

# SABOREAMADEIRA

a journey through taste

ROTA DO CHÍCHARO



# Rota do chicharo

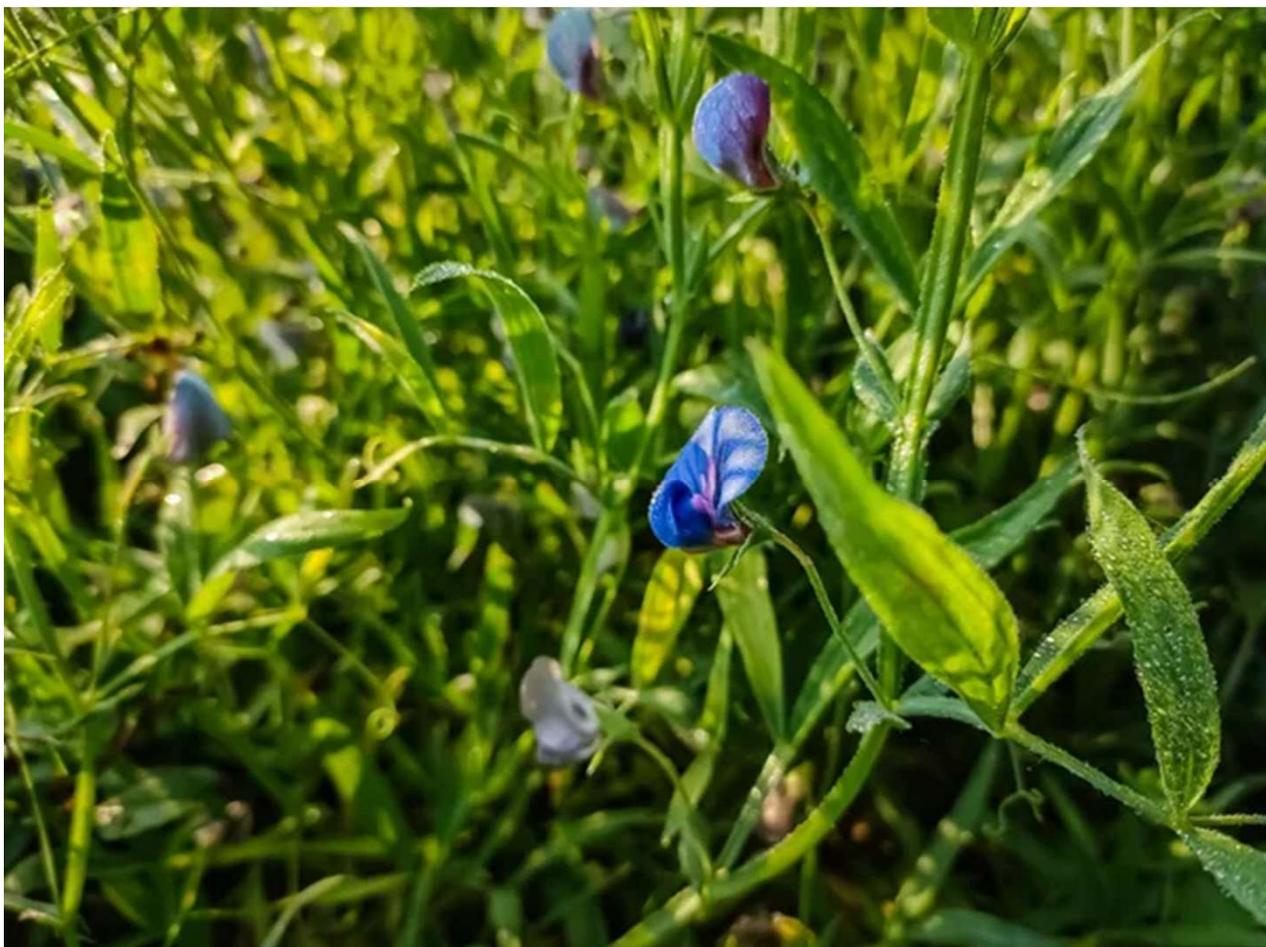
Câmara de Lobos (Quinta Grande), Porto Santo



