OS MERCADOS MUNICIPAIS DE MATOSINHOS EM REVISTA.

VIDA DE Mercado

Edição #04
Dezembro
2022

MERCADO DA VIDA

Venha conhecer as diferentes gerações que acompanham o Mercado de Matosinhos ao longo dos seus 70 anos. O passado, presente e futuro juntos em Matosinhos.

MEMÓRIAS DO MERCADO

A história de 5 personagens que recordam a inauguração do Mercado de Matosinhos. Onde a ficção se mistura com a realidade.

MATOSINHOS SOLIDÁRIO

Como os Mercados de Matosinhos apoiam associações e famílias durante todo o ano.

COFINANCIAMENTO
mar 2020
PORTUGAL 2020
UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu dos Assuntos Marítimos e das Pescas
matosinhos
MERCADOS MUNICIPAIS MATOSINHOS

monthly planner mont

Editorial

O instinto leva-nos, de imediato, para um passado onde as memórias de outros tempos se fundem com narrativas reais e imaginadas. Mais do que factos concretos guarda-se a sensação de uma rotina, religiosamente praticada, que se introduziu nos hábitos fundamentais do ser humano. O ritual de ir às compras ao mercado tornou-se num episódio obrigatório da novela do dia a dia de quem vê o ato de comprar como um momento especial.

O hoje só é diferente do ontem na medida em que se procura, a cada minuto, acompanhar a atualidade. Através da tecnologia e da inovação garante-se o selo de qualidade e, numa corrida a favor do tempo, os Mercados de Matosinhos atualizam-se diariamente, sabendo que serão sempre as relações humanas a melhor garantia da volta do freguês. São aqueles 5 minutinhos de conversa que cimentam toda uma relação que, vinda de trás, permanecerá para sempre na memória de uns e outros... e na verdade na memória coletiva de um município que se orgulha de ser de boa lembrança.

Os Mercados de Matosinhos são a âncora que fixa hábitos, rotinas e relações de amizade e confiança. Aqui o tempo é certo sem ser contado e o "troco" está sempre garantido. Aqui há tempo para cada um se dar a conhecer. E num ápice passa toda uma vida por entre as várias bancas, memórias que juntam ao peixe, à hortaliça, às flores e à fruta que é levada para casa de todos nós, todos os dias... hoje como e para sempre.

Nesta edição da "Vida do Mercado" falamos de bons tempos e bons ventos que nos vêm à memória quando falamos dos nossos mercados... falamos de dias de festa como o da inauguração do Mercado Municipal de Matosinhos a 26 de maio de 1952, mas também de dias de tempestade lembrados na primeira pessoa por quem do mar faz casa e pão... de dias de sempre e de dias excecionais... de dias de receber e de dias de dar... Falamos de memórias essenciais que não se perdem na espuma dos dias porque se alimentam da vida que todos os dias por cá se renova. E é por isso que não podemos deixar de lembrar que todos os dias são bons dias para vir aos Mercados Municipais de Matosinhos!

Contar o tempo dos Mercados de Matosinhos é viajar por todos os tempos verbais.

LUÍSA SALGUEIRO
Presidente da Câmara Municipal de Matosinhos

CAMÉLIA

Também conhecida como Camellia japónica na designação científica, é uma planta única, quer pela beleza da sua floração invernal quer pela folhagem verde brilhante persistente. Apresentam flores vistosas, brancas, vermelhas, rosadas, matizadas, ou raramente amarelas. Algumas são tão grandes quanto a palma da mão de uma pessoa adulta, outras tão pequenas quanto uma moeda. A planta pode ir de um a três metros de altura e certas espécies exalam um suave perfume. A Camélia é também sinal de jardins sumptuosos e ornamentados com formas geométricas.

FRUTOS SECOS

Os principais frutos secos, também conhecidos como oleaginosas, são as nozes, amêndoas e amendoins e o seu consumo regular pode trazer diversos benefícios para a saúde, pois ajudam a cuidar da saúde do coração e do cérebro, além de aumentar a sensação de saciedade e favorecer a perda de peso. Embora geralmente sejam ricos em gordura, a gordura que contêm é saudável – principalmente gordura monoinsaturada e ómegas 3 e 6 – e são uma excelente fonte de fibra alimentar, proteína de origem vegetal, vitaminas e minerais, incluindo a vitamina E. Estes frutos podem ser excelentes aperitivos e são bem melhores para a saúde que outros aperitivos mais artificiais. Podem ser incorporados nos cereais de pequeno almoço, barras de cereais (snacks), saladas, doces e outros pratos culinários.

DIÓSPIRO

Sabia que o dióspiro é uma boa fonte de vitamina A e de vitamina C? Com duas cores e duas texturas distintas, o dióspiro é um fruto bastante apreciado e com vários benefícios para a saúde. Seja o de tom alaranjado e de "roer", ou o de tom avermelhado e de "abrir" e comer à colher, este fruto acompanha os meses frios do ano. Sendo um fruto bastante sensível, é importante escolhê-lo com algum cuidado. Se forem colocados juntamente com outras frutas, tendem a amadurecer mais rápido. Para uma maior durabilidade, coloque-os num recipiente sem outras frutas e à temperatura ambiente.

