



fresbeira

- ✓ Chanfana Assada
- ✓ Bochechas de porco à Serrana
- ✓ Lombo recheado à Pastor
- ✓ Bucho recheado



Especialidades da cozinha tradicional



Há sabores que nos fazem viajar...



A Fresbeira é uma empresa, que se dedica ao fabrico e comercialização de produtos à base de carne. Fundada em 2003, tem sede na Zona Industrial de Vila Nova de Poiares.

Opera com suínos, caprinos e ovinos, procedendo ao abate, desmancha, embalagem e ainda à transformação e confeção de pré-cozinhados. São traços marcantes da sua cultura empresarial, a inovação em métodos e processos, criação e desenvolvimento de produto, customização de soluções comerciais.



Hoje há ...

- ✓ Chanfana Assada
- ✓ Bochechas de porco à Serrana
- ✓ Lombo recheado à Pastor
- ✓ Bueho recheado

A linha de pré-cozinhados Fresbeira

A linha de pré-cozinhados Fresbeira, visa proporcionar ao mercado o acesso a deliciosas experiências gastronómicas de forte raiz tradicional com incidência na região das serras das Beiras. Estas especialidades, com forte pendor de cozinha regional são confeccionadas no respeito integral pelas receitas e processos que permitem a manutenção de todos os sabores, aromas e texturas da cozinha “caseira”. Todo o processo industrial de confeção, contempla a utilização das tradicionais caçoilas e tabuleiros de barro, os temperos naturais e os fornos aquecidos a lenha.

Esta linha de pré-cozinhados apresenta refeições para consumir em casa e que são igualmente direcionadas para o setor Horeca, uma vez que se trata de deliciosas soluções prontas a acrescentar ao menú, sem que com isso haja qualquer necessidade de aumento de estrutura.

Os sabores lendários da cozinha tradicional portuguesa, fazem-se de segredos que foram apurados ao longo de gerações. Segredos que se fizeram nos saberes que são expressão de culturas, modos de vida, realidades históricas da ligação das gentes às suas terras e à labuta do dia-a-dia. Mas há um “segredo” que é comum a todos, independentemente do “onde” e do “quando”. É o cuidado posto na escolha dos ingredientes, a qualidade e a frescura dos mesmos. E esse é um “segredo” que cuidamos com particular cuidado. Frescos e fumados da nossa selecção.





Chanfana Assada

Tenha nascido nos tempos das invasões francesas, ou nas cozinhas de algum mosteiro beneditino, uma coisa é certa, a Chanfana é assunto de pastores, de serranias, de festas de casamento e de sabedoria popular centenária. Parte integrante e indissociável da gastronomia tradicional e da cultura da Região da Serra da Lousã, ganhou o reconhecimento de uma extraordinária especialidade gastronómica, que manteve ao longo de séculos um segredo que a preservou – Carne de caprino, carne de ovino, os temperos simples de sempre, caçoilas de barro e horas, muitas horas, intermináveis horas de forno de lenha a apurar um sabor, um aroma e uma textura que a torne única, inesquecível e inimitável.

Há sabores que nos fazem viajar...



CHANFANA ASSADA EM CAÇOIL DE BARRO E FORNO DE LENHA

Ingredientes: Carne de ovino (47%), carne de caprino (20%), vinho (sulfitos), sal, alho, pimentão extra doce, azeite e especiarias.

Alergénios: Contém sulfitos.

Modo de preparação: Forno: Pré-aqueça o forno a 220°C. Coloque o produto em recipiente adequado, cubra com papel de

Valores Nutricionais médios	por 100 g	por porção (200g)	DR (%)*
Energia	1447 kJ/349 kcal	2894 kJ/698 kcal	34,5/34,9
Lípidos	30 g	60 g	85,7
dos quais saturados	14,1 g	28,2 g	141
Hidratos de Carbono	1 g	2 g	0,8
dos quais açúcares	0,5 g	1 g	1,1
Proteína	18,8 g	37,6 g	75,2
Sal	0,7 g	1,4 g	23,3

* Doses de referência para um adulto médio (8400kJ/2000kcal)

alumínio e leve ao forno durante 12 minutos.

Microondas: Perfure a película da embalagem, tape com tampa própria e leve ao microondas durante 7 minutos a 750W.