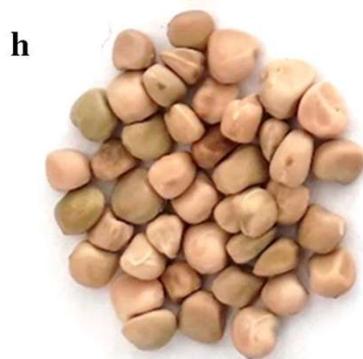
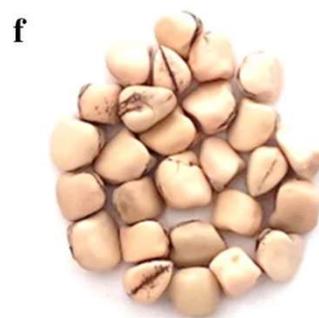
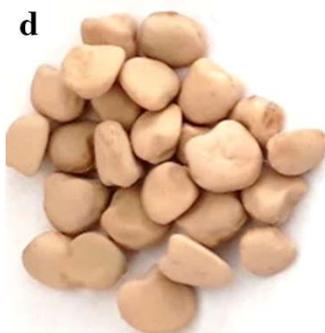
## A cultura do chícharo

Nome vulgar do *Lathyrus Sativus*, o chícharo, do latim *cicer*, é uma das mais antigas espécies cultivadas com uma longa história de domesticação, que sobreviveu a milénios de cultivo e espalhou-se pelos três continentes.

As áreas prováveis do cultivo inicial de chícharo situa-se na Ásia menor e Abíssiña (Etiópia e parte da Eritreia) 8 000 ac, propagando-se posteriormente no Mediterrâneo oriental. Desta forma, existem registos arqueológicos desta leguminosa entrar na alimentação humana há vários milhares de anos, em diversos pontos do mundo.



# Diversidade de variedades de sementes de *Lathyrus sativus*



a) Bangladesh

d) Canadá

g) Portugal

b) China

e) India

h) Polónia

c) Etiópia

f) Nepal

i) China



Segundo reza a lenda, o chícharo foi trazido para a Etiópia (Abissínia) pela rainha de Sabá depois de visitar o rei Salomão no século X ac. A origem do nome Lathyrus é da palavra grega “la thyros” que sugere algo excitante, referindo-se às qualidades afrodisíacas atribuídas ao chícharo.

No Egito, várias sementes de leguminosas, incluindo o chícharo, foram encontradas como oferendas funerárias nas magníficas pirâmides. Aparentemente, o chícharo foi considerado um alimento especial a ser oferecido aos reis, em contraste com a reputação atual de ser alimento de sobrevivência das pessoas mais desfavorecidas.

Na Europa, o interesse pelo chícharo foi reavivado devido à urgente necessidade de recuperar terrenos marginais e proporcionar uma alternativa às terras sobreexploradas pelo cultivo de cereais.

Em anos de alimentação severa ou seca, o chícharo é a única cultura que sobrevive no campo. Tendo entrado em Portugal pelo SuI, foi trazido para as Beiras pelas populações nos seus movimentos sazonais.

# A cultura do chícharo em Portugal

As leguminosas têm sido uma parte fundamental da alimentação humana ao longo de milénios. Todavia elas estiveram associadas à pobreza e à rusticidade, não aparecendo nas mesas das classes dominantes. Ao mesmo tempo surgiram associadas nas últimas décadas à redescoberta das cozinhas regionais e locais, um movimento que também encontra uma larga expressão em Portugal.



As leguminosas têm uma presença antiga na alimentação em Portugal, como de resto acontece um pouco por toda a parte. Na literatura sobre a agricultura no período medieval aponta-se para a importância de leguminosas como as favas (*Faba vulgaris*) ou os chícharos (*Lathyrus sativus*).

