



F

FUGAS | Público N.º 9977 | Sábado 12 Agosto 2017

Gastronomia

As aventuras de Ljubomir no país dos vegetais

Albânia

Este país não é para velhos

Foz do Arelho

Um passadico de solidão e liberdade

Semana de lazer

Mais sugestões em lazer.publico.pt

Com feiras e romarias à porta, ainda há tempo para marionetas gigantes, *sunsets* e salas de terror. *Cláudia Alpendre Marques*

S D 2.a

VISEU Campo de Viriato
Até 17 de Setembro. Segunda a sábado, das 12h às 2h; domingo, das 11h às 2h
(dia 3 de Setembro, abre às 10h).
Concertos às 22h.
Bilhetes diários de 3€ a 7,50€
(grátis ao domingo). Passe: 40€



Festa da História

Bragança, século XIV. Pelas ruas da cidadela há soldados que guardam o castelo, gatunos à espreita de bolsos alheios, mercadores que entoam pregões. Quem quiser entrar nesta Festa da História, que promete uma viagem ao tempo de D. Afonso IV, pode ainda dar de caras com cavaleiros e princesas, demonstrações de falcoaria, torneios, jogos infantis, ofícios tradicionais e iguarias da época. Marcada pelo conflito entre o rei e Afonso Sanches, seu irmão bastardo, pela disputa da herança de D. Dinis, esta edição retrata também episódios históricos deste contexto (dias 13 e 14, às 22h). A iniciativa faz parte do programa de festividades em honra de Nossa Senhora das Graças, padroeira da cidade, que se prolonga até 21 de Agosto.

BRAGANÇA Castelo
De 12 a 15 de Agosto.
Grátis

Game Over

Se gosta de terror, adrenalina e surpresas e tem nervos de aço, esta sugestão é para si. O Game Over, o mais recente jogo interactivo de salas de fuga (ou *escape rooms*) lisboetas põe estes e outros elementos num cenário a rigor, que garante uma experiência intensa, tal como a dos filmes dedicados ao género. Depois de escolhido o tema que dá vida e suspense à sala — e que vai buscar inspiração às histórias de *Saw*, *Missão Impossível* e *Templo Proibido de Montezuma* —, o objectivo é conseguir escapar com a ajuda de pistas e resolução de enigmas, no espaço de uma hora. O jogo está disponível para grupos de duas a seis pessoas. No cardápio, há ainda sessões para festas de aniversário, *team building* de empresas, despedidas de solteiro e outras ocasiões especiais. “Será que tens o que é preciso para ultrapassar os desafios ou Game Over?” O repto está lançado.



LISBOA Rua de O Século, 4 B
Todos os dias, das 10h30 às 22h30.
Bilhetes de 50€ (2 pessoas) a 80€
(6 pessoas)
www.escapegameover.pt

Burguesinha vai à feira

Amiga da minha mulher, Burguesinha, Carolina. Histórias contadas e cantadas, sempre com o olhar crítico de quem passou a infância numa favela carioca. Os ritmos sociais do Brasil de **Seu Jorge** passam por Viseu a convite da Feira de São Mateus, a mais antiga feira franca da Península Ibérica, que este ano celebra 625 edições (sim, leu bem). A tradição de feirar na cidade de Viriato conta com um cartaz à altura, sempre com um pé no contemporâneo: às tasquinhas, rifas e diversões, junta-se um alinhamento musical de luxo, este ano com nomes como Agir, Matias Damásio, Pedro Abrunhosa, Aurea, Dengaz, Paulo de Carvalho, Cuca Roseta, HMB, Capitão Fausto, Nelson Freitas, José Cid ou Resistência.



FUGAS N.º 896 Foto de capa: Pedro Guimarães FICHA TÉCNICA Direcção David Dinis Edição Sandra Silva Costa Edição fotográfica Nelson Garrido Directora de Arte Sónia Matos Designers Daniela Graça, Joana Lima e José Soares Infografia Cátia Mendonça, Célia Rodrigues, Joaquim Guerreiro, José Alves e Francisco Lopes Secretariado Lucinda Vasconcelos Fugas Praça Coronel Pacheco, 2, 4050-453 Porto. Tel.: 226151000. E-mail: fugas@publico.pt. fugas.publico.pt

3.^a 4.^a feira 5.^a 6.^a



Carros de fogo

Em plena época de fogos, o Sea Life do Porto junta-se aos Bombeiros Voluntários da cidade Invicta para uma exposição de quatro veículos de colecção. A ideia é sensibilizar os visitantes para as causas ambientais e para o apoio ao combate aos incêndios. Estacionados em frente ao aquário estão um carro de fogo Chevrolet de 1929, uma carroça de socorro a naufragos de 1879 e dois exemplares mais modernos (um semi-rígido e um auto tanque). A frota conta com a presença dos próprios bombeiros, que mostram as diferenças entre os veículos. E porque a acção dos soldados da paz serve a população noutros terrenos, é possível fazer rastreios de saúde gratuitos e para todas as idades.

PORTO Frente ao Sea Life
Até 31 de Agosto.
Todos os dias, das 10h às 19h.
Grátis

Sunset nas ruínas

E se em vez de um jardim ou terraço da moda, pudesse desfrutar de um pôr do sol com música num monumento com mais de dois mil anos? Esta é a proposta das Ruínas Romanas de Tróia, onde legionários, gladiadores, funcionários de termas e vendedores de *garum* (uma espécie de condimento para conservas de peixe) de outros tempos dão lugar a músicos de agora, com estilos que vão do fado à bossa nova, sem esquecer os clássicos da música francesa. Pelo palco passam os trios de Rute Tapadas (hoje), Diana Cravo (dia 23) e São Silva (dia 30). A animação neste complexo de produção de salgas de peixe do Império Romano não fica por aqui: a 18 e 19 de Agosto, sob o mote *Júpiter, rei dos céus*, estão previstas *Noites de Estrelas*, com sessões de astronomia que prometem desvendar as histórias e os mitos associados a cada constelação (21h15, bilhetes entre 5€ e 10€).



TRÓIA Ruínas Romanas
Até 30 de Agosto.
Quarta, das 18h às 19h.
Grátis



Sobre o amor

Por estes dias, quem passa por Alcobça não passa sem ver *Lúmen, Uma História de Amor*. Criada pela S.A. Marionetas, companhia da terra, no ano em que celebra os 20 anos de existência, a encenação põe figuras de grande escala, de três a cinco metros de altura, a deambular entre os Paços do Concelho e o mosteiro classificado como Património Mundial pela UNESCO. As personagens, manipuladas por duas centenas de mãos, contam uma história centrada no amor e no conhecimento. *Lúmen* está integrado no Ciclo de Espectáculos Mosteiro de Alcobça, a propósito da candidatura Lugares Património Mundial da Região Centro, que visa a promoção dos mesmos.

ALCOBÇA
Junto ao Mosteiro de Alcobça
De 17 a 19 de Agosto, às 21h30.
Grátis

Coração de Viana

Viana do Castelo volta a enfeitar-se para receber a festa que, todos os anos, atrai milhares de visitantes à cidade. A Romaria Senhora d'Agonia é fruto de uma devoção antiga dos pescadores à Virgem, a quem pediam auxílio nas horas de maior aflição. Apesar de ainda ter muito do carácter religioso inicial, mantendo as procissões e celebrações eucarísticas, a festa extravasa esse âmbito e prima por um programa onde se incluem cabeçudos, gigantones, bombos, carros alegóricos, artesanato, música, fogo de artifício, tapetes floridos e desfiles dos famosos trajes à vianense, tecidos com a história e folclore minhoto e dourados com as tradicionais peças de joalharia da região. Uma montra a não perder.

VIANA DO CASTELO
De 17 a 20 de Agosto.
Grátis



Gastronomia

Ljubomir em tons de verde



O *chef* que não gostava de ter vegetarianos no seu restaurante decidiu abrir um restaurante... vegetariano. No Six Senses, em pleno Douro, entre jardins comestíveis, potes de fermentação enterrados na terra e *pickles*, Ljubomir vive uma aventura no país dos vegetais. *Alexandra Prado Coelho*

● “Abrir um restaurante vegetariano no Douro? Estás maluco?”. Nicolas Yarnell, director do Hotel Six Senses Douro Valley, teve a reacção que qualquer pessoa teria à ideia do *chef* Ljubomir Stanisic. Mas este, como seria de esperar também, não se deixou impressionar. “Iá, sim, é isso, ‘bora lá’”, respondeu o jugoslavo mais português da gastronomia nacional, *chef* do 100 Maneiras e recente estrela mediática graças ao programa Pesadelo na Cozinha, da TVI.

“E quando é que queres fazer isso?”, arriscou Nick. “Daqui a cinco dias.” E assim, no dia 31 de Julho, inaugurou o Terroir, restaurante vegetariano no Six Senses do Douro. Ljubomir e Nicolas tinham estado na Escandinávia e o *chef* vinha a fervilhar de ideias. Usar os produtos fresquíssimos colhidos na horta e vindos da floresta e dos melhores produtores locais, claro, mas muito mais do que isso.

O entusiasmo com o projecto é tal que este texto poderia chamar-se “as aventuras de Ljubomir no país dos vegetais”. É como se um novo mundo se tivesse aberto ao homem que no seu restaurante Bistro 100 Maneiras, em Lisboa – que acaba

de ser escolhido como o restaurante favorito da revista *Monocle* – tem uma fotografia sua agarrado a uma cabeça de porco.

Não se assustem os carnívoros. Ljubomir não se tornou vegetariano. Continua a gostar de carne – e, sobretudo, de tudo o que são entranhas dos vários animais, e tem até um espaço de *barbecue* de carnes biológicas no Six Senses. Simplesmente alargou os seus horizontes. E tornou-se mais atento às questões de saúde, o que o aproximou no projecto do Six Senses, que tem no bem-estar uma das suas componentes principais.

Até este momento, a comida vegetariana era, na sua cabeça, sinónimo de “desinteressante” – no mínimo. “Fui comer a dez restaurantes vegetarianos e o que é que vi? Tofu marinado, salsichas de soja, odeio essa merda, não me entra na cabeça. Hambúrgueres de soja? Tudo vinha num *buffet*, não havia nada à carta, a comida era de facto má. Mas tudo depende de quem a faz. Nunca houve um restaurante feito por um *chef*, eram uns gajos que em casa deixavam de comer carne e peixe e abriam um vegetariano para irem com os amigos. Vinagreta para eles

era azeite e vinagre batidos para pôr em cima da salada. Tem que haver um pouco mais de preocupação.”

Chegamos ao hotel do Douro no dia da inauguração do Terroir. Almoçamos no restaurante principal, o Vale Abraão (estamos na casa que deu origem ao romance de Agustina Bessa Luís e ao filme, com o mesmo nome, de Manoel de Oliveira) para comprovar que Ljubo não abandonou a carne e o peixe: berbigão com gelatina de uva moscatel; *tagliatelle* de lula com queijo de cabra e vaca e flores do jardim; *carpaccio* prensado de camarão com maionese de especiarias (*ras el hanout* e *caril madras*); sardinha, alho francês e creme de sardinha; pregado e lasanha com anis e Pernod Ricard; e franguito assado no forno com especiarias, o prato mais pedido do restaurante.

Mesmo com peixe e carne, a refeição no Vale Abraão – que terminou com uma sobremesa surpreendente, toda à base de feno e fumo, numa homenagem aos incêndios na região no ano passado – é o momento para ouvirmos Ljubomir explicar o que pretende com o Terroir e o que o levou a mudar. “Eu era um otário. Não gostava de vegetarianos, eles iam ao meu restaurante e eu dizia

‘Ó pá, vai comer para outro lado’. Só que tive um problema de saúde por causa de uma bactéria que apanhei na água em São Tomé e Príncipe e que ninguém em Portugal conseguia perceber o que era. Perdi vinte quilos, achava que tinha cancro, deixei completamente de comer.”

Passou dois meses de inferno, pensando que ia morrer. Foi nessa altura que se pôs a ler tudo o que podia sobre os efeitos da alimentação na saúde. Quando finalmente os médicos perceberam o que tinha, tomou um antibiótico e voltou a viver. Mas com uma nova consciência.

O projecto do Six Senses não podia ter chegado em melhor altura. Ljubomir está agora a seguir um curso com o médico que faz o programa para a alimentação saudável em toda a cadeia, o norte-americano Steven Gundry, e a aprender muitas coisas novas.

Gundry, autor de *bestsellers* na área da nutrição – o seu livro mais recente é *The Plant Paradox - The Hidden Dangers in “Healthy” Foods That Cause Disease and Weight Gain* (*O Paradoxo das Plantas - Os Perigos Escondidos em Alimentos “Saudáveis” Que Causam Doenças e Aumento de Peso*) – é defensor de uma tese que

diz que um dos perigos da alimentação actual tem a ver com a ingestão de lectinas, proteínas presentes em vários vegetais e leguminosas. A tese tem levantado polémica, como acontece sempre que existe uma diabolização de um grupo particular de alimentos (Gundry criou uma lista de produtos a evitar) e o debate “serão as lectinas o novo glúten?” está aberto.

Uma das coisas novas que Ljubomir aprendeu é que os fermentados fazem bem porque contribuem para que tenhamos mais bactérias boas e um melhor funcionamento intestinal – quem conhece Ljubomir sabe que ele faz uma descrição bastante mais gráfica de tudo isto, mas, enfim, percebem a ideia. Por coincidência, ou talvez não, a Jugoslávia, país onde nasceu e de onde fugiu por causa da guerra, tem uma grande tradição de *pickles* e fermentados.

“Falei à minha mãe para perceber melhor como é que funcionava, ligámos à tia, receitas, bases, e tornou-se uma avalanche.” De tal forma que não é apenas no Douro, mas em todos os seus restaurantes, que Ljubomir passou a ter muitos pratos vegetarianos, *pickles* e fermentados.

FABRICE DEMOULIN



Terroir

Six Senses Douro Valley
Quinta de Vale Abraão,
Samodães, Lamego
www.sixsenses.com
Horário: terça a sábado,
só jantares
Preço médio: 50 euros

PEDRO GUIMARAES



Ljubomir está a trabalhar com legumes e plantas produzidas na propriedade do Six Senses. Na foto em cima, uma sobremesa à base de feno

Mas aqui é especial. Está doido para nos mostrar o seu novo brinquito: os potes de fermentação que mandou vir da Tailândia – “como eles não fazem vidro por dentro, o barro consegue respirar no interior” – e que enterrou (a 1,5 metros de profundidade, explica, para ter temperaturas estáveis).

Daí a umas horas, no momento da inauguração do Earth Lab (ver caixa) vai finalmente abrir as suas caixas de *pickles* e fermentados (couves em soro de queijo, como se faz na Europa de Leste, *kimchi* à maneira coreana, peixe fermentado). Os potes abrem com um som de pok! e em alguns casos os cheiros não são os mais agradáveis, mas os sabores são muito interessantes. “Estou a descobrir novos mundos, completamente.”

Um novo Ljubomir

Outra experiência que está a encantar Ljubomir é a que tem feito com os vinhos de vinho do Porto – tem no Terroir seis variedades de vinagretas para temperar as saladas. Seguimos do Earth Lab para o jardim comestível onde acompanhamos a visita guiada feita por Marta →

Gastronomia

Cardoso, responsável pela sustentabilidade no hotel, que explica que, para além de todas as outras funções, estas plantas são também usadas para recolha de sementes. A ideia é que o Six Senses passe a ter um banco de sementes próprio que ajude a preservar a biodiversidade da região.

“Temos dois jardins, com muitas variedades de vegetais e frutas”, explica Marta. “E aplicamos duas regras básicas: alimentar primeiro o solo e não a planta; e plantar juntas plantas diferentes que funcionam bem em conjunto e ajudam a controlar as pragas. Além disso, fazemos rotação de culturas para proteger os nutrientes do solo.”

Sentamo-nos por fim à mesa do Terroir. Por entre as uvas, folhas de videira desidratadas e pinceladas com wasabi; depois vão chegando um falso *cheesecake*, com tomate e queijo; tártaro de beterraba e wasabi; um prato de variedades de tomate; gelatina de ervas com creme de ervilhas (não estão na época mas foram congeladas); tempura de cogumelos e algas com molho de caril; vegetais em molho asiático; abacate recheado com queijo; fermentados e *pickles* com maçãs verdes de Armar; cevada cozinhada com amêndoas e trufas; cebolas em várias texturas; couve-flor cozinhada em *ras el hanout*, leite de coco e alcaparras.

E, para sobremesa, beterraba em *pickle* com açúcar de agave e gelado de soja transformado em leite queimado, e um gelado de ervas com açúcar de coco. O objectivo do *chef* é declarar guerra ao açúcar branco refinado e substituí-lo por formas alternativas de adoçar, do mel ao agave, passando pelo açúcar de coco, *stevia* ou de diferentes variedades de beterraba (que já são produzidas em Portugal para esse fim). Admite, contudo, que tem andado a lutar com um problema difícil de resolver sem açúcar: “Tenho dado cabo dos gelados todos. Estamos a experimentar outras coisas para tentar conseguir a estabilização.”

