



O **leite** tem um local único na freguesia de São Pedro Fins. Com a aplicação de tecnologias recentes, os agricultores conseguiram maior produção, recorrendo a um sistema em que cada vaca gere a necessidade de retirar o próprio leite. O processo é ainda mais vantajoso para o animal, uma vez que o sistema robotizado é mais delicado na ordenha.



Na **Quinta do Torreão** pode ser encontrada a plantação e crescimento de diferentes espécies de legumes e frutas. O que a torna especial é que toda a produção é biológica. Aqui crescem vegetais como malaguetas, ervilhas, beringelas, feijão verde, limões ou couves roxas. Nas frutas, destacando-se figos, maçãs, maracujás ou romãs. Um local em que o respeito pelo ambiente é cultivado todos os dias.



Descubra um território pelos sabores da terra.

As condições locais e geográficas justificam a ligação da Maia à agricultura. Com o tempo, desenvolveu-se e passou a ser abastecedora do Porto. Destacam-se a produção das hortícolas (“penca” da Maia), morangos, mirtilos, kiwis (maior exportador), cogumelos e manjericos (maior produtor nacional). A agricultura biológica tem ganho terreno, como acontece na Quinta do Torreão. Na Maia foi reproduzida uma camélia, de rara cor roxa, batizada com o nome “Angelina Vieira”.

A **produção de morangos e nabijas** na freguesia de S. Pedro Fins é realizada com recurso ao sistema de semi-hidroponia, um modo inovador de favorecer o crescimento. Com uma área de 3000 m² o crescimento destes ocorre num ambiente harmonioso. É privilegiado o controlo de pragas de modo biológico.



MAIA

Sorrir para a Vida.

Maia Welcome Center
Parque Central da Maia, 1º Piso, Loja 19
4470-214 Maia, Portugal
+351 229 444 732

visit
maia

sabores da terra
e gastronomia

visitmaia.pt



O **Cabrito à Maia** marca a diferença pela forma de cozinhar. Nesta iguaria o cabrito deverá ser colocado em paus de loureiro, dispostos em grade por cima do arroz quando é levado ao forno, preferencialmente a lenha. Diz-se que este é o segredo. E também que este pormenor é o que faz dele um prato apreciado por muitos.

A gastronomia da Maia deve-se em muito às suas origens históricas. Esta era uma área de lavradio e a produção de ingredientes foi o ponto de partida para cozinhar pratos que ainda hoje fazem parte da memória gastronómica do território. Assim, é natural encontrar uma grande oferta de sabores, sobretudo a doçaria, que mostra a herança e a presença de mosteiros e conventos na Terra da Maia. Este tipo de doces, caracterizado pela profusão de ovos e açúcar, só era confeccionado pelas grandes famílias e os estabelecimentos religiosos.



O território da Maia integra a **Região Demarcada dos Vinhos Verdes** que vai do Rio Douro ao Rio Minho. Constituída em 1908, é a maior área geográfica de produção de vinhos em Portugal, e uma das maiores da Europa. Os vinhos verdes, graças à sua acidez e baixo teor alcoólico, são perfeitos para harmonizar com a gastronomia da Maia.



A **Quinta Santa Cruz** faz parte da Rota dos Vinhos Verdes. A vinha ocupa uma área de cerca de 3 hectares e tem 3 tipos de produção. Na "Vinha de Cima", as videiras desenvolvem-se em espinha, ao passo que na "Vinha de Baixo" as plantas crescem em cordão. Dentro da quinta, a rua central é conhecida pelas flores e verde intenso.

O **Bacalhau à Lidador** poderá ser uma das 1001 formas de cozinhar o distinto ingrediente. O que o separa dos outros é o modo de preparação. As espinhas mais grossas e a pele são retiradas antes da confeção. Este facto demonstra a dedicação dada ao bacalhau e a criatividade dos maiatos na confeção de verdadeiras iguarias.



A **Vitela Assada** remonta às origens rurais da Maia. O gado bovino era usado no trabalho do campo e para a alimentação. Na preparação da vitela retiram-se todas as peles e gorduras e esfrega-se com sal. À medida que assa, a carne é virada e molhada com um preparado de alho, louro, azeite e vinagre. Para o fazer, usa-se um ramo de salsa.



A **Bola de Cebola** é típica da Maia. Uma planta que, neste território tem grande importância. Prova disso é a Real Confraria Gastronómica das Cebolas, que tem como objetivo defender e divulgar as qualidades e virtudes das cebolas na gastronomia tradicional em diversas mostras dos sabores da terra, em Portugal e no estrangeiro.



A **Broa de Milho** é um pão de origem muito antiga. Pensa-se que então era comum nas famílias menos abastadas. Na Maia, a broa é feita segundo a tradição, num ritual que pode levar até 5 horas. Para se fazer a broa são necessários dois quilos de farinha de milho para um quarto de quilo de farinha de centeio.



O **Toucinho do Céu da Maia** é uma das formas de preparar este doce conventual, muito tradicional em Portugal. Na Maia, este pudim ganha um novo sabor com a inclusão do sumo de laranja. O Toucinho do Céu é um doce que se tornou indispensável nas mesas dos maiatos em datas especiais.



Os **Biscoitos da Maia**, de mais que provável origem conventual, evocam, nas suas formas mais utilizadas – a espada e o escudo – a figura do Lidador, guerreiro de lendários feitos, braço direito do rei D. Afonso Henriques. Esta iguaria, de grande valor simbólico, constitui um doce encontro entre a história e a lenda.

