

Portugal Gourmet



Queijos

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 **Queijos** 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

Os queijos recebem o rótulo de denominação de origem protegida (DOP), certificação atribuída para produtos fabricados em regiões específicas, usando técnicas e ingredientes tradicionais, constitui uma garantia que o processo de fabricação segue regras de obtenção de leite, raça dos animais, venda dos produtos.

Em Portugal para as regiões do Norte e Alentejo são 5 as origens protegidas (DOP)



- 📍 *Queijo de Cabra Transmontano*
- 📍 *Queijo Terricho*
- 📍 *Queijo de Évora*
- 📍 *Queijo de Nisa*
- 📍 *Queijo Serpa*

Conheça os **QUEIJOS DOP** 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



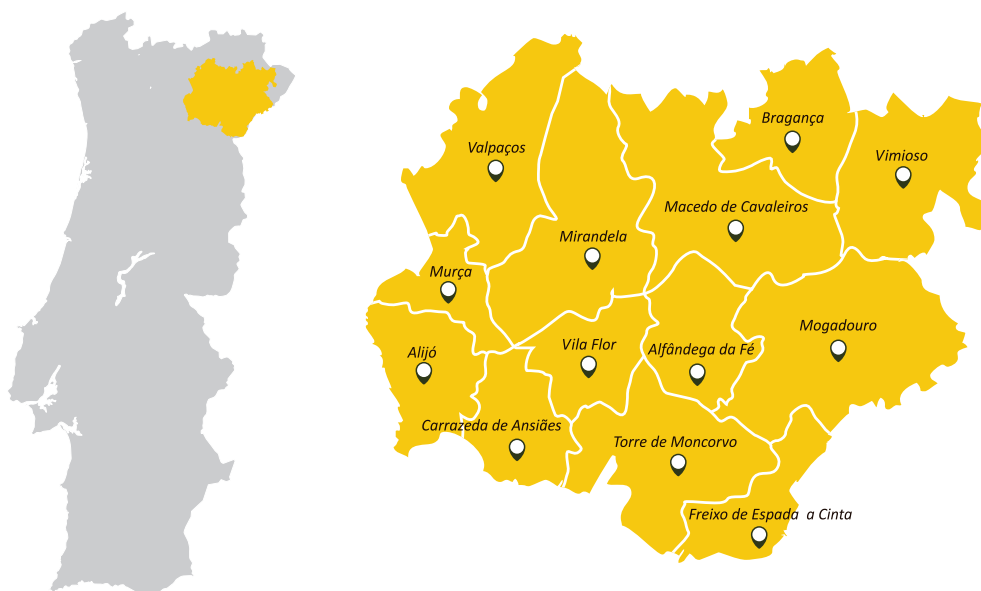
Queijo de Cabra Transmontano

Produto obtido a partir de leite cru de cabra, de raça Serrana. Trata-se de um queijo curado, de pasta extra-dura de cor branca uniforme.

As particularidades do Queijo de Cabra Transmontano DOP devem-se, à sua produção artesanal e pouco modificada ao longo dos anos e, ainda, às características do leite utilizado. As dimensões deste produto são de 12 a 19 cm de diâmetro e peso de 600 a 900 g. Possui um aroma agradável e intenso, e sabor limpo ligeiramente picante.

Método de Produção: Para a obtenção do Queijo de Cabra Transmontano DOP ocorre a filtração do leite e o seu aquecimento até aos 35 °C. De seguida, o leite é coalhado com coalho animal. A coalhada resultante é colocada nos cinchos e pressionada manualmente, de forma a remover todo o soro. Após o corte, os queijos são salgados e deixados a amadurecer, no mínimo 60 dias, à temperatura entre 5 a 18 °C e humidade relativa de 70 a 85%. São efetuadas viragens e lavagens periódicas.

Área Geográfica: Concelhos de Mirandela, Macedo de Cavaleiros, Alfândega da Fé, Carrazeda de Ansiães, Vila Flor, Torre de Moncorvo, Freixo de Espada à Cinta, Mogadouro, Valpaços e Murça.



