



GASTRONOMIA PORTEXA



La gastronomía es un símbolo territorial, una muestra tanto de la cultura como de la naturaleza arraigada en Porto. Su situación geográfica en la alta montaña condiciona la comida que reconforta en los días de nieve.

Los platos tradicionales, la gastronomía típica es parte del patrimonio de los portexos, cada plato cuenta una historia y una costumbre transmitida de generación en generación, por madres, abuelas y pastores trashumantes que nos hablan de recetas familiares heredadas y rituales de convivencia que fortalecen lazos de hermandad.

Si algo identifica la gastronomía portexa es la impronta dejada por la transhumancia, basada en una cocina de supervivencia, austera y de aprovechamiento donde la carne provenía principalmente de su propio rebaño, corderos que se accidentaban o carne de oveja vieja. Todo lo demás quedaba para los días de fiesta.

LA GASTRONOMÍA PASTORIL

MÍAS

Si algo no faltaba en el zurrón de un pastor, era el pan, fundamentalmente pan duro. Es el ingrediente casi único de las Migas de Pastor:

Ingredientes

Pan- Allo-Auga-Aceite- Sal.

Elaboración

*Cortase o pan en tiras muy pequeñas.
Votase un cuarto de litro de aceite por kilo de pan. Canda fumegue o aceite votase o allo e o sal. Retirase o allo tostado. Vaise votando o pan, deixando que faga tosta. Cando este todo o pan tostado, votase un vaso de auga, deixase un pouco e empezanse a remove. Finalmente incorporase o allo dourado.*



SOPAS DE SEBO

Sopas de sebo con leche o Sopa de Pastor, plato común para cenar. La gastronomía pastoril incorporó el pimentón, tras las primeras semillas que Colón trajo de America como ofrenda para los Reyes Católicos, convirtiéndose en un pilar culinario fundamental que aportaba color, sabor, aroma ahumado y propiedades conservantes a los humildes panes duros.

Ingredientes
<i>Pan- Sebo-Pimentón-Leite- Sal</i>
Elaboración
<i>Cortase o pan en sopas (laminao). Nunha cazuela derretese o sebo (graxa sólida e dura de animal). Cando esté derretiu votar un pouco de sal e o pimentón. De seguido o leite. Votar todo encima do pan esperar a que afesten (ablanden). *</i>

SOPAS DE ALLO

Ingredientes
<i>Pan – Sebo - Pimentón - Sal</i>
Elaboración
<i>Nunha cazuela ponse a auga a cocer cun pouco de sal. Nunha sartén ponse un pouco de sebo a derreter e votanse unas allugas de allo a dourar e añádese o pimentón (con cuidao que non se queime). Nunha barreña cortase o pan en sopas. Votase a auga ferveda encima das sopas e de seguido o sofrito da sartén. *</i>

SOPAS CON PATATAS

Ingredientes
<i>Pan – Xamón – Patatas - Pimentón</i>
Elaboración
<i>Cocer o hueso do xamón. Cocer na mesa auga, o pimentón e as patatas laminadas. Cando estén cocidas votase o pán en sopas. ¡Que afeste un pouco e a comere!*</i>

SOPAS DE AUGA DE OVELLA COCIDA

Ingredientes

Ovella – pan – sal – allos - pimentón

Elaboración

Cocer a ovella con bastante auga hasta que esté blanda.

Nunha cazola partimos o pan en sopas.

Machacar unas allugas de allo, sal e un pouco pimentón. Añadir auga da cocción, Votar todo encima das sopas e regamos con máis auga da cocción da ovella.

A Chuparse os deos ;

CALDEIRETA DE CURDEIRO OU OVELLA

Ingredientes

Curdeiro ou ovella – Allo - Pimentón-Loureiro- Sal- Aceite- Fígado de Cordeiro

Elaboración

No mesmo caldeiro das mías, dourar a carne de curdeiro ou ovella. Añadir o fígado e unas follas de Loureiro.

*Machacar o allo, pimentón e o fígado xa guisado e o sal. Añadir ao curdeiro. **

PATATAS CON CARNE DE OVELLA

Ingredientes

Carne de ovella – patatas – cebola – zanahoria – pimentón - sal

Elaboración

Dorar a carne de ovella, añadir cebola e zanahoria e continuar. Añadir pimentón e auga hasta cubrir e cocer hasta que a carne esté tierna. Añadir as patatas e o sal. Que siga cocendo hasta que as patatas estén feitas.

O VERDE

Su condición de tierra de LA RAYA, el área fronteriza entre España y Portugal y su inclusión en la Reserva de la Biosfera Transfronteriza (RBT) Meseta Ibérica, da muestra de las vivencias compartidas de las gentes de Porto, que han forjado culturas y costumbres con elementos en común, a ambos lados de la raya.