O tempo indicado pode variar em função do tipo de equipamento utilizado.

Sugestão de consumo: Acompanhar com batata e verduras (ex: couve, grelos cozidos etc.)

Embalagem primária

Embalagem secundária

Embalagem	Peso (kg)	Dimensões (mm)	Unidades	Dimensões (mm)	Validade (dias)	Conservação	EAN
Covete	0,350	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055308
	0,500	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055179
ATM	0,800	160x260x73	4	520x325x106	30	<5°	5608064055131
	1,500	160x260x95	4	520x325x106	30	<5°	5608064055148
	3,000	320x260x95	2	520x325x106	30	<5°	5608064055186



Bochechas de porco à Serrana



A criação e matança do porco, cruza-se com a cultura ancestral das terras das fraldas da Serra da Lousã. As memórias são paisagens que os “antigos” descreviam, pintadas dos sons e das cores, das festas e das feiras, que pelos “Santos”, enchem a vida de cheiros e sabores, hoje quase irrepetíveis. As Bochechas, aqueles pequenos nacos de carne, deliciosos e suculentos, eram momentos supremos de prazer, cozinhados lentamente à fogueira, horas a fio ganhando a riqueza de sabores e macieza da textura, até se desfazerem na boca. Hoje, deixamos que o tempo e a paciência, continuem a fazer o seu papel.

Há sabores que nos fazem viajar...



BOCHECHAS DE PORCO À SERRANA

Ingredientes: Carne de porco (67%), vinho (sulfitos), cebola, alho, azeite, amido de milho, sal, mel, pimentão extra doce, tomilho e hortelã.

Alergénios: Contém sulfitos.

Modo de preparação: Forno: Pré-aqueça o forno a 220°C. Coloque o produto em recipiente adequado, cubra com papel de alumínio e leve ao forno durante 15 minutos.

Valores Nutricionais médios	por 100 g	por porção (200g)	DR (%)*
Energia	788 kJ/188 kcal	1576 kJ/376 kcal	18,8/18,8
Lípidos	9 g	18 g	25,7
dos quais saturados	2,1 g	4,2 g	21
Hidratos de Carbono	6,2 g	12,4 g	4,8
dos quais açúcares	0,7 g	1,4 g	1,6
Proteína	20 g	40 g	80
Sal	0,5 g	1 g	16,7

microondas: Perfure a película da embalagem, tape com tampa própria e leve ao microondas durante 8 minutos a 750W. O tempo indicado pode variar em função do tipo de equipamento utilizado.

Sugestão de consumo: Acompanhar com puré de batata e salada.

* Doses de referência para um adulto médio (8400kJ/2000kcal)

Embalagem primária

Embalagem secundária

Embalagem	Peso (kg)	Dimensões (mm)	Unidades	Dimensões (mm)	Validade (dias)	Conservação	EAN
Covete	0,350	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055285
	0,500	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055094
ATM	0,800	160x260x73	4	520x325x106	30	<5°	5608064055100
	3,000	320x260x95	2	520x325x106	30	<5°	5608064055193



Lombo recheado à Pastor

Quando o pastor calcorreava as serras pastoreando o rebanho dos ovinos e caprinos, em casa, a mulher cevava o porco, que se fazia determinante no que haveria para comer em família ao longo de grande parte do ano. E se a mesa se fazia farta e a festa assim o permitia, saía um lombo no tabuleiro de barro, repousado em cama de cebola e temperado com as ervas do campo, que quando quase pronto, o pastor "assinava" com o lardeio de uns nacos de queijo do seu rebanho...

Há sabores que nos fazem viajar...



* Doses de referência para um adulto médio (8400kJ/2000kcal)

Valores Nutricionais médios	por 100 g	por porção (200g)	DR (%)*
Energia	950 kJ/227 kcal	1900 kJ/454 kcal	22,6/22,7
Lípidos	13 g	26 g	37,1
dos quais saturados	6,1 g	12,2 g	61
Hidratos de Carbono	1 g	2 g	0,8
dos quais açúcares	1 g	2 g	2,2
Proteína	27 g	54 g	108
Sal	1,2 g	2,4 g	40

LOMBO RECHEADO À PASTOR

Ingredientes: Lombo de porco (63%), vinho (sulfitos), queijo (leite pasteurizado, leite, leite em pó magro, fermentos lácteos, coalho, conservante (E252), sal), cebola, azeite, chouriço (carne e gordura de suíno, vinho (sulfitos), pimentão, sal, proteína de soja, alho, proteína de leite, especiarias, amido, emulsionantes (E450, E451), açúcar, antioxidantes (E301, E331),

conservantes (E250, E252)), alho, sal e especiarias. **Alergénios:** Contém sulfitos, proteínas de soja e de leite.

