

Segredos da cozinha itinerante sobre os ciganos da Hungria

O primeiro fim-de-semana de abril na Hungria é o Dia da Cultura Cigana, uma ocasião para honrar a diversidade dos ciganos, a sua fascinante, mas turbulenta história, as suas antigas tradições ciganas e os seus costumes modernos. De onde vêm os ciganos e qual é a história da sua migração de milénios? Que profissões, costumes populares e superstições lhes estão associados, e o que há para saber sobre música cigana, dança e, claro, sobre a gastronomia cigana clássica?

Como é que o estilo de vida dos migrantes influenciou a cultura cigana, que características únicas se desenvolveram na Hungria e que costumes ciganos sobreviveram até aos dias de hoje? Quando e como é que os Ciganos chegaram à Hungria e como se estabeleceram? Dir-lhe-emos o que precisamos de saber sobre as características do estilo de vida dos migrantes e os seus aspetos gastronómicos: que tipo de comida os Ciganos costumavam preparar no passado e agora, que sabores e ingredientes são típicos da sua cozinha? Sob a forma de “vakarcs” e “espetadas ciganas”, apresentamos receitas ciganas que qualquer pessoa pode preparar facilmente na cozinha, ou mesmo na fogueira, se lhe apetecer uma festa no jardim da Primavera!

Por [Tóth Viktória](#)

Dia da Cultura Cigana na Hungria

O Dia da Cultura Cigana na Hungria é frequentemente referido como o dia santo da comunidade cigana e tem sido celebrado no primeiro fim-de-semana de abril de cada ano (2-3 de Abril deste ano) desde 1993. Entre outros ativistas, o evento foi

iniciado por József Choli Daróczi (1939-2018), um escritor cigano húngaro e etnólogo que trabalhou em Budapeste. Foi membro da Associação de Escritores Húngaros e da Associação Nacional de Jornalistas Húngaros, e entre os seus muitos outros títulos, foi Presidente do Conselho Nacional Cigano entre 1985 e 1986. No decurso do seu trabalho traduziu obras para ciganos e dedicou a sua vida ao apoio e educação da minoria cigana e ao desenvolvimento da sua coesão cultural.



Outro dia comemorativo para os ciganos, também marcado para o início de Abril, é o Dia Internacional dos Ciganos, ou Dia Mundial dos Ciganos, que está ligado ao Primeiro Congresso Mundial dos Ciganos a 8 de Abril de 1971. Neste evento simbólico, os participantes representando os diferentes grupos étnicos ciganos decidiram sobre a futura cooperação internacional, o slogan “Opre Roma!” (Up, Gypsies!) e o hino nacional e a bandeira dos ciganos. A bandeira apresenta uma roda vermelha sobre riscas horizontais azuis e verdes: azul refere-se ao infinito do céu e à liberdade do povo cigano, verde à ligação terrestre e à natureza. A roda, que também é

vista na bandeira indiana, simboliza a lei eterna da existência e refere-se às raízes do povo cigano e também implica um modo de vida errante (também representa o sol nascente, e a cor vermelha também se refere ao sangue derramado pelo povo cigano).

Onde vivem os Ciganos na Europa e na Hungria?

Atualmente, a maioria dos ciganos europeus vive na Europa Central e Oriental e no Sudeste da Europa. A minoria cigana mais populosa encontra-se na Hungria, juntamente com a Roménia, França, Bulgária, Espanha e Turquia: no nosso país, a população cigana é estimada em 0,5-1 milhões, mas é difícil estimar os seus números, e os resultados mais fiáveis até agora foram obtidos a partir da investigação social. Estima-se que os ciganos constituem cerca de 10% da população da Bacia dos Cárpatos, mas há também partes do país onde estão esmagadoramente concentrados, tais como em povoados mais pequenos no Nordeste da Hungria.

Os maiores números de ciganos húngaros vivem na província norte de Nógrád, no condado de Szabolcs-Szatmár-Bereg e no condado de Borsod-Abaúj-Zemplén, mas também se encontram grandes números no condado de Heves, Zalaság e Bakony – e também existem áreas esporádicas com uma elevada proporção de ciganos em todo o país. Nas regiões da fronteira norte e leste, a minoria cigana pode ser igual ou maior do que as comunidades históricas húngaras – este é particularmente o caso da Transcarpathia e da Transilvânia.

