



COISAS E SABORES

de Língua Portuguesa

22 alunos do 6º Ano Turma B e dois da turma C.
Escola EB 2,3 Dr. José dos Santos Bessa – Carapinheira.
2007-2008 Área Projecto.

COISAS E SABORES

de Língua Portuguesa



COISAS E SABORES

de Língua Portuguesa

22 alunos do 6º Ano Turma B e dois da turma C.
Escola EB 2,3 Dr. José dos Santos Bessa – Carapinheira.

2007-2008 Área Projecto.



INTRODUÇÃO

Este foi um trabalho escolar, divertido e interessante para todos nós.

Foi o resultado prático do que fizemos na Área-Projecto, cujo tema central era a alimentação.

Para não tratarmos só a gastronomia e a alimentação, investigámos algumas coisas sobre a História, a Geografia, o Clima, a População, a Cultura (Língua, Literatura, Música, Dança, Artes Plásticas, Religião) e sobre os Recursos Económicos dos oito Países de Língua Oficial Portuguesa.

Utilizámos, sobretudo, a internet, para procurar os assuntos, mas nem sempre conseguimos encontrar tudo o que queríamos. Na webgrafia citada encontramos as informações e procurámos, sempre, adaptá-las aos objectivos do nosso trabalho. Agradecemos os ensinamentos aí recolhidos e dedicamos este trabalho a todos esses autores que nos foram essenciais.

Todas as receitas gastronómicas foram extraídas do portal www.gastronomias.com.

Depois deste trabalho em livro, vamos continuar a trabalhar sobre os Países Lusófonos.

Ficámos a saber muitas coisas sobre esses países e conseguimos aprender com alegria que sendo diferentes, somos todos filhos da mesma Língua.

Para finalizar, pedimos desculpa do que não ficou muito bom, mas ainda somos miúdos. Podíamos ter feito melhor, mas precisávamos de mais tempo.

Não se esqueçam: este livro não é comercial, mas é um livro de alunos.

Os alunos do 6º ano Turma B, da Escola EB 2,3 da Carapinheira.

Os alunos associados do 6º Turma C.

Carapinheira, 31 de Maio de 2008

Organização em Área-Projecto:

Organização temática: Professor Luís Mascarenhas Gaivão.

Orientação pedagógica: Professores João Luís Soares e Luís Mascarenhas Gaivão.

Colaboradores: Professores Luísa Gama e Lúcia Gonçalves (Português e Ciências da Natureza).

Apoio gráfico: Luís Miguel Almeida e Jorge Pessoa.

Tratamento do Texto: Professor Luís Mascarenhas Gaivão.

Revisões: Professor Luís Mascarenhas Gaivão.

Apoio Informático: Professores Luís Pancas e Pedro Pires.

Design Gráfico: Ana Sena.

Impressão: Gutenberg, Artes Gráficas Lda.

Apoio institucional:

CPLP – Comunidade dos Países de Língua Portuguesa.

ACIDI – Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural.

LUSA – Agência de Notícias de Portugal.

Outros Apoios:

Caixa de Crédito Agrícola Mútuo do Baixo Mondego, C.R.L. Delegação da Carapinheira.

Farmácia Ferrão – Carapinheira.

Sonomedicus – Coimbra.

**Grupos de trabalho**

Angola: Fábio Aveiro, João Tavares, Mariana Travassos e Juliana Ribeiro (6º B).



Brasil: João Ferreira, Rafael Simões, Jéssica Malva, Gabriela Louro e Raquel Lourenço (6º B).



Cabo Verde: Inês Salomé, Joana Raquel, Carla Filipa e Liliana Serrano e (6º B).



Moçambique: Hugo Rama, Rodrigo Medina, Patrícia Silva, Inês Correia e Francisca Travassos (6º B).



Portugal: Inês Rama, Morgana Maia, Cristiana Ferreira e Ricardo Carvalho (6º B).



São Tomé e Príncipe: Luís Miguel Almeida (6º C).



Timor Leste: Jorge Pessoa (6º C).

Guiné Bissau: Juliana Ribeiro, Rafael Simões, Mariana Travassos, João Ferreira (6ºB).



“Da minha língua vê-se o mar”

Vergílio Ferreira

Alguns textos literários sobre gastronomia

Portugal – Eça de Queiroz

“Deste enlevo nos arrancou o Melchior com o doce aviso do “jantarinho de Suas Incelências”. Era noutra sala, mais nua, mais abandonada – e aí logo à porta o meu supercivilizado Príncipe estacou, estarrecido pelo desconforto, escassez e rudeza das coisas. Na mesa, encostada ao muro denegrido, sulcado pelo fumo das candeias, sobre uma toalha de estopa, duas velas de sebo em castiçais de lata alumivavam grossos pratos de louça amarela, ladeados por colheres de estanho e por garfos de ferro. Os copos, de um vidro espesso, conservavam a sombra roxa do vinho que neles passara em fartos anos de fartas vindimas. A malga de barro, atestada de azeitonas pretas, contentaria Diógenes. Espetado na côdea de um imenso pão reluzia um imenso facalhão. E na cadeira senhorial reservada ao meu Príncipe, derradeira alfaia dos velhos Jacintos, de hirto espaldar de couro, com a madeira roída de caruncho, a crina fugia em melenas pelos rasgões do assento puído.

Uma formidável moça, de enormes peitos que lhe tremiam dentro das ramagens do lenço cruzado, ainda suada e esbraseada do calor da lareira, entrou esmagando o soalho, com uma terrina a fumegar. E o Melchior, que seguia erguendo a infusa do vinho, esperava que Suas Incelências lhe perdoassem porque faltara tempo para o caldinho apurar... Jacinto ocupou a sede ancestral – e durante momentos (de esgazeada ansiedade para o caseiro excelente) esfregou energicamente com a ponta da toalha, o garfo negro, a fusca colher de estanho. Depois, desconfiado, provou o caldo, que era de galinha e rescendia. Provou – e levantou para mim, seu camarada de misérias, uns olhos que brilharam, surpreendidos. Tornou a sorver uma colherada mais cheia, mais considerada. E sorriu, com espanto: - Está bom!

Estava precioso: tinha fígado e tinha moela: o seu perfume enternecia: três vezes, fervorosamente, ataquei aquele caldo.

- Também lá volto! – Exclamava Jacinto com uma convicção imensa. – É que estou com uma fome... Santo Deus! Há anos que não sinto esta fome.

Foi ele que rapou avidamente a sopeira. E já espreitava a porta, esperando a portadora dos pitéus, a rija moça de peitos trementes, que enfim surgiu, mais esbraseada, abalando o sobrado – e pousou sobre a mesa uma travessa a transbordar de arroz com favas!... Que desconsolo! Jacinto, em Paris, sempre



abominara favas!... Tentou todavia uma garfada tímida – e de novo aqueles seus olhos, que o pessimismo enevoara, luziram, procurando os meus. Outra garfada, concentrada, com uma lentidão de frade que se regala. Depois um brado:

- Óptimo! Oh, destas favas, sim! Oh que fava! Que delícia!”

Eça de Queirós, “A Cidade e as Serras”, Edição Livros do Brasil, Lx, s/d.

Angola - Pepetela

“...Até porque a senhora lhe trouxe o kalulú, acompanhado daquele odor estonteante que conheço. Quase esqueceu Antonino, mergulhando imediatamente em plena função. O outro ficou calado, acabando a cerveja, apreciando o espectáculo requintado da refeição de Jaime. Este não deixava uma espinha sem ser chupada até ficar absolutamente branquinha. E absorvia o molho com algum barulho proveniente de uma óptima saúde e ainda melhor apetite. No meio da sua árdua e suada tarefa, enquanto encomendavam mais cerveja, Bunda pensou, mas este tipo estava ali à frente, reconheceu-me, veio falar só porque me conhecia ou quer qualquer coisa?”

Pepetela, “Jaime Bunda, Agente Secreto”, Publicações Dom Quixote, 4ª edição, 2004.

Cabo Verde - Germano de Almeida.

“Assim, o leitão assado no forno já está pronto, haveria lagosta, uma lagosta de uma especialidade que inventei certa vez por simples preguiça de a descascar e onde meti leite, natas, vinho, cebola, todos os temperos que havia em casa além de chouriço e toucinho e bacon, e que todos que comeram adoraram.”

Germano de Almeida, “As Memórias de Um Espírito”, Caminho, Lx, 2001.

Brasil – Vinícius de Moraes

“(Melhor do que nunca) este poeta

Segundo manda a boa ética

Envia-lhe a receita (poética)

De sua feijoada completa

Em atenção ao adiantado

Da hora em que abrimos o olho,

O feijão deve, já catado

Nos esperar, feliz, de molho

E a cozinheira, por respeito

À nossa mestria na arte

Já deve ter catado peito

E preparado e posto à parte

Os elementos componentes

De um saboroso refogado

Tais: cebolas, tomates, dentes

De alho – o que mais for azado

...

Uma vez cozido o feijão

(Umas quatro horas, fogo médio)

Nós bocejando o nosso tédio

Nos chegaremos ao fogão

(...)

De carne seca succulenta

Gordos paios, nédio toucinho

(nunca orelhas de bacorinho)

Que a tornem em excesso opulenta

(...)

Uma farofa? Tem seus dias...

Porém que seja na manteiga

A laranja, gelada em fatias

(Selecta ou da Bahia) – e chega

Só na última cozedura

Para levar à mesa, deixa-se

Cair um pouco de gordura

Da linguiça na iguaria – e mexa-se.

Vinícius de Moraes, “Feijoada à minha moda”,
Receitas Literárias, 101 Notes, Lisboa, 2000.

ANGOLA

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino Nacional (Parcial)

*Ó Pátria, nunca mais esqueceremos
Os heróis do quatro de Fevereiro.
Ó Pátria, nós saudamos os teus filhos
Tombados pela nossa Independência.
Honramos o passado e a nossa História,
Construindo no Trabalho o Homem novo,*

Refrão

*Angola, avante!
Revolução, pelo Poder Popular!
Pátria Unida, Liberdade,
Um só povo, uma só Nação!*

1. HISTÓRIA

A colonização de Angola iniciou-se assim que os navegadores portugueses aí chegaram, logo após a descoberta do território por Diogo Cão (1483). Foram estabelecidas feitorias que depois se transformaram em entrepostos de escravos.

A pacificação nunca foi completa e sempre existiram focos de resistência, até 1930.

Os movimentos de libertação começaram nos anos 60 e terminaram quando em Portugal se deu a revolução do 25 de Abril, sendo a independência alcançada em 11 de Novembro de 1975, e tendo Agostinho Neto como o seu primeiro Presidente da República.

Após a descolonização, o país precipitou-se numa guerra civil avassaladora (entre 1975 e 1991). A rivalidade entre o MPLA (Movimento Popular para a Libertação de Angola) e a UNITA (União Nacional para a Independência Total de Angola) fez o país completar 30 anos de guerra.

Usufruindo do apoio cubano e soviético, o MPLA ganhou (1975) as primeiras eleições oficiais depois da descolonização e passou a controlar a capital e as zonas de exploração petrolífera, enquanto a UNITA, contando com o apoio norte-americano e sul-africano, ficou com o controlo das zonas oriental e meridional do país.

Em 1991, MPLA e UNITA assinaram a paz com o patrocínio de Portugal, dos EUA e da União Soviética. Realizaram-se, no ano seguinte, eleições livres multipartidárias, sob o olhar atento da comunidade internacional. Após a vitória do MPLA, dirigido por José Eduardo dos Santos, a UNITA recusou-se a aceitar o resultado das eleições, alegando fraude. Iniciou-se novamente a guerra, afectando principalmente a capital (Luanda).

Agostinho Neto



Bandeira MPLA



Bandeira UNITA




Depois de grandes e arrastadas negociações, deu-se em Abril de 1997, a tomada de posse do Governo de Unidade e Reconciliação Nacional, integrando, nomeadamente, representantes dos dois maiores partidos.


1.1. Data da independência: 11 de Novembro de 1975.

1.2. Designação oficial: República de Angola.

1.3. Principais organizações internacionais a que pertence:

ONU (Organização das Nações Unidas) 

CPLP (Comunidade dos países de Língua Portuguesa) 

AIEA (Agência Internacional de Energia Atómica) 

SADC (South Africa Development Community) 

UA (União Africana) 

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização

Angola situa-se na costa ocidental, na transição entre a África Central e a África Austral.

Faz fronteira, a norte e a leste, com o Congo; a leste, com a Zâmbia; a sul, a Namíbia; e finalmente a oeste é banhado pelo Oceano Atlântico.

2.2. Superfície: 1.246.700 km²

2.3. População: 13.900.000 habitantes

Angola e sua localização em África



2.4. Capital e número de habitantes: Luanda - 5.000.000 habitantes

2.5 Clima: Apesar de se localizar numa zona subtropical tem um clima que não reflecte esta condição, devido à confluência de três factores: a corrente fria de Benguela, o relevo do interior e a influência do deserto do Namibe. Em consequência, o clima de Angola é caracterizado por duas estações, a das chuvas (de Outubro a Abril) e a do Cacimbo (de Maio a Agosto), mais seca e com temperaturas mais baixas.

3. CULTURA

3.1. Língua

O português é a única língua oficial de Angola. Para além de numerosos dialectos, Angola possui mais de vinte línguas nacionais.

A língua com mais falantes em Angola, depois do português, é o umbundo, falado na região centro-sul de Angola e em muitos meios urbanos. É língua materna de 26% dos angolanos.

O quimbundo (ou kimbundu) é a terceira língua nacional mais falada (20%), com incidência particular na zona centro-norte, no eixo Luanda-Malange e no Kwanza-Sul. É uma língua com grande relevância, por ser a língua da capital e do antigo reino dos N'gola.

Foi esta língua que deu muitos vocábulos à língua portuguesa e vice-versa. O quicongo (ou kikongo) falado no norte (Uíge e Zaire) tem diversos dialectos. Era a língua do antigo Reino do Congo. Ainda nesta região, na província de Cabinda, fala-se o fiote ou ibinda. O chocué (ou tchokwe) é a língua do leste, por excelência. Tem-se sobreposto a outras da zona leste e é, sem dúvida,

Vista de Luanda



Fortaleza



a que teve maior expansão pelo território da actual Angola, desde a Lunda Norte ao Cuando Cubango. Cuanhama (kwanyama ou oxikwinyama), nhaneca (ou nyaneca) e mabunda são outras línguas de origem bantu faladas em Angola.

No sul de Angola são ainda faladas outras línguas do grupo khoisan, pelos bosquímanos.

Embora as línguas nacionais sejam as línguas maternas da maioria da população, o português é a primeira língua de 30% da população de Angola — proporção que se apresenta muito superior na capital do país —, enquanto 60% dos angolanos afirmam usá-la como primeira ou segunda língua.

3.2. Literatura

A literatura angolana tem grande inspiração na tradição dos contos orais e foi instrumento de acompanhamento da luta pela independência, passando depois para uma literatura urbana que, não obstante, procura a cultura tradicional como forma de inspiração para uma expressão muito viva, rica e colorida.

Eis alguns dos mais conhecidos escritores angolanos:

Alfredo Troni; Cordeiro da Matta; Agostinho Neto; Alda Lara; António Jacinto; Arlindo Barbeitos; José Eduardo Agualusa; José Luandino Vieira; Mário Pinto de Andrade; Paula Tavares; Pepetela ou Artur Carlos Maurício Pestana dos Santos; Uanhenga Xitu; Ondjaki; Henrique Abranches; Manuel Rui.

3.3. Música

Nas últimas décadas do controle colonial, Portugal encorajou activamente a produção e gravação de música de artistas locais. São criados os Estúdios Valentim de Carvalho, em Luanda, e surgem excelentes músicos e diversos estilos originais entre meados dos anos 60 até à Independência.

Ao longo dos anos, a música angolana influenciou também o Brasil e Cuba, com músicas como o merengue angolano, kazukuta, a kilapanda e o semba. Na ilha ao largo da costa de Luanda nasce a rebita, um estilo que tem por base o acordeão e a harmónica.

O semba, que partilha raízes com o samba (de onde a palavra tem origem e significa umbigada), é também predecessor da kizomba e do kuduro. É uma música de características urbanas, e surge, em especial com o crescimento de Luanda, nos aglomerados populacionais, chamados “musseques”.

A primeira partitura conhecida de semba data de 1875. Chama-se “Madya kandimba” e conta a história de um europeu de amores com a sua empregada africana.

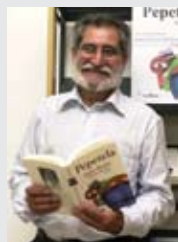
Em bairros como Coqueiros, Imgombotas, Bairro Operário, Rangel, e no Marçal vivia-se um ambiente intimista de preservação das músicas e tradições angolanas.

O primeiro grupo a tornar-se popular, dentro e fora de Angola, foi a Orquestra “Os Jovens do Prenda”. Chico Montenegro foi um dos fundadores, de onde se destacaram também Verry Inácio (percussionista), António do Fumo (vocalista), Zé Keno (guitarrista) e Cangongo (viola-baixo). Os “N’Goma Jazz”, os “Kiezoz” e os “N’Gola Ritmos” foram outros grupos famosos.

Manuel Rui



Pepetela



Campeonato de Kizomba



Bonga



Alguns dos cantores destes grupos notabilizaram-se como solistas. Carlos Lamartine, Barceló de Carvalho «Bonga» e o Maestro Liceu Vieira Dias são exemplos disso e este último é considerado o pai da música popular angolana. Numa base de violas acústicas, introduz a dikanza (reco reco) e as n'gomas (tambores de conga) nas suas canções. O seu som torna-se popular na década de 50, nas áreas urbanas, onde a audiência é favorável à sua mensagem politizada e aos primeiros pensamentos nacionalistas.

Outros nomes: Mário Silva, Santos Júnior, Artur Adriano, Filipe Mukenga, Eleutério Sanches, Lily Tchiunga, Totota e Sofia Rosa e muitos outros.

Elias diá Kimuezo é o Rei da Música Angolana desde os anos 60. Pela sua constante frequência no Samba Kimúngua, na zona do Bungo em Luanda, onde residiam vários operários do Porto e dos Caminhos de Ferro que tocavam e dançavam o Kinganje.

3.4. Dança

Em Angola, a dança compõe-se de diversos géneros, significados, formas e contextos, equilibrando a vertente recreativa com a sua condição de meio de comunicação religiosa, curativa, ritual e mesmo de intervenção social. Manifesta-se igualmente através de linguagens académicas e contemporâneas.

A presença constante da dança no quotidiano, é produto de um contexto cultural que desde cedo incentiva ao ritmo, iniciando-se pelo estreito contacto da criança com os movimentos da mãe (às costas da qual é transportada). Esta ligação é fortalecida através da participação dos jovens nas diferentes celebrações sociais, onde a dança se revela determinante como factor de integração e preservação da identidade e do sentimento comunitário.

Géneros: merengue, semba, kazukuta, kuduro, kizomba, kilapanda, rebita.

Dança angolana



Kizomba



Pintura de Paulo Jazz.



Pintura de Van



3.5. Artes plásticas (texto extraído do site da Embaixada de Angola)

Qualquer referência às Artes Plásticas em Angola, implica o recurso a momentos distintos dessa forma de expressão artística. E essa reflexão leva-me a considerar três marcos essenciais, para situar momentos significativos no percurso histórico e no perfil individual de cada artista, que com a sua forma de expressão personalizou a história da Arte Angolana.

Dos tempos mais longínquos, podemos ainda hoje observar os testemunhos deixados por artistas anónimos nas artes pictóricas parietais em fontes arqueológicas como as grutas de Citundo, Ulo, Caningiri, ... passando por escultores oriundos de toda a diversidade cultural do país, e que legaram às gerações mais novas, os testemunhos da nossa memória histórico cultural, e consequentemente a nossa identidade cultural, hoje elementos imprescindíveis como fonte de inspiração dos artistas angolanos.

O período que antecede a Independência, é marcado pela produção de artes com um cariz marcadamente nacionalista, ou pela produção de motivos ligados ao quotidiano dos angolanos ainda que, grande parte das vezes, produzida por artistas com outras origens culturais.

Com a Independência de Angola, surge um movimento novo, impulsionado grandemente por artistas angolanos com formação académica na área das Artes Plásticas, e que assumem acções concretas na formação e descoberta de novos valores. Hoje, as Artes Plásticas em Angola atingiram um lugar de destaque em África e no Mundo, podendo com frequência ver nomes das Artes angolanas associados a eventos artísticos de grande vulto. Podemos realçar no percurso das Artes Plásticas de Angola, que entre o passado e o presente, sentimentos muito comuns ligam os artistas angolanos, ou seja, há uma forte ligação ao seu referencial cultural e a particularidade de exprimir os seus sentimentos de uma forma muito personalizada, enfim... muito angolana

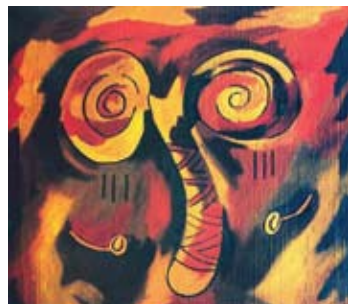
Podemos, entretanto, destacar alguns artistas:

Afó, Álvaro Cardoso, Álvaro Macieira, Amílcar Vaz de Carvalho, Ana Silva, Ana Sousa Santos, António Ole, António Pululu, Augusto Ferreira, Beto Medina, Bonga, Carlos Ferreira, Coutinho, Domingos Barcas, Don Sebas Cassule, Eleutério Sanches, Etona, Fernando Alvim, Frederico Ningi, Gongga, Gracinda Candeias, Jorge Gumbe, Kabissi Remos, Kidá, Kiluanje Liberdade, Lino Damião, Manuela Sambo, Marco Kabenda, Mário Tendinha, Matondo Alberto, Miguel Petckhkovsky, Ndunduma, Paulo Jazz, Pedro Dalla, Raúl Indipwo, Raúl Silvestre, Sabby, Telmo Vaz Pereira, Valentim Van, Viteix.