BETERRABA

A beterraba é um tubérculo de cor bem carregada e com um sabor bem vincado. A sua origem selvagem é no norte de África, e o seu cultivo remonta à época romana. A beterraba é um vegetal rico em vitamina C, betalaína, carotenoides e flavonoides. Dados os nutrientes que contém, os benefícios da beterraba são vários, podendo refletir-se em diversas áreas: desde a saúde cardiovascular até ao desempenho dos atletas. A beterraba pode ser usada na forma crua ou cozida, em preparações como saladas, sopas, sumos, patês, bolos e sopas. As suas folhas também podem ser usadas em omeletes, sopas e panquecas.

SALMÃO

O salmão é um grande peixe da família Salmonidae. Pescado nos mares e rios europeus, é muito procurado pela sua apreciadíssima carne rosada, muito saborosa. Nos últimos anos, o salmão tem vindo a ocupar um lugar de destaque nas refeições, integrando a dieta mediterrânica portuguesa — seja grelhado, na brasa, assado ou cru. É rico em proteínas, cálcio, magnésio, ácidos gordos, aminoácidos essenciais e vitaminas D e B12 e ómega 3, fornecendo uma quantidade significativa de vitaminas, potássio e fósforo. Independentemente da forma como vai cozinhar o salmão, coloque o sal no preciso momento em que o peixe for para a grelha. Se fizer o peixe no forno ou na frigideira, é exactamente o mesmo: tempere só quando começar a cozinhar.

DO TEMPO!

SABIA QUE?

01
incubadora
de design com
13
projetos incubado, ligados a diversas áreas do design: Design de comunicação; Design de produto na área de vestuário, jóias, materiais de escritório; Design editorial e Design de Interiores (AMAG magazine; Another Collective; Atelier N8; Banca Tó Peixe; Coral Books; Joana Ribeiro Joalharia; Maria Milano ADI; Mishmash; Nazareth Collection; SURFnCODE; The Greg's Scarf; Undo; Vestígio)

Mais de
70
anos de
história.

84
bancas (40 bancas de peixe (incluindo congelados) + 44 bancas com hortofrutícolas), 13 espaços de restauração (Abrazô, Biglô, Café Internacional, Cantinho do Mercado, Cervejaria do Mercado, Isko, Mafalda´s, Marisqueira Maria Lisboa, Mercado dos Enchidos, Mercado Food&Drinks, Pão da Terra, Sushi do Mercado, Taberna Lusitana)

84
operadores.

30
categorias de produtos: Fruta, Legumes, Peixe, Talho, Marisco, Congelados, Bivalves, Pão, Charcutaria, Queijos, Vinhos, Cafetaria, Mercearia, Flores, Plantas, Animais Vivos, Artesanato, Souvenirs, Ourivesaria, Relojoaria, Vestuário, Calçado, Papelaria, Jornais e Revistas, Pay Shop, Artigos de Desporto, Snack Bar, Bicicletas, Serviços e produtos de Design (Incubadora Quadra), Jogos da Sorte.

320
metros lineares de fachada (100 de cumprimento × 60 de largura) e
6.000
metros quadrados de cobertura.

20
esplanadas (11 no interior + 9 no exterior), 4 entradas abertas ao público, 2 elevadores/ monta-carga, Caixas MB nos pisos superior e inferior)

mais de
½
milhão
de visitas nos últimos 3 anos, entre clientes habituais, novos clientes, curiosos e turistas.

Conheça os números que ainda hoje marcam a diferença do Mercado de Matosinhos

Merca-do de Vidas

ANA VAZQUES
Ativista. Apaixonada por escrever, contar histórias e (dar a conhecer) pessoas, colabora como freelancer em diferentes formatos e publicações.

“Cala-te mas é, meu cavalo da praça nova!...”

“Havia a praça velha, que eu nem sei onde era. E nós quando queríamos insultar alguém chamávamos um animal qualquer “da praça nova!”. Ricardo Silva Reis, nascido em Matosinhos, em 1955, não se lembra de existir sem a praça. “Nunca ninguém dizia “vamos ao mercado”... Era, e é “Vamos à praça!”

Quando o convidei para conversar um pouco sobre a sua ligação ao Mercado de Matosinhos, a resposta foi pronta: “Claro que estou disponível. Falar da minha terra é sempre um prazer.” Confirmou-se. Durante um par de horas, Ricardo Reis escolheu com mestria um peixe para o almoço, recusou a ajuda do funcionário do restaurante para o arranjar (“Oh rapaz, eu sou daqui!”) e a cada história olhava em volta, de olhos brilhantes, como quem vê a família a crescer, do conforto da poltrona da sala de estar.

