

## MANTER A TRADIÇÃO

**A** pesar de nem todos serem seguidores de princípios religiosos, as tradições da Páscoa estão enraizadas nos portugueses. Comer o cordeiro pascal nesse dia, que se celebra no próximo domingo, é um hábito de cujo cumprimento poucos estão dispostos a prescindir.

A iguaria mais apreciada no nosso país para este festejo é o anho, principalmente porque atinge uma qualidade excelente graças aos prados verdejantes proporcionados pelo clima ameno da Primavera, diz o conhecido chefe de cozinha Hernâni Ermida.

O conselho deste especialista para quem pretende fazer um bom prato para a Páscoa é o seguinte: "Compre um anho que não tenha mais de cinco quilogramas ou um borrego que pese até doze quilogramas". Salienta ainda que se o borrego estiver com bastante gordura branca na superfície deve ser de boa qualidade.

No que diz respeito aos doces, a tradição portuguesa manda que na Páscoa se coma o foliar. Com a evolução dos tempos, dos processos de fabrico e com o maior contacto com outros povos, novos hábitos se instalaram entre nós, com principal destaque para a oferta de amêndoas a familiares e amigos. Os mais pequenos preferem deliciar-se com os ovos e coelhos de chocolate, enquanto que todos adoram os bonitos e saborosos ninhos de Páscoa.

Enfim, com ou sem borrego, com amêndoas de licor ou de Coimbra, com foliar ou um outro qualquer doce, espera-se que a Páscoa contribua para estreitar os laços familiares e evidenciar a vivência comunitária. Esperemos que a tradição ainda seja o que era.



*A oferta de coelhos e ovos da Páscoa fazem as delícias das crianças nesta quadra*



*As amêndoas e chocolates, típicas da Páscoa, constituem hábitos alimentares recentes*