



AMÊNDOA DOURO

VILA NOVA DE FOZ CÔA

1 – Utilização da Amêndoa

A amêndoa pode ser consumida de formas muito diversas, desde amêndoa verde (de que não há tradição de consumo em Portugal) aos granulados e às farinhas, podendo ainda ser utilizada para cosméticos, fins farmacêuticos e licores.

O consumo *per capita* de amêndoa em grão, é reduzido no nosso País, tendo em consideração o valor alimentar da amêndoa, é de esperar que venha a aumentar, abrindo boas perspectivas para o comércio do fruto.

As indústrias de confeitaria têm uma crescente procura deste produto por ser a base de bombons, chocolates, nougats, torrão, para além de entrarem na composição de variadíssimos bolos e serem excelentes elementos decorativos.

A amêndoa é também utilizada em aperitivos, sendo consumida em natureza, salgada, torrada, em simbiose com variadíssimos condimentos e ervas aromáticas, ou com azeitonas.

Ultimamente, face ao enorme potencial energético (calorias) da semente, é procurada para alimento de desportistas.

O óleo de amêndoas, extraído por prensagem, tem largo emprego na indústria de cosméticos e medicamentos, como base de pomadas, emulsões nutritivas e hidratantes. Este óleo tem alto teor de ácidos gordos monoinsaturados, que lhe proporcionam grande viscosidade, bom poder de penetração na pele, sendo altamente hidratante.

Tem, ainda, propriedades cicatrizantes, evita a descamação, combate as frieiras e alivia as dores de ouvidos.

O seu poder de conservação é bastante bom, desde que guardado em local abrigado da luz e do calor.

2 – Bolinhos de Amêndoa – “Almendrados”

Estes bolinhos são uma pequena parte do leque de doces que têm como base de fabrico ou ingrediente principal a amêndoa. É comum acreditar-se, na nossa região, que só se consegue um doce deste calibre, pelo fato de ser feito com este grão de amêndoa de alta qualidade, oriundo de variedades antigas que foram aprimoradas ao longo dos anos, pelos nossos agricultores. Numa vertente mais técnica, o stress hídrico a que são sujeitas as plantas, nesta região, provocado pela falta de pluviosidade no verão, em simbiose com as elevadas temperaturas, é que dá o elevado sabor ao grão da amêndoa.

2.1 - Ingredientes

- Amêndoas com pele;
- Açúcar em pó;
- Clara de ovo crua.

3 – Harmonização

Este bolinho de fabrico caseiro poderá ser apreciado a qualquer hora do dia. Ao pequeno almoço com um aromático café, ao almoço como sobremesa de forma simples, ou combinado com um cálice de vinho generoso, e ao lanche com uma reconfortante chávena de chá.

É na realidade um doce muito versátil no que toca à combinação de sabores. Para além das sugestões anteriores, harmoniza bem com um gelado, um queijo de ovelha curado e apimentado, acompanhado por um bom vinho do Douro Superior, em tertúlias familiares ou de amigos.

A harmonização de sabores, um ou mais, pode muitas vezes surgir por acaso. O potencial deste doce é infundável.

4 – Relação agricultor/amendoeira

O agricultor da região do Douro Superior escolheu estas encostas para instalar os seus amendoais como forma de evitar as geadas e de aproveitar os solos mais pobres onde poucas espécies conseguiriam produzir, proporcionando a esta planta, uma produção de frutos com sabor impar e que transmite à doçaria um paladar único e inconfundível.

Deste modo, contribui para a criação do espetáculo invulgar que anualmente ocorre nestas paragens quando os amendoais se enchem de flores, ficando os montes como que salpicados de neve.