3.6. Religião

Cristianismo 70,1% (católicos, protestantes), religiões tribais 29,9% (1995).

Quatro obras de António Ole, Van e Paulo Jazz e Domingos Barcas:



4. RECURSOS ECONÓMICOS

Angola possui uma grande diversidade de recursos naturais. Estima-se que o seu subsolo tenha 35 dos 45 minerais mais importantes do comércio mundial, entre os quais se destacam petróleo, diamantes e gás natural. Há também grandes reservas de fosfato, ferro, manganês, cobre, ouro e rochas ornamentais. As principais bacias de petróleo em expansão situam-se junto à costa nas províncias de Cabinda e Zaire, no norte do País. As reservas de diamantes nas províncias de Lunda Norte e Lunda Sul são admiradas por sua qualidade e consideradas umas das mais importantes do mundo.

Diamante Angolano



Petróleo



5. GASTRONOMIA

Receitas

Bifes de Veado

Ingredientes:

- 500 grs de lombo de veado
- 4 dentes de alho
- sal q.b.
- gindungo q.b.
- 1 folha de louro
- 2 colheres de sopa de azeite
- 100 grs de banha
- 1 limão

Confecção:

Cortam-se bifes um pouco altos. Temperam-se com gindungo, sal e os dentes de alho picados. Leva-se ao lume numa frigideira as gorduras e a folha de louro. Deixa-se ferver um pouco. Fritam-se os bifes dos dois lados. Adiciona-se o sumo de limão. Tapa-se a frigideira e deixa-se fritar mais um pouco. Sirva imediatamente acompanhado com batatas fritas ou arroz de ervilhas.

Muamba de Galinha

Ingredientes:

- 1 galinha caseira
- 600 grs de dendéns
- 300 grs de quiabos tenros
- gindungo q.b.
- sal q.b.
- 1 dl de azeite
- 2 dentes de alho
- 2 cebolas médias
- 350 grs de abóbora carneira



Confecção:

Depois da galinha arranjada e lavada, corta-se aos bocados e tempera-se com sal, os dentes de alho e o gindungo pisados. Põe-se a galinha num tacho com a cebola picada e o azeite e leva-se ao lume a alourar. Entretanto cozem-se os dendéns, assim que estiverem cozidos, escorre-se a água e pisa-se para separar os caroços. Adiciona-se cerca de 1 litro de água morna, aos poucos espreme-se bem e coa-se. Junte esta à galinha e deixe cozer, misturando a abóbora cortada aos cubos. Por fim junte os quiabos e deixe-se acabar de cozer. Sirva a muamba acompanhada com funge.

Muzongué

Ingredientes:

- 1 kg de peixe fresco (goraz, ou pargo)
- 1 dl de óleo-de-palma
- 500 grs de batata-doce
- 250 grs de peixe seco (corvina etc.)
- 2 cebolas
- 2 litros de água +-
- 3 tomates
- 1 molho de espinafres cozidos
- sal q.b.
- gindungo q.b.



Confecção:

Põe-se a água ao lume com o óleo-de-palma, o tomate sem peles nem sementes e cortado aos bocados, a cebola cortada às rodela finas e o sal. Deixa-se ferver um pouco. De seguida juntam-se a batata-doce depois de descascada e lavada, cortada aos cubos não muito pequenos e o gindungo pisado. Deixe ferver por mais 10 minutos. Passado o tempo junta-se o peixe fresco cortado às postas e o peixe seco cortado aos cubos (caso o peixe seco esteja muito salgado convém pôr de molho durante 1 hora +-). Depois de tudo cozido o que leva +- 10 minutos coloca-se numa terrina e serve-se acompanhado com os espinafres cozidos e farinha-de-pau e funge.

Quizaca com Moamba de Ginguba

Ingredientes:

- *Meio Kilo de Quisaca (folhas de mandioca)*
- *dois tomates maduros*
- *uma cebola média picada*
- *duas colheres de azeite doce*
- *folha de louro*
- *3 dentes de alho*
- *pimenta preta*
- *ginguba moída*
- *vinagre para o refogado*



Confeção:

Depois das folhas devidamente lavadas pisa-se bem pisadas, ferve-se num tacho com água suficiente durante 20 minutos até secar. Num tacho à parte faz-se um refogado com os ingredientes já mencionados. Num outro tacho coze-se a ginguba moída até obter uma massa pastosa; depois juntam-se as folhas já cozidas e temperadas com alho, sal e pimenta ao refogado, põe-se ao lume e vira-se muito bem, junta-se a ginguba já cozida e pastosa torna-se a virar, verificar o sal e não se esquecer do vinagre no refogado.

Quizaca

Ingredientes:

- *1/2 kg de couve usada para caldo verde ou de espinafre*
- *1/2 kg de camarão*
- *2 cebolas grandes*
- *4 dentes de alho*
- *2 colheres de sopa de azeite*
- *4 colheres de sopa de pasta de amendoim*
- *sal q.b.*

Confeção:

Lava-se muito bem a couve ou o espinafre, dá-se uma fervura e escorre-se a água. Leva-se um recipiente ao lume brando com o azeite, as cebolas cortadas aos pedaços muito pequenos, os dentes de alho cortados da mesma forma e sal q.b. À parte, frita-se o camarão e corta-se aos pedaços. Mistura-se ao refogado e deixa-se cozer, acrescentando ao mesmo tempo a pasta de amendoim diluída em uma chávena de água tépida. Deixa-se cozer até ficar soltinha. Acompanha qualquer prato de carne ou peixe.

* Esta receita é feita originalmente em Angola com quizaca, que são as folhas da mandioqueira.

Sobremesa

Doce de Banana

Ingredientes:

- *6 bananas*
- *1,5 dl de água*
- *300 grs de açúcar*
- *6 ovos*

Confeção:

Num tacho leva-se ao lume o açúcar e a água que ferve até obter ponto de fio fraco. Juntam-se as bananas cortadas às rodela que se deixa ferver até se desfazerem. Tira-se o tacho do lume e deixa-se arrefecer um pouco. Adicionam-se as gemas batidas e passadas por um passador de rede e volta novamente ao lume para engrossar sem deixar talhar as gemas. Deixe arrefecer mais um pouco e de seguida junte as claras batidas em castelo firme. Envolve bem as claras sem as bater. Divida o preparado por tacinhas ou taça. Sirva bem fresco.



BRASIL

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino do Brail (Parcial)

*Ouviram do Ipiranga as margens plácidas
 De um povo heróico o brado retumbante,
 E o sol da Liberdade, em raios fúlgidos,
 Brilhou no céu da Pátria nesse instante. Se o penhor dessa igual-
 dade
 Conseguimos conquistar com braço forte,
 Em teu seio, ó Liberdade,
 Desafia o nosso peito a própria morte! Ó Pátria amada,
 Idolatrada,
 Salve! Salve! Brasil, um sonho intenso, um raio vívido
 De amor e de esperança à terra desce,
 Se em teu formoso céu, risonho e límpido,
 A imagem do Cruzeiro resplandece. Gigante pela própria natureza,
 És belo, és forte, impávido colosso,
 E o teu futuro espelha essa grandeza Terra adorada,
 Entre outras mil,
 És tu, Brasil,
 Ó Pátria amada! Dos filhos deste solo és mãe gentil,
 Pátria amada,
 Brasil!*

1. HISTÓRIA

A divisão tradicional da História do Brasil normalmente tem quatro períodos: Pré-Descobrimto (até 1500), Colónia (1500 a 1822), Império (1822 a 1889) e República (de 1889 aos dias actuais).

O Brasil foi oficialmente descoberto em 22 de Abril de 1500 pelo navegador português Pedro Álvares Cabral, que, no comando de uma esquadra com destino à Índia, chegou ao litoral sul da Baía, na região da actual cidade de Porto Seguro. A partir de 1530, a Coroa Portuguesa desenvolveu uma política colonizadora, inicialmente com as capitánias hereditárias, depois com o governo geral, instalado em 1548. As capitánias só foram extintas em 1759; o governo geral durou até 1808.

Do século XVI em diante, foi crescente o tráfico de escravos vindos da África, tornando-se os negros a esmagadora maioria da força de trabalho na colónia. Nesse período, além da extracção de pau-brasil, a plantação de cana-de-açúcar impulsionou a economia. Nos séculos XVI e XVII, fracassaram tentativas da França e da Holanda de se estabelecerem no Nordeste.

No final do século XVII foram descobertas ricas jazidas de ouro nos actuais estados de Minas Gerais, Goiás e Mato Grosso. O período de maior produção foi de 1735 a 1754.

Em 1808, a Corte Portuguesa transferiu-se para o Brasil, fugindo das tropas de Napoleão Bonaparte. O regente Dom João VI abriu os portos do país, permitiu o funcionamento de fábricas e fundou o Banco do Brasil. O país tornou-se, em 1815, o Reino Unido de Portugal, Brasil e Algarves. Em 1818, Dom João VI foi coroado rei. Três anos depois voltou para Portugal, deixando seu filho mais velho, Dom Pedro, como regente do país. Em 7 de Setembro de 1822, Dom Pedro proclamou a Independência do Brasil.

Oscar Pereira da Silva, *Desembarque de Cabral em Porto Seguro*, SP, Museu Paulista



Índios do Brasil



O regente foi aclamado imperador com o título de Dom Pedro I.

Em 13 de Maio de 1888, a princesa Isabel, filha de Dom Pedro II, assinou a Lei Áurea, que extingue a escravidão. Ao abandonar os proprietários de escravos, o império perdeu a sua última base de sustentação. Em 15 de Novembro de 1889, a República foi proclamada pelo marechal Manuel Deodoro da Fonseca.

O primeiro período republicano no Brasil, a República Velha, durou até 1930.

Depois de derrotar a Intentona Comunista em 1935, Vargas deu um golpe em 1937 e implantou a ditadura do Estado Novo, com clara inspiração fascista.

Instalou-se, em 1946, uma nova Assembleia Constituinte. Em Setembro, Dutra promulgou a quinta Constituição Brasileira, de carácter mais democrático, restaurando garantias individuais e a independência entre os poderes.

Em 1960, Kubitschek inaugurou Brasília, a nova capital do país.


Em 1978 e 1979, uma onda de greves, iniciada na região do ABC paulista, espalhou-se pelo país, projectando a liderança de Luís Inácio Lula da Silva, que, em 1980, comandou a fundação do Partido dos Trabalhadores (PT).

É hoje o Presidente do Brasil.

1.1. Data da Independência: 7 de Setembro de 1822.

1.2. Designação oficial: República Federativa do Brasil.

1.3. Principais Organizações Internacionais a que pertence:

ONU (Organização das Nações Unidas) 

CPLP (Comunidade dos Países de Língua Portuguesa) 

Pedro I, Imperador do Brasil



Presidente Lula da Silva



MERCOSUL (Mercado Comum do Sul) 

OEA (Organização dos Estados Americanos) 

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização: Localizado na América do Sul, o Brasil ocupa a porção centro-oriental do continente. Apresenta uma extensa faixa de fronteiras terrestres (15.719 km), limitando-se com quase todos os países sul-americanos (excepção do Chile e do Equador). Apresenta também uma extensa orla marítima (7.367 km), banhada pelo oceano Atlântico.

O Brasil localiza-se a oeste do meridiano inicial ou de Greenwich, situando-se, portanto, inteiramente no hemisfério ocidental. É cortado, ao norte, pela linha do equador e apresenta 7% de suas terras no hemisfério norte, ou setentrional, e 93%, no hemisfério sul, ou meridional. Ao sul, é cortado pelo Trópico de Capricórnio (esta linha imaginária passa em São Paulo), apresentando 92% do seu território na zona inter-tropical, isto é, entre os trópicos de Câncer e de Capricórnio. Os 8% restantes estão na zona temperada do sul, entre o trópico de Capricórnio e o círculo polar Antártico.

2.2. Superfície: 8.547.403 Km².

2.3. População: 186.770.562 habitantes.

2.4. Capital: Brasília, 2.333.108 habitantes.

Estados Federados do Brasil



O Brasil no mundo



2.5. Clima

Subtropical: na região sul dos estados de São Paulo e Mato Grosso do Sul, Paraná, Santa Catarina e Rio Grande do Sul. Caracteriza-se por verões quentes e húmidos e Invernos frios e secos.

Semi-árido: no sertão nordestino, caracteriza-se pela baixa humidade e pouquíssima quantidade de chuvas. As temperaturas são altas durante quase todo o ano.

Equatorial: na região da Amazónia. As temperaturas são elevadas durante quase todo o ano. Chuvas em grande quantidade, com índice pluviómetro acima de 2500 mm anuais.

Tropical: temperaturas elevadas (média anual por volta de 20°C), presença de humidade e índice de chuvas de médio a elevado.

Tropical de altitude: nas regiões serranas do Espírito Santo, Rio de Janeiro e Serra da Mantiqueira. As temperaturas médias variam de 15 a 21°C. As chuvas de Verão são intensas e no Inverno sofre a influência das massas de ar frias vindas pelo Oceano Atlântico.

Tropical Atlântico (tropical húmido): presente, principalmente, nas regiões litorais do Sudeste, apresenta grande influência da humidade vinda do Oceano Atlântico. As temperaturas são elevadas no Verão (podendo atingir até 40°C) e amenas no Inverno (média de 20° C). Em função da humidade trazida pelo oceano, costuma chover muito nestas áreas.

Vistas de Brasília



Rio de Janeiro



Copacabana



3. CULTURA

3.1. Língua

A língua oficial é o Português.

3.2. Literatura

A literatura brasileira, baseada na língua portuguesa, faz parte do grupo cultural lusófono, sendo um desdobramento da literatura em língua portuguesa. Ela teve início a partir da actividade literária incentivada pelo Descobrimento do Brasil durante o Século XVI. Bastante ligada, de princípio, à literatura metropolitana, ganhou independência com o tempo, especialmente durante o século XIX com os movimentos romântico e realista.

Na poesia, os nomes hoje já consagrados são numa vertente mais lírica e subjectiva, Mário de Andrade, Manuel Bandeira, Drummond, Castro Alves, Cecília Meireles, Vinícius de Moraes e noutra mais experimental e formalista, Oswald de Andrade e João Cabral.

A poesia torna-se, ainda, veículo político na temática e como meio de pressão contra a ditadura em Adélia Prado e Mário Quintana (Glaucio Mattoso, tropicalistas).

Pardalzinho

O pardalzinho nasceu

Livre. Quebraram-lhe a asa.

Sacha lhe deu uma casa,

Água, comida e carinhos.

Foram cuidados em vão:

A casa era uma prisão,

O pardalzinho morreu.

O corpo Sacha enterrou

No jardim; a alma, essa voou

Para o céu dos passarinhos!

Manuel Bandeira, Petrópolis, 10-3-1943

Na prosa o grande marco é o romance *Subúrbio*, de Fernando Bonassi, que dava início em 1994 a um processo de renovação da prosa urbana (ou, no caso, suburbana), com o seu realismo brutal, que trouxe novamente para o centro da cena literária os personagens dos arrabaldes das cidades brasileiras. *Cidade de Deus*, de Paulo Lins, ficaria célebre pela sua realização cinematográfica.

Nomes grandes, entre outros: Lígia Fagundes Telles, Machado de Assis, Monteiro Lobato, Nélide Piñon, Jorge Amado, Érico Veríssimo, etc.

Outra corrente contemporânea é a pós-moderna: a identidade em crise, um intimismo exagerado, que se projecta sobre a estrutura narrativa, cancelando os limites entre o real e o fantasmático, entre o mundo descrito e as distorções interiores de quem o descreve. É o caso de Cristóvão Tezza, João Gilberto Noll, Bernardo Carvalho e Chico Buarque.

3.3. Música

Música popular

Os primeiros exemplos de música popular no Brasil datam do século XVII, como o lundu, originalmente uma dança africana que chegou ao Brasil via Portugal ou directamente com os escravos vindos de Angola. Tinha uma natureza sensual e humorística. Mais tarde o lundu, que de início não era cantado, evoluiu assumindo um carácter de canção urbana, tornando-se popular como dança de salão. Outra dança muito antiga é o cateretê, de origem indígena e influenciada mais tarde pelos escravos africanos.

Entre os séculos XVIII e XIX a modinha assumiu um lugar de destaque. É, em linhas gerais, uma canção de carácter sentimental de feição bastante simplificada, e acompanhamento reduzido a uma simples viola ou guitarra. Mesmo assim era uma presença constante nos saraus dos aristocratas, e podia ser

acompanhada por flautas e outros instrumentos e ter textos de poetas importantes como Tomás António Gonzaga, cujo *Marília de Dirceu* foi musicado uma infinidade de vezes.

Não!

Não pode mais meu coração

Viver assim dilacerado

Escravizado a uma ilusão

Que é só desilusão

Ah, não seja a vida sempre assim

Como um luar desesperado

A derramar melancolia em mim

Poesia em mim

Vai, triste canção, sai do meu peito

E semeia a emoção

Que chora dentro do meu coração

Coração

Vinícius de Moraes – modinha

Durante o período colonial e o Primeiro Império também as valsas, polcas, scottishs e tangos de diversas origens estrangeiras encontraram no Brasil uma forma de expressão especial e que, junto com a herança da modinha, viriam a ser a origem do Choro, um género que recebeu este nome em virtude de seu carácter plangente. Surgiu em torno de 1880 e o improviso tinha um papel principal e estabilizando-se na formação para uma flauta, um

Jorge Amado



Nélide Piñon



Machado de Assis



Carnaval



Desfile de Carnaval



cavaquinho e um violão, e mais tarde ampliando seu instrumental. Os seus maiores representantes foram Joaquim António da Silva Calado, Anacleto de Medeiros, Chiquinha Gonzaga, Ernesto Nazareth e Pixinguinha

Derivado da umbigada, um ritmo africano, o samba já era registado desde 1838, e recebeu influências da modinha, do maxixe e do lundu, e no século XIX a palavra designava uma variedade de danças de origem negra. A partir dos anos 30 recebeu um grande impulso e ramificou-se em várias direcções, dando origem a ritmos como o samba-canção, o samba-enredo e o pagode, e influenciando a Bossa Nova.

De todas as ramificações do samba uma das mais fecundas e duradouras foi o samba-canção, influenciado pelos boleros e baladas, com temática romântica e teve em Noel Rosa um dos seus maiores compositores, e em Nora Ney, Cauby Peixoto e Ângela Maria alguns de seus maiores cantores.

A Bossa Nova foi um movimento basicamente urbano, originado no fim dos anos 50 em saraus de universitários e músicos da classe média. De início era apenas uma forma (bossa) diferente de cantar o samba, mas logo incorporou elementos do Jazz e desenvolveu um contorno intimista, leve e coloquial, e baseado principalmente na voz solo e no piano ou violão para acompanhamento. Dentre seus maiores nomes estão o de Nara Leão, Carlos Lyra, João Gilberto e Tom Jobim.

Com uma postura diferenciada e de vanguarda surgiu também nesta década o Tropicalismo que fazia uso de um discurso politicamente engajado e de protesto contra a ditadura militar. O movimento teve grande impacto também sobre o cinema e as artes plásticas. Caetano Veloso, Gilberto Gil, Jorge Ben, Maria Bethânia, Rogério Duprat e Os Mutantes são outros de seus grandes representantes musicais.

Já a Jovem Guarda era um movimento que se ligava basicamente ao rock americano e inglês dos anos anteriores, embora no Brasil tenha adoptado uma temática romântica. O seu maior representante foi nesta época Roberto Carlos, junto com Erasmo Carlos, Wanderléa e conjuntos como Renato e Seus Blue Caps.

A MPB (mistura de rock, de regionalismos e de estilos) tem como destaques, as figuras de Elis Regina, Geraldo Vandré e Chico Buarque, e hoje ela realiza-se em géneros musicais, como o samba, a música sertaneja, o Brock, o samba-reggae, o baião, o forró, o funk, o frevo, o hip hop, a música electrónica, os regionalistas, entre tantos outros.

3.4. Dança

A dança no Brasil recebeu muitas influências de outros países que fazem as pessoas criarem cada vez mais passos e modos diferentes para dançar.

São diversas em cada região do país, sendo as mais conhecidas, o Samba, o Maxixe, o Chachado, o Baião, o Frevo e a Gafieira. Muitos são os derivados dessas danças, que recebem influências principalmente africanas, mouriscas, europeias e indígenas. E ainda existem as danças folclóricas e tradicionais que estão de acordo com cada região e localidade no Brasil.

3.5. Artes plásticas

Na década de 50 fazem-se notar duas grandes tendências. A primeira é uma continuidade das pesquisas formais abstratas derivadas principalmente do Concretismo e Neoconcretismo, e a segunda retoma a figura numa variedade de correntes que podem ser enfeixadas sob o nome genérico de Nova Figuração.