As origens dos ciganos: quando e de onde vieram?

Os Ciganos são um grupo de pessoas Europides, presumivelmente originários do noroeste da Índia, que historicamente migraram para oeste por volta dos séculos XIII-XVIII. Na Índia de hoje, ainda existem grupos de pessoas semelhantes aos ciganos que vivem num sistema de castas completamente separado do sistema

de castas Hindu, com comunidades de cerca de 30 milhões de pessoas e uma distribuição religiosa e cultural diversificada. A migração de ciganos e outros povos nómadas da Índia pode ter começado em tempos antigos, chegando ao Irão, Afeganistão, Paquistão e Pérsia, de onde muitos migraram para a Ásia Menor (Turquia) e Norte de África (Egipto, Síria), de onde mais tarde se estabeleceram em países do sul da Europa. Na Hungria, os grupos mais populosos são os Ciganos húngaros, os Oláh e os Ciganos Beas, e há também várias famílias Sinto, Gábor cigano e cigano romeno.

Pensa-se que os ciganos europeus chegaram primeiro ao sudeste da Europa e viveram nos Balcãs, mas migraram gradualmente para oeste, fugindo dos conquistadores turcos (muitos teriam sido escravizados nas terras conquistadas), e eventualmente espalhados por toda a Europa. Instalaram-se provavelmente na Bacia dos Cárpatos durante o período otomano, uma vez que a constante preparação para a guerra significou que preencheram a camada artesanal desaparecida – até os turcos serem expulsos da região. Os Ciganos podem ter chegado à Hungria nos séculos XIV e XV, segundo muitos, durante o reinado do Rei Sigismundo do Luxemburgo, pois já havia informações sobre eles nos livros de contabilidade e registos de liquidação da época.

Os “Senhores do Pequeno Egipto”, o Príncipe Miguel e o Príncipe André, que lideraram uma das maiores migrações de ciganos alguma vez vistas, podem ter passado pela Europa do período nesta altura: segundo os registos contemporâneos, chegaram no século XIV. No período do século XIV, uma caravana de 14.000 ciganos, registados como tendo marchado pela Europa, acabou por se instalar em Itália e nos arredores de Paris, onde foram inicialmente acolhidos como peregrinos pelo Papa e monarcas – período a que muitos se referem como “a era das aventuras ciganas”. Os ciganos viajantes deslocavam-se pelo país e pela Europa como comunidades semi-autónomas ou totalmente autónomas; era quase impossível manter registos precisos dos seus números e das suas viagens.

Vestidos com trajes coloridos, estes grupos marcantes, barulhentos e fora da sociedade tiveram dificuldade em integrar-se no tecido social europeu agora estabelecido, e foram frequentemente rejeitados pelas cidades. Os artesãos e comerciantes ciganos competiam seriamente pelas guildas e pelos fabricantes emergentes, pelo que os artesãos se opunham à sua presença, enquanto a Igreja Católica era hostil aos ritos e crenças ciganas. Mais tarde, durante o século XIX, o país foi também afetado pela migração de ciganos: foi então que chegaram os ciganos Oláh dos Balcãs, que são ainda o grupo mais difundido da população cigana do mundo. Muitos deles vivem na Europa Ocidental, América do Norte e do Sul e mesmo na Austrália.

História dos Ciganos: migração e colonização

Os grupos nas caravanas eram liderados pelo chefe cigano, que tomava decisões importantes, julgadas dentro do grupo e era responsável pelos ciganos perante os senhorios. As caravanas recebiam frequentemente cartas de marcha e proteção dos senhores húngaros (incluindo o rei Matthias), o que lhes permitia circular livremente, e muitas vezes até lhes dava oportunidades de trabalho – desde que se adaptassem às pessoas que precisavam dos seus serviços, o que moldou constantemente a identidade, língua e crenças do grupo. Mesmo sem uma liderança desenvolvida e sem uma linguagem escrita, os ciganos têm sido capazes de manter a sua distinção, a sua identidade livre, e de transmitir as suas tradições, algumas das quais sobreviveram durante séculos e ainda hoje influenciam a vida de uma comunidade cigana.