📍 LEICRAS - Cooperativa de Produtores de Leite de Cabra Serrana, CRL

📍 Kiwa Sativa - Unipessoal, Lda.



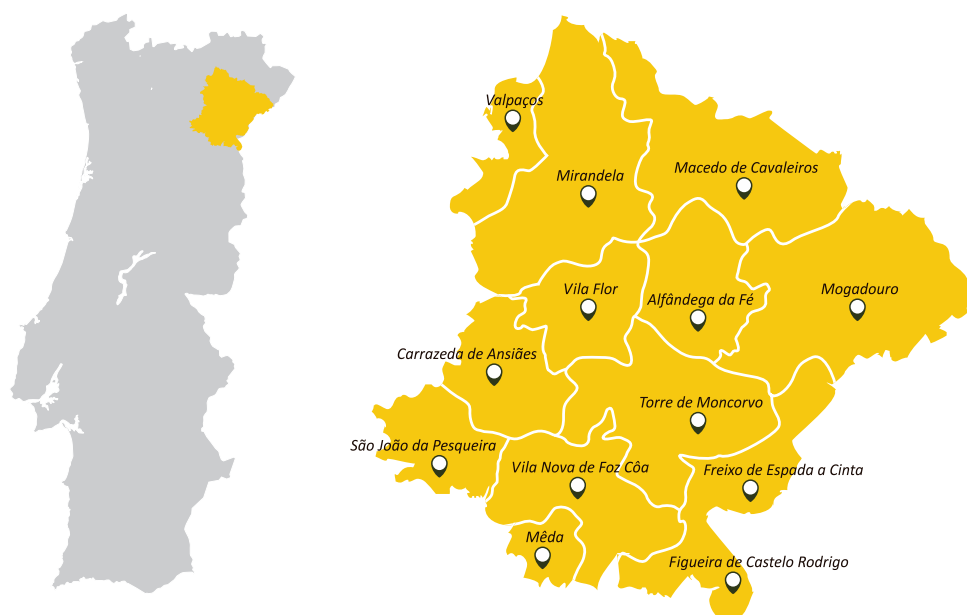
Queijo Terrincho

Produto obtido a partir de leite cru de ovelha da raça Churra da Terra Quente. Trata-se de um queijo curado, de pasta semi-dura a dura (Queijo Terrincho Velho) e de cor branca a amarelada. Cada unidade pode pesar entre 800 a 1.200 g (600 a 1.100 g no caso do Queijo Terrincho Velho) e apresentar entre 13 a 20 cm de diâmetro.

Possui sabor e aroma, suave, limpo e característico (forte e característico no caso do Queijo Terrincho Velho).

Método de Produção: Após a ordenha das ovelhas, o leite é filtrado e aquecido até aos 35 °C. Adiciona-se o coalho de origem animal e deixa-se repousar. Após a coagulação, a massa é colocada nos cinchos, onde ocorre o esgotamento da coalhada e consequente remoção do soro. Os queijos são retirados dos cinchos e salgados, seguindo-se o processo de secagem. Após estas etapas dá-se a maturação, que compreende 30 dias (com exceção do Queijo Terrincho Velho, em que o período é de 90 dias) à temperatura de 5 a 12 °C e humidade relativa de 80 a 85%. Os queijos são ainda lavados e virados frequentemente.

Área Geográfica: Concelhos de Mogadouro, Alfândega da Fé, Moncorvo, Freixo de Espada à Cinta, Mirandela, Vila Flor, Carrazeda de Ansiães, Vila Nova de Foz Côa, Macedo de Cavaleiros, São João da Pesqueira, Valpaços, Mêda e Figueira de Castelo Rodrigo, nos distritos de Bragança, Vila Real, Viseu e Guarda.



📍 QUEITEC - Cooperativa dos Produtores de Leite de Ovinos da Terra Quente, CRL

📍 TRADIÇÃO E QUALIDADE - Associação Interprofissional para Produtos Agro - Alimentares de Trás-os-Montes (AIPAATM)



Queijo de Évora

Produto obtido a partir de leite cru de ovelha, da raça regional Merina Branca. Trata-se de um queijo curado, de pasta dura ou semi-dura e cor amarelada.

