

# Pastel de Molho/ Sauce Pastel

## Main meal



### HISTÓRIA/ HISTORY

O Pastel de Molho da Covilhã tem quase um século de história. Esta tradição nasceu para substituir a sopa para os operários das fábricas.

Em 1920, os operários não tinham tempo de fazer sopa, por isso substituíram-na por estes pastéis que duravam várias semanas, o que não acontecia com a sopa.

São pastéis de massa folhada recheada com carne, depois cozidos no forno e servidos com molho de açafrão. Pode ser consumido com molho de açafrão, mas há quem prefira regado com canja/caldo de galinha, chá ou a seco.

*The Covilhã Sauce Pastry has almost a century of history. This tradition was born to replace soup for factory workers.*

*In 1920, the workers had no time to make soup, so they replaced it with these pastels that lasted several weeks, which was not the case with soup.*

*They are pastries stuffed with meat, then baked in the oven and served with saffron sauce. It can be eaten with saffron sauce, but some prefer watered with chicken soup / broth, tea or dry.*



Preparation : **1 hora/ hour**

Serves : **8 pessoas/ people**

### Ingredients:

#### **Massa pastry:**

1 chávena de água | 2 ovos | 500g de farinha | 250g de gordura animal | sal  
*1 cup of water | 2 eggs | 500g flour | 250g animal fat | salt*

#### **Recheio Filling:**

500g de carne de vaca | 1 cebola | 2 colheres de sopa de azeite | sal | pimento  
*500g beef | 1 onion | 2 tbsp olive oil | salt | red chili powder*

#### **Caldo (1 pessoa) Broth (1 person):**

3 dl de água | 1 colher de sopa de vinagre | sal | 3 pés de salsa | açafrão  
*3 dl of water | 1 tbsp vinegar | salt | 3 sprigs of parsley | saffron*

### Cooking tools:

Balança  
Tigela  
Rolo da massa  
Tabuleiro  
Papel vegetal  
Picadora  
  
Scale  
Bowl  
Rolling pin  
Tray  
Parchment paper  
Mincer

## Preparation

### MASSA/ MOLHO Pastry/Sause

1. Bate-se muito bem a água com os ovos e um pouco de sal.  
*Beat the water well with the eggs and a little salt.*
2. Em seguida, adiciona-se a farinha pouco a pouco, trabalhando a mistura.  
*Then add the flour gradually, working the mixture.*
3. Quando a massa se soltar da tigela, tira-se para a pedra da mesa e trabalha-se muito bem.  
*When the dough comes loose from the bowl, it is removed to the table stone and worked very well.*
4. Amassa-se à mão a gordura e divide-se em três partes.  
*The fat is kneaded by hand and divided into three parts.*
5. Depois de estendida a massa com o rolo e com a ajuda de farinha, espalha-se por cima 1/3 da gordura.  
*After rolling the dough with the rolling pin and using flour, spread over the dough 1/3 of the fat.*
6. Enrola-se. estende-se com o rolo da massa e cobre-se com 1/3 de gordura.  
*Rolls up. Roll out with the rolling pin and cover with 1/3 fat.*
7. Volta-se a enrolar a massa, a estender e a cobrir com a restante gordura.  
*Roll back the dough, spread and cover with the remaining fat.*
8. Estende-se e enrola-se a massa mais duas vezes sem adicionar gordura.  
*Roll out and roll dough twice more without adding fat.*
9. Em seguida, com uma faca bem afiada e molhada em água, corta-se o rolo de massa em rodellas grossas.  
*Then, with a very sharp knife soaked in water, cut the rolling dough into thick slices.*
10. Untam-se com um pouco de azeite e espalmam-se com o rolo.  
*Grease with a little olive oil and spread with the rolling pin.*
11. Coloca-se uma colher de recheio numa das bordas e dobra-se de forma a cobrir o recheio.  
*Place a spoon with the stuffing on one edge and fold to cover the stuffing.*



12. Levam-se a cozer em forno forte num tabuleiro untado, ficando a ponta do pastel dobrada em contacto com o tabuleiro.

*Bake in a strong oven in a greased tray, with the folded end of the pastry in contact with the pan.*

13. Depois de frios, guardam-se em caixas forradas com papel vegetal.

*After cold, they are stored in boxes lined with parchment paper.*

14. Na altura de servir os pastéis, leva-se ao lume a água com o vinagre, açafão, salsa e sal e deixa-se ferver até estar bem amarelo.

*At the time of serving the pastries, bring the water with the vinegar, saffron, parsley and salt to the heat and boil until well yellow.*

15. Coloca-se um pastel em cada prato e rega-se com o molho a ferver, depois de se ter tirado a salsa.

*Place a pastry on each plate and drizzle with the boiling sauce after the parsley has been removed.*

16. Tapa-se um pouco com outro prato para o pastel abrir e serve-se.

*Cover a little with another plate for the pastry to open and serve.*



## RECHEIO/ FILLING

1. Coze-se a carne e pica-se.

*Bake the meat and mince.*

2. Pica-se uma cebola e aloura-se com azeite.

*Chop an onion and brown with olive oil.*

3. Junta-se a carne picada, deixa-se refogar um pouco e tempera-se com sal e pimenta.

*Add the minced meat, sauté a little and season with salt and pepper.*