Nos séculos que se seguiram, a “questão cigana” foi levantada em numerosas ocasiões, mesmo como um ponto da agenda parlamentar. Os líderes muitas vezes não sabiam o que fazer com os ciganos húngaros, cujo estilo de vida migratório era incompatível com as expectativas das autoridades e cuja cultura era marcada por séculos de discriminação. Maria Teresa

e José II, no espírito do absolutismo esclarecido, exortaram à assimilação dos Ciganos, para que também eles pudessem tornar-se súbditos obedientes. Estes esforços resultaram na asfixia do modo de vida cigano, mas os governantes da época viram a solução para acabar com a incontrollabilidade dos migrantes e para resolver os conflitos entre servos e ciganos.

Após a aprovação das leis, seguiram-se as reinstalações forçadas, uma vez que os camponeses por esta altura tinham um ressentimento e um preconceito duradouros contra os migrantes ciganos. Os esforços de assimilação provocaram inicialmente a reação oposta dos ciganos: as comunidades ciganas cresceram mais fortes do que o esperado, e durante muito tempo resistiram à mudança mantendo-se unidas e voltando-se para as suas tradições ancestrais, até que, no decurso do século XIX, a maioria esqueceu gradualmente a sua língua materna, o romani, e lentamente assimilou-se à sociedade húngara – acabando por criar classes ricas e mais pobres.

Perseguição de ciganos: porque foram rejeitados?

Como indicado acima, o acolhimento dos Ciganos foi apenas inicialmente bem-vindo, uma vez que as tensões linguísticas, culturais e étnicas entre os servos indígenas e os povos em liberdade de circulação cresceram até que as autoridades locais começaram a impor leis restritivas aos Ciganos (foram proibidos de Barcelona em Espanha em 1447, foram aprovadas leis anti-ciganos na Suíça em 1471, e uma resolução parlamentar francesa de 1595 previa mesmo o seu extermínio). Durante o período turco, foram frequentemente acusados de fingimento de cristianismo, paganismo e turquismo, e os conflitos não foram atenuados por incidentes de roubo após a marcha das caravanas.

A verdadeira perseguição era mais evidente no século XVI, quando a Igreja Católica também começou a sancionar cada vez mais severamente as atividades dos ciganos: um padre católico

não podia ser cigano, e havia frequentemente execuções por roubo, ou mesmo por violação da proibição de passagem numa determinada povoação. Migraram de um país para outro (muitas vezes chamados “povo da fronteira”), muitos foram forçados a estabelecer-se nas terras dos proprietários para servir (tentativas de migração ou fuga foram severamente punidas), e alguns grupos foram mesmo deportados da Europa para colónias americanas e africanas.

As leis mais rigorosas foram promulgadas durante a Inquisição espanhola, quando a pena de morte foi imposta por utilizar a língua cigana, praticando o seu ofício tradicional e até se vestirem de ciganos. Na Hungria, as regras eram as mais rigorosas sob os governantes dos Habsburgos: no condado de Békés, por exemplo, os ciganos eram proibidos de construir as suas casas uns ao lado dos outros (para evitar a formação de “putris cigana” da aldeia), encorajando assim a assimilação. Embora a maioria da população cigana estabelecida esteja submetida às leis e regulamentos locais, a diferenciação étnica e cultural continua a ser uma fonte de muitos conflitos.

Os ciganos europeus também sofreram a sua própria tragédia na história moderna: a partir da década de 1930, a Alemanha nazi reuniu não só judeus mas também ciganos. No decurso da limpeza étnica, foi perpetrado um genocídio em toda a Alemanha, e nos territórios ocupados durante a Segunda Guerra Mundial (na língua dos Cavaleiros da Ordem, o evento foi chamado “porajmos”, ou absorção). Aproximadamente 250-400.000 ciganos, que foram deportados para campos de concentração e morreram ao lado de judeus durante os anos mais negros do século XX, são comemorados no Dia de Memória do Holocausto Cigano, a 2 de agosto de cada ano.

