Levantamento de

Variedades Regionais

da Península de Setúbal

Nota de Agradecimento:
Os autores deste trabalho estão profundamente reconhecidos e gratos a todos os agricultores e agricultoras da Península de Setúbal pela preciosa colaboração neste levantamento, quer através de informações únicas, quer através da cedência de variedades para fotografar ou para exibir. Que este trabalho seja também motivo de orgulho para eles.

Levantamento efectuado pela Associação Colher Para Semear – Rede Portuguesa de Variedades Tradicionais entre os meses de Junho e Setembro de 2006 nos concelhos da Península de Setúbal, e apresentado publicamente no âmbito do evento ***Ao Encontro da Semente 2006,*** realizado em Sesimbra nos dias 21 a 22 de Outubro de 2006.

Este levantamento pretende ser uma recolha das variedades tradicionais de frutos, hortícolas e cereais ainda produzidos na Península de Setúbal. Foram assim consideradas todas aquelas que, por serem de cultivo antigo, mostraram há muito a sua adaptação ao clima e tipo de solos próprios daquela região. É de salientar ainda que muitas destas variedades aparecem também noutras zonas do país, onde encontram igualmente condições para o seu pleno desenvolvimento.

Porque a recolha foi feita entre os meses de Junho e Setembro, época de grande produção, foi possível inventariar - e na quase totalidade dos casos, fotografar - mais de 67 variedades, o que consideramos ser bastante animador. Apesar da vantagem sazonal, a proximidade da Península de Setúbal com o grande centro urbano que é Lisboa fazia-nos pensar, à partida, num número bastante mais reduzido.

Devido às limitações de tempo e meios, optámos em primeiro lugar por visitar os mercados locais procurando aí algumas pistas junto dos agricultores presentes. Este método levou-nos à procura de mercados de produtores, por serem esses os sítios mais prováveis para encontrar o que procurávamos. O facto de ser no concelho de Sesimbra onde existe o maior número destes mercados reflecte os resultados obtidos: uma grande percentagem dos locais de recolha é precisamente neste concelho. Porém, parte das variedades aqui encontradas cultivam-se um pouco por toda a Península.

Através dos dados obtidos por este método, chegámos a outros agricultores que habitualmente não frequentam os mercados, mas cultivam variedades regionais. Assim, chegámos à Abóbora Pau, à Maçã Branca ou Moscatel, à Pêra de Inverno, entre outras. Falámos também com alguns agricultores já nossos conhecidos que, não só nos forneceram preciosas informações, como nos mostraram as variedades de que são há muito tempo guardiões.

Visitámos também as casas de sementes mais antigas, onde encontrámos algumas das leguminosas aqui catalogadas. As cooperativas agrícolas prestaram ainda uma colaboração importante, indicando-nos alguns sócios, prováveis detentores de sementes e/ou frutos.

Das variedades encontradas, algumas estão próximas do desaparecimento pela raridade da sua cultura, tais como as uvas Ferral e Santa Isabel, os tomates Rosa da Moita e De Pendura ou De Inverno, e os feijões Cor de Cana e Patareco ou Ratinho. Por outro lado constatámos com agrado o ressurgimento da Maçã Cunha ou Riscadinha de Palmela e a continuação da venda disseminada nos mercados, de feijões e frutos, como o Douradinho e o Carrapato Riscado, e a uva Moscatel de Setúbal.

Este levantamento pode, e deve, ser continuado, com a procura de outras variedades que possam existir na península, tendo em conta que não foi possível abranger toda a região. As hortas urbanas, na periferia dos aglomerados populacionais, são por natureza propícias à biodiversidade, e requerem uma atenção especial, pois não foram, de todo, apreciadas durante este levantamento. Também a introdução de mais sugestões culinárias pode incentivar ao consumo destes cereais, frutos e legumes, como modo mais eficaz de preservar o nosso património alimentar.

Ao apoiar a edição do *Levantamento de Variedades da Península de Setúbal*, a Câmara Municipal de Sesimbra está a promover a entidade da Península, do Concelho e da Freguesia do Castelo, que ainda hoje produz produtos de qualidade reconhecida, que podem ser adquiridos nos mercados locais e em lojas da especialidade. Podemos afirmar que as sementes de outros tempos vão perdurar e passar de mão em mão através deste registo.

A história que acompanha estas variedades leva-nos ao quintal de gerações onde existia uma árvore especial para a família, onde se podia colher o fruto na hora e deliciar-se, a contemplar a paisagem. Com este catálogo podemos referenciar plantas ou sementes de produtos autóctones que de certo vão surpreender quem tiver oportunidade de colher o fruto.

Nos dias de hoje, onde a aposta é claramente o turismo, os produtos da terra tornam-se verdadeiras referências para quem nos visita - ao saborear-se uma maçã Camoesa da Azóia, uma maçã Cunha ou os bagos da uva Santa Isabel, adquire-se a vontade de voltar a Sesimbra, que aliada ao sol, mar e serra, nos faz sentir e viver num mar de emoções.

José Polido
Vereador das Actividades Económicas
da Câmara Municipal de Sesimbra

CEREAIS E LEGUMINOSAS

Aveia de Sesimbra (Avena sativa) 9
Chícharo comum (Lathyrus sativus L.) 9
Feijão Canário (Phaseolus vulgaris) 10
Feijão Carrapato Riscado (Phaseolus vulgaris) 10
Feijão Carrega Burros (Phaseolus vulgaris) 11
Feijão Cor de Cana (Phaseolus vulgaris) 11
Feijão Douradinho (Phaseolus vulgaris) 12
Feijão Fidalgo, Manteiga Anão ou Manteiga Branco (Phaseolus vulgaris) 12
Feijão Magalhão (Phaseolus vulgaris) 13
Feijão Manata (Phaseolus vulgaris) 13
Feijão Patareco ou Ratinho (Phaseolus vulgaris) 14
Feijão Rei das Foices (Phaseolus vulgaris) 14
Feijão Santa Helena (Phaseolus vulgaris) 15
Feijão Roxo (Phaseolus vulgaris) 15
Grão de Bico da Azoia (Cicer arietinum) 16
Milho Amarelo de Sequeiro (Zea mays) 16
Trigo Preto Amarelo, Anafil Preto, Barba Preta ou Cascalvo (Triticum durum) 17

HORTÍCOLAS

Abóbora Menina ou Bolina (Cucurbita moschata) 19
Abóbora Pau (Cucurbita maxima) 19
Abóbora Porqueira (Cucurbita pepo) 20
Cebola de Alcochete (Allium cepa) 20
Cebola de Setúbal (Allium cepa) 21
Couve galega, Couve folha (Brassica oleracea) 21
Melancia Cu Redondo (Citrullus lanatus) 22
Melancia Poceirão (Citrullus lanatus) 22
Tomate de Inverno ou de Pendura (Lycopersicon lycopersicum) 23
Tomate Rosa da Moita (Lycopersicon lycopersicum) 23

FRUTOS

Abrunho (Prunus domestica) 25
Ameixa Cagona (Prunus domestica) 25
Amora (Morus nigra) 28
Cereja Vermelha (Prunus cesarus) 46
Figo Castanhal (Fycus carica) 28
Figo Moscatel (Fycus carica) 29
Ginja Galega ou de Pé na Folha (Prunus cerasus) 29
Laranja Espinho (Citrus sinensis) 30
Laranja Limão (Citrus sinensis) 30
Laranja Moscatel de Setúbal (Citrus sinensis) 31
Laranja S. João (Citrus sinensis) 31
Laranja de Setúbal (Citrus sinensis) 32
Maçã Branca ou Moscatel (Malus domestica sp.) 32
Maçã Camoesa da Azóia ou Férrea (Malus domestica sp) 26|27
Maçã do Casalinho 1 (Malus domestica sp.) 33
Maçã do Casalinho 2 (Malus domestica sp.) 33
Maçã Craveira ou Cravo (Malus domestica sp.) 34
Maçã Cunha ou Riscadinha de Palmela (Malus domestica sp.) 34
Maçã Espelho (Malus domestica sp.) 35
Maçã Pêro Pipo(Malus domestica sp.) 35
Pêra Bojarda (Pyrus communis) 36
Pêra Carvalhal Francesa (Pyrus communis) 36
Pêra de Cozer (Pyrus communis) 37
Pêra d'Água (Pyrus communis) 37
Pêra de Inverno (Pyrus communis) 38
Pêra Pérola (Pyrus communis) 38
Pêssego Rosa (Prunus persica) 46
Pêssego de Santiago (Prunus persica) 46
Pêssego Manuel Valério (Prunus persica) 46
Romã Roxa (Púnica granatum) 39
Tangerina Carvalhais (Citrus reticulata) 39
Uva Diagalves (Vitis vinifera) 40
Uva Ferral (Vitis vinifera) 40
Uva Melinha (Vitis vinifera) 41
Uva Moscatel de Setúbal (Vitis vinifera) 41
Uva Periquita (Vitis vinifera) 42
Uva Santa Isabel (Vitis vinifera) 42
Castanha (Castanea sativa) 44
Marmelo (Cidonia oblonga) 45
Romã (Punica granatum) 45

QUADRO-SÍNTESE DOS CEREAIS E LEGUMINOSAS 47
QUADRO-SÍNTESE DAS HORTÍCOLAS 48
QUADRO-SÍNTESE DOS FRUTOS 48|49|50
BIBLIOGRAFIA 51

Cereais e Leguminosas

AVEIA DE SESIMBRA *(Avena sativa)*

A aveia de Sesimbra apresenta um colmo de estatura média/pequena, grosso e com nós vilosos. Tem um grão de tamanho médio/grande com cor amarelo-torrado.
Este cereal é principalmente usado como forragem, sendo frequentemente ceifado e enfardado com o grão, para assim fornecer um alimento mais rico ao gado, no caso concreto encontrado, as vacas leiteiras.
De salientar a sua difícil debulha, facto pelo qual é propícia esta forma de enfardamento.
Outrora comum no concelho de Sesimbra, foi vítima do abandono das culturas arvenses por toda a região. Descobrimos apenas um único produtor que ainda a cultiva.
Local de recolha: Azoia, Sesimbra

CHÍCHARO COMUM *(Lathyrus sativus L.)*

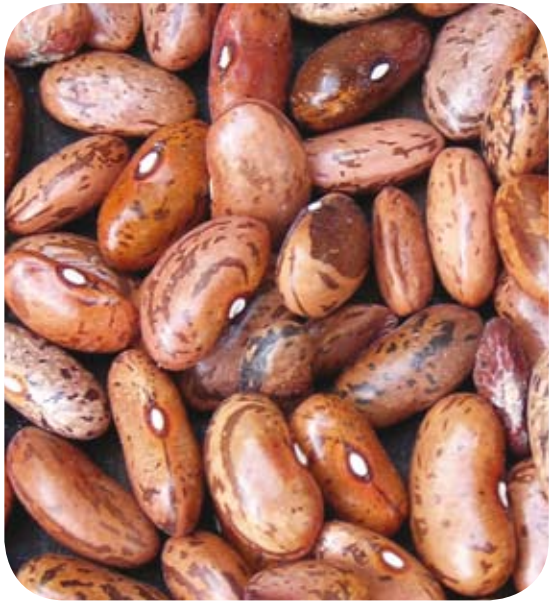
O chícharo foi uma leguminosa muito vulgar em terrenos calcários, desde Coimbra até ao Algarve, tendo caído em desuso nas últimas décadas em toda esta região.
É uma cultura muito antiga, conhecida do homem da Idade do Ferro. Tem dois centros de origem, um na região Mediterrânica e outro na Ásia Central (Afeganistão e Noroeste da Índia).
Recentemente, houve um ressurgimento desta cultura milenar na zona centro do país, contando até com um festival em sua honra, em Alvaiázere, onde durante quatro dias se mostram e provam as suas inúmeras qualidades gastronómicas, em sopas, guisados e doçaria.
Na Península de Setúbal foi encontrado apenas um produtor, no concelho de Sesimbra. A variedade mais representativa é o chícharo branco miúdo, de flores esbranquiçadas, rosadas ou azuladas, todas elas levemente aromáticas, graças ao seu parentesco com a ervilha de cheiro, *Lathyrus odoratus*.
As vagens são pequenas e achatadas e podem conter de uma a três sementes. Estas sementes podem ser brancas, branco sujo, levemente rosadas ou esverdeadas, em forma quadrangular e em cunha.
O chícharo pode ser consumido em verde ou em seco, sendo esta última forma a mais utilizada. O consumo excessivo do grão pode provocar problemas de toxicidade, devendo por isso ser ingerido com moderação. É uma das leguminosas mais interessantes para a culinária e muito apreciada pelos cozinheiros.
Local de recolha: Facho da Azoia, Sesimbra