El caldo verde es un plato nacional portugués elaborado con una variedad de col a la que denominan *couve galega*. Curiosamente el plato típico portexo "O VERDE", no es verde ni lleva *couve galega*.

Ingredientes

Sangre de curdeiro cocíu	Sangre de cordero cocido
Cebola	Cebolla
Riñoses de curdeiro	Riñones de cordero
Sal	Sal

Elaboración

Nunha sartén pochase bastante a cebola e os riñoses en cachos muy pequeños. Salanse. Cando esté todo ben feito, esfargallase o sangue cocíu e deixase que se faga un pouco.

LA GASTRONOMÍA DE MATANZA

SOPAS DE ADOBO E MIOLOS

Ingredientes

Adobo - miolos (sesos) – ovos - pinllo (manteiga de porco)

Elaboración

*Cocer o adobo cun pouco de auga, Cando esté cocíu votar unha cucharada de pinllo. Añadir os miolos ben desmenuzados. Batir uís ovos e añadir.
Típico de tempo de matanzas, para aproveitar as cousas de cada tempo. **



RIÑOES CON MIOLOS

Ingredientes

Riñoes e miolos de porco, cebola, mía de pan- sal

Elaboración

Limpiar os riñoes con auga con vinagre. Cortar en cachos pequenos. Nunha sartén dourar a cebola, cando esté ben dourada votar os riñoes hasta que se fagan. Desmenuzar o miolo do pan e os miolos de porco limpos e añadir a sartén. Salar e servir .

FILLOAS DE SANGRE

Así como las crepes son un plato típico de Bretaña extendido a toda Francia, las filloas típicas de Galicia han extendido su denominación a las zonas limítrofes gallegoparlante, como Porto.

Ingredientes

Fariña-ovos-azucres- sangre de cerdo.

Elaboración

Batir un ovo, añadir sangre coada e fariña pouco a pouco hasta ter una masa líquida, Fretir na pela (sartén) en capas muy finas, Voltear e o sacar añadir azucres.



Filloas de sangre

FILLOAS DE QUIOSTROS

Ingredientes

Leite Quiostros (primeira leite de vaca recién parida (calostros) - fariña-ovos-aceite

Elaboración

*Batir un ovo, añadir os quiostros e fariña pouco a pouco hasta ter una masa, Fretir na pela (sartén) en capas muy finas, Voltear e o sacar añadir azucre. **



Filloas

LA GASTRONOMÍA DE LAS COSECHAS

La gastronomía de la siega y la malla es una cocina de campaña, diseñada para soportar las duras jornadas de recolección en los campos de cereal o de hierba, que aportaban la energía necesaria para soportar las duras jornadas de sol a sol.

PONCHE

Ingredientes
<i>Ovos- auga ou viño- azucre.</i>
Elaboración
<i>Bater ben os ovos e añadir auga ou viño e azucre.</i>



BURGAZOS

Las castañas. El sustento de las familias. Antes de la llegada del maíz y la patata desde América, el castaño aseguraba la subsistencia de los pueblos rurales del norte ibérico durante los duros inviernos. Se acostumbraban a comer en la época de castañas.



Ingredientes

Billotes	Castañas
Agua	Auga
Sal	Sal
Leite	Leche

Elaboración

Quitar a cáscara do billote , cocer en auga e sal. O estaren cocidas, pelalas e votalas unha barreña (taza) engadir leite.

PAPABELLO

Ingredientes

Billotes	Castañas
Sal	Sal
Leite	Leche

Elaboración

*Asar un pouco os billotes, hasta que solten os dous pelexos, Poñer a cocer cun pouco de sal hasta que quede tipo puré con tropezoes. A hora de comelos podeselle votar un pouco de leite.**



LA GASTRONOMÍA DE LAS "BOLICAS"

MÍAS DO BURRO CANSÓN.

Son un postre o merienda tradicional de aprovechamiento. Consisten en trozos de pan duro empapados en vino tinto y endulzados con azúcar. La necesidad agudizaba el ingenio de las "bolicas" (abuelas) portexas que daban de merienda a los rapaces.

Ingredientes

Pan- Viño- Azucre

Elaboración

*Cortán o pán en tostas. Nunha fonte votar o viño e empapar o pan no viño, Sacar a un plato e votarlle azucre **



CALDO DE BERZAS

Para el frío, un buen caldo... Allá donde caen copos de hielo, siempre habrá algún plato que reconforta, asienta y simboliza el hogar.

La receta más tradicional se elabora con grelos y unto (la grasa de color blanco que envuelve las costillas del cerdo.)



PAPAS

Ingredientes

Fariña-Auga- Sal

Elaboración

*Ferver auga, salar e ir votando a fariña hasta formar unha masa densa. Deixar enfriar, cortar en cuadraos, pasar por fariña e ovo e fritir. Espolvorear con azucre. **



GUIZO DE FORNADA

Este plato típico se hacía el día de la hornada del pan, que incluía todos los procesos de elaboración, amasado, reposo y horneado. Como tapadera del pote de barro se ponía un trozo de masa de pan, sin hornear.