Modo de preparação: Forno: Pré-aqueça o forno a 190°C. Coloque o produto em recipiente adequado. Tape com papel de alumínio e leve ao forno durante 17 minutos. Microondas: Perfure a película da embalagem, tape com tampa própria e leve ao microondas durante 5 minutos a 750W. O tempo indicado pode variar em função do tipo de equipamento utilizado.

Sugestão de consumo: Acompanhar com arroz de passas e esparregado de espinafres.

Embalagem	Embalagem primária		Embalagem secundária				
	Peso (kg)	Dimensões (mm)	Unidades	Dimensões (mm)	Validade (dias)	Conservação	EAN
Covete ATM	0,350	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055292
	0,500	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055117
	0,800	160x260x73	4	520x325x106	30	<5°	5608064055124
	3,000	320x260x95	2	520x325x106	30	<5°	5608064055209



Bucho recheado



O Bucho recheado é uma iguaria da cozinha tradicional, com raízes no interior das Beiras, onde durante séculos, o porco se fez peça central na alimentação das gentes do campo. Delicadamente recheado de carne de porco selecionada, arroz, charcutaria Beirã e condimentos com destaque para o aromático serpão e erva das serranias. De tons dourados que o forno vai “achocolatando”, a pele rija e estaladiça é a porta de entrada para os sabores e aromas, que pintam as cores e os saberes de uma região e da história das suas gentes.

Há sabores que nos fazem viajar...



BUCHO RECHEADO

Ingredientes: Arroz, carne de porco, bucho de porco (16%), cebola, azeite, chouriço (carne de porco, vinho (sulfitos), alho, sal, massa de pimentão, pimentão extra doce, especiarias, proteínas de soja, proteína de leite, açúcares, conservantes (E250, E252), antioxidantes (E316, E325, E331), emulsionantes (E450, E452), intensificadores de sabor (E631, E627)), alho, sal, tomilho e piri-piri. **Alergénios:** Contém sulfitos, proteínas de soja e de leite. Pode conter glúten.

Valores Nutricionais médios	por 100 g	por porção (266g)	DR (%)*
Energia	978 kJ/234 kcal	2601,5 kJ/622,4 kcal	31,1/31
Lípidos	14 g	37,2 g	53,2
dos quais saturados	5 g	13,3 g	66,5
Hidratos de Carbono	11,6 g	30,9 g	11,9
dos quais açúcares	0,5 g	1,3 g	1,5
Proteína	15 g	39,9 g	79,8
Sal	1 g	2,7 g	44,3

Modo de preparação: Forno: Pré-aqueça o forno a 190°C. Coloque o produto em recipiente adequado, tape com papel de alumínio e leve ao forno durante 15 minutos. **Microondas:** Perfure a película da embalagem, tape com tampa própria e leve ao microondas durante 5 minutos a 750W.

O tempo indicado pode variar em função do tipo de equipamento utilizado.

Sugestão de consumo: Acompanhar com salada mista.

* Doses de referência para um adulto médio (8400kJ/2000kcal)

Embalagem primária

Embalagem secundária

Embalagem	Peso (kg)	Dimensões (mm)	Unidades	Dimensões (mm)	Validade (dias)	Conservação	EAN
Covete	0,350	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055315
	0,500	160x260x42	8	520x325x106	30	<5°	5608064055155
ATM	0,800	160x260x73	4	520x325x106	30	<5°	5608064055162
	3,000	320x260x95	2	520x325x106	30	<5°	5608064055216



Fresbeira – Indústria de Carnes, Lda.

Zona Industrial de S. Miguel de Poiares 3350-214 Vila Nova de Poiares - Portugal
(+351) 239 423 091/2

geral@fresbeira.com | export@fresbeira.com
www.fresbeira.pt

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional