

Portugal Gourmet

Frutos de Casca Rija

Ficha de Produto

Qualidade | Tradição | Inovação...

Sustentabilidade

Cofinanciado por:

**COMPETE
2020**

**PORTUGAL
2020**



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional

Os **Produtos Tradicionais Portugueses** constituem uma parte da história de Portugal, detentores de um inequívoco valor do seu património gastronómico e cultural.

O carácter genuíno, único, associado indelevelmente a regiões específicas, os saberes ancestrais transmitidos de geração em geração, com a garantia de qualidade, de processos de elaboração com recurso a métodos tradicionais, e modos de produção amigos do ambiente, são estes os sabores únicos que marcam os **Produtos Tradicionais Portugueses**.

Conheça os **Frutos de Casca Rija** abrangidos por regimes de qualidade, provenientes das regiões Norte e Alentejo de Portugal, bem como os Agrupamentos de Produtores e Organismos de Controlo e Certificação.

CERTIFICAÇÃO | "SELO" DE QUALIDADE

Um Garante da autenticidade e origem dos Produtos

Em Portugal para as regiões do Norte e Alentejo são 4 as origens protegidas (DOP) e 1 denominação geográfica protegida (IGP) para os Frutos de Casca Rija: "Amêndoa Douro DOP", "Amêndoa de Trás-os-Montes IGP", "Castanha da Padrela DOP", "Castanha dos Soutos da Lapa DOP" e a "Castanha Marvão-Portalegre DOP".



DOP - Denominação de Origem Protegida

Um produto DOP tem de demonstrar que tem origem no local que lhe dá o nome e que tem forte ligação com essa mesma região, de tal forma que é possível provar que a qualidade do produto é influenciada pelos solos, pelo clima, pelas raças animais ou pelas variedades vegetais e pelo saber fazer das pessoas dessa região.



IGP - Identificação Geográfica Protegida

Um produto IGP tem que demonstrar que pelo menos uma parte do ciclo produtivo tem origem no local que lhe dá o nome e que tem uma "reputação" associada a essa mesma região, de tal forma que é possível ligar algumas das características do produto aos solos ou ao clima ou às raças animais ou às variedades vegetais ou ao saber fazer das pessoas dessa área.

Conheça os **FRUTOS DE CASCA RIJA DOP e IGP** das Regiões NORTE e ALENTEJO de Portugal!!

Encontre os Agrupamentos de Produtores e Organismos de Controlo e Certificação.

-  Agrupamentos de Produtores
-  Organismos de Controlo e Certificação



Amêndoa Douro

Amêndoa com casca, proveniente de diversas variedades de *Prunus Amygdalus L.*, que apresenta características próprias da respetiva variedade, bem desenvolvida, de coloração uniforme e praticamente isenta de defeitos. É um produto natural com características personalizadas resultante da conjugação harmoniosa de clima, solo, variedades bem-adaptadas e operações culturais próprias.

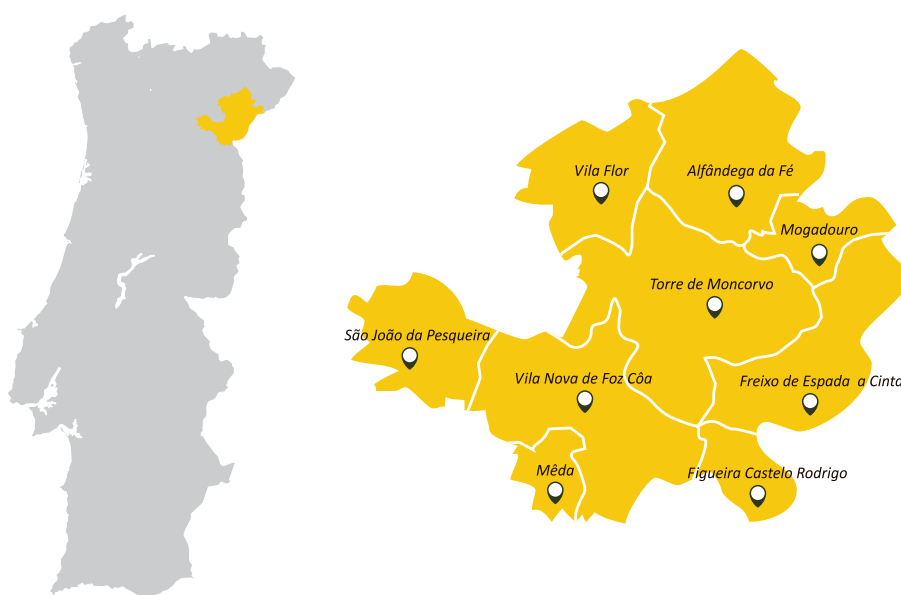
Método de Produção: A transformação consta das seguintes operações:

a) Britagem que poderá ser do tipo industrial ou artesanal; b) Separação casca-miolo que poderá ser feita mecânica ou manualmente; c) Calibragem; d) Seleção do miolo; e) Pelagem; f) Torrefação; g) Embalagem.