FEIJÃO CANÁRIO *(Phaseolus vulgaris)*

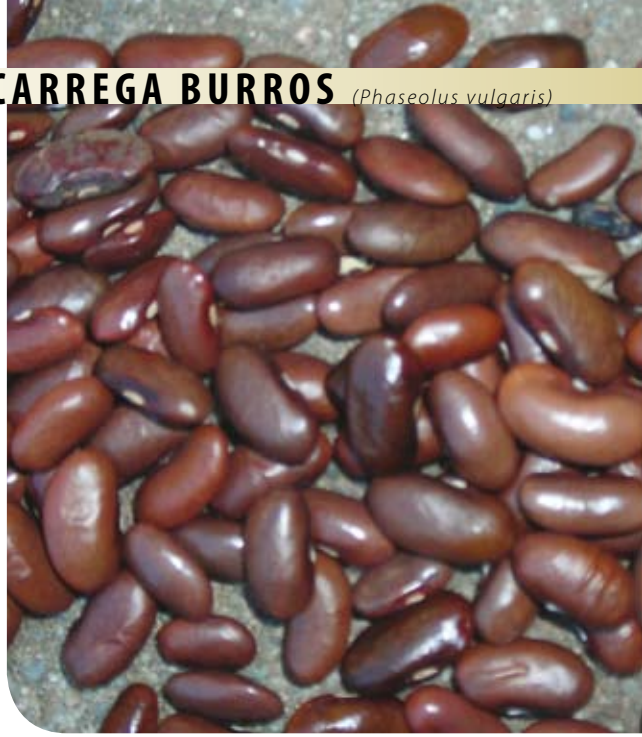
Feijão rasteiro, para comer em seco. Produz muitas vagens, pequenas e bicudas. O grão é muito pequeno, de cor amarela esverdeada, com olho branco.
Esta variedade de feijão é mais comum no norte do país, aparecendo pontualmente na Península de Setúbal. Próprio para cultivo de sequeiro, tradicionalmente em consociação com milhos e abóboras.
Local de recolha: Aiana de Cima, Sesimbra

FEIJÃO CARRAPATO RISCADO *(Phaseolus vulgaris)*

O feijão Carrapato Riscado é um feijão muito vigoroso, que pode trepar para além dos 3 metros em solos do seu agrado. Sensível ao calor, produz melhor em locais de clima temperado, como é o caso do litoral português. Apresenta uma vagem comprida, larga e carnuda, de cor verde raiada de vermelho. É um feijão para comer em verde, por excelência.
Depois de cozidas, as vagens têm o verde como cor única e são utilizadas em pratos tradicionais, como é o caso de peixinhos da horta, que são favorecidos com as dimensões e textura desta variedade. É de um modo geral um feijão ainda bastante comum, sendo possível encontrá-lo em quase todos os mercados em verde, e nas mercearias e nas casas de sementes, em seco.
Local de recolha: casa de sementes em Setúbal



FEIJÃO CARREGA BURROS *(Phaseolus vulgaris)*

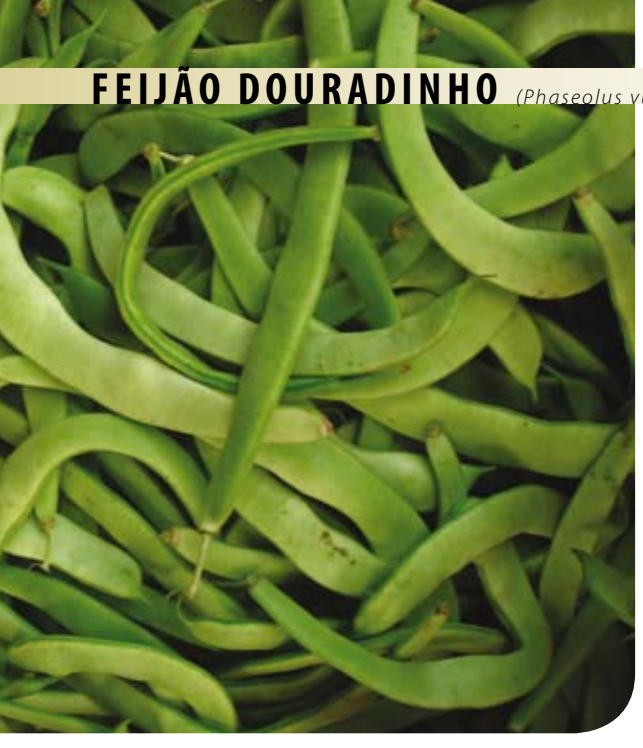


Feijão de trepar, para comer em verde. Esta variedade tem a vagem comprida, de cor amarelada, forma achatada e grosseira. De grão cor castanho-escuro e olho branco, reniforme, muito tenro e saboroso, este feijão é, tal como o seu nome indica, muito produtivo.
De cultivo já muito raro, o feijão Carrega Burros foi encontrado apenas num produtor, em Azeitão.
Local de recolha: Brejos de Azeitão, Setúbal

FEIJÃO COR DE CANA *(Phaseolus vulgaris)*

Este feijão é mais utilizado nas pequenas hortas para consumo doméstico, devido ao aspecto da vagem curta e carnuda, que lhe dá uma aparência de rijo e daí a sua pouca aceitação nos mercados, para ser consumido em verde. Aparece por vezes também em seco. Apesar do seu aspecto, não deixa de ser, em termos gastronómicos, dos melhores: é macio, tenro e dotado de um excelente sabor.
A planta é de porte rasteiro e as vagens curtas são, no entanto, numerosas. Vulgarmente é cultivado em consociação com outras hortícolas mais vigorosas.
Local de recolha: mercado da Lagoa de Albufeira, Sesimbra

FEIJÃO DOURADINHO *(Phaseolus vulgaris)*



O feijão Douradinho é um feijão de trepar para consumir em verde, fresco debulhado ou em seco. Esta variedade de grão vermelho com laivos brancos é também conhecida como feijão Bencanta, na região das Beiras.
Ainda se encontra com alguma facilidade nos mercados de produtores, sendo talvez a variedade mais disseminada de entre as variedades tradicionais que encontrámos.
Devido ao seu excepcional vigor tem produções dificilmente igualáveis pelas variedades modernas. Em verde tem um paladar e uma textura muito agradáveis.
Debulhado é muito apreciado em sopa, com outros legumes da época (cebola, tomate, batata, cenoura) aos pedaços. Em seco é normalmente utilizado em feijoadas e sopas.
Encontra-se em quase todos os mercados da região, em verde durante o Verão/Outono, e em seco no resto do ano.
Local de recolha: Aiana de Baixo, Sesimbra

FEIJÃO FIDALGO, MANTEIGA ANÃO OU MANTEIGA BRANCO *(Phaseolus vulgaris)*

O feijão Fidalgo, também conhecido por feijão Manteiga anão ou Manteiga branco, apresenta uma vagem verde, comprida e sub-roliça. O grão é reniforme, oblongo, médio e de cor branca.
Muito usado para feijoadas e sopas. É também usado em doçaria, no fabrico de pastéis de feijão, devido à sua textura e cor que adquire depois de cozido.
Facilmente confundido com outras variedades da mesma cor, pode, no entanto, identificar-se pela forma longa e estreita, ligeiramente curvada do grão.
Encontra-se em algumas lojas de sementes e revendedores ambulantes, em feiras e mercados da região. É pouco frequente a venda directa pelo produtor.
Local de recolha: casa de sementes em Setúbal

FEIJÃO MAGALHÃO *(Phaseolus vulgaris)*

Para comer em seco, este feijão é próprio de cultivo de sequeiro. Tem a vagem curta e bicuda, o grão avermelhado com olho branco, tamanho médio pequeno, de casca fina, muito macio, a par mesmo com os de tipo manteiga. É por isto, especialmente indicado para a confecção de sopas e feijoadas.
Este feijão já não aparece à venda em lojas ou mercados, tendo sido encontrado numa horta familiar em Brejos de Azeitão.
Local de recolha: Brejos de Azeitão, Setúbal

FEIJÃO MANATA *(Phaseolus vulgaris)*

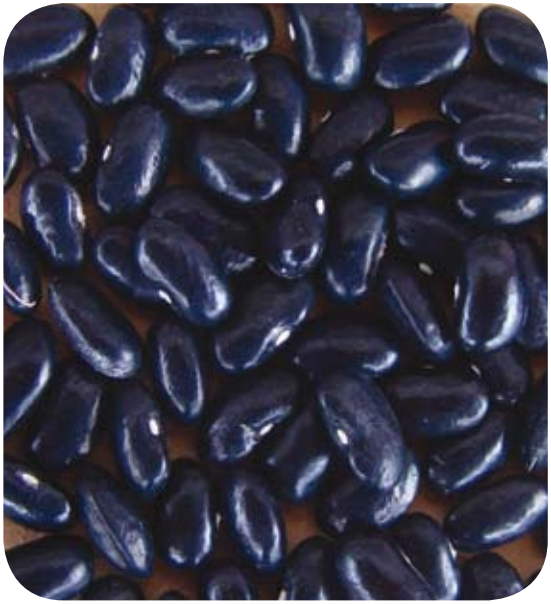
O feijão Manata é uma variedade muito difundida por todo o litoral, entre o Sado e o Mondego. É ainda vulgar encontrá-lo em alguns mercados e praças de produtores da Península de Setúbal, e também nas casas de sementes.
É um feijão de vagem comprida, ligeiramente curvada, de cor verde clara e sedoso ao tacto. É precoce na maturação, sendo por isso muito valorizado nos mercados.
A planta é das mais produtivas entre os feijões, sendo frequente quebrar-se devido à quantidade de vagens que ostenta. Convém por isso cultivá-lo com outras plantas mais fortes, como por exemplo, o milho ou o girassol.
O grão é de cor vermelho desmaiado, magro e reniforme.
Local de recolha: mercado de Azeitão, Setúbal

FEIJÃO PATARECO OU RATINHO *(Phaseolus vulgaris)*

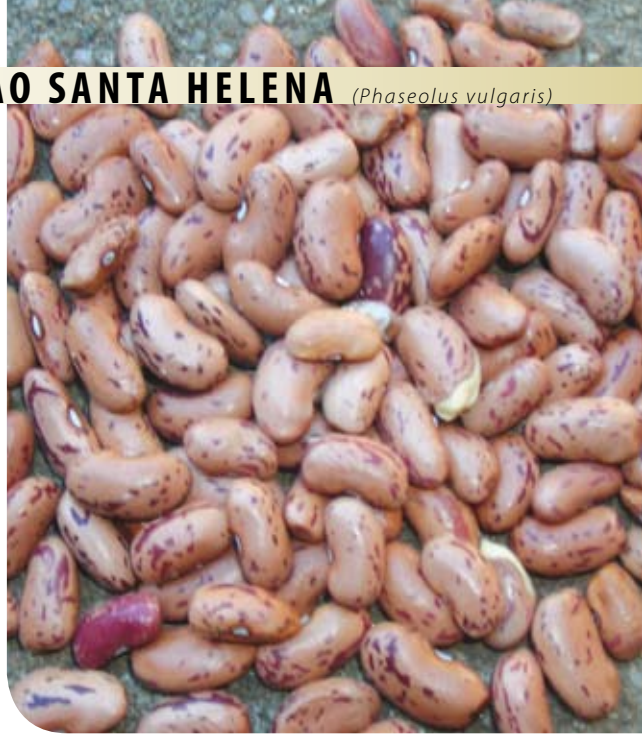
O feijão Patareco é muito parecido com o feijão Manata na cor rosada, embora de grão mais curto, quase oval. De porte muito rasteiro, apresenta numerosas vagens de dimensão média/longa, o que o distingue como um dos mais produtivos.
As suas qualidades são muito apreciadas, tanto em verde como em seco: é tenro e saboroso. Em seco, aumenta imenso o seu volume depois de demolhado.
Aparece com mais frequência à venda em seco, em revendedores, nos mercados mais importantes, como sejam o de Azeitão e o de Livramento, em Setúbal.
Em verde, é muitas vezes vendido como feijão Manata devido à semelhança das vagens.
Local de recolha: mercado do Livramento, Setúbal

FEIJÃO REI DAS FOICES *(Phaseolus vulgaris)*

O feijão Rei das Foices é talvez o mais antigo de todos os feijões ainda comercializados. Paulo de Moraes já o referenciava na sua Enciclopédia de Agricultura de 1897. Uma variedade a par com as mais modernas em termos de produção. De trepar, precisa de boas empas para o sustentar pois é muito vigoroso, com um crescimento para além dos 3 metros
A vagem é comprida e levemente curvada na ponta, fazendo jus ao seu nome. Usado principalmente em verde, é reconhecido como um dos melhores em termos gustativos.
O grão é preto e brilhante o que faz com que não seja muito usado em sopas ou feijoadas devido à coloração escura que adquire depois de cozinhado.
Local de recolha: mercado de Azeitão, Setúbal



FEIJÃO SANTA HELENA *(Phaseolus vulgaris)*



O feijão Santa Helena é um feijão tipo Catarino, de porte rasteiro, cultivado exclusivamente para comer em seco. Um dos mais produtivos entre os feijões rasteiros, com vagens verde/amareladas raiadas de vermelho e grão creme com laivos vermelhos.
Foi muito cultivado em policultura em associação com o milho e abóbora, prática esta que, infelizmente, é cada vez menos utilizada nas hortas da região. É possível que, com os actuais conhecimentos sobre as vantagens das associações de culturas, seja invertida a presente tendência.
Esta variedade de feijão é ainda relativamente fácil de encontrar em alguns mercados e lojas de sementes, quase sempre em seco, mas por vezes também para debulhar. É dos mais usados para sopas e feijoadas.
Local de recolha: casa de sementes em Setúbal

FEIJÃO ROXO *(Phaseolus vulgaris)*

De cor roxa, muito apelativa e brilhante, o feijão Roxo é especialmente usado em seco, ou em verde quando colhido cedo, pois endurece precocemente.
O grão tem uma forma reniforme, comprido, roxo e de olho branco.
Trata-se de uma variedade muito rara, da qual só foram encontrados dois produtores que o vendem, nos mercados de Azeitão e Lagoa de Albufeira.
Uma variedade a preservar e a incentivar o seu cultivo.
Local de recolha: mercado de Azeitão, Setúbal

GRÃO DE BICO DA AZOIA *(Cicer arietinum)*

Planta vigorosa de vagem grande, contendo um ou dois grãos grandes, de cor creme claro, rugosos e com um bico pronunciado. É usado em regime de sequeiro, em consociação com milho e abóbora.
Local de recolha: Facho da Azoia, Sesimbra

MILHO AMARELO DE SEQUEIRO *(Zea mays)*

Milho de sequeiro tradicional de Sesimbra. Planta muito rústica que se desenvolve bem nas terras de barro desta região. De porte médio/alto, com uma a duas maçarocas por pé.
Maçaroca de tamanho médio, de grão amarelo e arredondado.
Outrora usado em panificação, no fabrico de broa e também para a confecção de papas.
Local de recolha: Facho da Azoia, Sesimbra

TRIGO PRETO AMARELO, ANAFIL PRETO, BARBA PRETA OU CASCALVO *(Triticum durum)*

Trata-se de um trigo rijo, com grão de cor escura, tamanho médio – 7,5/8,3mm. O colmo apresenta altura variável, com uma grossura média e cheia. A cor da planta antes de seca é verde glauco, a espiga oblonga, barbada e branca, com pragana preta e longa.

Tendo sido um trigo bastante vulgar na região argilo-calcária da Península de Setúbal, verifica-se o seu quase total desaparecimento, a par com as outras culturas arvenses daquela zona. Neste levantamento só foram encontrados dois produtores, no Facho da Azoia, concelho de Sesimbra. Em ambos os casos, esta cultura foi reintroduzida recentemente, com semente proveniente de seara Alentejana.

De enraizamento muito profundo e abrangente, tem um forte afilhamento. Esta variedade deve por isso ser semeada pouco densa e precocemente. Também por esta razão é o trigo ideal para a região do Cabo Espichel, reconhecida como sendo uma região de fraca pluviosidade.

Aqui, e apesar de ser um trigo rijo, o trigo Preto Amarelo era muito apreciado pelos inúmeros padeiros da zona, que ainda hoje lhe gabam as qualidades e virtudes.

Local de recolha: Facho da Azoia, Sesimbra

Hortícolas

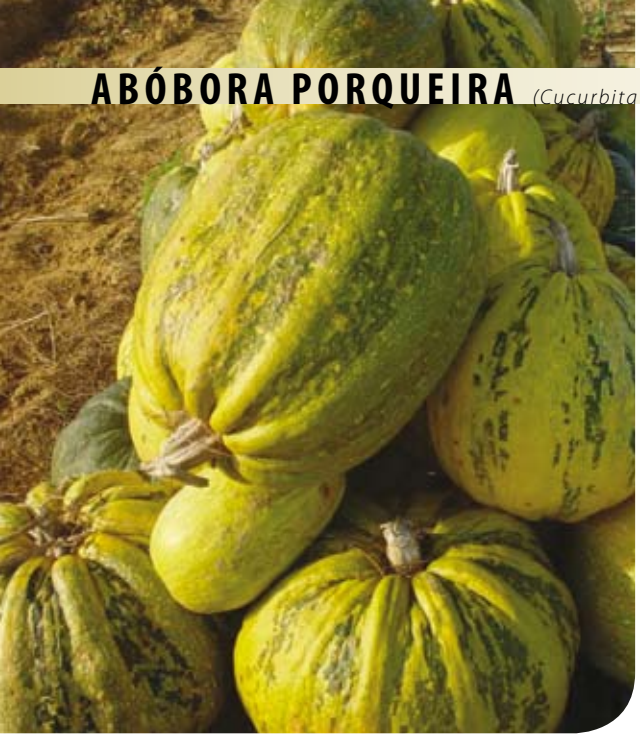
ABÓBORA MENINA OU BOLINA *(Cucurbita moschata)*

A abóbora Menina continua a ser a variedade mais difundida pela região, seguida de perto pela Abóbora Porqueira, empregue para outros fins. Existem belos exemplares, vulgarmente de cor laranja, mas também de cor verde escura malhada, com formas várias, como sejam, oblongas, redondas lisas e achatadas gomosas. O seu interior é sempre de um laranja vivo.
Esta abóbora é usada em numerosas receitas, que passam por cremosas sopas e cozidos. Mas é principalmente na doçaria que a sua utilização é mais vulgar. Encontra-se praticamente em todos os mercados e não está, com certeza, em perigo de extinção.
Local de recolha: Canha

ABÓBORA PAU *(Cucurbita maxima)*

A abóbora Pau tem folhas mais finas e tenras que a maioria das outras variedades de abóboras, e produz exemplares de tamanho médio/grande, de cor verde clara/alaranjada com malhas.
Alguns exemplares são ligeiramente achatados, outros têm uma forma cónica muito particular.
O seu interior é amarelado e, quando cozinhado, tem um sabor muito agradável.
As sementes são gordas e carnudas, razão pela qual eram antes muito utilizadas para cozer (como os tremoços) ou assar no forno com sal.
Foram encontrados apenas dois produtores no concelho de Sesimbra, razão pela qual urge fazer a divulgação desta excelente variedade pelos agricultores da região.
Local de recolha: Aiana e Fornos, Sesimbra

ABÓBORA PORQUEIRA *(Cucurbita pepo)*



Ainda se vêem alguns campos com esta variedade; a sua pele listada de verde e amarelo apresentam um lindo conjunto de cor amarelo canário.
De forma oblonga, na maioria, também aparecem por vezes redondas e achatadas. De um modo geral é usada quase exclusivamente para alimentação animal, contudo faz excelentes sopas que são muito apreciadas onde o seu cultivo é mais generalizado.
Esta era a variedade mais usada na consociação de milho e feijão, que entretanto tem vindo a perder terreno em virtude do abandono desta boa prática. Em todo o caso continua a ser a mais comum, logo a seguir à abóbora Menina. Não aparece tanto nos mercados, devido ao uso quase sempre doméstico para a criação de um ou dois animais. De longa conservação e de grandes dimensões, a polpa é amarela-creme.
Esta variedade também se presta ao aproveitamento de sementes para salgar e usadas como aperitivos em bares e cafés, hábito que acontece agora com menos frequência.
Local de recolha: Fornos, Sesimbra

CEBOLA DE ALCOCHETE *(Allium cepa)*

Esta é uma cebola de grande precocidade, que rivaliza com a de Setúbal na mesma área geográfica, mas com o estatuto de mais temporã.
De melhor conservação, mas também de sabor mais adocicado, a sua utilização em saladas parece ser a mais indicada. Apresenta cor branca ou branco amarelada e formato redondo.
O plantio pode ser com um compasso apertado, no entanto, se tiver mais espaço, esta variedade pode atingir proporções notáveis.
Encontrada em quase todos os mercados visitados parece estar a conquistar algum terreno à variedade de Setúbal, talvez devido à melhor conservação do bolbo.
Local de recolha: mercados de Azeitão e Poceirão

CEBOLA DE SETÚBAL *(Allium cepa)*

As grandes qualidades desta cebola residem na sua precocidade, assim como na pouca acidez. Embora de curta conservação, está ainda assim bem presente em todos os mercados visitados.
Não se conhece ao certo a sua origem, mas crê-se que se tenha instalado na região há várias décadas, uma vez que não é mencionada nos catálogos do início do século passado.
De cor branca amarelada, é a preferida para saladas devido ao seu sabor adocicado. Atinge um tamanho médio a grande, com um formato achatado. De cultivo invernal, é semeada em Setembro/Outubro, para ser apanhada em Abril/Maio consoante a temperatura do local de amanho.
Local de recolha: Facho da Azoia, Sesimbra

COUVE GALEGA, COUVE FOLHA *(Brassica oleracea)*

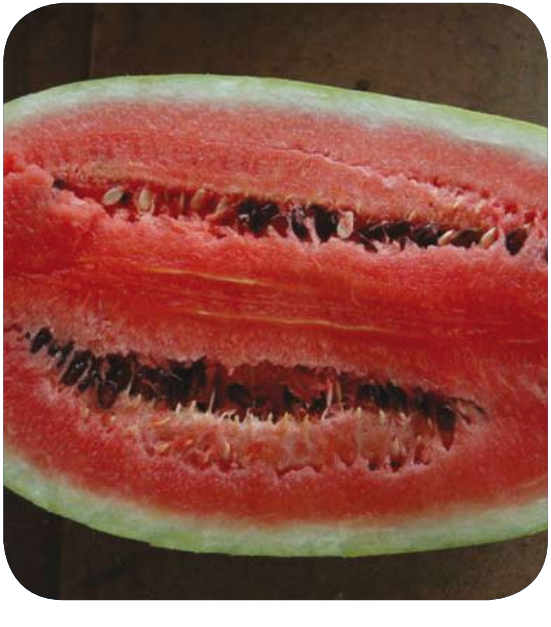
A humilde e generosa couve de todo o ano está sempre presente em qualquer horta que se preze. A região de Setúbal não é excepção e por isso podemos encontrá-la a adornar a maioria das pequenas hortas.
Quase não era incluída neste levantamento, devido à sua vulgaridade, no entanto, seria uma grande injustiça, pois ela afirma-se pelas suas qualidades e rusticidade. De Inverno e de Verão está sempre pronta a ser colhida, sendo, todavia, mais numerosas e tenras as folhas no Outono e Primavera. Podem ser lisas ou frisadas e de cor verde ou arroxeada. São, contudo, todas saborosas e nutritivas.
Encontra-se à venda felizmente em quase todos os mercados, sobre a forma de caldo verde, isto é, já finamente cortada ou em molhos de folhas soltas e inteiras.
Local de recolha: em quase todos os mercados visitados

MELANCIA CU REDONDO *(Citrullus lanatus)*

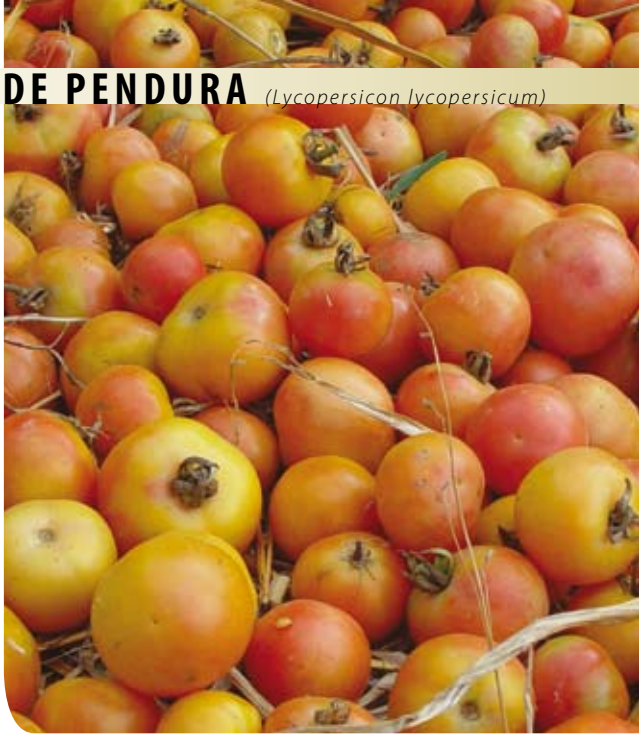
Melancia de tamanho médio/pequeno, de casca verde com raios escuros, arredondada, ligeiramente ovóide. Apresenta uma concavidade pronunciada na base.
A polpa é vermelha, com sementes escuras e grandes.
Variedade muito produtiva, própria para cultivo de sequeiro.
Local de recolha: Aldeia do Meco, Sesimbra

MELANCIA POCEIRÃO *(Citrullus lanatus)*

Esta variedade distingue-se pela sua rusticidade, resistindo muito bem às doenças que atacam a espécie, e adaptando-se perfeitamente às condições próprias da região.
Os frutos são grandes, de forma oblonga e casca branca e lisa. A polpa é vermelha, doce e contém numerosas sementes.
Deve ser colhida na altura exacta da maturação, pois deteriora-se muito rapidamente quando se mantém na planta.
Local de recolha: Poceirão, Palmela



TOMATE DE INVERNO OU DE PENDURA *(Lycopersicon lycopersicum)*



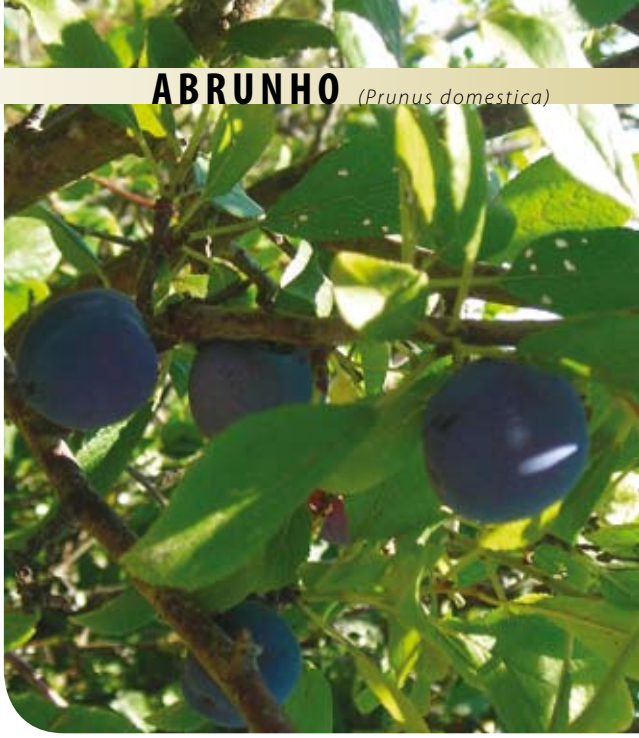
Plantado na mesma altura que os outros tomateiros, esta variedade dá frutos que amadurecem todos ao mesmo tempo, no fim do Verão.
A planta é de porte definido, tem a folha larga e, porque tem que suportar o peso de todos os seus frutos ao mesmo tempo, deve ser fortemente tutorada.
Os frutos são pequenos, redondos e de uma cor rosa/amarelada.
Em Setembro, quando estão maduros, colhem-se os frutos arrancando a planta toda. Levam-se então para casa onde se penduram tal como são apanhados, ou em pequenos molhos; podem ainda ser conservados numa esteira ou num caixote com palha, em local fresco e seco.
Este tomate é depois consumido durante o Inverno, cozinhado em sopas e guisados. Por ser pouco doce, não é vulgar usá-lo em saladas.
Local de recolha: Facho da Azoia, Sesimbra

TOMATE ROSA DA MOITA *(Lycopersicon lycopersicum)*

Esta variedade de tomate apresenta como característica principal a sua cor rosa, que quando se encontra já bastante maduro, pode aproximar-se de uma tonalidade mais encarnada (cor de carne).
A planta é muito vigorosa e pode assumir um porte grande, com folhas largas e caule bem desenvolvido.
O fruto, no decurso da sua maturação, quando atinge uma dimensão próxima do seu tamanho definitivo, passa de tons verdes a esbranquiçados, que gradualmente vão adquirindo uma cor rosácea, a qual se vai progressivamente intensificando, à medida que a maturação ocorre.
Este tipo de tomate apresenta uma dimensão média a grande, adquire uma forma achatada e possui uma polpa carnuda e suculenta. O seu paladar pode apresentar uma ligeira acidez (quase imperceptível) quando colhido em meia maturação (para salada), desaparecendo esta por completo quando este adquire tons rosa mais carregados. A sua pele torna-se fina e delicada quando atinge o fim da sua maturação.
Local de recolha: concelho da Moita

Frutos

ABRUNHO *(Prunus domestica)*



Árvore de porte médio, ou arbustiva, com tendência a propagar-se através de rebentos que emergem das raízes. Apesar deste comportamento de planta rústica, a existência do abrunho corre perigo de extinção devido ao abandono dos pomares tradicionais, em detrimento da construção.
Era vulgarmente utilizado em sebes para protecção do vento, e divisão de propriedades.
Muito produtivas, estas ameixeiras de origem europeia dão frutos pequenos, de cor escura, vagamente azulados, e forma oblonga. A polpa é verde amarelada, muito doce, consistente e pouco sumarenta. Frutifica em Julho.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

AMEIXA CAGONA *(Prunus domestica)*

Ameixa tipo europeia semelhante aos abunhos. Fruto pequeno, azulado, quase negro, redondo, levemente ovóide, apresenta uma costura na vertical numa das faces; a polpa é firme, amarelo esverdeado e doce.
Os primeiros frutos estão maduros no fim de Maio, porém esta maturação é progressiva, e não é invulgar encontrar frutos na árvore ainda em Julho.
A árvore é de porte pequeno/médio, e já difícil de encontrar. Outrora orlava os campos formando sebes, só, ou em associação com marmeleiros, ginjeiras e romãzeira.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

MAÇÃ CAMOESA DA AZOIA OU FÉRREA *(Malus domestica sp)*

A Maçã Camoesa da Azoia reúne qualidades e características que a tornam distinta. Já Eça de Queiroz em *O Primo Basílio,* (cap. .9) fazia referência à qualidade perfumada da maçã Camoesa. "Roupa branca, donde se exalava um cheiro de madeira e de folhas de Maçã Camoesa". Na verdade, também as donas de casa (as nossas avós) no nosso concelho, colocavam algumas maçãs desta qualidade entre os lençóis como forma de os perfumar. Ainda hoje, é tradição dispor alguns exemplares na parte superior dos armários da cozinha, o que permite cheirar o seu delicioso perfume.

Uma maçã servia de sobremesa aos pescadores de Sesimbra, que após as refeições, se deslocavam às tabernas com um exemplar nos bolsos e as saboreavam no meio de conversas sobre a sua faina no mar, numa altura em que a doçaria estava pouco desenvolvida. Quantas vezes serviam até de refeições, no decurso da faina do mar, quando não havia tempo para um intervalo, juntamente com um pedaço de pão "caseiro" e um gole de vinho. Desde há décadas que as maçãs produzidas na Azoia gozam de elevada reputação, servindo muitas vezes como pagamento ou reconhecimento de favores ou serviços prestados por médicos e advogados.

Estas maçãs distinguem-se ainda pelo seu sabor característico, pela consistência da polpa rica em ferro, e pela apreciada acidez que diminui com o grau de maturação. Não sendo uma maçã doce, mas devido às faculdades anteriormente descritas, é uma fruta recomendada para doentes anémicos e diabéticos. Um estudo recente, que compara diferentes variedades regionais de maçãs, revelou ainda um elevado teor de antioxidantes na camoesa da Azoia, muito superior a qualquer outra. Para além de apreciada crua, assada preenche de satisfação os maiores apreciadores, na medida que permite uma cozedura uniforme de toda a polpa.

A Camoesa Vermelha da Azoia, apresenta uma coloração manchada de vermelho na face de maior incidência do sol, sobre um fundo amarelo. A polpa distingue-se das similares pelo sabor característico, ácida de cor branca e consistência muito firme.

A Camoesa Riscada é a maçã mais cultivada, menos ácida do que a anterior, de coloração amarelo uniforme com listas vermelhas e tons acastanhados.

As características destas maçã devem-se às propriedades físicas do solo argiloso, rico em ferro, à altitude e condições climatéricas especificas junto a um cabo e à sua proximidade ao mar. Um dos inconvenientes destes solos argilosos é a sua impermeabilidade. Em virtude da má drenagem encharcam com facilidade quando da ocorrência de chuvas abundantes, o que

pode ocasionar a morte da fruteira. Este facto, o abandono das vinhas e pomares por razões económicas, a falta de poda e o desconhecimento de práticas de fruticultura, levou à diminuição drástica do cultivo desta variedade regional/local.