Filho de Mestre Conserveiro e de uma trabalhadora dessa mesma fábrica de conservas (uma das muitas que fecharam na década de 70), nasceu e cresceu numa casa construída pelo Pai, no sótão de um armazém cedido pela própria fábrica. Viveu em Matosinhos até aos 38 anos e foi lá que teve os seus 4 filhos. Recorda-se de ir com os companheiros “fazer piscinas à Brito Capelo”. Depois, na altura do Natal, subiam um pouco mais para espreitar o pinheiro que, junto ao Mercado, ficava todo decorado e iluminado nesta altura. A sua família não era muito compradora de peixe no mercado, confessa. “Os proventos não eram assim muito... ganhava-se mal. E depois tinha-se muitos filhos. O meu Pai e a minha Mãe tiveram 10 filhos.

Era difícil... Eu nunca passei fome em casa. Nunca, juro.” Porque o Pai trazia para casa, muitas vezes, latas de conservas que ficavam opadas e eram distribuídas pelos funcionários, e peixe que sobrava da faina de pescadores seus conhecidos, de quem era cliente na lota, enquanto responsável de compras da fábrica. Tinham uma pequena horta, galinhas e porcos, que os Pais criavam para vender na zona de Carcavelos. Por isso eram clientes de peixe apenas em ocasiões especiais e iam ao mercado para comprar sobretudo legumes e alguma fruta, ou acompanhar a irmã, que chegou a trabalhar uns anos na zona de cima, a ajudar uma hortaliceira.

RICARDO SILVA REIS
[CLIENTE]

MARIA DA CONCEIÇÃO
[VENDEDORA]

Maria da Conceição da Costa Marques é peixeira no Mercado desde que estava grávida do primeiro filho. Da sua banca, viu mudar o mundo e sucederem-se as gerações, ao longo de mais de seis décadas. Pose de fadista (que o é!), cabelo aprumado, pronta para brilhar - seja na fotografia ou na generosidade com que atende quem ali passa. Hoje, divide a banca com mais duas irmãs e parecem dar-se bem. São três de dez, todos ligados ao peixe. Quando chegou a altura de casar, com 17 anos, preferiu escolher alguém noutra atividade, "que o mar dá uma vida muito dura e muito triste". Embaciam-se-lhe os olhos... Ao grupo de espanhóis que pára só para ver, "pois puede mirar, muchas gracias!", que é sábado, o movimento está bom e não há muito tempo para conversas. "Sabe, menina, muitas das minhas freguesas também são mais idosas...vão desaparecendo, ou deixam de conseguir vir. Eu não... acho que se paro, morro!"

Felizmente para Conceição e para as outras peixeiras e comerciantes do Mercado de Matosinhos, há uma nova geração empenhada a voltar a um consumo de proximidade. Inês Harrison, 38 anos, mudou para Leça da Palmeira há 15, depois de o marido, professor inglês amante de desportos náuticos ter restaurado, praticamente sozinho, aquela que viria a ser a casa da família, que agora inclui também as filhas Carlota (10 anos) e Maria Inês (7 anos). "Claro que a proximidade geográfica da minha casa ao mercado e a proximidade emocional que sinto, vivendo em Leça, ao mar e a esta terra, faz com que eu vá muito mais ao mercado do que alguma vez fui na vida. E não é só a confiança, os produtos e a proximidade com as pessoas, mas também o querer suportar o comércio local. Quero apoiar esta comunidade onde eu vivo. Porque desde que eu cheguei já vi algumas lojas a desaparecer, lojas mais pequeninas, com pessoas mais velhas à frente dessas lojas que deixaram de ter lugar, ou de ter clientes, e tiveram que fechar... Sinto que tenho a responsabilidade e vontade de contribuir para que isso não aconteça. É essa riqueza que tento passar às minhas filhas." Ricardo Reis também fala de "um certo retraimento da parte de quem comprava em trocar aquelas pessoas pela porcaria dum supermercado. Se calhar até achavam que era muito giro, quando apareceram os supermercados, mas diziam "ah, eu vou é à Alicinha, ou à Rosinha...". As pessoas foram criando laços durante os tempos e sabiam que as vendedeiras dependiam das suas compras!..."

INÊS HARRISON COM CARLOTA E MARIA INÊS [CLIENTES]