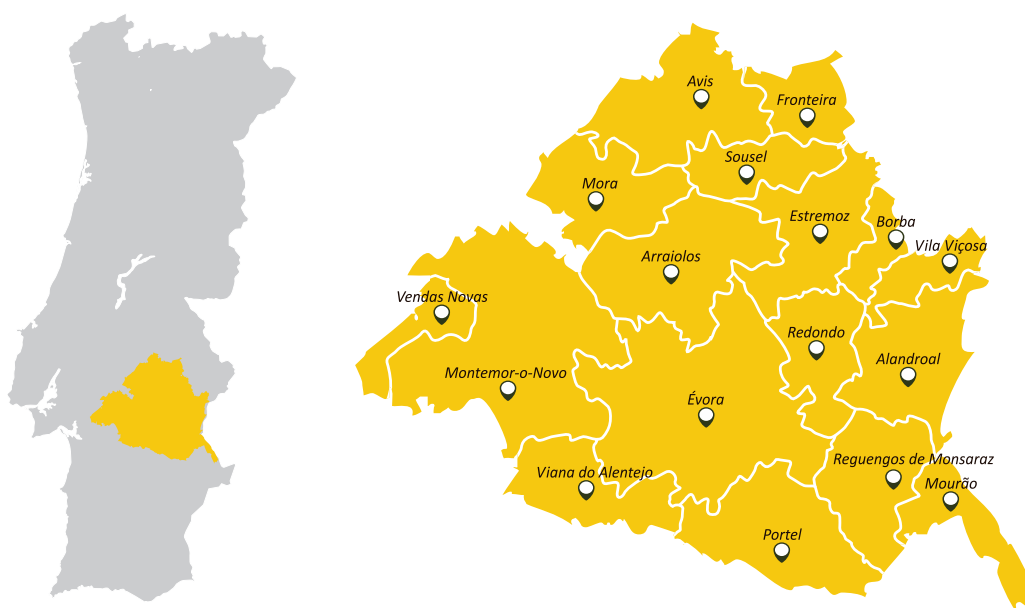
O queijo de Évora DOP pode apresentar-se em diferentes formatos:

- “pequeno”, de pasta dura, com diâmetro de 6 a 8 cm e peso de 60 a 90 g;
- “merendeira”, de pasta dura, com 12 a 14 cm e peso de 120 a 200 g;
- “merendeira”, de pasta semi-dura, com diâmetro de 13 a 15 cm e peso de 200 a 300 g.

Possui um sabor e aroma característicos, ligeiramente picante e ácido, mais acentuado nos queijos de pasta dura.

Método de Produção: Para a obtenção do queijo ocorre, inicialmente, a filtração do leite com panos previamente salgados. Posteriormente, o leite é aquecido a lume de lenha e adiciona-se o cardo vegetal (*Cynara cardunculus* L.). Coloca-se a repousar durante 20 a 40 minutos e remove-se o soro da coalhada. De seguida, inicia-se o processo de maturação, que corresponde a 30 dias para os queijos de pasta semi-dura e a 90 para os de dura. Ambos armazenados à temperatura de 8 a 15 °C e a humidade relativa de 80 a 95%.

Área Geográfica: Concelhos de Alandroal, Arraiolos, Avis, Borba, Estremoz, Évora, Fronteira, Montemor-o-Novo, Mourão, Portel, Redondo, Reguengos de Monsaraz, Sousel, Vendas Novas, Viana do Alentejo e Vila Viçosa.



- Cooperativa Ovina de Évora C.R.L.
- CERTIS – Controlo e Certificação, Lda



Queijo de Nisa

Produto obtido a partir de leite cru de ovelha, da raça regional Merina Branca. Trata-se de um queijo curado, de pasta semi-dura e cor branca-amarelada.