Artesanato Cigano Tradicional e valores culturais

Os grupos ciganos levavam um estilo de vida nómada: carregavam

carroças puxadas por cavalos, montavam a cavalo e vagueavam a pé, formando caravanas – um costume ainda praticado em muitos países ocidentais (por exemplo, com caravanas), mas a grande maioria assentou. Embora a língua e os costumes do seu país de acolhimento tenham influenciado os Ciganos, aos quais se adaptaram de forma flexível, a sua cultura ainda é muito diferente da do grupo étnico maioritário. Uma característica comum é a sua capacidade de se distinguirem dos povos ‘não ciganos’, que constitui a base de uma identidade cigana transnacional.

Mesmo na Idade Média e nos tempos modernos, as cidades e aldeias tinham as suas próprias necessidades, que eram satisfeitas pelas ocupações dos ciganos migrantes. As profissões típicas ciganas eram o trabalho da madeira (fazer e reparar tachos e panelas), ferreiro, metalurgia (afiação de facas, reparação de panelas), ou tocar música e dançar nas ruas e pousadas da cidade. Um ‘trabalho’ comum era entreter em feiras, mesmo sob a forma de espetáculos de rua, malabarismos e atuações mágicas, e mendigar quando tinham a oportunidade. Muitas pessoas foram a barbeiros ciganos, sapateiros, ou compraram animais a comerciantes de cavalos ciganos, que eram os comerciantes de cavalos mais habilidosos da época. Fundição de cobre, trabalhos em vime (tecelagem de cestos) e cerâmica eram também ocupações típicas dos ciganos, e as mulheres jogavam muitas vezes às cartas e diziam fortunas aos aldeões em troca de comida e dinheiro.

Em geral, a religião dos Ciganos é a mesma dos povos que os rodeiam: os Ciganos nos países árabes são muçulmanos, na Europa do Norte são protestantes, e na Europa de Leste são maioritariamente ortodoxos, e as pequenas igrejas e congregações evangélicas são populares entre eles (os seus costumes religiosos não têm vestígios de raízes indianas). Embora os Ciganos europeus sejam cristãos, as suas crenças espirituais são diferentes das da cultura maioritária: na comunidade tradicionalista, as crenças ciganas ainda são

preservadas e mantidas: um número significativo delas ainda são supersticiosas, acreditando em eventos proféticos, espíritos ou maldições.

Os seus costumes funerários são também diferentes dos da maioria dos húngaros: têm uma forte crença na vida após a morte e na imortalidade da alma, respeitam profundamente os seus antepassados mortos e ainda praticam muitos rituais antigos. A pessoa moribunda é enviada para casa por médicos para passar as suas últimas horas com a sua família, que prestam os seus últimos respeitos. A morte de um familiar é seguida de uma vigília, mesmo durante várias noites, até ao funeral, e os seus locais de sepultamento são frequentemente ricamente decorados – estes últimos podem ser particularmente marcantes no Dia dos Mortos, quando os túmulos são adornados com flores, velas e até comida. Alguns grupos ciganos comem requijão e bebem targyi, ou pálinka, no velório.

Um dos elementos mais importantes da cultura cigana, que continua a definir a vida das comunidades no século XXI, é a música cigana do Verbunk, que costumava – e continua a fazê-lo – proporcionar um meio de subsistência a muitas famílias ciganas. O entretenimento musical acompanhado de canto e dança é a forma mais importante de expressão para os ciganos, e é a música cigana e a dança cigana que constrói e forja a comunidade. A improvisação é um elemento comum no canto, pois faz parte de ser livre que qualquer pessoa possa cantar sobre qualquer coisa, de qualquer forma, se lhe apetecer. A música é variada, mas a língua e o assunto devem estar ligados às tradições ciganas – além disso, são flexíveis na sua abordagem à produção musical, sendo o violino o seu instrumento preferido.

Existem também muitas diferenças entre os ciganos e os húngaros indígenas em termos de vida quotidiana. Entre os ciganos, o modelo tradicional de família é mais comum e favorecido, com o “homem” a apoiar a família e a “mulher” a cuidar do bem-estar das crianças, fazendo tarefas domésticas

tais como cozinhar, lavar e limpar. O casamento jovem é comum nas comunidades ciganas, as raparigas são felizes por terem mais filhos devido ao valor que atribuem a uma grande família, e não é raro que várias gerações vivam juntas. Em termos das suas casas e ambiente, os gostos ciganos refletem a alegria expressa no seu vestido: gostam de decorações vistosas, cores brilhantes e gostam de mostrar a sua riqueza.