Embora se tenham tornado pouco importantes para o conjunto da população, as leguminosas são parte de um processo de revivalismo dos alimentos locais, de âmbito muito amplo.

Em Portugal, faz parte da gastronomia tradicional de várias localidades.

# Quinta Grande



A freguesia da Quinta Grande, com uma área de 4,19 km<sup>2</sup>, é uma das cinco freguesias que constituem o concelho de Câmara de Lobos. É limitada a este pela freguesia de Câmara de Lobos, a oeste pela freguesia do Campanário; a norte pelas freguesias de Câmara de Lobos e Campanário e banhada a sul pelo oceano atlântico, limites que de acordo com o Padre Manuel de Nóbrega são muitos próximos daqueles que existiam na altura dos seus primeiros proprietários.

É na Quinta Grande que encontra um bocadinho do paraíso: a Fajã dos Padres, cujo acesso só pode ser feito de barco ou através do teleférico. Um refúgio acolhedor envolvido pela natureza

O prato mais conhecido e irresistível da gastronomia da Quinta Grande é a sopa de chicharo, especialidade que tem viajado através dos tempos e ainda hoje se prepara e tem vindo a ganhar expressão.

Dá-se este nome na Madeira ao *Lathyrus sativus* e ao *L. Cicera*, planta das família das leguminosas, cultivadas nalgumas hortas. As sementes dos chícharos servem para sopa, e os caules e folhas constituem uma boa forragem.



Na Quinta Grande foi uma importante cultura agrícola de subsistência pois era muito utilizada na confeção de uma sopa típica desta freguesia, sendo que a Casa do Povo da freguesia mantém interesse em preservar e divulgar esta iguaria, através de alguns dos poucos produtores deste produto, mantendo desta forma viva a culinária típica e tradicional da Quinta Grande.

A Casa do Povo da Quinta Grande tem realizado, nos últimos anos, um trabalho de incentivo para a retoma do cultivo do chícharo na freguesia.

O chícharo foi escolhido como uma “marca” local, um “produto âncora”, em torno de cuja promoção estão depositadas expectativas de divulgação de produtos endógenos associados ao território.



A comida, neste caso o chícharo e todas as práticas culinárias que o acompanham, revela-se, também aqui, um ato social que incorpora sentimentos de solidariedade, comunidade e identidade. Hoje em dia, a espécie sobrevive maioritariamente devido à chamada “agricultura familiar”, em pequenas explorações, com uma orientação produtiva mista.



## Cultivo do Chícharo



O chícharo pode ser considerado uma cultura modelo para a agricultura sustentável, sendo resistente a temperaturas extremas, secas e inundações. Cresce com sucesso em climas quentes e solos deficientes em nutrientes, sendo resistente a muitas doenças e pragas, em comparação com outras culturas de leguminosas.

Na freguesia da Quinta Grande, o número de agricultores tem vindo a crescer graças aos esforços da Casa do Povo da Quinta Grande que tem promovido o cultivo do Chícharo neste território, distribuindo as sementes a quem quiser plantar e recolhendo a produção, garantindo o escoamento do produto. Em 2023 existem à volta de 30 agricultores nesta região.

Cultivava-se juntamente com o trigo, em roda dos muros e no centro do terreno. Atualmente, existindo pouca produção de trigo, existem parcelas de terra inteiramente preenchidas de chícharo.

A espécie de chícharo cultivado na Quinta Grande é mais pequena que a cultivada em Portugal Continental. A sua colheita é feita após 6 meses de sementeado na terra. As vagens são pequenas e contêm 2 a 3 sementes. Sendo consumido seco, pode ser armazenado em local sem humidade durante 2 a 3 anos.

