



## PROJETO: **IdEAL:**

**Construir a Identidade Europeia: Cultura, Educação Alimentar e Línguas**

(Contrato N.º 2015-I-FR01-KA219-015154\_3)

# TERMOS CULINÁRIOS

## CULINARY TERMS

(FASE 5, A36 / PHASE 5, A36)



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## Boneca (doll)

Pequena bola de especiarias ou temperos envolta em pano que é usada para adicionar gosto sem deixar resíduos e que se retira no final da confeção. Permite que os aromas dos temperos se desprendam sem que apareçam na iguaria depois de pronta.



Little ball of spices or seasonings wrapped in a cloth that is used to add taste without leaving residues and which is removed at the end of the confection. It allows that the scents and flavors of the spices spread up without appearing on the delicacy after it is ready.

## Banho-Maria (Water bath)

É a maneira de cozinhar um alimento numa vasilha dentro de outra maior, que contenha água fervendo. Pode-se cozinhar em banho-maria tanto no fogo diretamente, como no forno. É o processo usado quando o alimento for sensível e não pode ser levado diretamente ao calor da chama. Banho-maria pode ser também um utensílio de cozinha destinado a aquecer, indiretamente por água quente, os alimentos.



It is the way to cook a food in a vessel inside a larger one, which contains boiling water. You can cook in a double boiler on the fire directly, as in the oven. It is the process used when the food is sensitive and cannot be brought directly to the heat of the flame

## Caldeirada



Tradicionalmente, a caldeirada, em Portugal, é um guisado de peixes preparado à maneira dos pescadores. Trata-se de uma preparação que não passa pelo refogado e que consiste num cozido que mistura alimentos facilmente disponíveis: do mar (uma variedade de peixes, em que se destacam o congro, a raia, o tamboril ou a lula),. Da praia (a amêijoia) e do campo (a batata, o tomate, a cebola, o pimento). O tempero deste prato pode incluir apenas sal de cozinha e azeite, ou vários outros condimentos, como pimenta, salsa ou outros.

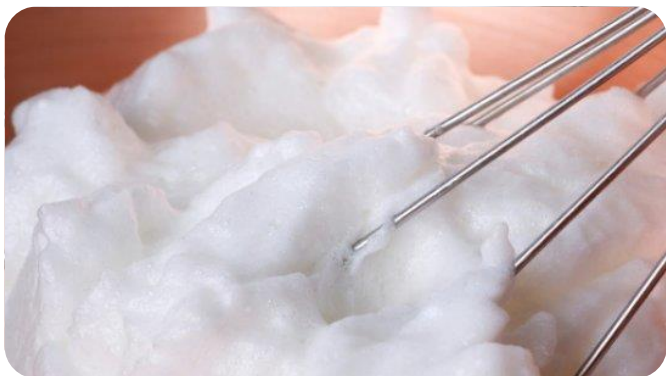
Para a confeção, os vários ingredientes são colocados em camadas, começando na amêijoia, e regados com vinho branco e azeite.

Traditionally, “caldeirada”, in Portugal, is a fish stew prepared in the manner of fishermen. It is a preparation that consists of a stew that mixes readily available products: from the sea (a variety of fish, including conger, ray, anglerfish or squid), from the beach (clams) and from the field (the potato, the tomato, the onion, the pepper). The seasoning of this dish may include only cooking salt and olive oil, or various other condiments such as pepper, parsley or others.

For confection, the various ingredients are layered, starting with the clams, and washed with white wine and olive oil.

## Claras em castelo (Egg whites- Stiff but not dry)

Bater as claras apenas até que já não escorreguem quando a tigela se inclina. Se não as bater suficientemente, o produto final pode ser mais pesado e menos volumoso do que o desejado. Se você as bater demasiado, podem formar aglomerados que são difíceis de misturar em outros alimentos na mistura e pode faltar volume ao produto final.



