

Palmela | Maio é mês da Sopa Caramela ao fim de semana

written by O Cidadão | 2 de Maio, 2026



Os **fins de semana gastronómicos da Sopa Caramela** começaram já no 1º de Maio em sete restaurantes do concelho de Palmela, numa iniciativa da Câmara Municipal.

A sopa está à espera de ser saboreada nos **fins de semana de 1 a 3 maio e de 8 a 9 de maio** nos restaurantes Âncora & Serrano, em Brejos do Assa e Dona Isilda, em S. Brás, na freguesia de Palmela.



Sopa Caramela. Foto: Direitos Reservados

Na freguesia de Quinta do Anjo, e nas mesmas datas, quem quiser leva sopa na Casa da Pimenta, em Vila Amélia – Cabanas e na freguesia de Pinhal Novo pode-se provar a caramela no Central e no Tascão. No Poceirão há sopa nos restaurantes A Moagem (encerra ao domingo) e Montalegre, na Asseiceira

A Sopa Caramela remonta aos séculos XVIII/XIX e terá sido trazida pelos trabalhadores rurais, provenientes das áreas da Beira Litoral e do Baixo Mondego, que se deslocavam sazonalmente, para as propriedades agrícolas da região, nomeadamente, para a Herdade de Rio Frio.

A Sopa Caramela será também uma das mais importantes protagonistas da **11.ª edição do Mercado Caramelo, agendado para o fim de semana de 8 a 10 de maio**, numa organização da Confraria da Sopa Caramela e da Junta de Freguesia de Pinhal Novo, com o apoio da Câmara Municipal de Palmela

Como fazer Sopa Caramela em casa:

250 g de feijão catarino ou cor de vinho | 1 kg de repolho | $\frac{1}{2}$ de couve caramela | 100 g de batata | 1 nabo | 1 cenoura | 1 cebola | 3 dentes de alho | 1 folha de louro | 200 g de pá de porco | 1 Chouriço de Carne | 100 g de toucinho de carne | 100 g de massa cotovelinhos | Azeite qb | Sal qb

De véspera, lave o feijão e ponha-o a demolhar e salgue também as carnes.

No próprio dia, leve o feijão a cozer na água que o demolhou,

juntamente com as carnes e o chouriço, as cebolas, os dentes de alho picados, o louro e tempere de sal. Quando as carnes e o chouriço estiverem cozidos, tire-os da panela e corte-os em bocados e retire o louro.

Passe sensivelmente um terço do feijão com um passe-vite ou esmague com um garfo. Junte mais água, se for necessário. Junte à panela, então, apenas as hortaliças, a cenoura, o nabo e as batatas cortadas em cubinhos e deixe cozer lentamente. Quando as hortaliças estiverem quase cozidas junte a massa e deixe cozer. Coloque o azeite a gosto e retifique o sal. Tire a panela do lume e junte as carnes cortadas.

OC/MP