

## Portugal, descúbrelo a fondo



### Dese el gusto:

En Portugal, darse el gusto es todo un arte. Pongamos por ejemplo la típica comida con amigos; se hace sin prisas y a menudo dura dos o tres horas. La especialidad de los restaurantes de la costa es servir pescado y los mariscos más frescos que haya probado nunca, mientras que en el interior, la chanfana, un guiso hecho de cabrito macerado en un vino, es uno de los platos favoritos.

En cuanto a bebida, el Oporto se ha establecido como el mejor de los vinos “encabezados”, mientras que el Madeira, igualmente famoso, puede degustarse en cualquier momento de la comida. Pero los vinos de Portugal no se limitan a éstos, se encuentran los vinos de la región de Douro, los vinos tintos de la región de Alentejo, el exclusivo vino verde de Minho y el producto de exportación más famoso de Palmela, el Moscatel de Setúbal, uno de los vinos de sobremesa más codiciados del mundo.

Para comer algo más sencillo, no tiene más que ir a las cafeterías y pastelerías de Portugal. Las cafeterías, que sirven infinitas variedades de café y algunas de las mejores tartas y pasteles de toda Europa, con inclusión del famoso pastel de nata, son la manera perfecta de iniciarse en el arte de darse gusto, a la portuguesa.



Pasteles de Nata



Toucinho do céu



Ovos Moles

### 10 cosas que debe probar antes de irse de Portugal

Probar una de las 365 recetas de “bacalhau” (bacalao secado al sol y salado), el plato favorito de Portugal que podrá encontrar en casi todas partes.

Participar en una cata de vinos añejos de Oporto después de visitar una de las numerosas bodegas de Gaia, Porto y Norte.

Tomarse el tiempo para disfrutar de unos “ovos moles”, los pasteles dulces de masa lisa de Aveiro, Beiras.

Saborear un queso Azeitao o Serra derretido, acompañado por un magnífico vino tinto de mucho cuerpo de Douro o Alentejo.

Comer un “pastel de Belém” recién salido del horno (no se olvide de ponerle canela en polvo y azúcar extrafino).

Tomar una “bica” (café express) en compañía de Fernando Pessoa (poeta portugués) en el paseo de Chiado en Lisboa.

Sentarse en un chiringuito de la playa al atardecer y pedir almejas á Bulhao y una botella de vino verde frío, seguido por una fuerte “cataplana” (guiso de mariscos) al estilo de Algarve.

Comer mariscos frescos del mar en una “marisqueira” (marisquería) típica.

Disfrutar de un “cozido” portugués (cocido) guisado en un agujero en el suelo de un manantial volcánico de agua hirviendo en las Azores.

Para un final celestial, saborear los dulces preparados en los conventos “toucinho do céu”, “barrigas de freiras” o “orelhas de abade”.



Vino o Porto



Queso Serra



Cocido Portugués

## Impacto cultural:

La cultura portuguesa abarca muchas influencias pero no deja de ser distintiva e individual. El turista ocasional no tiene que buscar más allá de la nostalgia seductora de la música más famosa del país, el fado, pero para aquellas personas que deseen adentrarse más en ella, el mundo del folklore, del jazz y del rock modernos son una mezcla fascinante de estilos portugueses, africanos, y latinos.



Monsanto



Monasterio de Batalha



Torre de Belem



Fátima

### 10 cosas que hay que ver en Portugal

Guimaraes en Porto e Norte, la cuna de la nación portuguesa.

El museo Serralves de Oporto o el Museo Chiado de Lisboa para ver parte del mejor arte portugués.

Pueblos medievales de gran encanto como Almeida, Sortéela, Monsanto o Piodao en Beiras.

El Monasterio de Batalha, un ejemplo imponente de la arquitectura gótica y manuelina y símbolo de la independencia portuguesa.

El extraordinario Convento de Cristo en Tomar, Lisboa, antigua sede de la Orden de los Caballeros Templarios.

La plaza de Belém en Lisboa para un extraordinario contraste entre el centro Cultural de Belém y dos joyas de arte manuelino, la Torre de Belém y el Monasterio de los Jerónimos.

El convento de Mafra en Lisboa, una obra maestra del barroco con una imponente biblioteca.

Fátima en Lisboa o Bom Jesús en Braga, Porto e Norte, una experiencia verdaderamente religiosa.

El parque das Nacoes, en el que se celebró la Exposición Mundial de Lisboa en 1998 que conmemoró el 500 aniversario de la llegada de Vasco da Gama a la India, para conocer el espíritu nuevo de Portugal.

Los lugares del Patrimonio Mundial de la UNESCO, desde Évora en Alentejo hasta Angra de Heroísmo en las Azores.