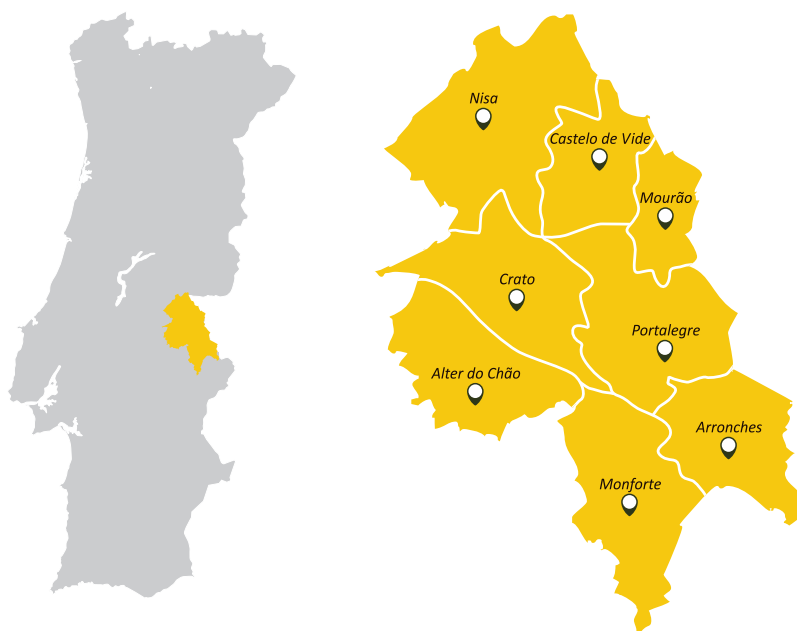
Pode apresentar-se no formato de “merendeira”, com diâmetro de 10 a 12 cm e peso de 200 a 400 g, ou no original, com diâmetro de 13 a 16 cm de diâmetro e peso de 800 a 1.300 g.

Possui sabor ligeiramente ácido e aroma intenso.

Método de Produção: Inicia-se o processo de fabrico adicionando coalho vegetal (*Cynara cardunculus* L.) ao leite à temperatura de 25 a 28 °C, durante 45 a 60 minutos. Após este processo, ocorre o primeiro corte da coalhada, de forma a remover parte do soro. De seguida, transfere-se a coalhada para os cinchos, dando-se a mexedura manualmente e a salga.

Por último, ocorre a maturação, que compreende 2 fases. A primeira tem a duração de 15 a 18 dias e ocorre à temperatura de 8 a 10 °C, à humidade relativa de 80 a 90%, enquanto a segunda, dura 30 a 40 dias e ocorre à temperatura de 10 a 14 °C e humidade relativa de 85 a 90%.

Área Geográfica: Concelhos de Nisa, Crato, Castelo de Vide, Marvão, Portalegre, Monforte, Arronches e Alter do Chão.



-  NATUR-al-CARNES - Agrupamento Produtores Pecuários Norte Alentejo
-  Agricert - Certificação de Produtos Alimentares, Lda.

