

REVISTA DA CASA DO AZEITE ~ NÚMERO 19

az-zait

O MELHOR
DE PORTUGAL
NÃO SE TRADUZ
(SÓ) EM PALAVRAS.
É HISTÓRIA, PESSOAS,
PAISAGENS, SIMPLES,
MAS TÃO VALIOSAS
E ÚNICAS COMO
UM FIO DE AZEITE.
O NOSSO.

THE BEST OF PORTUGAL CANNOT BE DESCRIBED
(ONLY) IN WORDS. IT'S HISTORY. PEOPLE.
LANDSCAPES. SIMPLE BUT YET SO VALUABLE AND
UNIQUE AS A DRIZZLE OF OLIVE OIL. OUR.

UNIÃO EUROPEIA
Fundos Europeus Estruturais
e de Investimento



COMPETE
2020

CASA DO
AZEITE
Associação para o Desenvolvimento do Setor



nasceu o novo Oliveira da Serra

um azeite especial para bebês

A família Oliveira da Serra cresceu para ajudar a simplificar o dia-a-dia dos pais. Oliveirinha dá agora os primeiros passos e é ideal para si, que escolhe o melhor para o seu bebé.

Este azeite virgem extra de sabor suave, delicado e doce, nasceu para ser o melhor aliado nas primeiras sopas e pratos.

Descubra as receitas práticas do Chef Vitor Sobral para que tudo seja tão simples como 1, 2, 3 uma colher de cada vez. E porque nesta fase há sempre muitas questões em cima da mesa, a nossa nutricionista responde a todas as suas dúvidas. Comece a abrir o apetite do seu bebé em oliveiradaserre.pt/oliveirinha.



um azeite delicadamente concebido
a pensar em si, e no melhor para os seus filhos

O DESAFIO DE SER MELHOR

Aceitámos o desafio de colocar numa revista aquilo que Portugal tem de melhor e sabíamos que não seria uma tarefa fácil. Mas a odisseia foi mais do que compensadora. Ao seleccionar as pessoas, locais e sabores portugueses a destacar comprovamos que este país é um gigante em talentos, paisagens e sabores. A criatividade e a capacidade de trabalho da nossa gente coloca-nos nas ribaltas do mundo inteiro. A beleza e a diversidade da nossa terra permite-nos receber todos os tipos de pessoas. E a qualidade daquilo que fazemos, desde o azeite até à valorização dos nossos espaços, mostra que em tudo damos o nosso melhor. Muito mais haveria para dizer e mostrar, e ainda bem. Porque teremos sempre matéria para encher a nossa revista com os tesouros portugueses.

Luís Folque,
Presidente Casa do Azeite President Casa do Azeite

THE CHALLENGE OF BEING BETTER

When we accepted the challenge of presenting the best of what Portugal has to offer in this edition, we knew it would not be an easy task. But it was a very rewarding odyssey. The choice of people, locations and flavors we have brought together is proof of how big this small country is in terms of talent, landscapes and taste. Our people's creativity has put Portugal in the spotlight all over the world. The beauty and diversity of our land allows us to welcome all types of people. And, finally, the quality of what we produce, from olive oil to the use of real estate and land, shows that we always do our best in everything we put our mind to. Fortunately, there would have been more to show and more to say. We will never be short of material to fill magazines with the treasures of Portugal.

FICHA TÉCNICA

EDIÇÃO PUBLISHER CASA DO AZEITE - ASSOCIAÇÃO DO AZEITE DE PORTUGAL
TEL: 213 841 810 FAX: 213 861 970 GERAL@CASADOAZEITE.PT WWW.CASADOAZEITE.PT
COORDENAÇÃO COORDINATION MARIANA VILHENA DE MATOS
PUBLICIDADE ADVERTISING CASA DO AZEITE
DESIGN E ILUSTRAÇÃO DESIGN AND ILLUSTRATION SÉRGIO VETERANO FOTOGRAFIA
PHOTOGRAPHY ARTUR, EDUARDO RIBEIRO, GETTY IMAGES PRODUÇÃO FOTOGRAFICA
PHOTO PRODUCTION MÓNICA MAIA REDACÇÃO WRITING DIANA GARRIDO, CLARA HENRIQUES,
SUSANA TORRÃO, SUSANA MARVÃO EDIÇÃO EDITING RITA SOUSA RÊGO, TERESA D'ORNELAS
TRADUÇÃO TRANSLATION FILIPE D'AVILLEZ TIRAGEM CIRCULATION 2000 EXEMPLARES
IMPRESSÃO E ACABAMENTO PRINT AND FINISHING LIDERGRAF SUSTAINABLE PRINTING
DEPÓSITO LEGAL LEGAL DEPOT 186448/02

UMA EDIÇÃO



sumário

summary



22

PAIXÃO PASSION

OS MELHORES

A Az-zait foi ter com alguns portugueses que levam o nome e a imagem do país pelo mundo fora

THE BEST

Az-zait met some of the Portuguese who take the name and image of the country throughout the world

10

VIAJAR TRAVEL

SENTIR E VIVER

Pela Beira Interior Sul e a começar em Castelo Branco, fomos ver saborear e sentir os aromas de uma região que Portugal não pode esquecer

FEELING AND LIVING

Through Beira Interior, starting in Castelo Branco, we looked for the sights the flavours and the scents from a region that Portugal can't forget



40

TURISMO TOURISM

POUSADAS COM HISTÓRIA

Uma entrevista que lhe diz tudo sobre as melhores pousadas de Portugal

POUSADAS WITH A STORY

An interview that tells you all about the best Pousadas in Portugal



50

CHEF CHEF

O LUXO DAS COISAS SIMPLES

Dez anos depois da sua primeira experiência internacional, Leonardo volta a Portugal como chef

THE LUXURY OF SIMPLICITY

Ten years after his first international experience, Leonardo is back in Portugal. As a chef



68

GOURMET GOURMET

MERCADOS DE AFECTOS

Os mercados estão na moda e, em pleno século XXI, estão finalmente a ser requalificados por todo o país.

MARKETS OF FRESH FEELING

The markets are back in fashion and, well into the XXI Century, they are finally being recovered all over the country



É PRECISO PURIFICAR CADA
PEDAÇO DE SENSIBILIDADE PARA
ENTENDER O QUE A NATUREZA
NOS DÁ. EM CADA SEMENTE
HÁ UMA DÁDIVA QUE É PRECISO
SABER ACOLHER, CUIDAR E
AJUDAR A TRANSFORMAR NO
MELHOR DOS FRUTOS. SEJÁ O
NOSSO CORAÇÃO O PRIMEIRO
A ACTUAR.



We must purify every aspect of our senses so as to better comprehend what Nature gives us. In every seed there is a gift we have to know how to receive, cherish and help transform into the best fruit. May our heart be the first to act.

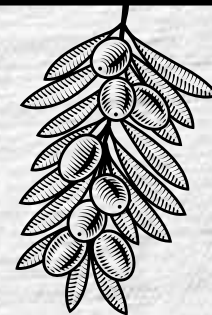


AS OLIVEIRAS ESPERARAM
SEM MEDO, ATÉ CHEGAR
QUEM EXTRAÍSSE DELAS
A SUA DÁDIVA MAIOR.

*THE OLIVE TREES WAITED
FEARLESSLY UNTIL SOMEBODY
CAME TO EXTRACT
THEIR GREATEST GIFT.*

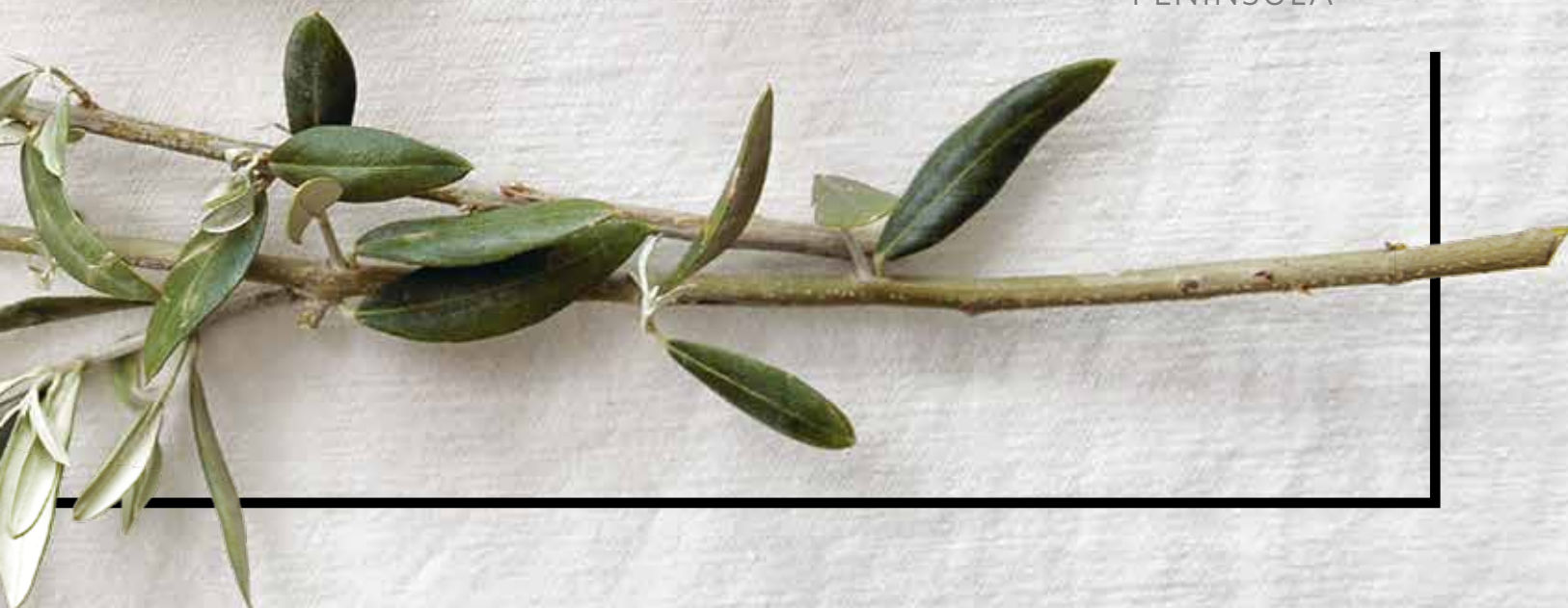
SÉCULO IX A.C.
IX CENTURY B.C.





OS FENÍCIOS
INTRODUZEM
A PRODUÇÃO
DE AZEITÉ
NA PENÍNSULA
IBÉRICA

THE PHOENICIANS
INTRODUCE THE
PRODUCTION OF OLIVE
OIL TO THE IBERIAN
PENINSULA



ONDE O RIO SE SENTE E A TERRA SE VIVE

LIVING THE LAND AND FEELING THE RIVER

TEXTO - TEXT SUSANA MARVÃO
FOTOS - PHOTOS EDUARDO RIBEIRO

DE CASTELO BRANCO A VILA VELHA DE RÓDÃO, PASSANDO POR MALPICA DO TEJO, HÁ TODO UM UNIVERSO A EXPLORAR POR TERRAS BEIRÃS. CASTELO BRANCO, VILA VELHA DE RÓDÃO AND MALPICA DO TEJO ARE JUST A FEW OF THE ATTRACTIONS IN A REGION WITH SO MUCH TO EXPLORE.

Lisboa
Lisbon

Castelo Branco

*Comer é sempre um prazer nesta zona de Portugal.
Eating is always a pleasure in this part of Portugal.*



Uma volta pelas ruas, a pé, é uma boa maneira de sentir as aldeias. A short walk through the streets is a good way to feel the villages.

Uma das paragens que insistimos fazer foi na Herdade Tapada da Tejeira, em pleno Geopark Naturtejo.

One of the stops we were sure to make was at the Herdade Tapada da Tejeira, located inside the Naturtejo Geopark.



Ninguém apenas "passa" por Malpica do Tejo, que não fica a caminho de nada. Há que criar interesse para, por si só, ser um ponto de atracção. Nós arriscamo-nos a dizer que já é.

Nobody just passes through Malpica do Tejo, which doesn't sit on the route to anywhere else. So it has to be interesting enough to be attractive. We think it already is.



Vamos directos ao assunto, porque há muito a explorar: Castelo Branco. É por aqui que vamos dar início a um pequeno roteiro que o guiará por uma ínfima parte da extensa Beira Interior. Mais concretamente, a Beira Interior Sul, Castelo Branco, enquanto cidade e sede de concelho, tem alguns apontamentos curiosos e dignos de serem visitados. A pé, claro.

With so much to explore, it's best to get straight to the point: Castelo Branco. This is where we begin a journey which will take us across just a small part of the large Beira Interior region. More specifically, Southern Beira Interior. Castelo Branco, the regional capital, has a few curious attractions which are worth a visit. All on foot, of course.



Chegados a Vila Velha de Ródão, o problema poderá ser decidir o que visitar primeiro

Having reached Vila Velha de Ródão, the biggest problem is deciding what to visit first





Além da Natureza, cheia de encantos para visitar, o património construído também merece ser contemplado

Besides the stunning natural attractions, the architectural heritage also deserves to be contemplated

PRIMEIRA PARAGEM É PARA “PESCAR”

Escolhemos o Hotel Trip Colina do Castelo para pernoitar por uma questão de facilidade logística. Dá para ir a pé até ao centro da cidade em meia dúzia de minutos – e tem acesso rápido à saída da cidade que nos levará até ao próximo destino: Vila Velha de Ródão. É obviamente confortável (piscina, sauna...), com um pequeno-almoço generoso onde a tábua de queijos aparece logo à entrada. Façamo-nos à estrada. Imagino que esteja já a preparar o GPS, mas esqueça lá isso. Ponha a tecnologia de lado e vá pela nacional. Pare na Represa do Retaxo, uma pista de pesca desportiva com todas as condições para fazer um belo de um manjar pois, além de um parque de merendas, tem um grelhador prontinho a ser usado. Chegando a Vila Velha de Ródão, pode começar pela zona do Clube Náutico onde está instalado o Parque de Campismo Rural do Tejo. No largo onde se encontra este parque de campismo há a possibilidade de se realizarem passeios de barco em pleno rio Tejo com “visita guiada” às denominadas Portas do Tejo. O barco tem saída prevista a várias horas, entre terça-feira e domingo.