Sortéela



Convento de Cristo en Tomar



Monasterio de los Jerónimos



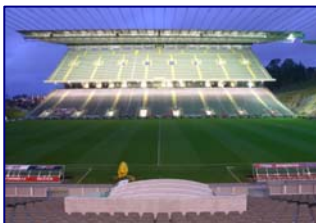
Évora

## Mucha Energía:

Los portugueses son famosos por tomarse la vida con calma pero eso no quiere decir que no sepan pasarlo bien. Se pueden encontrar bares y lugares de diversión nocturna incluso en las ciudades más pequeñas y en las ciudades más grandes es posible bailar toda noche en algunas de las discotecas más sofisticadas de Europa. Si no le gustan los clubs, durante todo el año se celebran festivales internacionales de jazz, baile, música clásica, folklore y, por supuesto, fados. En lo que respecta al deporte, Portugal es el lugar ideal para practicar deportes acuáticos de talla mundial, desde vela a Windsurf y desde pesca a buceo. También se pueden practicar otros deportes como montar los famosos caballos lusitanos de pura sangre. Pero la verdadera pasión de muchas de las personas que visitan Portugal es el golf. Las instalaciones de golf de nivel internacional responden a las necesidades de todo tipo de jugadores, desde novatos hasta profesionales.



Fiesta de Sao Joao  
en Oporto



Estadio de fútbol Braga

<u>10 maneras de desfogarse</u>
Unirse a la gente local en las celebraciones callejeras de la fiesta de Sao Joao en Oporto o de San Antonio en Lisboa en junio.
Asistir a un partido de fútbol en un estadio nuevo como el de Braga diseñado por el destacado arquitecto Souto Moura y espectacularmente enclavado en formaciones rocosas.
Practicar windsurf o surf en Guincho, Lisboa.
Ir de bar en bar en el Bairro Alto de Lisboa.
Bailar toda la noche en el club Lux o Capital en Lisboa.
Surfear un tubo perfecto en Ericeira, Lisboa, o en praia de Amado en Algarve.
Montar un pura sangre lusitano en la tierra de los criadores en Alentejo o en Ribatejo, Lisboa.
Ir al “Festival do Sudoeste” de Zambujeira do Mar, Alentejo, o Vilar de Mouros de Minho, Porto e Norte.



Fiesta San Antonio



Caballo Lusitano



Campo de golf Pine Cliffs

Darse un baño de espuma en uno de los clubs de Algarve en verano.

Enfrentarse al hoyo Devil's Parlour del campo de golf Pine Cliffs en el Algarve.



Algarve

### **Afición a la aventura:**

Si lo que busca es aventura, lugares salvajes y alegría intensa vaya al norte de Portugal, el Parque Nacional da Peneda – Geres ofrece maravillosas excursiones a pie y en bicicleta de montaña por macizos de granito, pasando por pueblos antiguos que parecen estar atrapados en otra era, mientras que milanos reales rojos, águilas y azores remontan vuelo sobre los espectaculares picos. En el centro del país, en el Parque Natural de Serra da Estrela está dominado por montañas altas de tipo alpino, lagos helados y praderas accidentadas, idóneos para excursiones enérgicas a pie e incluso para esquiar.

Linhares da Beira, un pueblo de la Serra con un castillo medieval y edificios trogloditas, ofrece parapente en montaña, a la vez que se pueden probar prácticamente todos los deportes de aventura que existen (escalada, canotaje, equitación y ciclismo de montaña) en la sierra de Caramulo.

Las islas ofrecen placeres aún más exóticos y sorprendentes. Los senderos mágicos de Madeira. Aquí, los paisajes salvajes y montañosos esconden cataratas de gran belleza, claros con helechos colgantes y valles apartados. Si se adentra en el Atlántico podrá disfrutar de la experiencia impresionante de observar ballenas alrededor de las Azores. Por último, para los que prefieren correr aventura sin riesgos, hay una alternativa fantástica en Lisboa, el Oceanarium que está lleno de tiburones.



Isla Madeira



Isla Azores



Delfines en el océano Atlántico cerca de la isla Faial en la Azores.

### 10 grandes aventuras

Hacer rafting en el río Paiva o en el Talega en Porto e Norte.

Volar como un águila en el paraíso del parapente en Linhares de Beira en Beiras.

Escalar en las montañas de la Serra da Arrábida, Lisboa.

Dar una vuelta en globo para aventurarse “Fuera de Aletejo”.

Hacer senderismo por una ruta “levada” en la selva amazónica de Madeira.

Bucear con escafandra en Berlengas o Sesimbra, Lisboa, para una perspectiva diferente.

Practicar ciclismo de montaña en Serra da Arrábida, Lisboa.

Escalar el volcán Pico en la isla Pico en las Azores, o caminar por encima de las nubes en el Pico de Arriero, Madeira.

Observar las ballenas y delfines en el océano Atlántico cerca de la isla Faial en la Azores.

Descubrir agujas azules o atunes mientras bucea en la costa de las islas Azores.



Isla Azores



Isla Madeira



Linhares de Beira en Beiras