Cozinha itinerante: as especificidades da gastronomia cigana

As refeições são uma atividade comunitária muito importante entre os ciganos: é uma atividade que mantém a família unida, aproxima os estranhos, e pode ser ligada tanto a ocasiões familiares felizes como tristes. As mães e os anfitriões mostram a sua bondade e afeto através da “alimentação”, que é uma das mais importantes formas de auto-expressão entre os ciganos. Como todos os grupos étnicos, os ciganos na Hungria têm a sua própria cozinha distintiva, que é mais complexa e excitante do que se poderia pensar.

À medida que os ciganos locais se adaptam ao seu país de acolhimento, tanto na religião como noutros aspetos da vida, a sua gastronomia assumiu as características da cozinha tradicional húngara. A cozinha cigana depende fortemente de pratos picantes e gordurosos: nas suas receitas utilizam sal, pimenta e páprika vermelha moída, e acrescentam pimentos quentes a muitos pratos (não gostam de pratos ‘incolores e sem sabor’). A carne de porco é um ingrediente popular, especialmente os cortes gordos e suculentos, e muito bacon é utilizado, com muitos pratos também feitos com banha.

Mesmo antes das caravanas assentarem, os ciganos cozinhavam a sua comida em lume forte durante o período de acampamento, pois passavam a maior parte das suas vidas em movimento – razão pela qual cozinhar no fogão e na grelha é ainda hoje popular entre eles, uma vez que dá um agradável aroma a fumo sobre as chamas. Ao lado da chaleira (ou panela num tripé de ferro), uma ferramenta de cozinha ao ar livre popular eram as telhas de barro o predecessor dos modernos tabuleiros de forno e bandejas de cozedura – estes podiam ser utilizados para montar facilmente uma cozinha móvel em qualquer lugar quando fosse necessário cozinhar.

Cozinhar em barro e lama era um método comum de cozinhar carne: o animal bem salgado e preparado era coberto grosseiramente com a massa de barro, depois assado sobre as brasas, e finalmente a cobertura dura era quebrada em dois para revelar a carne fumegante e esfarelada. Para além da

carne e legumes, sopas e refeições de um prato, que também podem ser preparadas na panela, são populares, e são frequentemente acompanhadas por massas como o macarrão ou o 'pharrado hhumer', uma espécie de carcaça. Os pratos de carne mais populares são espetos marinados com bacon e cebola, ricamente temperados e marinados, que podem ser variados de qualquer forma.

Os hábitos alimentares dos ciganos nunca foram tão organizados como os dos seus vizinhos instalados: normalmente jejuavam quando a caravana tinha falta de comida, mas quando havia muita riqueza, eles tinham festas maiores. O modo de vida dos ciganos viajantes andava muitas vezes de mãos dadas com a pobreza: nas piores alturas até comiam animais mortos. Até cozinharam corvos ou ouriços, porque acreditavam que a carne dos animais que Deus tinha matado era melhor do que a dos animais cuja vida o homem tinha tirado.

Para evitar que a família passasse fome, o povo nómada teve de inventar receitas que pudessem ser atiradas juntas de forma barata e rápida sobre um fogo em circunstâncias mais simples – que é onde entram os pães que podiam ser feitos num instante, sem necessidade de se levantarem. Estes pães amassados (pão cigano, queijo cottage, laska) consistiam geralmente em água e farinha, temperados com um pouco de sal. Quando se faziam pães mais ricos, adicionava-se leite ou natas azedas à massa em vez de água, mas também se adicionava gordura e manteiga, e até se adicionavam ovos. Eram fáceis de fazer, e podiam ser cozidos rapidamente num forno de lascas.

Ao longo das suas rotas migratórias, os Ciganos compraram à população local (carne, milho, feijão, pão, etc.) e recolheram tesouros das florestas e campos. Consumiram frutas florestais sazonais, apanharam cogumelos e ervas, e apanharam muito peixe onde puderam. Só mais tarde é que os pastéis doces se tornaram populares nos seus círculos, mas hoje também fazem uma grande variedade de tartes e bolos doces.

