

CONHECER

A NOSSA FREGUESIA



Os Doces de Paranhos

Paranhos possui os mais antigos e populares doces da cidade do Porto – os Doces de Paranhos.

Muitos exemplares da nossa gastronomia estão associados ou identificam cidades, vilas, lugares, ou até mesmo personalidades. Desde o mui portuense “Bacalhau à Gomes de Sá”, passando pelas “Tripas à Moda do Porto”, até aos mais longínquos “Pastéis de Tentúgal”, há em Portugal um circuito gastronómico no qual Paranhos se inscreve com os seus doces. São inconfundíveis pela sua simplicidade, aparência e sabor. Têm a capacidade de nos transportar ao passado rural da freguesia e, quando se prova um Doce de Paranhos, sabemos ali existirem pequenos segredos que foram passando de mão-em-mão e de sussurro em sussurro, até aos dias de hoje. Quase se perderam, mas graças a algumas pessoas e instituições continuam “vivos”. Na sua preservação e divulgação há que destacar o Rancho Folclórico de Paranhos e, mais recentemente, a Confraria dos Doces de Paranhos. Os Doces de Paranhos são, por tudo isto, mais do que um produto: são uma marca da nossa freguesia.

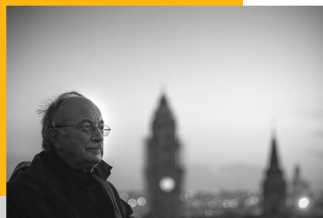
Alberto Machado, Presidente da Junta de Freguesia de Paranhos



SABIA QUE...

OS DOCES DE PARANHOS SÃO OS DOCES
MAIS ANTIGOS DO PORTO?

E QUE FORAM OS MAIS
POPULARES DA CIDADE?



Os Doces de Paranhos são uma especialidade da nossa freguesia. São únicos e inconfundíveis. Terão surgido há quase 200 anos numa casa rural da freguesia, e a sua receita original terá nascido das mãos de algumas senhoras experientes e conhecedoras dos seus ingredientes.

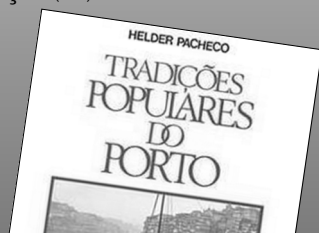
Fazem parte da nossa doçaria tradicional e, no início do século passado, eram vendidos pelas doceiras de Paranhos.

Foram, em tempos, os doces mais populares da cidade e estavam presentes em qualquer romaria ou festa que houvesse entre o Minho e o Douro.

Ainda hoje há quem se dedique a preservar e a manter viva esta herança do passado.

Hélder Pacheco, escritor e investigador das tradições sobre o Porto, escreveu:

“Num artigo de 1909, publicado no *Tripeiro*, José Martins deixou-nos a referência aos doces das festas e romarias da cidade e arredores, destacando os de Paranhos – então das mais rústicas freguesias do Porto – que **considerava os mais antigos do género**. (...) Eram **os doces mais populares da cidade** e ofertavam-se como presente às pessoas que não iam à festa de Paranhos. Várias famílias da freguesia se dedicavam à sua confecção(...).”



Para dar continuidade a esta tradição nasceu, em 2015, a Confraria dos Doces de Paranhos.



Uma Confraria é um grupo de pessoas que se associa tendo em vista interesses e objetivos comuns. Neste caso, a Confraria dos Doces de Paranhos quer “promover o estudo, a defesa, a valorização e a divulgação” desta especialidade da nossa doçaria tradicional.

Poderá saber mais sobre esta Confraria e sobre os Doces de Paranhos em: [facebook.com/confrariadocesparanhos](https://www.facebook.com/confrariadocesparanhos)



Atualmente, os Doces de Paranhos são produzidos e vendidos aos fins-de-semana pelo Rancho Folclórico de Paranhos, na Quinta de São Romão (junto à Igreja da Areosa).



TESTEMUNHOS

Em cada uma das brochuras é possível ler, sobre os temas tratados, testemunhos de quem nasceu, cresceu, viveu ou vive em Paranhos.



Chamo-me Helena Pinheiro, tenho 73 anos. Nasci em Miragaia e, quando casei, com 22 anos vim para Paranhos.

Sobre os Doces de Paranhos... No Rancho Folclórico de Paranhos pesquisamos sobre tudo o que é antigo e faz parte da freguesia. Então, tudo começou com uma receita que um antigo diretor do Rancho – o Sr. Fernando Pino – me deu. Era a receita da D. Cândida (a Candidinha, como é conhecida), que deve ter uns 90 anos. Depois, fomos experimentando e aperfeiçoando. Ela ainda nos contou de um galanteio antigo que havia com os Doces de Paranhos, em que os rapazes diziam para as raparigas: “Tão doces como os bolos de Paranhos!...”

Hoje, sou eu que faço os Doces de Paranhos e garanto que todos os fins-de-semana estejam à venda na Quinta de S. Romão. Também todos os anos faço 350, 400 doces para o nosso Festival, onde divulgamos a gastronomia antiga. No futuro, gostava que os Doces de Paranhos fossem vendidos em todas as confeitarias do Porto, sobretudo na freguesia de Paranhos.



Chamo-me Rui Alcântara Carreira, tenho 48 anos. Nasci e cresci em Paranhos. Sou o Presidente da Confraria dos Doces de Paranhos.

Sobre os Doces de Paranhos... Bem, este é o único produto doce da cidade do Porto e que está associado a uma freguesia.



RECEITA DOS DOCES DE PARANHOS

Ingredientes:

Farinha: 2Kg; Açúcar: 500g; Manteiga: 250g; Ovos: 8; Leite: 2 dl; Fermento de Padeiro: 50g; Raspa de limão; Canela: q.b.; Erva-doce: q.b., Açafrão: q.b.; Sal

Juntam-se todos os ingredientes secos e a raspa de limão num recipiente. Quando os ingredientes formarem uma massa homogénea, faz-se um buraco no centro onde se desfaz o fermento de padeiro com um pouco de água tépida, adicionando o açafrão e o leite. Volta-se a juntar e misturar todos os ingredientes, adicionando aos poucos os ovos batidos, amassando-se muito bem. Aguarda-se que a massa levede. Quando a massa levedar fazem-se bolinhos e leva-se ao forno que já deve estar bem quente. Quando estiverem cozidos, deixa-se arrefecer e envolvem-se na calda de açúcar. A calda de açúcar deve ser feita em lume brando.