A MALDIÇÃO DE RÓDÃO

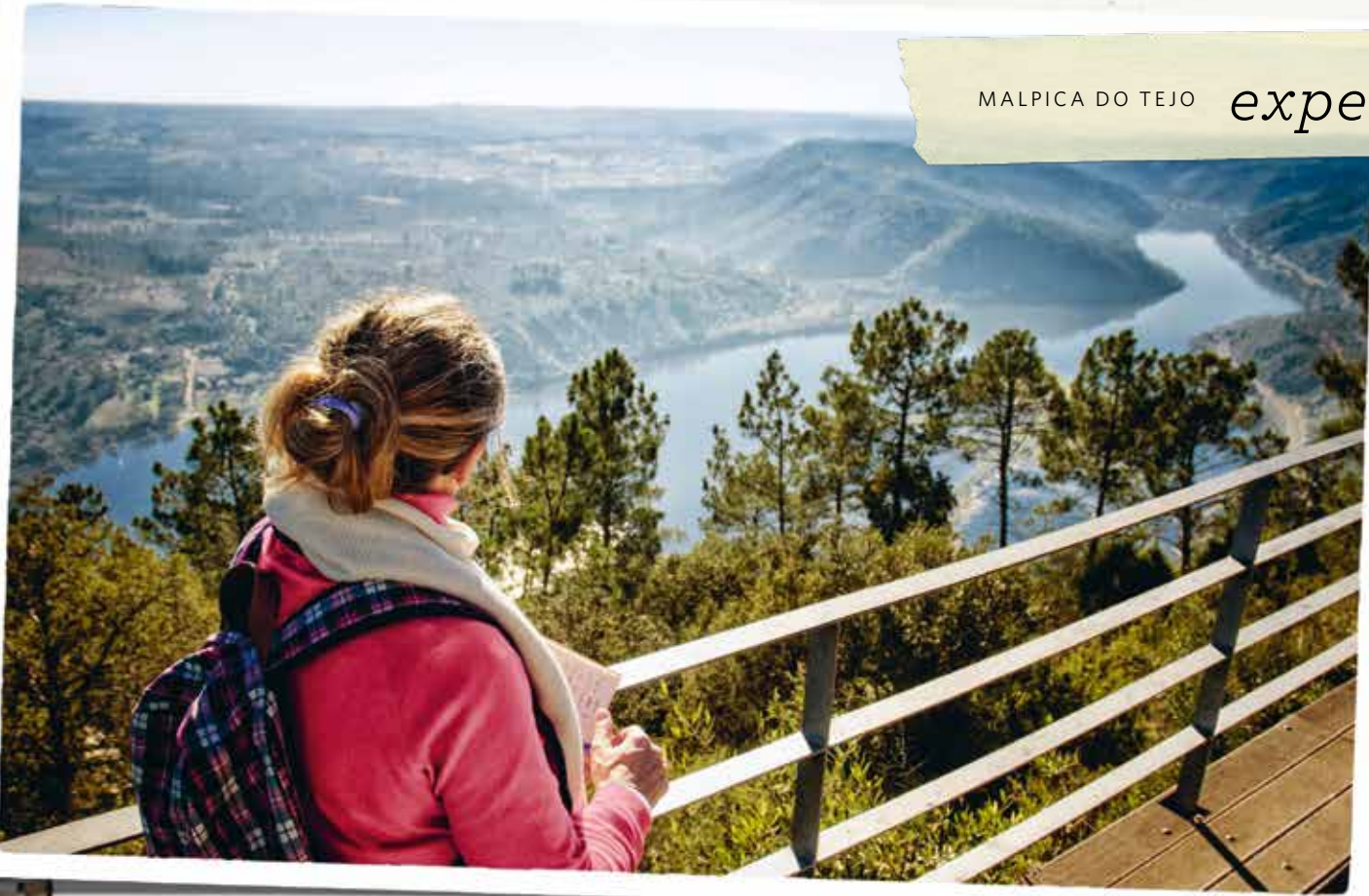
Não deixe de visitar o Castelo do Rei Vamba (há placas por todo o lado a indicar) de onde vai ter uma vista privilegiada sobre todo o vale do Tejo a jusante das Portas de Ródão, com o Conhal do Arneiro, na margem esquerda, e o povoado paleolítico de Vila Ruivas, na margem direita.

FIRST STOP IS FOR “FISHING”

We chose the Hotel Trip Colina do Castelo to spend the night for logistical reasons. It’s a five minute walk from downtown but also a short drive from the city exit which takes us to our next destination: Vila Velha de Ródão. But the hotel is comfortable, boasting a pool and a sauna, and a generous breakfast, for which the large cheese board is a calling card. So let’s hit the road. By this time you will be prepping your GPS, but don’t. Leave technology behind and take the secondary road (Nacional). Make the Retaxo dam your first stop. Here you will find a sports fishing center with all the conditions to prepare a fine meal, since it not only has a picnic site, but a barbecue ready to be fired up. Having reached Vila Velha de Ródão you can begin with the Boat Club next to the local camping. From the square where the camping is, you can book boat trips and guided tours to what are known as the Gates of the Tejo. The boats set out at several timetables, from Tuesday to Sunday.

THE RÓDÃO CURSE

You just have to visit the Rei Vamba Castle (there are signs pointing to it everywhere), from where you will have a great view over the whole of the Tejo Valley, up river from the Portas de Ródão, with the Conhal do Arneiro, on the left bank and Paleolithic settlement



Atravesse a ponte, de metal, datada de 1888, e encante-se com a vista sobre Portas de Ródão

You should cross the metallic bridge, built in 1888, and notice the view over Portas de Ródão



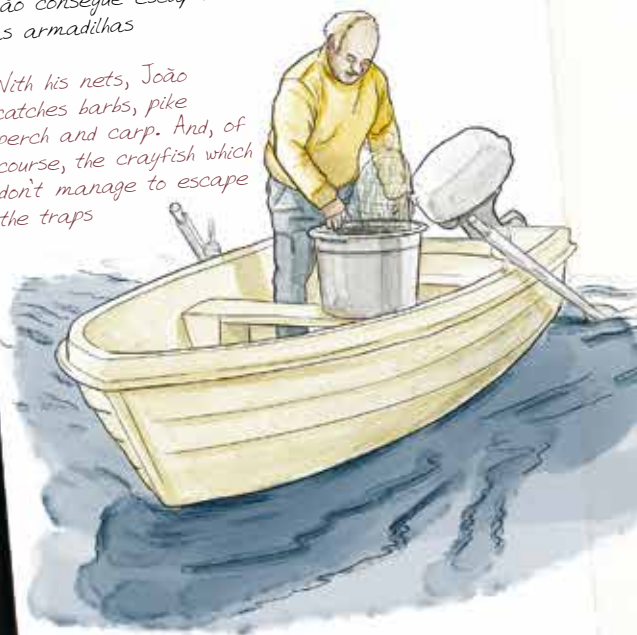
Se tiver a nossa sorte, pode ser que assista ao bucólico nevoeiro que insiste em abraçar as oliveiras

If you have our luck you can contemplate the bucolic mist which insists on trying to hide the olive groves



As redes de João apanham o peixe barbo, lúcio-perca, carpas. E, claro, o lagostim que não consegue escapar às armadilhas

With his nets, João catches barbs, pike perch and carp. And, of course, the crayfish which don't manage to escape the traps





Deixe-se inspirar pelo canto
dos pássaros e pelo barulho dos
chocalhos dos animais
nos rebanhos

Ioluptur res dolupiduntio odipi
Let the singing of the birds and the
cattle bells inspire you

Façamo-nos à estrada. Imagino que esteja já a preparar o GPS,
mas esqueça lá isso. ¶ Ponha a tecnologia de lado, vá pela estrada
nacional e pare na Represa do Retaxo. ¶

By this time you will be prepping your GPS, but don't. ¶
Leave technology behind and take the secondary road (Nacional). ¶
Make the Retaxo dam your first stop. ¶

Deixe-se inspirar pelo chilrear dos pássaros e pelo barulho dos chocalhos dos animais nos rebanhos.

Vá lendo os vários painéis informativos que estão disponíveis e delicie-se com a lenda deste rei, também chamada “Maldição de Ródão”, que fala de um amor adúltero entre a rainha que resolveu começar a namorar outro rei, mouro, mas o namoro não correu muito bem. O rei mouro raptou a rainha, escavando um túnel para passar por baixo do rio. Mas o túnel terminou a grande altitude, no morro sul das Portas de Ródão.

of Vila Ruivas, on the right. Let the singing of the birds and the cattle bells inspire you.

Read the billboards and enjoy the legend of this king, also known as the “Curse of Rodão”, which tells of an adulterous relationship between the queen and a Moorish king, but the affair didn't exactly go too well... The Moorish king kidnapped the queen, having dug a tunnel under the river. But the tunnel ended up surfacing very high up, on the Southern hill of Portas de Ródão, where there is a small cavity known as Buraca da Mora.

O rei mouro conseguiu fugir, mas a rainha foi julgada em tribunal familiar e condenada à morte por despenhamento, presa a uma mó. Na queda, lançou a maldição sobre Ródão: “Nesta terra não haverá cavalos de regalo, nem padres se ordenarão e prostitutas não faltarão.”

Diz igualmente a lenda que por onde a rainha, passou embrulhada com a mó, jamais nasceu mato...

PORQUE CANTAM OS PÁSSAROS

Se sempre quis saber a razão pela qual os pássaros cantam, no denominado Sky Fun Center é possível fazer o famoso salto tandem. Ou seja, saltar de paraquedas “aclopado” a um monitor experiente. Sim, requer alguma coragem. Isto porque quando a porta do pequeno avião se abre e nos vemos a 4200 metros de altitude a olhar para o chão, o estômago ressenete-se. Mas aproveite. Aproveite as vistas magníficas e descubra que, afinal, os pássaros só cantam porque sabem voar.

Depois atravesse a ponte de metal, datada de 1888, e encante-se com a vista sobre Portas de Ródão.

Bem, entretanto, já deve estar na hora de almoçar. Vá até Nisa, a cerca de 10 quilómetros, ao O Túlio. Esta antiga tasca, tipicamente alentejana, tem vindo a transformar-se em casa de pasto. A sua especialidade são os peixes

The Moorish king managed to escape, but the queen was tried in a family court and sentenced to death, tied to a millstone and thrown from the hill. As she was falling she cursed Ródão: “In this land there shall be no horses or enjoyment, no priest shall be ordained, and prostitutes there shall be plenty”. It is said that the land the millstone touched has been barren ever since.

WHY THE BIRDS SING

If you’ve always wondered why the birds sing try, here at the Sky Fun Center, the famous tandem jump. You can experience a parachute jump, “attached” to an experienced instructor. Yes, it does take guts. Because when the airplane’s hatch opens and you look down, the stomach churns. But enjoy yourself! Take advantage of the marvelous view and understand that birds only sing because they can fly.

Then you should cross the metallic bridge, built in 1888, and notice the view over Portas de Ródão. Meanwhile, as you are probably getting hungry. The best is to drive the 10km over to Nisa, where you can find “O Túlio”. This old traditional Alentejo style inn has become a restaurant over the years. It specializes



Aconselhamos a ir até Nisa, a cerca de 10 quilómetros, ao O Túlio

The best is to drive the 10km over to Nisa, where you can find O Túlio





Garças, grifos e cegonhas pretas-
povoam as escarpas do Tejo

Hérons, black griffins and storks
inhabit the slopes of the Tagus



Agradecemos ter conhecido Malpica ainda assim. No seu estado quase bruto. Com o Garoto, o simpático burro que sorri para a máquina fotográfica, como cabeça-de-cartaz

We are happy to have gotten to know Malpica, in its natural state. With the friendly donkey "Garoto" standing out as a calling card



do rio, com destaque para as enguias e as lampreias, na época. Mas ligue antes (tel.: 245 469 129) para confirmar se estão abertos.

O RESPEITO PELA TRADIÇÃO

Uma das paragens que insistimos fazer foi na Herdade Tapada da Tojeira, em pleno Geopark Naturtejo. Um espaço estonteante que acolhe o arrojado projecto de Luís Coutinho, bisneto do proprietário. Tem olival e montado de sobro onde pastam ovelhas autóctones. E dispõe de um lagar que Luís Coutinho tenta manter com a traça original apesar das adaptações à lei e requisitos vigentes. Mói azeitona desde 1900 e foi um dos pioneiros no modo de produção biológico e na agricultura biodinâmica. “É verdade que podia ter feito um lagar mais moderno, com sistema contínuo, muito mais facilitado.” Mas, claramente, não se arrepende. “É um projecto de vida”, contou-nos, adiantando que a produção não excede os 15 mil litros por ano. “Admito que tudo isto é possível de manter devido aos apoios comunitários. Mesmo não sendo muito elevados, sem estes seria completamente inviável.”

Hoje, a marca Tojeira, que tem o selo de garantia CSS-Comércio Solidário e Sustentável, tem azeite, azeitonas e pasta de azeitona. O azeite é obtido a partir da primeira pressão a frio com moinho de granito e prensas hidráulicas, enquanto a azeitona vem dos olivais da Herdade da Tapada da Tojeira, cultivados com ausência total de pesticidas e de adubos químicos de síntese. A pasta de azeitona é fabricada tradicionalmente com azeitona temperada. Mas o projecto é muito mais do que isso. Tem algumas características *sui generis* já que integra o apoio à investigação científica e artística contemporânea, nomeadamente através do C.E.N.T.A. - Centro de Estudos de Novas Tendências Artísticas, no seio do qual se desenvolveu, entre *designers* e artesãos, a marca EXOC. O projecto, pioneiro em Portugal no conceito de residências artísticas, foi criado em 1989 para oferecer condições de trabalho adequadas ao processo criativo e à investigação no âmbito da arte contemporânea. Teatro, dança, música, tudo ambiente rural. Há cerca de quatro anos o projecto foi extinto pois, segundo o nosso anfitrião, já tinha cumprido o seu objectivo. Mas, cá para nós, se tiver alguma ideia que se enquadre, divulgue-a a Luís Coutinho pois o espaço e as condições são efectivamente singulares.

in river fish, especially eels and river lamprey, when in season. But be sure to call first (245 469 129), to make sure that it is open.

RESPECT FOR TRADITION

One of the stops we were sure to make was at the Herdade Tapada da Tojeira, located inside the Naturtejo Geopark, a stunning place where we can find the daring agricultural project of Luís Coutinho, great-grandson of the owner. It has an olive grove and cork oak where local sheep graze. And an olive oil mill which the farmer keeps as original as possible, despite improvements required by law. It has been grinding olives since 1900 and was a world pioneer in biodynamic agriculture and biological production. “Yes, I could have made a more modern mil, with a continuous system, which could be run much more easily”. But, clearly, he isn’t sorry. “This is a life project”, he adds, explaining that production currently exceeds 15 thousand liters a year. “All of this is sustainable due to European subsidies. They’re not much, but without them it wouldn’t be possible”.

Currently the Tojeira brand, which has a CSS-Solidarity and Sustainable Commerce label, produces olive oil, olives and olive paste. The olive oil is obtained from cold pressing with a granite mill and hydraulic presses, whereas the Herdade da Tapada da Tojeira olives are fully organic. The olive paste is made in the traditional manner, with tempered olives.

But the project goes far beyond that. It has some unique characteristics, as it integrates scientific investigation funding and contemporary arts, at the C.E.N.T.A. - Center for the Study of New Artistic Tendencies, through which the EXOC brand was developed by designers and artists. This project, which is a pioneer of its kind in Portugal, in terms of artistic residences, dates from 1989. It was founded to provide adequate working conditions for the creative process and investigation in contemporary art. Theatre, dance, music, all in a rural environment. The project was extinguished four years ago since, as our host explains, it had already accomplished its social goals. But if you happen to have any peculiar ideas, pitch them to Luís Coutinho, because this is truly a remarkable space.

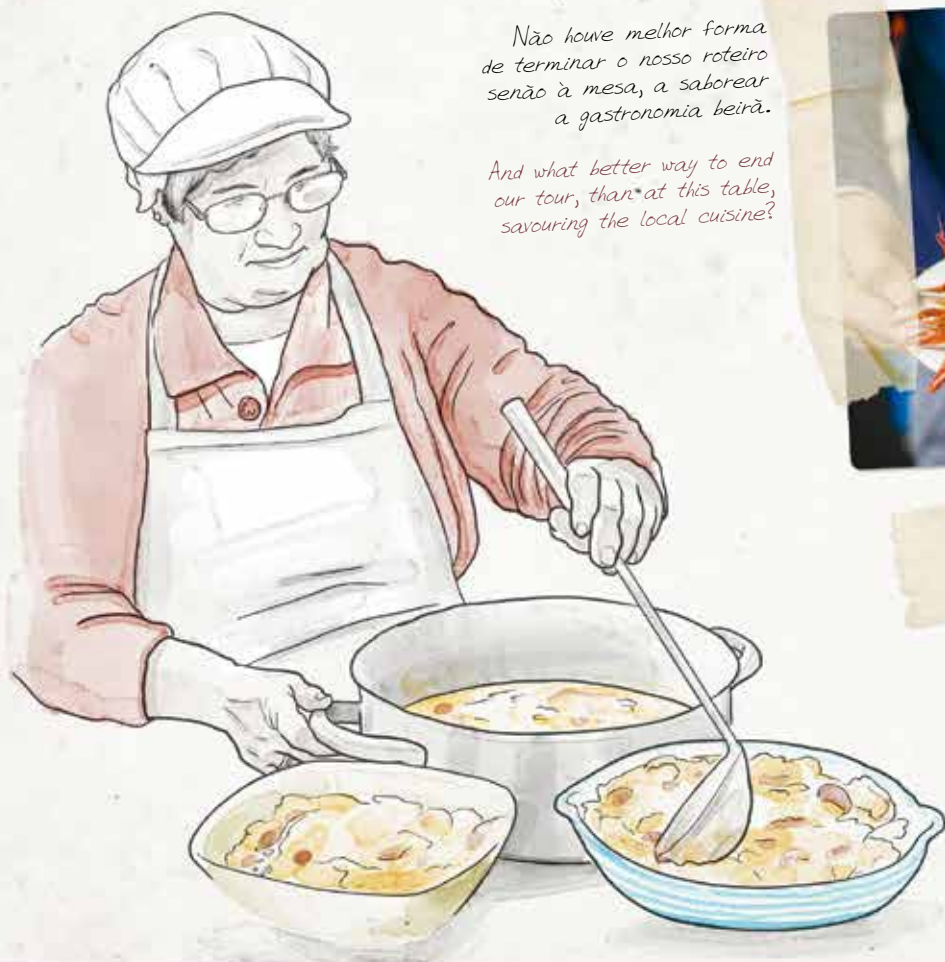
E SE TODAS AS ESTRADAS FOREM DAR A MALPICA?

