



### Petinga Frita

Amanha-se a petinga, tempera-se com sal e passa-se em farinha de milho, envolvendo-as bem. Levam-se a fritar em óleo quente, tendo o cuidado de as ir virando até ficarem com um aspeto dourado. Retiram-se e enxugam-se em papel para conservarem a sua característica crocante.



### Petinga à Moda das Caxinas

A “Petinga à Moda das Caxinas” é uma Caldeirada de Petinga com batata acompanhada de farinha de pau que usa uma diversidade de ingredientes: cebolas às rodelas, alho picado, tirinhas de pimentos, salsa picada, loureiro e massa de tomate, juntando-se as batatas em rodelas e a petinga aliada à arte e dedicação do povo das Caxinas. O tempero baseia-se no sal, vinho maduro e azeite. A tradicional farinha de pau é feita usando a calda da petinga, o que lhe transmite um gosto excecional.



### Arroz de Polvo

Arranja-se o polvo, lava-se muito bem e bate-se com o rolo de madeira sobre a mesa de pedra. Cortam-se em bocados regulares os tentáculos e o saco. Introduzem-se em água a ferver durante alguns minutos. Escorrem-se. Com a cebola picada e o azeite faz-se um refogado pouco apurado ao qual se juntam os bocados de polvo bem escorridos. Junta-se ainda o tomate, tempera-se com um pouco de sal e deixa-se cozer durante 10 minutos. Rega-se nesta altura com o vinho branco e introduzem-se no tacho a salsa e o dente de alho. Deixa-se então cozer brandamente, com o recipiente tapado, até o polvo ficar macio. Depois do guisado pronto, acrescenta-se o vinho ou água suficientes para cozer o arroz (o dobro do volume do arroz). Retificam-se os temperos e serve-se em prato coberto.



### Cabrito Assado

Para fazer o Cabrito Assado, lava-se bem, salga-se e tempera-se com alho, cebola, louro, salsa, colorau, vinho verde branco e azeite. Deixa-se marinar um dia. Leva-se ao forno a assar. Acompanha com arroz de forno e batata assada.



### Pão Doce Tradicional

Derrete-se a manteiga, coze-se a canela em água, dissolve-se o fermento em água morna. Junta-se o fermento dissolvido a uma parte da farinha, mistura-se bem e deixa-se levedar, pouco tempo até dobrar volume. Depois de levedado, junta-se-lhe a restante farinha, bem como todos os ingredientes, amassando. Coloca-se a massa numa mesa e tendem-se rolos que se entrelaçam ligando-os em forma de rosca e deixa-se levedar cerca de duas horas. Vai ao forno e pincela-se com manteiga.



### Beijos de Freira

A partir do séc. XVI, a arte de doçaria passa a ser cultivada, com talento requintado, por quase todos os mosteiros e conventos existentes no país. O Real Mosteiro de Santa Clara de Vila do Conde, um dos mais belos e grandiosos do país, torna-se sinónimo dessa sabedoria doceira através da perfeição que as Clarissas empregavam às suas criações. De destacar os Beijos de Freira, a Sopa Dourada, os Pastéis de Santa Clara, as Meias-Luas, as Sapatetas e as Rosquinhas.

10 gemas de ovos de galinha

250 gr. de açúcar

100 gr. de amêndoa

Prepara-se o açúcar em ponto de espadana e junta-se-lhe a amêndoa ralada e as gemas previamente batidas. Depois, com as mãos, procede-se á confeção de pequenas esferas que são polvilhadas com açúcar pilé ou areado.