

LE PORTUGAL

Première Bac pro restauration

Dans ce cours :

- Carte et ressources
- Les spécialités culinaires et recettes
- Les bonnes tables et Les chefs connus
- Les sites internet

Présentation et gastronomie



Capitale : Lisbonne

Superficie : 92082 km²

Population : 10 000 000 hab.

Principales villes : Braga, Porto, Coimbra, Buçaco, Evora, Faro, Alveira...

Situé au sud-ouest de l'Espagne, dans la péninsule ibérique, le Portugal a pour seul voisin l'Espagne ; Ce pays au relief montagneux et au sol aride à le littoral bordé par l'océan atlantique. Le climat très ensoleillé est frais l'hiver au nord et doux au sud. La cuisine très variée à base de soupes et de ragouts utilise beaucoup les produits de la pêche dans les régions côtières et de la viande et des charcuteries à l'intérieur. L'œuf est omniprésent dans la cuisine portugaise.

La carte



Les produits Marqueurs

Produits de l'élevage et de la chasse

- Porc, porcelet, chèvre, chevreau, brebis, mouton, agneau, veau.

Produits de l'agriculture et du maraichage :

- Artichauts, amandes, chou, citrouille, maïs, oignons, pommes de terre, pois chiche, tomates, câpres, citron, châtaigne, figues, agrumes, melons, riz, olives

Produits de la pêche

- Anguille de mer, araignée de mer, crevettes royales, homards, calmars, flétans, soles, sardines, cabillaud, rascasse, rougets, thon, moules, palourdes, praires, lamproie, truites, saumon, alose....

Produits de l'agroalimentaire

- Miels, huiles d'olives, jambon fumé, charcuteries...

Produits laitiers

Fromages de brebis, fromages de chèvres, fromages au lait mélangés.

Les spécialités et les recettes

Bacalhau

Morue

Canja :

Consommé de volaille parfumé au citron et à la menthe.

Caldeirada :

Ragout de poissons aux piments et à la tomate.

Cozido:

Pot au feu.

Chanfana :

Daube de chevreau.

Bife Portuguesa, porcos à l'Alentejana, ensopado :

Ragout d'agneau

Tripes à la mode de Porto

Ensopadas :

Biscuit roulé imbibé au madère.

Gâteau de miel de madère :

Sorte de pudding qui peut se conserver plusieurs mois.

Arroz doce :

Riz au lait

Mexidos :

Beignets

Pudim :

Gâteau aux amandes.

Les bonnes tables

Porto de Santa Maria à Praia do Guincho

Fortaleza do Guincho à Praia do Guincho.

Produits avec sigles officiels

Carné de Porcos Alentejo AOP

Cordaro Bragançano AOP

Amendao douro AOP

Huiles d'olives AOP

Fromages AOP

Porto et Madère DOC

Menu

Caldo Verde
Soupe au chou

Bacalhau a Braz
Morue effeuillée aux pommes de terre, oignons
et œufs brouillés

Porco alentejana aux praires
Ragout de porc d'Alenteja

Queijo da serra da Estrela
Fromage de brebis

Leite creme
Crème brûlée