O acondicionamento da amêndoa e miolo é efetuado em local seco, arejado e em boas condições higiénicas.

O embalamento da amêndoa em casca e do miolo em natureza, pelado ou torrado, é efetuado de modo a conservar a pureza e características durante o período normal de armazenamento e consumo. A amêndoa com casca apresenta-se no mercado em embalagens de 250 g, 500 g, 1 kg e 5 kg. O miolo apresenta-se cru ou torrado, em embalagens de 100 g, 250 g, 500 g, 1 kg, 5 kg, 10 kg, 15 kg e 25 kg.

Área Geográfica: Concelhos de Alfândega da Fé, Moncorvo, Freixo de Espada a Cinta, Vila Flor, Vila Nova de Foz Côa, São João da Pesqueira (com exceção das freguesias de Riodades e Paredes da Beira), freguesias de Castelo Branco e Meirinhos do concelho de Mogadouro, freguesia de Escalhão do concelho de Figueira Castelo Rodrigo, e freguesias de Poço do Canto, Fonte Longa, Meda, Longroiva, do concelho de Meda.





Amêndoa de Trás-os-Montes

Fruto da amendoeira (*Prunus dulcis* L.), das variedades Guara, Soleta, Lauranne, Ferraduel, Marinada, Ferragnez, Belona, Vayro, Refego, Verdial e Pegarinho, ou de outras variedades que venham a ser utilizadas.

A amêndoa com casca apresenta uma dimensão mínima de 25 mm e a amêndoa sem casca apresenta mais de 10 mm. O teor de lípidos da amêndoa crua é superior a 55% MS e o da amêndoa sem casca torrada é superior a 50% MS.

Comercializada com casca ou sem casca, quando sem casca pode apresentar-se:

- Crua (com ou sem pele): inteira, laminada, palitada, granulada ou moída;
- Torrada (com ou sem pele): inteira, laminada, palitada ou granulada.

Método de Produção: Compreende as fases de instalação do pomar de amendoeiras, atividades culturais e produtivas no amendoal, colheita da amêndoa, secagem prévia, descasque, pelagem, corte e torragem.

As práticas agrícolas cumprem com as exigências legais, bem como promovem a segurança alimentar do produto.

Área Geográfica: Produzida em todos os concelhos do distrito de Bragança, designadamente, Alfândega da Fé, Bragança, Carrazeda de Ansiães, Freixo de Espada à Cinta, Macedo de Cavaleiros, Miranda do Douro, Mirandela, Mogadouro, Torre de Moncorvo, Vila Flor, Vimioso e Vinhais, bem como os concelhos de Valpaços, Murça e Alijó do distrito de Vila Real, os concelhos de São João da Pesqueira, e Penedono do distrito de Viseu, e o concelho de Vila Nova de Foz Côa do distrito da Guarda.

As fases produtivas da Amêndoa de Trás-os-Montes que ocorrem, obrigatoriamente, na área geográfica identificada são a instalação do pomar, as atividades culturais e produtivas da amêndoa, a colheita da amêndoa e a secagem prévia.



Castanha da Padrela

Fruto obtido a partir do castanheiro (*Castanea sativa Mill*). A principal variedade que constitui a “Castanha da Padrela DOP” é a variedade Judia, sendo também consideradas as variedades Lada, Negral, Côta, Longal e Preta. Podem também beneficiar do uso da denominação “Castanha da Padrela DOP”, as castanhas apresentadas na forma pilada, congelada, confitada ou em calda.

Método de Produção: Os agricultores dedicam-se com entusiasmo à sua cultura, porque há muito que a qualidade deste produto os prestigia. A recolha dos frutos é feita do chão, não sendo usado nenhum método mecânico, ou outro, que force a queda dos frutos da árvore a fim da maturação ser completa, decorrente da natural abertura dos “ouriços”. Apenas são colhidas as castanhas inteiras, sãs, não germinadas, isentas de insetos, de humidade exterior e de aroma ou sabor estranhos. O acondicionamento da castanha é efetuado em local seco, arejado e com boas condições sanitárias.