Ninguém apenas “passa” por Malpica do Tejo, que não fica a caminho de nada. Há que criar interesse para, por si só, ser um ponto de atracção. Nós arriscamo-nos a dizer que já é. E João Pereira, engenheiro agrónomo nascido em Almada, que sempre teve os Verões de infância de Malpica no coração, diz que ainda pode ser muito mais. As “lutas” pelos montes e o acesso ao rio ainda trava o desenvolvimento, sobretudo turístico. Mas, pessoalmente, agradecemos ter conhecido Malpica ainda assim. No seu estado quase bruto. Com o *Garoto* o simpático burro que sorri para a máquina fotográfica, a ser cabeça-de-cartaz numa terra onde o asfalto teima em não entrar. João Pereira tem espírito e alma de empreendedor. Criou a marca “Beira Baixa Inesquecível” e tem um sem-número de projectos para materializar. Um dos que já viu a luz do dia é uma pequena embarcação que rasga as águas de um rio inserido no Parque Natural do Tejo Internacional. João Panela, pescador, foi o nosso guia. É dos poucos que faz da pesca profissão e conhece o rio e as suas margens como ninguém. Ali, onde seguramente o tempo pára, João Panela leva-nos, com o respeito que o rio

WOULD THAT ALL ROADS LED TO MALPICA

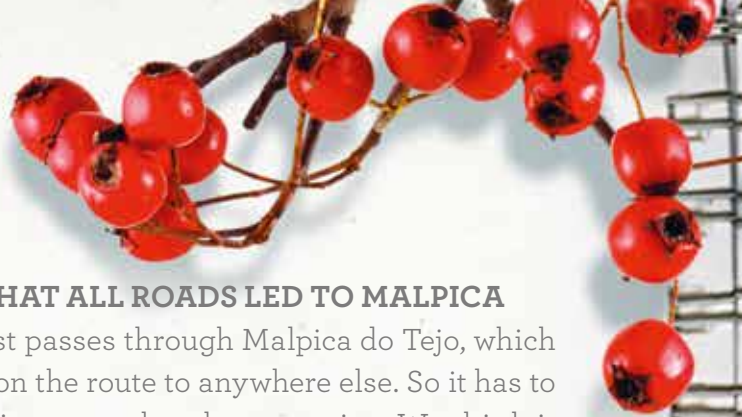
Nobody just passes through Malpica do Tejo, which doesn't sit on the route to anywhere else. So it has to be interesting enough to be attractive. We think it already is. João Pereira, an agronomist, from Almada, across the river from Lisbon, who spent his childhood summers in Malpica, says it could be even more attractive. The struggle to get through the hills and reach the river is an obstacle to development, specifically touristic. But we are happy to have gotten to know Malpica in its natural state. With the friendly donkey “Garoto” as a calling card for a place still untouched by asphalt.

João Pereira has the spirit and soul of an entrepreneur. He created the “Beira Baixa Inesquecível” brand [unforgettable Beira Baixa] and has a number of projects under his hat. One of them is a small boat which breaks the waters of a river in the International Tejo Natural Park. João Panela, a fisherman, was our guide. He is one of the few who makes his living fishing, and knows the river and its margins like no other. There, where time seems to grind to a halt, João Panela takes



Não houve melhor forma de terminar o nosso roteiro senão à mesa, a saborear a gastronomia beirã.

And what better way to end our tour, than at this table, savouring the local cuisine?



merece, a ver as garças. Fosse o tempo delas e veríamos as cegonhas-pretas a povoarem as escarpas do Tejo.

As redes de João apanham o peixe barbo, lúcio-perca, carpas. E, claro, o lagostim que não consegue escapar às armadilhas, algumas a 40 metros de profundidade.

Outro projecto de João Pereira é a Tasca Maria Faia, cujo nome honra a canção de Zeca Afonso sobre a vida agrícola e da apanha da azeitona em Malpica do Tejo.

Maria Galvão é a dona e senhora da cozinha e lida com a gastronomia beirã com mestria, com a chanfana e as migas de peixe, além dos lagostins de rio, a serem mais uma razão para se visitar Malpica.

E não houve melhor forma de terminar o nosso roteiro senão à mesa, a saborear a gastronomia beirã. Com João, o pescador, mais João, o empreendedor, mais José Manuel Galvão, presidente da Junta de Malpica e filho de Maria. Juntos, mais uma série de amigos, a entoarem a *Maria Faia*. Se todas as estradas fossem ter a Malpica? Não se estava mal, não...

us, with the respect that the river deserves, to see the egrets. Given the right season, you can also see the black storks making their nests. With his nets, João catches barbs, pike perch and carp. And, of course, the crayfish which don't manage to escape the traps, some of which are 40 meters deep.

Another of João Pereira's Projects is the Tasca Maria Faia, named in honour of singer Zeca Afonso's song which talks of life on the farm and olive picking in Malpica do Alentejo. Maria Galvão runs the kitchen and is a master of local cuisine, with traditional goat stew and fish with turnip greens, as well as crayfish, being just a few of the reasons to visit Malpica.

And what better way to end our tour, than at this table, savouring the local cuisine? With João, the fisherman, João the entrepreneur and José Manuel Galvão, chairman of the town council and son of Maria. All together, with friends, singing Maria Faia. Would that all roads led to Malpica, we could do a deal worse!

ONDE FICAR

MONTE DA FONTE SANTA DE SÃO LUÍS

Estrada da Fonte Santa, Castelo Branco. T. 927 183 165

CASA DE CASTELO NOVO

Rua Nossa Senhora da Graça, 7 Castelo Novo. T. 919 636 032

ONDE COMER

TASCA MARIA FAIA

Rua Francisco Marques Diogo, 12 Castelo Branco, Malpica do Tejo. T. 272 913 000

O TÚLIO

Rua Francisco Diogo Pinto, 1 Monte do Arneiro. Santana, Nisa. T. 245 469 129

WHERE TO STAY

MONTE DA FONTE SANTA DE SÃO LUÍS

Estrada da Fonte Santa, Castelo Branco. T. 927 183 165

CASA DE CASTELO NOVO

Rua Nossa Senhora da Graça, 7 Castelo Novo. T. 919 636 032

WHERE TO EAT

TASCA MARIA FAIA

Rua Francisco Marques Diogo, 12 Castelo Branco, Malpica do Tejo. T. 272 913 000

O TÚLIO

Rua Francisco Diogo Pinto, 1 Monte do Arneiro. Santana, Nisa. T. 245 469 129



SÉC. XII
XII CENTURY

O AZEITE
JÁ É UMA
ESTRELA
NACIONAL

OLIVE OIL IS
ALREADY A
NATIONAL HERO





○ REI D. JOÃO III DECRETA
QUE NÃO DEVEM SER
COBRADOS IMPOSTOS
SOBRE O AZEITE,
○ PÃO E ○ VINHO

*KING JOHN III DECREES
THAT OLIVE OIL, BREAD
AND WINE SHALL NEVER
BE SUBJECT TO TAX*

TEXTO - TEXT **SUSANA TORRÃO** FOTOS - PHOTOS **ARQUIVOS DOS ENTREVISTADOS INTERVIEWEE ARCHIVES**

SELECÇÃO NACIONAL

P O R T U G U E S E S Q U A D

*São o rosto de Portugal
no estrangeiro. Na cultura,
gastronomia, moda, ciência,
acção social, há portugueses
cuja excelência no trabalho
atravessou fronteiras
e os tornou embaixadores
itinerantes do país
que os viu nascer.*



*These are Portugal's
representatives abroad. In the
fields of culture, cooking, fashion,
science and community service
there are Portuguese citizens
whose excellence couldn't be held
in by borders and have become
roaming ambassadors for
the country where they
were born.*



Longe vão os tempos em que Amália e Eusébio eram os únicos nomes que identificavam Portugal além-fronteiras. ¶ Nas últimas décadas, cientistas, artistas, *chefs*, modelos e desportistas alcançaram fama mundial, sem nunca perderem a sua identidade. ¶

Gone are the days when Amália and Eusébio were the only Portuguese names that rang any bells abroad. ¶ Over the past few decades, scientists, artists, chefs, models and sportsmen have reached world fame yet kept true to their roots. ¶



JOANA
VASCONCELOS,
ARTISTA PLÁSTICA

Joana Vasconcelos é uma das artistas plásticas nacionais com maior presença além-fronteiras. Depois de em 2014 ter levado o cacilheiro *Trafaria Praia* à bienal de Veneza, há dois grandes projectos dignos de realce: a sua primeira grande exposição individual na Ásia, inaugurada no MGM Macau, e a presença na celebração dos 450 anos do Rio de Janeiro. Para a exposição de Macau, Joana preparou várias peças inéditas, entre as quais a maior e mais complexa *Valquíria* feita até hoje. Já no Rio de Janeiro, a obra *Pop Galo* – peça de arte pública de carácter monumental produzida com o apoio da marca de azeite Gallo Worldwide – inaugurada a 10 de Junho, Dia de Portugal. “É um gallo de Barcelos tecnológico e contemporâneo”, revela a artista que contou ainda com uma exposição individual no Heydar Aliyev Center, em Baku, e outras duas em Xangai.

O apoio da Gallo é a primeira ligação – embora indirecta – que Joana Vasconcelos tem ao universo do azeite. No entanto, com uma obra muito inspirada em objectos do quotidiano, a hipótese de um dia ter o azeite como inspiração não está posta de parte. “A minha obra bebe muito do mundo que me rodeia e encontro inspiração nos aspectos do dia-a-dia, nos símbolos e tradições culturais portuguesas – e mediterrânicas –, como é o caso do azeite. Aliás, o azeite quase que poderá ser denominado como uma das ‘maravilhas’ do

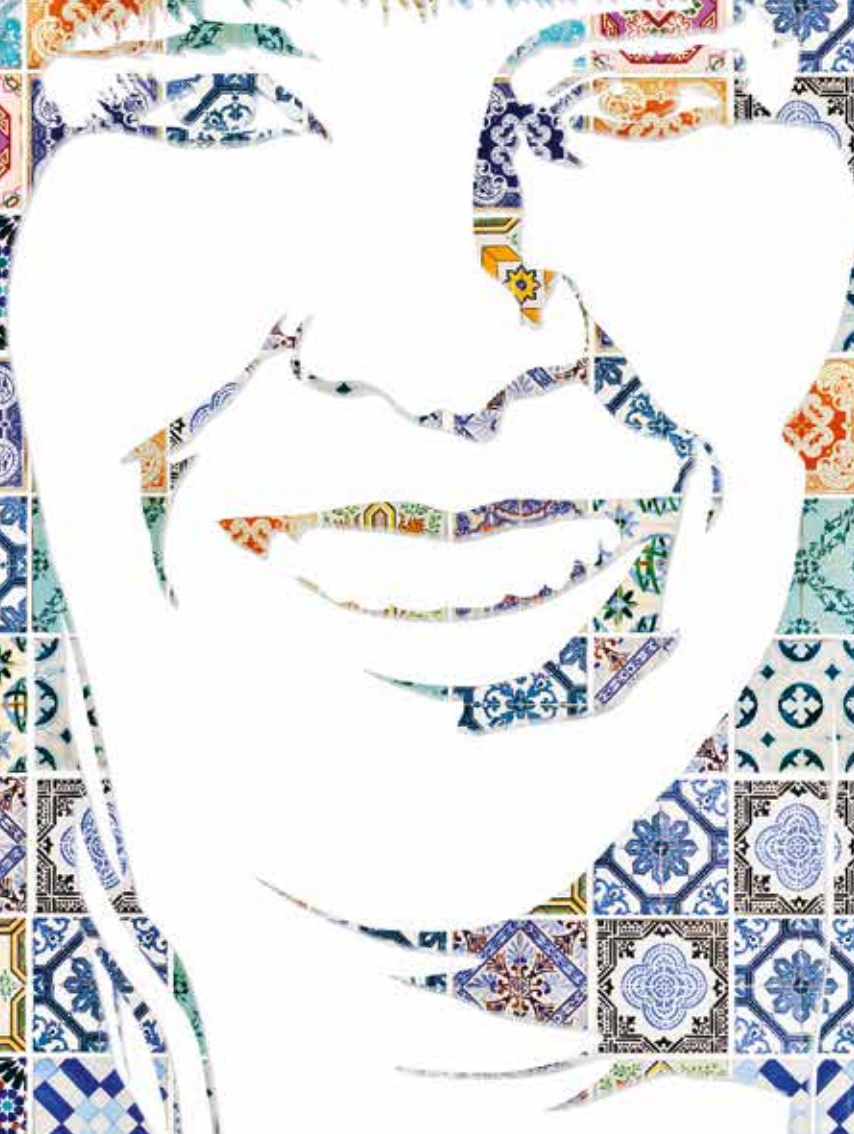


JOANA
VASCONCELOS,
ARTIST

Joana Vasconcelos is one of Portugal’s most renowned artists abroad. After having taken her *Trafaria Praia* ferry boat to the Venice Biennale, there are two big projects we have to highlight: A first large individual exhibit in Asia, launched in Macau, and a presence in the 450th anniversary of Rio de Janeiro. For the Macau exhibit Joana has prepared a series of original pieces, including the largest and most complex *Valkiri* ever made. In Rio, on the other hand, the *Pop Galo* – a monumental piece of public art, produced with the help of GalloWorldwide olive oil – inaugurated on June 10th, the Portugal Day. “This is a contemporary and technological Barcelos cockerel”, says the artist who also had a solo exhibit at the Heydar Aliyev Center, in Baku as well as two others in Shanghai.

The sponsorship by Gallo is the artist’s first, albeit indirect, link to the olive oil industry. However, considering her work is inspired by daily artifacts, the chance that she will one day find inspiration in olive oil cannot be set aside. “My work takes in so much from the world around me and I find myself inspired by everyday things, by Portuguese symbols, traditions and culture, or Mediterranean, in the case of olive oil. Besides, olive oil could be considered one of the marvels of the Mediterranean, given its importance and usefulness, both in our culture and in others, and the





A PRESENÇA
DO TRABALHO
DE JOANA
VASCONCELOS
INTERNACIONALMENTE
É INEQUÍVOCA

The presence
of Joan Vasconcelos's work
in the whole world
is unmistakable



PRIMEIRO VEM O CONCEITO, DEPOIS A BUSCA PELOS MATERIAIS QUE MELHOR SE ADEQUAM À IDEIA

FIRST COMES THE CONCEPT, THEN THE SEARCH FOR MATERIALS THAT BEST FIT THE IDEA

Mediterrâneo dada a importância e uso que tem, tanto na nossa cultura como noutras, através do destaque que vai ganhando pelo mundo fora, devido aos benefícios que representa”, afirma.

DO CONCEITO AO OBJETO E VICE-VERSA

Ao preparar uma peça, Joana parte de um conceito e procura depois os materiais mais adequados, ou, às vezes, são os materiais que a inspiram. Como com a obra *Call Center*. “Uma senhora ofereceu-me centenas de telefones típicos dos anos 70 e 80 que guardei por algum tempo. Até que um dia percebi o que queria fazer com eles: falar sobre comunicação e a nossa exposição constante a diferentes formas de comunicação.”

Ao fim de 20 anos de carreira, o balanço só podia ser positivo. “O trabalho e a perseverança compensam! Sempre trabalhei para que as oportunidades que me têm sido dadas pudessem vir a acontecer, embora nada garantida que assim seja”, conta. Paixão, gozo, profissionalismo e exigência são, para Joana Vasconcelos, os ingredientes essenciais para um artista criar uma carreira. Mas é algo que se constrói ao longo da vida: “Não existe reforma, nem maioridade, existe somente o paradigma: ‘Será que se é ou não artista?’ E isso, o tempo dirá. Eu faço por sê-lo todos os dias.”

fact that it is gaining more traction around the world, due to its benefits”, she says.