Instrumentos de choro



Desfile de Carnaval



Maria Bethania



Caetano Veloso



Chico Buarque



Roberto Carlos



Dos primeiros, destacam-se Mira Schendel, Abelardo Zaluar, Arcangelo Ianelli, Raymundo Collares, Loio-Pérsio e Pedro Escosteguy. Por outro lado, o Abstracionismo florescia também em artistas como Manabu Mabe, um lírico, ou como Iberê Camargo, com seu dramatismo explosivo.

Na transição entre a década de 60 e a de 70 observa-se um entrecruzamento de materiais e técnicas, tornando difícil a classificação de cada peça. As obras de Luiz Paulo Baravelli, Carlos Fajardo, Cláudio Tozzi e Carlos Vergara desta fase exemplificam esta tendência.

A progressiva abertura política dos anos 80 trouxe um clima de relaxamento ao cenário das artes. Emblemática desta época foi a exposição "Onde está você, geração 80?", montada na Escola de Artes Visuais do Parque Lage do Rio de Janeiro. Dá-se uma explosão de cores, formas e assuntos, passando-se a abordar a vida urbana e o corpo humano em seus variados aspectos, a sexualidade e os heróis de histórias em quadrinhos.

A actualidade e na sequência da explosão dos anos 80, revelou primeiro um certo esvaziamento, um cansaço e, depois, enveredou pela deformação e a ênfase em aspectos de perversidade, com o corpo humano e as relações interpessoais como objecto central.

À margem do grande circuito oficial ou semi-oficial das artes, que sempre teve um carácter marcadamente intelectualizado, no Brasil existe ainda um rico acervo de pintura que não se enquadra em qualquer categoria erudita. São os artistas populares ou Naífs, o caso especial da arte dos alienados mentais, e a recente produção de graffitis nas grandes cidades. Exemplo: José Bernardo Cardoso Júnior, o Cardosinho.

Nomes maiores são Heitor dos Prazeres, Djanira, Chico da Silva, José António da Silva, José Rodrigues de Miranda, Agostinho Batista de Freitas, António

Poteiro, Ivonaldo Veloso de Melo, Rosina Becker do Valle, Constância Nery, Rodolpho Tamanini Netto, Sónia Furtado, Tercília dos Santos, Dalvan da Silva Filho e tantos outros.

3.6. Religião

O Brasil é um país religiosamente diverso, com grande tolerância e mobilidade entre as religiões. A população brasileira é predominantemente cristã (89%), sendo sua maior parte católica. Herança da colonização portuguesa, o catolicismo foi a religião oficial do Estado até a constituição republicana de 1891.

A mão-de-obra escrava, vinda principalmente da África, trouxe as suas próprias práticas religiosas, que sobreviveram à opressão dos colonizadores, dando origem às religiões afro-brasileiras.

Na segunda metade do século XIX, começa a ser divulgado o espiritismo no Brasil, que hoje é o país com maior número de espíritas no mundo. Nas últimas décadas a religião protestante tem crescido bastante em adeptos, alcançando parcela bastante significativa da população. Do mesmo modo aumentam aqueles que declaram não ter uma religião, grupo superado em número apenas pelos católicos e protestantes.

Muitos praticantes de religiões afro-brasileiras, assim como alguns simpatizantes do espiritismo, também se denominam católicos e seguem ritos da Igreja Católica. De forma similar, os espíritas são cristãos. Esse tipo de tolerância com o sincretismo é um traço histórico da religiosidade no país.

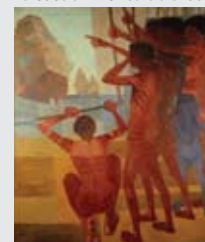
Roda de samba



Pintura de Caribé: Samba



"Cândido Portinari
"Descobrimiento do Brasil"



Arte Naif. Museu do Paraty.



4. RECURSOS ECONÓMICOS

4.1. Minerais

Bauxite, ouro, ferro, manganés, níquel, fosfatos, platina, urânio; todo o petróleo que extrai, é consumido na maior parte para produção de materiais de borracha e combustíveis, por exemplo. Recentemente o Brasil conquistou a sua auto-suficiência no petróleo ou seja, produz internamente todo o petróleo que consome.

4.2 Turismo

O Turismo no Brasil caracteriza-se por oferecer tanto ao turista brasileiro quanto ao estrangeiro uma gama mais que variada de opções. Nos últimos anos, o governo tem feito muitos esforços em políticas públicas para desenvolver o turismo brasileiro, procurando baixar os preços do turismo interno, desenvolvendo infra-estruturas turísticas e capacitando mão de obra para o sector, além de aumentar consideravelmente a divulgação do país no exterior. São notáveis a procura pela Amazónia na região Norte, o litoral na região Nordeste, o Pantanal e o Planalto Central no Centro-Oeste, o turismo histórico em Minas Gerais, o litoral do Rio de Janeiro e os negócios em São Paulo dividem o interesse no Sudeste, e as pampas e o clima frio no Sul do país.

Pantanal



Indústria aeronáutica: Embraer



Indústria petrolífera: Petrobrás



5. GASTRONOMIA

Receitas

Pica-pau

Ingredientes:

- 1 bife não muito alto 200 grs do pojadouro ou acém
- 2 dentes de alho
- 1 colher de sopa de manteiga
- piri-piri q.b. (fac.)
- 0,5 dl de azeite
- 1 dl de vinho branco
- 0,5 dl molho de carne
- azeitonas pretas q.b.
- pickles q.b.

Confecção:

Leve a manteiga e o azeite, com os alhos pisados a lume forte numa frigideira para aquecer e fritar um pouco os alhos sem queimar. Introduza o bife e passe-o ao gosto bem ou mal passado. Retire o bife da frigideira tempere-o de sal e corte-o às tiras não muito grandes. Reduza o lume e adicione o vinho branco o molho de carne (caso não tenha molho de carne faça com 1/4 de um cubo de caldo de carne) e o piri-piri. Deixar ferver um pouco +- 2 minutos. Quase no fim dos minutos junte os bocados de bife misture e retire do lume. Ponha a carne e molho numa travessa. Decore com azeitonas pretas e pickles.

Sopa de caranguejo

Ingredientes:

- 2 kg de carne de caranguejo
- 1 colher (sopa) de caldo de limão
- 2 litros de leite de coco
- 1 molho grande salsa



- 1 molho grande de cebolinha verde
- 1 molho grande de coentro
- 2 cebolas grandes
- 1 kg de batatas médias
- 1 xícara (chá) de azeite de oliva
- sal

Confecção:

Coloque a carne de caranguejo em uma peneira. Molhe com bastante água corrente e escorra. Regue com suco de limão e deixe pegar gosto por 10 minutos. Esquente o azeite de oliva e doure as cebolas batidinhas. Acrescente o caranguejo, sal, cebolinha e coentro cortados miudinho. Refogue. Separadamente, ferva o leite de coco com uma colher (sobremesa) de sal. Misture bem o caranguejo refogado. Cozinhe as batatas descascadas em água com 1 colher (sopa) de sal. Escorra e passe pelo espremedor. Junte esse puré ao caranguejo, mexa bem e prove o sal. Dê uma fervura rápida. A sopa deve ficar em ponto de creme e não grossa demais. Se houver necessidade, acrescente água quente até atingir o ponto desejado.

Bacalhau à Moda Baiana

Ingredientes:

- 1,5 kg bacalhau
- 500 ml leite de coco grosso
- 500 ml azeite-de-dendê
- sal a gosto



Confecção:

No dia anterior coloque o bacalhau de molho em água fria para tirar o excesso de sal. Troque de água pelo menos 3 vezes. Deixe de molho dentro da geladeira. No dia seguinte, escorra totalmente a água do bacalhau, seque, tire as peles e as espinhas. Corte o bacalhau em tiras de 4 cm ou cubos pequenos. Numa panela, coloque o bacalhau picado, junte o leite de coco e o azeite-de-

dendê. Junte o sal e deixe ferver em fogo brando sem parar de mexer, até o molho engrossar. Rectifique o sal e sirva quente.

Sobremesa

Brigadeiro

Ingredientes:

- 1 lata de leite condensado
- 5 colheres de sopa de chocolate em pó
- 2 colheres de sopa de manteiga
- 1 pacote pequeno de chocolate granulado
- 1 pacote de forminha de papel (pequena)

Preparação

Derreta a manteiga. Misture o chocolate em pó e o leite condensado. Leve ao fogo brando e vá mexendo até aparecer o fundo da panela. Deixe esfriar. Faça pequenas bolinhas e passe no granulado. Coloque nas forminhas de papel.

Aperitivo

Caipirinha

Ingredientes:

- 1 lima pequena (casca fina)
- 2 colheres de chá de açúcar amarelo
- 1 dose de cachaça (1/3 a 1/2 copo de shaker)

Preparação:

Após retirar “as pontas”, corte a lima ao meio e depois em quartos. Esprema a meia lima, junte com o açúcar, num copo pequeno. Adicione a cachaça, misture bem e ponha bastante gelo picado.



CABO VERDE

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino Nacional (Parcial)

Canta, irmão

Canta, meu irmão

Que a liberdade é hino

E o homem a certeza.

Com dignidade, enterra a semente

No pó da ilha nua;

No despenhadeiro da vida

A esperança é do tamanho do mar

Que nos abraça,

Sentinela de mares e ventos

Perseverante

Entre estrelas e o Atlântico

Entoa o cântico da liberdade.

1. HISTÓRIA

Arquipélago que pertenceu a Portugal desde a sua descoberta, como ainda hoje pertencem os arquipélagos dos Açores e da Madeira, tornou-se independente em 1975 e é hoje uma república parlamentarista.

Foi descoberto em 1460 por Diogo Gomes ao serviço da coroa portuguesa, que encontrou as ilhas desabitadas e aparentemente sem indícios de anterior presença humana. Começaram a ser colonizadas por Portugal por meio do sistema de Capitânias hereditárias dois anos mais tarde, trazendo escravos da costa da África para plantar algodão, árvores frutíferas e cana-de-açúcar para a ilha de Santiago. Nessa ilha fundaram a cidade de Ribeira Grande que se tornou muito importante para o comércio de escravos. A importância da cidade cresceu de tal maneira que, em 1541, foi atacada por piratas e, em 1585, pelos Ingleses. Depois de um forte ataque pirata francês, no ano de 1712, a cidade foi abandonada.

A posição estratégica das ilhas nas rotas que ligavam Portugal ao Brasil e ao resto da África contribuíram para o facto de serem utilizadas como entreposto comercial e de aprovisionamento. Abolido o tráfico de escravos em 1876, o interesse comercial do arquipélago para a metrópole decresceu, só voltando a ter importância a partir da segunda metade do século XX. No entanto já tinham sido criadas as condições para o Cabo Verde de hoje: Europeus e escravos africanos uniram-se numa simbiose, criando um povo de características próprias.

1.1. Data da Independência: 5 De Julho de 1975.

1.2. Designação oficial: República de Cabo Verde.

Diogo Gomes, descobridor de Cabo Verde




Dragoeiro, símbolo nacional



1.3. Principais organizações internacionais a que pertence:

ONU (Organização das Nações Unidas). 

CPLP (Comunidade dos Países de Língua Portuguesa). 

CEDEAO (Comunidade Económica dos Estados da África Ocidental). 

EU (União Africana). 

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização

Cabo Verde é um arquipélago localizado ao largo da costa da África Ocidental. As ilhas vulcânicas que o compõem são pequenas e montanhosas. Existe um vulcão activo, na ilha do Fogo, que é igualmente o ponto mais elevado do arquipélago, com 2829 m. O país é constituído por 10 ilhas, das quais 9 habitadas, e vários ilhéus desabitados, divididos em dois grupos:

Ao norte, as ilhas de Barlavento. Relacionando de oeste para leste: Santo Antão, São Vicente, Santa Luzia (desabitada), São Nicolau, Sal e Boa Vista. Pertencem ainda ao grupo de Barlavento os ilhéus desabitados de Branco e Razo, situados entre Santa Luzia e São Nicolau, o ilhéu dos Pássaros, em frente à cidade de Mindelo, na ilha de São Vicente e os ilhéus Rabo de Junco, na costa da ilha do Sal e os ilhéus de Sal Rei e do Baluarte, na costa da ilha de Boa Vista.

Ao sul, as ilhas de Sotavento. Enumerando de leste para oeste: Maio, Santiago, Fogo e Brava. O ilhéu de Santa Maria, em frente à cidade de Praia, na Ilha de Santiago; os ilhéus Grande, Rombo, Baixo, de Cima, do Rei, Luiz Carneiro e o ilhéu Sapado, situados a cerca de 8 km da ilha Brava e o ilhéu da Areia, junto à costa dessa mesma ilha.

As maiores ilhas são a de Santiago a sueste, onde se situa Praia, a capital do país, e a ilha de Santo Antão, no extremo noroeste. Praia é também o principal aglomerado populacional do arquipélago, seguida por Mindelo, na ilha de São Vicente.

2.2. Superfície: 10 ilhas com um total de 4033 Km².

2.3. População: 400.000 habitantes.

Mais de dois terços da população das ilhas é crioula (mulatos), e o restante é africano-preto.

Mais de três quintos da população de Cabo Verde tem menos de 20 anos de idade e muitos emigram para o exterior à procura de trabalho.

2.4. Capital e número de habitantes: Cidade da Praia, 113.364 habitantes.

2.5. Clima: O arquipélago de Cabo Verde está localizado na zona sub-saheliana, com um clima árido ou semi-árido. O oceano e os ventos alíseos moderam a temperatura. A média anual raramente é superior a 25 °C e não desce abaixo dos 20 °C. A temperatura da água do mar varia entre 21 °C em Fevereiro e 25 °C em Setembro.

As estações do ano são fundamentalmente duas: as-águas e as-secas ou tempo das brisas.

A estação chuvosa, de Agosto a Outubro, é muito irregular e geralmente com fraca pluviosidade, em especial nas ilhas de São Vicente e Sal, onde tem havido vários anos seguidos sem chuva. As ilhas mais acidentadas, como Santo Antão, Santiago e Fogo, beneficiam de maior pluviosidade.

Mapa de Cabo Verde



Cabo Verde no Mundo



Mindelo



Cidade da Praia



A estação mais seca, de Dezembro a Julho, é caracterizada por ventos constantes. A chamada bruma seca, trazida pelo vento harmatão das areias do Saara, chega a provocar a interrupção dos serviços nos aeroportos.

3. CULTURA

Em todos os seus aspectos, a cultura de Cabo Verde caracteriza-se por uma miscigenação de elementos europeus e africanos. Não se trata de um somatório de duas culturas, convivendo lado a lado, mas sim, um terceiro produto, totalmente novo, resultante de um intercâmbio que começou há 500 anos.

3.1. Língua

A língua oficial é o português, usada nas escolas, na administração pública, na imprensa e nas publicações.

A língua nacional de Cabo Verde, a língua do povo, é o crioulo cabo-verdiano (*criol*, *kriolu*). Cabo Verde é formado por dez ilhas (nove habitadas) e cada ilha tem um crioulo diferente. O crioulo está oficialmente em processo de normalização (criação duma norma) e discute-se a sua adopção como segunda língua oficial, ao lado do português.

O crioulo cabo-verdiano é uma língua originária do Arquipélago de Cabo Verde, de base lexical portuguesa. É a língua materna de quase todos os cabo-verdianos e é ainda usada como segunda língua por descendentes de cabo-verdianos em outras partes do mundo.

3.2. Literatura

A literatura cabo-verdiana é uma das mais ricas da África lusófona.

Poetas: Sérgio Frusoni, Eugénio Tavares, B.Léza, João Cleofas Martins, Ovídio Martins, Jorge Barbosa, Corsino António Fortes, Baltasar Lopes da Silva (Oswaldo Alcântara), José Lopes, Pedro Cardoso, Manuel Lopes, António Nunes, Aguiinaldo Fonseca, Teobaldo Virgínio, Gabriel Mariano, Ovídio Martins, Onésimo Silveira, João Vário (Timóteo Tio Tiofe), Oswaldo Osório, Arménio Vieira, Vadinho Velhinho, José Luís Tavares, Vera Duarte, Gabriel Mariano, Amílcar Cabral, etc.

Escritores: Manuel Lopes, Germano Almeida, Luís Romano de Madeira Melo, Orlanda Amarilís, Jorge Vera Cruz Barbosa, Pedro Cardoso, José Lopes, Mário José Domingues, Daniel Filipe, Mário Alberto Fonseca de Almeida, Corsino António Fortes, Arnaldo Carlos de Vasconcelos França, António Aurélio Gonçalves, Aguiinaldo Brito Fonseca, Ovídio de Sousa Martins, Henrique Teixeira de Sousa, Oswaldo Osório, Dulce Almada Duarte, Filinto Elísio, Manuel Veiga

Obras Literárias célebres: *Chiquinho* (Baltasar Lopes da Silva), *Os Flagelados do Vente Leste*, *Chuva Braba* (Manuel Lopes), *O Testamento do Senhor Napomuceno da Silva Araújo* (Germano Almeida), revista *Claridade*, *Hora di Bai* (Manuel Ferreira).

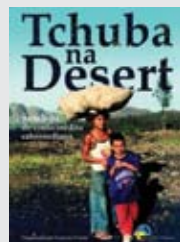
3.3. Música

Na música, há diversos géneros musicais próprios, dos quais se destacam a morna e a coladeira. Cesária Évora é a cantora cabo-verdiana mais conhecida no mundo, conhecida como a “diva dos pés descalços”, pois gosta de se apresentar no palco assim.

Alegria de ler



Livro em crioulo



Nota de 2000 ECV com foto e poema de Eugénio Tavares



Manuel Lopes



Germano de Almeida



A morna é um género musical e de dança de Cabo Verde. Tradicionalmente tocada com instrumentos acústicos, a morna reflecte a realidade insular do povo de Cabo Verde, o romantismo intoxicante dos seus trovadores e o amor à terra (ter de partir e querer ficar).

Nos últimos anos, a morna foi levada a ser conhecida internacionalmente por vários artistas, nomeadamente em França e nos Estados Unidos, sendo a mais famosa Cesária Évora.

A morna é o género musical de Cabo Verde, do mesmo modo que o tango é para a Argentina, a rumba para Cuba, o fado para Portugal, etc. Alguns géneros musicais de Cabo Verde podem ser mais ou menos apreciados pelos nativos conforme a idade do ouvinte, a época, a ilha de origem, o gosto pessoal, mas a morna é o único género que consegue ser largamente transversal a todos os grupos etários, cronologicamente, geograficamente, etc.

É também o único género que sempre gozou de mais prestígio e de um carácter mais «nobre» em Cabo Verde

A coladeira encontra características similares à morna, como por exemplo, a alternância entre as estrofes principais e o refrão, embora ultimamente a influência do zouk tenha modificado um pouco isso.

Geralmente, os temas mais abordados pela coladeira são sátiras, críticas sociais, relatos jocosos e temas alegres e lúdicos.

A composição de um agrupamento tradicional para tocar coladeira não é fixa. Um agrupamento médio pode integrar para além de uma guitarra (chamada popularmente de «violão» em Cabo Verde) um cavaquinho (que executa os acordes ritmicamente), um instrumento solista para além da voz do cantor, e algum instrumento de percussão. Um agrupamento maior já pode conter ainda mais um violão, um baixo acústico, mais do que um instrumento solista

(violino — chamado popularmente de «rabeca» em Cabo Verde—, clarinete, trompete, etc.) e vários instrumentos de percussão (chocalho, reco-reco, caneca, tumbas, etc.).

A maneira específica de dedilhar as cordas num violão é chamada popularmente, em Cabo Verde, de «mãozada».

A partir dos anos 60 do séc. XX, assiste-se à electrificação da coladeira, em que os instrumentos de percussão são substituídos pela bateria, e o jogo de baixo/acompanhamento executado no violão é substituído pela guitarra baixo e pela guitarra eléctrica. Nos fins dos anos 90, assiste-se a um retorno às raízes, onde interpretações unplugged (acústicas) voltam a ser procuradas.

3.4. Dança

O funaná é dançado aos pares, imprimindo rápidas e fortes flexões alternadas de cada um dos joelhos, marcando os tempos do compasso. No modo de dançar mais rural, os corpos estão ligeiramente inclinados para frente (havendo contacto nos ombros), e os pés levantam-se do chão. No modo de dançar mais urbano, mais estilizado, os corpos estão na vertical (havendo contacto na zona peitoral), e os pés arrastam-se pelo chão.

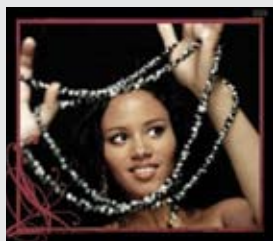
A morna constitui uma dança de salão, dançada aos pares. Os executantes dançam com um braço a enlaçar o parceiro enquanto que com o outro braço mantêm as mãos dadas.

A coladeira constitui, também, uma dança de salão, dançada aos pares. A dança é efectuada imprimindo duas oscilações do corpo e uma ondulação dos ombros, para um lado, num compasso da música, enquanto que no compasso seguinte as oscilações são feitas para o outro lado.