Muitas das árvores existentes no nosso concelho são enxertadas em Dulcino, mas era prática disporem estacas de macieira pretendida. As árvores raramente eram podadas, dando origem a fruteiras baixas, que estendiam as suas pernadas ao longo do terreno, onde frutificavam abundamente devido à inclinação dos ramos. Por vezes estas pernadas enraizavam e eram aproveitadas para plantação de novas árvores, não sendo necessário a sua enxertia. Este método era muito frequente na Camoesa Branca, que facilmente enraíza em contacto com o solo húmido, após as primeiras chuvas de Outono.

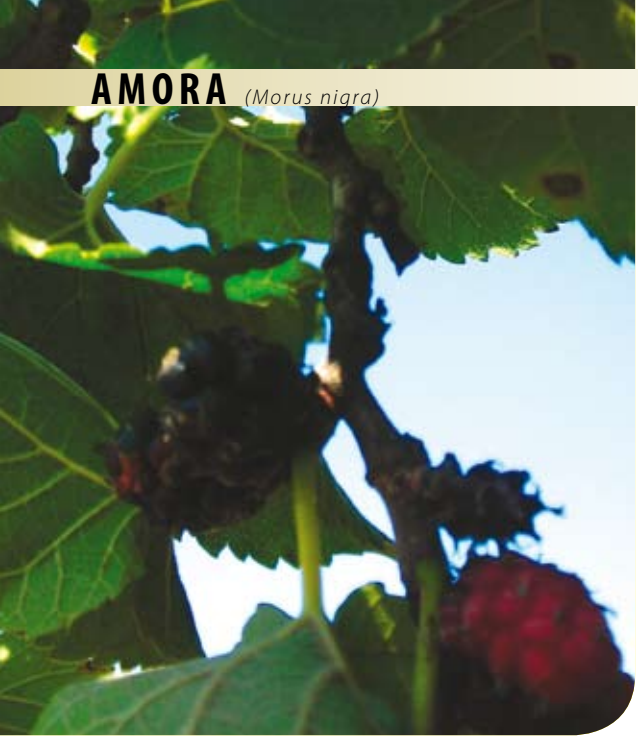
Era prática ranchos de homens amanharem os terrenos, cavando de joelhos debaixo destas copas, que atingiam seis metros de diâmetro. Quantas vezes surgiam surpreendentemente entre a erva fome (nome popular dado às Azedas) maçãs completamente sãs, muito saborosas, com um aroma único, intenso e indescritível.

Também grupos de jovens percorriam dezenas de quilómetros nos meses de Outubro e Novembro na prática do rabisco (apanha de fruta esquecida entre a folhagem aquando da apanha) nos vários pomares existentes na Freguesia do Castelo. Também estas maçãs colhidas nestes meses tinham um sabor mais intenso.

Como a terra é muito dividida, era prática comum todos os agricultores plantarem fruteiras nas vinhas existentes na Freguesia. Contudo, presentemente, apenas três ou quatro agricultores ainda produzem algumas centenas de quilos de Maçãs Camoesa para consumo próprio ou de familiares. Apenas um agricultor tem um pomar com cerca de duzentas árvores, sendo a sua maioria, árvores jovens em início de produção. Este pomar será uma réstia de esperança, numa altura de valorização de produtos regionais, na preservação de uma cultura praticamente perdida.

Local de recolha: Aldeia Nova da Azoia, Sesimbra

AMORA *(Morus nigra)*

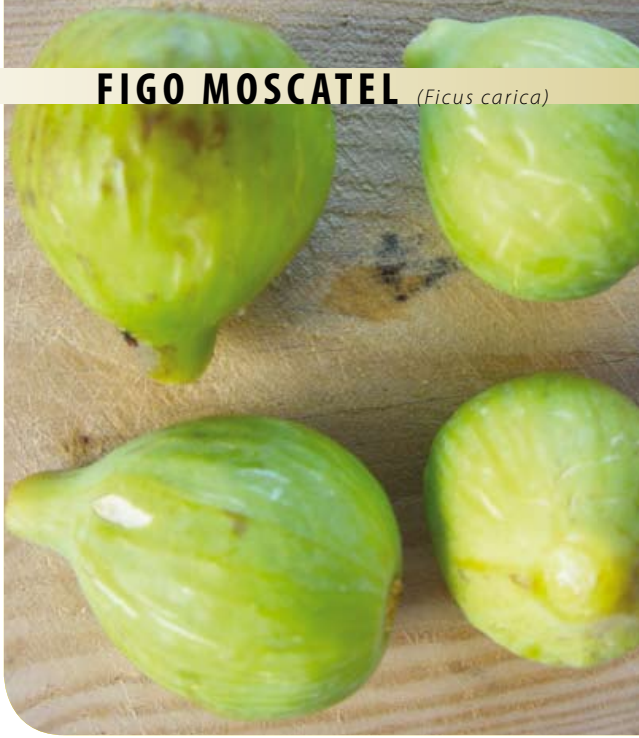


Os poucos exemplares de amoreiras encontrados são árvores centenárias, de grande porte, tronco largo com ramos que formam uma enorme copa.
Noutros tempos existiram na região inúmeras amoreiras, cujos frutos eram colhidos e consumidos em fresco ou transformados em compotas, quando maduros.
Hoje, as que ainda existem, encontram-se ao abandono, deixando cair por terra os seus frutos ao longo dos meses de Julho/Agosto. Estas árvores têm um período de frutificação muito prolongado, e enquanto amadurecem, os seus frutos passam de vermelho a negro. Quando estão bem maduras as amoras tingem tudo o que tocam, com nódoas difíceis de remover.
As amoras desta variedade são de tamanho médio, extremamente doces e suculentas, e têm um sabor muito intenso e agradável.
Local de recolha: Alfarim, Sesimbra

FIGO CASTANHAL *(Ficus carica)*

Árvore de grande porte, excepto em situações de exposição a ventos fortes (litoral).
Frutos pequenos, levemente achatados e de cor roxo escuro. A polpa é verde limão, com uma fina camada vermelha junto à casca, ligeiramente seca e com numerosas sementes miúdas.
A época de colheita estende-se desde o fim de Agosto até Outubro/Novembro. Por vezes as figueiras desta variedade apresentam-se já sem folhas, conservando ainda muitos frutos, o que lhes dá um aspecto invulgar.
Os figos Castanhal resistem muito bem à chuva, sem abrir rachas. Eram muitas vezes usados na alimentação de porcos devido à grande produtividade das figueiras desta variedade, e ao seu prolongado período de frutificação. Apesar de saborosos, por serem muito pequenos não têm valor comercial, sendo usados para consumo doméstico.
Local de recolha: mercado da Lagoa de Albufeira, Sesimbra

FIGO MOSCATEL *(Ficus carica)*



Esta variedade de figo, que aparece em muitas outras regiões do país, tem ainda alguma expressão na Península de Setúbal. Quase sempre encontramos árvores antigas e de grande porte, disseminadas nas propriedades; apesar de serem muito rústicas e de não requererem quaisquer cuidados, é vulgar verem-se hoje exemplares votados ao abandono, total ou parcialmente cobertos de mato.

As figueiras da variedade Moscatel dão frutos verdes, de tamanho médio, muito doces e que, por amadurecerem precocemente em Agosto, são ideais para secar.

Local de recolha: mercado da Lagoa de Albufeira, Sesimbra

GINJA GALEGA OU DE PÉ NA FOLHA *(Prunus cerasus)*

Fruto pequeno, vermelho e ácido; o pé comprido cresce na base da folha, razão pela qual é também conhecida como de Pé na Folha.

A ginjeira desta variedade é um arbusto ou pequena árvore (2 a 3 metros) com ramos finos e abundantes, folhas pequenas, que se distinguem das da cerejeira por serem glabras (sem pêlos) na página inferior. Muito rústica, resistente a pragas e doenças, a ginjeira galega adapta-se a diferentes tipos de solos, apreciando em especial os argilo-calcários.

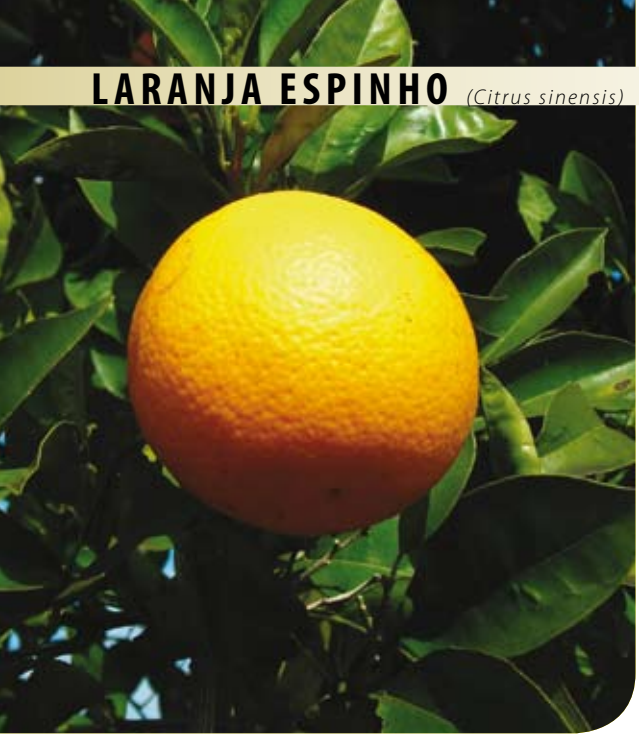
Própria dos climas temperados de influência marítima, propaga-se através de inúmeros rebentos anuais das raízes (pôlas radiculares). Aparece frequentemente em sebes, para corta-vento ou divisão de propriedades.

Colhe-se cedo, em Junho, dispensando por isso quaisquer regas durante o Verão.

É usada para fazer doces, compotas, licores e aguardentes. Esta é a variedade que, desde longa data, cresce na região de Alcobaça, e com a qual se faz ainda hoje a verdadeira receita de Ginja (bebida licorosa).

Local de recolha: Aldeia Nova da Azoia, Sesimbra

LARANJA ESPINHO *(Citrus sinensis)*



Os frutos da laranja Espinho são redondas, de cor desmaiada, casca fina, polpa muito sumarenta e doce, e com numerosas sementes.
De maturação tardia, de Março em diante, os frutos têm uma boa conservação na árvore, mantendo as suas qualidades durante vários meses.
As árvores são muito vigorosas, podendo atingir grande porte. Apresentam espinhos compridos nos ramos juvenis, razão à qual deve o seu nome. As folhas são largas e com nervuras bem definidas.
As laranjeiras Espinho podem apresentar variabilidade entre elas devido ao facto de serem, na maioria dos casos, propagadas via semente. Quando se pretende manter as características de um exemplar, deve recorrer-se à enxertia.
Local de recolha: Vale de Abrunheira, Aljeruz Gare, Palmela

LARANJA LIMÃO *(Citrus sinensis)*

Árvore muito vigorosa, frutifica em Fevereiro/Março, e conserva bem os seus frutos. Fruto vagamente achatado, de casca rugosa e espessa, de cor amarelada. A polpa é muito sumarenta e adocicada, cor de limão, apresentando várias sementes.
Local de recolha: Moita

LARANJA MOSCATEL DE SETÚBAL *(Citrus sinensis)*

Árvore grande e muito produtiva. Fruto de forma oblongo-ovóide, casca fina e lisa, de cor laranja claro. A polpa é muito doce, uniforme, alaranjada e com muito poucas sementes.
Variedade serôdia de excelente qualidade, com grande valor comercial na região.
Local de recolha: Vale de Abrunheira, Aljeruz Gare, Palmela

LARANJA S. JOÃO *(Citrus sinensis)*

Árvore de grande porte e muito produtiva. Fruto redondo, por vezes ligeiramente achatado, de cor laranja desmaiada. A polpa é muito sumarenta, pouco doce, com 5 a 10 sementes grandes. A película que envolve os gomos é rija e espessa.
De frutificação tardia, esta variedade é também conhecida como Laranja de Agosto.
Local de recolha: Vale de Abrunheira, Aljeruz Gare, Palmela