O trabalho desenvolvido no Six Senses já está a começar a contagiar os outros restaurantes do *chef*. No 100 Maneiras – que em Outubro abre num novo espaço – e no 100 Maneiras Bistro, as cartas incluem já um número muito maior de pratos à base de vegetais e a tendência é para o açúcar começar cada vez mais a ser substituído.

E isto é o novo Ljubomir, mais saudável, sim, mais calmo, mas em tudo o resto igual a si próprio. “Com esta alimentação tenho muito mais energia. Já consigo andar aos murros [no boxe, que pratica todos os dias] durante uma hora e meia.” Não há clorofila, por muita que seja, que o transforme num betinho.



Ljubomir está a trabalhar para reduzir o mais possível o açúcar branco refinado nos seus restaurantes. O objectivo é substituí-lo por adoçantes naturais alternativos

Six Senses Douro Valley

Luxo sustentável

● “Um hotel tem sempre muitos custos ambientais. Dizer o contrário seria mentir”, diz o britânico Nicolas Yarnell, director do Six Senses Douro Valley. Mas, continua, a cadeia Six Senses tem uma política de sustentabilidade que visa precisamente contrabalançar esses custos.

“Não estamos a beneficiar o ambiente, estamos a mitigar o nosso impacto. Do planeamento e arquitectura até ao que está no nosso prato, perguntamos sempre qual a melhor escolha que podemos fazer.” É por aí que nasce o projecto Earth Lab, o *eco-center* que acaba de inaugurar na unidade do Douro.

A ideia é tornar cada hotel o mais autónomo possível no que toca à alimentação – é esta a filosofia do grupo de investimento nova-iorquino Pegasus, que em 2012 comprou a Six Senses Hotels Resorts Spas. E a propriedade do Douro tem características ideais para isso. “Temos vários hectares de floresta que estamos a transformar numa floresta comestível”, explica Nick. Já há produção de cogumelos em troncos de árvore e as colmeias estão quase a chegar.

A equipa, dirigida por Marta Cardoso, responsável pela sustentabilidade, tem uma série de funções: receber todos os produtos da horta, jardim comestível e floresta, pesar e medir cada um para calcular quanto é que se está a produzir.

“A nível de ervas já somos totalmente independentes”, sublinha o director. “Desidratamos e podemos vender, dar, usar no *spa* (na foto) [onde há *workshops* para ensinar a fazer, por exemplo, pasta de dentes ou *champô* só com produtos naturais], temos mais do que o que precisamos. Quanto aos vegetais, vamos no segundo ano e já estamos a produzir

uma quantidade razoável. Ainda não tirámos o ananás do *buffet* de pequeno-almoço, mas lá chegaremos.”

As pesagens e medições permitem “saber o valor de mercado e estabelecer objectivos”. Que são ambiciosos: “Queremos triplicar a nossa produção anualmente.”

Mas mesmo isso será insuficiente para as necessidades do hotel, daí a importância das parcerias com produtores vizinhos que produzam biológico. “Não precisam de ser certificados, o importante é termos uma relação de confiança com eles.”

Implementar estas ideias significa que, pelo menos inicialmente, os custos são mais elevados, reconhece Nicolas Yarnell. “Serei o primeiro a defender os nossos preços um pouco altos no menu, mas é preciso ver que temos neste momento 26 cozinheiros para um hotel que recebe 150 pessoas. Por outro lado, quanto mais produção própria tivermos, melhor, porque reduzimos os custos.” A ideia do “luxo sustentável” vem já do primeiro hotel do grupo nas Maldivas. “Era o princípio *no shoes, no news*, nem televisão, nem Wi-fi, tudo é pensado para ser reciclado. Há 25 anos, toda a gente pensou que estavam loucos: um hotel de luxo sem televisão? Não serviam caviar, não usavam plástico.” Mas o conceito de luxo tem vindo a mudar e hoje tudo isto “é *cool*”.

Outro aspecto da política do Six Senses é o fundo de sustentabilidade, composto por 5% das receitas (e não apenas do lucro) de cada hotel. Em Portugal, serve para apoiar o projecto de recuperação e valorização dos burros de Miranda do Douro e foi usado também para o restauro de uma tela do pintor renascentista português Grão Vasco que pode agora ser vista no Museu de Lamego.



Comporta Sem Porta e com Graça

Um jardim gastronómico, ânforas para curar com sal como os romanos, hidromel como os antigos, vinagres, queijos, um ringue para combates gastronómicos e uma jangada num lago. É Ljubomir no Sublime Comporta. *Alexandra Prado Coelho*



ALEXANDRA PRADO COELHO

FOTOS: FABRICE DEMOULIN



● Sem Graça, o projecto não se fazia. Ljubomir já tinha dito que Graça Saraiva e as suas Ervas Finas (Vila Real) eram condição essencial para a transformação que se propunha fazer no restaurante do Hotel Sublime Comporta, o antigo Celeiro, agora rebaptizado Sem Porta.

Três meses depois, Graça está, feliz, no meio do seu jardim gastronómico, um “coração de biodiversidade” entre os pinheiros e o areal da Comporta. No centro, há uma cozinha-ringue para os combates gastronómicos de Ljubomir e dos chefs que irá convidando todos os meses (12 clientes de cada vez, 125 euros por pessoa, com vinhos) – o primeiro foi Manuel Maldonado (do projecto Ostraria), que ficou entretanto como chef residente do Sem Porta, o segundo, que encontramos durante a nossa visita, é Rodrigo Castelo, da Taberna Ó Balcão, em Santarém, o próximo (de 11 a 18 de

Setembro) será João Rodrigues, do Feitoria, Lisboa.

Em redor deste espaço onde só se cozinha com fogo e a que chamaram Food Club – sim, a referência é o filme *Fight Club*, de David Fincher, mas a história do João e o Pé de Feijão também entra aqui – foram criados quatro canteiros em forma de feijão, onde cresce já, imparável, a horta (muitos tomateiros, muitas malaguetas, pediu Ljubomir); à volta dos feijões, canteiros redondos e mais altos cheios de aromáticas.

“Cada um tem um perfil aromático assumido”, explica Graça. “Há as mentoladas, as ervas finas e frescas, as sulfurosas, as frutadas, as cítricas, as pungentes, as anisadas, as florais.” A inspiração foi “a paleta de um pintor em que em vez de uma cor há um perfil aromático”.

Quando chegamos ao Food Club, Manuel Maldonado está a falar com Graça para decidirem o que irão usar



Sem Porta

Sublime Comporta, EN 261-1, Muda, Grândola
Tel.: 269 449 376/396
www.sublimecomporta.pt
Todos os dias das 13h às 15h30 e das 20h às 22h
Preço médio: 72 euros (com vinho), 65 sem vinho

no jantar dessa noite. “Temos aqui 300 variedades diferentes”, diz a criadora da Ervas Finas, “desde raízes a pequenas folhas, caules, folhas mais adultas, até às flores, sementes e frutos”. Tudo se pode comer, mas é preciso optar por um dos estádios de desenvolvimento das plantas, sabendo-se que se terá que abdicar do seguinte – se comermos a flor já não teremos o fruto.

Percebe-se agora por que é que Ljubomir disse que sem Graça nada disto poderia existir. Trabalha com ela há 17 anos e não se esqueceu do que ela lhe disse há uns tempos: “O que eu gostava agora era de levar as minhas Ervas Finas para outras partes do país.”

Quando surgiu a proposta do proprietário Gonçalo Pessoa para pegar no projecto do Sublime, Ljubomir telefonou-lhe imediatamente. Ela não hesitou e agora mostra-se surpreendida com a velocidade a que as plantas se adaptaram. “Aqui é mais seco, sim, mas as ervas aromáticas gostam disso, ganham sabores mais intensos.”

O jardim comestível já é uma realidade, mas quando olha em redor Ljubomir vê também o que ainda irá acontecer. “Vou pendurar garrafas nas árvores para fazer vinagres a partir do hidromel e do mel da região, ando a estudar as características do leite para ver se é possível fazer burrata e mozzarella, porque, como o clima é seco, o leite aqui tem menos gordura, é mais parecido com leite de burra. Vou enterrar potes lá em cima, a metro e meio de profundidade, para fazer curas em sal.”

Conta-nos tudo, entusiasmado,

enquanto vai trazendo pratos para a mesa do Sem Porta: um queijo curado em beterraba, envolvido em pó de beterraba e salpicado de flores roxas e amarelas, sobre couve desidratada e pão com tomatada; um “carapau de corrida” em ceviche com pão de sementes feito na casa; um tártaro de beterraba com citrinos; cabeça de xara feita “com tudo o que é entranhas” e, no meio, fígado de ganso curado em especiarias. No final, virá uma tachada de um delicioso arroz de marisco.

Uma das preocupações que teve desde o início foi distinguir o que está a fazer aqui e o que está a fazer no Six Senses, no Douro. Aqui há outros produtos e outras histórias para contar. “Encontrei esta história das salinas de Tróia, que eram usadas pelos romanos [para secar peixe e fazer o garum, molho feito a partir das cabeças, espinhas e entranhas dos peixes, muito apreciado na época], que acho genial, e quero explorar tudo o que tem a ver com a salinidade. Quero ânforas, doze, com doze produtos diferentes, quero fermentações dentro das ânforas, vou dedicar-me a isso no Inverno.”

Tem na cabeça a imagem do “alentejano que vai para o campo e leva com ele um queijo de Serpa com dois anos, um tomate, um pedaço de toucinho, tudo a ver com o que faz sentido aqui”. Por isso, está também já a trabalhar num fumeiro, com divisão para peixes e carnes.

Tudo para criar pratos para o Sem Porta, mas também para o restaurante de autor que há-de surgir no próximo ano e que terá à frente Maldonado – o “homem do fogo”, diz Ljubomir, lembrando os grelhados que ele fez num almoço organizado pelo projecto Sangue na Guelra. “Eu vou ser o bombeiro”, acrescenta, divertido.

Outra ideia, que já está a ser preparada, é a de colocar uma jangada no meio do lago, com uma tenda e até um pequeno frigorífico com comida, tudo à base de energia natural, para os clientes terem uma experiência ainda mais única. E, com Ljubomir a ter ideias a este ritmo, quem sabe o que mais poderá estar a acontecer da próxima vez que visitarmos o Sublime Comporta?

PUBLICIDADE

Renault TWINGO NIGHT&DAY

A partir de

9.990€*

MEDIANTE FINANCIAMENTO TAEG 9,0%

Marque o seu ensaio 800 211 111



RENAULT
Passion for life

Day dreamers,

5 anos
garantia
ou 100.000 km

*Crédito automóvel para Twingo Night&Day S Ce 70cv. Preço 9.990€ com financiamento RCI Banque sujeito a aprovação. Preço a pronto 10.990€. Financiamento 9.990€. Sem Entradainicial e com Pagamento Final 1.450€. 217€/mês a 48 meses. TAN 6,20%. MTIC 12.000€. Válido até 31/08/2017 para particulares com entrega em Portugal Continental. Emissões de CO₂ (g/km): 99 a 108. Consumo em ciclo misto (l/100 km): 4,5 a 4,8. Imagem não contratual.

Renault recomenda **elf**

renault.pt

Gastronomia

Miso de caldo verde para ir ao Japão levando Portugal

O Midori, em Sintra, mudou. Tem um espaço mais intimista, maior proximidade com o *chef* Pedro Almeida e um menu *kaiseki* “100% japonês” mas que fala (também) de Portugal. *Alexandra Prado Coelho*

● Pintada na parede, uma gueixa de gestos elegantes e penteado elaborado, segurando um chapéu-de-sol vermelho. Atrás dela, um enorme peixe. E, do outro lado, uma onda pela qual navega uma caravela portuguesa. A história do Japão e de Portugal que é contada na parede do Midori, o restaurante japonês do *resort* Penha Longa, em Sintra, é a mesma que o *chef* Pedro Almeida quer contar no menu *kaiseki* (o menu tradicional japonês que é uma homenagem aos produtos de cada estação e tem uma estrutura particular) que aqui serve.

Este Verão, o Midori mudou. Era um caminho que vinha sendo preparado há já algum tempo e que se concretizou com a separação do espaço em dois: o restaurante pan-asiático Spices e o Midori, com apenas seis mesas, concentrado em oferecer aos seus clientes uma experiência única.

Depois de anos a pensar nisto, Pedro Almeida tem a confiança suficiente para dizer: “Aqui não vai haver soja na mesa, queijo Philadelphia ou frutas. Quem quiser esta experiência vem, quem não quiser esta experiência não vem.”

Foi há cinco anos que o Midori começou a mudar. “Estava-se a fazer uma cozinha cansada, que não trazia nada de novo, uma cozinha tradicional muito bem feita mas que não saía do mesmo registo. As pessoas cansam-se de vir a um restaurante comer sempre a mesma coisa. E como estamos perdidos no meio da serra, é preciso mesmo as pessoas quererem vir.”

O que o Midori oferece hoje não é uma fusão entre a cozinha japone-

sa e a portuguesa, explica o *chef*. É uma cozinha totalmente japonesa na qual entram elementos que têm a ver com a experiência de vida da equipa (que, entre outros, inclui o *sous-chef* Tiago Penão e, na sala, a escanção Andrea Smith, a trabalhar a harmonização com vinhos, *sakés* e chá verde). “Não queremos associar o Midori à cozinha portuguesa mas sim às nossas vivências, às coisas com as quais crescemos.”

Isso é feito, na maior parte dos casos, de forma subtil. O *menos* subtil é, possivelmente, a sopa miso de caldo verde. Aí, e sobretudo quando os clientes são estrangeiros, é preciso explicar que há uma sopa tradicional portuguesa que serve de inspiração a este prato em que a base é uma sopa miso, com pequenos cubos de batata fritos, couve portuguesa e, por cima, uma tosta com pó de chouriço.

Todo o menu é acompanhado por explicações de cada prato, não apenas dos elementos que o compõem mas da história que está por trás. Como, por exemplo, o delicioso *sashimi* de carapau com *gaspacho*, em que o peixe, braseado, é servido sobre uma tosta com pó de tomate e acompanhado por *gaspacho*, a tradicional sopa fria portuguesa e espanhola.

Noutros casos, mal damos pelo elemento que faz a ligação a Portugal. É o que acontece noutro prato muito bem conseguido, o *sashimi* de salmone de pele braseada, acompanhado por manteiga de alho temperada com sumo de limão (e lá está um acompanhamento habitual para o peixe grelhado português) e uma irresistível pasta de miso misturada



com manteiga e queimada, que ganha, nas palavras do *chef*, “um sabor a terra, quase a cogumelos”, com folhas selvagens da serra de Sintra.

Há uma piscadela de olho à salada de atum com feijão frade sob a forma de *sashimi* de toro (a barriga, e parte mais nobre, do atum), com feijão frade fermentado; outra às amêijoas à Bulhão Pato, com a diferença de estas serem abertas com *saké* e virem acompanhadas por cogumelos e flor de lótus; há a enguia grelhada que tem três pontinhos de molho com os sabores do ensopado de enguias; há uns pequenos rábanos em *pickle* de ameixa de Elvas e *umeboshi*, a ameixa japonesa curada em sal.

E, no *sushi*, encontramos um *nigiri* de cogumelos que parte das memórias de infância de Pedro e dos cogumelos que a mãe preparava, outro de gamba do Algarve com suco da cabeça da gamba “à guilho”, um de lula com limão e coentros, um de carapau grelhado com azeite de alho e outro ainda de lírio fumado com louro da serra de Sintra e *moxama* seca, tradicional do Algarve.

É com a chegada dos *niguiris* que o *chef* vem à mesa. “É o que tem maior simbolismo e que as pessoas continuam a associar a cozinha japonesa.



Midori

Penha Longa Resort
Estrada da Lagoa Azul, Sintra
Tel.: 219 249 011

Terça a sábado das 19h30 às 23h

Preço: Menu Chísai (9 momentos, 95 euros/135 euros com wine pairing) e Menu Ookii (11 momentos, 160 euros/200 com wine pairing)

É um estigma que ainda não conseguimos combater totalmente, essa associação da cozinha japonesa ao *sushi*. No Japão só há *niguiris*, não há rolinhos, por isso aqui não temos rolinhos, e não temos peixes que não fazem sentido para os japoneses, como o salmão. Queremos trabalhar os *niguiris* e trabalhá-los muito bem.”

É a mesma razão pela qual não há nas mesas molho de soja. Pedro Almeida resume os três “flagelos” que atingiram a cozinha japonesa quando ela chegou ao Ocidente, a partir da II Guerra Mundial, primeiro aos Estados Unidos, depois ao Brasil: a passagem da alga para dentro e do arroz para fora e a introdução de sabores novos como o abacate, o caranguejo e a maionese; o “*sushi tropical*” do Brasil, com frutas, queijo Philadelphia e salmão; e, por fim, o hábito de encharcar o *sushi* em molho de soja. Tudo para fugir dos sabores puros da cozinha japonesa e agradar aos paladares ocidentais.

No Midori, o trabalho vai todo noutro sentido. A manteiga, que não é usada no Japão, aparece aqui e ali mas, sublinha Pedro, “vemo-la como um complemento que enaltece um prato japonês”. Houve, claro, influências portuguesas no Japão e vice-versa (e lá está a tempura a lembrar isso) mas “nunca conseguiríamos criar um menu inteiro com base nisso”.

Daí a ideia muito clara do caminho a seguir: “Não fazemos o *sushi* da alheira. Aqui sai-se de Portugal, vai-se ao Japão, encontramos influências portuguesas mas não estamos em Portugal. Estamos no Japão e é essa a história que queremos contar.”

SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.

VINHO MODERAÇÃO
12% VOL

O MEU VINHO BRANCO É AVELEDA.



Vinhos Brancos com saber.

Albânia

● No exterior da casa de câmbio, um grupo de homens quase se acotovelava. - Estão à tua espera para te roubar.

Halit Methasani, primeiro com uma expressão séria pintada no rosto, dá uma enorme gargalhada. Caminho ao lado do tradutor de literatura estrangeira até uma esplanada, ele faz-se acompanhar do humor e eu, escutando-o, tenho também por companhia a memória desta praça vinte anos antes, tão cheia de nada, cinzenta sobre um céu da mesma cor, como se alguém houvesse decidido mergulhá-la na mais completa tristeza, com as suas gentes de olhos postos no chão, em busca de um objecto perdido ou de um objectivo perdido – eram tempos difíceis, esses, na segunda metade da década de 1990, quando 70% dos albaneses perderam as suas poupanças.

No meio da praça, sobre um espaço relvado e brilhando ao sol, recorta-se a estátua equestre de Skanderberg, o herói nacional que conduziu, desde o seu castelo em Krujë, a resistência albanesa, vencendo as 25 batalhas que travou contra os turcos e impedindo mesmo o sultão Mehmet-Faith, o conquistador de Constantinopla, de tomar a cidade situada a apenas 20 quilómetros da capital. A estátua de Gjergj Kastriot Skanderberg foi levantada no centro de Tirana em 1968, para celebrar os 500 anos sobre a morte deste comandante militar que se transformou num mito, enquanto uma outra, erguida 20 anos mais tarde, prometia imortalizar Hënver Hoxha – nesse tempo ninguém imaginava que, apenas três anos depois, seria derrubada pelos estudantes e pelo povo, deixando Skanderberg entregue à sua solidão.

Por cima do capacete do herói albanês, avista-se o minarete da mesquita Et'hem Bej, construída entre 1798 e 1812, pequena e elegante e uma das mais antigas estruturas da cidade, já que foi poupada durante a campanha ateísta em final dos anos 1960 devido ao seu estatuto de monumento cultural. Nos dias de hoje, Tirana, o coração da Albânia, principal centro económico, social e cul-

tural do país, orgulha-se também de ser uma cidade tolerante – basta-me errar pela Rruga e Kavajes, que parte da praça com o seu trânsito caótico, para descobrir, daí a pouco, uma mesquita, uma igreja católica e outra protestante, todas muito próximas e lideradas por homens que fomentam o diálogo. A Albânia, com uma população muçulmana a rondar os 60%, foi o primeiro país europeu visitado pelo Papa Francisco e na sequência dos ataques ao *Charlie Hebdo*, em Paris, o primeiro-ministro albanês convidou todos os líderes religiosos para apresentarem as suas condolências ao governo francês – na altura todos depositaram uma flor e depois caminharam juntos, como bons amigos, pelas ruas da capital francesa.

Da elite à juventude

Ao longo da Murat Toptani, uma rua pedonal, os jovens, em grande maioria (de acordo com as Nações Unidas, 19% da população tem entre 15 e 24 anos, a mais alta percentagem em toda a Europa), entram mais facilmente num bar do que num templo que convida à oração. Uns passeiam-se de bicicleta, outros de skate, outros ainda limitam-se a caminhar pela artéria bordejada de árvores. À minha direita, com as suas paredes elevando-se a seis metros, descubro a Fortaleza de Justiniano, tudo o que resta de um castelo da era bizantina, e um pouco mais para diante, na esquina da Rruga Presidenti George Bush e o rio Lanë, encontro uma bonita e bem preservada ponte de pedra do século XIX, a *ura e tabakëve* (a ponte dos curtidores, por se encontrar numa zona frequentada por estes e por carneiros), que em tempos ligava Tirana às terras altas, para leste. Passo para a outra margem do Lanë e desago em Blloku, uma zona da moda, repleta de bares e restaurantes para onde acorre a juventude de Tirana que vive com algum desafogo mas a quem a entrada esteve vedada até 1991. Até essa altura, Blloku era uma área reservada às festas da elite comunista e ainda hoje os seguranças vigiam a antiga residência de En-



Este país não é para velhos

Com cerca de 20% da população com idades compreendidas entre os 15 e os 24 anos, esta nação dos Balcãs apresenta-se como uma das mais jovens da Europa. Um estatuto que é apenas um pretexto, neste Dia Internacional da Juventude, para visitar Tirana, Shkodër, Gjirokastër e Berat. *Sousa Ribeiro*



REUTERS

Após décadas de cinzentismo e comunismo, o país começa a libertar-se dos fantasmas do passado e a fervilhar de vida

ver Hoxha, situada a curta distância.

A meio da tarde, caminhando por aqui e por ali, sem um destino definido, tenho agora a companhia de Renis Batali, que gere, com mais dois sócios, um *hostel* onde me sinto como em casa. Por instantes, fazemos uma pausa para admirar a Pirâmide, uma estrutura em mármore e vidro, em tempos o antigo museu Enver Hoxha e projectado pela filha e o genro do ditador – nenhum deles imaginou que mais tarde se haveria de transformar numa discoteca e numa sala de conferências antes de ser completamente negligenciado – e não há planos para a destruir e tão-pouco para a renovar.

A Pirâmide é, neste seu novo estado de decadência, muito do agrado dos jovens que por ela vão deslizando antes de iniciarem nova subida. Renis Batali, também um jovem arquitecto e grande apreciador do trabalho de Siza Vieira, convida-me a sentar enquanto fita os rapazes no seu constante vaivém.

- A Albânia é um país com uma população muito jovem e com grande potencial. Infelizmente, nem um, nem outro são aproveitados da melhor forma.

O dia veste-se de uma luz bonita. Não muito longe está a residência do primeiro-ministro, com as suas varandas de onde Enver Hoxha costumava assistir às paradas militares.

- Em 2013, o partido socialista venceu as eleições com o slogan Renascimento e, em 2017, agora com um maior número de votos, foi reeleito. O actual governo, em conjunto com o sector privado e o município, parece estar a fazer um bom trabalho para promover a cultura. Ao mesmo tempo, estão cada vez mais a abrir as portas aos jovens para que se sintam envolvidos por importantes projectos cul-

turais, apesar de serem sempre os mesmos – os mais velhos – a definir o rumo, pouco ou nada fazendo.

Continuamos ao longo da Avenida Dëshmorët e Kombit e não tardamos a pousar os olhares no edifício do Congresso, mais um projecto da filha e do genro do ditador.

- O que faz falta na Albânia é uma cultura *underground*. São todos demasiado pop. A maior parte dos jovens gosta de música, de filmes e programas horríveis e têm pouco ou nenhum conhecimento sobre arte e design. À excepção de Tirana, onde se pode encontrar jovens alternativos interessados numa exposição ou num concerto (ainda assim muito poucos se comparados com o número de habitantes), no resto das cidades eles são praticamente inexistentes.

Como um alien

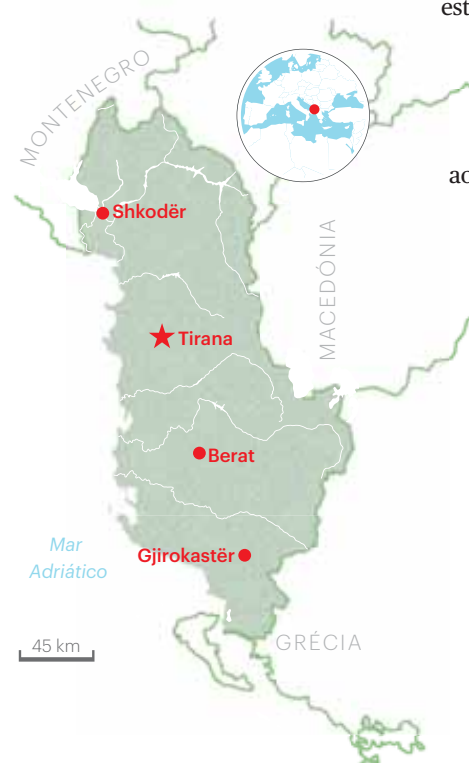
Renis Batali consulta as horas no seu relógio.

- Tens alguma coisa contra cemitérios?

Estamos no cimo da Rruga Elbasanit, onde está localizado o cemitério dos mártires e onde foram sepultados 900 *partisans* que morreram durante a II Guerra Mundial – Enver Hoxha também, em 1985, mas mais tarde foi exumado e os restos mortais trasladados para uma simples sepultura, do outro lado da cidade. A panorâmica sobre Tirana e o monte Dajti é soberba. Daqui também se avista a estátua, inaugurada em 1972, da Mãe Albânia. Renis Batali retoma o seu raciocínio.

- Essa é a luta com que nos deparamos no *hostel*. Organizamos exposições, concertos, *workshops*, conversas e tantas outras actividades com um carácter social. Mas apenas ao fim de algum tempo é que vimos aumentar o interesse dos jovens por estas manifestações. Na maior parte dos casos apareciam porque nesse dia exibíamos o último episódio de *A Guerra dos Tronos*.

Caminhamos mais para sul, ao encontro do grande par- →



Albânia

que, o Parku i math i liqenit, com as suas esplanadas e os seus trilhos que em alguns casos correm paralelos ao lago artificial. Renis Batali aceita que há ainda um longo caminho a percorrer mas também sente que os tempos estão a mudar.

- Cresci em Tirana como um *alien*. Não partilhava gostos musicais, filmes, nada que fosse cultura, com os meus amigos. Mesmo o facto de ter o cabelo comprido fazia de mim um estranho aos olhos da maior parte das pessoas. De qualquer forma, gosto de viver em Tirana. Não sei se é pelo facto de ter nascido aqui ou simplesmente porque há algo de especial e fascinante que descubro no meio do caos que me rodeia.

A meio da tarde, Saimir Kristo junta-se a mim numa errância tranquila por alguns dos bairros da capital onde as fachadas dos edifícios ganham tonalidades vivas, como uma galeria a céu aberto, em contraste com os dias do cinzentismo reinante. Uma espécie de terapia cromática, iniciada no início deste século por Edi Rama, pintor e edil de Tirana, em parte também para elevar o moral dos habitantes.

- A iniciativa de colorir as cidades provou ser uma forma de devolver algum entusiasmo às populações. Trata-se de um primeiro passo, sem dúvida importante, mas insuficiente para construir o futuro do país. É necessário criar uma estratégia clara e focada nos mais importantes sectores do emprego, em áreas como a agricultura, o turismo, a indústria e os serviços, de forma a desenvolver a economia para que os albaneses permaneçam na Albânia – essa é a parte fundamental para assegurar um futuro brilhante ao país.

Também um jovem arquitecto, Saimir Kristo olha com algum ceticismo o horizonte do país.

- Após a queda do comunismo, a Albânia vive num estado de transição, num limbo, no qual os albaneses tentam usar o enorme potencial que o país tem. Mas os jovens, dinâmicos, cheios de energia e entusiasmo, muitos deles estudam no estrangeiro e, quando regressam, não escondem a sua insatisfação face à realidade e viram de novo as costas ao país. Mesmo aqueles que foram educados na Albânia se sentem por vezes desenraizados, sem capacidade para se encaixarem na forma como o país funciona, admite Saimir Kristo enquanto contemplamos os dois um prédio todo pintado de verde, com as suas setas amarelas que talvez indiquem o caminho que o país deve seguir.

Porta dos Alpes

Deixo Tirana bem cedo, no autocarro que me leva para Norte, ao en-



contro de Shkodër, uma das cidades mais antigas da Albânia, fundada quatro séculos antes do nascimento de Cristo e ocupada ao longo da sua história por romanos, sérvios, venezianos e otomanos. Recortando-se contra o céu avisto à distância o castelo de Rozafa, encimando uma colina rochosa e vigiando os três rios, o Drini, o Buna e o Kiri, que o abraçam e conferem à estrutura uma posição estratégica já apreciada pelas tribos ilírias.

Principal atracção turística desta cidade fortemente abalada por um sismo em 1979, a fortaleza, a exemplo do que sucede com tantas outras construções erguidas em tempos de antanho, encerra uma lenda. Rozafa era o nome da noiva de um dos três irmãos que durante o dia erguiam as paredes do castelo que, mal uma nova manhã

A Pirâmide é, neste seu novo estado de decadência, muito do agrado dos jovens que por ela vão deslizando antes de iniciarem nova subida

se anunciava, podiam ser vistas de novo derrubadas sobre o solo. Intrigados, os homens consultaram um sábio, escutando da sua boca que a solução para expulsar o diabo que lhes destruíra o trabalho diário e para levantar um castelo com uma vida longa passava por enclausurar, daí em diante, uma das suas mulheres no interior das muralhas – para mais tarde ser sepultada como oferenda para os deuses.

Do cimo do castelo, a panorâmica sobre Shkodër, porta de entrada para os Alpes albaneses, e o lago homónimo, preenchido com um ou outro barco, prende o meu olhar.

Os três irmãos estabeleceram um pacto, de nenhum deles alertar as mulheres para o perigo e, ao mesmo tempo, de sacrificarem aquela que, no dia seguinte, lhes levasse o almoço. Os dois mais velhos que-

braram o acordo e foi Rozafa quem fez a sua aparição, acatando a decisão sem qualquer protesto mas impondo apenas uma condição: que lhe fosse permitido expor o seio direito, o braço direito e o pé direito – para amamentar, acariciar e embalar o berço do filho recém-nascido.

À entrada do museu admiro uma vez mais a extraordinária escultura de Rozafa alimentando o seu bebé, enquanto eu me alimento da história de algumas mulheres que acorrem ao castelo para esfregarem os seus seios com as águas leitosas que se infiltram pelas paredes nos meses de Janeiro e Fevereiro.

Início a descida e caminho ao longo de dois ou três quilómetros até ao centro de Shkodër, banhada por um sol dourado e fervilhando de vida na Kolë Idromeno decorada com

FOTOS: SOUSA RIBEIRO



Os cidadãos portugueses apenas necessitam de passaporte com uma validade de pelo menos seis meses para visitarem a Albânia. Muitos dos hotéis e mesmo alguns restaurantes aceitam pagamento em euros mas a moeda local é o lek (lekë no plural) — um euro corresponde a pouco mais de 130 lekë. A língua oficial é o albanês mas uma grande maioria da população jovem fala também inglês, italiano, francês ou alemão — com uma significativa diáspora, a Albânia é um dos países mais políglotas do mundo.



dezenas de esplanadas cheias de jovens e abrigando também o Museu Nacional de Fotografia Marubi, com uma exposição permanente de fotos dos Marubi, os mais aclamados fotógrafos albaneses, entre elas a primeira que foi tirada, em 1858, por Pjetër Marubi, bem como fascinantes retratos, acontecimentos e lugares, um testemunho de grande qualidade de uma Albânia definitivamente colocada num museu.

De volta à rua pedonal, com as suas casas de múltiplos matizes, amarelos, rosas, laranjas, verdes, azuis, vou perscrutando igrejas (a população é maioritariamente católica em Shkodër) e mesquitas, até que abandono o centro e tento chegar, à boleia, à Ura e mesit, uma bonita ponte na aldeia de Mes, com todo o cenário rural e pitoresco que a envolve.

São poucos aqueles que usam o

automóvel. Por estes lados a bicicleta é o meio de transporte eleito. Mas chego a Mes e por ali fico, até que o dia quase se extinga, admirando a ponte que cruza as margens do rio Kir, construída no século XVIII pelo paxá otomano local, Kara Mahmud Bushati.

A noite cai e as ruas de Shkodër estão cheias de jovens.

A cidade de pedra

As sombras avançavam determinadas e eu, caminhando ao longo de ruas tão impregnadas de silêncio, sentia grande dificuldade em controlar o riso, ainda com a memória tão cheia das anedotas que escutara na capital sobre os habitantes de Gjirokastër, declarada cidade-museu pelo estado albanês já em 1961, e o seu carácter somítico. A da

Shkodër, maioritariamente católica e onde a bicicleta é o meio de transporte preferido, é uma cidade calma, em contraste com Tirana, o coração social e económico do país

mãe que prometia levar o filho com melhor desempenho nos trabalhos de casa a ver, no domingo seguinte, as pessoas a comer gelados bailava constantemente no meu cérebro, que felizmente ainda revelava alguma saúde para não procurar, aqui e acolá, uma girafa, o animal preferido dos locais — com um pescoço tão grande pode sempre comer no quintal do vizinho.

O assunto era sério e com seriedade fui errando pelo bazar, não para descobrir uma população célebre pela sua avareza, mas pronto a encontrar exemplos da hospitalidade que é — para tanto fora avisado — uma das suas principais características. Gjirokastër parecia acolher com doçura os últimos raios de sol quando conheci Jonida Qirko, uma jovem que, de forma espontânea e natural, procurava transmitir-me a

melhor imagem da sua cidade mas, ao mesmo tempo, uma visão realista, uma vez ou outra estabelecendo uma analogia com Tirana, talvez para eu melhor compreender a essência da mentalidade albanesa.