A hospitalidade cigana ganhou uma grande reputação: quando um visitante chega, o anfitrião não pode ser mesquinho com o hóspede – são oferecidas comida e bebida, mas se o visitante recusar, a visita pode facilmente terminar em insultos. Nos grandes festivais do ano, nos casamentos e velórios, o prestígio da família dependia da abundância de comida: em tais eventos tinham de sacrificar tudo o que valorizavam para criar uma festa sumptuosa.

O Natal é a maior celebração do ano para os ciganos, juntamente com a Páscoa e a festa de despedida: toda a família, mesmo os familiares que estão mais afastados, se reúnem para celebrar o nascimento de Jesus na casa da família. São servidos pratos tradicionais húngaros como couve recheada, guisado de peixe gato, ou vários pratos de porco e pepitas de frango ricos em gordura – para estes deliciosos aperitivos e paz, o anfitrião agradece a Deus. Nas famílias com músicos, é costume os homens cantarem na véspera de Natal, e as famílias costumam assistir à missa da meia-noite.



Receita: marinada cigana

O processo de marinagem é um processo que muitos de nós já encontramos antes: uma simples tarefa de preparação de carne que sentirá definitivamente os efeitos no seu prato. Neste caso, estará a curar a sua carne de escolha numa marinada húmida – a marinada não só tornará a carne mais saborosa, como também a amaciará, o que ajudará os seus espetos a cozinhar ainda mais rapidamente. Embora a nossa marinada seja mais adequada para carne de porco, sinta-se à vontade para a utilizar em qualquer carne, incluindo carne de vaca, coelho ou frango (neste caso, estamos a utilizar um simples peito de frango).

Ingredientes para 500 g de carne

- 4 colheres de sopa de óleo de girassol
- 4 dentes de alho
- 4 colheres de sopa de concentrado de tomate (ou ketchup)
- 2 colheres de sopa de vinagre de maçã para cidra
- 1 colher de sopa de mostarda
- 1 colher de chá de sal
- 1 colher de chá de pimenta preta moída
- 1 colher de sopa de açúcar granulado

Preparação da marinada cigana

A preparação da marinada é infinitamente simples: esmagar o alho num almofariz, depois simplesmente misturá-lo com os outros ingredientes. Em seguida, adicionar a marinada à carne, cortar em cubos grandes, misturar bem e colocar no frigorífico durante uma hora (ou mesmo durante a noite) antes de espetar com os outros ingredientes.

Receita: Peito de frango assado no espeto com imperador fumado e cebola vermelha

Um dos pratos mais deliciosos da cozinha tradicional cigana é

carne espetada com bacon e cebola, geralmente feita de carne de porco ou frango. A fotografia que acompanha a receita mostra um espeto feito de peito de frango, mas também se pode utilizar filete de frango suculento, tarja picada, coxas de porco e outras carnes magras ou gordurosas. A regra de ouro é que quanto mais magra for a carne, mais gordura de bacon se usa para espetar os cubos de carne, uma vez que é a gordura que torna os espetos de cebola realmente suculentos.

Ingredientes

500 g de carne (frango ou porco desossado)

6 cebolas vermelhas

200 g de toucinho fumado ou bacon

marinada cigana

Preparação das espetadas

Pique a carne à sua escolha em cubos grandes (cerca de 3×3 ou 4×4 cm), depois coloque-os no frigorífico durante uma hora, temperados com marinada cigana. Durante este tempo, a carne tornar-se-á tenra e o aroma das especiarias permeará o prato. Preparar os espetos (espetos de metal, espetos, espetos, ou qualquer utensílio à prova de calor adequado para fritar): colocar alternadamente os pedaços marinados de carne, o bacon fumado em cubos (ou outro bacon) e as cabeças de cebola vermelha em quartos.

