigo	blé
flocos de aveia	flocons d'avoine	trigo-sarraceno	sarrasin

MASSA E ARROZ

PÂTES ET RIZ

aletria	vermicelle	esparguete	spaghetti
arroz	riz	espirais	fusilli
arroz-agulha	riz long et fin	laços	farfalle
arroz carolino	riz traditionnel portugais	lasanha	lasagnes
arroz vaporizado	riz étuvé	macarronete, maccarão	macaroni
cotovelos, cotovelinhos	coquillettes	massa	pâtes
cuscuz	couscous, semoule	talharim	tagliatelle

PADARIA E PASTELARIA

BOULANGERIE ET PÂTISSERIE

baguete	baguette	miolo de pão	mie de pain
bola de berlim	beignet	pão de centeio	pain de seigle
bolo	gâteau	pão de cereais	pain aux céréales
brioche	brioche	pão de chocolate	pain au chocolat
broa de milho	pain de maïs	pão de forma	pain de mie
broas	petits gâteaux	pão de leite	pain au lait
caracol	pain aux raisins	pão integral	pain complet
côdea	croûte de pain	pão ralado	chapelure
crepe	crêpe	pastel de nata, pastel de Belém	flan aux œufs et à la crème
croissant	croissant	queque	cake
folhado de maçã	chausson aux pommes	tarte	tarte
gofre	gaufre	tartelete	tartelette
levedura	levure	tigelada	gâteau au lait, œufs et sucre
massa amanteigada	pâte sablée	torrada	pain grillé, toast
massa folhada	pâte feuilletée	tosta	biscotte
massa quebrada	pâte brisée		
mil-folhas	mille-feuille		
pão	pain		



SOBREMESAS E DOCES

DESSERTS ET PRODUITS SUCRÉS

SOBREMESAS E DOCES

DESSERTS ET PRODUITS SUCRÉS

açúcar	sucre	frutas cristalizadas	fruits confits
adoçante	édulcorant	gelado	glace
arroz doce	riz au lait	geleia	gelée
biscoito	gâteau sec	marmelada	pâte de coing
bolacha	biscuit	mel	miel
calda de açúcar	sirop de sucre	mousse de	mousse au
caramelo	caramel	chocolate	chocolat
chocolate	chocolat	pudim	flan
creme pasteleiro	crème pâtissière	rebuçado	bonbon
crepe	crêpe	salada de fruta	salade de fruits
doce	confiture	sorvete	sorbet
doce de ovos	crème aux œufs	xarope de ácer	sirop d'érable
fruta em calda	fruits au sirop		



BEBIDAS, VINHOS E ENOLOGIA

BOISSONS, VINS ET ŒNOLOGIE

BEBIDAS

BOISSONS

água	eau	leite	lait
água com gás	eau pétillante	licor	liqueur
água sem gás	eau plate	sidra	cidre
água mineral	eau minérale	sumo de fruta	jus de fruits
água da torneira	eau du robinet	tisana	tisane
aguardente	eau-de-vie	vinho	vin
álcool	alcool	vinho branco	vin blanc
aperitivo	apéritif	vinho tinto	vin rouge
café	café	vinho de mesa	vin de table
cerveja	bière	vinho rosé	vin rosé
chá	thé	vinho verde	vin portugais (blanc ou rouge)
chocolate quente	chocolat chaud	vinho espumante	vin mousseux
gasosa, limonada	limonade	xarope	sirop
infusão	infusion		

VINHOS E ENOLOGIA

VINS ET ŒNOLOGIE

adega	cave	limpo	limpide
algumas notas de	quelques notes de	lista dos vinhos	carte des vins
aromas complexos	arômes complexes	macio	doux
barrica	barrique	pisar a pé	fouler au pied
branco	blanc	prova	dégustation
carvalho	chêne	redondos	ronds
casta	cépage	rolha	bouchon
cuba de inox	cuve inox	rubi	rubis
deitadas	couchées	sulfitos	sulfites
engarrafado por	mis en bouteille par	taninos	tanins
envelhecer	vieillir	tinto	rouge
espumante	vin mousseux	toques florais	touches florales
final de boca	finale, fin de bouche	toques de fruta	touches fruitées
frutado	fruité	vinho do Madeira	vin de Madère
garrafa	bouteille	vinho do Porto	vin de Porto
guardar	conserver	vindima	vendanges
leve	léger		