Festival de Gamboa



Cantora Mayra



Cesária Évora



Ildo Lobo



A mazurca é uma dança tradicional de origem polaca, feita por pares formando figuras e desenhos diferentes, em compasso de $\frac{3}{4}$ e tempo vivo.

Na Polónia já não se dança a mazurca, mas em Cabo Verde ainda hoje é dançada e tocada em quase todas as ilhas com incidência nas de Santo Antão, São Nicolau e Boavista. No Fogo existe o *rabolo*, que é uma variante da mazurca. Tornou-se também tradicional dançar-se mazurca no condado de Nice na França.

Como dança, o colá é tradicionalmente executado num desfile de rua. Pares de dançarinos executam um movimento marcado pelo tempo forte do ritmo, com rodopios e com avanços e recuos, e depois tocando-se violentamente na zona pélvica. Esse gesto (que estudiosos especulam evocar o acto sexual) é conhecido em crioulo por *da umbigada* (dar umbigadas) ou *sobâ*.

3.5. Artes plásticas

Só depois da independência em 1975 é que ocorreu o surgimento de alguns artistas no campo da pintura e escultura. Nessa primeira fase, todos os trabalhos pictóricos evidenciavam o grito da liberdade e a alegria da independência. Era o fim de séculos marcados pela escravatura e o colonialismo.

Há uma certa globalização nas artes cabo-verdianas, mantendo-se, no entanto, certos sinais das raízes africanas, evidenciadas sobretudo na escolha das cores. Os artistas cabo-verdianos têm colocado seus trabalhos em muitas exposições, não só em seu próprio país, como também em Portugal, Europa e nos Estados Unidos.

Pintores: Manuel Figueira, Tchalé Figueira, Kiki Lima, Mito, entre muitos outros.

3.6. Religião

Os cabo-verdianos são nominalmente de maioria Católica Romana (mais de 90%). Outras denominações cristãs também estão implantadas em Cabo Verde, com destaque para os protestantes da Igreja do Nazareno e da Igreja Adventista do Sétimo Dia, assim como a Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias (Mormons), a Assembleia de Deus e outros grupos pentecostais e adventistas.

Dançando, sempre...



Dança no Coração



Pintura de Kiki Lima



Pintura de Mito



4. RECURSOS ECONÓMICOS

Os recursos económicos de Cabo Verde dependem sobretudo da agricultura e da riqueza marinha. A agricultura sofre frequentemente os efeitos das secas. As culturas mais importantes são o café, a banana, a cana-de-açúcar, os frutos tropicais, o milho, os feijões, a batata doce e a mandioca.

O sector industrial encontra-se em pleno desenvolvimento e podemos destacar a fabricação de aguardente, vestuário e calçado, tintas e vernizes, o turismo, a pesca e as conservas de pescado e a extracção de sal, não descurando o artesanato.

A banana, as conservas de peixe, o peixe congelado, as lagostas, o sal e as confecções são os principais produtos exportados. A moeda corrente é o Escudo de Cabo Verde. As remessas da emigração, o auxílio externo e a gestão cuidada dos pagamentos ao exterior preservam a estabilidade da moeda caboverdiana.

5. GASTRONOMIA

Receitas

Arroz pintado

Ingredientes

- 300 grs de arroz agulha
- 1 dl de azeite
- 2 dl de feijão manteiga
- 1 cebola grande
- 3 tomates maduros
- sal
- leite de coco



Confecção

De véspera ponha o feijão a demolhar. No dia coza o feijão. À parte faz-se um refogado com a cebola picada, o azeite e o tomate pelado e sem sementes. Deixa-se cozer o tomate e a cebola. Depois de cozido junta-se o feijão com um pouco da água em que cozeu e deixa-se ferver um pouco para apurar. Adiciona-se então o leite de coco (o dobro do volume do arroz) com sal e logo que levante fervura põe-se o arroz lavado e enxuto. Deixe cozer durante +- 15 minutos em lume brando. Convém verificar.

Cabrito com Inhame

Ingredientes

- 500 grs de inhame
- 2 tomates médios
- 600 grs de cabrito
- 1 cebola grande
- 3 cravinhos-da-Índia
- 2 dentes de alho
- 2 dl de vinho branco

Mercado



Artesanato



Uma Praia



- 1 folha de louro
- piri-piri q.b.
- sal q.b.
- 1 dl de azeite .

Confecção:

Descascam-se os inhames e cortam-se aos quartos. Corta-se o cabrito aos bocados não muito pequenos. Leva-se um tacho ao lume com a cebola cortada em meias-luas finas, azeite, o tomate limpo de peles e sementes, os dentes de alho picados, a folha de louro e o cravinho a refogar. Quando a cebola estiver mole junta-se o cabrito e refoga-se mais um pouco. Adiciona-se o vinho e golinho de água e o inhame. Tapa-se o tacho e deixa-se cozer em lume brando cerca de 50 minutos. Convém verificar.

Xerém Tradicional

Ingredientes

- 200 grs de atum fresco
- 2 colheres de sopa cheias de banha
- 1 boa cebola
- 250 grs de carolo de milho
- 8 dl de leite de coco
- sal q.b.
- piri-piri q.b.



Confecção

Depois do atum arranjado e lavado, corta-se aos bocados e tempera-se com sal e piri-piri. Leva-se um tacho ao lume com a banha e cebola picada a refogar. Assim que a cebola alourar um pouco, junta-se o atum. Deixa-se refogar mais um pouco e adiciona-se o leite de coco. Deixa-se cozer cerca de 5 minutos e, de seguida, deita-se o carolo em chuva. Envolva-se bem e coze em lume brando cerca de 15 minutos. Depois de pronto serve-se imediatamente.

Cachupa Rica

Ingredientes

- 1 pé de porco
- 500 grs de frango
- 1 chouriço
- 1 farinha
- 150 grs de toucinho entremeado
- 1 morcela
- 500 grs de carne de vaca de cozer
- 100 grs de banha
- 3 dentes de alho
- 2 cebolas grandes
- 1 folha de louro
- 0,5 litro de milho
- 4 folhas de couve-portuguesa
- 3 dl de feijão-pedra
- 300 grs de batata-doce
- 3 dl de favona
- 300 grs de banana verde
- 200 grs de abóbora
- sal q.b.
- piri-piri q.b.
- 1 ramo de salsa
- 1 litro de água +-



Confecção

De véspera demolha-se o feijão e o milho. No dia seguinte cozem-se. À parte cozem-se as carnes e o toucinho. Noutro tacho cozem-se as folhas de couve cortadas aos bocados, a batata-doce e a abóbora cortada aos cubos, a banana cortada às rodellas grossas. Leva-se um tacho ao lume com a banha, a cebola e os dentes de alho picados, a folha de louro e o ramo de salsa. Assim que a cebola começa a amolecer, juntam-se as carnes cortadas aos bocados e todo o resto das hortaliças. Tempera-se com piri-piri e adiciona-se a água da cozedura das carnes e um pouco de água simples para que o caldo não fique muito forte. Deixa-se ferver um pouco em lume brando para apurar. Serve-se em pratos de sopa.

Caldo de Peixe

Ingredientes

- 1 pimentão verde
- 600 grs de peixe maruca
- 200 grs de bolombolo (courgette)
- 1 dl de azeite
- 300 grs de batata-doce
- 1 colher de chá de vinagre
- 1 folha de louro
- 300 grs de inhame
- 2 tomates médios maduros
- 2 cebolas médias
- 400 grs de banana verde, com casca
- 250 grs de batatas
- sal q.b.
- piri-piri q.b.
- 300 grs de batata-doce
- 2 litros de água

Confecção

Leve ao lume num tacho a refogar a cebola cortada às rodela, o azeite, o pimento cortado às tiras, a folha de louro, a salsa e o tomate pelado e sem sementes e picado. Quando o pimento e a cebola amolecerem, junte o peixe e deixe refogar por mais 2 minutos. Junta-se a água a ferver o inhame cortado aos bocados e o vinagre. Deixe levantar fervura e a seguir juntam-se os dois tipos de batatas, as bananas e o bolombolo, todos estes ingredientes cortados às rodela. Tempera-se de piri-piri e sal e deixa-se cozer. Depois de cozido põe-se o preparado numa terrina e serve-se quente, acompanhado de papas de milho.



Sobremesa:

Cocada

Ingredientes

- 10 ovos
- 250 grs de açúcar
- 300 grs de coco ralado
- casca ralada de 1 limão
- 125 grs de manteiga derretida
- sumo de 1/2 limão.

Confecção

Bate-se muito bem o açúcar com a manteiga derretida, os ovos, a casca ralada do limão e o sumo do meio limão. Adicione o coco envolvendo bem sem bater. Verta a mistura numa forma bem untada com manteiga e leve a cozer em banho-maria cerca de 50 minutos em forno médio. Convém verificar. Depois de cozido deixe arrefecer um pouco e desenforme. Sirva fresco.



GUINÉ-BISSAU

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino Nacional (Parcial)

Esta é a nossa Pátria amada

*Sol, suor e o verde e mar,
Séculos de dor e esperança!
Esta é a terra dos nossos avós!
Fruto das nossas mãos,
Da flôr do nosso sangue:
Esta é a nossa pátria amada*

Refrão

*Viva a pátria gloriosa!
Floriu nos céus a bandeira da luta.
Avante, contra o jugo estrangeiro!
Nós vamos construir
Na pátria imortal
A paz e o progresso!*

1. HISTÓRIA

A Guiné-Bissau foi em tempos o reino de Gabu, parte do Império do Mali.

Os rios da Guiné e as ilhas de Cabo Verde estiveram dentre as primeiras regiões da África a serem exploradas pelos portugueses. O navegador português Álvaro Fernandes chegou à Guiné em 1446 e reclamou a posse do território, porém, poucas feitorias de comércio foram estabelecidas antes de 1600. A ocupação do território pela Coroa portuguesa só se deu a partir de 1558 com a fundação da vila de Cacheu. E foi criada em 1630 a Capitania-Geral da Guiné Portuguesa para a administração do território. A vila de Bissau foi fundada em 1697, como fortificação militar e entreposto de tráfico negro.

Embora os rios e as costas desta área estivessem entre os primeiros locais colonizados pelos portugueses e aí tenham iniciado o tráfico de escravos com a instalação de feitorias no século XVII, não exploraram o interior até ao século XIX.

Durante três séculos constituiu a colónia da Guiné Portuguesa. Uma rebelião iniciou-se em 1956, liderada pelo Partido Africano para a Independência da Guiné e Cabo Verde (PAIGC), fundada pelo intelectual cabo-verdiano Amílcar Cabral, que estava no exílio em Conacri. A guerrilha do PAIGC consolidou o seu domínio do território em 1973, mas, no mesmo ano, Amílcar Cabral foi assassinado em Conacri. A independência chegou com a Revolução dos Cravos portuguesa de 1974, tendo sido antes declarada unilateralmente a 24 de setembro de 1973. A 10 de setembro de 1974, Guiné-Bissau foi a primeira colónia portuguesa na África a ter reconhecida sua independência.

Amílcar Cabral



1.1. Data da Independência: 24 de Setembro de 1973 (unilateral) e 10 de Setembro de 1974 (Oficial).

1.2. Designação Oficial: República da Guiné-Bissau.

1.3. Principais organizações internacionais a que pertence:

ONU (Organização das Nações Unidas) 

CPLP (Comunidade dos Países de Língua Portuguesa) 

CEDEAO (Comunidade Económica dos Estados da África Ocidental) 

UA (União Africana) 

UL (União Latina) 

Francofonia 

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização

A Guiné-Bissau é um pequeno país tropical que se situa a baixa altitude, localizado na costa ocidental de África, estendendo-se, no litoral, desde o Cabo Roxo até a ponta Cagete. Faz fronteira, a norte, com o Senegal, a este e sudeste com a Guiné e a sul e oeste com o Oceano Atlântico. Além do território continental, o país integra ainda cerca de oitenta ilhas que constituem o arquipélago dos Bijagós, separado do Continente pelos canais do rio Geba, Pedro Álvares, Bolama e Canhabaque.

Mapa da Guiné-Bissau



A Guiné-Bissau em África



Vista panorâmica



Uma tabanka



O seu ponto mais alto sobe, apenas, a 300 metros. O interior é composto por savanas e a linha costeira é basicamente uma planície pantanosa. O arquipélago dos Bijagós espalha-se pelo mar.

2.2. Superfície: 36.125 Km².

2.3. População: 1.500.000 habitantes.

2.4. Capital: Bissau: 323.000 habitantes.

2.5. Clima: A Guiné-Bissau tem um clima tropical. Situada sensivelmente a meia distância entre o Equador e o Trópico de Câncer, a Guiné-Bissau tem um clima quente e húmido característico das regiões tropicais. Tem duas estações: a quente é a época das chuvas. A época das chuvas começa em meados do mês de Maio e estende-se até meados de Novembro. Os meses de maior pluviosidade são Julho e Agosto. A estação seca e fresca corresponde aos restantes meses do ano. Os meses de Dezembro e Janeiro são os mais frescos. No entanto, as temperaturas são muito elevadas durante todo o ano.

3. CULTURA

3.1. Língua

A língua oficial é o português, falada por 11% da população. Outras línguas: badjara, binouk-guniuño, balanta-kentohe, basari, bayot, biafada, bidyogo, crioulo do sul da Guiné, ejamat, kasanga, kobiana, mandinka, manddjak, mankanya, mansoanka, nalu, papel, pulaar, soninke.

3.2. Literatura

Principais autores: Amílcar Cabral, Agnello Regalla, Félix Sigá, Julião Sares Sousa, Hélder Proença, Abdulai Silla, Odete Semedo, Vasco Cabral, Nelson Medina, Pascoal d'Artignan Aurigema, Carlos Silva.

3.3. e 3.4. Música e dança

A Guiné-Bissau possui uma herança cultural bastante rica e diversificada. As manifestações culturais variam de etnia para etnia, com diferença linguística, a dança, a expressão artística, a profissão e a tradição musical.

A dança é, contudo, uma verdadeira expressão artística dos diferentes grupos étnicos.

Os povos animistas caracterizam-se pelas suas belas e coloridas coreografias. No dia a dia, estas fantásticas manifestações culturais podem ser observadas na altura das colheitas, dos casamentos, dos funerais, das cerimónias de iniciação.

O estilo musical mais importante do país é o Gumbé. O carnaval guineense é completamente original, com características próprias, tem evoluído bastante, constituindo uma das maiores manifestações culturais do País.

3.5. Artes plásticas

Alguns dos mais conhecidos artistas:

Adulai Gibril Silá, António Aly Silva, Braima Injai, Carbar, Carlos Lé, Cipriano Oquiname, Danilo Pereira, Vaz, Diamantino Monteiro, Dódó, Fernando Júlio, Flaviano Mindela dos Santos, Frederick Rodrigues Sinty, Ismael Hipólito Djata, João Cardoso, João Carlos Barros, José Freitas de Barros, Lemos Mamadjan,

Lilison, Luís Balata, Luís Lacerda, Maio Coopé, Manuel Júlio, Manuela Jardim, Mário Djibol, Nú Barreto, Tchom Tchom, Yachine.

3.6. Religião

Crenças indígenas – 50%, muçulmanos – 45% e cristãos – 5%.

4. RECURSOS ECONÓMICOS

A Guiné-Bissau está entre as nações menos desenvolvidas do globo e entre os 20 países mais pobres e depende fortemente da agricultura e da pesca. O preço das castanhas de caju aumentou inavelmente em anos recentes, e hoje o país encontra-se em sexto na produção mundial do produto. A Guiné-Bissau exporta peixe e mariscos juntamente com amendoim, semente de palma e madeira. As licenças para a pesca são uma fonte de receitas do governo. O arroz é o cereal mais produzido e comida típica. O turismo é, também, uma aposta do país.

Carnaval na Guiné Bissau



Mercado de Bantandjam



Cartaz cultural



Vista do porto de Bissau



Pensão Central



5. GASTRONOMIA

Receitas

Abacate Recheado com Atum

Ingredientes

- 1 lata de atum
- 2 abacates maduros mas rijos
- 3 colheres de sopa de molho de tomate picante
- 2 limões
- 2 dl de natas
- 100 grs de coco ralado
- sal q.b.
- pimenta q.b.



Confecção

Cortam-se os abacates ao meio no sentido do comprimento. Retiram-se os caroços e a polpa tendo o cuidado de não furar a casca. Numa taça mistura-se a polpa do abacate cortada aos bocadinhos, o atum bem desfeito, as natas batidas, o molho de tomate e o coco ralado. Tempera-se com sal e pimenta. Enchem-se as cascas com este preparado. Polvilha-se com um pouco de coco ralado torrado. Sirva fresco e decorado a gosto.

Mancarra com Citi

Ingredientes

- 300 grs de amendoim (mancarra)
- 1 dl de citi (óleo-de-palma)
- 2 tomates grandes maduros
- 1 boa cebola
- 1 frango
- sal q.b.
- água q.b.
- gindungo q.b.

Confecção

Depois do frango arranjado, corta-se aos bocados e tempera-se com sal e gindungo. Leve ao lume num tacho o óleo-de-palma (citi) e a cebola picadinha a refogar. Assim que a cebola esteja refogada junte os bocados de frango e deixe fritar um pouco de todos os lados, tendo o cuidado de não deixar queimar. Entretanto pisa-se o amendoim num almofariz, o mais fino possível. Mistura-se o amendoim (mancarra) ao tomate que já está limpo de peles e sementes e amassado. Envolva-se bem. Adiciona-se à mistura um pouco de água, +- 5 dl, mexe-se bem e passa-se por um passador de rede. Deita-se o preparado no frango, tapa-se o tacho e deixa-se cozer durante 30 minutos em lume médio. Convém verificar. Sirva-se com arroz.

Pitche-Patche de Ostras

Ingredientes

- 1 dl de óleo de amendoim
- 1 kg de ostras
- 3 tomates médios maduros
- 70 grs de arroz carolino
- 2 dentes de alho
- 1 limão
- 1 cebola grande
- sal q.b.
- piri-piri q.b.



Confecção

Em primeiro lugar põe-se o arroz de molho em água fria durante 15 minutos. Retira-se da água e põe-se num pano de cozinha e com o rolo da massa ou uma garrafa pisa-se para o partir. Leve um tacho ao lume com o óleo, a cebola e dentes de alho picados. Junte o tomate limpo de peles e sementes a refogar. Assim que a cebola amolecer junta-se o arroz partido e refoga-se mais um pouco. Adiciona-se água suficiente para o caldo (+- 1 litro e meio de água) e a água das ostras coada por um pano fino, que antecipadamente abriu com uma faca própria. Deixe levantar fervura e misture as ostras. Depois das ostras cozidas retire o tacho do lume e regue com sumo de limão. Sirva quente.

Sigá

Ingredientes

- 400 grs de canje (quiabos)
- 1 dl de óleo-de-palma (cíti)
- 1 kg de camarões descascados
- sal q.b.
- 1 cebola
- 200 grs de jagatu
- piri-piri q.b.

Confecção

Cozem-se os camarões, descascados, em água (pouca) com a cebola picada, sal e piri-piri. Juntam-se os quiabos, os jagatus cortados às rodela, o cíti e uns golinhos de água. Tapa-se o tacho e deixa-se cozer. Depois de cozido sirva quente. Acompanhe com arroz branco.

Frango com Bagique

Ingredientes

- 1 cebola
- 1 frango
- 2 dentes de alho
- piri-piri q.b.
- 1 dl óleo-de-palma (cíti)
- 1 molho de bagique (espinafres)
- sal q.b.
- 1 folha de louro
- 1 limão



Confecção

Depois do frango limpo e lavado, corta-se aos bocados. Tempera-se com cebola e alho picados, a folha de louro, o óleo-de-palma, sal e piri-piri. Leva-

se ao lume num tacho a cozer com pouca água por cerca de 15 minutos. Juntam-se as folhas dos espinafres para cozerem por mais 15 minutos. Depois de cozido, retira-se do lume. Acompanhe com arroz branco



MOÇAMBIQUE

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino Nacional (Parcial)

*Na memória de África e do Mundo
 Pátria bela dos que ousaram lutar
 Moçambique, o teu nome é liberdade
 O Sol de Junho para sempre brilhará
 Moçambique nossa pátria gloriosa
 Pedra a pedra construindo um novo dia
 Milhões de braços, uma só força
 Oh pátria amada, vamos vencer
 Povo unido do Rovuma ao Maputo
 Colhe os frutos do combate pela paz
 Cresce o sonho ondulado na bandeira
 E vai lavrando na certeza do amanhã.*

1. HISTÓRIA

No século XV mercadores árabes fundaram colónias comerciais em Sofala, Quelimane, Angoche e na Ilha de Moçambique... Esta foi visitada pela frota de Vasco de Gama no dia 02/03/1498; pouco depois os portugueses ocuparam Sofala, em 1506. De início, Moçambique era governada como parte constituinte da Índia Portuguesa, tornando-se mais tarde em uma administração separada. Foi parte da África Portuguesa desde 1751, colónia portuguesa até 1951 e a partir daí, Província Ultramarina. Ao fim do primeiro milénio, diversas cidades cresciam ao longo da costa de Moçambique, onde os Bantu negociavam com outras partes de África, do Oriente Médio e da Índia. A influência árabe nestes portos era forte e o suaíle era língua franca do comércio.

