



Guacamole e quesadillas

Este mês ensinamos a fazer receitas do México e sugerimos vinhos para as acompanhar.

A importância da acidez do espumante rosé

A cozinha mexicana é uma das mais antigas e matriciais cozinhas de todo o mundo.

O "zitomatl" dos astecas, por exemplo, foi descoberto por Cristóvão Colombo e é o nosso tomate. Os primeiros exemplares descobertos eram amarelados e pode ter sido por isso que em italiano foram baptizados de "pommi d'oro" (maçãs douradas), degenerando no termo "pomodoro". Perceber que a origem do tomate é mexicana é o mesmo que dizer que as bases da cozinha italiana e muitas outras, incluindo a portuguesa, são devidas aos ancestrais da América Central. Isto quando a atitude do Velho Mundo tende a ser a de identificar a sua influência junto de povos distantes.

Em conversa solta com as empreendedoras Cristina e Isabel Jorge de Carvalho, duas irmãs cuja paixão pela cozinha mexicana levou à abertura da Casa México há 14 anos, vamo-nos inteirando de diversos factos surpreendentes. O milho, muitas variedades de feijão e a abóbora também vêm

dali e foram ao longo de milhares de anos o principal sustento dos povos daquelas terras. Os chiles (pimentos), a baunilha e o chocolate também foi dali que trouxemos. Este último tem origem mitológica e foi oferecido pelo deus do Sol, Quetzalcoatl, ao povo azteca, partilhando com ele a bebida dos deuses. A sucessão de surpresas é grande, quando entramos na intimidade da verdadeira cozinha mexicana, levando-nos para bem longe do conceito "fast food" que povoa o imaginário cidadão.

A massa de milho passada com o rolo tem muitas utilidades na cozinha mexicana e em termos práticos é o suporte de recheios, condimentos e preparados diversos. Recebe o nome de tortilha e é dela que partimos para os totopos - pequenos triângulos de tortilhas fritos - e para as quesadillas - tortilhas dobradas e recheadas. Dois petiscos que conhecem muitas declinações, consoante o gosto de cada um. O primeiro é o célebre guacamole, uma pasta feita a partir do untuoso e muito mexicano abacate, a que se junta tomate, coentros e chile verde, criando uma atmosfera de sabores

bem petisqueiros. O segundo é a quesadilla, recheada com "chiles poblanos" - os mais parecidos com o nosso pimento verde - e queijo Oaxaca, muito semelhante em textura e sabor ao mozzarella. Tanto as quesadillas como os totopos são fritos e acompanham guacamole.

A nossa escolha de vinho recaiu no Murganheira rosé que custou 12,69 euros num supermercado. Foram três as razões que estiveram na base da escolha. Em primeiro lugar, pela acidez fixa elevada, fundamental para cortar a "gordura" do guacamole e para compensar o queijo derretido das quesadillas. Depois, pela estrutura, superior à de um vinho branco, a oferecer notas de fruta vermelha que complementam bem o milho presente na massa frita. Finalmente, pelo gás, que tem um efeito regenerador do palato. Os acompanhamentos líquidos mais frequentes entre os mexicanos são a cerveja e a "margherita" (tequila), sempre servidos bem frescos. A experiência que fizemos com o espumante confirma que há mais caminhos e voltas para saborear os bem apaladados petiscos mexicanos. ● **Fernando Melo**

Guacamole

Ingredientes

200 g de abacate
50 g de tomate
10 g de cebola
coentros
chile verde
sal

Preparação

Picam-se os ingredientes todos muito fininho, menos o abacate, que é desfeito à mão. Liga-se tudo e serve-se frio, temperado a gosto.

Quesadillas

Ingredientes

Farinha de milho
Queijo Oaxaca
Pimento verde (chile poblano)
Folhas de epazote (erva aromática típica do México)

Preparação

Amassa-se a farinha com água gelada e fazem-se bolas de cerca de 3,5 cm de diâmetro, prensando-se de seguida para formar tortilhas grossas. Prepara-se o recheio aquecendo o queijo, os chiles e o epazote até fundir e formar uma massa homogénea. Coloca-se uma porção em metade de cada tortilha, dobrando-se com a mão e ligando bem nas bordas. Leva-se a fritar em manteiga ou óleo até estarem douradas de ambos os lados. Servem-se logo.

Receitas da casa México

Av. D. Carlos I, n.º 140, Lisboa
Tel. 21 481 8010



Com este prato, recomendamos Murganheira rosé, bruto, €12,69