ERVAS AROMÁTICAS, CONDIMENTOS, ESPECIARIAS E TEMPERO

HERBES AROMATIQUES, CONDIMENTS,
ÉPICES ET ASSAISONNEMENT

ERVAS AROMÁTICAS, CONDIMENTOS, ESPECIARIAS E TEMPERO

HERBES AROMATIQUES, CONDIMENTS, ÉPICES, ASSAISONNEMENT

açafrão	safran	gengibre	gingembre
alcaparra	câpre	hortelã	menthe
alecrim	romarin	linhaça	lin
alho	ail	louro	laurier
aneto	aneth	malagueta	piment
anis	anis	manjeriço	basilic
anis estrelado	anis étoilé, badiane	mostarda	moutarde
baunilha	vanille	noz-moscada	noix de muscade
caldo de galinha	fond de volaille	óleo vegetal	huile végétale
canela	cannelle	orégão	origan
caril	curry	pau de canela	bâton de cannelle
cebola	oignon	pimenta de moinho	poivre du moulin
cebolinho	ciboulette	pimenta preta	poivre noir
cerefólio	cerfeuil	pimentão	piment
chalota	échalotte	pimentão-doce	piment doux
cidreira	mélisse	raminho de salsa	brin de persil
coentros	coriandre	sal fino / sal grosso	sel fin / gros sel
cominhos	cumin	sal marinho	sel de mer
cravinho	clou de girofle	salsa	persil
cubo de caldo	bouillon-cube	salva	sauge
dente de alho	gousse d'ail	segurelha	sarriette
ervas finas	fines herbes	tomilho	thym
especiarias	épices	vinagre	vinaigre
estragão	estragon	vinagre balsâmico	vinaigre balsamique
funcho	fenouil	vinagre de sidra	vinaigre de cidre



UTENSÍLIOS

USTENSILES

UTENSÍLIOS

USTENSILES

abre-latas	ouvre-boîtes	esmagador	presse-purée
alicate	pince	esmagador de alho	presse-ail
almofariz	mortier	espátula	spatule
assadeira	plat allant au four	espeto	pic à brochette
batedeira	batteur	faca	couteau
batedor	fouet	fio de cozinha	ficelle de cuisine
caçarola	marmite, casserole	folha	feuille
caixa hermética	boîte hermétique	forma	moule
chapa	plancha	forno	four
chávena	tasse	frasco	flacon, pot, bocal
coador	passoire	frigideira	poêle
colher de pau	cuillère en bois	frigorífico	réfrigérateur
colher de café	cuillère à café	funil	entonnoir
colher de chá	cuillère à thé	garfo	fourchette
colher de sobremesa	cuillère à dessert	grelhador	gril
colher de sopa	cuillère à soupe	luva às riscas	manique, gant
concha	louche	micro-ondas	micro-ondes
corta-bolachas	emporte-pièces	palito	cure-dents
corta-massas	découpe-pâte	panela	marmite
descascador de legumes	épluche-légumes	panela de pressão	autocuiseur
escorredor	essoreuse, égouttoir	pano	torchon
escumadeira	écumoire	papel absorvente	papier absorbant
		passador	passoire
		passador de rede	chinois

passa-vite	moulin à légumes	saco	sac, sachet
película aderente	film adhésif	saco de pasteleiro	poche à douille
picadora	hachoir	saladeira	saladier
pilão	pilon	tábua de corte	planche à découper
pinça	pince	tabuleiro	plat à four, lèchefrite
pincel	pinceau	taça	coupe
pitada	pincée	tacho	casserole, faitout
prato de servir	plat de service	tampa	couvercle
processador	robot	terrina	soupière
quebra-nozes	casse-noix	tigela	bol, saladier
ralador	râpe	tira-cápsulas	décapsuleur
rapa-tachos	maryse	torradeira	grille-pain
rolo de massa	rouleau à pâtisserie	vara de arames	fouet
saca-rolhas	tire-bouchons	varinha mágica	mixeur plongeant



PREPARAÇÃO

PRÉPARATION

PREPARAÇÃO

PRÉPARATION

a gosto	au goût	colocar	placer
ácido	acide	corar	faire dorer
adoçar	sucrer	cortar	couper
afastar	éloigner	cortar em cubos	couper en dés
agridoce	aigre-douce	cozedura	cuisson
água a ferver	eau bouillante	cozido	cuit
alourar	faire dorer	cozido à portuguesa	pot-au-feu portugais
amargo	amer	cremoso	crèmeux
amassar	pétrir	crocante	croquant
antiaderente	anti-adhésif	cru	cru
à parte	à part	da época	de saison
apimentado	poivré	deitar	verser, mettre
aquecer	chauffer, réchauffer	derreter	faire fondre
arrefecer	refroidir	derretido	fondu
assado	rôti	descansar	réserver
assar	rôtir	descaroçar	dénoyauter
banho-maria	bain-marie	descascar	éplucher, écosser
barrar	enduire, tartiner	descolar	décoller
bater	battre, fouetter	desenformar	démouler
bem passado	bien cuit	desfeito	écrasé
borrifar	asperger	desfiar	effeuiller, effiloche
caramelizar	caraméliser	destapado	à découvert
churrasco	grillade	de vidro	en verre
coar	filtrer	doce	sucré
cobrir com molo	napper	dose	portion, part