O país já era próspero quando os portugueses chegaram, Pêro da Covilhã em 1490 e Vasco da Gama em 1498, e se instalaram no litoral. Eles subiram o Zambeze até Tete, em 1632, e derrotaram os árabes, observaram a existência, no interior, de diversos reinados como Kiteve.

Durante o século XVII a autoridade do reino do Monomotapa entrou em perda e os portugueses puderam mudar suas instalações para o norte da foz do Zambeze.

O papel dos árabes cresceu no norte e o comércio de escravos aumentou. Em 1752, os portugueses separaram seus estabelecimentos da colónia das Índias Portuguesas e instalaram um administrador autónomo.

Com as explorações de Serpa Pinto, tentaram unir Angola e Moçambique, num império único transafricano, mas não conseguiram diante da oposição britânica.

Os acordos de 1886 e 1890 fixaram as fronteiras com as possessões alemãs. Ingleses e alemães aproveitaram as dificuldades económicas de Lisboa para tentarem dividir a colónia portuguesa mas não conseguiram.

A situação de inferioridade dos moçambicanos deu início a manifestações diversas vezes reprimidas, e movimentos nacionalistas se desenvolveram com o apoio dos países vizinhos, sobretudo a Tanzânia.

Em 1962, Eduardo Mondlane criou, em Dar es-Salam, então capital da Tanzânia, a Frente de Libertação de Moçambique (Frelimo), que desencadeou a luta

armada em Setembro de 1964 a partir do distrito de Chai, região makonde – província de Cabo Delgado, no extremo norte do país.

No dia 3 de Fevereiro de 1969, Eduardo Mondlane foi assassinado na Tanzânia e, em 1970, com a nomeação de Samora Machel como líder da Frelimo, a ideologia marxista passou a predominar na organização.

Após a Revolução Portuguesa de Abril de 1974, as autoridades portuguesas e a Frelimo assinaram o acordo de Lusaka que estabelecia um governo de transição rumo à independência de Moçambique...finalmente proclamada em 25/06/1975, como República Socialista de Moçambique.


O país alinou com o marxismo-leninismo aliando-se à União Soviética e ao bloco do leste, principalmente à Alemanha Oriental.


Uma nova constituição foi adoptada em 1990 – quando, também, é adoptado um novo nome para o país, República de Moçambique – e o multipartidarismo foi instaurado.

1.1 Data da Independência: 25 de Junho de 1975.

1.2 Designação oficial: República de Moçambique.

1.3 Principais organizações internacionais a que pertence:

UEA (União Africana) 

ONU (Organização das Nações Unidas) 

CPLP (Comunidade dos Países de Língua Portuguesa) 

SADC (Comunidade de Desenvolvimento do Sul de África) 

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização:

Moçambique está situado na costa oriental da África Austral, limitado a norte pela Tanzânia, a noroeste pela Zâmbia e Malawi, a oeste pela Suazilândia e pelo Zimbabwe, a sul e oeste pela África do Sul e a leste pelo Canal de Moçambique e Oceano Índico.

2.2. Superfície: 799.390 Km².

2.3. População: 19.420.036 habitantes.

2.4. Capital: Maputo, 1.661.000 habitantes.

2.5. Clima: O clima de Moçambique é húmido e tropical influenciado pelo regime de monções do Índico e pela corrente quente do canal de Moçambique, com estações secas de Junho a Setembro. As temperaturas médias variam entre os 13-31°C.

3. CULTURA

3.1. Língua

“Na República de Moçambique, a língua portuguesa é a língua oficial” - diz a Constituição.

Em Moçambique foram identificadas diversas línguas nacionais, todas da grande família de línguas bantu, sendo as principais (de sul para norte):

Eduardo Mondlane



Samora Machel



Ilha de Moçambique



Mapa de Moçambique



Moçambique em África



XiTsonga, XiChope, BiTonga, XiSena, XiShona, ciNyungwe, eChuwabo, eMacua, eKoti, eLomwe, ciNyanja, ciYao, XiMaconde e kiMwani.

Mercê da considerável comunidade asiática radicada em Moçambique, são também falados o urdu e o gujarati.

3.2. Literatura

A Literatura de Moçambique é, geralmente, escrita em língua portuguesa - vulgarmente misturada com expressões moçambicanas.

A Poesia é relativamente pouco procurada pelos autores moçambicanos. No entanto, nesta categoria destacam-se brilhantes escritores como José Craveirinha, vencedor do Prémio Camões, Albino Magaia, associado à prestigiada AEMO (Associação dos Escritores Moçambicanos), e o jovem Eusébio Sanjane e Rui Knopfli.

Na Prosa moçambicana - esta sim, embora jovem, considerada um elemento vital e prodigioso na Literatura Lusófona - destacam-se, primeiramente, Mia Couto, talvez o mais influente autor moçambicano, vencedor do Prémio União Latina de Literaturas Românicas de 2007 - de importância amplamente reconhecida, visto que alguns dos seus contos são leccionados nas escolas portuguesas -, seguidamente, José Craveirinha, o aclamado vencedor do Prémio Camões, Eusébio Sanjane, eleito Escritor do Ano de 2005 pela revista Tvizine, por votação popular, consagrando o seu sucesso junto do público, Paulina Chiziane, uma das mais promissoras escritoras da lusofonia, embora não tenha ganho ainda qualquer prémio, Eduardo White, associado à AEMO e um dos mais prestigiados escritores de Moçambique, Gulano Khan, cuja obra só foi publicada numa antologia feita postumamente, e Reinaldo Ferreira, nacionalizado português, embora tenha nascido na antiga Lourenço Marques e tenha escrito toda a sua obra em terras moçambicanas.

Vista de Maputo



Vista de Maputo



3.3. Música

A música de Moçambique é uma das mais importantes manifestações da cultura deste país. A música tradicional tem características bantu e influência árabe principalmente na zona norte e, como tal, é normalmente criada para acompanhar cerimónias sociais, principalmente na forma de dança. A música comercial tem raízes na música tradicional, mas muitas vezes usando ritmos e tecnologias importadas de outras culturas. A música jovem de Moçambique contém vários estilos musicais, dentre os quais marrabenta, hip hop, passada, R&B, dzukuta, entre outros. Alguns artistas incluem Mc Roger, Neyma, Dama Do Bling, Ziqo, Denny O G, Yara, Doppaz, The Dream, Drp, 360 Graus, Valdemiro José, Estaka Zero, Gpro, Mahel, Young Sixties, Karim Djabar, Mr.Ripper, Lizha James, Trio Fam, ELEX e EDR (Esquadrão do Rap).

3.4. Dança

Um dos tipos de música comercial mais conhecidos é a marrabenta, originária do sul do país, que não é apenas música de dança, mas tem frequentemente uma letra com grande conteúdo social.

Também há o merengue, que nasceu em Moçambique.

3.5. Artes plásticas

Moçambique é reconhecido por seus artistas plásticos.

Artistas como Malangatana, Chichorro, Naguib, Ismael Abdula, Samat e Idasse destacam-se na área de pintura.

“As artes plásticas em Moçambique jamais voltariam a ser o que eram” como escreveu um jornalista cultural em 2003 na sequência da primeira exposição

José Craveirinha



Mia Couto



Paulina Chiziane



do MUVART, como é abreviadamente conhecido o Movimento de Arte Contemporânea de Moçambique.

No que diz respeito à escultura, existem várias técnicas de trabalhar os materiais, como a cinzelação, a fundição, a moldagem ou a aglomeração de partículas para a criação de um objecto.

Vários materiais se prestam a esta arte, uns mais perenes como o bronze ou o mármore, outros mais fáceis de trabalhar, como a argila, a cera ou a madeira. Embora possam ser utilizadas para representar qualquer coisa, ou até coisa nenhuma, tradicionalmente o objectivo maior foi sempre representar o corpo humano, ou a divindade antropomórfica.

3.6. Religião

Há cerca de 5 milhões de cristãos, a maioria dos quais aderente da Igreja Católica Romana e 4 milhões de muçulmanos.

4. RECURSOS ECONÓMICOS

4.1. Agricultura

Cerca de 45% do território moçambicano tem potencial para agricultura, porém 80% dela é de subsistência.

4.2. Minérios

Carvão, sal, grafite, bauxite, ouro pedras preciosas e semipreciosas. Possui também reservas de gás natural e mármore e madeiras.

4.3. Indústria

Alimentos, têxtil, vestuário, tabaco, química e bebidas, principalmente cerveja e cada vez mais, o turismo.

Dança de Moçambique



Mulheres da Ilha de Moçambique



Pintura de Malangatana



Mesquita de Maputo



Barragem de Cahora Bassa



Uma praia no Índico



5. GASTRONOMIA

Receitas

Bifes com Molho de Amendoim

Ingredientes:

- 2 Dentes de alho
- 500 Grs de bifes de vitela não muito altos
- 60 Grs de amendoim
- 3 Tomates maduros
- 2 Cebolas
- 1 Dl de azeite
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.
- 1 Dl de água

Confecção:

Temperam-se os bifes com sal e pimenta. Leve um tacho ao lume com o azeite, as cebolas cortadas às rodelas finas, os dentes de alho pisados, os tomates sem peles nem sementes picados e por cima ponha os bifes. Tapa-se o tacho e deixa-se cozer. Quando a carne estiver tenra adiciona-se o amendoim pisado e misturado com 1 dl de água. Deixa-se ferver para apurar. Sirva acompanhado com batatas-doces cozidas.

Camarões com Leite de Coco

Ingredientes:

- 5 A 6 dl de leite de coco
- 1 Cebola
- 1 Kg de camarões
- 2 Tomates
- 1 Colher de café de açafraão
- Sal q.b.



- Malagueta q.b.
- 1 Dl de azeite

Confecção:

Descascam-se os camarões em cru. Reserve. Num tacho leva-se ao lume o azeite, a cebola picadinha. Logo que a cebola esteja loura, junta-se o tomate sem peles nem sementes e picado e deixa-se cozer até se desfazerem. Junta-se o miolo do camarão e deixa-se tomar gosto, mexendo por 2 minutos. Adiciona-se o leite de coco misturado com o açafraão, a malagueta e o sal. Deixa-se ferver em lume brando durante 15 minutos. Sirva em travessa acompanhando com arroz branco.

Galinha com Manga

Ingredientes:

- 1 Galinha
- 1 Cebola
- 3,5 Dl de leite completo
- 3 Dentes de alho
- 250 Grs de polpa de manga cortada aos bocados
- Piri-piri q.b.
- Sal q.b.
- 1 Dl de azeite



Confecção:

Num tacho leva-se ao lume a refogar o azeite, a galinha cortada aos bocados, a cebola e os dentes de alho picados. Quando a galinha perder a cor de crua, adiciona-se o leite e os bocados de manga. Tempera-se com piri-piri e sal. Tapa-se o tacho e deixa-se cozer. Sirva acompanhada com arroz.

Mimini**Ingredientes:**

- Leite de coco q.b.
- 1 Cebola
- 3 Tomates
- 0,5 Dl de azeite ou óleo
- Sal q.b.
- Piri-piri q.b.
- 600 Grs de mandioca
- 700 Grs de garoupa cortada às postas

Confeção:

Tempera-se o peixe com sal depois de arranjado e cortado às postas. Fica a tomar gosto cerca de 30 minutos. Frita-se o peixe. Reserve. Leva-se um tacho com a cebola picada, o óleo e o tomate sem peles nem sementes a refogar. Descasca-se a mandioca e corta-se aos palitos, que se põe no refogado depois de lavada. Tempera-se com sal e piri-piri. Adiciona-se o leite de coco suficiente para cobrir. Deixe levantar fervura, juntam-se as postas de peixe frito e ferve-se até a mandioca estar cozida.

Sobremesa**Cuscuz de Moçambique****Ingredientes:**

- 1 Chávena de açúcar
- 1 Chávena de leite
- 2 Chávenas de farinha de trigo
- 2 Chávenas de farinha de milho
- 1 Colher de sopa de manteiga
- 1 Colher de sopa de canela
- 1 Colher de sopa de fermento
- 2 Ovos

**Confeção:**

Batem-se os ovos com o açúcar e depois junta-se a manteiga. Bate-se até ficar cremoso. Depois juntam-se as farinhas (de trigo e de milho), o fermento, a canela e o leite. Depois de tudo preparado, verte-se a mistura numa forma untada com muita manteiga e leva-se ao forno a cozer.



PORTUGAL

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino Nacional (1ª estrofe)

Heróis do mar, nobre povo,

Nação valente e imortal

Levantai hoje de novo

O esplendor de Portugal!

Entre as brumas da memória,

Ó Pátria, sente-se a voz

Dos teus egrégios avós

Que há-de guiar-te à vitória!

Às armas, às armas!

Sobre a terra, sobre o mar,

Às armas, às armas!

Pela Pátria lutar

Contra os canhões marchar, marchar!

1. HISTÓRIA

A História da fundação de Portugal remonta ao ano de 1143. A estabilidade das suas fronteiras continentais, praticamente inalteradas desde o século XIII, faz de Portugal um dos mais antigos países do mundo e reflectem a sua marcada identidade e unidade interna. A sua localização ao longo de 840km de Costa Atlântica, cedo determinou a vocação marítima do seu povo. No início do século XV, os Portugueses iniciaram a maior epopeia de viagens jamais empreendida, que os tornaria célebres pela descoberta dos caminhos marítimos para a Índia, Brasil, China e Japão, rasgando os limites do mundo e permitindo um encontro globalizante de culturas. No terceiro quartel do século XVIII Portugal entrou no caminho da modernização. À luz do dirigismo económico e do iluminismo cultural as estruturas do Estado foram reorganizadas e reestruturados os sectores da indústria e do comércio.

Na transição para o século XIX os ventos revolucionários que sopraram da América e de França acabaram por chegar a Portugal pondo fim em 1820 à monarquia tradicional, conduzindo à independência do Brasil e à implantação da monarquia constitucional no nosso país.

A entrada no século XX, marcada pela desestabilização da vida política, conduziria à implantação da República em 5 de Outubro de 1910. Portugal participou na primeira Grande Guerra ao lado dos Aliados. Em meados dos anos vinte, a situação económica e financeira do país era grave e neste contexto, surge o "Estado Novo" marcado pelo corporativismo e pelo autoritarismo, com a supressão das liberdades democráticas.


Em 25 de Abril de 1974, na sequência de uma acção militar, restabelece-se em Portugal um regime democrático e de plena afirmação do desenvolvimento do país, que passaria em 1986, pela adesão à, então, Comunidade Económica Europeia (CEE).

1.1. Data da Independência: 5 de Outubro de 1143 (Tratado de Zamora).

1.2. Designação oficial: República Portuguesa.

1.3. Principais organizações internacionais a que pertence:

- EU (União Europeia) 
- CPLP (Comunidade dos Países de Língua Portuguesa) 
- ONU (Organização das Nações Unidas) 

- NATO (Organização do Tratado do Atlântico Norte). 
- OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico).

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização

Portugal, nação e estado soberano, cuja parte continental está situada na Europa, no seu extremo sudoeste, é o estado que no continente europeu se mantém nos seus limites actuais, desde os tempos mais antigos. Da República Portuguesa fazem parte as duas regiões autónomas – Açores e Madeira – arquipélagos situados no Oceano Atlântico. O seu clima é temperado. O País confina a Norte e a Leste com a Espanha, a Ocidente e a Sul com o Oceano Atlântico. A superfície do continente é de 88.796 Km², a da Região Autónoma dos Açores é de 2 330 Km² e a da Madeira é de 779Km², perfazendo um total para o País de 91.905Km². A localização geográfica do País proporciona não só um acesso rápido ao mercado europeu, mas também à costa atlântica da América do Norte, da América Latina e ao Continente Africano.

2.2. Superfície: 91.905 Km².

2.3. População: 10.000.000 de habitantes.

2.4. Capital: Lisboa com 529.485 (concelho) e 2.1000.000 (Grande Lisboa).

2.5. Clima: Temperado marítimo.

Portugal e seus distritos



Portugal na Europa



3. CULTURA

3.1. Língua

A língua oficial de Portugal é o português, uma das primeiras línguas cultas da Europa medieval.

3.2. Literatura

A literatura portuguesa compreende poesia, prosa e teatro. Em todas essas áreas houve artistas que se destacaram pelo génio e pela cultura. A literatura oral obrigou que as obras literárias fossem, quase sempre, apresentadas de forma poética (a métrica e a rima, bem como o uso de versos recorrentes) facilitava a memorização de longos relatos, e as gestas e as vidas de santos eram assim cantadas (e contadas).

Muitos destes poemas foram depois passados para prosa (acrescentados de pormenores mais ou menos fiáveis ou, então, expurgados de factos de cariz lendário - ainda que os cronistas não desdenhassem o lado místico das narrativas, até pelo facto de estes serem, basicamente, monges).

Portugal é muitas vezes designado como “um país de poetas”. Efectivamente, a poesia portuguesa tem tido um peso e influência substancialmente maior na literatura do país do que a prosa e não é de desprezar toda a poética galaico-portuguesa medieval e, mais tarde (desde o século XIX onde a moderna poesia portuguesa estabelece as suas raízes num punhado de poetas relevantes), do neoclassicismo aos poetas contemporâneos.

Luís de Camões e Fernando Pessoa são considerados como estando entre os maiores poetas portugueses de todos os tempos, aos quais se pode acrescentar Eugénio de Andrade, Florbela Espanca, Cesário Verde, Mário de Sá-

Vista de Lisboa: aqueduto



Arco da Rua Augusta



Carneiro, António Ramos Rosa, Mário Cesariny, Antero de Quental, Herberto Helder e António Aleixo entre outros.

“As Amoras”

*O meu país sabe às amoras bravas
no verão.
Ninguém ignora que não é grande,
nem inteligente, nem elegante o meu país,
mas tem esta voz doce
de quem acorda cedo para cantar nas silvas.
Raramente falei do meu país, talvez
nem goste dele, mas quando um amigo
me traz amoras bravas
os seus muros parecem-me brancos,
reparo que também no meu país o céu é azul.*

Eugénio de Andrade

Na prosa, Damião de Góis, o Padre António Vieira, Almeida Garrett, Eça de Queirós, Camilo Castelo Branco, Miguel Torga, Fernando Namora, José Cardoso Pires, Teolinda Gersão, António Lobo Antunes e José Saramago (prémio Nobel) são nomes de grande relevo.

No teatro, destacam-se as figuras maiores de Gil Vicente, António José da Silva – o Judeu, Almeida Garrett e Bernardo Santareno.

3.3. Música

Portugal é internacionalmente conhecido pela sua tradição no Fado, sendo talvez este o género musical que melhor caracteriza o espírito português, mas tem-se observado uma recente expansão em diversos estilos musicais, como o rock ou o hip-hop. Se a Amália ainda é o nome mais conhecido na música portuguesa, hoje em dia as bandas de maior sucesso têm estilos tão diversificados como Moonspell (gothic metal), Madredeus (várias influências, desde o fado à bossa nova), Da Weasel (hip-hop), ou Wraygunn (rock, Soure e blues). A música tradicional mantém-se popular, embora tendo sido modernizada, especialmente na região de Trás-os-Montes.

3.4. Dança

A dança em Portugal depende muito do folclore português e este, por sua vez, das diferentes regiões do país. Das muitas danças que existem, podem destacar-se o Fandango, a Dança de Roda, a Valsa de Dois Passos, a Chotiça, o Corridinho, o Vira e o Verde-gaio.

3.5. Artes plásticas

Pintura

Foi apenas a seguir ao séc. XV, depois de traçados os limites fronteiriços e começados os descobrimentos marítimos que a arte portuguesa realmente se expandiu. Alguns reis, tal como D. João I, já tinha pintores reais. O estilo gótico foi substituído pelo humanismo do quattrocento italiano.

Durante o reinado de D. Afonso V, houve um pintor que mudou a pintura em Portugal, criando a Escola Nacional - o pintor Nuno Gonçalves. A sua influência continuou mesmo depois da sua morte. Pintou o Retábulo do Altar das

Damião de Gois



Almeida Garrett



A. Lobo Antunes



José Saramago



Amália Rodrigues



Guitarra do Fado



Relíquias de São Vicente na Sé de Lisboa. Essa obra ardeu e acabou por ser substituída por uma escultura barroca, contudo estão ainda expostas algumas obras deste artista no Museu Nacional de Arte Antiga.

Nos anos dourados portugueses, no final do séc. XV, início do séc. XVI, os pintores portugueses foram influenciados pela pintura flamenga. Foi durante este período que a pintura portuguesa começou a ter reconhecimento internacional, sobretudo devido à originalidade e diversidade de características. Contudo há poucos registos dos pintores da época, já que estes eram considerados uma espécie de artesãos. A arte produzida por esses artistas não se destinava apenas às cidades de Portugal Continental, mas também às suas colónias, tais como Malaca, Goa e alguns locais de África.

Realismo e Naturalismo

No séc. XIX, os pintores naturalistas e realistas, tais como Columbano Bordalo Pinheiro, Henrique Pousão, José Malhoa e Silva Porto revitalizaram a pintura para combater o academismo do neoclassicismo. Tinham estudado no estrangeiro, normalmente em Paris, onde se concentravam as grandes figuras culturais da época. A convivência com pintores tais como Manet, Degas e outros dava-lhes bases mais sólidas nas quais podiam aplicar as suas habilidades artísticas.