Beat whites just until they no longer slip when the bowl is tilted. (A blender or food processor will not aerate them properly.) If you underbeat egg whites, the finished product may be heavier and less puffy than desired. If you overbeat egg whites, they may form clumps which are difficult to blend into other foods in the mixture and the finished product may lack volume.

## “em lume brando”

Deixar cozinhar lentamente, perto do ponto de fervura.

To cook slowly and gently in a liquid just below the boiling point; to cook in soft heat.

## q.b.

quanto baste, em quantidade suficiente.

as needed, enough

Molho constituído por variedades ervas aromáticas e outros elementos (salsa, tomilho, alecrim, coentros, aipo, cenoura, cebola, alho. Louro, funcho, etc.), podendo existir maior predominância de um ou outro elemento, consoante o fim a que se destina.

A bundle of seasonings; bay leaf, thyme and parsley stems tied with leeks, carrot and celery stalk. It's used to season braised foods and stocks.

## Ramo de cheiros (Bouquet garni)



# Salazar

Utensílio de cozinha para rapar o fundo de tachos e outros recipientes, espátula de borracha

Por alusão ao governo de A. O. Salazar (1889-1970), estadista e político português

Analogia perfeita entre um utensílio que tem por finalidade evitar o desperdício, limpando ou rapando tudo e não deixando nada, e o homem que, à altura, tinha sido Ministro das Finanças (Fazenda) e depois Presidente do Conselho de Ministros que liderou durante 40 anos. O nome deste utensílio leva-nos de volta a outros tempos de crise e escassez

Cooking tool used for racking the bottom of pots and pans; rubber spatula

By allusion to the government of A. O. Salazar (1889-1970), Portuguese politician and statesman.

Perfect analogy between a tool that has as purpose to avoid waste, cleaning or shaving everything and leaving nothing, and the man who, at the time (during the dictatorship), had been Minister of Finance and then President of the Council of Ministers who led for 40 years. The name of this tool takes us back to a time of crisis and scarcity



# Roupa-velha

Prato típico do Minho, feito com sobras do bacalhau da consoada, que se come, tradicionalmente, no almoço de 25 de dezembro.

Sendo uma receita de aproveitamento, este prato começou por estar associado às famílias mais pobres, mas esse conceito perdeu-se e, atualmente, em casa de muitas famílias portuguesas (em Portugal e no estrangeiro), é tradição comer roupa velha antes de servir o prato de carne – peru ou cabrito assado.

A origem do nome deste prato tradicional português deve-se ao seu aspeto quando é servido, em que os alimentos se envolvem uns nos outros, cortados em pedaços, com uma mistura de cores e de sabores. Mais do que o aspeto, é o sabor inconfundível que mais se destaca nesta receitas simples e prática de bacalhau, deliciosamente regada com um fio de azeite.

Muitas famílias preparam o jantar de consoada com abundância para que possam preparar a roupa velha no dia de Natal.



“Roupa velha” (literally “old clothes”) is a typical dish from Minho, made with leftovers of the traditional Christmas Eve meal (codfish, potatoes, cabbage, eggs, ...), which are traditionally eaten for lunch on December 25th.

Being a leftover recipe, this dish began to be associated with the poorest families, but this concept was lost and, nowadays, in the house of many Portuguese families (in Portugal and abroad), it is tradition to eat “roupa velha” before serving the meat dish - turkey or roast goatling.

The origin of the name of this traditional Portuguese dish is due to its appearance when it is served, in which the ingredients wraps around each other, cuted into pieces, with a mixture of colors and flavors. More than the look, it is the unmistakable flavor that stands out most in this simple and practical cod recipe, deliciously sprinkled with olive oil.

Many families prepare the Christmas Eve diner abundantly so they can prepare “roupa velha” on Christmas day.

## Vinha-d'Alhos



Espécie de marinada feita com vinho, vinagre, alhos, louro, sal e pimenta, usada para deixar de molho aves, peixes e carnes.

Marinate made with wine, garlic, laurel, vinegar, salt and pepper used to marinate poultry, fish and meat