LARANJA DE SETÚBAL *(Citrus sinensis)*

De frutos grandes e redondos, com a casca fina, por vezes um pouco achatados, polpa alaranjada e muito sumarenta e com muitas sementes. Tem um sabor agridoce pouco vulgar, muito apreciado. Após a maturação conserva-se por pouco tempo na árvore.
As laranjeiras desta variedade, em tempos muito difundida por todo o país, são grandes e vigorosas e tem ramos espinhosos. São especialmente adaptadas às regiões com clima ameno, por serem bastante sensíveis ao frio. Frutifica em Janeiro/Fevereiro.
Local de recolha: Brejos de Azeitão, Setúbal

MAÇÃ BRANCA OU MOSCATEL *(Malus domestica sp)*

Maçã de tamanho médio/pequeno, casca rosada e polpa branca. Muito aromática e doce esta maçã tem o aspecto de "fruta antiga", bem diferente da que nos habituámos a consumir hoje em dia.
As macieiras desta variedade têm uma forma particular que, julgamos ser uma adaptação ao clima agreste e ventoso da região do Cabo Espichel: são muito pequenas – cerca de 80/90cm de altura – com ramos curvados e pendentes em direcção ao solo. Quando estão em plena frutificação apresentam um aspecto insólito, mais parecendo pequenos arbustos carregados de maçãs. A sua colheita faz-se em Agosto.
Antigamente com grande incidência de pomares no concelho de Sesimbra, na zona dos Fornos, Aldeia do Meco e Alfarim, esta variedade aparece hoje aí apenas com alguns exemplares isolados. A sua propagação faz-se muitas vezes por estacas provenientes de pequenos ramos pendentes, que enraízam quando estão em contacto com o solo. É uma característica que demonstra bem a grande rusticidade destas macieiras.
Local de recolha: Fornos, Sesimbra

MAÇÃ DO CASALINHO 1 *(Malus domestica sp)*

Árvore de porte médio/pequeno, muito rústica e produtiva. Frutificação em Julho/Agosto.
Fruto de casca vermelha escura, polpa branca e doce.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

MAÇÃ DO CASALINHO 2 *(Malus domestica sp)*

Árvore muito rústica, de porte médio/pequeno e muito produtiva. Os exemplares encontrados estavam em pomares abandonados, parcialmente cobertos de mato, mas, apesar desta situação, apresentavam-se com inúmeros frutos. Frutificação em Agosto.
Fruto vermelho e verde, de tamanho médio, polpa branca e muito aromático.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

MAÇÃ CRAVEIRA OU CRAVO *(Malus domestica sp)*

Árvore muito pequena, tipo arbustivo, e ramos pendentes. Fruto pequeno, achatado, de casca amarela raiado de vermelho, polpa branca, ligeiramente farinhenta e ácida, e muito aromático. A árvore frutifica em Agosto e pode propagar-se por estaca ou mergulhia.
Tradicionalmente plantada na maioria dos pomares mistos, de vinha e árvores de fruto, do concelho de Sesimbra, a Maçã Cravo encontra-se hoje quase extinta nesta região. Foi apenas encontrado aqui um exemplar, parcialmente coberto por uma figueira.
Local de recolha: Aldeia do Meco, Sesimbra

MAÇÃ CUNHA OU RISCADINHA DE PALMELA *(Malus domestica sp)*

Esta variedade de maçã tem a sua zona demarcada nos concelhos de Sesimbra e Palmela, onde tem tido especial atenção nos últimos anos. Em ambos os concelhos existem, a par com pomares recentemente instalados, exemplares muito antigos ainda em plena produção.
As árvores são de altura média e copa larga, mais pequenas na zona do Cabo Espichel, devido aos ventos fortes dessa região, e os seus frutos amadurecem no princípio de Agosto. Têm a casca riscada de vermelho, a polpa clara e ácida e são muito sumarentas e frescas.
Devido às suas características, e porque aparece à venda cedo, numa época de pouca fruta, esta maçã é muito apreciada na região. Aqui é fácil encontrá-la no comércio local, vinda directamente dos produtores.
Local de recolha: Palmela e Sesimbra

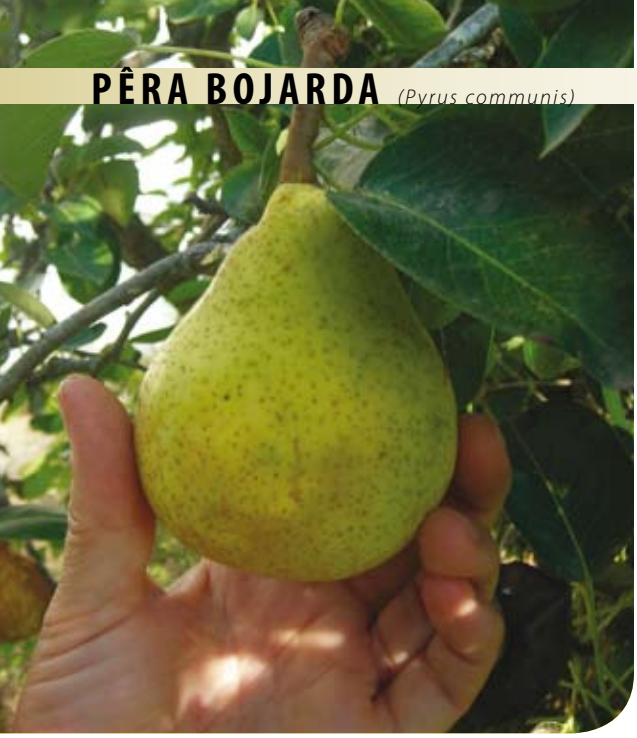
MAÇÃ ESPELHO *(Malus domestica sp)*

Esta maçã, em tempos presente em muitas hortas da região, está hoje praticamente extinta.
Os frutos são grandes, de forma achatada e, ao longo do período de maturação passam, progressivamente, de verde a vermelho rosado, mais ou menos intenso conforme a sua exposição na árvore. A polpa é branca, firme, sumarenta e agridoce quando madura.
As árvores da maçã Espelho são muito produtivas e vigorosas.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

MAÇÃ PÊRO PIPO *(Malus domestica sp)*

O Pêro Pipo, também chamado o Pêro da Vindima, por amadurecer em Setembro, é de tamanho médio/pequeno, em forma de pipo e de cor vermelha. De polpa doce, branca e rija, este pêro serôdio aparecia frequentemente no meio das vinhas, na zona da Quinta do Anjo e na encosta da Serra do Louro virada a nascente. Conserva-se bem depois de colhido, podendo ser consumido durante o Outono/Inverno.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

PÊRA BOJARDA *(Pyrus communis)*



Árvore de porte médio/grande com frutificação no mês de Agosto. Os frutos desta variedade variam na sua forma, sendo alguns exemplares mais arredondados que outros. Tem a casca amarela/esverdeada, levemente sarapintada. A polpa é granulada, doce e aromática.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

PÊRA CARVALHAL FRANCESA *(Pyrus communis)*

Frutos arredondados, de casca verde/rosada, polpa granulosa e doce.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

PÊRAS DE COZER *(Pyrus communis)*

As árvores desta variedade são muito produtivas e dão frutos que, por serem muito rijos, se comem, regra geral, depois de cozidos. Têm uma forma alongada, um pedúnculo grande, e a casca amarela.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

PÊRA D'ÁGUA *(Pyrus communis)*

Árvore grande, muito vigorosa e produtiva. Frutificação muito precoce (fim de Junho/Julho). Deve ser colhida um pouco antes da maturação completa, porque tem tendência a apodrecer na árvore.
Fruto de cor verde forte uniforme, forma oval, ligeiramente achatada. Polpa macia, e muito sumarenta e casca lisa.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

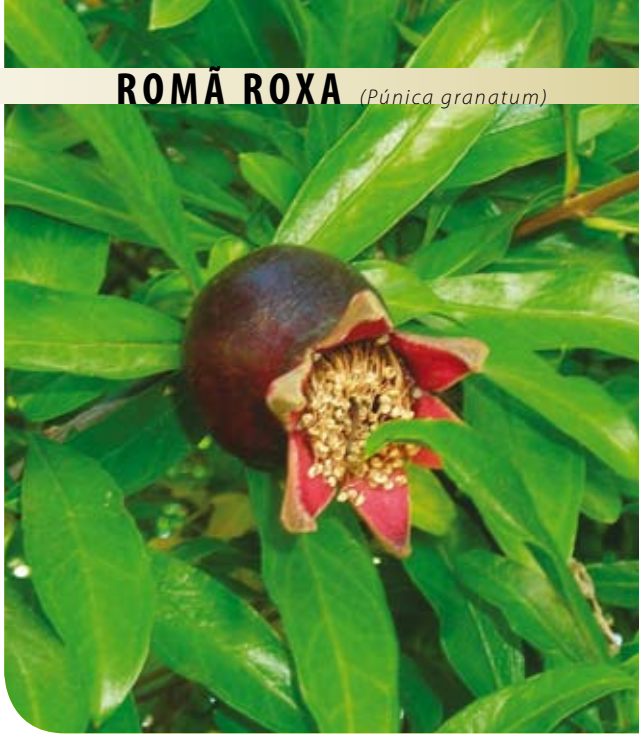
PÊRA DE INVERNO *(Pyrus communis)*

De tamanho médio/grande, forma irregular, frequentemente assimétrica, esta pêra é já muito rara na Península de Setúbal.
Colhidas, ainda verdes, em Outubro, as peras de Inverno conservam-se depois por alguns meses e são consumidas conforme vão amadurecendo. Ao longo deste tempo vão adquirindo uma cor rosada.
Foram encontrados nove exemplares centenários no concelho de Sesimbra, sendo árvores de grande porte, com mais de 4 metros de altura, ainda muito produtivas. Tradicionalmente enxertadas em varas de marmeleiro, ou nos chamados catapereiros (pereiras bravas), as pereiras desta variedade são um bom exemplo da longevidade, resistência e produtividade das variedades tradicionais.
Local de recolha: Alfarim, Sesimbra

PÊRA PÉROLA *(Pyrus communis)*

Árvore muito vigorosa e produtiva, de frutificação precoce (Julho). Fruto de tamanho pequeno/médio, cor verde amarelada, por vezes com uma face rosada, forma oval, polpa branca e macia, e casca lisa (sem carepa). Muito doce.
Deve ser consumida após colheita, por ter fraco poder de conservação. Ainda aparece nalguns catálogos de viveiristas.
Local de recolha: Casalinho – Aldeia do Meco, Sesimbra

ROMÃ ROXA *(Púnica granatum)*

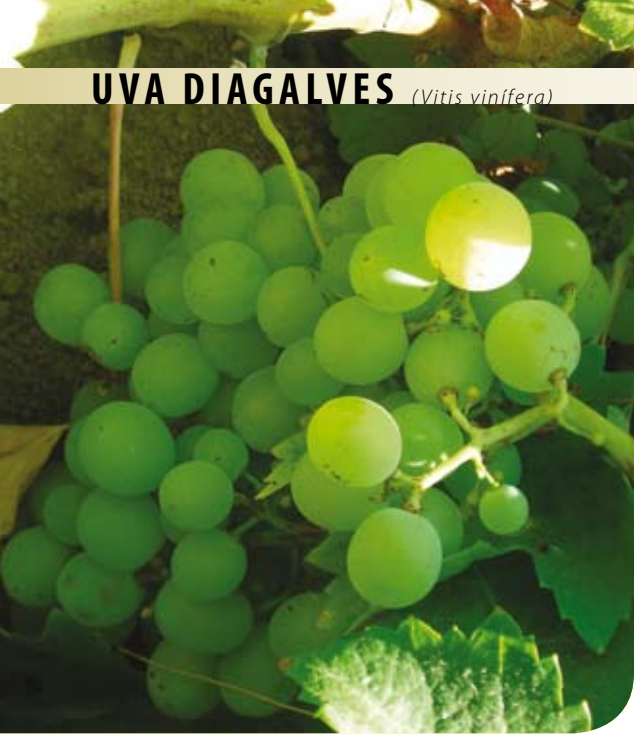


Fruto invulgar o desta romãzeira; de uma cor roxo escura, tamanho mediano, polpa sucosa com bagos cor de vinho, tingem quando manuseados. Atinge a maturação plena em Outubro.
Doce e vistosa, vale a pena plantar esta variedade pela exuberância das flores e frutos, se tiver a sorte e encontrar uma.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