FROM CONCEPT TO OBJECT AND BACK AGAIN

When preparing a piece, Joana starts with a concept and then tries to find the best material or, sometimes, it is the elements which inspire her. That is what happened with *Call Center*. “A lady offered me hundreds of traditional 70s and 80s style telephones, which I stored away for some time. Until one day I understood what I was going to make with them: I wanted to transmit the idea of communication and the constant exposure we have to different types of communication”.

At this end of a 20 year career, Joana Vasconcelos’ work can only be described as positive. “Work and perseverance pay off! When I started I didn’t expect anything special but, to tell you the truth, I always worked for the opportunities which might arise – though there is no guarantee that they will”, she says. Passion, fun, professionalism and a demanding work ethic are the essential ingredients for a career in the arts, according to Joana Vasconcelos. But it is something you build over a lifetime: “There is no retiring, no coming of age, just the question: ‘Are you an artist or not?’ And that, only time will tell. I strive to be one every day”.



NUNO MENDES
ESTUDOU BIOLOGIA
MARÍTIMA EM
MIAMI, DESISTIU
DAS CIÊNCIAS E
TRANSFERIU-SE
PARA A CALIFORNIA
CULINARY ACADEMY

NUNO MENDES
STUDIED MARINE
BIOLOGY IN MIAMI
BUT HE TRANSFERRED
FROM SCIENCES TO
THE CALIFORNIA
CULINARY ACADEMY



NUNO
MENDES
CHEF

Giles Coren, do jornal britânico *The Times*, identificou-o como “o *chef* secreto favorito de todos os críticos de restaurantes”. Nuno Mendes à frente do restaurante Chiltern Firehouse, no East End londrino, e com os súbditos de Sua Majestade rendidos à sua cozinha, o *chef*, nascido em Lisboa em 1973, fervilha de projectos para realizar ao longo deste ano. Até chegar aqui, Nuno Mendes estudou Biologia Marítima em Miami, desistiu das ciências e transferiu-se para a California Culinary Academy, onde trabalhou com grandes nomes da cozinha internacional como Wolfgang Puck, Rocco di Spirito e Jean-Georges Vongerichten, passou pelo ElBuli, na Catalunha, viajou pela Ásia e instalou-se em Londres na primeira década deste século. Não espanta por isso que tenha chamado Viajante – assim mesmo, em português – ao restaurante que abriu em Bethnal Green em 2010 com o qual recebeu uma estrela Michelin logo no primeiro ano e foi incluído na lista dos 50 melhores restaurantes do mundo em 2013.

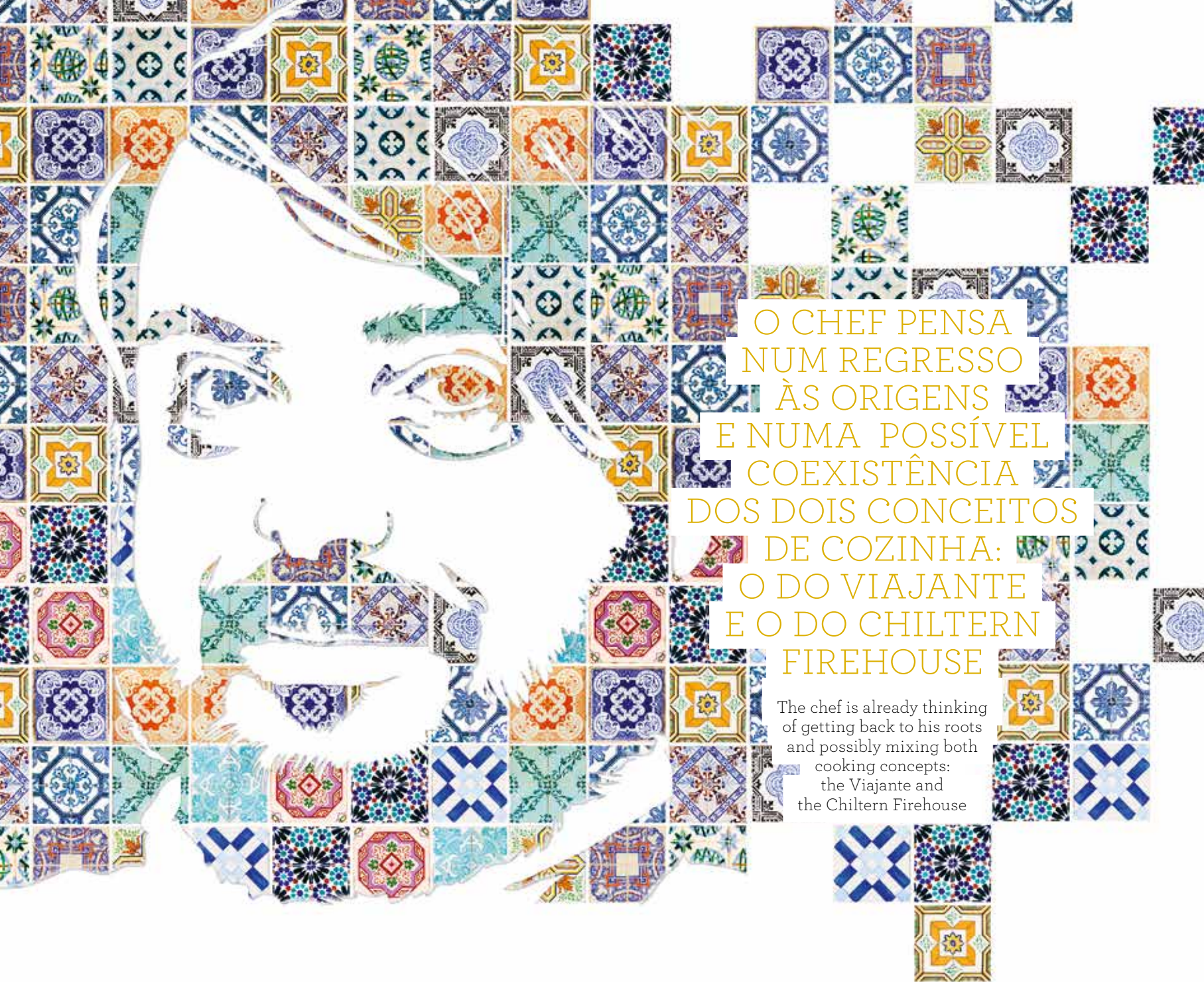
Ao longo deste tempo à frente do Chiltern Firehouse, Nuno Mendes assistiu a uma verdadeira chuva de celebridades a escolherem o local como um dos seus restaurantes favoritos. Mesmo assim, ou por isso mesmo, é comedido no balanço: “O primeiro ano teve algum sucesso. O projecto começou bem, foi bem recebido em



NUNO
MENDES
CHEF

Giles Coren, from *The Times*, described him as “every restaurant critic’s secret favourite chef”. Nuno Mendes completed his first year at the helm of the Chiltern Firehouse, in London’s East End. Having won over the British with his cooking, the chef, who was born in Lisbon in 1973, is full of ideas for new projects to begin this year. Before settling in London, Nuno Mendes studied Marine Biology in Miami but he transferred from sciences to the California Culinary Academy, where he worked alongside great international chefs such as Wolfgang Puck, Roccodi Spirito and Jean-Georges Vongerichten. He also gained experience at El Buli, in Catalonia, and travelled through Asia, having moved to London during the first decade of this century. So it comes as no surprise that when he opened his own restaurant in 2010 in Bethnal Green he named it Viajante, which is Portuguese for Traveller, and had earned a Michelin star before the first year was up, having seen it listed as one of the top 50 world restaurants in 2013.

This time at the helm of the Chiltern Firehouse, Nuno Mendes has seen a host of celebrities name the restaurant as one of their favourites. Nonetheless, or perhaps due to that fact, he is measured in his reaction: “The first year was somewhat successful; the pro-



O CHEF PENSA
NUM REGRESSO
ÀS ORIGENS
E NUMA POSSÍVEL
COEXISTÊNCIA
DOS DOIS CONCEITOS
DE COZINHA:
O DO VIAJANTE
E O DO CHILTERN
FIREHOUSE

The chef is already thinking of getting back to his roots and possibly mixing both cooking concepts: the Viajante and the Chiltern Firehouse

Londres e internacionalmente. Para mim foi um passo um pouco maior do que o normal porque é um conceito completamente diferente do que tinha feito até hoje. É muito maior do que qualquer outro restaurante que terei. E envolve muita pressão por ser o próximo passo a seguir ao Viajante, e porque muita gente não compreendeu a decisão que tomei.”

Deixar o Viajante – cuja cozinha definiu numa entrevista como “ibérica, embora com qualquer coisa de asiático com influências da América Latina e América do Sul” – e o Corner Room, o outro projecto que tinha em Bethnal Green, obrigou a uma mudança do estilo

ject took off well and was well received both in London and at an international level. For me it was a different experience, because it’s like nothing I’d ever done before. The restaurant is bigger than any other I’ll ever own, and there was a lot of pressure, having come on the heels of the Viajante, many people didn’t understand my decision.”

Leaving the Viajante, with its cuisine which he once described as “Iberian, but with a little Asian and Latin and South American influence”, and the Corner Room, another Project he was running in Bethnal Green, forced him to change his style of cooking.

de cozinha. Com esta experiência já consolidada o *chef* fez um “regresso às origens” e abriu recentemente a “Taberna do Mercado”.

VIAJAR SEM ESQUECER AS RAÍZES

Portugal está presente na sua gastronomia. O porco ibérico, a mistura de sabores entre o mar e a terra, o uso do pão não apenas como acompanhamento mas também na confecção dos pratos e uma cozinha baseada nos frutos do mar são elementos que denunciam as origens de Nuno Mendes. A isto junta-se também a presença do azeite, por vezes em combinações inesperadas. “A minha cozinha é baseada no azeite. Gosto muito do sabor, do perfil – cada azeite tem as suas características – a doçura, o amargo e o picante, a cremosidade... E também faz um contraste com sabores asiáticos de que eu gosto. Azeite, limão e soja fazem uma combinação fantástica!”

With this project up and running smoothly, the chef got back to his roots and opened recently the “Taberna do Mercado”.

TRAVELLING WITHOUT LOSING YOUR ROOTS

Portugal is present in his cooking. The Iberian pig, that mixture of surf and turf, the use of bread not only as a side dish, but as part of the main course and a cuisine style based on the fruits of the sea, are some of the elements which make Nuno Mendes’ cooking stand out. Of course, olive oil is also part of it all, sometimes in unexpected ways. “My cooking is olive oil based. I like the flavour, the profile – each olive oil has its own characteristics – sweetness, bitter, spicy, texture... And it is also a contrast to Asian flavours, which I enjoy. Olive oil, lemon and soy are a fantastic mix!”



MARCELINO SAMBÉ,
BAILARINO DO ROYAL BALLET

Aos 20 anos, o bailarino Marcelino Sambé foi promovido a primeiro artista no Royal Ballet e o jornal *The Independent* apontou-o como uma das dez figuras das artes a seguir durante este ano. Em 2012, a Youth Dance England já o tinha referido como um dos coreógrafos emergentes do Reino Unido. Perante tudo isto, este português, filho de mãe portuguesa e pai guineense, afirma-se grato e tem uma estratégia para o futuro: trabalho, trabalho e ainda... trabalho.

Marcelino nasceu no Dia Mundial da Dança, a 29 de Abril de 1994, e começou por dançar no grupo Estrelitas Africanas, do Centro Comunitário do Alto da Loba. Chegou ao Conservatório de Lisboa com nove anos e, desde então, o seu percurso tem sido vertiginoso. Em 2008 recebeu a medalha de prata no Moscow International Ballet Competition e o prémio de interpretação em Pequim. No ano seguinte recebeu o primeiro prémio no Youth American Grand Prix e, em 2010, a medalha de ouro e o prémio especial no USA International Ballet Competition.



MARCELINO SAMBÉ,
ROYAL BALLET DANCER

At the age of 20, Marcelino Sambé has been promoted to main artist at the Royal Ballet and *The Independent* named him one of the ten artists to follow during this year. In 2012, Youth Dance England had already pegged him as one of the emerging choreographers in the UK. The Portuguese artist, whose mother is from Portugal but whose father is from Guiné, says he is grateful and that he has a strategy for the future: work, work... and more work.

Marcelino was born on April 29th, 1994, the World day of Dance, and started dancing with the Estrelitas Africanas group, at the Alto da Loba Community Center. Aged 9 he enrolled in the Lisbon Conservatory and, since then, his rise has been meteoric. In 2008 he won the silver medal at the Moscow International Ballet Competition and a performance award in Beijing. The next year he placed first in the Youth American Grand Prix and, in 2010, won the gold medal and special prize at the USA International Ballet Competition.



“Tem sido um percurso diferente mas muito positivo. Nasci num lugar onde não havia futuro, mas quando há talento há esperança e tudo é possível. Foi a isso que me agarrei. Estou muito grato”, afirma Marcelino Sambé.

DETERMINAÇÃO E BOM SENSO

“Sempre tive a aspiração de poder ir para o estrangeiro”, afirma. Chegava ao Conservatório hora e meia mais cedo – as aulas começavam às 9h30 – para ver vídeos de grandes companhias internacionais, com estrelas como Mikhail Baryshnikov. “A minha aspiração foi sempre trabalhar numa companhia com um repertório vasto, onde pudesse ter oportunidade de dançar diferentes *ballets* e onde a qualidade de vida fosse boa para os artistas”, recorda.

A participação em concursos internacionais foi o primeiro passo. Marcelino recorda a primeira vez: “Foi em Itália. Fui com o meu director, o professor José Luís Vieira, e com um grupo de colegas. Dancei como se estivesse no Conservatório em Lisboa, e acabou por correr bem: ganhei o segundo prémio e não estava à espera de nada.”

Quando chegou a Londres, como aluno do Royal Ballet, aos 16 anos, as saudades de casa resolviam-se com sessões de Skype semanais e uma grande determinação.

“My path has been unusual, but good. I was born in a place where there is no future, but with talent, anything is possible. That is what I relied on, and I am very grateful”, says Marcelino Sambé.