Área Geográfica: A área de produção, tratamento e acondicionamento circunscrita às freguesias de Loivos, Moreiras, Nogueira da Montanha, Póvoa de Agrações, Santa Leocádia e São Julião de Montenegro, do concelho de Chaves, à freguesia de Jou, do concelho de Murça, às freguesias de Águas Revés e Castro, Alvarelhos, Algeriz, Canavezes, Carrazedo de Montenegro, Curros, Ervões, Friões, Padrela e Tazem, Rio Torto, Sanfins, Santa Maria de Emeres, Santiago da Ribeira de Alhariz, São João de Corveira, Serapicos, Tinhela e Vales, Virandelo, do concelho de Valpaços e freguesias de Valoura, Vreira de Bornes, Bornes de Aguiar e Tresminas, do concelho de Vila Pouca de Aguiar.



- 📍 Associação Regional dos Agricultores das Terras de Montenegro
- 📍 CERTIS - Controlo e Certificação, Lda.

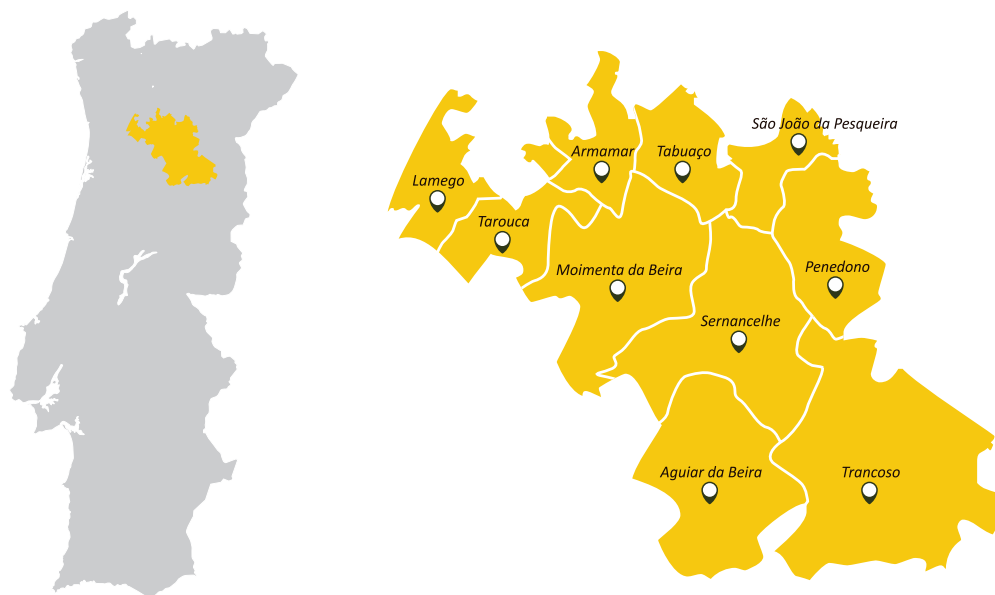


Castanha dos Soutos da Lapa

Frutos obtidos a partir do castanheiro (*Castanea sativa Mill*), das variedades Longal e Martaínha. Os lotes são homogéneos, isto é, as castanhas da mesma origem, variedade, qualidade, calibre e têm sensivelmente o mesmo estado de maturidade ou desenvolvimento. A Castanha dos Soutos da Lapa DOP distingue-se pelas cores castanha avermelhada e muito brilhante dos frutos da Longal e castanha-clara com brilho médio dos frutos da Martaínha. O sabor das castanhas constitui um aspeto qualitativo muito importante, principalmente para o consumo em fresco. Apesar de muito macias não são demasiado farinhentas e apresentam um paladar caracteristicamente suave e muito doce.

Método de Produção: A produção do fruto e a respetiva colheita são as fases específicas da área geográfica delimitada. A recolha dos frutos é feita do chão podendo ser usados métodos mecânicos ou manuais. Os frutos são recolhidos por variedade e juntos em lotes. Como garante da homogeneidade do produto a diferença de peso entre os 10 frutos mais pequenos e os 10 frutos maiores duma amostra de 1 kg não deve ser superior a 80 gramas.

Área Geográfica: Concelhos de Armamar, Tarouca, Tabuaço, S. João da Pesqueira, Moimenta da Beira, Sernancelhe, Penedono, Lamego, Aguiar da Beira e Trancoso.