- A Albânia é um país bonito — digamos que é um país abençoado devido ao seu potencial natural. Tem uma das populações mais jovens da Europa mas, infelizmente, permanece como um país pobre, uma herança que nos foi depositada nas mãos pelo comunismo e pela ditadura.

Por vezes deito os olhos até às fachadas brancas das casas como quem espera ver escrita nelas a história da cidade. Deixo que Jonida Qirko prossiga a sua narrativa, envolta em palavras que não diferem substancialmente daquelas que ouvira de Renis Batali, →

Albânia



Aos poucos, a Albânia enche-se de cor, ainda que respeite tradições e cidades como Berat (na foto a mesquita vermelha) ou Gjirokaštër, mas essa terapia cromática é mais evidente, pelo menos desde o início do século, em Tirana



SOUSA RIBEIRO



uns dias antes, em Tirana, e num inglês perfeito.

- As oportunidades de emprego são escassas, o salário é baixo e a juventude é forçada a emigrar, à procura de trabalho mas também de bem-estar. Por estranho que possa parecer, a despeito da pobreza, na Albânia toda a gente deseja uma vida de luxo. Mas, ao contrário do que acontece em Tirana, onde a juventude se entrega a alguns vícios e ao hedonismo, em Gjirokaštër, uma cidade tranquila que desde há alguns anos a esta parte atraiu as atenções dos políticos e dos investidores, a juventude ainda está muito dependente do trabalho artesanal.

Gjirokaštër, verdadeira cidadela otomana (na verdade foi tomada pelas tropas otomanas há precisamente 600 anos) que nos remete para os tempos do império e inscrita na lista de Património Mundial da UNESCO desde 2005, é umas pérolas deste país fechado ao mundo durante quase meio século – tanto tempo que até nos fez esquecer que, com os seus 427 quilómetros de costa, pouco ou nada fica a dever aos seus vizinhos em termos de beleza paisagística. Igualmente conhecida como cidade de pedra,

orgulha-se de ter o mais imponente castelo do país e respira uma nostalgia e uma quietude que contrastam com os novos bairros, por vezes caóticos mas mais do agrado de uma população jovem – mas não só – que se prefere abrigar neles do que numa casa restaurada na parte antiga, da qual certamente Ismaïl Kadaré, exilado em França após a queda do comunismo, guarda gratas recordações. O mais reputado escritor albanês, de 81 anos, nasceu no bairro Palorto (onde viveu a sua infância), no coração da parte velha e não muito longe do bazar, numa casa que, após grandes obras de renovação, com a ajuda técnica e financeira da UNESCO e do Ministério da Cultura albanês, abriu as suas portas ao público em Janeiro do ano passado. Quando, em 1990, partiu para França, o autor de, entre outros, *Os Tambores da Chuva*, admitiu que “ditadura e verdadeira literatura são incompatíveis” e que “o escritor é o inimigo natural da ditadura”.

A verdade é que Ismaïl Kadaré e Enver Hoxha (1908-1985), que escreveu grande parte da história do país durante o século XX, graças a uma política de repressão que motiva a comparação com Estaline ou



REUTERS

Mao Tse Tung (as fontes da sua inspiração para governar com mão de ferro), por pouco não se cruzaram nas ruas de Gjirokaštër por onde continuo a caminhar até que o sol anuncie a sua retirada. Aquele que foi um dos fundadores do partido comunista albanês, filho de uma família de comerciantes da classe média, também nasceu em Gjirokaštër, numa casa que, depois de renovada, abriga actualmente o museu etnográfico.

A cidade das mil janelas

- Vais gostar de Berat e certamente que encontrarás semelhanças com Gjirokaštër, com as suas casinhas brancas, apertando-se umas às outras como casais de namorados.

Uma imagem romântica de Jonida Qirko que me agradava, da mesma forma que a cidade, também Património da UNESCO, me seduziu desde o primeiro instante, mal comecei a caminhar junto ao

rio, passeando o olhar pelos pescadores que, de pé, numa das margens, lançavam as suas linhas para a água que corria silenciosa e da qual se erguia uma neblina ténue. Ao cimo erguiam-se as casas, com as suas mil janelas, do bairro muçulmano de Mangalem, com as suas três mesquitas, e mais para cima ainda a Kalasa, a cidadela, e o bairro Kala, com uma população significativa ainda a viver dentro das suas muralhas. Tradicionalmente católico, Kala não abriga hoje mais do que umas doze igrejas de um total duas dezenas, entre elas a Kisha Fjeta e Shën Mërisë, de finais do século XVIII, que acolhe também o Museu Onufri, com trabalhos do século XVI do famoso artista e do filho, Nikolla.

Do outro lado do rio, Gorica, órfã de sol durante todo o Inverno e um dos lugares mais frescos mesmo no Verão, é um espelho de serenidade. Atravesso a elegante ponte em arco sobre o Osum e fixo o olhar em Mangalem, nos raios do sol incidindo sobre as casas que continuam a namorar, bem juntinhas, e nas suas janelas que parecem flutuar – a cidade das janelas flutuantes.

Já me preparava para deixar para trás Berat quando uma imagem me



SOUSA RIBEIRO

guia



A Albânia pode ser visitada em qualquer altura do ano. O Verão

coincide com a época alta, quando as populações do interior, com temperaturas superiores a 30 graus, acorrem à costa, que goza de um agradável clima mediterrânico. Nas zonas mais montanhosas, fortes nevões são uma constante entre Novembro e Março.



Não há ligações aéreas directas entre Lisboa e Tirana e a tarifa

mais económica, com uma escala em Istambul e desde que reserve com alguma antecedência, é proporcionada pela Turkishairlines (www.turkishairlines.com).



Mullixhiu
Shëtitore Parku i Madh
Tirana

Tel.: 00 355 69666 0444
Inaugurado em 2016 e liderado pelo *chef* Bledar Kola, o Mullixhiu foi pioneiro em Tirana a servir comida lenta, segundo o conceito da quinta para a mesa — um lugar imperdível, com preços entre os oito e os 15 euros.

Çajupi

Sheshi Çerçiz Topulli
Gjirokastër
Tel.: 00 355 6726 43431
Email: info@cajupi.com
www.cajupi.com

Também hotel, o Çajupi serve refeições com grande qualidade, utilizando produtos frescos e dando particular ênfase à gastronomia da região (preços em conta).

Lili Homemade Food

Rruga Llambi Guxhumani
Berat
Tel.: 00 355 6923 49362
No bairro de Mangalem, mesmo aos pés do castelo, é um restaurante que se recomenda, com uma cozinha típica de Berat e um ambiente familiar (pratos entre os quatro e os seis euros).

Sofra

Rruga Kolë Idromeno
Shkodër
Tel.: 00 355 6920 99022
Localizado numa rua pedonal, o Sofra é o lugar ideal em Shkodër para provar algumas das especialidades albanesas (preços entre os dois e os quatro euros).



Destil Hostel
Rruga Qemal Gurnjaku
Tirana

Tel.: 00 355 69885 2388
Email: info@destil.al
www.destil.al
Mais do que um *hostel*, o Destil é um espaço criativo com actividades culturais — tarifa diária em dormitório entre os 10 e os 15 euros.

Tirana International

Skanderbeg Square, 8
Tirana
Tel.: 00 355 4223 4185
Email: reservation@hoteltirana.com.al
www.tiranainternational.com
Uma das melhores opções na capital albanesa, pela localização, pelo conforto e com preços entre os 116 e 145 euros para um quarto duplo.

Hotel Gjirokastra

Rruga Shezai Como
Lagjia Partizani
Gjirokastra
Tel.: 00 355 6840 99669
Email: hotelgjirokastra@yahoo.com
www.gjirokastra.org
Um novo hotel mesmo atrás do bazar, com a atmosfera de uma casa tradicional e tarifas (dispõe apenas de quatro quartos) a partir de 25 euros.

Hotel Grand White City

Bulevardi Republika
Berat
Tel.: 00 355 6968 64500
Email: whitecityhotel.berat@yahoo.it
www.whitecityberat.com
Decoração elegante, boa localização, é o único hotel de quatro estrelas em Berat, com um preço de 40 euros por noite (30 para um single).

Hotel Kaduku

Rruga Studenti, 84/1
Shkoder
Tel.: 00 355 6925 51230
Email: info@hotel-kaduku.com
www.hotel-kaduku.com
Com uma panorâmica sobre a Praça Democracia, o Kaduku é uma boa opção em Shkoder (35 euros por noite).



Em Tirana, não perca o Museu Nacional de História, na Seshi

Skënderbej, a Galeria Nacional de Arte, na Boulevard Dëshmorët e Kombit, também com ícones de Onufri, bem como o (obrigatório) Bunk'Art, um espaço com três mil metros quadrados que corre sob vários prédios, em tempos um *bunker* da elite política e nos dias de hoje com exposições sobre a história moderna da Albânia e peças de arte contemporânea. Para chegar ao museu, apanhe um autocarro na Seshi Skënderbej em direcção a Linza e peça ao motorista para o deixar no Bunk'Art.

devolveu à memória um testemunho de esperança de Renis Batali.

- O país está a mudar mas nos últimos 10-15 anos era muito difícil pensar de forma diferente das massas — como uma peça de um *puzzle* que não encaixa. Acredito que esta mentalidade resulta dos tempos do comunismo e da segregação. Mesmos nós, os mais jovens, não tendo vivido esta experiência, fomos fortemente afectados pelos nossos pais. O meu desejo é que as novas gerações vão muito para lá da mentalidade de massas do comunismo, em que todos sem excepção gostavam das mesmas coisas.

À última hora, decidi dormir em Berat. Subo de novo até à cidade. Um grupo de crianças, rapazes e raparigas, com camisolas com os nomes de Ronaldo, de Messi, de Kaká, joga futebol. Desço, calcando a rua empedrada e avisto roupa num estendal. Olho mais para cima e sinto-me observado por um menino com um sorriso que se torna ainda mais dócil quando o fotografo. Às crianças que retiram prazer do jogo e ao pequeno que parece grato com aquele momento cabe a última palavra, de enfrentar o desafio para provar que este país não é para velhos (hábitos).



SOUSA RIBEIRO

Protagonista

FOTOS: DR



Mara Gonçalves

● Às vezes, uma piada pode mudar uma vida. Que o diga Gonçalo Azevedo Silva que, aos 18 anos, estava longe de imaginar que aquela graça atirada para rematar uma palestra lhe iria pôr o percurso do avesso. “E agora, mãe, pai, deixem-me fazer um *gap year*”, pedia o então presidente da Associação de Estudantes da Escola Secundária do Carregal do Sal, mais para soltar da plateia as palmas e as gargalhadas que carimbam o sucesso de uma conferência do que numa súplica convicta para fazer uma pausa nos estudos e viajar pelo mundo.

A história sai-lhe mecânica como uma cassette tantas vezes repetida desde então. Mas ainda hoje não sabe por que razão foi aquele o tema escolhido à última hora para apresentar no evento organizado pela Fundação Lapa do Lobo. Sabe é que até o presidente da instituição, Carlos Cunha Torres, o desafiou a “passar da teoria à prática” e oferecer-se para pagar a viagem, tudo não passava de “uma ideia que achava engraçada”. De uma piada dita para finalizar em grande um desenrascanço. “Como já lhe disse uma vez, ele sonhou por mim”, confessa Gonçalo, director-executivo da Associação Gap Year Portugal (AGYP), que fundou mal regressou ao país. A organização sem fins lucrativos fará cinco anos a 29 de Outubro, confirmará nos estatutos a meio da conversa, quando as datas deixam de bater certo. “Andei este tempo todo a dizer três anos e meio, que engraçado. Perdi um bocado a noção do tempo”, admite Gonçalo, a dias de completar 24 anos.

A entrevista faz-se por vídeo-chamada. Gonçalo Azevedo Silva estava, então, em Bangueroque para um simpósio que tem como objectivo “preparar futuros líderes para questões humanitárias” – uma definição que, diz, “vale o que vale”. Neste momento, já estará pela Índia, numa viagem de regresso ao país onde, em 2012, nasceu a ideia de criar a associação. Desse momento lembra-se ao mais ínfimo pormenor. “Tinha acabado de falar ao telefone e estava de barriga para cima, debaixo da minha rede

mosquiteira, quando, de repente, caiu-me a ficha”, recorda. “Percebi que estava tudo diferente comigo. As perspectivas sobre o meu futuro tinham mudado completamente.” Talvez por ter sido uma fundação a dar-lhe aquela oportunidade, sentiu que tinha “a responsabilidade de fazer o mesmo por todos os portugueses” que desejassem ter uma experiência semelhante. Naquele dia definiu as linhas orientadoras do projecto, começou a construir o site enquanto prosseguia o périplo com um amigo (a oferta da fundação vinha com “*plus one*”). Ao todo, visitaram 25 países – na Europa, Ásia e Oceânia – ao longo de oito meses (com um regresso a Portugal pelo meio).

O *gap year* rompeu por completo o trajeto de vida que tinha planeado. Os últimos anos foram passados a transformar o novo sonho numa associação com peso a nível nacional e o regresso ao percurso convencional – com a licenciatura em Economia – sucessivamente interrompido. Mas, para Gonçalo, mais do que uma curva inesperada na cronologia biográfica, a experiência trouxe crescimento pessoal e uma nova forma de encarar a vida. “O que mais mudou foi passar a acreditar que não há impossíveis.” E explica: “Quando estamos a viajar pelo mundo, a fazer tanta coisa diferente e a ser capaz de ultrapassar tantos problemas sozinhos, uma pessoa sente-se capaz de tudo.” É isso que procuram transmitir na associação, com acções de divulgação pelo país. Não se perde um ano, ganham-se competências importantes para o futuro: acreditar mais nas próprias capacidades, relacionar-se com os outros mais facilmente, ser mais rápido a resolver problemas ou pensar fora da caixa, enumera. Este ano, 400 jovens estão inscritos na associação para receber apoio na preparação das viagens. A equipa é formada por 52 voluntários.

Para os indecisos, aquela temporada a viajar é também um momento para reflectir sobre o caminho académico ou profissional a seguir, para encontrar aquilo que os move. Gonçalo só se apercebeu mais

tarde, mas a paixão era antiga: “ter um impacto positivo na vida das pessoas”. “É por isso que gosto de estar na AGYP, gosto muito de política, de todas as vezes em que estive num movimento estudantil ou de ser monitor em colónias de férias”, enumera. Aos 15 anos, tornou-se presidente da Concelhia da Juventude Socialista de Carregal do Sal. Mais tarde, chegou a vice-presidente da federação de Viseu. E está a terminar o mandato como membro da assembleia municipal de Carregal do Sal. Em Outubro, contudo, não se recandidata. “Não fazia sentido, tendo em conta que nos próximos anos não estarei lá.”

Em Setembro, Gonçalo deixa oficialmente o cargo de director-executivo da Associação Gap Year Portugal e passa o testemunho a João Pedro Carvalho. Fica como presidente não-executivo. Por duas vezes parou o curso para se dedicar à organização. Agora quer regressar à universidade. E seguir em frente. “Sinto que já dei um grande pontapé de saída e que deixar [a presidência] também simboliza que houve algum sucesso naquilo que fizemos porque só sairia quando estivesse assegurada a sustentabilidade da associação.”

O regresso à Índia é, por isso, também o fim de um ciclo. “Foram muitos anos a incentivar pessoas a viajar e a ficar sempre no mesmo sítio.” Agora, Gonçalo volta a pôr a mochila às costas para percorrer o país que tem “a capacidade de nos surpreender todos os dias”. E reflectir, uma vez mais, sobre o futuro. Num caderno, leva “uma série de pontos para pensar”. Entre eles, “perceber o quer fazer a seguir a sério”. Certo é que tão cedo não quer fundar outra organização ou empresa – “o balanço é extremamente positivo e voltava a fazer tudo outra vez, mas não fazia uma segunda”. E que em meados de Setembro regressa aos bancos da Faculdade de Economia do Porto. Se tudo correr como esperado, acaba a licenciatura neste ano lectivo. “Estou entusiasmado com a possibilidade de ir às aulas sem adormecer e de me dedicar a tempo inteiro à faculdade. E de ter boas notas – que foi algo que até agora também não pude ter.”



Resposta rápida

Como convenceria um jovem a fazer um *gap year* com um tweet?

Conhece-te e descobre as tuas paixões. Ganha o mundo que te vai distinguir no mercado de trabalho. Volta mais humana(o). Faz voluntariado, experimenta, cresce — faz um *gap year*.

Qual é a melhor memória que tem da viagem que fez durante o *gap year*?

Ter sido rodeado por um conjunto de crianças quando estava a fazer trabalho de voluntariado no Nepal quando estava num momento difícil. Estava mesmo abatido, lembro-me de estar ali num canto, e eles vêm todos e abraçam-me. Foi um momento que ficou.

Tudo tem um lado negativo. Qual é o do *gap year*?

Ter tantos preconceitos associados. De fazer a viagem? Para mim, foram as saudades, mas isso é tão fraco. [Hesita, reflecte em voz alta]. Não é perder um ano, não acredito mesmo nisso. Não é perder ritmo, regressamos é com mais vontade de estudar. [Volta a pensar] Estarmos afastados das pessoas durante um período prolongado. Sim, foi o que me custou mais.

Gonçalo Azevedo Silva

O *gap year* foi, até agora, a vida dele

Série Caminhos de Verão

O mar, o céu e a duna só para nós

O passadiço das arribas da Foz do Arelho, projecto da arquitecta paisagista Nádía Schilling, foi incluído no *Atlas of World Landscape Architecture* e tem recebido elogios nas publicações de arquitectura. A ideia, explica Nádía, é oferecer a quem o percorre solidão e liberdade. *Alexandra Prado Coelho (texto) e Mário Lopes Pereira (fotos)*



● Há um troço do passadiço sobre as arribas da Foz do Arelho que capta a atenção mais do que os outros. Vistas de cima, as formas circulares que ondulam sobre a duna parecem até “um bocadinho extraterrestres”.

Quem as descreve assim é Nádía Schilling, a arquitecta paisagista responsável por este projecto, que tem sido elogiado em revistas e sites de arquitectura de diferentes países e foi mesmo incluído no *Atlas of World Landscape Architecture*, da editora suíça Braun.

O desenho inspira-se nos fractais, figuras geométricas que podem ser geradas por computador com base em equações matemáticas e que se reproduzem a partir de cópias mais pequenas delas mesmas. Mas que, ao mesmo tempo, fazem lembrar as formas da natureza, o vento que transforma as dunas de areia, a água que rodeia as rochas.

É com esta forma muito orgânica, e ao mesmo tempo muito acolhedora, que Nádía nos propõe que descu-

bramos as arribas da Foz do Arelho. Iniciamos o passeio na estrada que sobe da praia, por cima do histórico Hotel do Facho, que vigia o areal desde 1910.

Logo no início, paramos para ver o que ficou atrás de nós – esta zona, conta-nos Nádía, foi considerada um “ponto notável de paisagem”, num estudo em que participou há uns anos, encomendado pela Câmara Municipal de Óbidos para a caracterização do concelho. Aqui, aplica-se inteiramente a frase da música: “*On a clear day you can see forever.*” Ou, pelo menos, desde Peniche, à esquerda, até São Martinho do Porto, à direita, incluindo, com alguma sorte, as Berlengas.

O passadiço não é grande – pode até ser descrito como pequeno comparado com outros de que a Fugas tem vindo a falar. São cerca de 800 metros, mas isso não o torna menos interessante. Serpenteando sobre as arribas, ele conduz-nos num trajeto que nunca é igual.

É verdade que, para quem parte do ponto de onde nós partimos, com a Foz do Arelho nas costas, o mar está sempre à nossa esquerda e é ele que, inevitavelmente, domina as atenções. Mas o desenho do passadiço obriga-nos a percorrer outros caminhos e é assim que vamos descobrindo paisagens diferentes.

O projecto de requalificação das arribas, iniciativa da Câmara Municipal das Caldas da Rainha e do Ministério do Ambiente, começou há vários anos – a obra propriamente dita teve início em 2012 – e ainda não está totalmente concluído, explica Nádía. “A ciclovia está por terminar e falta uma nova fase de plantações.” A ideia, diz, era que, com o tempo, a vegetação fosse crescendo e rodeando o passadiço, que se tornaria gradualmente menos saliente na paisagem. Mas isso ainda não aconteceu.

Anteriormente, este era já um local de passeio, só que a erosão das arribas tornava-as perigosas e ha-

via a necessidade de controlar esses riscos e tentar travar a erosão, agravada também pelas construções situadas mais acima, que vão tornando o terreno cada vez mais impermeável, dificultando o escoamento das águas.

Por aqui ou por ali?

O passadiço ajuda nesses objetivos, torna os sete miradouros já existentes “mais apelativos” mas, acima de tudo – e é isso que lhe dá um carácter particular – oferece espaços individuais para apreciar a paisagem “de uma maneira mais solitária, mais introspectiva”.

Percorremos o caminho de madeira e logo no início encontramos pequenas saliências, com três degraus, uma espécie de miradouros privados, com espaço para duas, três pessoas no máximo. Esses aproximam-nos um pouco mais do mar, para o qual estão virados.

Depois, ao longo do percurso, o

passadiço oferece-nos bancos corridos, uns com costas, outros sem, alguns voltados para o mar, outros para diferentes pontos. Três crianças aparecem a correr, dois rapazes com *t-shirts* com a cara de Cristiano Ronaldo e uma menina de totós presos com elásticos cor-de-rosa. “Por aqui ou por ali?”, perguntam aos pais, em inglês, perante uma bifurcação. Esta liberdade de escolha foi algo que Nádía quis ao desenhar o projecto. “É importante poder escolher para onde se quer olhar.”

Também os espaços individuais, com bancos giratórios, têm a ver com essa liberdade. Eles surgem quando chegamos ao tal troço de formas ondulantes, que não é um ponto de encontro para sermos recolhidos por naves extraterrestres, como imaginações mais delirantes poderiam acreditar, mas apenas um conjunto de cinco bancos giratórios, cada um colocado sobre duas plataformas redondas, uma maior, a outra mais pequena, todas ligadas entre si.



A variedade de pontos de vista que temos a partir dos muitos lugares sentados ao longo do passadiço



O lixo que é visível em vários momentos do percurso



São cerca de 800 metros que serpenteiam sobre as arribas e nos conduzem num trajecto que nunca é igual

Aí, sentados num pequeno trono ligeiramente elevado em relação ao resto do passadiço, giramos e abarcamos tudo numa volta: o mar, os rochedos que despontam por entre as ondas, as pequenas enseadas usadas apenas por pescadores, o céu (está um dia nublado e ventoso, com bandeira vermelha na praia e o sol a tentar romper sem grande sucesso), a duna, a vegetação, os chorões que descem arriba abaixo e que tanto são verdes como laranja, a lem-

brar pequenas labaredas, os tufo de vegetação em manchas de cores diferentes, os pequenos montes de florinhas amarelas, as lagartixas que passam rápidas junto aos nossos pés. E também – infelizmente – o lixo que espreita aqui e ali em redor do passadiço e que incomoda igualmente a arquitecta.

Sentados nos bancos giratórios estão três amigos italianos que vieram do Sul e estão a percorrer Portugal em duas semanas. São de uma localidade próxima de Parma e estão encantados com o que têm visto. “Há paisagens de nos tirar a respiração.” Mas, pelo menos na Foz do Arelho, “a água é gelada”, dizem, rindo.

De repente, eles, as três crianças, a senhora com uma menina que tira fotografias enquanto salta ao pécoxinho, todos seguem caminho e ficamos só nós, o céu, o mar, o vento, e as gaivotas que planam sobre as nossas cabeças, bem lá em cima.

Apreciamos a solidão por alguns momentos, antes de nos levantar-

mos e continuarmos. Encontramos mais à frente outras plataformas elevadas com bancos giratórios mas em estruturas com diferentes desenhos, umas mais avançadas, outras mais recuadas. Vamos subindo. Agora o vento bate-nos no rosto sem pedir licença, a lembrar-nos que teria sido boa ideia trazer um casaco.

Subimos um pouco mais, enfrentando o vento que assobia, e desembocamos junto ao antigo muro de pedra de um dos miradouros. O caminho de madeira do passadiço acaba num círculo que nos deixa novamente voltados na direcção da Foz do Arelho. Chegámos ao fim. Que – tudo depende da perspectiva – pode ser também ser o princípio.

No banco onde nos sentamos, alguém escreveu uma frase dos Joy Division, que ganha aqui outro sentido – não o da separação mas o da descoberta: “*And we are changing our ways, taking different roads.*” É isso. O passadiço leva-nos por caminhos novos.

Sapientia Boutique Hotel

Abriu agora e já é um clássico. É o único hotel no perímetro da Universidade de Coimbra Património da Humanidade, com uma vista rara sobre a Via Latina, e só isso é uma excelente razão para o conhecer. Mas não faltam outros motivos de encanto e surpresa. *Leonete Botelho (texto) e Adriano Miranda (fotos)*

Um lugar de charme cheio de estrelas

● “Da Universidade à rua José Falcão/ vai um pulo de anão/”... Poucos antigos estudantes de Coimbra se lembrarão da Rua José Falcão pelo nome. Mas não deve haver um que não se lembre da Rua do Pratas, mesmo por trás da Biblioteca Geral, aquela viela antiga que ia dar às escadas de Minerva e ao Bedel, a secretaria geral.

A taberna do Pratas, um lugar mítico onde “tanta geração de tunos bebeu”, assim imortalizado por José Alberto de Brito Cardoso: “Local de tertúlia eloquente/ com tinto e aguardente/ tudo é pretexto na fuga da sapiente Ferrand;/ vai tudo em cortejo ao Pratas/ homem bom em alpercatas/ de carisma e elegante élan” [in *A capucha de minha mãe*, Chiado Editora, 2015]

O Pratas já ali não mora, mas outros tesouros estão a nascer no quarteirão entre a Rua José Falcão e a Couraça de Lisboa, em plena alta Património da Humanidade da UNESCO. A antiga taberna ocupava uma pequena parte do antigo Colégio da Trindade, de cujas ruínas acaba de nascer a Casa da Jurisprudência, um projecto de excelência assinado pela dupla de arquitectos Aires Ma-

teus que vai permitir uma importante expansão física para a Faculdade de Direito de Coimbra.

Uns passos à frente, no largo seguinte, o do Hilário, outro edifício branco se ergueu de memórias cinzentas. No lugar do antigo Centro Universitário Manuel da Nóbrega, onde tantas gerações de estudantes católicos estudaram, abriu portas em Junho o Sapientia Boutique Hotel, uma residência de charme com quatro estrelas na porta e “Cheio de Estrelas” no bar do terraço, um lugar mágico com uma vista única em 360 graus.

Este hotel de requinte e bom gosto foi obra de dois casais de Coimbra, amigos de longa data: um músico, André Sardet, uma engenheira, Catarina Dutra, uma professora de Literatura, Maria Israel, e um jornalista, José Manuel Portugal. Correram feiras, hotéis, lugares de referência no país e no estrangeiro para fazer do Sapientia um hotel de pormenor, onde nada é por acaso e tudo é pensado para um segmento que privilegia a qualidade. Abriu há pouco e logo entrou para um circuito artístico e cultural, nacional e internacional, ao mesmo tempo que atrai visitantes e cidadãos para momentos de fruição

nos seus recantos.

Do seu *rooftop*, a cereja no topo do bolo, tem-se uma das melhores panorâmicas de Coimbra: o Mondego desde a ponte Rainha Santa Isabel, todo o Parque Verde, a ponte pedonal Pedro e Inês, o velho parque Manuel Braga, a Portagem. Do outro lado, o Choupalinho com a sua Praça da Canção, palco das Queimas das Fitas (e o convento de São Francisco, e Santa Clara-a-Velha, e o Portugal dos Pequenitos, tantos pretextos para atravessar a Ponte de Santa Clara).

Completando os 180 graus ou pouco mais, ergue-se, majestosa (apesar das obras), a jóia da coroa: a Biblioteca Joanina, que dali quase se pode tocar com a ponta dos dedos. O Paço das Escolas, emoldurado pela Faculdade de Direito, a Cabra, a Via Latina e a Porta Férrea. Dali os turistas tiram fotografias à cidade e ao rio – e nós, neste miradouro suspenso do céu, ao magnífico património que está por trás deles.

A melhor hora para vir é a partir das seis da tarde, quando abre o bar. É também a ‘Hora do Vinho’, por isso vale a pena começar pela Tasca das Camelas, no pátio do hotel, para beber o copo de vinho que o hotel



Sapientia Boutique Hotel

Largo Augusto Hilário, 9
3000-062 Coimbra
Tel.: 239 15 18 03
Email:hello@sapientiahotel.com
www.sapientiahotel.com

Reservas e preços
Na época alta, em que agora estamos, o **double room** para duas pessoas fica no mínimo por 165 euros, enquanto o **superior one bedroom apartment** pode atingir os 175 euros por noite. A taxa de ocupação é bastante elevada, esgotando algumas vezes, pelo que se recomenda fazer a reserva com antecipação. Em Agosto, por exemplo, o hotel espera convidados estrangeiros ilustres, cujos nomes ainda não foram revelados, mas que reservaram seis unidades de topo por várias noites.

oferece às seis em ponto. Quem sabe encontra por lá outras estrelas, do mundo da arte e do espectáculo, tantas são as que por lá passam.

“(…) A Tasca das Camelas / Para mim era um sonho, o céu cheio de estrelas: / Nossa Senhora a dar de ce- ar aos estudantes / Por 6 e 5! Mas ah! foi-se a Virgem dantes / Tia Camela... só ficou a camelice.”

Sim, a rua tem tradição de tasca. Antes do Pratas já por ali existira a tasca assim cantada pelo poeta António Nobre, em *Só* (“o livro mais triste que há em Portugal”, publicado em Paris, em 1892). Eça de Queiroz e Antero de Quental, e outros da Geração de 70, comeram e beberam na Tasca das Camelas, na Alta coimbrã.

Carlos Fiolhais conta a estória: “A tasca era assim chamada por ser de três irmãs todas elas Camelas e todas elas com o nome da Virgem. As Memórias contam que os estudantes perguntavam a uma qualquer das Marias Camelas: ‘Ó tia Maria, quanto devo aí?’ E a resposta era sempre generosa: ‘Filho, tu é que sabes; eu sei lá quanto comeste, nem quanto gastaste?’”

Da camelice ficou o conceito *sunset* “Hora do Vinho”, a convidar



O Cheio de Estrelas, o bar suspenso do céu com uma vista panorâmica de 360 graus

Os apartamentos enormes mas acolhedores, bem equipados e personalizados



Ainda que tenha um wine bar com uma carta variada de tapas com design, produtos portugueses e uma carta de vinhos cuidada, o hotel não dispõe de um restaurante próprio. Também não tem estacionamento privativo, pelo que se recomenda chegar tarde, após o horário laboral, se vier de carro



para uma paragem ao fim da tarde debaixo da frondosa e centenária no-gueira, de cujas nozes se farão a sobremesa da casa, a Sapientia, a não perder. Prolongue-se o sunset, pois já não apetece sair dali, e peça-se a imponente tábua Sapientia. Degustem-se os queijos, o presunto, as empadas de cabrito, o humus de grão, os frutos secos, o bacalhau com grão.

Um dia poderemos escolher o vinho na garrafeira subterrânea, dentro da cisterna do século XVI que, nas escavações, aterrou entre a recepção e o pátio, obrigando a uma intervenção arquitectónica inesperada que a Depa Architects transformou num re-

sultado surpreendente: a passagem faz-se em vidro por cima da cisterna, iluminada desde metade dos seus seis metros de profundidade, para realçar a pétreia estrutura.

Quartos personalizados

Apetece ficar? A escolha dos aposentos é uma ida à biblioteca. São 22 unidades de alojamento de elevada qualidade – seis quartos, 16 apartamentos, suítes e lofts e quatro superior one bedroom apt –, cada uma inspirada num escritor português com ligações a Coimbra. E Fernando Pessoa, claro, cuja primeira edi-

ção da Mensagem está na Biblioteca Joanina. Os quartos são personalizados de acordo com o autor que lhe dá o nome, mas também têm uma personalidade própria em termos de arquitectura e decoração.

Ficamos no invulgar Ramalho Ortigão superior one bedroom apt: uma unidade generosa em espaço, (60 m²), as Farpas por cima da cama king size, seis janelas altas, os tectos trabalhados, o clássico a fluir para o contemporâneo e uma solução surpreendente – a box de microcimento, um paralelepípedo preto onde se encaixa o wc de um lado e a kitchenette do outro. Perfeito para uma

família, ou para uma estada mais prolongada, pois dispõe de mesa de trabalho, dois televisores e cozinha equipada para quatro pessoas.

Mais pequenas, mas com o mesmo equipamento, as cinco júnior suítes destacam-se por terem varandas e vistas únicas. Na júnior suite Vitorino Nemésio, o desnível marca os espaços sala e quarto, e à cama, num nível superior, chega o Mondego por uma janela e entra a Cabra, a torre da universidade, por outra.

Para o double room Fernando Namora espreitam a Biblioteca Joanina e as Escadas de Minerva, onde a estátua da deusa romana do saber

vigia o portal de acesso ao Paço das Escolas. É uma das três imagens da Sapientia ali existentes – além da Porta Férrea e da Via Latina –, e a sua proximidade tornou-a a padroeira deste hotel raro.

E depois há os lofts, românticos como eles só. Construído em dois pisos, o Rui Belo tem a zona de estar na mezzanine e ao nível térreo o quarto com cama de dossel e porta directa para o Pátio, onde tudo começa e acaba, mas o que importa está no meio.

A Fugas esteve alojada a convite do Sapientia Boutique Hotel

Renault TWINGO NIGHT&DAY

A partir de
9.990€*
MEDIANTE FINANCIAMENTO TAEG 9,0%

Marque o seu ensaio 800 211 111



night riders.

5 anos
garantia
ou 100.000 km

*Crédito automóvel para Twingo Night&Day S/Ce 70cv. Preço 9.990€ com financiamento RCI Banque sujeito a aprovação. Preço a pronto 10.990€. Financiamento 9.990€. Sem Entradainicial e com Pagamento Final 1.450€. 217€/mês a 48 meses. TAN 6,20%. MTIC 12.000€.

Válido até 31/08/2017 para particulares com entrega em Portugal Continental. Emissões de CO₂ (g/km): 99 a 108. Consumo em ciclo misto (l/100 km): 4,5 a 4,8. Imagem não contratual.

Renault recomenda elf

renault.pt

PUBLICIDADE

Crianças



Invicta for Kids na Casa do Infante

O ponto de partida, e de chegada, é sempre na Casa do Infante, porto de abrigo de uma iniciativa organizada por uma professora do ensino básico, Alexandra Magalhães, e que praticamente todos os meses sugere um roteiro pela cidade de forma a dar a conhecer às crianças (entre os seis e os 12 anos) um pouco da cidade do Porto de forma lúdica e divertida. A próxima actividade está marcada para dia 9 de Setembro (as inscrições devem ser feitas até dia 7) e inclui visita à igreja e miradouro de São Bento da Vitória, um *peddy-paper* na Cordoaria, e passagens nas Galerias de Paris e na loja A Vida Portuguesa, bem como um passeio de eléctrico. Decorre entre as 14h e as 17h e custa dez euros.

Puzzle Room em Évora

Em horário pós laboral à semana, e durante todo o dia ao fim-de-semana, é possível marcar com a Puzzle Room de Évora um *peddy-paper* que permite conhecer diferentes zonas da cidade e desvendar os seus enigmas. A palavra não foi escolhida ao acaso, porque é com tarefas e desafios de várias índoles que é possível passar à fase seguinte — e há crianças de várias idades a testemunhar o entusiasmo com que os desvendam. No início do jogo é fornecida uma mochila aos participantes com tudo o que precisam para poderem jogar. O mínimo de jogadores aconselhado é quatro pessoas e o máximo 15, e o preço por participante é de 10 euros. As marcações são feitas por telefone (961 648 451) ou email (evora@puzzleroom.pt)



Little Lisbon

Sim, estas cidades são para miúdos

Luísa Pinto

● A ideia não é entreter as crianças enquanto os pais palmilham uma cidade e lhes procuram os pontos que viram nos guias turísticos e em fotografias nas redes sociais. Pelo contrário, a proposta que faz a Little Lisbon - Lisbon For Kids, é envolver toda a família em actividade que foram inicialmente pensadas para crianças mas que terminam numa experiência gratificante (e entusiasmante) para miúdos e graúdos.

A Little Lisbon - Lisbon for Kids existe oficialmente há quase dois anos e meio, mas na cabeça de Mariana Sargo, a arquitecta paisagista que a fundou, começou a surgir bem mais cedo. “Foi depois de ser mãe que comecei a procurar este tipo de produtos, e em Portugal não os encontrava. Acabou por surgir a oportunidade, e agora já tenho quatro co-

laboradores a trabalhar comigo de forma a garantir resposta a todas as solicitações”, explica. As visitas podem ser feitas em inglês, espanhol, alemão e, claro, em português.

Mariana Sargo propõe-se a ajudar as famílias a traçar o seu próprio itinerário na cidade mas, admite, os serviços que mais procura têm na sua empresa são as visitas privadas que desenhou a pensar nas famílias. Programas como o “Lisboa essencial”, que passa pelas zonas da Ribeira das Naus, da Bica, do Bairro Alto ou o Chiado, ou o “Lisboa Alfacinha”, com passeios pelos bairros mais populares como a colina da Mouraria, o castelo ou o Bairro de Alfama, ajudam a conhecer a geografia; programas com temas como o terramoto de 1755 ou a Revolução dos Cravos ajudam a conhecer a história.

Cada um dos programas é atravessado por várias actividades distintas. O “Lisboa Alfacinha”, por exemplo,

começa na Mouraria e implica uma subida ao castelo, passa por um pequeno *peddy-paper* em Alfama, uma caça aos azulejos na Mouraria, um passeio no eléctrico, uma paragem para comer um pastel de nata. Os turistas adoram — a família Wyld, composta pelos australianos Mark, Bec, Willow e Marley, escreveu abundantemente sobre isso no seu blogue de viagens, para revelarem no final o quão espantadas ficaram as crianças com os quilómetros que palmilharam sem terem, sequer, dado por ela. Estavam de tal forma empenhadas em responder ao desafio de encontrar uma série de padrões diferentes na calçada portuguesa que tinham debaixo dos pés que nem se lembraram de se cansar.

Estes passeios podem ser realizados em qualquer dia da semana, duram entre três a quatro horas e têm um preço mínimo de 155 euros — é o “bilhete-família”, pensado para dois

adultos e duas crianças; qualquer pessoa adicional pagará um extra de 15 euros. Para além destas propostas, desenhadas para quem está de passagem ou de visita na cidade, há outras actividades que são programadas com maior regularidade e que permitirão viver estas mesmas experiências, embora de maneira mais fragmentada — é perfeito para residentes, mas é também apropriado para programar visitas conciliando agendas, uma vez que a programação é conhecida com alguma antecedência. Por exemplo, para o dia 21 de Outubro está planeada uma visita-jogo ao Aqueduto das Águas Livres, numa actividade desenvolvida em parceria com o Museu da Água. E para 18 de Novembro está planeado um *peddy-paper* em Alfama. Estas actividades exigem inscrição prévia e custam 10€ euros por “família” (um adulto + uma criança), e cada participante extra paga seis euros.

Fugas dos leitores

Coreia do Norte, as outras faces do desconhecido

● Era um sonho há muito sonhado, conhecer a Coreia do Norte. E finalmente a oportunidade de por lá ir tornou-se palpável e consistente. Contra tudo e quase todos, fazendo, como é meu hábito, ouvidos de mercador à quase permanente desinformação que passa na comunicação social.

Ir ao encontro deste país de desconhecimentos, ir à procura de perceber os seus mistérios, ir à procura de conclusões, ainda que as mesmas pudessem sempre pecar por incompletas porque acerca da Coreia do Norte estaremos sempre longe de conhecer a verdade. Porque a realidade, essa, é constatável por todos os lugares do país por onde fui passando.

Pyongyang é a sua capital. Uma cidade de contrastes que

balança entre uma espécie de abandono e ausências, entre vazios e opulências, entre incertezas e deslumbramentos que se erguem em forma de edifícios ou monumentos em homenagem à revolução que os seus líderes insistem, muitas vezes da pior forma, em levar adiante. Criada que foi a ideologia Juche, é na capital que a mesma é mais notória através dos lugares que a invocam e honram. O culto dos líderes chega a ser opressivo. Estamos sempre a dar de caras com eles, seja em mosaicos gigantescos, estátuas desmesuradas ou fotografias que são omnipresentes. As avenidas largas e compridas vazias de carros, os policia sinaleiros de movimentos petrificados, os prédios ora toscos e maçados pelo tempo, ora novos e

moderníssimos em jeito de postal ilustrado para turista ver. E se iludir com as riquezas que o país não tem. Porque não existem simplesmente. De qualquer forma, uma cidade enternecedora, de gente que caminha, que pedala, que vai de metropolitano (e que belas são as suas estações!). Uma cidade de impossibilidades em que os nossos sentidos são chamados a cumprir o seu papel em todos os...sentidos. Uma história maravilhosa que agora guardo em mim e que não me cansarei de atirar aos ventos para que longe chegue.

Existe uma outra face da Coreia do Norte que foge à opulência e “descaramento” arquitectónico da sua capital Pyongyang. Existe um tempo que ficou equivocado, um género de falha espaço-temporal em que nos sentimos actores. Lugares vazios de tíques civilizacionais. Olhares vazios de gentes quase mecanizadas e que fazem do trabalho no campo o seu modo de sobrevivência. A agricultura é de subsistência. Os carros particulares não existem (a propriedade privada simplesmente não existe). Pelos campos afora, o que constatei foi uma multidão de gente que se desloca a pé. Outros, quiçá mais privilegiados, de bicicleta. E alguns em motorizadas. As aldeias assemelham-se a um amontoado de esquecimentos. Os trabalhadores, quase todos organizados em cooperativas, entregam-se à terra com a alma e o corpo que nem sei se lhes pertence. Algumas das imagens capto-as à revelia das permissões superiores.

Estamos em Junho e a azáfama nos arrozais é enorme, pois é a época da sua transplantação. A terra tem cor de terra. As montanhas cheiram a montanhas. A pobreza é pobre. Tudo é demasiado básico e rudimentar, os tractores, as carroças puxadas pelos bois, as estradas maltratadas. É a Coreia do Norte despida de jóias e paramentos para turista ver. É a sua verdadeira essência. E um inesquecimento no meu universo de memórias viajadas.

António Barroso Cruz



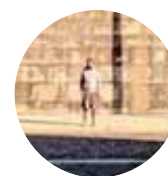
instaFugas

#fugadoviajante

Esta tag diz-lhe alguma coisa? A Fugas (@fugaspublico) está à procura das melhores fotos de viagem. Siga a conta e partilhe os melhores instantâneos das suas férias com a #fugadoviajante



@romanotr “Nós somos três estudantes de arquitectura na FAUP. Tivemos a ideia de fazer a costa de Portugal de bicicleta, do Porto a Tavira. Vimos coisas fantásticas encontramos pessoas incríveis e ganhámos memórias eternas. Esta foto é do 11.º dia, já cansados e saturados, deparamo-nos com o que o Algarve guarda: praias encantadas, que nem nos contos de fada. Digam o que disserem, o paraíso português está lá, no Sul, nas costas algarvias de cara para África.”



@ricardornorton “Esta foto surgiu num dos muitos passeios durante a viagem que fiz à Islândia no mês de Julho. Retrata dois viajantes que, tal como eu, andavam a apreciar a natureza e a sentir toda a beleza daquele país. A Islândia é, sem dúvida, um território mágico.”

O belo horizonte da Foz Nova

Crítica

José Augusto Moreira

De frente para o Atlântico, oferece cozinha de inspiração italiana e de vocação alargada e adaptado aos gostos actuais

● Voltado para a vastidão do Atlântico e junto à Pérgola da Foz, não admira que o estilizado edifício concebido pelo arquitecto Amoroso Lopes tivesse sido baptizado como Belo Horizonte. É neste prédio inaugurado em 1945 que funciona o BH, um espaço de “restaurante, bar e eventos”, que, mesmo mantendo o ambiente de certo *glamour* de outros tempos, tem hoje uma vocação alargada, adaptada aos gostos actuais e à dinâmica quotidiana.

A par da função de restaurante, os espaços de bar e esplanada dominam a actividade, estando hoje os salões e terraços dos pisos superiores vocacionados para receber festas e eventos da mais variada índole. Ora, foi precisamente para proporcionar à endinheirada burguesia portuense de meados do século passado um espaço distinto e glamoroso para a suas festas e banquetes que foi concebido o Belo Horizonte.

O piso de entrada, então destinado a acolher choferes e automóveis enquanto duravam as festas, viria décadas depois a dar lugar a uma bem mais utilitária estação de serviço, ao que se seguiu um longo abandono do imóvel por mais de 30 anos. Até ao resgate para as actuais funções, há coisa de quatro anos.

Inicialmente com o apoio do chef António José Vieira – que

tinha acabado de ver o Shis destruído pela fúria do mar –, o BH rapidamente conquistou espaço nas preferências da marginal atlântica portuense. A cozinha é actualmente comandada por Anthony Pires, cujo currículo menciona passagens pelo CS Vintage House, no Pinhão, e outros espaços congéneres em Inglaterra.

Definindo-se como restaurante de cozinha mediterrânica, o BH tem também cartas de *pizzas* e de *sushi*, que, pelo que é dado ver, atraem boa parte da clientela. Quanto ao “menu gourmet”, apresenta-se com cinco opções de “entradas”, (mais a “sopa do dia” e cinco “bruschettas”); cinco pratos de “peixe”; quatro de “carne”; três tipos de “bifes”, em três versões cada; cinco “pastas e risotos”; quatro “saladas”; e nove “tentações” de sobremesa.

Em contexto elegante e ambiente de acolhedora descontração, mesas com toalhas e guardanapos de algodão brancos, baixela cuidada e espaço desafogado. O “*couvert*” (2,50€ pax) inclui umas tirinhas de pão com orégãos (tipo massa de *pizza*), azeitonas, azeite com vinagre balsâmico e um banal pãozinho de massa branca.

Das “entradas”, provou-se a “sopa de peixe com *croutons*, alho e coentros” (6€), “terrina de *foie gras* e pato confitado, brioche, figo em calda de mel e puré de Sauternes” (14€), e o “ovo de alheira de caça com puré de maçã” (10€), de um elenco que oferecia ainda “vieiras grelhadas com puré de funcho caramelizado e maçã” ou “ravioli de cogumelos com pesto de tomate seco e trufa”, por 14€ e 8€, respectivamente.

Cremosa, saborosa e equilibrada a sopa, com peixes esfiados, coentro aromático e um final de fresca acidez que parecia ser



de tomate. Muito boa também a terrina de *foie*, com sabores afinados, bem definidos e em equilíbrio. Ficou a sensação de o figo ter sido trocado por ameixa, conferindo até um *plus* de acidez que valoriza o conjunto. Acompanhou na perfeição com um Moscatel Roxo de Setúbal, cuja proposta a copo favorece estas enriquecedoras experiências.

Menos conseguido o ovo de alheira, com o tradicional enchido, esfiado e panado, a

envolver um ovo cozido a baixa temperatura. O crocante da fritura e a textura do ovo parecem não combinar com o aveludado do puré de maçã, cuja acidez esbarra também no calor da fritura. Também a exagerada dimensão (para enfartar) é de molde a desmontar qualquer propósito de elegância e equilíbrio.

O mesmo efeito de prato cheio a complicar a harmonia no “risoto de gambas com espargos” (14€). Boa execução



BH Foz

**Avenida do Brasil, 498
4150-153 Porto
Tel.: 910 993 040
www.bhfoz.pt
Aberto todos os dias
Sala para fumadores
Estacionamento nem sempre fácil (oferece serviço de valet parking/motorista ao jantar de sexta e sábado)**

culinária, texturas e sabores em afinação, mas uma cansativa sensação de empapamento pelo peso da quantidade. Nos risotos, as propostas alargam-se aos “cogumelos com espinafres” e “nero com lulas panadas”, enquanto nas “pastas” é proposto “linguini com amêijoas e gambas” e “spaghetti nero com gambas”, com preços entre 13 e 16 euros.

Nos “peixes”, parecia tentadora a proposta de “lombinhos de bacalhau assados com brás de

FOTOS: PAULO PIMENTA



– mais uma vez – em quantidade bem generosa.

A par do “magret de pato com batata *fondant*” (17€), “*entrecôte* grelhado com risoto de cogumelos porcini” (18€) e “peito de frango com polenta frita” (16€), as propostas de carnes incluem bifes da “alcatra” (16€), “vazia” (18€) e “lombo” (20€) com três diferentes molhos: de três mostardas, de cogumelos, ou de pimenta.

Das nove “tentações”, sucumbimos com generalizada satisfação ao “mil folhas de pistachios e framboesas” (7€) – sabor, equilíbrio, texturas e contrastes em saborosa harmonia –, enquanto o “*éclair* com gelado de amendoim e molho de chocolate” se destacou também pelo pecado da gula (quantidade), que lhe retirava harmonia.

Em ambiente contemporâneo, acolhedor e elegante, com cozinha capaz e de aroma italianizado, o BH Foz pede apenas alguma afinação. Sobretudo no modo de emprar/apresentar, já que a quantidade pode prejudicar o equilíbrio e combinações e nem sempre acrescenta satisfação.

Com serviço cordial, esforçado e atencioso, destaque para a alargada e diversificada carta de vinhos, amiga da prova e degustação com múltiplas opções para o serviço a copo. Abrangente nas regiões, com algumas propostas alternativas e preços que, sem serem especulativos, estão aqui e ali um tanto picadinhos.

grelhos” (16€), mas nos tempos que correm manda a cautela que se perguntasse sobre o tipo de cura. Não tem! As “lulas e gambas salteados com tártaro de tomate e coentros” (16€), mostraram-se, então, como opção correcta para peixe fresco. Mais uma vez, sabores e texturas bem definidos e trato culinário correcto, mas num conjunto novamente prejudicado pelo empratamento.

Da mistura do sumo (fresco) do tomate com o molho (quente) do salteado resulta um caldo onde acabam a boiar todos os ingredientes, aos quais se junta ainda a batata a murro. Quantidade bem generosa e produtos bem trabalhados, mas claramente prejudicados pelo modo como é apresentado o conjunto.

A definitiva prova da capacidade da cozinha – se necessária fosse – chegou à mesa com o competente “bife Wellington com lombo de novilho e jus de estragão” (22€). Carne rosada, cheirosa, suculenta e primorosamente cozinhada. Espargos verdes grelhados como complemento vegetal, num prato equilibrado, bem apresentado e



O bife Wellington com lombo de novilho. De tamanho bem generoso, com carne suculenta e primorosamente cozinhada.