douradinho	légèrement doré	fritar	frire
duro	dur	frito	frit
em banho-maria	au bain-marie	fumado	fumé
em grão	en grain	gomo	quartier
em sangue	bleu (cuisson steak)	gordo	gras
enfeitado	décoré	gratinar	gratiner
enlatado	en conserve	grelhar	griller
escaldar	ébouillanter, pocher	grosseiramente	grossièrement
escorrer	égoutter	homogéneo	homogène
esfarelar	émietter	insosso	fade
esmagar	écraser	juntar	ajouter
espalhar	étaier	lâmina	lamelle
espessar	épaissir	lata	boite
espessura	épaisseur	lavar	laver
espetada	brochette	levedar	lever (pâte)
espremer	presser	levemente	légèrement
estender	étendre, étaier	ligar o forno	allumer le four
estufar	cuire à l'étouffée	lume brando	à feu doux
fatia	tranche (pain, jambon...)	lume forte	à feu vif
fatiado	coupé en tranches	lume moderado	à feu modéré
ferver	faire bouillir	macio	tendre, moelleux
fervido	bouilli	maduro	mûr
fervilhar	cuire à petits bouillons	maionese	mayonnaise
fervura	ébullition	mal passado	saignant
flamejar	flamber	marinada	marinade
forrar	couvrir	marinar	mariner
fresco	frais	mexer	remuer
frio	froid	migalha	miette

miolo	mie, pulpe	refogar	faire revenir
mistura	mélange	refrescar	déglacer
misturar	mélanger	regar	arroser
moer	moudre	repousar	reposer
moldar	former, mouler	reservar	réserver
molho	sauce	retirar do lume	retirer du feu
morno	tiède	rodela	tranche, rondelle
panado	pané	saboroso	savoureux
panar	paner	salgado	salé
partir um ovo	casser un œuf	salgar	saler
pedaço	morceau	salteado	sauté
pelado	pelé	saltear	faire revenir
pele	peau	servir quente	servir chaud
picado	haché	soltar	détacher, décoller
picante	épicé	suar	suer
picar	hacher, émincer	sumarento	juteux
pisar	écraser, piler	tapar	couvrir
polvilhar	saupoudrer	temperar	assaisonner
ponta	pointe	tenro	tendre
por cima	sur, au-dessus	textura	texture
pôr de molho	faire tremper	tira	bande, lanière
preaquecer	préchauffer	tocar	toucher
puré	purée	torrado	grillé, torréfié
ralar	râper	torrar (pão)	griller (du pain)
raspar	râper, zester	tostado	grillé, toasté
recheiar	farcir, fourrer	ultracongelado	surgelé
recheio	farce	verter	verser
reduzir a puré	réduire en purée		

EXPRESSÕES

EXPRESSIONS

alourar de todos os lados : faire dorer de tous les côtés

até a altura de servir : jusqu'au moment de servir

até a massa se soltar das paredes da tigela : jusqu'à ce que la pâte se détache des parois du saladier

coloque num tacho : placez dans une casserole

cortar o bacalhau às postas : couper la morue en tranches

corte em tiras : découpez en lanières

deite a farinha numa tigela : mettez la farine dans un saladier

deite a massa numa forma : verser la pâte dans un moule

deixar levedar : laisser lever

deixe arrefecer completamente : laissez refroidir complètement

deixe ferver durante 5 minutos : laissez bouillir pendant 5 minutes

depois de cozidos : une fois cuits

depois de frio : une fois refroidi

elimine as pontes : enlevez les extrémités

escorra sobre papel absorvente : égouttez sur du papier absorbant

estenda a massa com o rolo : étendez la pâte au rouleau

frite em azeite quente : faites frire à l'huile chaude

levar a cozinhar / deixar cozinhar : laisser cuire

levar ao forno : mettre au four

levar ao lume : mettre sur le feu

mexer até ferver : remuer jusqu'à ébullition

modal em formato de bola : former une boule

quando a sopa retomar fervura : quand la soupe recommence à bouillir

retifique os temperos se achar necessário : rectifiez l'assaisonnement si nécessaire

