



# "Do mar ao prato". Um caminho ilustrado

Categoria: Livros Criado em 27 setembro 2016 Escrito por Forum Estudante

f Partilhar

ESTUDANTES

SEMANAS 2...

SUPERIOR

ESCOLAS

EMPREGO



VÍDEOS

PASSATEMPOS

CINEMA / TV

STYLE

MÚSICA

DESPORTO

TECH

ARTE & CULT...

HEALTHY

LOL

FACEBOOK **forumestudante**

SOBRE NÓS

MY FUTURE

REGISTO **Like Forum** **Like never before.**

Procura...

ESTUDANTES

SEMANAS 2...

SUPERIOR

ESCOLAS

EMPREGO

wt animadores / rps

ANQEP  
AGÊNCIA NACIONAL  
PARA A QUALIFICAÇÃO E O  
ENSINO PROFISSIONAL

VÍDEOS

PASSATEMPOS

CINEMA / TV

STYLE

MÚSICA

DESPORTO

TECH

ARTE & CULT...

HEALTHY

LOL

O Politécnico de Leiria lança amanhã, 28 de setembro, em Peniche, o livro "Do mar ao prato – biologia, ilustração e gastronomia". A obra reúne gastronomia tradicional e contemporânea, acompanhada de ilustração científica,

e resulta do contributo de diversos docentes da Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar do Politécnico de Leiria (ESTM/IPLeiria) e responde à crescente relevância da sustentabilidade dos recursos naturais, e à necessidade de contribuir para a sensibilização e educação ambiental dos consumidores, além da promoção do consumo responsável dos recursos marinhos.

FACEBOOK **forumestudante**

SOBRE NÓS

MY FUTURE

REGISTO **Like Forum** Like never before.

Procura...

ESTUDANTES

SEMANAS 2...

SUPERIOR

ESCOLAS

EMPREGO

animadores / rps

ANQEP  
AGÊNCIA NACIONAL  
PARA A QUALIFICAÇÃO E O  
ENSINO PROFISSIONAL II

VÍDEOS

PASSATEMPOS

CINEMA / TV

STYLE

MÚSICA

DESPORTO

TECH

ARTE & CULT...

HEALTHY

LOL

**PERCEBES DA ILHA DA BERLENGA**

Preparação - 3 minutos  
Cozedura - 10 minutos  
Grau de dificuldade (1-5) - 1

**Ingredientes**  
1kg percebes  
q.b. água  
q.b. sal

**A sustentabilidade do recurso.**  
Apesar de podermos ser capturados em grande escala nos Açores, os percebes da Ilha da Berlenga são considerados pequenos devido ao seu tamanho, textura e forma de preservar este recurso, existem algumas limitações na sua apuragem, isto é, o efeito; ii) por dia, cada panhador consegue apurhar mais de 20 kg de percebes, sendo 10 a apuragem só pode ser realizada de terça a quinta-feira, desde que não seja feriado; os meses de abril, maio, junho, julho, agosto, setembro e outubro.


1. Colocar num banho a água suficiente para cobrir os percebes e adicionar cerca de uma mão de sal grosso. No caso de cozer os percebes com água salgada, reduzir a quantidade de sal;  
2. Colocar o facto em lume brando a água começar (obrigatoriamente) e assim que a água começar a ferver, adicionar os percebes e deixar inventar ferver;  
3. Retirar do lume os percebes, escorrer e arrefecer rapidamente;

Nota: apesar de inúmeras receitas fazerem referência à cozedura de folhas de louro, e alhos na água da cozedura, em Peniche, tradicionalmente, os percebes são cozidos apenas em água e sal.

O livro inclui, para cada recurso do mar, a sua biologia/ecologia, o perfil nutricional, a gastronomia tradicional e a gastronomia moderna, “salteada” com a arte da ilustração científica. Trata-se de uma abordagem inovadora, que integra a ciência e a arte, e que se constitui num contributo efetivo para a divulgação do património gastronómico nacional, para a dinamização das atividades económicas diretamente relacionadas com as localidades costeiras, nomeadamente hotelaria e restauração, assim como para a valorização da experiência turística.

Sérgio Leandro, subdiretor da ESTM/IPLeiria e um dos autores do livro, explica que «para as comunidades dependentes da pesca, a gastronomia do mar assume especial relevo para o seu desenvolvimento económico, contribuindo para a promoção e atratividade do seu território, e consequente garante de muitos postos de trabalho. Além disso, a gastronomia do mar constitui um património cultural das comunidades costeiras, pelo que deve ser perpetuada e enriquecida por forma a ser apreciada no presente e reconhecida no futuro».




FACEBOOK


MY FUTURE

REGISTAR
Like
Forum
Like
never before.

🔍

SOBRE NÓS



ESTUDANTES

SEMANAS 2...

SUPERIOR

ESCOLAS

EMPREGO

animadores / rps

ANQEP

VÍDEOS

PASSATEMPOS

CINEMA / TV

STYLE

MÚSICA

DESPORTO

TECH

ARTE & CULT...

HEALTHY



LOL

"Do mar ao prato – biologia, ilustração e gastronomia" é da autoria de Sérgio Leandro, Pedro Salgado, Paulo Maranhão, Catarina Barraca, Catarina Correia, Patrícia Borges, docentes e investigadores do Politécnico de Leiria, e António Alexandre, chef executivo do Lisboa Marriott. As ilustrações são da responsabilidade do conceituado ilustrador científico português Pedro Salgado.

A apresentação da obra acontece às 18h00, na Fortaleza de Peniche, e com a presença do secretário de Estado das Pescas, José Apolinário, e da secretária da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior, Fernanda Rollo.

FACEBOOK **forumestudante** **MY FUTURE** **REGISTAR-se** **Like never before.** Procura...

**SOBRE NÓS**

Adicionar um comentário...

[Facebook Comments Plugin](#)

**ESTUDANTES**

**SEMANAS 2...**

**SUPERIOR**

**ESCOLAS**

**EMPREGO**



**VÍDEOS**

**PASSATEMPOS**

**CINEMA / TV**

**STYLE**

**MÚSICA**

**DESPORTO**

**TECH**

**ARTE & CULT...**

**HEALTHY**

**LOL**