Alguns empratamentos/apresentação que prejudicam o trabalho culinário e a qualidade dos produtos.

curtas

Panca Ceviche, pisco sour e pança cheia

● É uma alavanca de madeira, uma “palanca” – como os rolos de madeira utilizados para deslocar no cais os barcos de pesca. É a falta de juízo, uma fixação ou uma atracção muito forte por algo. É, para os peruanos e para um *chef* chileno, uma das variedades mais comuns de malagueta. Chama-se Panca e também é um restaurante Cevicheria & Pisco Bar, o novo inquilino da Baixa do Porto.

Esta história começa no Chile, Santiago, onde Camilo Jaña nasceu, ou em Valparaíso, onde o *chef* sempre sonhou viver – pelo menos até conhecer o Porto, “as suas arribas, a proximidade ao mar, a zona velha...”, e perceber que o paraíso também podia estar ali. Todos sabemos o que ele (conhecemo-lo do Caféina e da Casa Vasco) e o *chef* brasileiro Ruy Leão (Shiko Tasca Japonesa) fizeram no Verão passado: apresentaram o ceviche à cidade através do quiosque Panca. Mas, com 12 anos de Portugal e com “o tubo de ensaio” devidamente agitado, Jaña quer que “o ADN circule”. Depois do pequeno Panca, o grande Panca.

Trocadilhos à parte, Panca significa cozinha sul-americana com churrasco feito ao carvão e ceviche fresco (“Peixeirada” com peixe branco, batata doce e chulpi; “Mariscal Puro, Mar Adentro” com... tudo a que temos direito) e empanadas (três unidades, por favor: chili com carne, queijo com camarão e bacalhau de cebolada); significa contrastes e Pisco Sour (aguardente de uva peruana, clara de ovo e lima); significa

pinceladas valentes de cozinha nikkei e bolo macio. Reflecte “aquela cozinha de mercado e de rua que se vê em todo o lado no Chile e na América Latina, o que como desde criança, desde que nasci”, descreve o *chef*, à mesa com a Fugas.

Hoje, Jaña sente-se “muito mais confortável” com a “evolução dos sabores”, o aperfeiçoamento dos molhos e dos caldos, com o “aprofundar da técnica” e a introdução de matérias primas (como o “leche de tigre, preparado na casa com paixão e respeito”). “Aproximamos o sabor da origem. Apanhamos algas, trazemos o mar”, diz, orgulhoso – e consciente das diferenças entre duas cidades afastadas mais de dez mil quilómetros. “As limas não são as mesmas, este peixe é do Atlântico... mas o que eu defini é o ADN do ceviche, o registo que te marca numa viagem pela América Latina.”

Mergulhamos no Panca. De cabeça. No peixe branco e firme, nos tons cítricos e nos cheiros verdes, nos bivalves, numa carta pequena com sabores do Brasil, do Chile, do Peru, do Japão. Abre-se a porta e lá dentro é uma semi-selva cosmopolita – “plantada” pela arquitectura de Ana Godinho de Almeida e pelo design de Alejandra Jaña, padrões a que os restaurantes de Vasco Mourão nos têm habituado. Estamos no terraço interior. Fechamos os olhos, boca cheia – Panca cheio, pança cheia. Estamos no mercado de Valparaíso, encostas íngremes junto ao Pacífico. **Luis Octávio Costa**



Panca - Cevicheria & Pisco Bar

Rua Sá de Noronha, 61
Porto

Tel.: 222033144
facebook.com/
Pancacevicheria/

Instagram:
@panca_

cevicheria
Horário: Todos os dias das 12h à 1h

Preços: menu de almoço a 12,50€; preço médio 30€.



TIAGO LESSA

Vinhos

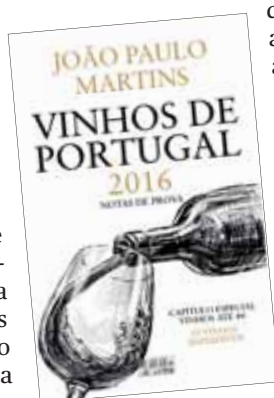
curtas

João Paulo Martins

“Acho muito significativa a qualidade dos vinhos entre 4 e 10€”

● O crítico João Paulo Martins está a ultimar mais um guia *Vinhos de Portugal*, o 23.º, a ser lançado no final do próximo mês de Setembro. São milhares de notas de provas que ajudam a perceber o estado da arte dos vinhos portugueses. **Que diferenças notou nos vinhos provados em relação ao último guia, publicado em 2015?**

As diferenças que posso apontar são sempre resultado das minhas provas e há uma imensidão de vinhos que não são enviados para prova, por opção do produtor. Por isso nada de conclusões apressadas. Acho significativa a qualidade dos vinhos baratos (até 4€). E acho muito significativa a qualidade dos vinhos entre 4€ e 10€, uma gama de preços onde se conseguem provar vinhos de excelente qualidade. Bem menos interessante é a proliferação de vinhos verdes com açúcar residual, um exagero. É claro que me vão dizer que é o que o mercado quer, mas isso não me dá menos razão. Se os vinhos podem ser bons sem açúcar, para quê estragar o produto? Quem quer Verdes



com doçura, há décadas que sabe quais são as marcas – da Avelada ao Gazela e ao Gatão. Quando são os pequenos produtores a alinhar nisto é que é muito negativo.

Qual o segmento em que notou mais progressos?

Estamos a progredir claramente nos rosés, cada vez mais bem feitos e com menos álcool. Estamos bem nos espumantes, com bons produtores de Norte a Sul e até no Alentejo. Estamos a progredir nos tintos menos extraídos, com menos álcool e menos barrica. Depois, claro, há o lado oposto, com os tintos da Niepoort, todos sem cor e com pouco álcool. A virtude, mais uma vez, é capaz de andar ali pelo meio. Mas há produtores que ainda não perceberam que os ventos da moda

sopram noutra direcção e insistem em tintos que são cansativos e muito pouco agradáveis de beber. **Qual a região que mais o surpreendeu?**

Não sei se houve alguma especialmente em destaque. Salvo um ou outro novo produtor com bons produtos que são novidade, diria que os bons são os mesmos nas várias regiões. **P. G.**

O “problema” do vinho português

Elogio do vinho



Pedro Garcias

● Quando, em 2014, a revista americana *Wine Spectator*, a mais lida do mundo, classificou três vinhos portugueses nos primeiros quatro lugares da sua lista dos 100 melhores vinhos do mundo, com o Dow's Porto Vintage 2011 à cabeça, acreditou-se que, a partir desse momento, nada iria ser como dantes e que o vinho português iria finalmente dar o salto para o campeonato dos grandes. Porém, vieram novas colheitas, novas listas, novos vencedores e tudo voltou mais ou menos ao mesmo. Os vinhos premiados aumentaram as vendas, o Douro ganhou um pouco mais de notoriedade, mas os grandes números da região e do país pouco ou nada variaram, apesar de os vinhos portugueses nunca terem sido tão bons como são hoje.

Então, como se explica que o vinho português, sendo tão bom e tão barato, não descole e continue sem espaço próprio nas grandes cadeias de distribuição, apesar das infindáveis feiras que se organizam, das vindas regulares de hordas de importadores e jornalistas estrangeiros, dos incontáveis prémios que se ganham? O “problema” dos vinhos portugueses não está tanto no impronunciável nome das suas castas ou na falta de promoção. O “problema” dos vinhos portugueses está, sobretudo, na imagem de Portugal. Temos uma grande história e somos um belo país, seguro e onde se come e bebe muito bem, um bom lugar para se viver; mas, no contexto global, não passamos de um país pequeno e pobre, muitas vezes confundido com uma região de Espanha.

Como diria Trump, só quando voltarmos a ser grandes outra

vez é que podemos aspirar a ter também a nossa própria secção de vinhos nas garrafeiras mundiais. Só que voltar a ser grande outra vez não passa de um desejo sebastiânico, de uma variante do utópico Quinto Império profetizado por Agostinho da Silva, que via no espírito ecuménico português as bases fundacionais de um mundo virtuoso. O nosso problema é querer ser sempre mais do que podemos ser. É assim no futebol e é assim nos vinhos.

Em boa verdade, tal como no futebol, o que alcançamos nos vinhos já é surpreendente – daí colocarmos “problema” entre aspas. Apesar de sermos o 10.º país com maior área de vinha do mundo (195 mil hectares) e ocuparmos o 11.º lugar no vinho produzido (6 milhões de hectolitros de vinho), somos o 8.º maior exportador (2,8 milhões de hectolitros e uma receita de 734 milhões de euros). Claro que podemos melhorar (para produzirmos um milhão de hectolitros de vinho, precisamos de 32,5 mil hectares de vinha, ao passo que os italianos conseguem o mesmo com apenas 13,5 mil hectares, e, mesmo assim, têm um preço por litro no vinho



O “problema” dos vinhos portugueses está, sobretudo, na imagem de Portugal

exportado superior ao nosso). Mas não podemos querer ombrear com a Itália, a França ou a Espanha. São países maiores, mais ricos e com uma gastronomia reconhecida no mundo. Se calhar, em vez de querermos vender mais, deveríamos pensar em vender mais caro. Aspirar a ser nos vinhos o mesmo que a Suíça é na geopolítica e na banca. Nessa lógica, eventos como a chamada Web Summit, que se realizou no passado mês de Junho em Cascais e que, segundo os organizadores, foi pensada sobretudo para estrangeiros (o que explica os cerca de 800 euros que custava cada entrada), fazem todo o sentido. Desde, claro, que depurada de um certo elitismo e nacional-parolismo, como pedir 3000 euros mais vinho aos produtores que quisessem patrocinar um jantar, não convidar o presidente da Viniportugal, a principal entidade de promoção do vinho português, ou colocar como um dos vinhos do certame, a troco de um significativo apoio financeiro, o Contemporal, uma marca branca e de volume do Continente.

Portugal nunca melhorará a sua imagem no mercado global do vinho com marcas como a Contemporal, por muito bom que seja o vinho. O que Portugal precisa é de mais marcas como o Barca Velha, o Pêra-Manca, o Mouchão ou o Bussaco, de mais produtores como Dirk Niepoort, Luís Pato, Anselmo Mendes, Álvaro de Castro ou João Portugal Ramos, de mais empresas como a Sogrape, a Symington, a Ramos Pinto ou o Esporão, de mais vinhos caros como os Porto velhos Scion ou Ne Oublie (que custam alguns milhares de euros) ou as edições especiais dos Madeira da Barbeito. Referências que possam puxar por todo o sector. Acima de tudo, o que Portugal precisa é de apostar ainda mais na qualidade, de produzir vinhos distintos e originais. Pelo preço baixo e pelo volume, por mais dinheiro que gastemos em promoção, nunca iremos sair da secção “outros vinhos do mundo”.



FERNANDO VELUDO/INFACIOS

provas

95

Chryseia 2015

Prats & Symington,
Vila Nova de Gaia
Castas: Touriga Nacional (75%),
Touriga Franca
Graduação: 14%
Região: Douro
Preço: 68

Proposta
da semana



Quando o aroma nos revela quase tudo

● Pode o aroma bastar para a definição de um vinho? Pegue-se no caso do Chryseia de 2015. A intensidade da fruta revela-nos um vinho jovial, com fôlego para nos proporcionar uma prova poderosa. O tempero da esteva e das notas florais claramente inspirado pela Touriga Nacional são o testemunho da graciosidade e elegância. A marca de sugestões de especiaria e das notas balsâmicas sugerem-nos sofisticação e complexidade.

Reunamos todas estas componentes para concluir que o todo é maior que a soma das partes. Porque, no conjunto, o que o nariz deste vinho nos confirma é a sua classe e a classe de uma das mais belas quintas do Douro, Roriz. Um estatuto que o tempo apenas virá a confirmar.

O Chryseia revelou-se com a edição de 2011, considerada pela *Wine Spectator* como um dos três melhores vinhos mundiais do ano. Mas a sua história tinha já pergaminhos. Vindimas como a de 2007 foram extraordinárias. E, depois de 2011, a saga da afirmação do vinho feito numa parceria entre o grupo Symington e o enólogo francês Bruno Prats, continuou imparável. O Chryseia de 2012, por exemplo, não tinha o poder do congénere do ano anterior, mas era ainda assim um modelo de sofisticação, elegância e classe. Ora, o 2015 segue essa linhagem.

A sua estrutura é imponente, mastigável até, com tanino vívido, ainda com uma leve adstringência vegetal, a criar uma textura que o salva da fatalidade dos vinhos planos e aborrecidos. É sob esse sustentáculo que se desenvolve uma prova onde a qualidade dos aromas impera – framboesa, esteva e violeta, especiaria, sugestões de tabaco. É imperioso deixar o vinho na boca e experimentar estas sensações. Até porque a sua acidez, que determina o final da prova, lhe garantem tensão, frescura e longevidade no palato – o certificado do seu balanço e da sua harmonia. Lançado cedo de mais (a classe deste vinho será outra daqui a um par de anos), o Chryseia de 2015 é já suficientemente consistente para se tornar um dos casos sérios do ano. **M.C.**



86

Pequenos Rebentos Alvarinho & Trajadura 2016

Márcio Lívio Lopes
Matosinhos
Castas: Alvarinho e Trajadura
Graduação: 12% vol
Região: Vinhos Verdes
Preço: 4,60€

Uma bela associação de Alvarinho com Trajadura. Branco muito incisivo, cheio de frescura e tensão. Não é uma bomba de fruta, nem um *shot* ácido de limão, e ainda bem. É um verde leve e harmonioso, de aroma gracioso (flores brancas, fruta exótica, algum citrino) e sabor simples mas muito agradável. Apesar da sua singeleza, é um branco delicioso para estes dias quentes de Verão. **P.G.**



88

Piloto Collection Síria 2016

Quinta do Piloto Vinhos Lda
Palmela
Castas: Síria
Graduação: 12,5% vol
Região: Península de Setúbal
Preço: 8,50€

Branco da casta Síria (equivalente à Roupeiro do Alentejo e à Códega do Douro). Este vinho tem origem numa vinha de solo argilo-calcário da zona de Palmela com cerca de 40 anos. O aroma evoca citrinos e fruta de polpa branca madura, mas não é pelo nariz que este branco nos prende. É pelo seu gosto, bastante ácido, quase picante. Esse toque ácido, que dá amplitude ao vinho e que não corresponde a um excesso de acidez, é uma das particularidades da Síria nos vinhos jovens — daí serem tão empolgantes. O seu problema vem com tempo, pois os vinhos tendem a oxidar demasiado depressa. Por isso, pelo sim pelo não, é melhor desfrutar deste branco desde já. **P.G.**



85

Olho de Mocho Reserva 2015

Herdade do Rocim
Castas: Antão Vaz
Graduação: 13%
Região: Douro
Preço: 11,50€

Este branco apresenta-se com volume de boca, mas o risco de fazer um Antão Vaz extreme tem custos — até para uma casa que aqui recebeu elogios pelo seu Alvarinho (uma delícia) e pelo seu Branco 2016. A sua marca de fruta é elegante e deliciosa, mas falta-lhe um pouco mais de vibração no final para que seja entusiasmante. Como é, voluptuoso e fácil de beber, terá os seus fiéis. Mas é um branco que surge na contramarcha das novas tendências, mais voltadas para vinhos com maior acidez e frescor. **M.C.**

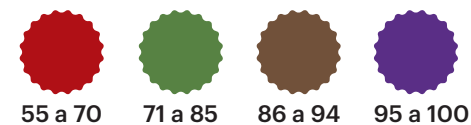


87

Valle de Passos Branco 2015

Quinta Valle de Passos,
Valpaços
Graduação: 13%
Castas: Viosinho, Códega do Larinho, Malvasia Fina
Região: Trás-os-Montes
Preço: 9,75€

Uma parte do lote final deste vinho vem de vinhas velhas da região transmontana de Valpaços. O que ajuda a explicar a sua complexidade e poder. Aroma contido de fruta de polpa branca, bom volume de boca, excelente segura final, é um branco bem conseguido. Ganhará com mais um par de anos de garrafa. Para já, como está, fica muito bem com peixes gordos, massas e queijos. Uma boa notícia transmontana. **M.C.**



Vinhos



Borba

“Fazer as onze” e cruzar a tradição com a nova geração dos vinhos

A par da recuperação da adega, cave de tonéis e sala de talhas, a Sovibor aposta num novo patamar de qualidade superior e no relançamento dos vinhos com a velha identidade local.

José Augusto Moreira

● Se quisermos simplificar, pode dizer-se que em Borba há a exploração dos mármore, a produção de vinho e uma orgulhosa memória da batalha de Montes Claros, que, em 1665, garantiu a independência e derrotou em definitivo as pretensões dos Filipes ao trono português.

No que ao vinho diz respeito, a história bem pode ser contada através da Sovibor-Sociedade de Vinhos de Borba, que, a par da adega cooperativa local, concentra o grosso da produção e tradição. E bastará uma breve passagem pelo belíssimo edifício da Adega do Passo, onde estão as caves da Sovibor, para se perceber como é rica e antiga essa tradição.

A sociedade foi criada em finais dos anos 60 do século findo, instalando-se no edifício cuja construção data de 1740 e tinha servido entretanto como fábrica de sabão. Resultou da fusão das actividades entre dois produtores locais com largas tradições, as famílias Mira e Pinto, cujo legado incluí uma bonita cave de envelhecimento onde repousam ainda os originais tonéis de madeira, que estão a ser devidamente recuperados.