# Porto Santo



*“Acima destas matas, ao Norte, estão umas chãs de terra, que chamam as Areias, por ser terra misturada com areia, que traz o vento daquela banda da Fonte da Areia, por serem as rochas daquela parte dela (como já disse), e estas terras dão muita e boa cevada, e acontece muitos anos dar um moio de cevada de sementeira nestas areias sessenta moios de colheita; também dão muito centeio e trigo, mas são mais naturais para cevada e centeio.”*

*Gaspar Frutuoso in As Saudades da Terra*

# Produção de chícharo no Porto Santo

Em termos de produção desta espécie na Região Autónoma da Madeira, esta foi sempre praticada na ilha do Porto Santo, onde existem variadas formas gastronómicas para o seu consumo, que agora se pretendem retomar.

O chícharo é uma planta com uma ampla capacidade de adaptação. Comporta-se melhor que outras leguminosas de grão em solos de baixa fertilidade, como os que se podem encontrar em regiões de sequeiro (a exemplo dos solos do Porto Santo).



A sua notável tolerância à escassez de humidade no solo torna esta cultura uma das leguminosas mais bem adaptadas a condições de sequeiro com chuvas insuficientes na Primavera/Verão (mais uma vez, o caso do Porto Santo).

No Porto Santo era semeado em zonas que não eram irrigadas. Cultivado em situações de extremo, nas Serras de dentro e de fora.



Esta leguminosa que antigamente era cultivada nos campos desta ilha e que fazia parte da dieta porto-santense, praticamente deixou de existir com o abandono da agricultura

O chícharo foi durante muito tempo produto alimentar do povo do Porto Santo cuja produção ou cultivo desapareceu no início do século XX e que foi recentemente reintroduzido na ilha pela [Confraria Enogastronómica da Madeira](#) que forneceu praticamente todo o receituário base.

## Sabia que?

Na Europa, era bastante popular na idade média, tendo um nome diferente em todas as línguas Europeias.

É um alimento perigoso, se consumido em excesso ou exclusivamente, causador de uma doença, o latirismo. Se for consumido numa dieta equilibrada, é seguro e nutritivo.

O Chícharo foi sempre sinónimo de pobreza e rudeza, considerado a “carne dos pobres”. Hoje aparece como valorização de um produto tradicional, nomeadamente na estação fria, em prestigiados restaurantes ou nos diversos festivais de gastronomia.

O chícharo assume uma importância especial à luz das alterações climáticas, uma vez que a tolerância à seca e às inundações são características que conferem vantagem à cultura em condições de stress.

O chícharo está entre as culturas prioritárias no [Kew's Millennium Seed Bank](#) e no projeto [Global Crop Diversity Trust](#) “Adaptando Agricultura às Mudanças Climáticas”, que tem como objetivo colher e proteger a diversidade genética de plantas que abrigam características que podem ser usadas para adaptação das culturas alimentares mais importantes do mundo às novas condições.

Tome nota  
produtores



CASA DO POVO  
QUINTA GRANDE

Casa do Povo da Quinta Grande  
Estrada Padre António D. Henriques  
9300-261 Quinta Grande

☎ 291 945 081

✉ [geral@cp-quintagrande.pt](mailto:geral@cp-quintagrande.pt)

📍 [Obter direções](#)

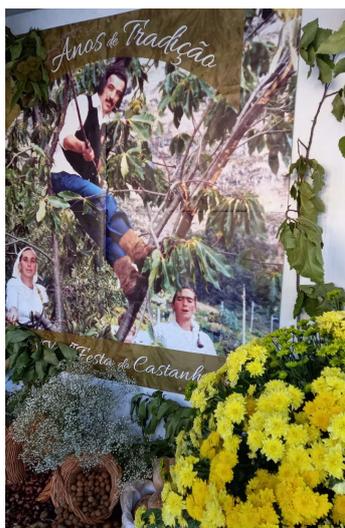


# Tome nota eventos



## Mostra do Trigo e do Chicharo

A casa do povo da Quinta Grande promove a “Mostra Regional do Trigo e do Chicharo”, na localidade da Quinta Grande, com o objetivo de divulgar e valorizar o património gastronómico regional.