- 📍 Bandarra - Cooperativa Agrícola do Concelho de Trancoso, C. R. L.
- 📍 Kiwa Sativa – Unipessoal, Lda.



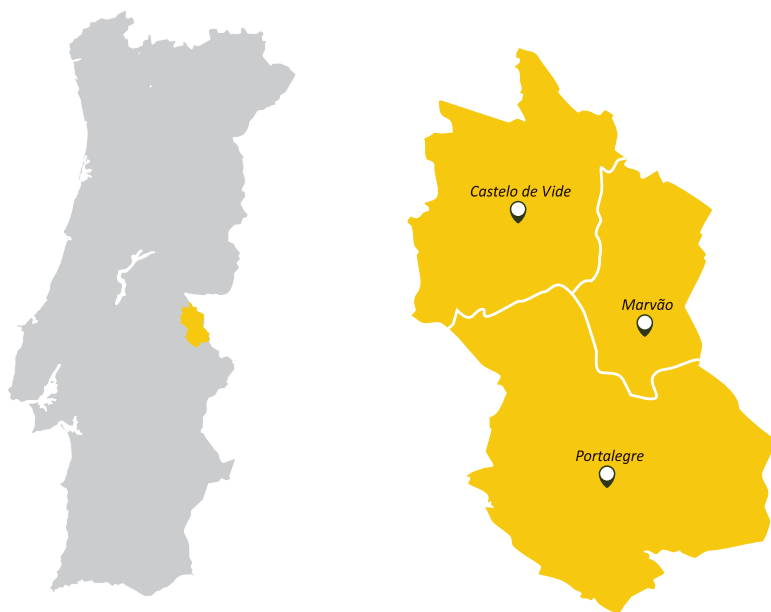
Castanha Marvão-Portalegre

Frutos obtidos a partir do castanheiro (*Castanea sativa Mill*), das variedades Bárea, Clarinha ou Enxerta, e Bravo. Podem também beneficiar do uso da denominação as castanhas piladas.

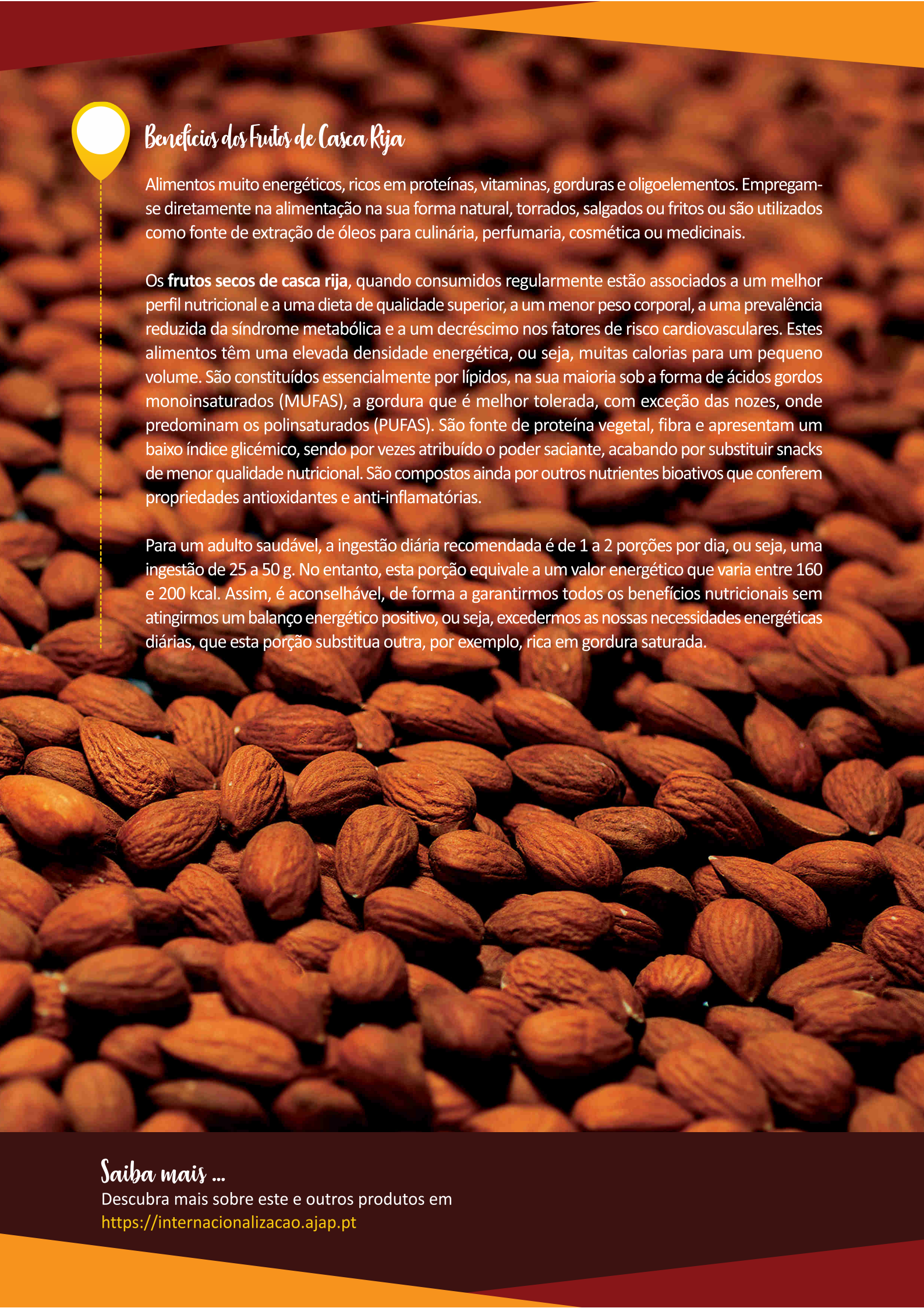
A Castanha Marvão-Portalegre DOP fresca apresenta uma cor que varia desde o castanho-escuro baço na variedade Bárea, castanho mais claro na variedade Clarinha ou Enxerta e castanho avermelhado brilhante na variedade Bravo. Também a aptidão para o descasque é variável, sendo regular na variedade Bárea, boa e muito boa nas variedades Clarinha ou Enxerta e Bravo, respetivamente. Verifica-se que em todas as variedades um kg contém entre 80 a 125 frutos.