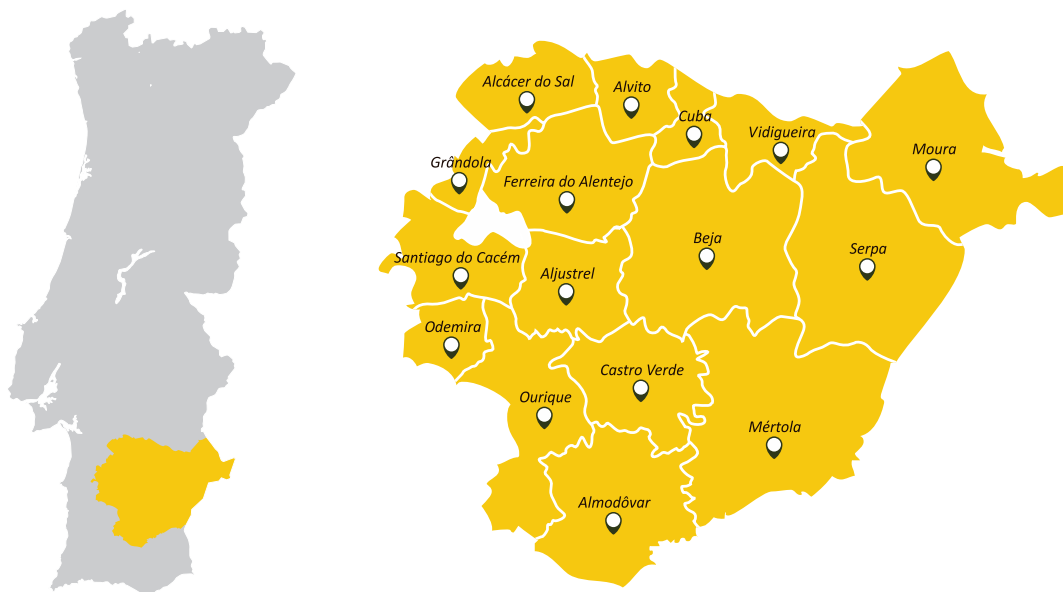


Queijo Serpa

Queijo curado, de pasta semimole, amanteigada com poucos ou nenhuns olhos, obtida por esgotamento lento da coalhada após coagulação do leite cru de ovelha, estreme, por ação de uma infusão de cardo (*Cynara cardunculus* L.).

Método de Produção: O fabrico é efetuado duas vezes por dia, de modo a reduzir o mais possível o espaço de tempo decorrido após a ordenha. A maturação faz-se em locais de cura natural ou instalações de ambiente controlado. O tempo de cura é de 30 dias. Sofre duas salgas, sendo a primeira aquando da filtragem e a segunda já depois da massa estar encinchada e preparada para o esgotamento do soro.

Área Geográfica: Concelhos de Mértola, Beja, Castro Verde, Almodôvar, Cuba, Ourique, Moura, Serpa, Vidigueira, Aljustrel, Ferreira do Alentejo, Alvito, Odemira, Santiago do Cacém, Grândola e Alcácer do Sal.



|  CERTIS - Controlo e Certificação, Lda.

Fonte: DGADR



Benefícios do Queijo

Portugal é um País produtor de queijo de grande qualidade, seja de ovelha, vaca, cabra ou mistura. A sua qualidade e ancestralidade levou à criação de várias Denominações de Origem Protegida e Indicação Geográfica Protegida, sendo o Queijo um dos alimentos mais versáteis no mercado, podendo ser consumido desde o pequeno-almoço à ceia, da entrada à sobremesa.

O queijo é um alimento valioso do ponto de vista nutricional, pois é rico em proteínas de elevado valor biológico e excelente fornecedor de cálcio, tornando-se num alimento de destaque para todas as idades. Das vitaminas e minerais mais importantes no queijo destacam-se:

- Vitamina A: fundamental no processo de visão, na pele e para o cabelo.
- Vitamina B2: essencial no crescimento e reparação dos tecidos, é crucial nos processos de obtenção de energia por parte do corpo humano.
- Vitamina B12: contribui para a formação dos glóbulos vermelhos do sangue e, por isso, para a prevenção do aparecimento de certos tipos de anemia. Além disso, suporta o funcionamento correto do sistema nervoso.
- Fósforo: um mineral que participa na constituição dos ossos e dentes.
- Cálcio: ajuda na manutenção da saúde óssea, prevenindo doenças como a osteoporose.
- Zinco: papel vital no metabolismo proteico e sistema imunitário.

Segundo a Roda dos Alimentos, a recomendação diária de queijo é de uma porção correspondente a meio requeijão (100g), um quarto de queijo fresco (50g) ou duas fatias finas de queijo (40g).

Além dos benefícios acima enunciados, o queijo pode também ser um ótimo substituto do leite, ajuda a estimular o cérebro devido à sua composição maioritária de cálcio e fósforo, contribui para uma boa visão, visto ser rico em vitamina A, fundamental para que a visão se desenvolva adequadamente, tem baixo colesterol e fornece muito mais proteína do que gordura.

Saiba mais ...

Descubra mais sobre este e outros produtos em

<https://internacionalizacao.ajap.pt>