sirva sem demora : servez sans attendre

tapar com um pano : couvrir avec un torchon

temperar com sal e pimenta : assaisonner avec du sel et du poivre



AS REFEIÇÕES E A MESA

LES REPAS ET LA TABLE

AS REFEIÇÕES E A MESA

LES REPAS ET LA TABLE

acepipe	amuse-gueule	lanche	collation, goûter
acompanhamento	garniture	levantar a mesa	débarrasser la table
açucareiro	sucrier	manteigueira	beurrier
almoço	déjeuner	molheira	saucière
aperitivo	apéritif	pequeno-almoço	petit-déjeuner
chávena	tasse	pimenteiro	poivrier
colher	cuillère	pôr a mesa	mettre la table
colher de sobremesa	cuillère à dessert	prato	assiette, plat, mets
colher de sopa	cuillère à soupe	prato fundo	assiette creuse
copo	verre	prato raso	assiette plate
ementa	menu	saleiro	salière
entrada	entrée	sobremesa	dessert
faca	couteau	sopa	soupe
garfo	fourchette	talher	couvert
garrafa	bouteille	tigela	bol
guardanapo	serviette de table	toalha	nappe
jantar	dîner	travessa	plat



RECEITAS

RECETTES

CALDO VERDE

PREPARAÇÃO: 45 MINUTOS
PARA 6 PESSOAS

Ingredientes:

- 600 g de batatas
- 250 g de couve para caldo verde
- 2 cebolas
- ½ chouriço
- 1 dL de azeite
- 1,5 L de água
- Sal

1. Descasque e corte as cebolas em pedaços, deite-os para uma panela, junte o azeite, leve ao lume brando e deixe refogar até ficar macia.

2. Junte um pouco de chouriço cortado em pedaços e deixe cozinhar até ficar douradinho.

3. Descasque as batatas, corte-as grosseiramente, adicione-as à panela, acrescente a água, tempere com sal e deixe cozinhar até as batatas ficarem macias.

4. Retire do lume e reduza a puré.

5. Leve novamente ao lume, junte a couve e deixe cozinhar até ficar macia. Sirva quente com o restante chouriço cortado em rodelas finas.

BACALHAU DE FORNO

**PREPARAÇÃO: 1 HORA E 15 MINUTOS
PARA 4 PESSOAS**

Ingredientes:

- 4 lombos de bacalhau
- 800 g de batatas pequenas
- 4 tiras de pimento vermelho
- 2 cebolas grandes
- 4 dentes de alho
- 1,5 dL de azeite
- Salsa picada
- Sal e pimenta

1. Lave as batatas e disponha-as num tabuleiro, polvilhe com sal e pimenta e leve ao forno preaquecido a 180°C durante 45 minutos. Depois retire e reserve.

2. Descasque e lave as cebolas e os dentes de alho.

Corte as cebolas em rodelas e pique os dentes de alho.

3. Disponha o bacalhau num tabuleiro, por cima coloque os dentes de alho, as cebolas e as tiras de pimento vermelhas.

Regue com azeite, junte a folha de louca e leve ao forno durante 35 minutos até que fique assado.

4. Depois retire, sirva com as batatas assadas e polvilhe com salsa picada.

BISCOITOS COM CREME DE LIMÃO

PREPARAÇÃO: 45 MINUTOS

PARA 8 PESSOAS

Ingredientes para os biscoitos:

- 325 g de farinha
- 200 g de margarina muito fria
- 125 g de açúcar
- 2 gemas
- 2 colheres de sopa de hortelã picada

Ingredientes para o creme:

- 200 g de açúcar
- 100 g de margarina
- 3 ovos + 2 gemas
- 4 limões

Preparação dos biscoitos:

1. Ligue o forno a 180°C. Deite a farinha e a margarina cortada em cubos no processador e ligue até ficar com uma textura tipo migalhas. Adicione o açúcar, a hortelã picada e as gemas e ligue até obter uma massa.
2. Retire a massa, amasse um pouco com as mãos, estenda para ficar com cerca de 0,5 cm de espessura e corte em rodela. Coloque em tabuleiros, afastadas umas das outras, e leve ao forno durante 15 a 20 minutos. Retire, descole os biscoitos com uma espátula e deixe arrefecer.

Preparação do creme:

3. Raspe a casca e esprema o sumo aos limões, deite tudo numa tigela de vidro, adicione o açúcar e a margarina, disponha a tigela sobre um tacho com água a ferver mas de modo a que a tigela não toque na água e mexa até que a margarina derreta.
4. À parte, bata levemente os ovos com as gemas, junte à tigela com o preparado de limão, bata bem até ficar homogéneo e deixe cozinhar no banho-maria, durante 15 minutos e batendo de vez em quando, até que fique cremoso. Retire, passe por um passador de rede, deixe arrefecer e sirva a acompanhar os biscoitos.