Ingredientes

Patatas- chourizo- touciño- cebola- sal

Elaboración

*Nun pote alto de barro, colocanse os ingredientes por capas. Tapase cun cacho de masa de pan e metíase o pote ao forno.
¡¡Parece que así se inventou a olla expres!!*

LA GASTRONOMÍA DE LAS FERIAS Y FIESTAS

PULPO Á FEIRA

El plato por excelencia, la seña de identidad gastronómica de Galicia es también la seña de identidad de las Ferias de Porto. Cuentan que el Monasterio de Oseira recibió territorios en la costa de Pontevedra. Desde el año 1400, los campesinos tributaban al monasterio entregando cargamentos de pulpo. Las pulpeiras del interior popularizaron la cocción en calderos de cobre y el corte a tijera, sirviéndolo con aceite de oliva, sal gorda y pimentón, que aportaban los arrieros maragatos.

Mucho antes de que el pulpo se conservara en cámaras de frío, el único modo, era el secado. En las Ferias se cocía el pulpo de media cura o de cura entera, secado en la orilla del mar al sol y al viento.

También en las ferias, se cocía en una olla alguna res o animal, aliñada con aceite de oliva y espolvoreada con pimentón. Nació la tradicional Calde ó Caldeiro.

Las famosas Ferias de Ganado de Porto tienen más de un siglo de antigüedad, celebrándose ininterrumpidamente desde el siglo XIX. La Feria del 26 de agosto sigue manteniendo su carácter original de mercado ganadero de vacuno.



CARNE ALISTANA-SANABRESA

Aquí pasta el ganado de la Raza Alistana-Sanabresa, la raza “portexa” por excelencia. Su rusticidad le permite adaptarse a la climatología extrema y al consumo de todo tipo de pastos. El 26 de agosto de cada año, Porto celebra su gran FERIA Anual, así como el Concurso Morfológico Nacional de la Raza Alistana-Sanabresa.



VINOS DE ZAMORA

Zamora, tierra histórica de vino

Recorrer los territorios de las cuatro Denominaciones de Origen en primavera, cuando las cepas vuelven a brotar y las luces cálidas invaden las calles de los pueblos, es una experiencia que despereza los sentidos. Mientras la **D.O. Zamora** es atravesada por la Vía de la Plata, la **D.O. Toro** presume de uno de los más extensos y ricos patrimonios monumentales.

Al otro lado de la provincia, la **D.O. Arribes**, donde las viñas crecen en tradicionales bancales que desafían la gravedad, se extiende por uno de los paisajes más bellos de España, ideal para experiencias infinitas al aire libre o en un sugerente paseo en barco por el cañón del Duero. En el centro de la **D.O.P. Valles de Benavente** sobresale el patrimonio monumental de Benavente, punto estratégico y cruce de caminos de ayer y hoy, además de centro neurálgico de fértiles vegas con un importante legado arqueológico y regadas por tres importantes ríos que aquí se funden.



EL SUEÑO DE SALVADOR FARIÑA: DE BODEGAS PORTO A BODEGAS FARIÑA

1942



En un contexto económico de posguerra y en plena guerra mundial, un matrimonio zamorano, como tantos otros, Salvador Fariña y su esposa Tomasa López abandonan su pueblo natal, Porto de Sanabria para establecerse en otro pueblo de Zamora, Casaseca de las Chanas y buscar un futuro mejor.

A 30 km de Toro, en plena Tierra del Vino, empiezan una nueva vida y allí arrancan un nuevo proyecto: elaborar vino en una rudimentaria bodega excavada en piedra calcárea. Es el nacimiento de Bodegas Porto, nombre elegido en honor a su pueblo de origen.

1968

Su hijo Manuel Fariña, vinculado al negocio familiar desde sus orígenes, regresa de sus estudios de enología en Requena (Valencia) siendo el número 1 de su promoción y se incorpora al negocio familiar con la ilusión de modernizar y ampliar la bodega familiar, que se llamará Bodegas Porto en homenaje al origen familiar.

1986

A raíz de la entrada de España en la CEE en 1986, el nombre de Bodegas Porto con el que la bodega había empezado a embotellar sus vinos cambia a Bodegas Fariña. La nueva normativa europea establecía que no podía coexistir el nombre o razón social de una bodega con la de una denominación de origen de cualquier estado miembro, y la coincidencia se producía con la DO portuguesa. Nace Bodegas Fariña.





BODEGAS FARIÑA

“Todo empezó con un gran sueño y una gran ilusión”

<https://www.bodegasfarina.com>
[699 40 20 40](tel:699402040) - [646 90 90 90](tel:646909090)
enoturismo@bodegasfarina.com