Método de Produção: A produção do fruto, a colheita e a secagem das castanhas são as fases específicas da área geográfica delimitada. A recolha dos frutos é feita do chão e colocados de preferência em cestos de verga. Os frutos são recolhidos por variedade e juntos em lotes.

Área Geográfica: Circunscrita aos concelhos de Marvão, Castelo de Vide e Portalegre.



- 📍 APAFNA - Agrupamentos de Produtores Agrícolas e Florestais do Norte Alentejano
- 📍 AGRICERT - Certificação de Produtos Alimentares, Lda.

A close-up, high-resolution photograph of a large pile of almonds. The almonds are a warm, golden-brown color with a textured, slightly wrinkled surface. They are scattered across the entire frame, creating a dense, organic pattern. In the top left corner, there is a small yellow circular graphic with a white dot inside, and a thin yellow dashed line extends vertically from it down the left side of the page.

Benefícios dos Frutos de Casca Rija

Alimentos muito energéticos, ricos em proteínas, vitaminas, gorduras e oligoelementos. Empregam-se diretamente na alimentação na sua forma natural, torrados, salgados ou fritos ou são utilizados como fonte de extração de óleos para culinária, perfumaria, cosmética ou medicinais.

Os **frutos secos de casca rija**, quando consumidos regularmente estão associados a um melhor perfil nutricional e a uma dieta de qualidade superior, a um menor peso corporal, a uma prevalência reduzida da síndrome metabólica e a um decréscimo nos fatores de risco cardiovasculares. Estes alimentos têm uma elevada densidade energética, ou seja, muitas calorias para um pequeno volume. São constituídos essencialmente por lípidos, na sua maioria sob a forma de ácidos gordos monoinsaturados (MUFAS), a gordura que é melhor tolerada, com exceção das nozes, onde predominam os polinsaturados (PUFAS). São fonte de proteína vegetal, fibra e apresentam um baixo índice glicémico, sendo por vezes atribuído o poder saciante, acabando por substituir snacks de menor qualidade nutricional. São compostos ainda por outros nutrientes bioativos que conferem propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias.

Para um adulto saudável, a ingestão diária recomendada é de 1 a 2 porções por dia, ou seja, uma ingestão de 25 a 50 g. No entanto, esta porção equivale a um valor energético que varia entre 160 e 200 kcal. Assim, é aconselhável, de forma a garantirmos todos os benefícios nutricionais sem atingirmos um balanço energético positivo, ou seja, excedermos as nossas necessidades energéticas diárias, que esta porção substitua outra, por exemplo, rica em gordura saturada.

Saiba mais ...

Descubra mais sobre este e outros produtos em

<https://internacionalizacao.ajap.pt>