DETERMINATION AND COMMON SENSE

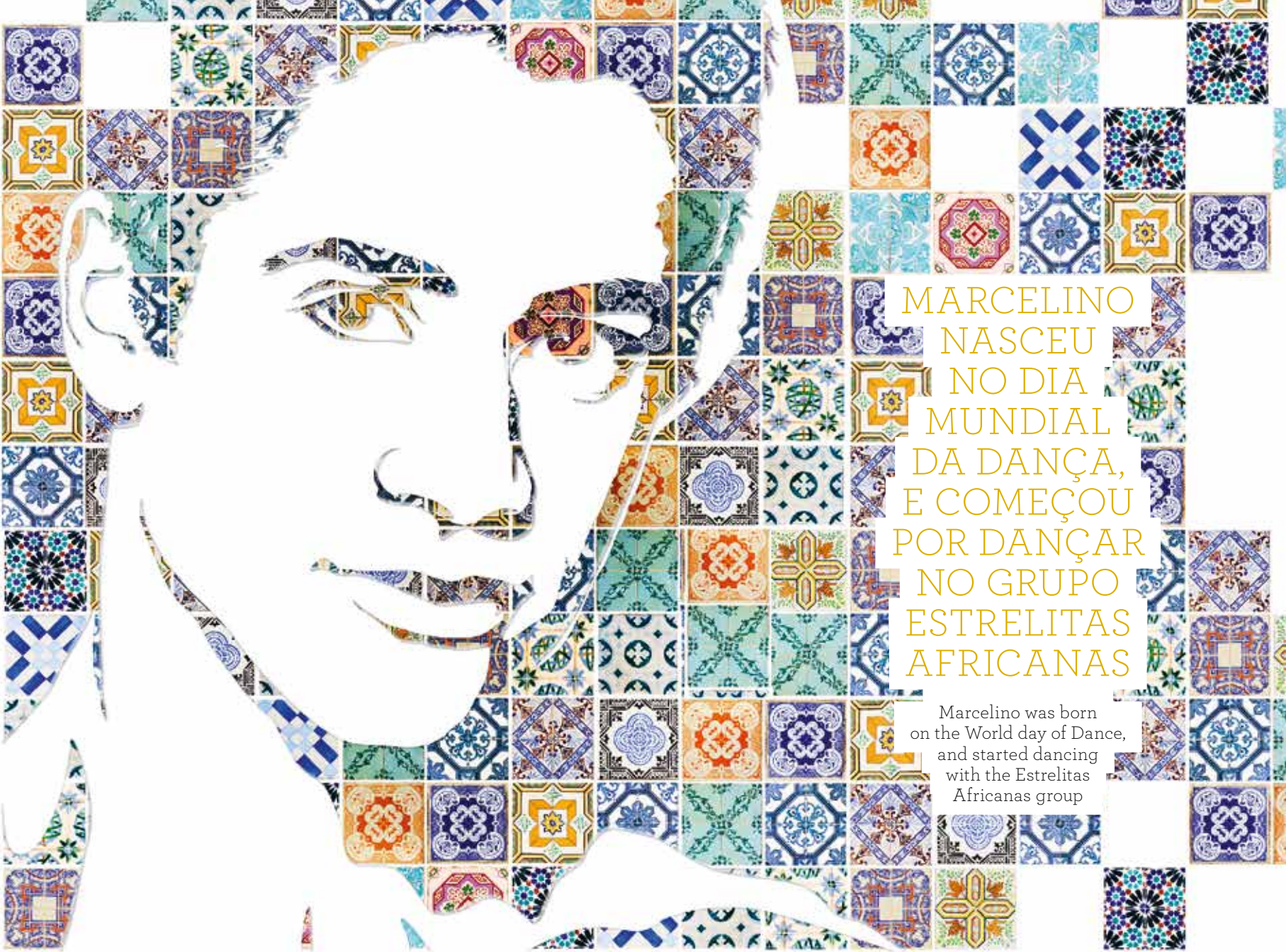
“I had always wanted to travel abroad”, he says. He used to arrive at the conservatory half an hour before classes started, at 9h30, to watch recordings of the big international companies and stars such as Mikhail Baryshnikov. “My dream was to work for a company with a big repertoire where I would have the opportunity to perform different ballets and where an artist could lead a good life”, he recalls.

The first step was taking part in international competitions. He remembers his first one: “It was in Italy. I travelled with my director, José Luís Vieira, and with a group of colleagues. I just danced as if I was in the Conservatory in Lisbon, and it worked out well. I came second, but I had no expectations”.

After arriving in London aged 16, as a student at the Royal Ballet, he got over his homesickness with weekly skype calls and a great determination.

“A MINHA ASPIRAÇÃO FOI SEMPRE TRABALHAR NUMA COMPANHIA COM UM REPERTÓRIO VASTO, ONDE PUDESSE TER OPORTUNIDADE DE DANÇAR DIFERENTES BALLETS E ONDE A QUALIDADE DE VIDA FOSSE BOA”
“MY DREAM WAS TO WORK FOR A COMPANY WITH A BIG REPERTOIRE WHERE I WOULD HAVE THE OPPORTUNITY TO PERFORM DIFFERENT BALLETS AND WHERE AN ARTIST COULD LEAD A GOOD LIFE”





MARCELINO
NASCEU
NO DIA
MUNDIAL
DA DANÇA,
E COMEÇOU
POR DANÇAR
NO GRUPO
ESTRELITAS
AFRICANAS

Marcelino was born on the World day of Dance, and started dancing with the Estrelitas Africanas group

MANTER AS RAÍZES

A música e a gastronomia foram outras das formas de manter contacto com amigos e família. “Sou conhecido pelos meus colegas por ser muito nacionalista. Portugal é um país tão bom, com tanta qualidade de vida, com tanto sabor... Estava sempre a pôr fado ou os Deolinda. Nas festas punha sempre música portuguesa”, conta.

Apesar do interesse pela coreografia, a interpretação continua a ser a sua primeira escolha. “Vou tentar manter-me como bailarino até o mais tarde possível e talvez coreografar algumas coisas para mim no final da carreira e também ajudar bailarinos jovens a desenvolverem coisas novas. Mas o futuro ainda é tão longe que tudo pode acontecer até lá”, afirma.

TRUE TO YOUR ROOTS

Music and cooking were other ways to keep in touch with friends and family. “My colleagues consider me a bit of a nationalist. Portugal is such a great country, with such high quality of life, so much flavour... I was constantly playing fado or Deolinda. I’d always play Portuguese music at parties”, says Marcelino.

Despite his interest in choreography, interpretation is still his priority. “I am going to try and dance until as late as I can, then maybe choreograph some things for myself, towards the end of my career, and help young dancers develop new things. But the future is still so far away, anything could happen before then”.

PARA
CATARINA
“A VIDA SEM
AZEITE
NÃO TEM PIADA
NENHUMA!
É UM TEMPERO
ESSENCIAL!”

Catarina finds that
“ife without olive oil
is no fun! It’s essential
for seasoning!”



CATARINA FURTADO,
EMBAIXADORA DA BOA VONTADE DO FUNDO
DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A POPULAÇÃO

Catarina Furtado cumpre já 15 anos como Embaixadora da Boa Vontade do Fundo das Nações Unidas para a População. E guarda experiências inesquecíveis. “Aquilo que mais me marcou foi assistir a mortes que seriam completamente evitáveis no nosso país! Mulheres a morrerem a darem à luz e bebês a morrerem assim que nascem ou logo depois”, afirma. E lamenta que as mulheres sejam “sempre as maiores vítimas na falta de acesso a serviços de saúde e educação”. Catarina Furtado preside ainda à associação Corações com Coroa, que



CATARINA FURTADO,
UNITED NATIONS POPULATION FUND
GOODWILL AMBASSADOR

This is Catarina Furtado’s 15th year as Goodwill Ambassador for the UNFPA, and she has plenty of unforgettable memories. “What has struck me most was seeing people die for reasons that would be completely avoidable in my country! Women dying from childbirth and babies dying as soon as they are born, or soon after”, she says. And regrets that women “are always the biggest victims of lack of access to health and education services.” Besides that, Catarina Furtado is also president of Corações com Coroa [Hearts with Crowns], an



CATARINA FURTADO PRESIDE À ASSOCIAÇÃO CORAÇÕES COM COROA QUE, POR EXEMPLO, ATRIBUIU BOLSAS DE ESTUDO A RAPARIGAS “SÃO O NOSSO ORGULHO!”, COMENTA
CATARINA FURTADO IS PRESIDENT OF CORAÇÕES COM COROA [HEARTS WITH CROWNS], AN ORGANIZATION WHICH, FOR EXAMPLE, AWARDS SCHOLARSHIPS TO YOUNG WOMEN. “WE’RE SO PROUD OF THEM!” SHE SAYS

disponibiliza atendimento psicológico, jurídico e alimentar gratuito, bem como aconselhamento nas áreas da saúde materna, além de já ter atribuído seis bolsas de estudo a raparigas, que também recebem acompanhamento a nível biopsicossocial.

CHEF, MAS POUCO

Ultimamente Catarina dividiu-se entre a apresentação do “The Voice” e a participação em “Chef’s Academy”. A experiência não veio alterar a assumida “falta de queda” para a cozinha. “O meu marido e a minha mãe cozinham muito bem e eu ainda não senti o apelo.” Mas é uma apreciadora da culinária nacional. Quando estudou em Londres a comida era uma das formas de matar saudades. “A minha querida avó Amélia mandava-me rissóis e a minha mãe enviava-me bacalhau”, recorda.

Desde os tempos de aluna de dança do Conservatório Catarina tem uma relação “educada” com a comida mas é o polvo à lagareiro o seu prato preferido, além de outros quando o azeite entra em cena. “Tenho um amor profundo pelas paisagens portuguesas! E a oliveira simboliza a vida, a força, a paz, a fecundidade, a sabedoria, a recompensa! A Corações com Coroa tem uma oliveira na porta da entrada. A vida sem azeite não tem piada nenhuma! É um tempero essencial!”, garante.

organization which provides psychological, legal and nutritional counseling, as well as assistance in the areas of women’s and teenager’s health and family planning. The association has awarded six scholarships to young women who also receive bio-psycho-social counseling.

BARELY A CHEF

Lately Catarina spent time presenting The Voice and taking part in Chef’s Academy. But the experience did not alter what she calls “not having a knack” for cooking. “My husband and my mother cook very well, but I never felt that calling.” But she is a fan of Portuguese cuisine. When she was studying in London, in the 90s, food was one way to fend off homesickness. “My dear granny Amélia would send me rissoles and my mother would send me cod”, she reminisces.

Ever since her days studying dance at the conservatory, Catarina has had an “educated” relationship with food, but when she does allow herself to indulge in richer food, lagareiro style octopus is her favourite olive oil based dish. “I have a deep love of Portuguese landscapes! The olive tree symbolizes life, strength, peace, fertility, wisdom and reward! At Corações com Coroa we have an olive tree at the door. Life without olive oil is no fun! It’s essential for seasoning!”, she assures us.



O PORTUGUÊS
MAIS CNHECIDO
NA ACTUALIDADE
CONSIDERA-SE
MUITO COMPETITIVO,
MUITO PROFISSIONAL
E TRABALHADOR
THE MOST WELL
KNOWN PORTUGUESE
OF OUR TIMES
DESCRIBES HIMSELF
AS VERY COMPETITIVE,
VERY PROFESSIONAL
AND HARDWORKING



**CRISTIANO
RONALDO,**
O MELHOR JOGADOR DO MUNDO

Estima-se que 80% da população mundial sabe quem é Cristiano Ronaldo, o CR7. A Universidade da Colúmbia Britânica, no Canadá, criou recentemente um curso de dez semanas sobre ele, com o objetivo de analisar como se constrói uma lenda futebolística e o que o jogador representa para a diáspora portuguesa.

Por trás da fama estão feitos impressionantes: três bolas de ouro, duas botas de ouro, três vitórias na Premier League, duas taças dos Campeões Europeus... Só lhe falta um título pela Selecção Nacional de Futebol.

Cristiano Ronaldo é visto como um jogador completo. Não sendo esquerdino, joga tanto com o pé direito como com o esquerdo, é rápido, resistente, uma boa visão do jogo e um pensamento rápido. É capaz de marcar golos à distância ou dentro da área e a sua altura (1,85 m), força e capacidade de elevação dão-lhe supremacia no jogo aéreo, além de que a sua capacidade de aceleração é difícil de igualar.

Grande parte das qualidades reveladas por Cristiano Ronaldo é fruto da dedicação. “O meu corpo é 50% do meu êxito. É algo de que tenho de cuidar”, revelou a Judite de Sousa, numa entrevista. Aos cuidados com a alimentação junta o treino – é conhecido por ser o primeiro a chegar e o último a sair – e várias horas de ginásio.

Frontal, nunca escondeu a ambição nem usa de falsa modéstia. “Na minha cabeça sou o melhor. Na minha profissão tenho de pensar assim. Posso não ser, mas tenho de pensar que sou o melhor”, assumiu na mesma entrevista. O futebolista afirma-se como muito compe-



**CRISTIANO
RONALDO,**
THE BEST PLAYER IN THE WORLD

It is estimated that 80% of the world’s population knows Cristian Ronaldo, also known as CR7. The University of British Columbia, in Canada, recently opened a 10 week course on him, aimed at analyzing how a football legend is made and what the player means to the Portuguese diaspora.

Behind fame are some impressive achievements: Three Fifa Ballon d’Or, two Golden Boot awards, three Premier League titles, two Champions League titles... All his resumé is missing is a title for the national team.

Cristiano Ronaldo is known as a complete player. Despite not being left footed he can play as well with his right foot as with his left. He’s fast, resilient, has great game vision and is a fast thinker. He can score both from in and outside the box and his height, at 1.85 meters, his strength and elevation give him all the advantage in the air, whereas his speed is hard to match.

Many of his qualities come from hard work. “My body is 50% of my success. I have to look out for it”, he admits, in an interview with Judite de Sousa. Besides making an effort to eat well, he is known for always being the first to arrive and the last to leave training sessions and also puts in several hours at the gym.

Ronaldo is blunt. He doesn’t hide his ambition and never resorts to false modesty. “In my mind, I’m the best. I have to think like that in my line of work. I might not be, but I have to think I am”, he admits, in the same interview. He describes himself as very competitive, very professional and hardworking. When interviewed





CR7
NUNCA USA
DE FALSA
MODÉSTIA:
“NA MINHA
CABEÇA
SOU O MELHOR.
NA MINHA
PROFISSÃO
TENHO DE
PENSAR ASSIM.”

CR7 never resorts to false modesty.
“In my mind, I’m the best. I have to think
like that in my line of work”

titivo, muito profissional e trabalhador. Em entrevista a Daniel Oliveira, no programa “Alta Definição”, revelou que acorda sempre motivado: “O dia em que me levantar da cama e disser que não tenho pachorra para treinar é o dia em que digo: arruma as botas e acaba a tua carreira. (...) Se não há motivação, se não há ambição, não vale a pena.”

Cristiano Ronaldo permanece bastante ligado à família e à ilha da Madeira, onde nasceu. Em Madrid vive perto da mãe e o Funchal dedica-lhe um museu que até tem uma estátua que lhe rende homenagem.

O mais novo de quatro irmãos, Cristiano nasceu na freguesia de Santo António, Funchal, a 5 de Fevereiro de 1985. O talento para o futebol levou-o a partir para Lisboa, para o Sporting, com apenas 12 anos. Admitiu várias vezes ter sido esta a fase mais dura da sua vida, mas acredita que a sua maior força “é a força mental” e que esta se deve, em parte, ao que passou naquela época.

by Daniel Oliveira on Alta Definição, he says he is always motivated: “The day I get out of bed and say I can’t be bothered to go train is the day I tell myself to hang up my boots and end my career. (...) If there is no motivation, no ambition, then it’s not worth it.”

Cristiano Ronaldo is still very connected to his family and to the Madeira island, where he was born. He has his mother close by in Madrid and he recently inaugurated a museum dedicated to CR7 in Funchal, where a statue stands in his honour.

The youngest of four brothers, Cristiano Ronaldo was born in Santo António, in Funchal, on February 5th, 1985. His talent soon led him to Lisbon, and he was playing for Sporting at the age of 12. He has admitted on several occasions that this was the most difficult phase in his life. He now believes that his biggest strength is psychological and that this is due, in part, to what he went through at that time.

ALEXANDRE HERCULANO
INTRODUZIU INOVAÇÕES
E PASSOU A PRODUIR
O MELHOR AZEITE
PORTUGUÊS, PREMIADO
INTERNACIONALMENTE

*ALEXANDRE HERCULANO
APPLIED THESE NEW
TECHNIQUES AND BEGAN TO
PRODUCE THE BEST OLIVE
OIL IN PORTUGAL, WINNING
INTERNATIONAL AWARDS*



SÉC. XIX
XIX CENTURY



A INOVAÇÃO
NO PROCESSO LEVA
A UM SALTO DE
QUALIDADE DO
AZEITE PORTUGUÊS

NEW PROCESSING
TECHNIQUES LEAD TO
A RISE IN QUALITY OF
PORTUGUESE OLIVE OIL





O AZEITE PORTUGUÊS NO MUNDO

THE PORTUGUESE OLIVE OIL IN THE WORLD

OS 10 PRINCIPAIS PRODUTORES MUNDIAIS DE AZEITE
THE TOP 10 WORLD OLIVE OIL PRODUCERS

OS PAÍSES SÃO AVALIADOS EM TERRITÓRIO E ECONOMIA,
COMO É O MUNDO COM O AZEITE NO CENTRO.