## Festa da Castanha

Com o objetivo de dinamizar e promover este produto agrícola regional, a Casa do Povo do Curral das Freiras organiza este evento criando uma oportunidade para os visitantes provarem as iguarias e derivados deste fruto seco.



## Mostra do Brigalhó

Organizado pela Casa do Povo do Curral das Freiras.

# Tome nota onde ficar



## Hotel Quinta da Serra

Estrada do Chote, nº 4  
9325-140 Jardim da Serra

☎ 351291640120

 [Website](#)

 [Obter direções](#)



## Quinta do Estreito

Rua José Joaquim da Costa  
Estreito de Câmara de Lobos  
9325-034 Câmara de Lobos

☎ 351291910530

 [Website](#)

 [Obter direções](#)



# Tome nota para visitar



## Miradouro Fajã dos Padres

Situado na freguesia da Quinta Grande, encontra-se no cimo de uma falésia à volta de 250m de altitude e oferece uma vista deslumbrante sobre a Fajã dos Padres.

 [Obter direções](#)



## Miradouro do Cabo Girão

Cabo Girão é um promontório quase vertical com 590m de altitude inserido numa área protegida. Do seu miradouro as paisagens são majestosas. Pode ainda andar sobre o Cabo Girão skywalk, que permite olhar verticalmente para a falésia.

 [Obter direções](#)



## Fajãs do Cabo Girão

A forte componente agrícola é uma das imagens de marca destas fajãs, com culturas agrícolas dispostas em mosaicos apoiados por muros de pedra aparelhada. O acesso é feito através do Teleférico do Rancho.

 [Obter direções](#)

# Tome nota produtores

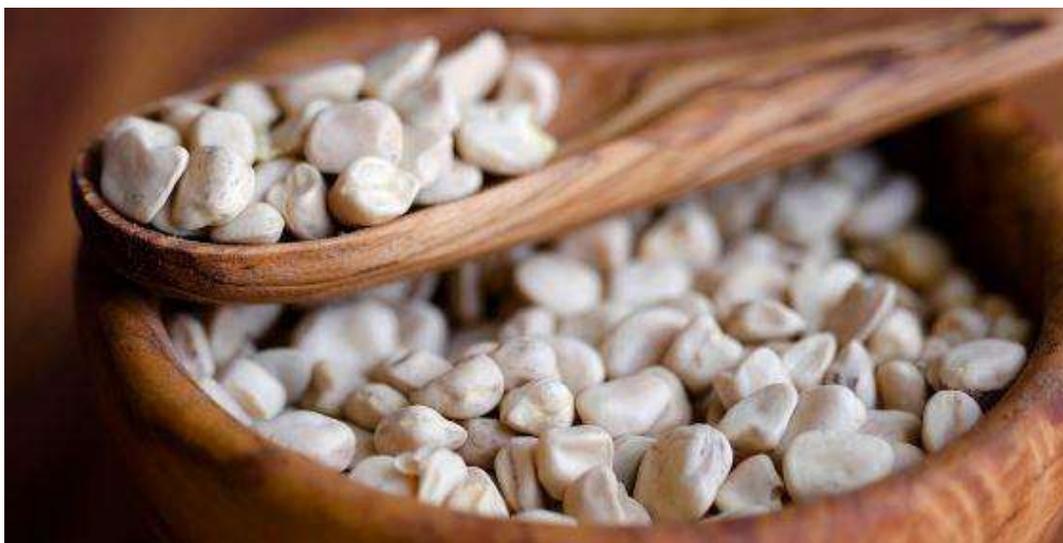


## **APPIPS – Associação de Produtores da Ilha do Porto Santo**

Estrada Regional 120 Edifício Escola  
9400-243 Porto Santo

📞 291984200

📍 [Obter direções](#)