1944
AMERICAN GRAPE

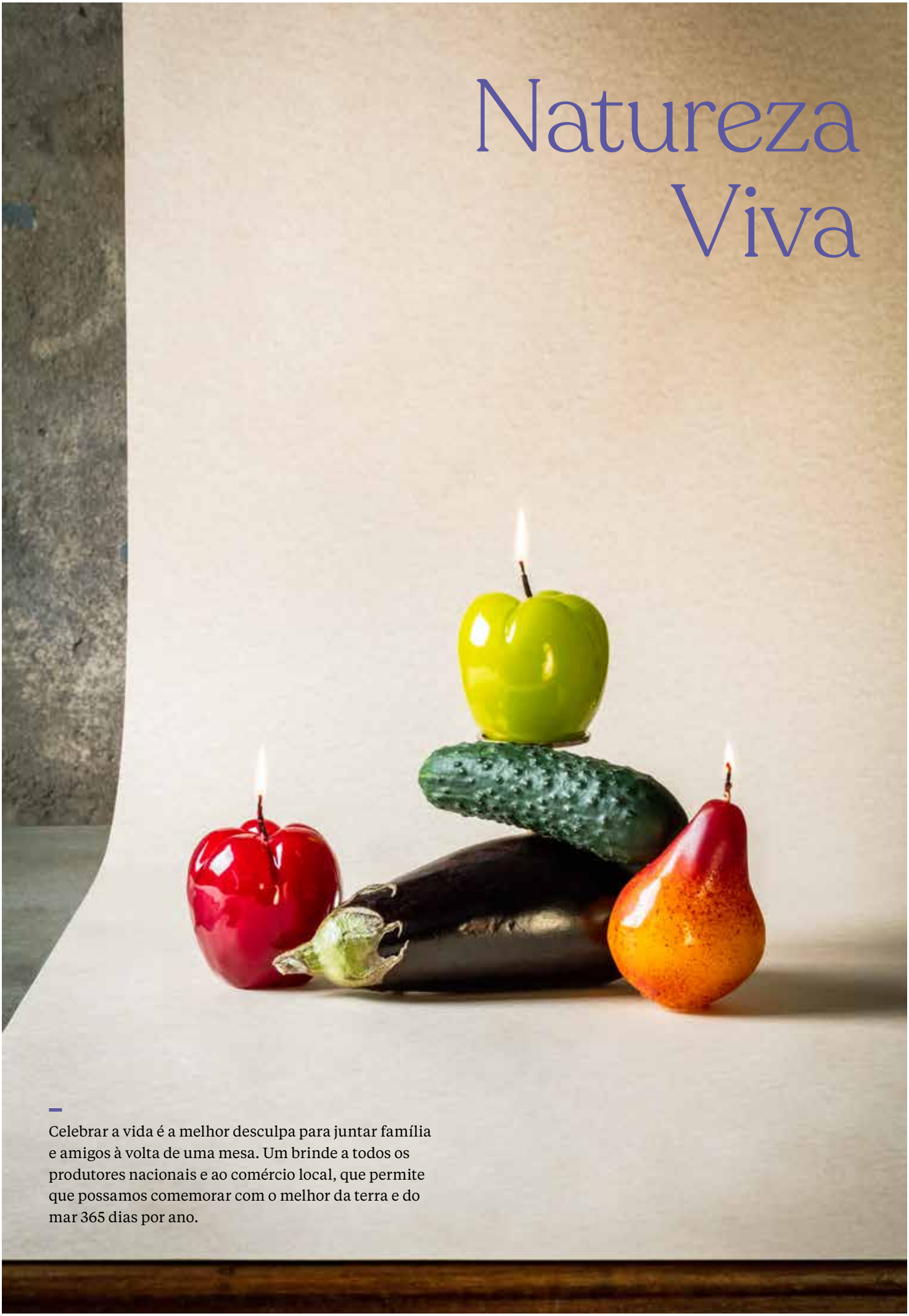
Ana Sales, brasileira, largou a carreira de advogada na Bahia e abriu o restaurante Abrazô há cerca de 7 meses. “Eu compro tudo aqui no mercado. Facilita muito, não é preciso fazer stock. Chego na banca e compro, vou ali em baixo e compro o peixe. Às vezes na lota, depende muito do preço.” Sente que a vida do mercado acaba por ajudá-la a manter a ligação às suas raízes. Porque “essa coisa que se perdeu do comércio direto, da soberania alimentar mesmo, que é você poder escolher o produto, poder negociar, essa coisa da troca, de você estar ali falando com o produtor e o comerciante, saber a origem do produto... Eu vivia muito isso lá no Brasil, é uma prática ancestral, milenar, que com a globalização foi acabando e aqui ainda é possível preservar.”

Como diz Inês, vivê-los “neste momento, está nas nossas mãos”.

Ricardo Silva Reis, Inês Harrison (com Carlota e Maria Inês), Maria da Conceição Marques, Ana Sales. Pessoas e famílias que percorreram caminhos muito diversos até se cruzarem no coração pulsante do Mercado que, este ano, completa 70 anos. Cruzam-se nas bancas onde os filhos de Ricardo Reis cresceram a adivinhar o nome de cada peixe - brincadeira que, instintivamente e sem saber, Inês repete com as filhas. Cruzam-se nas receitas ancestrais que Ana cozinha com o peixe que encontra na voz de sábias peixeiras como Conceição, que escolheu para si um marido com um fado diferente. Cruzam-se, enfim, em tantas vidas deste mercado, que vê novas vidas a crescer dentro de si. E quanto aos próximos 70? Como diz Inês, vivê-los “neste momento, está nas nossas mãos”.

ANA SALES
[CHEF]

Natureza Viva



Celebrar a vida é a melhor desculpa para juntar família e amigos à volta de uma mesa. Um brinde a todos os produtores nacionais e ao comércio local, que permite que possamos comemorar com o melhor da terra e do mar 365 dias por ano.

AS COISAS DE QUE ME LEMBRO

Um conto infantil
de **Adélia Carvalho**,
ilustrado por
Tierri Luis

Agradecimento especial aos operadores que partilharam as suas memórias, da inauguração do Mercado de Matosinhos: Maria Emília de Oliveira Nogueira (Banca Júlia Castanho), Maria Duarte Rodrigues Oliveira (Loja Maria Azeitona), Henrique dos Santos Fernando Tato (Loja Maria Azeitona), Armando Fernandes de Mesquita (Ourivesaria Silva & Mesquita), Maria Lourdes Castro Guedes Sousa (Talho Maria de Lourdes)

matosinhos
MERCADOS MUNICIPAIS MATOSINHOS

O Armando, o Henrique, a Lourdes, a Emília e a Maria hoje são pessoas muito crescidas, mas ainda se lembram de quando eram pequenos.

No tempo em que eram crianças, gostavam de fazer muitas coisas que hoje as crianças já não fazem.

O Henrique lembra-se de jogar ao pião e ao arco. O Armando lembra-se de usar calções pelo joelho. Quando ganhou as suas primeiras calças, sentiu-se um homem muito crescido. Tinha mais ou menos 12 anos e já trabalhava numa grande ourivesaria.

A Lourdes lembra-se das canções de roda, da sua boneca de trapos (era tão linda) e das suas tranças compridas. A Maria azeitona recorda-se de prender o cabelo, de saltar à corda e de jogar à macaca. A Emília lembra-se da primeira vez em que calçou sapatos: eram de verniz e usou-os na comunhão, nesse dia sentia-se a brilhar.

As lembranças são uma coisa boa, dizem eles, fazem com que a memória não se perca, a nossa cabeça é como uma caixinha, dá para guardar coisas lá dentro. Só temos de as visitar de vez em quando, ou ficam lá esquecidas. É como ir todos os dias ao mercado fazer compras e visitar os amigos.

Todos eles e elas ainda se lembram de quando o mercado foi inaugurado. Um dia que nunca mais esqueceram.

As meninas iam vestidas com os seus babeiros brancos, algumas levavam calçados os sapatos de ir à missa outras as socas pretas da época. Os rapazes iam de calções e camisa branca, levavam todos na mão uma bandeirola de Portugal.

– Entrei no mercado e era tudo grande, as bancas davam-me pela cabeça, mal conseguia ver a cara das vendedoras, mas conseguia cheirar muito bem as maçãs, as laranjas e as flores.

– E o peixe fresco do mar. Nesse dia achei que não havia nada maior no mundo do que o Mercado de Matosinhos. Os homens e as mulheres chegavam apressados para verem o presidente, nunca tinham visto um presidente de perto, era um dia muito importante na nossa cidade. Eu nunca mais vi um dia igual aquele, tanta gente de fato e chapéus, e as pessoas a dar vivas, "Viva o presidente, viva! Viva o General, viva!

Quando o presidente chegou, começaram todos a aplaudir. Ele subiu ao palanque, levantou as mãos para nos saudar e deixou cair uma luva ao chão. Fomos logo todos a correr a ver quem a apanhava.

– Apanhou-a o Armando. O presidente pegou nele ao colo e agradeceu-lhe. Parecia um herói, ficamos todos cheios de inveja.

– Eu era muito pequeno, bem olhava para cima, mas não conseguia ver a cara das pessoas. Nunca tinha visto tantos homens de fato e chapéu.

– E as senhoras com os seus lenços a tapar as cabeças. As mais ricas usavam chapéus. Era tanta, tanta gente, que eu pensei que o mundo estava todo ali.

– A minha mãe estava muito feliz ao ver-me vestida com os trajes do rancho folclórico, e que linda minhota que eu era. Ela só dizia:

– "Agora, faça chuva ou faça sol, já ninguém nos tira daqui. Ó meu rico santo, obrigada por ouvires as nossas preces e nos teres dado um mercado assim tão lindo".

– Também me lembro de olhar para cima e achar que tínhamos um céu novo, e muito brilhante.

– Mas isso era o teto do mercado.

– Pois era, mas só soube isso mais tarde. Naquele dia, ao som da fanfarra a tocar, acreditava que era o céu que estava ali fechado só para nós. Sempre que voltava ao mercado, era uma aventura, adorava aquelas escadas, pareciam nunca mais acabar. Agora sei que eram as nossas pernas pequenas que demoravam muito tempo a subir e a descer.

– E as peixeiras a apregoar o peixe, era cá uma algazarra, mas era lindo.

– Depois, com o tempo, fomos crescendo e as bancas diminuindo. Fomos chegando às bancas com o peito, com os ombros, até a nossa cara se aproximar mais da cara da vendedora ou do cliente. Passaram-se muitos anos e agora estamos lá todos os dias, é sempre a mesma alegria voltar e encontrar as pessoas mais antigas e algumas mais recentes, as bancas já não são grandes, mas as pessoas ainda são.

Já passaram 70 anos.
E a história continua... sem fim à vista...

No princípio era o peito

ANITA E GARIBALDI (TEXTO)
Lugar onde a escrita não tem limite de caracteres, o blog Anita e Garibaldi (nom de guerre culinaire de Diana Barnabé e Tiago Lessa) é onde a dupla dá voz aos seus debates, pensamentos e ideias. Insaciáveis na sua fome de partilhar, a sua voz estende-se também a projetos editoriais, como a publicação "UM", e projetos audiovisuais, como o podcast "Anita & Garibaldi à mesa" e o programa de Youtube "Anita & Garibaldi na cozinha". *anitaegaribaldi.pt*

ESTÚDIO COZINHA (FOTOGRAFIA)

Quando é que um pai volta a ser criança? No dia em que fiz 31 anos, descobri que a parte do frango predileta do meu pai era a que ele me servira desde que me lembro.

Como é que pode ser? A minha mãe diz que, se um dia tiver filhos, será mais fácil entender.Passei toda a minha infância a achar que o meu pai só gostava do peito. Passei anos sem compreender como é que alguém que sempre foi de suculências, de chuchar as cabeças dos camarões, de roer os ossos às costeletas, de adorar um bom molete ensopado no molho da bifana, podia gostar da parte mais seca e desinteressante do frango. A minha vontade foi correr até à travessa, numa tentativa de reparação histórica, para lhe encher o prato de coxas e ante pernas. "Era o que faltava", disse ele.

Passamos anos da nossa vida sem conhecer verdadeiramente as pessoas que nos deram banho, nos trataram as amigdalites, nos levaram à dança, ao futsal, aos treinos de andebol, nos levaram ao hospital a meio da noite, nos ensinaram a escovar os dentes, a fazer os trabalhos de casa, a colocar pensos higiénicos. Disseram-nos para lhes contarmos tudo mas nunca nos contaram nada. Pelo menos, nada verdadeiramente comprometedor. Quantos segredos, quantas peripécias, quantas memórias, terão os meus pais guardado para si, sem que eu possa sequer imaginar?

Pedem-nos que lhes contemos tudo, que lhes digamos se precisarmos de alguma coisa, que lhes corramos para os braços quando queremos ajuda. Mas onde está o nosso colo quando também eles precisam de uma mãe? Serei eu demasiado filha para lhes poder acudir? Quando é que o direito a exigir as suas peças de frango lhes é devolvido?

Ter direito à sua estimada coxa é ter de volta a voz da mãe a pedir que não ande pela casa a correr.
É ter a mão do pai pousada sobre a cabeça a fazer calor e carinho no cabelo húmido de jogar à bola na rua esburacada. "Deixa-me dar-te a tua parte preferida do frango, Papá". É que se não me pede colo, peça-me ao menos aquilo a que tem direito e abdicou durante os últimos 30 anos.

O meu pai sempre foi fixe mas gosto muito mais dele agora. Começou a falar mais baixinho, deixou de gritar para eu ir pôr a mesa, de me pôr de castigo por causa das fitas que fazia à sopa, de arregalar os olhos quando fazia barulho a bater com os talheres. Agora, parte-me finas fatias de presunto, oferece-me copos do seu vinho caseiro, faz tábuas de queijos todas pipis como aquela

que lhe fiz uma vez, não deixa ninguém levantar-se da mesa até ter arrumado sozinho a cozinha e a loiça na máquina, e não deixa dúvidas de que o legado de cozinheira e anfitriã que a minha avó há-de deixar será tomado por ele com orgulho.

Talvez seja por ainda ter o colo da sua mãe, que o meu pai ainda não esteja preparado para reivindicar as suas partes favoritas do frango. Um dia, quando chorarmos as saudades da minha avó, o meu pai será o primeiro a ser servido. Um prato cheio com tudo aquilo que deixou para nós. Palavra de filha.

"Ter direito à sua estimada coxa é ter de volta a voz da mãe a pedir que não ande pela casa a correr."

“Quer alguma coisinha?”

"Foi com a minha avó
que aprendi muita coisa.
Que cresci. Lembro-me
de em pequenina fazer bolos
na terra molhada, enquanto
os meus avós regavam a horta,
depois mais tarde comecei a
preparar mini bolinhos para
os cházinhos com as bonecas
e os primos. São pedaços de
mim, de memórias e tempos.

LISTA DE COMPRAS

INÊS MENDES
Fotógrafa e food stylist. Criadora
de *instagram.com/inesananasehortela/*

Desde pequena que cresci
rodeada de natureza e
animais, e o gosto pelo
que vem da horta, do que
plantamos e colhemos,
faz parte de mim.
A minha cozinha acaba por
ser um reflexo dos produtos
da época, da sazonalidade,
das partilhas de vizinhos,
e do mercado local."

Nesta casa, há uma biblioteca viva sobre o mar.

MARTA LOUREIRO
Profissional de comunicação e produção.
Colecionadora de histórias e curiosa no geral.

Talvez já se tenham cruzado com este edifício dos anos 30 sem imaginar a vida que lá existe dentro. No centro de Matosinhos, a menos de cinco minutos do Mercado, existe uma casa onde o mar é o elo de todos os que lá passam.

Esta é a Associação dos Pescadores Aposentados de Matosinhos, originalmente conhecida por Casa dos Pescadores, um espaço cuja história remonta ao ano de 1929, quando, pela vontade comum dos pescadores em garantir melhor qualidade de vida para toda a classe dos homens de mar — na altura, perto de 6 mil —, se foi juntando, com o pouco que os pescadores ganhavam, o valor necessário para construir e manter este espaço, em prol do bem comum.

Nesta casa, pensada para acolher "quem anda ao mar" e as suas famílias nos momentos de maior fragilidade — do nascimento à morte —, também os Mercados de Matosinhos têm uma presença inegável. Além de ser a última etapa do peixe antes de chegar à mesa, muitas das senhoras que agora aqui vivem foram, em tempos, "mulheres de pescador" — uma ocupação cujas obrigações se estendiam do arranjo das redes ao amanhar do peixe e à sua venda.

Para conhecermos o lugar e as gentes, o nosso guia é o Mestre Brandão. Filho de pescador, começou a sua vida no mar aos 17 anos, contra o desejo dos pais — apenas três anos depois da Grande Tragédia de 1947, que vitimou, na costa de Matosinhos, 152 pescadores, e que permanece até hoje como o maior desastre marítimo português.

Agora, aos 89 anos, resiste ao leme desta casa. Foi aqui que, aos seis anos, entrou para a primeira classe, foi aqui que fez parte da sua formação de Mestre, foi aqui que as suas quatro filhas nasceram, e é aqui que, desde há 30 anos, se dedica diariamente a cuidar dos seus pares na última etapa da sua vida.

Fala-nos do que ainda gostava de fazer, da vontade de ver novas gerações de pescadores a tomarem conta desta casa, do abandono, do esquecimento, e da importância de, na falência das estruturas públicas, cuidar destas pessoas como se fossem família.

MESTRE BRANDÃO

CASA DOS PESCADORES

Não me esqueço da fome que passaram, do trabalho duro que tiveram toda a vida e dos sacrifícios que fizeram.

Perto dos 90 (e com uma jovialidade invejável), é o costureiro das memórias de quem cá vive. Se, aos utentes, os nomes dos netos por vezes falham ou nem sempre se lembram do número que estava nas últimas velas que sopraram, as memórias do mar permanecem conservadas num tempo paralelo, onde todos ainda são jovens e cheios de força. Às perguntas do Mestre Brandão, existe sempre quem responda com um ou outro caso, que se lembre do nome do barco onde trabalhavam, de como era o mau feitio do mestre, das canções que embalavam o trabalho, das madrugadas frias e dos dias compridos. Há quem ainda saiba quanto se pescava, por quanto se vendia, quem se lembre de um ano particularmente próspero e dos remedeios que se tinha de fazer quando o mar não andava de feição. E dos namoricos? E dos arraiais? De repente, vemos a Dona Maria transformar-se novamente na Mariazinha, jovem sargaceira, vizinha de porta e cúmplice nas traquinices da juventude. Ou o Senhor José, que se esquece de como lhe custa agora andar e nos fala dos camaradas que, num ato heroico, salvou de se afogarem.

Foi ao mar que estas pessoas dedicaram os melhores anos das suas vidas — e é para aqui que voltam sempre que a dificuldade dos dias que correm exige consolo.

A visita termina com um convite: para que venham mais pescadores, filhos de pescadores, netos de pescadores! Todos bem-vindos, para que esta casa não perca familiaridade, a memória e a maresia.

Adeus desperdício, olá solidariedade: a boa vontade mora nestas bancas

MARIA MARTINHO
Jornalista especialista em lifestyle, passou pela Time Out Porto e pelo Observador. Nasceu em Matosinhos, vive no Porto e trata os restaurantes, as lojas e a cultura do Norte por tu.

Nos primeiros fins de semana de cada mês, sábado em Matosinhos e domingo em Angeiras, a iniciativa municipal "Mercado Solidário" recolhe bens alimentares doados pelos operadores. Uma iniciativa com mais de 10 anos através da qual a colaboração e solidariedade dos operadores dos mercados permitiram a recolha de 14 toneladas de alimentos e o apoio ao correspondente a 7.793 pessoas de Matosinhos. Os sacos reutilizáveis são distribuídos rotativamente por várias instituições do concelho: Associação de Solidariedade Social da Urbanização do Seixo, Associação Social e de Desenvolvimento de Guifões, Centro de Apoio à Terceira Idade de S. Mamede Infesta, Conferência de São Tiago de Custóias, Conferência Imaculada, Conceição de Matosinhos, Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação de Matosinhos, Lar da Santa Cruz, Lar de Sant´Ana, Liga Nacional Criança Esperança – Renascer; mas a vontade de ajudar acontece durante todo o ano.

