

MANUEL PAQUETE

O AZEITE

na Cultura

e no Património Alimentar





NDICE

A ANTIGUIDADE DO AZEITE	7
Um símbolo do Mediterrâneo	8
O simbolismo religioso do azeite	14
Os usos do azeite	16
A OLIVEIRA E O AZEITE EM PORTUGAL	21
Do olival ao lagar	25
O azeite na economia	31
O AZEITE NA CULTURA POPULAR	41
Crenças e Práticas Medicinais	42
Rezas e benzeduras relacionadas com o azeite	44
Provérbios do azeite	49
Cancioneiro popular da azeitona	51
O AZEITE NA COZINHA PORTUGUESA	57
A antiguidade do azeite na cozinha portuguesa	59
O azeite nas cozinhas medieval e moderna	63
A gordura dos "dias magros"	65
Azeite ou manteiga?	67
O azeite na cozinha contemporânea (séculos XIX e XX) ...	72
Os "comeres de azeite" nos dias festivos	79
DENOMINAÇÕES DE ORIGEM PROTEGIDA	85
O VALOR ALIMENTAR DO AZEITE	91
O azeite e a culinária	94
A AZEITONA	99
RECEITUÁRIO PORTUGUÊS DO AZEITE	105
BIBLIOGRAFIA	151