ESPAÑA
SPAIN

825,7
toneladas

ITÁLIA
ITALY

302,5
toneladas

GRÉCIA
GREECE

300
toneladas

TUNÍSIA
TUNISIA

260
toneladas

EXPORTAÇÕES
PORTUGUESAS
DE AZEITE
PORTUGUESE
EXPORTS OF
OLIVE OIL

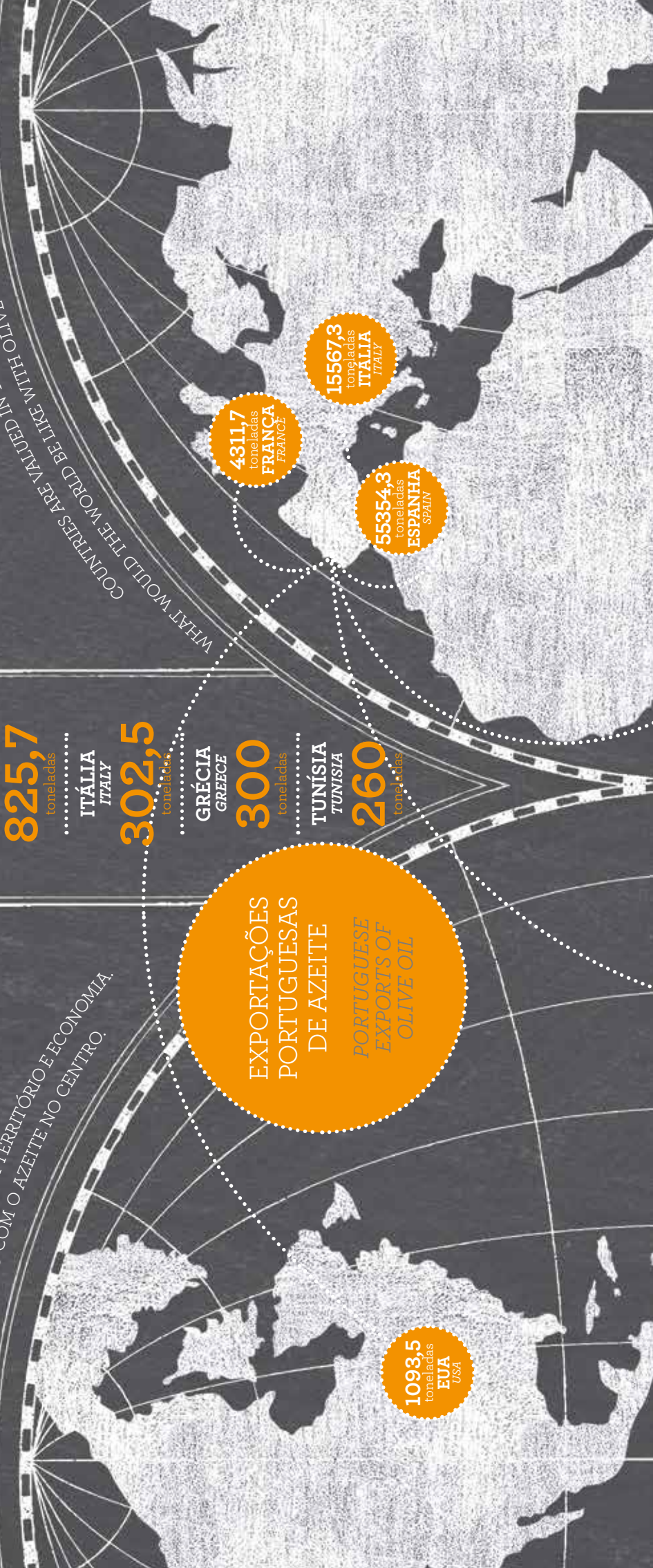
1093,5
toneladas
EUA
USA

4311,7
toneladas
FRANÇA
FRANCE

15567,3
toneladas
ITÁLIA
ITALY

55354,3
toneladas
ESPAÑA
SPAIN

COUNTRIES ARE VALUED IN TERMS OF LAND AND ECONOMY.
WHAT WOULD THE WORLD BE LIKE WITH OLIVE OIL AT THE CENTRE.



44818,7
toneladas
BRASIL
BRAZIL

5367,3
toneladas
ANGOLA
ANGOLA

TURQUIA
TURKEY

190
toneladas

MARROCOS
MOROCCO

110
toneladas

PORTUGAL
PORTUGAL

90
toneladas

SÍRIA
SYRIA

50
toneladas

ARGÉLIA
ALGERIA

44
toneladas

JORDÂNIA
JORDAN

35
toneladas

CONSUMO
DE AZEITE
PER CAPITA
NO MUNDO

PER CAPITA
CONSUMPTION
OF OLIVE OIL
AROUND
THE WORLD

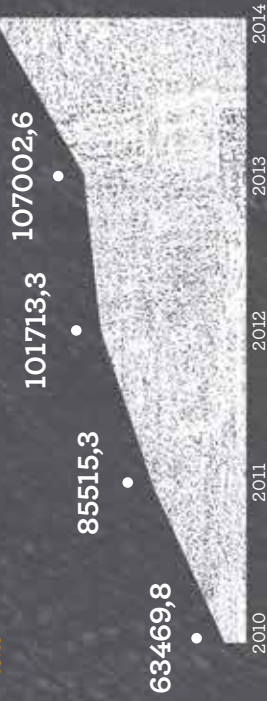
14,6 kg • **GRÉCIA** GREECE
11,2 kg • **ESPAÑA** SPAIN
8,7 kg • **ITÁLIA** ITALY
7,1 kg • **PORTUGAL** PORTUGAL
0,9 kg • **EUA** USA
0,4 kg • **JAPÃO** JAPAN
0,3 kg • **BRASIL** BRAZIL

112,4%

CRESCIMENTO
DAS EXPORTAÇÕES
NOS ÚLTIMOS 5 ANOS
EXPORT GROWTH
IN THE LAST 5 YEARS

EXPORTAÇÕES
DO AZEITE NACIONAL
toneladas

NATIONAL OLIVE
OIL EXPORTS
tons





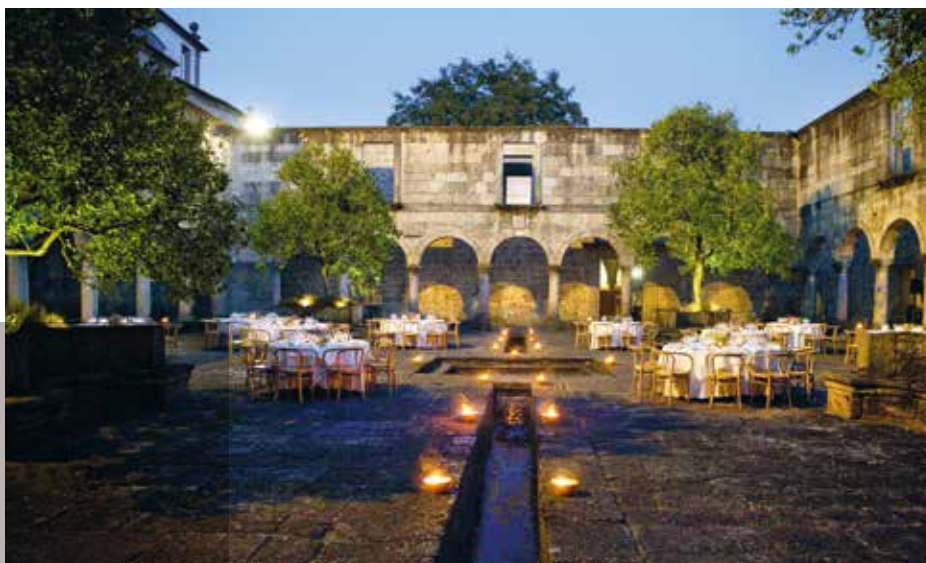
NAS POUSADAS
DE PORTUGAL A
IDEIA É DAR “UMA
EXPERIÊNCIA
GASTRONÓMICA
NO DIA-A-DIA E
NÃO APENAS ÀS
REFEIÇÕES”
*

AT THE POUSADAS
DE PORTUGAL THE
IDEA IS TO MAKE
CUISINE A “DAY-TO-
DAY EXPERIENCE,
NOT ONLY AT
MEALTIMES”.



UMA HISTÓRIA DE FAMÍLIA

A FAMILY STORY



TEXTO - TEXT **SUSANA MARVÃO** FOTOS - PHOTOS **EDUARDO RIBEIRO**

Miguel Velez administrador das Pousadas de Portugal tem duas preferidas: a do Crato e a de Amares, uma na região da mãe, outra na do pai. Não come manteiga mas não dispensa as torradas com... azeite.

Miguel Velez in charge of the Pousadas de Portugal has two favourites: Crato and Amares, one from his mother's region, the other from his father's. He doesn't eat butter but loves his toast with... olive oil.

Encontrámos Miguel Velez no hotel Pestana Palace, um dos mais icónicos palácios de Lisboa. ¶ Que foi construído no fim do século XIX por José Luís Constantino Dias, mais tarde Marquês de Valle Flor ¶ Difícil foi escolher onde fotografá-lo ¶ Cada sala é mais bonita que a anterior ¶

We met with Miguel Velez at the Pestana Palace hotel, one of the most iconic of Lisbon's palaces, built at the end of the XIX Century by José Luís Constantino Dias, later the Marquis of Valle Flor. ¶ Choosing a room in which to photograph him proved difficult. ¶ Each one is more beautiful than the one before ¶

Miguel Velez nasceu e cresceu no Porto. Diz que adora Lisboa e que o Cristo Rei - que vê todos os dias do escritório no Pestana Palace - é a vista perfeita, juntamente com o Tejo.

É essa vista, de outra perspectiva, a que os turistas têm acesso desde quando a pousada do Terreiro do Paço abriu as portas. O local, o antigo Ministério da Administração Interna, é privilegiado e uma forte aposta do grupo que investiu cerca de 10 milhões de euros nesta obra.

“Não havia nenhuma Pousada em Lisboa e a cidade tornou-se um destino turístico fortíssimo. Nós podemos atravessar o país todo e ficar sempre em Pousadas. Não quisemos excluir Lisboa até porque muita gente chega pela capital”, explica Miguel Velez.

POUSADAS, GASTRONOMIA E AZEITE

“Como as torradas sempre com azeite. Aliás, sou conhecido por ao almoço comer sempre uma sopa e uma torrada com azeite. Não como manteiga e há muitos anos que faço isso”, conta o administrador.


Born and raised in Oporto, Miguel Velez says he loves Lisbon, and that the statue of Cristo Rei overlooking the Tagus, which he sees every day from his office window, is the perfect view.

And that is precisely the view, from a different perspective, which tourists have access to when the Terreiro do Paço pousada opened for business. The location is a privilege, and this was a serious investment. The group spent 10 million Euros on the renovation.

“There were no pousadas in Lisbon and the city has become a very strong tourism destination. We can cross the country always staying at pousadas. We didn't want to leave Lisbon out, as it is a gateway for many arrivals”, Miguel Velez explains.

POUSADAS, CUISINE AND OLIVE OIL

“I always eat my toast with olive oil. And I am known for always eating a plate of soup and toast with olive oil for lunch. I don't eat butter and I've been doing this for years”, the administrator says.



“SOU CONHECIDO POR,
AO ALMOÇO, COMER SEMPRE
UMA SOPA E UMA TORRADA
COM AZEITE. HÁ ANOS QUE
FAÇO ISSO” **“I AM KNOWN FOR
ALWAYS EATING A PLATE OF SOUP
AND TOAST WITH OLIVE OIL FOR
LUNCH. I’VE BEEN DOING THIS
FOR YEARS.”**



MARVÃO

NAS REDONDEZAS DESTE HOTEL DE CHARME, PODE DESFRUTAR DE ACTIVIDADES COMO PESCA, CAÇA E PASSEIOS PEDESTRES

*

ON THE OUTSKIRTS OF THIS CHARMING HOTEL YOU CAN ENJOY ACTIVITIES LIKE FISHING, HUNTING AND HIKING

ÉVORA

OS DIAS QUE PASSAR AQUI VÃO FAZER PARTE DA SUA HISTÓRIA PESSOAL

*

THE DAYS YOU SPEND HERE WILL BE PART OF YOUR PERSONAL HISTORY



A DIFERENCIAÇÃO

Historic Hotel: é o ADN das pousadas e do qual fazem parte todas as que ficam em edifícios históricos, mosteiros, palácios ou, como a da Serra da Estrela, sanatórios. **Charming Hotel:** onde se incluem as pousadas cujos edifícios podem não ser históricos mas estão em localizações espectaculares, como a Pousada da Ria de Aveiro ou a de Sagres. **Monument Hotel:** oferece a experiência inteira, quer de localização, quer de edifício com história, e equivale a um hotel de cinco estrelas. 16 das 35 pousadas recebem animais de estimação.

THE DIFFERENTIATION

Historic Hotel: this is the DNA of the pousadas, which includes all the ones located in historic buildings, monasteries, palaces or, as in the case of the Serra da Estrela, sanatoria. **Charming Hotel:** which includes the pousadas whose buildings cannot be considered historic, but are located in spectacular surroundings, such as the Ria de Aveiro Pousada, or the one in Sagres. **Monument Hotel:** offers a full experience, both in terms of location and historic building and are equivalent to five star hotels. 16 of the 35 Pousadas take in pets.

Nas 27 Pousadas de Portugal que são geridas pelo grupo Pestana (as restantes oito funcionam como *franchisings*), também é possível comer torradas com azeite ao pequeno-almoço: “Temos azeite como substituto da manteiga, para quem preferir, claro. E em todas as mesas, nos seus *couverts*, há sempre um pratinho de azeite”, garante.

A gastronomia tradicional portuguesa é uma aposta forte do grupo. Neste momento todos os restaurantes das pousadas têm menus de degustação de petiscos típicos de cada região, consoante a localidade onde estão inseridas. Além disso, já está implementado o famoso chá das cinco, acompanhado por doces típicos portugueses, conventuais e não só.

Para que a experiência seja inesquecível, “quando o turista chega é recebido com um pequeno cabaz de biscoitos, todos feitos nas próprias unidades e que têm saído loucamente, estão sempre esgotados”. A ideia é dar “uma experiência gastronómica no dia-a-dia e não apenas às refeições.”

As pousadas organizam uma espécie de pequenos festivais gastronómicos no Minho onde se provam pratos do Algarve e vice-versa. Os restaurantes estão abertos a todos, hóspedes ou não, seja para as refeições ou para o chá das cinco.

UM AMOR DE AZEITE

“Quando eu era miúdo, não se fazia nada que não levasse óleo. Quando estava no 11.º ano do liceu mudei a meio do ano para um colégio privado e almoçava lá várias vezes e as batatas sabiam-me diferentes, tal como o ovo estrelado, e eu gostava imenso daquilo. Como tinha confiança com a senhora da cantina, perguntei-lhe porque é que as batatas sabiam diferente: eram fritas com azeite.” Foi assim que se apaixonou por este produto, que considera uma das melhores coisas que Portugal oferece, a par da gastronomia e da forma como gostamos de receber pessoas.

At the 27 Pousadas de Portugal which are run by the Pestana group (the remaining eight are franchises), it is also possible to get toast with olive oil for breakfast: “We have olive oil as a substitute for butter, for those who prefer it, of course. And there is always a small plate of olive oil on the table, with the appetizers”, he assures us.

Traditional Portuguese cuisine is one of the group’s strong points. Currently all the pousadas’ restaurants have a degustation menu of traditional regional appetizers, which vary from hotel to hotel. Five o’clock tea has also become a mainstay, accompanied by traditional pastries.

To make the experience unforgettable, “when the guest arrives he is greeted with a small basket of biscuits, all homemade, and which have been a tremendous success, they are always selling out”. The idea is to make cuisine a “day-to-day experience, not only at mealtimes”.

The Pousadas organize food festivals, so that in the Minho you can try typical Algarve dishes, and vice-versa. The restaurants are open to everyone, guest or not, both for meals and five o’clock tea.

OLIVE OIL LOVE

“When I was a kid, nothing was cooked without it. When I was in 11th grade I changed midyear to a private school and I often had lunch there and I noticed that the chips tasted different, as did the eggs, and I really liked them. Since I was on good terms with the kitchen lady, I asked her what the secret was: they were fried in olive oil.” That was the beginning of a love story with this product which he considers to be one of the best things Portugal offers, along with the cuisine and the way we like to welcome people.

Not wanting to rub anybody the wrong way, he does say that the Douro olive oil is his favorite, but admits that it is for “purely sentimental reasons”, since he grew up with olive oil produced in the North.

Sem querer melindrar ninguém aponta o azeite do Douro como seu preferido, mas reconhece que é “uma questão puramente sentimental”, já que foi com o azeite feito no Norte que cresceu.