Ao histórico edifício foi acrescentada uma gigantesca adega dotada de equipamentos mais actuais, mas as vicissitudes do negócio levaram à estagnação da actividade – até que uma nova história para a sociedade começa no início de 2015. A empresa muda de mãos e passa a fazer parte do grupo Sousa Tavares, SGPS, S.A., de Fernando Tavares, que detém na área da distribuição a Sotavinhos, S.A., na área da produção vinícola a Quinta do Progresso - Sociedade Agrícola, Lda, e na área do turismo o Hotel Quinta Progresso, em Vale de Cambra.

Tendo garantido o fornecimento e controlo das vinhas que sempre estiveram na base da sociedade, algumas já com velhos encepamentos, Fernando Tavares tratou de obter a colaboração do reputado António Ventura, que lidera a equipa de enologia, que é ainda composta por Rita Tavares (filha do novo patrão) e Rafa-

el Neuparth. A par da requalificação e modernização dos equipamentos, com destaque para a rede de frio, apostando na produção de vinhos com um perfil mais actual e de gama superior, a nova administração não descarta o valor da tradição e quer ter também no mercado vinhos que mostram a velha identidade alentejana.

Para além da recuperação dos tonéis – onde ganha já personalidade um vinho que no próximo ano assinalará os 50 anos da criação da Sovibor –, Fernando Tavares tem também na Adega do Passo uma imponente sala de talhas, que adquiriu e recuperou segundo a mais rigorosa tradição, onde já estagiam vinhos por castas vinificadas na última colheita que prometem mostrar a autêntica tipicidade do Alentejo.

É fruto da renovação e do rumo que a nova administração quer imprimir que surge a linha Mamoré de Borba, ao mesmo tempo que reforça as marcas Borba Sovibor e Adega do Passo, que constituem o património da empresa. E se com os Mamoré a ideia é colocar no mercado vinhos de patamar superior e perfil moderno, a ideia de casar a tradição com a enologia actual tem expressão no novo vinho Fazer as Onze, um DOC Premium, recentemente lançado.

A novidade contou até com o empenho da Câmara de Borba, já que o nome evoca uma velha tradição petisqueira do concelho, que quer fazer reviver. Na expressão dos locais, fazer as onze significa juntar amigos em torno de um petisco e um copo de vinho. Um ritual que nos velhos tempos acontecia obrigatoriamente às onze da manhã de qualquer jornada de trabalho e que hoje é ainda pretexto para um bom petisco e juntar amigos a qualquer hora. Importante mesmo é fazer as onze.

Com a capacidade instalada e as obras de recuperação efectuadas na adega, a Sovibor pode vinificar até dois milhões de quilos de uvas. É com a reconversão e refresco tecnológico que a equipa de enologia quer tirar partido do facto de disporem das uvas de algumas das vinhas mais antigas do Alentejo e provenientes de uma diversidade de solos que vai dos xistos aos mármore. Numa das vinhas, a Cabana do Guarda, acreditam mesmo que estão as cepas mais velhas da região de Alicante Bouschet, com mais de 50 anos. Nas tintas predominam ainda o Castelão, Trincadeira e Aragonez, enquanto nas brancas dominam o Roupeiro, a Rabo de Ovelha e a Tamarez.

89

Fazer as Onze

**DOC Borba Premium
Alentejo Tinto 2016
Preço: 9,99€**

Com base nas castas tintas mais típicas da região, as notas minerais e enriquecedor estágio em madeira moldam a personalidade deste vinho, que se destaca ainda pelo volume de boca, sabor frutado. É elegante, persiste na boca e representa um refrescamento no estilo da região. Vai muito para além do bonito rótulo.

87

Mamoré de Borba

**Reserva Branco 2015
Alentejo
Preço: 15,95€**

Gordo, redondo e intenso na boca, tem um ataque vigoroso para depois moderar os ímpetos e terminar fresco, frutado e longo. Mistura as castas Verdelho, Antão Vaz e Arinto e a madeira marca-lhe inevitavelmente o carácter. mas a boa acidez acaba por conferir o necessário equilíbrio, ao mesmo tempo que confere alargado potencial gastronómico. Um vinho poderoso.

86

Mamoré de Borba

**Colheita Tinto 2016
Preço: 5,99€**

Cor viva e brilhante, aromas de vegetal seco e boca elegante. Das castas Alicante Bouschet, Shiraz e Castelão, tem boca elegante onde sobressaem os sabores frescos de frutos vermelhos, tipo cereja, algum tanino seco, e uma certa doçura do álcool a sobrepor-se no final de prova.





CHEF
KIKO MARTINS
O TALHO / A CEVICHERIA
O ASIÁTICO / SURF & TURF

Filetes de Chaputa Com Yum com tapioca e camarão

RECEITA NO INTERIOR DA EMBALAGEM PARA USAR A CONSERVA
PRODUÇÃO E FOTOGRAFIA HUGO CAMPOS

**Mar
Portuguez**
CONSERVAS DE CHEF



+3,20€
EM BANCA
6ª CONSERVA
P

Para 4 pax
200gr Camarão
40gr Azeite Casa Anadia
20gr Malagueta
20gr Sal
8gr Pimenta
60gr Tapioca
20gr Lima Kaffir
4gr Coentros picados
20gr Sumo de lima
4 latas de Conserva
"Mar Portuguez"

Preparação
Cozer o camarão por 5 minutos em água temperada com azeite, malagueta, lima, sal e pimenta em grão. Escorrer o camarão da água e reservar o caldo. Descascar o camarão e colocar as cascas no caldo reservado. Reservar o miolo. Triturar o caldo com as cascas de camarão e passar por um peneiro fino. Reservar o caldo de camarão. Com o caldo de camarão, cozer a tapioca durante 8 minutos. Escorrer e reservar com um pouco do caldo frio. Colocar no fundo de um prato a tapioca cozida. Abrir a lata de conserva e juntar à tapioca. Adicionar os camarões cozidos. Temperar tudo com azeite, sumo de lima e coentros picados.

Apoio:
VISTA ALEGRE
1824
Prato Mandarin (22 grey) by Vista Alegre
Limões by Bordallo Pinheiro

**ABELA E O
MONSTRO**

P

Maria.Limão



FOTOS: RUI GAUDÊNCIO



Espaço tranquilo e luminoso



As ventoinhas não são suficientes em dias de muito calor

carrinhas pão de forma, lambretas e atrelados. Mónica Santos trabalhava em gestão aeroportuária, que não era a sua área de formação, e tinha o bichinho da cozinha a sussurrar-lhe ao ouvido. Além disso, tinha uma inusitada, mas assolapada, paixão por limões. “Bebo limonada todos os dias. Os efeitos do limão são muito positivos”, diz.

A Maria nasceu então sob a forma de uma banca de *street food*, que na Senhora do Monte sacia a sede com limonadas, caipirinhas, mojitos. “Os próprios portugueses começaram a conhecer o miradouro. Eu lembro-me de ser um sítio praticamente deserto. Mesmo muitas pessoas de Lisboa nunca lá tinham ido”, conta Mónica. Foram esses curiosos que motivaram o salto para outro espaço. “Estavam sempre a perguntar ‘Onde é que é a loja?’”, recorda. Pois, loja não havia.

Mas agora já há – numa das ruas mais pacatas da Graça, em frente à Escola Gil Vicente. Por estar “mais longe da confusão” do miradouro, Mónica acredita que este “pode ser um espaço tranquilo” para os moradores do bairro desfrutarem. Por outro lado, e em Setembro se verá, também se aposta que os alunos da escola venham a ser clientes.

Na carta, que ainda está a ser trabalhada, há muitas coisas que têm potencial para deixar os miúdos com água na boca. Miúdos e graúdos, sejam francos. Há o batido de leite de coco e fruta do dia ou o de banana e manteiga de amendoim (a partir de dois euros), há iogurtes de soja (três euros), panquecas variadas (3,50 euros), papas de aveia. Há crepes, doces e salgados, que deram fama à banca do miradouro e que agora podem ser apreciados à mesa. “Sou um bocado agarrada a crepes”, admite Mónica Santos a rir-se, concordando que de *crêperies* está Lisboa cheia. “É um produto em que estou muito à vontade”, acrescenta, como que a dizer que não tem medo da concorrência. No Maria.Limão podem comer-se crepes de guacamole ou de húmus, entre outros mais clássicos (a partir de 4,50 euros).

Acresce a esta lista uma variedade de produtos sem lactose, tostas em pão integral (entre os 2,70 e os 4,50 euros), saladas e um *brunch*, servido todos os dias até às 16h. Custa 8 euros e traz iogurte, fruta, café e sumo, panquecas, uma tosta e salada. Há, obviamente, limonada caseira (1,50 euros por copo). Os limões e restantes produtos, garante Mónica, vêm do Mercado do Forno do Tijolo e de pequenos produtores, para que a Maria não seja saudável só para quem consome, mas também para a comunidade.

A Graça está mais verde, da cor do limão. Assim se mantenha a Maria no seu coração.



Verde é a Graça, da cor do limão



Maria.Limão

Rua da Verónica, 122, Lisboa

Email: bebe@marialimao.pt

marialimao.pt

Horário: e segunda a sábado das 10h às 22h e aos domingos até às 19h

Preços: brunch a 8 euros; crepes a partir dos 4,50 euros; panquecas a partir de 3,50 euros.

João Pedro Pincha

● Verdes são as janelas, da cor do limão. Passa-se uma vez à porta, de carro, e não se dá por haver ali nada de especial. Passa-se outra vez, agora já a pé, à sombra das grandes árvores, e lá se descobre, entre prédios feios martirizados por horríveis marquises, as janelas verdes. Talvez não sejam exactamente da cor do limão, como idealizou o poeta, mas a inspiração do sítio inspira-nos a estas liberdades artísticas.

Na Maria.Limão, só não cheira a limão. De resto há quase tudo: um limoeiro pintado na parede, a limonada em cima do balcão, até a dona do espaço tem uma túnica com limões. “É uma coisa tradicional portuguesa, toda a gente tinha um limoeiro no quintal.” Mónica Santos está cansada, mas feliz. Este bar perfumado a citrinos só abriu portas em Junho e a frequência da casa já dá motivos para



sorrir. “Muitas famílias, turistas, pessoas do bairro”, resume a empresária.

O bairro é o da Graça, em Lisboa. A Maria.Limão nasceu a pouca distância daqui, no topo do miradouro de Nossa Senhora do Monte, há uns anos. Ainda não havia tantos turistas, nem tantos *tuk-tuk*, nem sequer a moda de vender comida e bebida em

O gato das botas

O Daiquiri perfeito é aquele que for perfeito para si: mais ninguém pode saber



Miguel Esteves Cardoso

Os *cocktails* parecem fáceis mas são difíceis de fazer. Não se ganha nada a ver um mixologista profissional a fazê-los. Por regra, ela ou ele não têm tempo para fazer um *cocktail* como deve ser feito, que é a partir do zero, com o máximo cuidado.

Fazê-los em casa é melhor. Tem-se liberdade, tempo e paciência. Ao fim de três ou quatro tentativas já é possível afinar uma receita ao nosso gosto.

O Daiquiri – que se pronuncia “dâcri” – é um *cocktail* delicioso mas difícilimo que parece ser muito fácil. Só leva rum, sumo de lima e açúcar. É basicamente uma caipirinha ou um grogue. O açúcar serve para tirar o amargo da lima. Mas quanto açúcar é que se põe?

As proporções variam conforme o autor. O grande mestre Dale DeGroff, por exemplo, sugere uma medida de xarope de açúcar para 1,5 medidas de rum e 3/4 medidas de sumo de lima. No outro extremo há receitas contemporâneas que aconselham usar só 1/4 medida de xarope. Sim, é quatro vezes menos. Use ambos os extremos como marcadores e descubra as proporções que lhe dão maior prazer.

Os primeiros daiquiris foram agitados num frasco vazio. Aqui em Portugal os melhores frascos são aqueles em que são vendidos, por cerca de 50 centimos, feijão e grão cozidos. Enche-se de gelo, deitam-se para lá os ingredientes e agita-se entusiasticamente durante 30 segundos.

Parece que não tem nada que saber. Mas tem. Eu fiz os meus primeiros daiquiris em 1969, seguindo uma receita profissional – e ainda não estou satisfeito porque, apesar das

milhares de tentativas, ainda não cheguei à qualidade dos dois melhores daiquiri que já bebi, feitos por profissionais, à minha frente, com rum Bacardi.

Pense-se nos ingredientes. Para já, é o gelo. O gelo tem de ser bom, feito de água boa. Não pode ter sabor nem cheiro nenhum. É trabalho fazer bom gelo. Faz-se bem em casa (o das estações de serviço é horrendo) mas requer imensos cuidados. O gelo representa uma percentagem importante da bebida final. Por muito bons que sejam os outros ingredientes, o sabor a cloro (ou a congelador) do gelo é a melhor maneira de estragar tudo. Fica para outra ocasião.

Agora pense-se no açúcar. Os profissionais, por uma questão de pressa, têm os xaropes de açúcar já prontos. Nos livros que escrevem aconselham sempre que se usem xaropes – mas é uma racionalização de um mau comportamento. Para evitar

que o xarope ganhe micróbios e fermente, muitos profissionais acrescentam um golpe de vodka. Se vai especializar-se em daiquiris, e quer que o xarope dure para aí uma semana, sugiro que utilize um rum de 40 graus.

É possível gastar uma pequena fortuna num simples xarope de açúcar. Uma garrafa de xarope da Monin (“*pur sucre de canne*”) custa 15 euros. Recomendo comprar-se a primeira, para tirar teimas e, sobretudo, para ficar com a garrafa vazia, ideal para guardar o xarope que fizer.

O melhor xarope é feito com água fria na proporção *fifty-fifty*. O açúcar derrete mais depressa quanto mais quente estiver a água mas a qualidade também decresce. Experimente e averigue. Quanto mais quente estiver a água mais anódino fica o xarope.

Experimente com água da torneira e depois com uma água mineral muito pouco

mineralizada, como Luso, Fastio, Caramulo, Serra da Estrela ou Evian. Usando pouca água e pouco açúcar as experiências sairão muito baratas – mas estará a construir uma das bases fundamentais para *cocktails*.

Antigamente, os xaropes de açúcar tinham o dobro de açúcar. Prefira sempre usar o peso como medida e não o volume, que pode enganar. Mas também não faz uma diferença apreciável. Experimente fazer um xarope *old school*, com duas medidas de açúcar para uma medida de água. Pode ser que prefira. É essa a liberdade: é total.

Experimente tipos diferentes de açúcar, desde o melaço e o mascavado ao demerara e ao amarelo falso e verdadeiro. Estabeleça, finalmente, qual é a sua versão dum xarope de açúcar. Será importantíssimo na constituição do seu daiquiri.

Dito isto, os daiquiris exímios que eu bebi foram feitos com

açúcar de cana do mais refinado e banal. Ambos foram feitos com um rum igualmente desinteressante: o Bacardi transparente. E um deles foi feito com sumo de limão e não de lima, nesses tempos vetustos em que ainda não havia limas em Portugal.

O Bacardi de hoje é pior ainda (e só tem 37,5 graus, para confundir as receitas) mas não há dúvida que dá para fazer um daiquiri decente. O Havana Club também é fraco mas é melhor. Usar um rum bom, claro está, melhora muito o daiquiri. Também é boa ideia misturar runs mais novos com runs mais velhos.

Se o daiquiri ficar muito amargo, ponha mais açúcar. Se ficar muito doce, menos açúcar. Ou corrija com o sumo. Ou corrija com o rum. Mas mude só um ingrediente de cada vez, para saber o que resultou ou não.

Bons daiquiris!



“O Daiquiri é um cocktail delicioso mas difícilimo que parece ser muito fácil. Só leva rum, sumo de lima e açúcar. É basicamente uma caipirinha ou um grogue”

LEVOIR
leer, ver, oír | les, ven, ouoir

HÁ LIBERDADE NA DEMOCRACIA? LOCKE DESEMPATA.



+9,90€
TERÇA, 15 AGO
COM O PÚBLICO
P



As grandes questões da actualidade segundo os grandes pensadores da história.

Vol 14. Dois Tratados do Governo Civil, de Locke.

John Locke é nome maior da corrente filosófica mais praticada em terras de sua majestade: o empirismo. Uma corrente com ligação lógica ao liberalismo, na medida em que considera o pensamento uma prática e uma experiência entre seres, sujeita a mudanças e interpretação, portanto dependente da liberdade individual. Nos *Dois Tratados do Governo Civil*, Locke explica a sua teoria e faz a ponte para o espectro político e para a importância que as liberdades e os direitos individuais têm para o mesmo, num texto que veio influenciar grandemente as revoluções francesa e americana. Se o mundo actual lhe dá tanto que pensar, não pense duas vezes para adquirir esta colecção de 15 volumes de capa dura.

Colecção de 15 livros. PVP unitário: 9,90 €. Preço total da colecção: 148,50 €. Periodicidade semanal às terças-feiras. De 16 de Maio a 22 de Agosto de 2017. Limitado ao stock existente.

Com o apoio:

