



INSTITUTO DAS ARTES E CIÊNCIAS

FORMAÇÃO PEDAGÓGICA INICIAL DE FORMADORES

**Módulo 1 – Simulação Pedagógica Inicial
Autoscopia**

FRANCESINHA

Um ícone da Nossa
"Antiga Mui Nobre, Sempre Leal e
Invicta Cidade do Porto"



INTRODUÇÃO

- Ø *Origem e Tradição*
- Ø *Ingredientes*
- Ø *Segredos do Molho*
- Ø *Preparação e Confeção*
- Ø *Acompanhamento*
- Ø *Na rota do turismo*

ORIGEM E TRADIÇÃO

- ∅ As francesinhas nasceram no Porto no restaurante “A Regaleira”, na Rua do Bonjardim, na década de sessenta, pela mão de um emigrante, o Sr. Daniel David Silva, regressado de França;
- ∅ A partir do croque-monsieur (especialidade típica nos cafés franceses), inventou esta fantástica iguaria;

ORIGEM E TRADIÇÃO

(Continuação)

- Ø Este “iluminado”, ajustou certos ingredientes ao paladar e à cultura gastronómica das gentes do porto, produzindo o “tal” molho, que é a alma deste petisco;
- Ø Transformou algo “simples” e sem expressão, em algo com vida, alma e identidade, cuja degustação não deixa nenhum mortal indiferente.

INGREDIENTES

Francesinha (individual):

- Ø 2 - Fatias de pão de forma;
- Ø 3 - Fatias de fiambre;
- Ø 7 - Fatias de queijo;
- Ø 1 – Linguiça;
- Ø 2 - Fatias de paio;
- Ø 1 - Bife 150g a 200g.



Ingredientes

INGREDIENTES

Molho (4 pessoas):

- ∅ 1 - Sopa de marisco;
- ∅ 1 - Sopa de rabo de boi;
- ∅ 3 – Cebolas médias;
- ∅ 6 - Dentes de alho;
- ∅ 2 - Folhas de louro
- ∅ Salsa q.b.;
- ∅ Azeite q.b.;
- ∅ Sal q.b.;
- ∅ Piri-piri q.b.;
- ∅ Farinha tipo "Maizena" para engrossar q.b.;
- ∅ 2 - Colheres de sopa de polpa de tomate;
- ∅ 1 - Cerveja;
- ∅ 1 - Cálice de brandy, ou whisky ou água ardente;
- ∅ 1 - Cálice de vinho do Porto;
- ∅ 1 – Copo de vinho branco (maduro ou verde).



Ingredientes

SEGREDOS DO MOLHO



- ∅ Efectivamente, o principal segredo da Francesinha, está na confecção do molho;
- ∅ A proporcionalidade quantitativa das diversas bebidas (cerveja, espirituosas, vinho do Porto, vinho de mesa, entre outras), que compõem o molho afecta a maior ou menor “acidez ou doçura” do mesmo, bem como o paladar final.

PREPARAÇÃO E CONFECÇÃO

Francesinha – da base para o topo:

- ∅ Fatia de pão de forma (1 uni.);
 - ∅ Fiambre (1 uni.) + queijo (1 uni.);
 - ∅ Paio (1 uni.);
 - ∅ Bife (1 uni.);
 - ∅ Fiambre (1 uni.) + Queijo (1 uni.) + Paio (1 uni.);
 - ∅ Linguiça aberta (1 uni.);
 - ∅ Fatia de pão de forma (1 uni.);
 - ∅ Queijo (5 uni.);
- ü *Depois de colocado o queijo, levar ao forno para que este derreta e gratine!*
- ü *Nota: Preferencialmente, grelhar a linguiça e o bife.*



PREPARAÇÃO E CONFECÇÃO



Molho:

1. Colocar num tacho o azeite, os alhos picados, a cebola picada, as folhas de loureiro, sal e salsa;
2. Deixar refogar, acrescentando um pouco de água e mexendo de vez em quando;
3. Quando começar a alourar, adicionar a cerveja, a polpa de tomate, o piri-piri, as bebidas espirituosas, o vinho do Porto, o vinho de mesa;
4. Deixar ferver aproximadamente 10 minutos, mexendo de vez em quando;
5. Retirar as folha de loureiro;
6. Ralar tudo muito bem com a varinha mágica;

PREPARAÇÃO E CONFECÇÃO



Molho (continuação):

7. Preparar as sopas, de marisco e rabo de boi, separadamente e de forma individual, (demora cerca de 15 minutos);
8. Acrescentar as sopas ao “molho” principal (estrugido);
9. Ralar novamente com a varinha (cerca de 2 minutos);
10. De forma a apurar, deixar ferver 10 minutos, mexendo continuamente e servir bem quente;
11. Se necessário, engrossar o molho com farinha tipo “Maizena”.

ACOMPANHAMENTO

Originalmente, a francesinha era servida de forma simples, todavia, actualmente é, ou pode ser, servida e/ou acompanhada por:

- Ø Ovo frito;



- Ø Batata frita;



ACOMPANHAMENTO

(Continuação)

∅ Lagostim ;



∅ A bebida que melhor representa e acompanha esta fabulosa e distinta iguaria Portuense, é a cerveja!



NA ROTA DO TURISMO

- ∅ Saborear uma francesinha é uma dessas "obrigações" sempre que se vem à Invicta;
- ∅ As francesinhas já são um dos postais mais genuínos da cidade;
- ∅ O maior restaurante instalado na cidade do Porto, funciona durante o Festival Anual da Francesinha, reunindo dezenas de restaurantes da cidade especialistas neste prato.
Este evento atrai milhares de pessoas;
- ∅ A francesinha, já é indissociável do "Património" da Cidade do Porto.