A carne pode ser cozinhada em lume forte – tais espetos são particularmente adequados para churrascos no jardim – ou no forno. Se estiver a cozinhar dentro de casa, pré-aqueça o forno a 180° e coloque o forno no modo de grelhar. Colocar os espetos num tabuleiro de assar e colocar um tabuleiro por baixo para apanhar o líquido e a gordura que escapará do

toucinho e da carne. Assar os espetos de frango durante 10 minutos e os espetos de porco durante 15 minutos, até ficarem bem dourados com o bacon. Depois, usando luvas de forno, virar cuidadosamente os espetos e grelhar o outro lado da mesma maneira.´



“Vakarcs”

Receita para “Vakarcs” ou pão cigano sem se levantar

Este pão, conhecido pelo nome fantasia de “vakarcs”, é feito a partir de uma simples massa amassada e faz parte integrante da gastronomia cigana (juntamente com o bodag). A receita básica é uma massa simples feita com farinha e água ou leite, mas também pode ser feita com natas azedas, natas ou ovos. É também aconselhável misturar um pouco de fermento em pó na

massa para fazer o pão crescer e tornar-se um pouco menos compacto. Não é preciso escovar a parte superior da massa com ovo e pincelá-la, mas é uma boa ideia fazer este passo também, pois torna o prato esteticamente mais agradável.

Ingredientes

- 500 g de farinha de trigo
- 2 dl de leite
- 150 g de toucinho fumado (4 colheres de sopa de banha de porco podem ser substituídas)
- 1 dl de água
- 1 colher de chá de sal
- $\frac{1}{2}$ embalagem de fermento em pó
- 1 ovo para a liga

Preparação do pepino

Para fazer um simples pão, medir a farinha com uma balança de cozinha, adicionar o sal e meio pacote de fermento em pó e reservar. Tirar o bacon, aparar a pele e cortar a carne em cubos. Num pouco de gordura inicial (por exemplo 2 colheres de sopa de óleo), começar a fritar os cubos de toucinho e a gordura da pele do toucinho; quando terminar, esticar a gordura (usar o toucinho frito para outro prato) e amassar a quantidade necessária para a massa de pepino com o leite e a água.

A massa fica boa quando a mistura é homogénea e não se cola às suas mãos ou à tábua. Quando estiver pronto para amassar, enrole a massa até cerca da espessura do seu dedo e coloque-a sobre um tabuleiro forrado com papel vegetal. Bata um dos seus ovos e pincele a parte superior do pão com uma escova para fazer uma bela cobertura. Depois, utilizando uma faca, desenhar um padrão de grelha rasa em cima da carne de caranguejo para decoração.

Pré-aquecer o forno a 170° e cozer o pepino no modo de convecção até a parte superior ficar ligeiramente dourada

(cerca de 15 minutos). Utilizar um garfo para verificar se a massa não está crua: se nenhuma massa se colar às bordas do garfo, está pronta. Retirar do forno, deixar arrefecer até ficar morno, depois fatiar em cubos ou simplesmente esmagar à mão.

Receita: Lecsó simples fumado

Um dos mais populares e fáceis de fazer em lume forte é o lecsó, que pode ser feito magro (apenas vegetais) ou cheio de gordura, com bacon e salsichas, e muitas pessoas gostam dele com ovos, o que também o torna um prato de recheio. Na cozinha cigana, qualquer versão do lecsó é popular, muitas vezes comido com pão de massa ou com pães simples, ázimos, como os cucarcs.

Ingredientes

- 4 cebolas
- 4 tomates
- 4 páprikas brancas
- 1 páprika de ponta forte (a gosto)
- 2 ovos
- 2 dentes de alho
- sal, pimenta q.b.
- 2 colheres de sopa de óleo de girassol

Preparar o lecsó

Cortar as cebolas, pimentos e tomates limpos em cubos de tamanho igual, depois fritar as cebolas num pouco de óleo com sal. Para provar, fritar as sobras de casca de bacon do preparado de pepino com a cebola (utilizar apenas para aromatizar). Quando a cebola estiver macia, adicionar as páprikas brancas, pimentos quentes e tomates e alho, temperar com sal e pimenta e cozinhar até que todos os ingredientes fiquem macios.

«Quando os vegetais estiverem tenros, remover a pele do bacon e adicionar os dois ovos batidos . Cozinhar mexendo, até os ovos ficarem cozidos no molho do caldo, depois servir com o pepino e a carne nos espetos. As receitas podem ser feitas separadamente ou em conjunto para qualquer ocasião casual.

Este artigo foi originalmente publicado em <https://www.hellovidek.hu/>

Tradução e edição: [Arnaldo Rivotti](#)