Modernismo

Já no início do séc. XX a arte portuguesa cresceu tanto em quantidade como em qualidade, principalmente pelos trabalhos desenvolvidos pelos modernistas: Amadeo de Souza Cardoso, Almada Negreiros e Santa-Rita Pintor.

Arte contemporânea

Na segunda metade do século XX a pintora abstracta Vieira da Silva obteve muito reconhecimento pela obra desenvolvida, tal como mais tarde Paula Rego também o teve.

Arte online – pintura

Como alternativa às usuais exposições físicas que implicam deslocação e conseqüentemente tempo, os pintores da época moderna redefiniram os parâmetros de apresentação dos seus trabalhos optando por galerias virtuais. Esta nova exposição de trabalhos dá oportunidades a novos nomes de se tornarem conhecidos ao mesmo tempo que permite ao público uma maior acessibilidade e conhecimento do que de novo se vai passando na praça. Comprar quadros ou simplesmente observar os novos pintores portugueses implica apenas um click. São um novo corpo de artistas com ocupações várias, entre as quais encaixam o exercício do belo e do estético. O espaço da arte está cada vez mais perto e acessível a todos.

3.5. Religião

A maioria dos Portugueses (cerca de 84% da população total - segundo os resultados oficiais do Censos 2001), inscrevem-se numa tradição católica. A prática dominical do Catolicismo segundo um estudo da própria Igreja Católica (também de 2001) é realizada por 1.933.677 católicos praticantes (18.7% da população total) e o número de comungantes é de 1.065.036 (10.3% da população total). Cerca de metade dos casamentos realizados são casamentos católicos, os quais produzem automaticamente efeitos civis. O divórcio é permitido, conforme estabelecido no Código Civil, por mútuo consentimento

Políptico de Nuno Gonçalves



Pintura de José Malhoa



Henrique Pousão



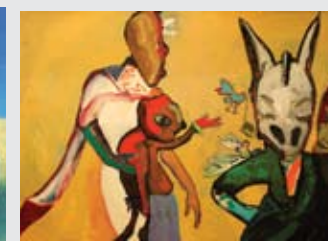
Amadeo de Souza Cardoso



Almada Negreiros



Paula Rego



ou por requerimento no tribunal por um dos cônjuges, apesar de o Direito Matrimonial Canónico não prever esta figura. Existem vinte dioceses em Portugal, agrupadas em três províncias eclesíásticas: Braga, Lisboa e Évora.

O protestantismo em Portugal possui várias denominações actuantes maioritariamente de cultos com inspiração evangélica neopentecostal (ex.: Assembleia de Deus e Igreja Maná) ou de imigração brasileira (ex.: IURD).

4. RECURSOS ECONÓMICOS

Durante os séculos XV e XVI, Portugal foi uma potência económica, social e cultural relevante, constituindo-se o primeiro e o mais duradouro império colonial de amplitude global.

É hoje um país desenvolvido, economicamente próspero, social e politicamente estável e humanamente desenvolvido.

Membro da União Europeia desde 1986, é um dos países fundadores da Zona Euro, NATO-OTAN e da OCDE.

Desde 1985, o país entrou num processo de modernização num ambiente bastante estável (1985 até à actualidade) e juntou-se à União Europeia em 1986. Os sucessivos governos fizeram várias reformas, privatizaram muitas empresas controladas pelo Estado e liberalizaram áreas-chave da economia, incluindo os sectores das telecomunicações e financeiros. Portugal desenvolveu uma economia crescentemente baseada em serviços e foi um dos onze membros fundadores da moeda europeia - o Euro - em 1999. Portugal faz parte dos países com um *índice de desenvolvimento humano* (IDH) alto e também pertence ao que usualmente designam-se como grupo dos países desenvolvidos.

O crescimento económico português esteve acima da média da União Europeia na maior parte da década de 1990. O PIB per capita ronda os 76% das maiores economias ocidentais europeias. O ranking anual de competitividade de 2005 do *Fórum Económico Mundial* (WEF – World Economic Forum), coloca Portugal no 22º lugar, à frente de países como a Espanha, Irlanda, França, Bélgica e da cidade de Hong Kong. Esta classificação representa uma subida de dois lugares face ao ranking de 2004. No contexto tecnológico, Portugal aparece na 20ª posição do ranking e na rubrica das instituições públicas, Portugal é 15ª melhor.

Um estudo sobre qualidade de vida feito pelo Economist Intelligence Unit ou EIU Quality-of-life Survey [2] coloca Portugal em 20º lugar entre os países com melhor qualidade de vida.

Em parte, com o recurso a fundos da União Europeia, o país fez nas duas últimas décadas investimentos avultados em várias infraestruturas, dispondo hoje de uma extensa rede de auto-estradas e beneficiando de boas acessibilidades rodoviárias e ferroviárias.

Com um passado predominantemente agrícola, actualmente e devido a todo o desenvolvimento que o país registou, a estrutura da economia baseia-se nos serviços e na indústria, que representam 67,8% e 28,2% do VAB (Fonte: INE, 2004).

As maiores indústrias transformadoras são os têxteis, calçado, cabedal, mobiliário, mármore, cerâmica (de destacar a Vista Alegre) e a cortiça. As indústrias modernas desenvolveram-se significativamente: refinarias de petróleo, petroquímica, produção de cimento, indústrias do automóvel e navais, indústrias eléctricas e electrónicas, maquinaria e indústrias do papel. Portugal tem um dos maiores complexos de indústrias petroquímicas europeus situado em Sines e dotado de um porto. A indústria automóvel também é relevante em

Mosteiro da Batalha- séc XV.



Auto-estrada



Casa da Música



Expo'98



Portugal e localiza-se em Palmela (a maior infraestrutura é a Autoeuropa), Setúbal, Porto, Aveiro, Braga, Santarém e Azambuja.

As oliveiras (4000 km²), os vinhedos (3750 km²), o trigo (3000 km²) e o milho (2680 km²) são produzidos em áreas bastante vastas. Os vinhos (especialmente o Vinho do Porto e o Vinho da Madeira) e azeites portugueses são bastante apreciados devido à sua qualidade. Também Portugal é produtor de fruta de qualidade seleccionada, nomeadamente as laranjas algarvias, a pêra rocha da região Oeste e a cereja da Gardunha. Outras produções são de horticultura ou floricultura, como a beterraba doce, óleo de girassol e tabaco.

A cortiça tem uma produção bastante significativa: Portugal produz metade da cortiça produzida no mundo. Recursos minerais significativos são o volfrâmio, o estanho e o urânio. Alguns dos recursos naturais, tais como os bosques que cobrem cerca de 34% do país, são nomeadamente: pinheiros (13500 km²), sobreiros (6800 km²), azinheiras (5340 km²) e eucaliptos (2430 km²).

O país compra principalmente dentro da União Europeia: Espanha, Alemanha, França, Itália e Reino Unido. Também vende a maioria dos seus produtos dentro da União: Alemanha, Espanha e França são os parceiros principais.

O norte de Portugal vai ter o primeiro parque mundial de aproveitamento da energia das ondas.

A região de Lisboa é a mais rica de Portugal, com um PIB *per capita* superior ao da média da União Europeia.

Indústria automóvel



Produção de vinhos



5. GASTRONOMIA

Receitas

Sopa de Pedra

Ingredientes:

Para 8 a 10 pessoas

- 1 litro de feijão encarnado
- 1 orelha de porco
- 1 chouriço negro (de sangue da região)
- 1 chouriço de carne
- 150 g de toucinho entremeado
- 750 g de batatas
- 2 cebolas
- 2 dentes de alho
- 1 folha de louro
- 1 molho de coentros
- sal e pimenta

Confecção:

Se o feijão for do ano, não necessita ser demolhado. Se for duro, põe-se de molho durante algumas horas. Escalda-se e raspa-se a orelha de porco. Leva-se o feijão a cozer em bastante água juntamente com a orelha, os chouriços, o toucinho, as cebolas, os alhos e o louro. Tempera-se com sal e pimenta. Se for necessário juntar mais água, deve ser sempre a ferver. Quando a carne estiver cozida, retira-se e introduzem-se na panela as batatas cortadas aos quadrinhos e os coentros picados. Deixa-se cozer a batata. Assim que se retirar a panela do lume, introduzem-se as carnes previamente cortadas aos bocadinhos e uma pedra bem lavada, que deve ir na terrina.



Cozido à Portuguesa

Ingredientes:

Para 8 pessoas

- 1 frango ou meia galinha
- 1 salpicão
- 1 chouriça de carne
- 1 chouriço de sangue
- 400 g de costelas (entrecosto)
- 4 a 5 ossos de suã (espinhaço)
- 1 orelheira e beiça (focinho)
- 1 couve lombarda
- 1 couve portuguesa
- 5 cenouras
- 3 nabos
- 5 a 6 batatas
- 8 rabas (facultativo)



Para o arroz:

- 750 g de arroz
- 1 cebola
- 2 dentes de alho
- 3 colheres de sopa de azeite
- sal
- pimenta

Confeção:

Espetam-se uns palitos de madeira nos chouriços (de sangue e de carne) e cozem-se em água simples. Numa panela com água põem-se a cozer os ossos de suã, depois de bem lavados. Estando os ossos um pouco cozidos, introduzem-se na panela o entrecosto e o frango (ou a meia galinha), a orelheira e beiça e o salpicão. Estas carnes retiram-se à medida que vão cozendo. Em seguida introduzem-se os legumes arranjados e descascados na água de cozer as carnes e deixam-se cozer. Entretanto, começa a prepara-se o arroz: pica-se a cebola e aloura-se ligeiramente no azeite, juntamente com os dentes de alho apenas esborrachados. Os alhos retiram-se mal comecem a alourar. Deita-se o arroz no refogado depois de bem lavado e escorrido e deixa-se fritar, sem corar, até absorver a gordura. Tempera-se com sal e pimenta. Rega-se com o caldo onde cozeram as carnes e os legumes. O caldo deve ter o dobro do volume do arroz. Deixa-se levantar fervura e mete-se no forno, devendo ficar bem seco.

Para servir, cortam-se as carnes, aquecem-se no caldo e colocam-se numa travessa juntamente com os legumes. O arroz é servido à parte, decorando-se a superfície com os enchidos e eventualmente rodela de cenoura.

Bacalhau à Zé do Pipo

Ingredientes:

Para 4 pessoas

- 1 lombo de bacalhau
- 1 litro de leite
- 2 cebolas médias
- 4 colheres de sopa de azeite
- 1 folha de louro
- sal e pimenta



Confeção

Depois de bem demolhado, corta-se o bacalhau em postas. Leva-se a cozer com o azeite. Entretanto, picam-se as cebolas e levam-se a estalar com o azeite, o louro, sal e pimenta e um pouco de leite de cozer o bacalhau. A cebola deve ficar branca e macia e nunca loura. Depois de cozido, escorre-se o bacalhau e coloca-se num recipiente de barro ou, o que é preferível, cada posta num recipiente de barro individual. Deita-se a cebola sobre as postas de bacalhau, que depois se cobrem completamente com a maionese. Contorna-se com o puré de batata passado com a seringa ou saco e leva-se a gratinar. Enfeita-se com azeitonas pretas.

* Receita de uma célebre casa de pasto que existiu no Porto a cujo proprietário davam o nome de Zé do Pipo.

Bacalhau com batatas a murro

Ingredientes

Para 6 pessoas

- 4 postas grandes e altas de bacalhau
- 5 dl de azeite

- 4 dentes de alho
- 1 kg de batatas (todas do mesmo tamanho)
- sal grosso
- pimenta

Confeção

Escolhe-se o bacalhau bem alto e põe-se de molho (de preferência dentro do frigorífico) durante 2 a 3 dias, conforme a cura. Depois enxuga-se muito bem o bacalhau e assa-se nas brasas. Ao lado põe-se ao lume um tacho com o azeite, os dentes de alho e a pimenta. Deixa-se levantar fervura. À medida que o bacalhau vai assando, vai-se fazendo em lascas e mergulhando no azeite. Serve-se imediatamente acompanhado com batatas assadas com a pele, partidas a murro.

Preparação das batatas: Lavam-se as batatas, passam-se por sal grosso e levam-se a assar no forno. A meio da assadura, dá-se-lhes uma pancada (murro) para as esborrachar um pouco. Salpicam-se com mais sal grosso e deixam-se acabar de assar.

Favada à Portuguesa

Ingredientes

Para 4 pessoas

- 4 kg de favas (com casca)
- 100 g de toucinho entremeado
- 2 colheres de sopa de azeite
- 1 chouriço de carne (pequeno)
- 1 chouriço mouro
- 2 cebolas
- 2 dentes de alho
- 1 folha de louro
- 1 ramo de coentros
- salsa
- açúcar
- sal e pimenta



Confeção

Leva-se um tacho ao lume com o azeite, as cebolas e os alhos picados, o toucinho cortado em tiras e os enchidos. Deixa-se refogar. Retiram-se as carnes e introduzem-se as favas descascadas, um bom ramo de coentros, salsa e louro. Tempera-se com uma pitada de açúcar e pimenta e por cima dispõem-se as carnes. Tapa-se o recipiente e deixa-se cozer suavemente, sacudindo de vez em quando. Se for necessário, junta-se um pouco de água quente. Antes de se retirar do lume rectificam-se os temperos. Servem-se as favas num prato coberto com os enchidos cortados às rodelas e o toucinho. Acompanha-se com salada de alface, temperada com azeite e vinagre e coentros picados.

Sobremesa

Arroz Doce

Ingredientes

- 250 gr de arroz
- 7,5 dl de leite
- 250 gr de açúcar
- 3 Gemas de ovos
- Casca de limão q.b.
- 1 Pedacinho de canela em pau
- Canela em pó
- Sal q.b.



Confeção

Leva-se o leite ao lume num tacho. Quando começar a ferver junta-se o açúcar, o arroz, o sal, a casca de limão e o pauzinho de canela. Assim que o arroz estiver cozido, retira-se do lume e deixa-se arrefecer um pouco. Batem-se as gemas à parte, juntam-se em seguida ao arroz, mexe-se muito bem e leva-se a lume brando para cozer as gemas. Serve-se em travessas ou pratinhos com canela em pó.

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino Nacional (Parcial)

Independência total

Glorioso canto do povo

Independência total

Hino sagrado combate

Dinamismo

Na luta nacional

Juramento eterno

No país soberano

De São Tomé e Príncipe

Guerrilheiro da guerra sem armas na mão

Chama viva na alma do povo

Congregando os filhos das ilhas

Em redor da Pátria Imortal

1. HISTÓRIA

As ilhas de São Tomé e Príncipe estiveram desabitadas até 1470, quando os navegadores portugueses João de Santarém e Pedro Escobar as descobriram. A cana-de-açúcar foi introduzida nas ilhas no século XV, mas a concorrência brasileira e as constantes rebeliões locais levaram a cultura agrícola ao declínio no século XVI. Assim sendo, a decadência açucareira tornou as ilhas entrepostos de escravos.

Numa das várias revoltas internas, um escravo chamado Amador, considerado herói nacional, controlou cerca de dois terços da ilha de São Tomé. A agricultura só foi estimulada no arquipélago no século XIX, com o cultivo de cacau e café.

Durante estes dois séculos do Ciclo do Cacau, criaram-se estruturas administrativas complexas. Elas compunham-se de vários serviços públicos, tendo à sua frente um chefe de serviço. As decisões tomadas por este tinham de ser sancionadas pelo Governador da Colónia, que para legislar, auxiliava-se de um Conselho de Governo e de uma Assembleia Legislativa.

O Governador deslocava-se periodicamente a Lisboa, para informar o governo colonial e dele trazer instruções.

Na Ilha do Príncipe, em representação do Governo havia o Administrador do Concelho, com largas atribuições. A colónia achava-se dividida em dois concelhos, o de São Tomé e o do Príncipe, e em várias freguesias.

Em 1960, surge um grupo nacionalista opositor ao domínio português. Em 1972, o grupo dá origem ao MLSTP (Movimento de Libertação de São Tomé e Príncipe), de orientação marxista. Assim, em 1975, após cerca de 500 anos de controlo de Portugal, o arquipélago é descolonizado.

Palácio do Governo



Fortaleza de São Sebastião




Após a independência, foi implantado um regime socialista de partido único sob a alçada do MLSTP. Dez anos após a independência (1985), inicia-se a abertura económica do país. Em 1990, adopta-se uma nova constituição, que institui o pluripartidarismo.


1.1 Data da Independência: 12 de Julho de 1975

1.2 Designação oficial: República Democrática de São Tomé e Príncipe.

1.3 Principais organizações internacionais a que pertence:

CPLP (Comunidade dos Países de Língua Portuguesa) 

ONU (Organização das Nações Unidas) 

CEDEAO (Comunidade dos países da África Ocidental) 

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização:

São Tomé e Príncipe é um estado insular localizado no Golfo da Guiné e na linha do Equador, composto por duas ilhas principais (São Tomé e Príncipe) e várias ilhotas. Não tem fronteiras terrestres, mas situa-se relativamente próximo das costas do Gabão, Guiné Equatorial, Camarões e Nigéria.

2.2. Superfície: 964 km².

2.3. População: 160.000 habitantes.

Mapa de São Tomé e Príncipe



São Tomé e Príncipe na África



Arquitetura colonial



Uma rua de São Tomé



2.4. Capital: São Tomé, 51.000 habitantes.

2.5. Clima: São Tomé e Príncipe tem um clima do tipo equatorial, quente e húmido, com temperaturas médias anuais que variam entre os 22° C e os 30°C. É um país com uma multiplicidade de microclimas, definidos, principalmente, em função da pluviosidade, da temperatura e da localização. A temperatura varia em função da altitude.

3. CULTURA

3.1. Língua

A grande maioria do povo são-tomense fala português (95%), mas também fala três crioulos diferentes de base portuguesa.

3.2. Literatura

Destacam-se, entre poetas e escritores: Alda Espírito Santo, Francisco Tenreiro, Costa Alegre, Tomás Medeiros e Maria Manuela Margarido.

3.3. Música

Com uma história densa de contornos universais, São Tomé e Príncipe é um mosaico cultural muito rico. A população são-tomense é resultado da miscigenação entre portugueses e nativos oriundos da costa do Golfo da Guiné, Angola, Cabo Verde e Moçambique, bem patente na sua cultura (no folclore, na língua, na dança, na música, no seu ritual e na gastronomia).

Eis alguns dos artistas e grupos mais divulgados: África Negra, Camilo Domingos, Danyllis, Gapa, Gilberto Gil Umbelina, João Seria, Juka, Kalú Mendes, os 'Untués e Tino Burinda.

Ao longo do ano, são muitas as festividades religiosas celebradas de acordo com as tradições da Igreja Católica e manifestações pagãs que animam as ruas das principais cidades, vilas e luchans.

Entre várias formas de expressão cultural no arquipélago, distinguem-se o genuíno Socopé (só com o pé), a Ússua, Puita, Djambi, o Tchiloli, Bligá, Stleva, Quiná, Vindes Meninos, Dêxa, Auto de Floripes, entre outras.

O Teatro Tchiloli

Desde o século XVI, uma peça de teatro, o Tchiloli, é encenada na ilha de São Tomé e Príncipe ritmando os tempos fortes do ano: as festas religiosas e as festas civis. A representação dura quase quatro horas. Sendo uma obra atribuída ao poeta cego português Balthasar Dias: "A tragédia do marquês de Mântua e do Imperador Carlos Magno". A peça foi introduzida em São Tomé e Príncipe no fim do século XVI pelos portugueses que vieram implantar a cultura de cana-de-açúcar.

A história desenrola-se durante a época carolíngia e foi trazida sem dúvidas pelos trovadores de origem borgonhesa a partir do século XI em Portugal.

O Tchiloli (nome crioulo da peça) mostra várias personagens históricas: Carlos Magno, seu filho Carloto, o Marquês de Mântua, Balduino, Reinaldo de Montalvão, Rolando. O encadeamento da história é construído em torno de um assassinato que dá lugar a uma longa apologia sobre a justiça. O assassinato acontece durante uma caçada, o Marquês de Mântua descobre o seu sobrinho Valdevinos, que agoniza. Valdevinos em agonia acusa o príncipe

D. Carloto, seu melhor amigo, de o ter morto para lhe roubar a sua esposa, Sibila. O Marquês de Mântua envia o duque de Amão e Beltrão a Corte de Carlos Magno para pedir justiça. É então organizado um processo na presença do defunto que é colocado entre as duas famílias. Uma carta encontrada é levada por um jovem pagem, entristece Carloto. Apesar das súplicas da sua mulher, Carlos Magno condena à morte o seu filho na presença do ministro da Justiça. D. Carloto recorre desta decisão com ajuda do seu advogado o conde Anderson mas em vão, Carlos Magno permanece inflexível.

Desde o século XVI que os são-tomenses apropriaram-se desta peça incluindo os seus próprios textos e a sua cultura. Os textos são também improvisados de acordo com a actualidade local. Os fatos e os acessórios são frequentemente contemporâneos: telefone portátil que serve para chamar o advogado, um relógio é utilizado por Carlos Magno que consulta a hora, óculos de sol em plástico são utilizados pelos actores que utilizam também pastas, máquinas de escrever.

A peça põe em cena um processo onde a justiça é feita, quer seja o acusado rico, quer seja o acusado pobre. A presença ainda muito importante desta peça após estes séculos passados pode ser explicada por dois factos essenciais. O primeiro é a visão do poder português em Carlos Magno e um público que se reconhece na pessoa de marquês de Mântua que é injustamente oprimido mas que resiste. O segundo é a representação da vítima que é omnipresente durante a peça que representa o culto dos Africanos para as mortes com a preocupação de honrá-los.

As companhias teatrais, denominadas "Tragédia", que dão as representações de Tchiloli, são constituídas por cerca de trinta pessoas: todos homens que desempenham então os papéis das mulheres. Os papéis são hereditários, cada um dos actores possui o seu papel durante toda a vida e transmite-o aos seus filhos ou afilhados.

Kalu Mendes



Camilo Domingos



Auto de Floripes



Representação do "Tchiloli"



3.4. Dança

Tal como em todo o continente africano, a dança é parte integrante da cultura são-tomense. Ao longo do ano, as danças animam as festas, os rituais e as manifestações. Os costumes, os cantos, as saudações marcam a originalidade de cada dança.

A Ússua, nasceu no início do século XX, sendo uma dança praticada pelos “filhos da terra” de inspiração europeia: pas-des-lanciers, pas-de-quatre e minuete. A orquestra era composta à base de instrumentos europeus (acordeões) e africanos (tambores). É uma dança de salão das “roças” que foi ensinada às crianças nas escolas até à década de ‘60’. No entanto, ela continua a ser dançada em diversas ocasiões para apresentações públicas.

O Socopé é uma dança de origem africana: ritmo síncope, sensualidade, os textos criticam os acontecimentos nas comunidades. É uma dança que se dança “só com os pés”. É mundana, nascida sem dúvida no Brasil no fim do século XVII e trazida a Portugal pela Corte que estava refugiada no Rio de Janeiro. Introduzida em São Tomé e Príncipe no início do século XIX. Reúne todas as camadas sociais e todos os grupos étnicos. A orquestra é mais africana.

A Puita e o Semba designam a mesma dança. O semba foi introduzido pelos angolanos, deriva do caduque que era dançado em Luanda. A diferença é que o semba não venera os mortos como o caduque. O seu nome provém de um instrumento de música, uma flauta em bambú, denominada puita. Dança proibida na época colonial pelo seu carácter erótico, ela venera os defuntos. A tradição diz que no trigésimo dia depois da morte do defunto, uma festa seja organizada em sua honra pela sua saúde no outro mundo: come-se, bebe-se, dança-se. Ao amanhecer uma missa em honra do defunto põe fim à festa.

A Danço-Congo é a dança mais popular e a mais africana. Ela é praticada pelos Angolares que ficaram muito tempo fechados às influências europeias. É uma dança violenta, muito ritmada que mobiliza todo o corpo. Foi também proibida na época colonial e pouco apreciada pelos “filhos da terra”. Encena uns trinta dançarinos sob a orientação de um capitão acompanhado do “logoso do anso mole” (anjo da guarda da roça que morre), de dois “anso canta” (anjos cantores), de dois “pé-pau” (dançarinos em andas), de quatro doidos, de um feiticeiro, de um “zuzuzuzo” (ajudante de feiticeiro), de um “djabo” (diabo), de quatro tocadores de tambor, o resto dança tocando canzas. Os trajos são muito coloridos, sarapintados, o feiticeiro, o seu ajudante e o diabo usam disfarces terríficos, outros usam grandes chapéus. O tema do cenário é a herança de uma roça onde a estupidez e a fragilidade caracterizam os proprietários brancos das roças enquanto que a força, a bravura caracterizam os Angolares.

3.5. Artes plásticas

A arte plástica é um fenómeno cultural novo para Tomé e Príncipe. Pintores, escultores, artesãos de talento não faltam. É possível encontrar artistas em diversos lugares: em São Tomé na galeria Teia D’arte, na roça São João, na Santa Casa da Misericórdia. Quanto ao artesanato, um entreposto de venda está aberto ao público ao lado do hotel Miramar. É de assinalar também que vários hotéis, restaurantes e bares propõem lugares de exposições e de vendas.

Alguns dos artistas mais conhecidos: Eduardo Malé, Anselmo Amado, Armindo Lopes, Estanislau Neto, João Carlos Silva, Kwane, Litos Silva, Manuel Ceita, Nezo, Zémé.

3.6. Religião

As manifestações religiosas são imensamente complexas. Elas têm origem nos mais variados credos, pois se atendermos à gama de indivíduos de várias

Artesanato



Meninos de São Tomé



Tambores e dança



Roça São João



origens, vindos para São Tomé e Príncipe, facilmente se encontra a explicação deste facto.

Distinguem-se contudo, duas tendências religiosas acentuadas: a Animista e a Católica.

4. RECURSOS ECONÓMICOS

São Tomé e Príncipe é um país em vias de desenvolvimento cuja economia é baseada essencialmente no cacau, no café, na pequena agricultura e na pesca. Situado no Golfo de Guiné, sobre o Equador, a aproximadamente 220 quilómetros da costa ocidental africana, é o segundo estado mas pequeno de África, depois das Ilhas Seicheles. Tem apostado no turismo para o seu desenvolvimento, mas a recente descoberta de jazidas de petróleo nas suas águas abriu novas perspectivas para o futuro. A actividade pesqueira continua a ser uma das principais actividades económicas do país. Continua também a manter estreitas relações bilaterais com Portugal.

Relativamente ao Turismo pode-se afirmar que São Tomé e Príncipe quer favorecer um turismo de qualidade, propondo um quadro único de descoberta, preservando o melhor possível as suas paisagens luxuriantes, a sua arquitectura singular e, sobretudo, a sua cultura calma.

Percorrendo as ilhas, no meio de uma vegetação exuberante, entrecortada por numerosos cursos de água e riachos, distinguem-se relevos acidentados de altitudes diferentes. Os mais importantes são: o Pico de S. Tomé com 2024 metros, o Pico Pinheiro, o Pico Calvário, o Pico Cabumbé, o Pico do Príncipe, o Pico Papa-gaio, e o Pico Cão Grande que constitui uma referência da paisagem local.

Na estrada



A floresta



5. GASTRONOMIA

Receitas

Calulu de Peixe

Ingredientes:

- 500 grs de camarão descascado
- 1 dl de óleo-de-palma
- 1 kg de garoupa
- 5 quiabos
- 2 tomates maduros
- 2 beringelas
- 1 raminho de manjerona
- sal q.b.
- 1 folha de louro
- piri-piri q.b.
- 2 cebolas
- 20 grs de farinha



Confecção

Depois do peixe arranjado e lavado, corta-se às postas não muito finas. Leva-se um tacho ao lume com a cebola picada, a beringela descascada e cortada às rodelas, o tomate sem peles nem sementes e picado, os quiabos cortados ao meio, piri-piri pisado, o molhinho de manjerona, a folha de louro, o peixe e os camarões. Tape o tacho e deixe ferver um pouco. A seguir adiciona-se água a cobrir e deixa-se cozer. Quase no fim da cozedura, mistura-se a farinha desfeita num pouco de água, junte esta mistura ao preparado, agite o tacho para misturar e deixe engrossar o molho. Sirva acompanhado com Angu de Banana (ver receita).

Inhame Frito

Ingredientes:

- 600 grs de inhame tenro
- 2 ovos sal q.b.
- óleo para fritar q.b.
- farinha q.b

Confecção:

Depois de descascado e lavado coze-se o inhame. Escorre-se, deixa-se arrefecer e corta-se às rodelas não muito finas. Passa-se pelos ovos batidos e por farinha. Fritam-se em óleo quente. É um bom acompanhamento para carnes e peixe.

Peixe Refogado

Ingredientes:

- 1 kg de imperador
- 1 molho de espinafres
- 1 dl de óleo-de-palma
- 2 dentes de alho
- 4 tomates maduros
- 2 cebolas
- sal q.b.
- gindungo q.b.
- 1 colher de sopa de vinagre
- água q.b.

Confecção:

Num tacho, deitam-se o óleo-de-palma, os dentes de alho picados, a cebola cortada às rodelas finas, o tomate sem peles nem sementes, o peixe depois de arranjado e cortado às postas, sal, piri-piri e o vinagre. Por cima, põem-se as folhas de espinafres e adiciona-se um pouco de água. Tapa-se o tacho e leva-se ao lume muito brando a cozer durante +- 30 minutos. Convém verificar. Depois de pronto põe-se num prato de serviço. Sirva acompanhado de banana cozida e arroz branco.



Papas de Farinha de Mandioca

Ingredientes:

- 5 dl de água
- 200 grs de farinha de mandioca
- sal q.b.

Confecção:

Mistura-se a farinha de mandioca com a água e um pouco de sal num tacho. Leve o tacho a lume médio, mexendo sempre até cozer (cerca de 10 minutos). Fica espesso. É um bom acompanhamento para carnes e peixe com molho.

Sobremesas

Canjica.

Ingredientes:

- 6 ovos
- 500 grs de açúcar
- 1 pau de canela
- 1 litro de água quente
- 1 kg de milho verde
- canela em pó q.b.

Confecção:

Pisa-se muito bem o milho. Depois de pisado adiciona-se a água quente, mexa. Passa-se por um passador de rede fina, espremendo bem. Leva-se um tacho ao lume com o caldo obtido, o açúcar e a canela a ferver até estar em ponto de pérola, o que leva +- 3 minutos de fervura. Retire o tacho do lume e deixe arrefecer. Misture os ovos batidos, mexa e leve novamente ao lume muito brando, mexendo sempre para engrossar, mas sem deixar ferver. Retire o pau de canela. Verta o creme para uma taça ou tacinhas individuais. Sirva fresco, polvilhado com um pouco canela em pó.



TIMOR LESTE

Bandeira Nacional



Armas Nacionais



Hino Nacional (Parcial)

*Pátria, pátria, Timor-Leste nossa nação.
 Glória ao povo e aos heróis da nossa libertação.
 Vencemos o colonialismo.
 Gritamos: abaixo o imperialismo.
 Terra livre, povo livre,
 não, não, não à exploração.
 Avante, unidos, firmes e decididos.
 Na luta contra o imperialismo,
 o inimigo dos povos,
 até à vitória final,
 pelo caminho da revolução!*

*Refrão: Pátria, pátria, Timor-Leste nossa nação.
 Glória aos heróis da nossa libertação*

1. HISTÓRIA

A colonização

Os portugueses foram atraídos pelos recursos naturais em 1514, trazendo os missionários e a religião católica que actualmente é predominante. Com a chegada do primeiro governador, vindo de Portugal em 1702, deu-se início à organização colonial do território, criando-se o Timor Português. A ilha está dividida ao meio desde 1914, sendo a outra metade território da Indonésia.

Durante a Segunda Guerra Mundial, os Aliados (australianos e holandeses) envolveram-se numa dura guerra contra as forças japonesas em Timor. As forças japonesas entraram em Timor-Leste em Fevereiro de 1942 para expulsar as forças australianas que tinham ocupado o território em Dezembro de 1941, violando a neutralidade da então colónia portuguesa. Algumas dezenas de milhar de timorenses deram a vida lutando ao lado dos Aliados, entre os quais se encontrou o célebre régulo Dom Aleixo.

Em 1945, a Administração Portuguesa foi restaurada no Timor Português.

As guerras nas colónias africanas não encontraram eco na longínqua Timor. A razão para a ausência de sentimentos ou movimentos defensores da independência da colónia poderá residir no facto de o domínio português ter funcionado, ao longo de séculos, como aglutinador de vários povos e defensor da identidade étnica, cultural e política da região face aos vários expansionismos vizinhos em acção na Insulíndia; além disso, a presença portuguesa não assumiu um carácter de exploração económica, visto que a precária economia timorense era dominada por uma pequena burguesia de origem chinesa, há muito estabelecida no território.

Xanana Gusmão



Ramos Horta- Presidente da República



Ximenes Belo



Invasão da Indonésia

A 28 de Novembro de 1975, após uma breve guerra civil, a República Democrática de Timor-Leste foi proclamada. Apenas uns dias depois, a 7 de Dezembro de 1975, a nova nação foi invadida pela Indonésia que a ocupou durante os 24 anos seguintes.

À invasão seguiu-se uma das maiores tragédias do pós II Guerra Mundial. A Indonésia recorreu a todos os meios para dominar a resistência: calculam-se em duzentas mil as vítimas de combates e chacinas; as forças policiais e militares usavam de forma sistemática e sem controlo meios brutais de tortura, a população rural, nas áreas de mais acesa disputa com a guerrilha, era encerrada em “aldeias de recolonização”, procedeu-se à esterilização forçada de mulheres timorenses.

Desenvolveu-se uma política de descaracterização do território, quer no plano cultural (proibição do ensino do português e a islamização), quer no plano demográfico (javanização), quer ainda no plano político (integração de Timor na Indonésia como sua 27ª província).

No terreno, a guerrilha não se rendeu, embora com escassos recursos materiais, humanos e financeiros e apesar de ter sofrido pesados desaires, como a deserção de dirigentes e a perda de outros, pela morte em combate de Nicolau Lobato ou por detenção de Xanana Gusmão. Embora reduzida a umas escassas centenas de homens mal armados e isolados do mundo, conseguiu, nos tempos mais recentes, alargar a sua luta ao meio urbano com manifestações de massas e manter no exterior uma permanente luta diplomática, para o que contou, em muitas circunstâncias, com a compreensão e o apoio da Igreja Católica local, liderada por D. Carlos Ximenes Belo, bispo de Díli.

Independência


Em 30 de Agosto de 1999, os timorenses votaram por esmagadora maioria pela independência, pondo fim a 24 anos de ocupação indonésia, na sequência


de um referendo promovido pelas Nações Unidas. Em 20 de Maio de 2002 a independência de Timor-Leste foi restaurada e as Nações Unidas entregaram o poder ao primeiro Governo Constitucional de Timor-Leste.

1.1 Data da Independência: 28 de Novembro de 1975 (1ª declaração de independência). 7 de Dezembro de 1975: invasão pela Indonésia. 20 de Maio de 2002: restauração da Independência.

1.2. Designação oficial: República Democrática de Timor Leste.

2.3. Principais organizações internacionais a que pertence:

ONU (Organização das Nações Unidas) 

CPLP (Comunidade dos Países de Língua Portuguesa) 

UL (União Latina) 

2. GEOGRAFIA

2.1. Localização:

No Sudeste Asiático, a noroeste da Austrália, no arquipélago das Ilhas de Sonda na ponta oriental do arquipélago indonésio; ocupando a metade oriental da ilha de Timor, o enclave de Oecussi-Ambeno, a ilha de Ataúro e o ilhéu de Jaco.

2.2. Superfície: 15.007 km².

2.3. População: 955.000 habitantes.

2.4. Capital: Díli, 150.000 habitantes.

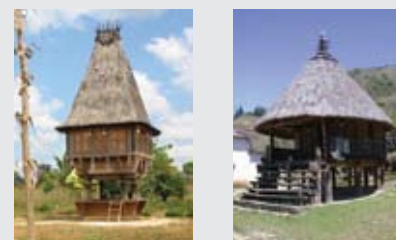
Mapa de Timor



Posição de Timor-Leste na Oceânia



Casas de Timor



2.5. Clima: Timor Leste possui um clima de características equatoriais, com duas estações anuais determinadas pelo regime de monções. A fraca amplitude térmica anual é comum a todo o território e só o regime pluviométrico tem alguma variabilidade regional. Podem considerar-se três zonas climáticas: a situada mais a norte é a menos chuvosa (menos de 1500 mm anuais) e a mais acidentada, com uma estação seca que dura cerca de cinco meses. A montanhosa zona central regista muita precipitação e um período seco de quatro meses. Por fim, a zona menos acidentada do Sul, com planícies de grande extensão expostas aos ventos australianos, é bastante mais chuvosa do que o Norte da ilha e tem um período seco de apenas três meses.

3. CULTURA

3.1. Língua

De acordo com a Constituição de Timor-Leste, o tétum e o português têm o estatuto de línguas oficiais. De acordo com parágrafo 3 do artigo 3 da Lei 1/2002, em caso de dúvida na interpretação das leis prevalece o português.

Para além do tétum, existem mais quinze línguas nacionais em Timor-Leste: ataurense, baiqueno, becais, búnaque, cauaimina, fataluco, galóli, habo, idalaca, lovaia, macalero, macassai, mambai, quémaque e tocodele.

O inglês e o indonésio têm o estatuto de línguas de trabalho.

Mercê de fluxos migratórios de população chinesa, o mandarim, o cantonês e, principalmente, o hakka são também falados por pequenas comunidades.

3.2. Literatura

Xanana Gusmão é o nome mais conhecido, mas outros escritores importantes de Timor são: Luís Cardoso, Fernando Sylvan, Jorge Lauten, Francisco Borja da Costa, Jorge Barros Duarte, João Aparício, Ponte Pedrinha - pseudónimo de Henrique Borges, Fitun Fuik e Afonso Busa Metan. Poemas, contos e crónicas de alguns desses autores encontram-se reunidos no livro "Timor Leste - Este País Quer Ser Livre", organizado por Sílvio Sant'Anna, da Editora Martin Claret.

Pátria - Xanana Gusmão

Pátria é, pois, o sol que deu o ser

Drama, poema, tempo e o espaço,

Das gerações que passam, forte laço

E as verdades que estamos a viver.

Pátria... é sepultura... é sofrer

De quem marca, có'a vida, um novo passo.

Ao povo, uma Pátria é, num traço simples...

Independência até morrer!

Do trabalho o berço, paz, tormento,

Pátria é a vida, orgulho, a aliança

Da alegria, do amor, do sentimento.

Pátria... é tradição, passado e herança!

O som da bala é... Pátria de momento!

Pátria é do futuro a esperança!

Pátria ... é do futuro a esperança!

Mercado de Díli



Paisagem



Praia de Timor



Armas Tradicionais em Timor



3.3 e 3.4 Música e dança

A música de Timor-Leste reflecte o contexto geográfico, cultural e social local, pelo que nela é possível perceber elementos distintamente autóctones, mas também influências de outras culturas musicais, como a ocidental, fruto da colonização portuguesa.

Música e dança interligam-se nos géneros tradicionais timorenses, sendo elementos fundamentais da expressão cultural. Do repertório tocado, constam quatro géneros bem definidos: tebe, tebedai, dansa e cansaun. Todos se baseiam na tradição oral e foram passando de geração em geração.

O tebe, palavra em tétum que literalmente significa dançar, é um género tradicionalmente executado em todas as casas de Timor-Leste ao anoitecer, em festas de carácter animista (estilu), durante a época das colheitas ou ainda na abertura de uma casa sagrada (uma lulik). É uma dança em roda ou em meia-lua, composta por uma ou mais melodias, com variações e sem acompanhamento instrumental, executada por elementos femininos e masculinos entrelaçados alternadamente. O círculo ou a meia-lua alarga-se ou concentra-se, enquanto os dançarinos saltam, batendo ritmadamente e entusiasmamente os pés no chão em determinadas sílabas. Trata-se de um género que se destina a ser executado como um diálogo entre dois interlocutores (independentemente do sexo), implicando uma estrutura musical do tipo pergunta-resposta.

Também uma dança, o tebedai é comum a toda a ilha de Timor, embora com variações, consoante a zona onde é executada. É um género exclusivamente rítmico, onde os elementos femininos tocam os babadok e os dadir com ou sem movimentos corporais. É composta geralmente por dois motivos rítmicos, repetidos alternadamente tantas vezes quanto as desejadas. Por vezes, o tebedai feminino é acompanhado pelo bidu masculino, realizado por um ou mais homens, que se movem livremente à frente, ao lado ou atrás das mulheres, erguendo a espada e emitindo gritos guerreiros.

Por outro lado, o género dansa classifica uma dança em que o movimento coreográfico não é realizado em roda ou meia-lua. A melodia é acompanhada pelas violas, reflectindo assim o processo de assimilação da tradição musical ocidental. É um género mais recente, que se foi difundindo pelo território e foi sendo adaptado para exprimir sobretudo actividades do quotidiano, como, por exemplo, a debulha do arroz ou a apanha do camarão. A forma mais difundida de dansa é a likurai, realizada por mulheres para, tradicionalmente, dar as boas-vindas aos

homens regressados da guerra. Elas usavam o babadok, um pequeno tambor, e, por vezes, carregavam cabeças de inimigos em procissão através da aldeia. Na sua versão actual, a likurai é usada pelas mulheres no namoro.

Finalmente, a cansaun deve ser entendida como uma melodia com acompanhamento instrumental. Esta classificação é atribuída às canções populares executadas em Timor-Leste, já com influências ocidentais, embora possa também designar as canções tradicionais, que não são dançadas.