TANGERINA CARVALHAIS *(Citrus reticulata)*

Árvore vigorosa, de porte médio/grande e folhas semelhantes às da laranjeira. É pouco tolerante ao frio e às geadas, apreciando o litoral e as zonas ribeirinhas.
Fruto achatado, por vezes apresentando uma saliência antes do píncaro, o que lhe dá uma aparência de pequeno sino, com uma casca de cor alaranjada, rugosa e não aderente. A polpa é sumarenta e doce quando colhida na altura da maturação, em Novembro/Dezembro. Os frutos conservam-se bem na árvore até Fevereiro, tornando-se a partir dessa altura progressivamente mais secos. Apresentam numerosas sementes.
Local de recolha: Brejos de Azeitão, Setúbal

UVA DIAGALVES *(Vitis vinífera)*

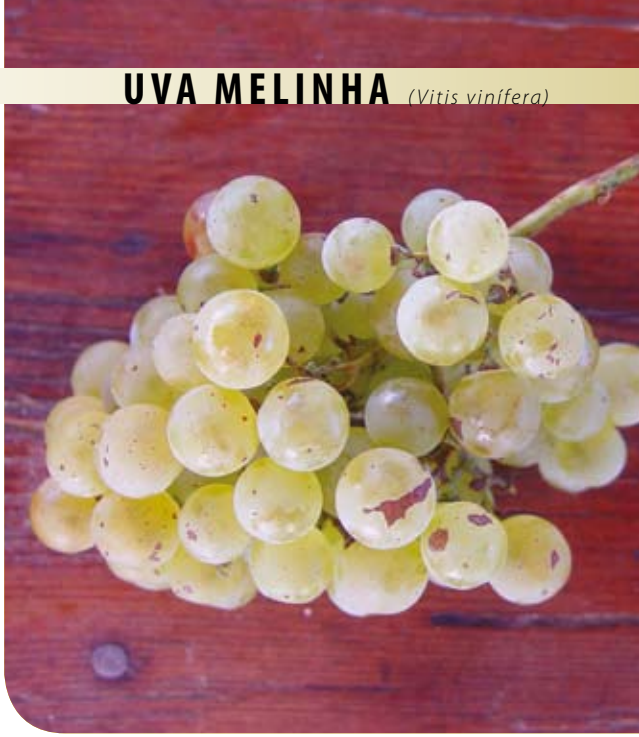


Variedade de uva de mesa branca, de cachos volumosos, por vezes enormes, bagos grandes e soltos, ovóides e rijos. Esta variedade antiga era também empregue na vinificação, nalgumas regiões do país. Compete bem com as variedades modernas, graças ao seu excelente paladar e capacidade de conservação. Depois de colhidos, os cachos mantêm-se vários meses, quando pendurados.
Maturação no fim de Setembro.
Devido às suas excelentes qualidades, a uva Diagalves em tempos foi usada para exportação.
Local de recolha: Aldeia do Meco, Sesimbra

UVA FERRAL *(Vitis vinífera)*

A uva Ferral é uma uva com dupla aptidão – mesa e vinho – embora seja mais utilizada para uva de mesa. O cacho é médio a grande, cilíndrico, espadaúdo, medianamente compacto, com bagos elipsóides alongados, de tamanho médio a grande, com coloração rosada intensa a tinta. A polpa é crocante, com sabor doce.
Esta uva é tardia (serôdia) e apresenta-se com boa conservação, neste caso na própria cepa, coberta com plástico transparente para protecção da chuva.
Existem pés mãe da uva Ferral em Grândola. A vide é plantada directamente no solo, sem porta-enxerto.
Local de recolha: Águas de Moura, Marateca

UVA MELINHA *(Vitis vinífera)*



Colhida na Gâmbia, concelho de Setúbal, é uma uva de cacho médio grande, com bago pequeno, de uma cor branca dourada, e é como o nome sugere, muito doce. Não se sabe a sua origem. O produtor apenas afirma que já os seus pais a cultivavam, e convém acrescentar que o senhor em questão tem 75 anos. Foi o único exemplar que se encontrou, e será provavelmente muito rara, requerendo pois mais pesquisa, em particular na área onde foi encontrada.

Local de recolha: Gâmbia, concelho de Setúbal

UVA MOSCATEL DE SETÚBAL *(Vitis vinífera)*

A uva moscatel de Setúbal tem outros sinónimos conhecidos: Moscatel de Alexandria, Moscatel de Málaga, Moscatel de Lanzarote ou Moscatel Romano. Desde a sua origem, no Egipto, expandiu-se pelo Mediterrâneo a partir de Alexandria, na época do império romano

A uva Moscatel de Setúbal é uma das variedades mais antigas de uva de mesa portuguesa ainda existente nos mercados, embora também seja utilizada na região para o vinho licoroso Moscatel de Setúbal. É provavelmente uma das poucas que sobreviveram à introdução das castas modernas e estrangeiras, e que mantém a sua venda um pouco por todo o país.

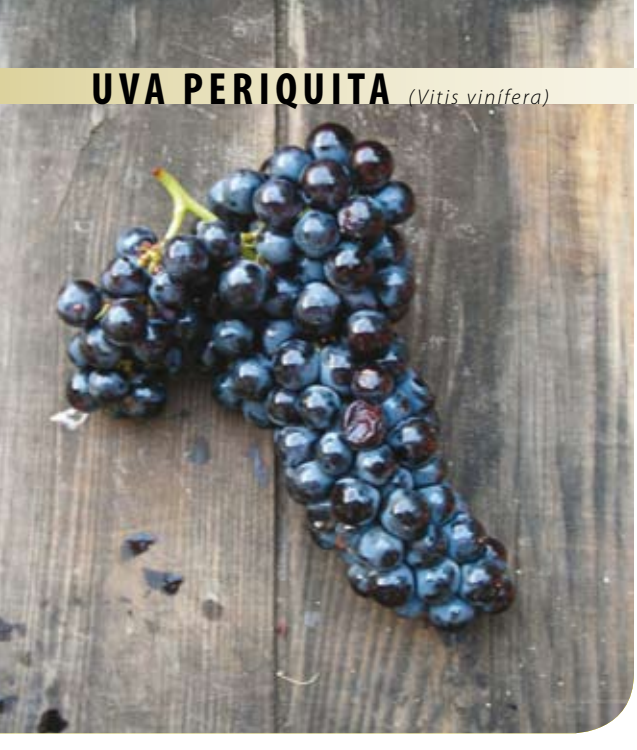
Conquistou um lugar entre as melhores, por direito próprio, pois é dotada de um sublime paladar que a distingue e a torna tão apreciada.

De cor branca dourada e cacho grande cilíndrico alado, bagos redondos ligeiramente elipsóides. A cepa apresenta vigor médio e é bastante produtiva. A floração e fecundação são difíceis com frequente desavinho. É resistente à secura, mas sensível ao oídio e míldio. A maturação é serôdia.

Ainda se encontra com alguma frequência nos campos de cultivo em situações mais ou menos isoladas, como é o caso de ramadas, ou em associação com outras culturas, na divisão de hortas e pomares.

Foram encontrados exemplares nos mercados de Setúbal e da Lagoa de Albufeira

UVA PERIQUITA *(Vitis vinífera)*



A uva Periquita também conhecida por Castelão, Castelão francês (no Ribatejo), João Santarém (na zona do Oeste), Mortágua de vide branca (no Cartaxo) e Trincadeira (na Bairrada), é uma uva essencialmente usada para vinho.
É a principal casta do encepamento tinto da Península de Setúbal. Com casta vigorosa, de porte erecto e produtiva. Abrolhamento temporão com tendência para a rebentação múltipla. É pouco sensível à podridão cinzenta e à escoriose.
Esta uva é sensível ao desavinho, principalmente em anos com situações climáticas instáveis e frias durante a floração. Podava-se tradicionalmente em vara e talão, mas adapta-se bem à poda curta, nomeadamente na região da Península de Setúbal, com poda geralmente a talão. Enologicamente é considerada uma boa casta, produzindo vinhos de coloração rubi, com bom teor alcoólico (11-12º C), com corpo, macios de sabor e equilibrados.
Local de recolha: mercado do Livramento em Setúbal

UVA SANTA ISABEL *(Vitis vinífera)*

Variedade de bago médio a pequeno, forma esférica, cor rosada escura e muito doce.
O cacho é ramoso ou esgalhado, na sua forma.
Apesar de não ter sido possível confirmar, tudo indica tratar-se de um produtor directo, do tipo morangueiro.
A colheita da uva Santa Isabel faz-se em Setembro, altura em que aparece à venda em pequenas quantidades nalguns mercados da região .
Não se cultivando em grande extensão, esta variedade de uva de mesa existia outrora em muitas propriedades da região de Sesimbra, em cepas disseminadas entre outras vinhas, para consumo local.
Local de recolha: Zambujal, Sesimbra

Apesar de não ter sido possível identificar as variedades locais das três espécies que se seguem Castanha (*Castanea Sativa*), Marmelo (*Cidonia oblonga*) e Romã (*Punica granatum*) optou-se por incluí-las neste levantamento por serem consideradas culturas de relevo para as populações da região.

CASTANHA *(Castanea sativa)*

Existem no concelho de Sesimbra, concretamente num pequeno vale situado na Aiana de Baixo, alguns castanheiros que, pelo seu porte, aparentam ser árvores bastante antigas. Embora pouco vulgares nesta região, os castanheiros encontram neste microclima, com solos levemente ácidos, condições favoráveis ao seu pleno desenvolvimento.

Em Outubro os ouriços que contêm os frutos tornam-se mais escuros, abrem-se e deixam cair as castanhas.

É então que aparecem à venda nos mercados, para serem consumidas assadas, cozidas ou em puré.

No princípio da nossa era, o castanheiro foi chamado árvore do pão de tal maneira a castanha era importante na alimentação das populações, graças ao seu elevado valor nutritivo. Não só se comiam cozinhadas, como ainda, depois de secas, eram transformadas em farinha com a qual se amassavam e coziam pães.