"Sou solidário todos os sábados", garante Joaquim Peixoto, vendedor de frutas e legumes há 35 anos em Matosinhos. Brócolos, alfaces, grelos ou nabos com um prazo de validade curto são entregues em caixas de papel a associações que ajudam pessoas em situação de sem-abrigo, "especialmente vulneráveis no inverno".

Também de legumes é feita a banca de Olga Santos, que ajuda lares de idosos sempre que pode. As cebolas greladas, os chuchus com terra, as cenouras marcadas ou a couve coração mais murcha ganham uma nova vida na panela ou como alimento para os animais das instituições. "Todos os dias, faço dois sacos com legumes para a sopa e deixo-os abertos para quem quiser levar e, semanalmente, componho cabazes para vender através da Too Good To Go".

Em Angeiras, Alexandra Conceição também colabora com esta aplicação móvel, doando o que sobra do seu Pomar da Frescura. "Por vezes, ajudamos clientes pontuais com frutas e hortaliças. Muitos trazem-nos ervas aromáticas como forma de agradecimento".

Mafalda Pando, do restaurante Mafalda's, defende uma cozinha sem desperdício, em que os ingredientes da época são aproveitados ao máximo e a oferta é limitada e gerida consoante as reservas. Ainda assim, quando sobram refeições, estas são embaladas e oferecidas à Associação Mercado dos Santos, que apoia famílias carenciadas. "É raro acontecer, mas, se tivermos oportunidade, não pensamos duas vezes".

PANQUECA DE BATATA

INGREDIENTES:

750 gr de batata
1 raminho de cebolinho fresco
1 ovo
1 colher de sopa de creme fraiche
1 pitada de noz moscada
20 gr de manteiga
1 pitada de sal
5 colheres de sopa de farinha de milho
40 gr de farinha de trigo
1 colher de sopa de óleo vegetal

PREPARAÇÃO:

Descasque as batatas, coza-as durante 20 minutos em água e sal e, em seguida, passe-as por um passe-vite. Pique finamente o cebolinho. Faça um pequeno sulco no centro das batatas. Separe o ovo e coloque dentro do sulco a gema, o creme-fraiche, a noz-moscada, o cebolinho, a manteiga, o sal e a farinha de trigo.

Misture com as mãos e forme um rolo comprido, polvilhando com farinha para não se agarrar às mãos. Com uma faca polvilhada com farinha, corte a massa às rodelas de 1,5 cm de espessura. Passe as rodelas por farinha e forme panquecas de tamanho uniforme.

Com papel de cozinha, unte uma frigideira antiaderente com óleo e aloure as panquecas de batata durante 3 minutos de cada lado.

Canal Pança

CANAL PANÇA (RECEITA)
Plataforma audiovisual de programação regular que se propõe a criar um lugar de debate sobre a gastronomia enquanto expressão cultural e do comer como ato intrínseco à condição de ser humano. *youtube.com/@canalpanca*

ESTÚDIO COZINHA (FOTOGRAFIA)

FICHA TÉCNICA

matosinhos

MERCADOS MUNICIPAIS MATOSINHOS

DIREÇÃO: Câmara Municipal de Matosinhos
REDAÇÃO: S.P.O.T
FOTOGRAFIA: Raio verde, Estúdio Cozinha
DESIGN: Sérgio Couto
ILUSTRAÇÕES: American Grape
CONTO "AS COISAS DE QUE ME LEMBRO": texto Adélia Carvalho, ilustrações Tierri Luis
REVISÃO DE TEXTOS: Soraia Martins
IMPRESSÃO E ACABAMENTO: Lidergraf – Sustainable Printing
TIRAGEM: 5000 ex.
DEPÓSITO LEGAL: 491352/21

MORADAS E HORÁRIOS MERCADOS:

MERCADO MUNICIPAL DE MATOSINHOS

Horário:
Segunda-feira: 7h—14h
Terça-feira—Sexta-feira: 6h30—18h
Sábado: 6h30—16h
Domingo: fechado

Morada:
Rua França Júnior,
4450-718 Matosinhos

MERCADO MUNICIPAL DE ANGEIRAS

Horário:
Segunda-feira: 7h—14h
Terça-feira—Sábado: 7h—16h
Domingo: 7h—13h

Morada:
Avenida Praia de Angeiras 60,
4455-204 Lavra

www.cm-matosinhos.pt
FACEBOOK: *facebook.com/MercadosMunicipaisDeMatosinhos*
INSTAGRAM: *instagram.com/mercadosmunicipaisdematosinhos*

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
Interdita a reprodução, mesmo parcial, dos textos, fotografias ou ilustrações, sob quaisquer meios e para quaisquer fins, inclusive comerciais.

COFINANCIAMENTO

mar 2020 Fazer acontecer o MAR
PROGRAMA OPERACIONAL MAR 2020

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu dos Assuntos Marítimos e das Pescas