Os instrumentos musicais, os trajes e os objectos de adorno desempenham igualmente um papel relevante na performance musical. Dos primeiros, salientam-se o babadok e o dadir (também dadil, gong ou gon). O babadok é um pequeno tambor de corpo cónico de madeira, com cerca de 30 a 50 centímetros de comprimento e de cerca de 15 centímetros de diâmetro, em geral tocado pelos elementos femininos que o percutem alternadamente com ambas as mãos. O dadir é um círculo de metal de aproximadamente 25 centímetros de diâmetro, que é percutido com uma baqueta de madeira, de altura indefinida e sem possibilidade de afinação. À semelhança do babadok, é também um instrumento tocado pelos elementos femininos. No repertório musical executado surge também as violas e as flautas de bisel soprano, instrumentos ocidentais introduzidos na performance timorense. No que diz respeito aos trajes, compõem-se de tais mane e tais fetu, masculino e feminino, respectivamente. Os tais são panos multicoloridos fabricados artesanalmente em Timor-Leste, que os homens enrolam ao redor da cintura e que as mulheres colocam em volta do corpo, abaixo das axilas. Os homens colocam um lenço na cabeça sobre o qual aplicam a kaibauk, lua de metal com aplicações de pequenas lágrimas e espigas, sendo a maior e mais ornamentada pertença do liurai, chefe ou rei tradicional timorense. A surik, espada guerreira, e o belak, disco de metal suspenso ao peito, completam o traje dos homens. As mulheres usam a kaibauk, além da ulum suku, para prender os cabelos, e do sasuit, pente

Coro Musical



Tais



Dança



de dentes largos. Usam geralmente ao peito o mortene, colar feito de materiais diversos, e à cintura um pano branco. Por fim, a lokum ou kelui, uma pulseira de metal usada pelos homens no braço e pelas mulheres no antebraço. Todos os elementos actuam descalços e com uma salenda, xaile fabricado com o mesmo tipo de pano artesanal dos tais, colocada nos ombros.

3.4. Artes plásticas

Não se encontram ainda muito desenvolvidas, mas o nome de Xanana Gusmão também se destaca como pintor, ocupando o tempo de prisão com essa actividade.

3.5. Religião

Apesar de maioritariamente católicos (95%), os timorenses não se podem considerar inteiramente convertidos, a avaliar pela rica tradição oral composta por lendas e mitologias que remontam a tempos pré-coloniais.

Pintura Gabriela Carrascalão



4. RECURSOS ECONÓMICOS

O investimento secular de Portugal na sua colónia na Insulíndia não foi suficiente para a desenvolver adequadamente, tendo esta permanecido pobre até aos nossos dias.

Foram, no entanto, construídas algumas infra-estruturas de saúde, ensino e transportes depois da Segunda Guerra Mundial. O comércio de sândalo, uma das principais mercadorias do território perdeu importância e a sua única fonte de rendimento passou a ser uma modesta produção de café.

A contribuição dada pela Indonésia na construção de infra-estruturas foi superior à de Portugal, apesar de corresponder também a interesses próprios, como o do transporte mais rápido das tropas ou da absorção sócio-cultural indonésia e descaracterização da cultura própria timorense. No entanto, grande parte das edificações foi destruída pelas milícias pró-indonésias no período que se seguiu à declaração de vitória dos independentistas: bancos, hotéis, escolas, centros de saúde, etc. A já débil economia timorense foi completamente arrasada, tendo ficado dependente totalmente da cooperação internacional para a sua reconstrução.

Corais



Petróleo, riqueza do futuro



O Café



5. GASTRONOMIA

Receitas:

Manu Sala

Ingredientes:

- 2,5 dl de leite de coco de garrafa
- sal q.b.
- pimenta q.b.
- 1 frango com 1 kg
- 3 dentes de alho
- sumo de 1 limão

Confeção:

Depois do frango arranjado, abre-se ao meio e tempera-se com os alhos pisados com sal, sumo do limão e a pimenta. Põe-se o frango numa tigela e rega-se com o leite de coco. Deixa-se neste tempero cerca de 3 horas, virando de vez em quando. Leva-se a grelhar no carvão e de vez em quando pincela-se com a marinada. Depois do frango coradinho, corta-se aos bocados. Sirva quente. Acompanhe com uma salada e arroz branco.

Sassate

Ingredientes:

Para o molho de sassate:

- 12 ou mais dentes de alho
- 1 cebola média
- colheres de sopa de pasta de amendoim ou amendoim torrado e moído
- 1 chávena de chá de molho de soja ("sutate")
- 1 chávena de chá de óleo
- 4 colheres de sopa de açúcar
- 300 gr de tamarindo vinagre q.b.
- piri-piri q.b.



Confeção:

Molho de sassate: Põe-se o tamarindo de molho em 2 chávenas de água quente. Faz-se um estrugido no óleo, com o alho e cebola muito picadinhos, quase em papa. Quando estiver loirinho, junta-se a pasta de amendoim e deixa-se refogar durante cerca de 2 minutos. Juntam-se todos os outros ingredientes. Fica a apurar cerca de 30 a 40 minutos até fazer um molho espesso e escuro.

Sassate: O "sassate" típico é feito com carne de cabrito, mas fora de Timor utiliza-se a carne de porco e toucinho entremeado com resultados satisfatórios. Corta-se a carne em cubos de um centímetro e, utilizando espetos de bambu com cerca de 15 a 20 centímetros de comprimento, fazem-se espetadas com seis ou sete bocados de carne que não deve ser temperada, sendo o molho do "sassate" que lhe vai dar o sabor. As espetadas de "sassate" vão então a grelhar, sendo pinceladas com o molho anteriormente preparado.

Bafa

Ingredientes:

- 2 kg de lombo de porco
- 1 colher de chá de açafraão em pó
- 1 dl de vinagre
- sal q.b.
- pimenta q.b.
- 2 cebolas grandes
- 4 dentes de alho



Confeção:

Coloca-se o lombo de porco num tacho e tempera-se com alhos pisados, sal, o açafraão, a pimenta, as cebolas cortadas em meias-luas finas. Rega-se com o vinagre e leva-se ao lume muito brando a cozer com o tacho tapado. Convém virar a carne de vez em quando. Depois de cozida acompanhe com uma salada mista.

* Bafa quer dizer lombo de porco.

Caldeirada de Cabrito

Ingredientes:

- 3 cebolas grandes às rodelas
- 1 cabrito com 2,5 kg
- 4 dl de cerveja
- 1 pitada de cravinho em pó
- sal q.b.
- pimenta q.b.
- 2 folhas de louro
- 12 dentes de alho
- 1 raminho de salsa
- 1,200 kgs de batatas aos quartos
- 3 dl de azeite

Confecção:

Depois do cabrito arranjado corta-se aos bocados e tempera-se com os alhos pisados com sal. Deixa-se tomar gosto cerca de 30 minutos. Leva-se um tacho ao lume com a carne, as cebolas cortadas às rodelas finas, o azeite, a folha de louro, cerveja, salsa, o cravinho em pó e a pimenta. Tapa-se o tacho e deixa-se cozer em lume brando. A meio da cozedura juntam-se as batatas cortadas aos quartos. Deixe cozer as batatas. Sirva quente.

Singa de Camarão

Ingredientes:

- 6 colheres de sopa de molho de tamarindo
- 1 kg de camarões
- 3 dentes de alho
- 2 colheres de sopa de banha
- 1 cebola
- 1 molhinho de hortelã



- piri-piri q.b.
- sal q.b.
- 4 grãos de pimenta

Confecção:

Depois de lavados os camarões, dá-se uma leve fervura em água temperada com sal. Descascam-se deixando as cabeças. Leva-se um tacho ao lume com a cebola cortada às rodelas, os dentes de alho esborrachados e a banha. Assim que a cebola esteja translúcida junta-se o molho de tamarino, a hortelã os grãos de pimenta, piri-piri, sal e os camarões. Deixa-se ferver um pouco para apurar. Sirva acompanhado com arroz branco.

Sobremesa:

Kadaka

Ingredientes:

Para a massa:

- 1 colher de sopa de açúcar
- 3 dl de água
- 80 grs de coco ralado
- 125 grs de farinha de mandioca
- óleo q.b.

Para o creme:

- 50 grs de coco ralado ligeiramente torrado
- 1,5 dl de água
- 150 grs de açúcar

Confecção:

Primeiro a massa: Mistura-se a farinha de mandioca com o coco ralado e o açúcar. Adiciona-se a água e amassa-se até ligar. Leva-se ao lume uma frigideira antiaderente a aquecer untada com óleo. No centro da frigideira põe-se uma colher grande de sopa de massa e com os dedos passados por óleo estenda a massa até cobrir o fundo. Coze em lume brando. Repita a operação até acabar a massa. Depois de todas prontas, recheiam-se.



O recheio: Leve um tachinho ao lume com 1 dl de água e o açúcar. Deixe ferver e queimar um pouco e adicione a restante água. Junte o coco torrado e ferva mais um pouco. Recheiam-se e enrolam-se como crepes.



Nota dos autores:

Realizámos este livro “Coisas e Sabores de Língua Portuguesa” na disciplina de Área-Projecto, neste ano lectivo de 2007-2008, na Escola EB 2,3 Dr José dos Santos Bessa.

Todas as reproduções que utilizámos não se destinam ao público, limitam-se às necessidades das actividades da comunidade educativa do Agrupamento de Escolas da Carapinheira onde se integra a nossa Escola EB 2,3 e não têm por objectivo a obtenção de nenhuma vantagem económica ou comercial, antes se destinam exclusivamente aos objectivos de ensino neste estabelecimento.

Obtivemos, sempre que nos foi possível, o consentimento original.

Queremos, em especial, agradecer em destaque, a enorme paciência da nossa designer gráfica, Ana Sena, a extraordinária cooperação dos profissionais da Agência Lusa (Nádea Rodrigues, Rita Rosa e, de modo especial, Filipe Reino), na ajuda ao apoio fotográfico, a simpatia e carinho do José Monteiro (www.caboindex.com) que nos disse para “usarmos e abusarmos” do portal, enfim, é isto a lusofonia...

Dado que o livro tem o apoio institucional da CPLP, do ACIDI e da Agência Lusa, poderá ser divulgado, sem fins comerciais e apenas meramente informativos, nos respectivos sites e moradas internet, bem como o será no site da Escola: www.eb23.carapinheira.rcts.pt

Esperamos ter partilhado o gosto pela diversidade de coisas e sabores em Língua Portuguesa que andámos a estudar durante este ano lectivo.

Os alunos do 6º Ano B e C:

Fábio Aveiro, João Tavares, Mariana Travassos, Juliana Ribeiro, João Ferreira, Rafael Simões, Jéssica Malva, Gabriela Louro, Raquel Lourenço, Inês Salomé, Joana Raquel, Carla Filipa, Liliana Serrano, Hugo Rama, Rodrigo Medina, Patrícia Silva, Inês Correia, Francisca Travassos, Inês Rama, Morgana Maia, Cristiana Ferreira, Ricardo Carvalho, Luís Miguel Almeida e Jorge Pessoa.

Escola EB 2,3 Dr. José dos Santos Bessa, Carapinheira (Montemor-o-Velho).

31 de Maio de 2008.

Webgrafia

(consultas de Setembro a Dezembro de de 2007)

pt.wikipedia.org/wiki/Portugal
 pt.wikipedia.org/wiki/Angola
 pt.wikipedia.org/wiki/Cabo_Verde
 pt.wikipedia.org/wiki/Moçambique
 pt.wikipedia.org/wiki/Brasil
 pt.wikipedia.org/wiki/Guiné-Bissau
 pt.wikipedia.org/wiki/São_Tomé_e_Príncipe
 pt.wikipedia.org/wiki/Timor-Leste
 pt.wikipedia.org/wiki/Timor-Leste
 www.cplp.org/
 www.artafrica.info/

www.portugal.gov.pt/
 www.angolapress-angop.ao/
 www.mirex.gv.ao/sadc/turismo.htm
 embangola.artedesign-net.pt/
 www.governo.cv/
 www.guiadecaboverde.com/
 www.brasil.gov.br/
 www.mozambique.mz/
 www.guine-bissau.com/

www.turismotimorleste.com/pt/
 www.eltangola.com/turismo/
 www.guiadecaboverde.cv/
 www.turismomocambique.co.mz/
 www.turismo.gov.br/
 www.turismo-stp.org/

www.gastronomias.com
 Frutas e legumes: www.pepinpress.com

Bibliografia

Germano Almeida, “Estóreas de dentro de casa”, Instituto Camões, Centro Cultural Português, Praia-Mindelo, 1996.

Germano Almeida, “As Memórias de Um Espírito”, Caminho, Lisboa, 2001.

Pepetela, “Jaime Bunda, Agente Secreto”, Publicações Dom Quixote, Lisboa, 4ª edição, 2004.

“Receitas Literárias”, volume I, 101 Noites, Lisboa, 2000.

Fotografias

Nota: a não referência da origem tem a ver com: contacto impossível; existência de múltiplas cópias da mesma foto em vários locais da internet, não se sabendo qual o original; ter automática permissão para trabalhos escolares.

Em todos os outros casos foi pedida autorização e ela foi explícita ou tácita.

2- Barco: Ana Sena
 4 – Imbondeiro: Luís M. Gaivão
 7 – Grupos de trabalho: Luís M. Gaivão
 8 – Farol de CV: Ana Sena
 10 – Varandas de Lisboa: Ana Sena

ANGOLA

15 – Agostinho Neto: www.lusotopia.no.sapo.pt
 16 – Mapa de Angola: www.eltangola.com
 17 – Luanda : Luís M. Gaivão
 17 – Fortaleza: Luís M. Gaivão
 18 – Manuel Rui: Lusa: João Abreu de Miranda
 18 – As mulheres do meu Pai: Luís M. Gaivão
 18 – Pepetela: Lusa: Luís Forra
 18 – Estórias de Conversa: Luís M. Gaivão
 19 – Bonga: Lusa: Andre Kusters
 19 – Campeonato de Kizomba: www.caboindex.com
 20 – Dança angolana: Luís M. Gaivão
 20 – Kizomba: www.caboindex.com
 21 – Pintura de Paulo Jazz: Luís M. Gaivão
 21 – Pintura de Van: Luís M. Gaivão
 22 – Instalação de António Ole: Lusa: Horst Ossinger
 22 – Pintura de Van: www.artafrica.info
 22 – Pintura de Paulo Jazz: www.artafrica.info
 22 – Pintura de Domingos Barcas: www.artafrica.info
 23 – Diamante: www.angolaemb.se
 23 – Petróleo: www.angolaemb.se

BRASIL

29 – Desembarque
 29 – Índios: Lusa: Hermínio Oliveira
 30 – Pedro I
 30 – Lula: Lusa: Fernando Bizerra JR
 31 – Mapa do Brasil
 31 – Brasil no mundo: www.webciencia.com
 32 – Vista de Brasília: Lusa: Mercia Gonçalves
 32 – Rio de Janeiro: Lusa: Marcelo Sayao
 32 – Copacabana: Lusa: António Lacerda
 34 – Jorge Amado: Lusa: Acácio Franco
 34 – Nélide Piñon: Lusa: Gustavo Cuevas
 34 – Machado de Assis
 35 – Carnaval: Lusa: Nelson Perez
 36 – Instrumentos de choro
 36 – Desfile de samba: Lusa: Nelson Perez
 37 – Maria Bethania: Lusa: Laurent Gillieron
 37 – Caetano Veloso: Lusa: Juan Herrero
 37 – Chico Buarque: Lusa: João Relvas
 37 – Roberto Carlos: Lusa: Cristina Fernandes
 38 – Roda de samba: www.elitebrasil.com.br
 38 – Pintura de Caribe: Samba
 39 – Pintura de Candido Portinari
 39 – Pintura de arte naïf

40 – Pantanal
 40 – Plataforma de petróleo: Lusa: Marcelo Sayao
 40 – Indústria aeronáutica: Lusa: Frederick Florin

CABO VERDE

45 – Diogo Gomes – www.napraia.blogs.ca.ua.pt
 45 – Dragoeiro: Lusa: Homem de Gouveia
 46 – Mapa de Cabo Verde: www.embcv.org.br
 46 – Mapa de abo Verde em África: www.webbusca.com
 47 – Mindelo: Lusa: Omar Camilo
 47 – Praia 1: Ana Sena
 47 – Praia 2: Ana Sena
 48 – Alegria de ler: www.caboindex.com
 48 – Livro em crioulo: www.caboindex.com
 49 – Dinheiro: www.bcv.cv
 49 – Manuel Lopes: www.caboindex.com
 49 – Germano de Almeida: Lusa: Francisco Fontes
 50 – Cesária Évora e Tito Paris: Lusa: Manuel de Almeida
 50 – Mayra: www.caboindex.com
 50 – Festival da Gamboa: www.caboindex.com
 51 – Cesária Évora: Lusa: Legnan Koula
 51 – Ildo Lobo
 52 – Dançando sempre: www.caboindex.com
 52 – Dança no coração: www.caboindex.com
 53 – Pintura de Kiki Lima: www.caboindex.com
 53 – Pintura de Mito: www.caboindex.com
 54 – Mercado: Lusa: Omar Camilo
 54 – Artesanato: Lusa: Omar Camilo
 54 – Uma praia: Ana Sena

GUINÉ-BISSAU

61 – Amílcar Cabral (óculos): – Lusa: Lusa
 61 – Amílcar Cabral: Lusa: Lusa
 62 – Mapa da Guiné-Bissau
 62 – Mapa da Guiné em África: www.webbusca.com.br
 63 – Vista
 63 – Tabanka: www.minturgb.net
 64 – Carnaval: Lusa: Adolfo Palma
 64 – Mercado de Bantandjam – Manuel Gaivão
 65 – Cartaz cultural
 65 – Zona do porto de Bissau: Lusa: Manuel Moura
 65 – Pensão Central: Manuel Gaivão

MOÇAMBIQUE

72 – Eduardo Mondlane
 72 – Samora Machel: Lusa: Manuel Moura
 72 – Ilha de Moçambique: Lusa: Guilherme Venâncio
 73 – Mapa de Moçambique
 73 – Mapa de Moçambique em África: www.webbusca.com.br
 74 – Maputo 1: Lusa: Pedro Sá da Bandeira
 74 – Maputo 2: Lusa: Inácio Rosa
 75 – José Craveirinha: Lusa: António Cotrim
 75 – Mia Couto: Lusa: Andre Kusters
 75 – Paulina Chiziane: Lusa: Andre Kusters
 76 – Pintura de Malangatana: www.artafrica.info
 76 – Mesquita de Maputo
 77 – Cabora Bassa: Lusa: Lusa
 77 – Dança : Lusa: Pedro Sá da Bandeira
 77 – Uma praia

PORTUGAL

- 84 – Mapa de Portugal
- 84 – Portugal na Europa
- 85 – Aqueduto: Lusa: Ruth Matchabe
- 85 – Arco da Rua Augusta: Lusa: António Cotrim
- 86 – Lobo Antunes: Lusa: Paulo Novais
- 86 – Saramago: Lusa: J.J. Guillen
- 86 – Damião de Gois
- 86 – Almeida Garrett
- 87 – Amália Rodrigues: Lusa: Acácio Franco
- 87 – Uma guitarra do Fado: Lusa: Inácio Roque
- 88 – Políptico de Nuno Gonçalves
- 88 – Pintura de José Malhoa
- 89 – Pintura de Henrique Pousão
- 89 – Pintura de Amadeu de Souza Cardoso
- 89 – Pintura de Almada Negreiros
- 89 – Pintura de Paula Rego: Lusa: Tiago Petinga
- 90 – Mosteiro da Batalha: Lusa: Inácio Rosa
- 90 – Auto-estrada: Lusa: António Cotrim
- 91 – Casa da Música: Lusa: João Abreu Miranda
- 91 – Expo'98: Lusa: Tiago Petinga
- 92 – Indústria automóvel: Lusa: Tiago Petinga
- 92 – Produção de vinho: Lusa: Inácio Rosa

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE

- 99 – Palácio: www.turismo-stp.org
- 99 – Fortaleza: www.turismo-stp.org
- 100 – Mapa de São Tomé
- 100 – São Tomé em África: www.webbusca.com.br
- 101 – Arquitectura colonial: www.turismo-stp.org
- 101 – Rua de São Tomé: www.turismo-stp.org
- 102 – Kalu Mendes
- 102 – Camilo Domingos
- 103 – Tchiloli 1: www.cassandrex.blogs.sapo.pt

- 103 – Tchiloli 2
- 104 – Artesanato: www.turismo-stp.org
- 104 – Meninos de São Tomé: www.turismo-stp.org
- 105 – Danço-Congo: www.dancasafrikanas.no.sapo.pt
- 105 – Tambores: www.turismo-stp.org
- 105 – Roça São João: Manuel Gaivão
- 106 – Praia: Lusa: Inácio Rosa
- 106 – Na estrada: Manuel Gaivão
- 106 – A floresta: Manuel Gaivão

TIMOR LESTE

- 111 – Xanana Gusmão: Lusa: António Dasiparu
- 111 – Ximenes Belo: Lusa: Inácio Rosa
- 111 – Ramos Horta: Lusa: António Dasiparu
- 112 – Mapa de Timor
- 113 – Timor na Oceania
- 113 – Casa de Timor 1: www.turismotimorleste.com:
Joana de Mesquita Lima
- 113 – Casa de Timor 2: www.turismotimorleste.com:
Pedro Pires de Matos
- 114 – Mercado de Dílí: Lusa: Manuel Moura
- 114 – Paisagem: www.turismodetimorleste.com: Gertil.
- 115 – Praia: www.turismotimorleste.com: Rumina
Decheva
- 115 – Armas tradicionais
- 117 – Coro musical
- 117 – Tais: www.turismotimorleste.com: Pedro Pires de
Matos
- 117 – Dança: www.turismotimorleste.com: Hugo Ferreira
- 118 – Pintura de Gabriela Carrascalão
- 119 – Petróleo, a riqueza do futuro
- 119 – Café de Timor: Lusa: António Dasiparu