Local de recolha: Aiana de Baixo, Sesimbra

MARMELO *(Cydonia oblonga)*

O marmeleiro é um arbusto, ou pequena árvore, com dois metros e meio a três metros de altura, muito rústico, que não requer quaisquer cuidados especiais na sua cultura. Aparece quase sempre formando sebes, para corta-vento ou divisão de terras, mas por vezes também com exemplares isolados e de maior porte.
O fruto é de cor amarelo/esverdeado, que tende a ficar totalmente amarelo com o pleno amadurecimento, e com um toque aveludado. A polpa é rija, muito ácida e adstringente, e oxida rapidamente quando exposta ao ar. Os marmelos têm ainda um aroma intenso, muito agradável que, quando colhidos, perfumam toda uma casa. A sua colheita faz-se em Setembro/Outubro.
A propagação é feita por estacas do ano, que se plantam em profundidade, no Inverno.
Apesar deste magnífico fruto ser tradicionalmente muito apreciado para a confecção de doces e marmelada, hoje em dia é vulgar verem-se marmeleiros votados ao abandono, carregados de frutos a apodrecer.
Local de recolha: Aldeia Nova da Azoia, Sesimbra

ROMÃ *(Punica granatum)*

Esta espécie, apesar de não ter muita expressão na Península de Setúbal, aparece nalguns pomares, onde aparenta estar perfeitamente adaptada ao clima temperado e solos argilosos.
Arbusto ou pequena árvore rústica, a romãzeira dá flores e frutos muito bonitos, sendo por esta razão plantada não só como fruteira mas também como árvore ornamental. Os frutos amadurecem em Outubro/Novembro e têm uma casca vermelha/rosado muito rija, que parece de cabedal. No interior contêm alvéolos cheios de sementes, cada uma das quais está contida num pequeno saco de sumo avermelhado e transparente, que é a parte comestível da romã. Tal como o marmeleiro ou a ginjeira, também aqui a romãzeira aparece frequentemente em sebes. Perfeitamente adaptados à região, estes três casos são excelentes alternativas às vulgares sebes de cedros e outras espécies usadas para este fim, pois cumprem igualmente a sua função e ainda fornecem frutos para venda ou consumo doméstico.
Local de recolha: mercado da Lagoa de Albufeira, Sesimbra

CEREJA VERMELHA *(Prunus avium)*

Esta era uma das variedades de cerejeiras que em tempos cobria a vertente norte da serra do Louro; tal como outras espécies de fruteiras que com ela coabitavam, a cereja Vermelha está hoje praticamente extinta. Apenas um exemplar encontrado. Árvore de porte médio, ou alto quando em situações de abrigo do vento marítimo, ramosa e muito produtiva, com tendência para produzir em anos alternados. Fruto grado, de pé longo, vermelho vivo, polpa firme, sumarenta e doce.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

PÊSSEGO ROSA *(Prunus persica)*

Pêssego de caroço aderente, tamanho médio/grande, cor rosado na sua maior parte, todo ele salpicado com pintas escuras. Polpa branca, muito sumarenta e doce. Maturação em fins de Julho/Agosto. As árvores do pêssego Rosa são de porte médio e formam uma grande copa.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

PÊSSEGO DE SANTIAGO *(Prunus persica)*

Pêssego de caroço aderente, tamanho médio/grande, cor rosa escuro numa das faces; polpa firme, muito sumarenta e doce. Maturação em Julho/Agosto. As árvores desta variedade são de porte vigoroso e requerem podas regulares para boa frutificação.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

PÊSSEGO MANUEL VALÉRIO *(Prunus persica)*

Esta variedade é já muito antiga e rara. Fruto grande, de cor amarelada com laivos rosados. Caroço aderente e polpa sumarenta. Por serem muito sensíveis, estes pêssegos devem ser comidos após colheita. Maturação em Julho. Árvore de porte médio/grande, muito produtiva em anos alternados. Esta variedade temporã não é muito susceptível à mosca da fruta, que ataca especialmente os frutos que amadurecem durante mais tarde.
Local de recolha: Quinta do Anjo, Palmela

QUADRO-SÍNTESE DOS CEREAIS E LEGUMINOSAS

NOME DA VARIEDADE	LOCAL DE RECOLHA/ AQUISIÇÃO	CONCELHO	PERIGO DE EXTINÇÃO
Aveia de Sesimbra	Azoia	Sesimbra	Muito elevado
Chícharo	Facho da Azoia	Sesimbra	Elevado
Grão-de-bico da Azoia	Facho da Azoia	Sesimbra	Médio
Feijão Canário	Aiana de Cima	Sesimbra	Baixo
Feijão Carrapato Riscado	Casa de sementes	Setúbal	Baixo
Feijão Carrega Burros	Brejos de Azeitão	Setúbal	Muito elevado
Feijão Cor de Cana	Mercado da Lagoa de Albufeira	Sesimbra	Elevado
Feijão Douradinho	Aiana de Baixo	Sesimbra	Baixo
Feijão Fidalgo, Manteiga Anão ou Manteiga Branco	Casa de sementes	Setúbal	Médio
Feijão Magalhão	Brejos de Azeitão	Setúbal	Muito Elevado
Feijão Manata	Mercado de Azeitão	Setúbal	Médio
Feijão Patareco ou Ratinho	Mercado do Livramento	Setúbal	Elevado
Feijão Rei das Foices	Mercado de Azeitão	Setúbal	Médio
Feijão Santa Helena	Casa de sementes	Setúbal	Elevado
Feijão Roxo	Mercado de Azeitão	Setúbal	Elevado
Milho Amarelo de Sequeiro	Facho da Azoia	Sesimbra	Elevado
Trigo Preto Amarelo, Anafil Preto, Barba Preta ou Cascalvo	Facho da Azoia	Sesimbra	Muito elevado

QUADRO-SÍNTESE DAS HORTÍCOLAS

NOME DA VARIEDADE	LOCAL DE RECOLHA/ AQUISIÇÃO	CONCELHO	PERIGO DE EXTINÇÃO
Abóbora Menina ou Bolina	Canha Todos os mercados da região	Todos	Baixo
Abóbora Pau	Aiana e Alfarim Mercado de Sesimbra	Sesimbra	Muito elevado
Abóbora Porqueira	Fornos	Sesimbra	Baixo
Cebola de Alcochete	Poceirão	Palmela	Baixo
Cebola de Setúbal	Facho da Azoia	Sesimbra	Baixo
Couve galega, couve folha	Todos os mercados	Todos	Baixo
Tomate de Inverno ou de Pendura	Facho da Azoia	Sesimbra	Elevado
Tomate Rosa da Moita	Alhos Vedros	Moita	Elevado

QUADRO-SÍNTESE DOS FRUTOS

NOME DA VARIEDADE	LOCAL DE RECOLHA/ AQUISIÇÃO	CONCELHO	PERIGO DE EXTINÇÃO
Abrunho	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Muito Elevado
Ameixa Cagona	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Amora	Alfarim	Sesimbra	Muito Elevado
Cereja Vermelha	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Figo Castanhal	Aldeia do Meco	Sesimbra	Muito Elevado
Figo Moscatel	Mercado da Lagoa de Albufeira	Sesimbra	Baixo
Ginja Galega ou de Pé na Folha	Aldeia Nova de Azóia	Sesimbra	Médio

NOME DA VARIEDADE	LOCAL DE RECOLHA/ AQUISIÇÃO	CONCELHO	PERIGO DE EXTINÇÃO
Laranja Espinho	Vale de Abrunheira	Palmela	Médio
Laranja Limão	Moita	Moita	Muito Elevado
Laranja Moscatel de Setúbal	Vale de Abrunheira	Palmela	Baixo
Laranja de S. João	Vale de Abrunheira	Palmela	Baixo
Laranja de Setúbal	Brejos de Azeitão	Setúbal	Médio
Maçã Branca ou Moscatel	Fornos	Sesimbra	Muito elevado
Maçã Camoesa da Azoia ou Férrea	Aldeia Nova de Azoia	Sesimbra	Elevado
Maça do Casalinho1	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Muito Elevado
Maçã do Casalinho2	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Muito Elevado
Maçã Craveira ou Cravo	Aldeia do Meco	Sesimbra	Muito Elevado
Maçã Cunha ou Riscadinha de Palmela	Palmela	Palmela	Baixo
Maçã Espelho	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Maçã Pêro Pipo	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Melancia Cu Redondo	Aldeia do Meco	Sesimbra	Elevado
Melancia do Poceirão	Poceirão	Palmela	Muito Elevado
Pêra Bojarda	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Elevado
Pêra Carvalhal Francesa	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Médio
Pera de Coser	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Muito Elevado

QUADRO-SÍNTESE DOS FRUTOS

NOME DA VARIEDADE	LOCAL DE RECOLHA/ AQUISIÇÃO	CONCELHO	PERIGO DE EXTINÇÃO
Pêra d'Água	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Elevado
Pêra de Inverno	Alfarim	Sesimbra	Muito elevado
Pêra Pérola	Casalinho – Aldeia do Meco	Sesimbra	Baixo
Pêssego Manuel Valério	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Pêssego Rosa	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Pêssego de Santiago	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Romã Roxa	Quinta do Anjo	Palmela	Muito Elevado
Tangerina Carvalhais	Brejos de Azeitão	Setúbal	Médio
Uva Diagalves	Aldeia do Meco	Sesimbra	Elevado
Uva Ferral	Águas de Moura, Marateca	Setúbal	Muito elevado
Uva Melinha	Gâmbia	Setúbal	Muito elevado
Uva Moscatel de Setúbal	Mercado de Setúbal	Setúbal	Baixo
Uva Periquita	Mercado do Livramento	Setúbal	Baixo
Uva Santa Isabel	Zambujal	Sesimbra	Elevado
Castanha	Aiana de Baixo	Sesimbra	Médio
Marmelo	Aldeia Nova de Azoia	Sesimbra	Baixo
Romã	Mercado da Lagoa de Albufeira	Sesimbra	Baixo

Castilho, A.(1950), *O Trigo*, Separata do Manual Enciclopédico do Agricultor Português, Edição da Gazeta das Aldeias, Porto.

Castilho, A.(1950), *Os Legumes*, Separata do Manual Enciclopédico do Agricultor Português, Edição da Gazeta das Aldeias, Porto.

Dias, J.; Pereira, C. & Cunha, J. (s/data). *Catálogo das Castas – Região do ribatejo, Oeste e Península de Setúbal. Projecto de ampelografia e sinonímia das variedades de videira integrado nas acções de pré-adesão "Portugal--CEE".* Instituto da Vinha e do Vinho, Lisboa.

Mota, M (1919), *Catálogo Geral de Plantas, Sementes e Outros Artigos n.º 3*, Edição de Viveiros Mário da Cunha Mota, Porto.

Amaral, J.Duarte, *Os citrinos, Nova colecção técnica agrária*, Clássica Editora

FICHA TÉCNICA

Título
Levantamento de Variedades Regionais da Península de Setúbal

Autoria
Colher Para Semear – Rede Portuguesa de Variedades Tradicionais

Edição
Câmara Municipal de Sesimbra

Projecto Gráfico
Hugo Flórido (Gabinete de Informação e Relações Públicas da Câmara Municipal de Sesimbra)

Autores dos Textos
Graça Caldeira Ribeiro, José Miguel Fonseca, com a colaboração de Jorge Ferreira (uva Ferral, uva Periquita e parte da uva Moscatel), Ricardo Santos (maçã Camoesa da Azóia ou Férrea) e José Mariano Fonseca (tomate Rosa da Moita).

Revisão dos Textos
Jorge Ferreira

Tratamento de Textos
Fátima Teixeira

Fotos
Graça Caldeira Ribeiro, José Miguel Fonseca e Jorge Ferreira

Pré-impressão e Impressão
Quadricor Artes Gráficas, Lda.

Tiragem
1000 exemplares

Depósito Legal
276376/08

Informações e contactos:
Colher Para Semear – Rede Portuguesa de Variedades Tradicionais
Quinta do Olival, Aguda, 3260 Figueiró dos Vinhos
Tel.: 23 662 22 18 Tm.: 91 490 93 34 E-mail: colherparasemear@gmail.com

Sesimbra câmara municipal

COLHER PARA SEMEAR
Rede Portuguesa de Variedades Tradicionais

Apoios:
FEOGA Orientação
LEADER+
Ministério da Agricultura, Desenvolvimento Rural e Pescas
ADREPES

Sesimbra
câmara municipal

COLHER PARA SEMEAR
Rede Portuguesa
de Variedades Tradicionais