Quando trocou o Porto por Lisboa, há cerca de um ano, não trouxe só a mulher, o filho e o cão. Também veio uma caixa com garrafas azeite do Douro, bem acomodada no porta-bagagens.

Outro dos seus vícios, e que já passou para o filho de quatro anos, são as azeitonas. “Tenho sempre azeitonas em casa mas prefiro as do Alentejo. O meu pai é alentejano, por isso posso dizer isto!”

Era um miúdo quando começou a comer azeitonas e gosta de todas, pretas, castanhas, verdes, não importa. “A minha bisavó era alentejana, de Portalegre, e sempre que íamos lá eu aproveitava para comer muitas azeitonas. Quando voltávamos, ela dava-me um pote cheio delas. Hoje sou eu que tenho de dizer ao meu filho para comer menos senão, quando damos por ele, já comeu umas dez de seguida.”

A EXPERIÊNCIA POUSADA DE PORTUGAL

Ficar numa das 35 Pousadas de Portugal não é o mesmo que dormir numa outra unidade hoteleira, por muitas estrelas que tenha.

Aqui o conforto alia-se à história e cultura do país, já que alguns dos edifícios têm mais de mil anos: “Queremos que quem vai a uma pousada viva a história de Portugal. Começa logo no *check in*, onde lhe é contada uma história, lenda ou curiosidade relacionada com o edifício ou região que está a visitar. No *check out* contam-lhe outra. E encontra no quarto um papel com essas e outras histórias. Até as ementas dos nossos restaurantes contam as histórias dos pratos, sempre tradicionais portugueses”, refere.

Diz que é difícil e injusto escolher uma pousada preferida, mas destaca a do Crato e a de Amares como duas pousadas “excepcionais”. “O meu pai é do Alentejo, eu gosto muito do Alentejo, a minha mãe é do Minho, e eu também gosto muito do Minho.”

When he traded Oporto for Lisbon, six months ago, he didn't only bring his wife, son and dog. He also brought a box with bottles of Douro olive oil, safely tucked away in the trunk of the car. Another of his vices, which he has already passed on to his four year old son, is olives. “I always have olives at home, but I prefer the Alentejo ones. My father was from there, so I can say these things!”

He was just a kid when he started eating olives and he likes all kinds: black, brown, green, it doesn't matter. “My great-grandmother was from the Alentejo, from Portalegre, and whenever we went there I would eat as many olives as I could. When we left she would give me a jar full of them. Nowadays I have to tell my son to let off, or before we realize it he'll have eaten ten of them in a row.”

THE POUSADA DE PORTUGAL EXPERIENCE

Staying at one of the 35 Pousadas de Portugal is unlike any other hotel experience, regardless of how many stars it has.

Here, comfort meets history and culture. Some of the buildings are over a thousand years old: “When somebody walks into a pousada we want them to experience the history of Portugal. It starts with check-in, where they are told a story, legend or curiosity about the building or the region they are visiting, and when checking out they are told another. At night, in the bedroom, they will find a sheet with those stories and others. Even our menus include explanations of the dishes, which are always traditional Portuguese cuisine”, says the administrator.

He finds it difficult and unfair to choose a favorite pousada, but mentions the Crato and Amares as two “exceptional” ones. “My father is from the Alentejo, and I love the Alentejo very much, and my mother is from the Minho, which I also love very much”.



A HISTÓRIA DAS POUSADAS

Nasceram em 1942, ideia do governo de Salazar, como forma de dinamizar o interior do país que já sofria com o despovoamento. A ideia era ter alojamentos de qualidade fora dos grandes centros. Começaram por ser unidades pequenas, com apenas nove quartos, e de gestão familiar. Com o passar do tempo o número de quartos foi aumentando e em 1992 o grupo Pestana ganhou a concessão. Hoje as pousadas têm cerca de 90 quartos, “o mínimo para ser um negócio sustentável sem perder o carácter familiar”.

THE HISTORY OF THE POUSADAS

A brainchild of Salazar’s regime, they were founded in 1942, as a way to bring dynamism the interior of the country, which was already taking the toll of depopulation. The idea was to have quality boarding outside of the big cities. They started off as small units, just nine rooms, and run as family businesses. As time went by, the number of rooms increased and, in 1992, the Pestana group won the concession. Currently, the pousadas have around 90 rooms, “the minimum to make it a profitable business, without losing the family touch”.

GERÊS

NA POUSADA DE AMARES, EM PLENO GERÊS, A EXPERIÊNCIA É PARECIDA COM A DE UM HOTEL DE CINCO ESTRELAS (PERTENCE À TIPOLOGIA MONUMENT HOTEL). ERA UM MOSTEIRO, CONSTRUÍDO NO SÉCULO XII MAS O ARQUITECTO EDUARDO SOUTO MOURA TRANSFORMOU-O NUMA DAS MAIS ESPECTACULARES POUSADAS DE PORTUGAL.

*

A STAY IN THE AMARES POUSADA, IN THE GERÊS REGION, IS LIKE THE EXPERIENCE OF A FIVE STAR HOTEL (THIS IS A MONUMENT HOTEL). IT USED TO BE A XII CENTURY MONASTERY, BUT RENOWNED ARCHITECT EDUARDO SOUTO MOURA TURNED IT INTO ONE OF THE MOST SPECTACULAR POUSADAS IN THE COUNTRY.



VIRGEM, BIOLÓGICO,
VIRGEM EXTRA OU
AROMATIZADO, OS
AZEITES PORTUGUESES
ENCANTAM OS PALADARES
E ESTÃO ENTRE O MELHOR
DE PORTUGAL

*VIRGIN, BIOLOGICAL, EXTRA
VIRGIN OR FLAVOURED,
PORTUGUESE OLIVE OILS
ARE A DELIGHT ON THE
PALATE AND ARE AMONG
THE BEST PORTUGAL
HAS TO OFFER*

SÉC. XXI
XXI CENTURY





O AZEITE
CONTINUA
A SER UMA
DAS RIQUEZAS
DE PORTUGAL

OLIVE OIL CONTINUES
TO BE ONE OF
PORTUGAL'S RICHES





FELICIDADE É TER
A MINHA HORTA
E COZINHAR PARA
QUEM GOSTO



**"HAPPINESS IS HAVING MY OWN KITCHEN GARDEN
AND COOKING FOR MY FRIENDS"**

Aos 15 anos Leonardo de Sousa Pereira já andava entre os tachos, em Santa Maria da Feira. Queria ser chef. Aos 19, fez-se ao mundo. E que mundo. Basta dizer que esteve quatro anos e meio na equipa do Noma, na Noruega. Sim, o Noma, aquele que é considerado o melhor restaurante do mundo.

At 15 he was already working among the pots and pans, in Santa Maria da Feira. He dreamed of being a chef. At 19 he made his way into the world. Suffice it to say he was, for four and a half years, on the staff of Noma, which is run by René Redzepi and known as the best restaurant in the world.

TEXTO - TEXT **SUSANA MARVÃO** FOTOS - PHOTOS **ARTUR**



*

DEPOIS DE UMA
EXPERIÊNCIA
INTERNACIONAL
DE DEZ ANOS, LEONARDO
PEREIRA VOLTA A
PORTUGAL COMO CHEF.

TEN YEARS AFTER HIS
FIRST INTERNATIONAL
EXPERIENCE, LEONARDO
IS BACK IN PORTUGAL
AS A CHEF.

Leonardo é actualmente o *chef* no Hotel Areias do Seixo, em Santa Cruz, cuja proposta se insere no mais novo conceito de luxo da hotelaria e do turismo mundial. ¶ Sentir é a palavra de ordem neste eco-techno-hippie-chic house hotel. ¶ E Leonardo está aqui como em casa. ¶ Para ele a felicidade é ter uma horta e cozinhar para quem gosta. ¶ Acha que um *chef* se define muito não só pelo que cozinha mas para quem cozinha e acredita que em vez de sangue, devia ser azeite a correr-nos nas veias. ¶ Acompanhe a nossa conversa. ¶

Leonardo is currently head chef at the Hotel Areias do Seixo, in Santa Cruz, which offers the newest international concept in luxury hotels and tourism. ¶ Feeling is the key word in this eco-techno-hippie-chic house hotel. ¶ And Leonardo feels right at home. ¶ For him happiness has more to do with having a kitchen garden and cooking for people he appreciates. ¶ He believes that a chef is defined not only by what he cooks but also by who he cooks for and that instead of blood we should have olive oil running through our veins. ¶ Join our conversation. ¶





*

SENTIR É A PALAVRA
DE ORDEM NESTE
ECO-TECHNO-HIPPIE-CHIC
HOUSE HOTEL.

FEELING IS THE KEY
WORD IN THIS ECO-
-TECHNO-HIPPIE-CHIC
HOUSE HOTEL.

P – Optar por uma carreira no mundo da cozinha foi uma opção consciente ou acabou por ser algo que foi tomando forma? **R** – Foi consciente e ao encontro de uma certa tradição familiar. Não no sentido de estarmos ligados à restauração ou hotelaria, mas porque sempre tivemos uma componente muito forte de comer. No sentido de comer bem e não um pouco ao que está ligado à cultura portuguesa, que é, ou era, o comer muito. Ou seja, basicamente foi uma opção consciente de carreira apesar de muito influenciada pela minha infância, pela minha educação.

P – Estudou na Escola de Hotelaria e Turismo de Santa Maria da Feira, de onde é natural, e depois aventurou-se pelo mundo. É “obrigatório” ir para fora para ganhar experiência? **R** – Obrigatório não será, obviamente, mas admito que a abertura de horizontes que o ir para fora proporciona é inquestionável. Não só estarmos expostos a novas culturas mas a diferentes éticas de trabalho, o que é muito importante. Admito que, pessoalmente, optei por ir para fora porque na altura me sentia constrangido, frustrado. Era novo, não conhecia muita coisa e queria sair. Não para ganhar dinheiro, não era esse o objetivo, mas para literalmente ficar a conhecer um novo mundo. A família da minha mãe é de emigrantes, em Paris, nada de empregos charmosos, como de resto toda aquela geração. Mas isso deu-me oportunidade de viver uns meses na capital francesa com a minha mãe e avó e ter contacto com outra realidade. Mais tarde, foi precisamente isso que procurei.

Q – Did you consciously choose to have a career in cooking, or was it just something that happened?

A – It was a conscious decision, and has to do with a certain family tradition. Not that we are all connected to the hotel and restaurant business, but because eating has always been a very strong part of who we are. In the sense of eating well, not so much eating plenty, which has more to do with the Portuguese tradition. So basically, it was a conscious choice, though heavily influenced by my childhood and my upbringing.

Q – You studied at the Hotel and Tourism School of Santa Maria da Feira, where you were born, and then made your way out into the world. How did this international experience come about? Is it a necessary step in order to gain experience? **A** – It’s not mandatory, obviously, but there is no question about how much an international experience can widen one’s horizons. It’s not only about being exposed to new cultures, but also a different work ethic, which is very important. I’ll admit that personally I chose to go abroad because at the time I was feeling penned in, frustrated. I was young, didn’t know much and wanted to leave. Not to make money, that wasn’t the point, but literally to get to know a new world. My mother’s family are emigrants, in Paris, no charming jobs there, much like the rest of that generation. But that gave me the opportunity to live in the capital of France for a few months with my mother and grandmother and get to know a different reality. Later that is exactly what I went looking for.

P – Qual foi o primeiro país para onde foi? Era muito novo, não era? **R** – Sim, tinha uns 18 anos. Achei por ir para a Irlanda. O que eu queria mesmo era ir fazer outra formação, desta vez no conceituado instituto Paul Bocuse, em Lyon. Mas tinha um pequeno problema: não tinha dinheiro, e o curso é mesmo muito caro. Na Irlanda ofereceram-me um salário aceitável que me permitia conseguir juntar dinheiro pelo menos para o primeiro ano do curso em Lyon. A partir daí, pensei eu, havia de me desenrascar. Aceitei trabalhar num restaurante italiano, onde estive cerca de ano e meio porque, além de conseguir poupar, estava a aprender, que era o meu principal objectivo. Depois fui para Dublin, para um restaurante que não existia há muito tempo mas tinha muita ambição, que era exactamente o que eu procurava. Queriam ser os melhores. E conseguiram. Trabalhei

*

“NO NOMA, DEVO TER DEIXADO BOA IMPRESSÃO PORQUE, PASSADO UM ANO, ENVIEI UM E-MAIL E ACABEI POR IR TRABALHAR PARA LÁ.”

“AT NOMA, I MUST HAVE LEFT A GOOD IMPRESSION, BECAUSE A YEAR LATER I EMAILED THEM AND ENDED UP TAKING A JOB THERE.”

Q – What was the first country you went to? You were young, weren't you? **A** – Yes, I was around 18. I ended up going to Ireland. What I really wanted to do was to go and study some more, at the famous Paul Bocuse institute, in Lyon. But there was a small problem: I didn't have the money and the course is really very expensive. In Ireland I was offered a good salary, which would allow me to save some money, at least to get me through the first year in Lyon. From then on, I thought, I'd make it somehow. I took a job at an Italian restaurant and I ended up staying for about a year and a half, since besides saving money it was learning experience, which was my main objective.

After that I went to Dublin, to a restaurant which was recent, but had a lot of ambition, which is exactly what I was looking for. They wanted to be the best, and they succeeded. I worked really hard,





*

“[EM PORTUGAL]
TEMOS UMA GAMA
DE PRODUTOS
ARTESANAIS
QUE NÃO EXISTE
NOUTROS LADOS.”

“WE HAVE A
RANGE OF LOCAL
PRODUCTS THAT
CAN'T BE FOUND
ANYWHERE ELSE.”

muitíssimo, era muito duro. Chegávamos a trabalhar 19 a 20 horas por dia... Já estive noutros grandes restaurantes mas a grande aprendizagem foi aqui, em dias com as tais 19 horas de trabalho.

P – Recentemente fez parte da equipa do Noma, do célebre Rene Redzepi, e que é, “somente”, o melhor restaurante do mundo... Como surgiu esta oportunidade? **R** – Há uma prática muito comum no mundo da restauração que é fazer estágios profissionais. Passado um ano e meio de estar em Dublin, comecei a procurar novos restaurantes e a seleccionar alguns onde gostasse mesmo de fazer um estágio. Durante um ano apenas estagiei em quatro restaurantes. O primeiro deles foi o Noma, no qual devo ter deixado boa impressão porque passado um ano enviei um *e-mail* e acabei por ir trabalhar para lá.

P – Onde esteve quatro anos e meio, certo? Qual o projecto que o trouxe? **R** – Abracei um projecto de um hotel, em Torres Vedras, como *chef* de cozinha.

and it was very tough. Sometimes we worked up to 19 or 20 hour long days... I’ve been in other restaurants, but this is where I learned the most, with those 19 hour days.

Q – Recently you were on the staff at Noma, run by the famous René Redzepi, which is “only” the best restaurant in the world... How did this opportunity arise? **A** – Internships are a common practice in the restaurant world. A year and a half after arriving in Dublin, I started looking for new restaurants and choosing some where I might like to do an internship. For about a year I was just an intern, in four different restaurants. The first was Noma, where I must have left a good impression, because a year later I emailed them and ended up taking a job there.

Q – And you were there for four and a half years, right? What do you have up your sleeve? **A** – I am going to take up a project in a hotel in Torres Vedras, as head chef. It’s called Areias do Seixo, in Santa



*

“O AREIAS DO SEIXO, EM SANTA CRUZ, É UM PROJECTO MUITO LIGADO À SUSTENTABILIDADE À ECOLOGIA.”

“AREIAS DO SEIXO, IN SANTA CRUZ, HAS A LOT TO DO WITH SUSTAINABILITY AND ECO-FRIENDLINESS.”



Chama-se Areias do Seixo, em Santa Cruz, e é um projecto muito ligado à sustentabilidade e à ecologia. Vai trabalhar muito com recursos locais, que é o que me dá prazer.

P – Mas estava a pensar voltar para Portugal?