# Tome nota onde ficar



## Hotel do Porto Santo

Estrada Regional, Campo de Baixo

Porto Santo

☎291980140

 [Website](#)

 [Obter direções](#)



## Pestana Porto Santo All Inclusive

Estrada Regional 120, Sítio do Campo de Baixo

Porto Santo

☎291144000

 [Website](#)

 [Obter direções](#)



## Casa Neverland

R. João Gonçalves Zarco

Vila Baleira

☎+393469569103

 [Website](#)

 [Obter direções](#)



## Beach Tree House

Rua Dr. José Diamantino Lima 11D

Vila Baleira

Porto Santo

☎964176667

 [Website](#)

 [Obter direções](#)

# Tome nota para visitar



## Casa Museu Cristóvão Colombo

Esta casa-museu pretende recriar o ambiente onde o explorador viveu aquando da sua passagem pela ilha do Porto Santo.

Travessa da Sacristia, n.º 2 e 4

☎ 291 983 405



[Website](#)



[Obter direções](#)



## Matamorras

Estas covas profundas eram escavadas no solo para armazenamento e preservação de cereais, escondendo-os dos piratas e corsários que frequentemente assaltavam a ilha.

Av. Infante Dom Henrique

Vila Baleira



[Obter direções](#)



## Núcleo Jorge Brum do Canto

Este espaço museológico é uma homenagem à vida e obra de Jorge Brum do Canto, cineasta, ator, crítico de cinema, músico, poeta, gastrónomo. Filho de Bertha Júdice Rocha Rosa Limpo, autora de O Livro de Pantagruel, símbolo da gastronomia portuguesa.

Rua Doutor Nuno Silvestre Vieira Teixeira

Vila Baleira

☎ 291 982 251



[Website](#)



[Obter direções](#)

# Tome nota para visitar



## Moinhos de Vento

Os moinhos de vento foram construídos para a moagem de cereais, como o trigo, para a confeção do pão. Atualmente, existem apenas 6 moinhos de vento: Miradouro da Fontinha (um), Miradouro da Portela (3) ainda outros dois que são propriedade privada.

 [Obter mais informações](#)



## Miradouro das Flores

Contemple a Ilha do Porto Santo a partir do Miradouro das Flores que oferece uma vista deslumbrante sobre a praia, os Ilhéus de Ferro, da Cal e de Cima.

 [Obter direções](#)



## Casa da Serra

Museu etnográfico que preserva a memória do quotidiano dos habitantes do Porto Santo.

 [Website](#)

 [Obter direções](#)



## Capela de Nossa Senhora da Graça

Um dos tempos mais antigos da ilha, anterior a 1533, serviu de abrigo aos muitos habitantes para escapar aos piratas e corsários. Foi reconstruída em 1951.

 [Obter direções](#)

# Tome nota

## atividades / lazer



### Praias

A ilha do Porto Santo é conhecida pelas areias terapêuticas das suas maravilhosas praias.

[Obter mais informações](#)



### Percursos pedestres

Os percursos pedestres na Ilha do Porto Santo é uma experiência a não perder.

[Obter mais direções](#)



### Porto Santo Golfe

O Porto Santo Golfe é um belíssimo campo de 27 buracos desenhado por Severiano Ballesteros.

[Website](#)

[Obter direções](#)



### Mergulho no navio cargueiro Madeirense fundeado

Este navio cargueiro encontra-se a cerca de uma milha da costa. As águas temperadas e cristalinas permitem observar anêmonas, corais negros, meros, moreias, mantas e todo o género de vida marinha.

[Obter mais informações](#)

# SABOREA MADEIRA

a journey through taste



Secretaria Regional do Turismo e Cultura



PRoEMPRESA INSTITUTO DE APOIO E PROMOÇÃO EMPRESARIAL



DPME