R – Não estava. Mas a ideia começou a surgir há mais de um ano. Aliás, deixe-me dizer-lhe que nestes últimos 10 anos nunca imaginei voltar a Portugal, simplesmente não imaginava. Mas depois comecei a ver muitos colegas e amigos com quem trabalhei na cozinha como *chef* de secção a saírem e a abrirem os seus próprios projectos. Isso acabou por me incentivar a fazer o mesmo. O voltar a Portugal acaba por ser “contra-natura” dada a situação económica em que nos encontramos. Mas eu encaro com muita naturalidade porque temos ingredientes impossíveis de encontrar noutro lado. Admito que o coração também “fala” e tinha saudades de pegar num limão de “verdade”. Ou trabalhar com o nosso azeite. Trabalhar o peixe que se encontra na nossa costa. Foram precisamente estas ideias que me começaram a cativar e a fazer pensar no regresso.

P – Já estive no melhor restaurante do mundo. Está na altura de abraçar um projecto próprio? Há muito mais além do estatuto a partir de determinada altura, não há? **R** – Claramente. Há e haverá sempre a paixão pela cozinha, pelos ingredientes.

Cruz, and it's has a lot to do with sustainability and eco-friendliness. We're going to be working a lot with local resources, which is something that I love.

Q – But were you thinking of returning? **A** – I actually wasn't, but the idea came to me about a year ago. I can actually say that in the last 10 years I never even imagined returning to Portugal, I just didn't. But then I started seeing lots of friends who I had worked with as section chef heading out and starting their own projects. So that coaxed me into doing the same. Coming back to Portugal ended up being rather counter intuitive, because of the economic situation we are in. But I take it all in stride because we have ingredients which are impossible to find elsewhere. I'll admit that the heart also speaks and I missed using a “real” lemon, or working with our olive oil. The fish from our seas. These were the ideas that were going through my head and which made me think of coming back.

Q – You have worked in the best restaurant in the world. Is it time to start your own business? There is more to life than status at some point, isn't there?

A – Of course. There is, and always will be, a passion for cooking, for ingredients. What do you like to cook? That has a lot to do with our choices. In order to have your own project you need the financial means and I don't think my career has reached that point yet.



Depois fui para Dublin, para um restaurante que não existia há muito tempo mas tinha muita ambição (...). ¶ Chegávamos a trabalhar 19 a 20 horas por dia... ¶ Já estive noutros grandes restaurantes, mas a grande aprendizagem foi aqui, em dias com as tais 19 horas de trabalho. ¶

I went to Dublin, to a restaurant which was recent, but had a lot of ambition(...). ¶ Sometimes we worked up to 19 or 20 hour long days. ¶ I've been in other restaurants, but this is where I learned the most, with those 19 hour days. ¶



*

“O CORAÇÃO
TAMBÉM ‘FALA’ E
TINHA SAUDADES DE
PEGAR NUM LIMÃO
DE ‘VERDADE’. OU
TRABALHAR COM O
NOSSO AZEITE.”

“THE HEART ALSO
SPEAKS AND I MISSED
USING A ‘REAL’ LEMON,
OR WORKING WITH
OUR OLIVE OIL.”

O que gostas de cozinhar? Isso tem um peso imenso nas nossas opções. Para um projecto próprio é preciso ter meios financeiros e a minha carreira ainda não está nessa fase. Se algum dia isso surgir nunca será nada de grandioso. Para mim, o conforto e a simplicidade são elementos valiosos. O conceito de “tasca”, quando bem feito, é fantástico. Simplesmente fantástico, algo desprezioso. Não sei... para mim, felicidade é ter a minha horta e cozinhar para quem gosto.

P – E este projecto do Areias do Seixo já lhe permite isso? **R** – Um bocadinho pois temos uma pequena horta onde já posso colocar as mãos na terra.

P – Aos 15 anos decidiu ser *chef*. O mundo era diferente na altura. Mesmo que só tenham passado dez anos, como vê fenómenos como o “Masterchef”? Cozinhar está na moda... **R** – Está, muitíssimo. Vamos ver até que ponto não é contraproducente. Porque hoje existe muito o tema do *chef* celebridade e de todo um culto *pop* à sua volta. Claro que traz benefícios fantásticos para muitos cozinheiros. Hoje, é mais

And if it ever does, it will never be anything too fancy. For me, comfort and simplicity are valuable elements. The concept of an “inn”, when done properly, is fantastic, just fantastic, and unpretentious. I don’t know... for me, happiness is having a kitchen garden and cooking for my friends.

Q – And does this project in Areias do Seixo let you do that? **A** – To an extent, as we have a small garden and I can get my hands dirty.

Q – At 15 you decided to be a chef. The world was different, then. Even though only 10 years have passed, how do you see phenomena like Masterchef? Cooking has become fashionable... **A** – It has. Very much so. We’ll see up to what point it doesn’t become counterproductive. Because today we have the whole idea of the celebrity chef, and all the pop culture which surrounds it. Of course this has been great for many cooks. Today it is so much easier for a professional who has reached a certain level to set up a restaurant and cook what he likes. But it can be

fácil para um profissional com um certo nível fazer a cozinha que quer. Mas pode ser negativo, devido à banalização do conceito pop. Acho que este endeuamento dos *chefs* pode dar uma ideia errada. Aliás, já se começa a ver lá fora. Cá em Portugal ainda não.

P – Ainda estamos “protegidos” dessa onda de vedetismo? **R** – Quero acreditar que sim. Temos muitas vantagens em ser um país pequeno e mais conservador. Temos uma gama de produtos artesanais que não existe noutros lados, mas nos grandes restaurantes do país ainda estão dissimulados, ainda há uma tendência muito clássica, como a francesa. Eu acho que quanto mais pessoas lutarem e pedirem o produto português, fazendo a ponte entre o tradicional e moderno, mais potencial teremos para sermos uma referência gastronómica internacional.

P – Que importância tem o azeite na sua cozinha?

R – Simplesmente não passo sem azeite. Por exemplo, no Noma só usamos produtos nórdicos por isso não existia azeite. Mas nós tínhamos um *brainstorming* muito giro entre o *staff* da cozinha: aos sábados eramos nós que tínhamos de fazer os nossos próprios pratos. Não era para colocar no menu, mas para incentivar cada um a encontrar o seu caminho. E confesso que apesar de não poder utilizar produtos que não fossem nórdicos, colocava sempre um bocadinho de azeite... Aliás, costumo dizer que nos devia correr azeite nas veias, não sangue.

P – O que define um *chef*? **R** – Difícil... Mas um *chef* define-se muito não só pelo que cozinha mas para quem cozinha. Infelizmente ainda se cozinha muito para os estratos mais altos da população, para quem tem mais poder económico. Gostava de encontrar na minha carreira alguém, já com perfil e nome, que não cozinhasse só para esse nicho. Para quem se cozinha é muito importante. Mas claro que tem de haver interesse por parte da população. É complicado conjugar os dois mundos. Tem de haver uma abertura por parte dos *chefs* para se arrisarem neste mercado com propostas interessantes, divertidas e sustentáveis e, por outro lado, uma nova geração que tenha um interesse genuíno por cozinha.

negative in the way it trivializes the pop cooking culture. I think in a way this glorification of chefs can give the wrong idea... This is something you can see abroad... Not so much in Portugal for now.

Q – Do you think we are still “protected” from this kind of glorification? **A** – I want to believe so. There are a lot of advantages in being a smaller, and in many things a more conservative country. We have a range of local products that can’t be found anywhere else. And I think that in the big restaurants in Portugal these ingredients are still hidden, in a way. There is still a tendency for classical cooking, French style. I think that the more people fight for and demand Portuguese products cooked to a modern style, which acts as a bridge connecting us to the traditional, we have the potential to become a reference in international cuisine.

Q – How important is olive oil in your kitchen?

A – I simply can’t do without it. For example, in Noma we only used Nordic products, so there was no Olive oil, it simply didn’t exist. But we had a fun brainstorming among the staff. On Saturdays we had to cook our own dishes. Not to go on the menu, it was a way of encouraging each of us to find our way. And I’ll admit that even though I was supposed to only use Nordic ingredients, I’d always add a little olive oil to mine. As I often say, we should have olive oil running through our veins, rather than blood.

Q – What would you say defines a chef?

A – That’s a hard one... But a chef is defined as much by what he cooks as by who he cooks for. Unfortunately, we still cook very much for the upper classes, for those who have more money. I’d like to meet somebody who, having made a name and carved out a place for himself, cooked outside of this niche. Who you cook for is very important. But of course the people have to be interested. It’s hard to blend the two worlds. There has to be an openness on the part of the chefs to go out on a limb with interesting, fun and sustainable proposals, and on the other hand, we need a new generation with a genuine interest in cooking.



HALÓFITAS
São plantas que estão adaptadas a viverem no mar ou próximo dele. São tolerantes à salinidade e absorvem, por exemplo, o cloreto de sódio em quantidades elevadas.

HALOPHYTE
Are plants that are adapted to live in the sea or close to it. They are tolerant to salinity and absorb sodium chloride, for example at high rates.



OSTRA COM PEPINO E ERVAS HALÓFITAS

OYSTER WITH CUCUMBER AND HALOPHYTE HERBS

4 PESSOAS SERVES 4 - 45 MIN (PREPARAÇÃO) 45 MIN (METHOD) - DIFICULDADE FÁCIL EASY DIFFICULTY

- ~ Algas BIO (pode ser Kombu)
- ~ Azeite virgem extra a gosto
- ~ 1 pepino
- ~ 1 rabanete
- ~ Salsa ou, se encontrar, use uma erva halófila

- ~ Dried Seaweed (Kombu suits perfectly)
- ~ Extra virgin olive oil
- ~ 1 cucumber
- ~ 1 fresh raddish
- ~ Parsley or, if you manage to find some, go for a halophyte herb

Compre algas secas na sua loja BIO (a alga Kombu serve perfeitamente) e triture com uma varinha mágica juntando-lhe a mesma proporção de azeite extra virgem. Triture até ficar com a consistência de uma pasta). Corte um pepino em cubos pequenos ou simplesmente passe no ralador. Rale um rabanete fresco no ralador mais fino. Abra a sua ostra e tempere com os três elementos a seu gosto se preferir, inclua uma erva. A minha é uma erva halófila (que gosta de sal Atriplex Halimus) mas qualquer uma serve, até mesmo salsa!

Buy some dried seaweed from your local BIO shop (Kombu will work just fine) and blend it with an equal measure of extra virgin olive oil, until the mix reaches a pasty consistency. Dice or grate a cucumber. Finely grate some fresh radish. Open the oyster and season it with these three elements, to taste. If you like, add some herbs, my favorite is halophyte (which goes well with Atriplex Halimus salt), but even parsley will do!



SENSIBILIDADE

Talvez a melhor maneira de escolher as hortaliças seja ir à horta ou ao mercado e apreciar a cor, o viço e o aroma daquelas que estiverem disponíveis.

SENSITIVITY

Perhaps the best way to choose your vegetables is to go to the garden or to the market and enjoy the color, the freshness and the aroma of those that are available



ALCATRA E MOLEJA DE VITELA COM CANTARELOS

VEAL SWEETBREADS AND RUMP WITH CHANTERELLES

4 PESSOAS 🍴🍴🍴🍴 SERVES 4 - 1 H (PREPARAÇÃO) ⌚ 1 H (METHOD) - DIFICULDADE FÁCIL 🍷🍷 EASY DIFFICULTY

- ~ 1 molho de cantarelos frescos
- ~ Azeite a gosto
- ~ Cebola
- ~ Tomilho
- ~ Vinho branco
- ~ Moleja e alcatra de vitela
- ~ Cogumelos e hortaliças
- ~ Sal, louro, alho e segurelha

- ~ 1 bunch of fresh chanterelles
- ~ Olive oil
- ~ Onions
- ~ Thyme
- ~ White wine
- ~ Veal sweetbreads and rump
- ~ Mushrooms and greens
- ~ Salt, bay leaves and winter savory

No azeite quente, refogue os cantarelos com cebola picada e tomilho até ficar com a consistência de uma compota grossa. Regue com vinho branco e tempere com sal. Passe a moleja por sal e frite até ficar com um aspecto amarelo dourado. Noutra frigideira frite a alcatra juntamente com alguns aromáticos como alho, louro e segurelha. Apanhe hortaliças na sua horta ou vá ao seu mercado mais próximo e compre acelgas, nabos, couves, enfim o que lhe apetecer. Não os cozinhe demasiado para não perderem os nutrientes e sabor. Acompanhe as carnes com uma porção generosa de cogumelos e hortaliças que irão ajudar a digestão.

Braise the chanterelles with olive oil, onion and thyme until you have a thick jam-like consistency. Add some white wine and season with salt. Fry the salted veal sweetbreads until they turn a golden-yellow colour. In another pan fry the rump along with some aromatic herbs such as garlic, bay leaves and winter savory. Pick some greens from your herb garden or buy some chards, turnips, cabbages, or whatever else suits your fancy from your local market. Be sure not to overcook them so they don't lose their nutrients and their flavour. Serve with a generous portion of mushrooms and greens, which will help with digestion.



SABOREAR AS FLORES

As flores comestíveis devem ser compradas em lojas especializadas, cultivadas sem pesticidas ou outros químicos.

TASTING FLOWERS

Not all flowers are edible. Always buy them in specialized shops, making sure they were grown without pesticides or other chemicals.



SORVETE DE TORANJA ROSA COM ABÓBORA E CAPUCHINHAS

PINK GRAPEFRUIT SORBET WITH PUMPKIN AND INDIAN CRESS

4 PESSOAS 🍴🍴🍴🍴 SERVES 4 - 2 H (PREPARAÇÃO) ⌚ 2 H (METHOD) - DIFICULDADE MÉDIA 🍷🍷 MEDIUM DIFFICULTY

- ~ 50 g de açúcar
- ~ 950 ml de água
- ~ 350 g de abóbora menina
- ~ Erva-príncipe (citronella)
- ~ Sorvete de toranja (ou outro que não seja muito doce)
- ~ Flores de capuchinha (ou outras comestíveis e cor de abóbora)

- ~ 50 g of sugar
- ~ 950 ml of water
- ~ 350 g of pumpkin cut in pieces
- ~ Lemon grass (citronella)
- ~ Pink grapefruit sorbet, (or another one, but not too sweet)
- ~ Indian Cress flowers (or others, edible and with the colour of the pumpkin)

Em lume brando, cozinhe a abóbora na calda de açúcar até aparentar estar muito tenra. Retire do lume e aromatize com muita erva-príncipe esmagada. Tape com película aderente e deixe infundar à temperatura ambiente durante algumas horas. Se tiver máquina de gelados experimente fazer o seu sorvete de toranja rosa, se não tiver compre um sorvete que seja não muito doce. Faça a sua tigela de sobremesa juntando o sorvete e a abóbora e, se desejar, um pouco de bolacha esmagada. Enfeite com as flores (usei flores de capuchinhas que conferem doçura e um sabor apimentado).

Bake a very light caramel sauce with the two first ingredients and cook the pumpkin in it, over low heat until very tender. Remove from the stove and season with lots of crushed lemon grass. Cover with cling film and leave it to infuse at room temperature for a few hours.

If you have an ice-cream machine, try to make some pink grapefruit sorbet, if not then buy a sorbet which is not too sweet.

Prepare your dessert bowl by adding the sorbet and the pumpkin. If you like, add some cookie crumb and flowers (I tend to use Indian Cress, which lends sweetness and also a slightly peppery taste).

O LEVE MOVIMENTO
DE UM RAMO, A DOCE
BRISA DO FIM DE TARDE
E A PAZ DO SILÊNCIO
DO OLIVAL RESSENTEM O
INVISÍVEL OURO LÍQUIDO
A NASCER DENTRO DE
CADA AZEITONA



The light movement of a branch, the soft breeze at the end of the afternoon
and the peace of the olive grove are signs of the invisible liquid gold
which is being born within each olive.



MER CÁ DOS DE AFEC TOS

MARKETS OF FRESH FEELING

TEXTO - TEXT **CLARA HENRIQUES** FOTOS - PHOTOS **EDUARDO RIBEIRO / D.R.**



Marcaram gerações de famílias, servindo diferentes classes sociais e abraçando os costumes e tradições que se esfumaram com o tempo. Falamos dos mercados tradicionais, esses cujo nome significa muito mais do que saberemos agora recuperar. Sim, porque os mercados estão, finalmente, a ser requalificados. E a partir daqui vai construir-se uma nova história.

They marked generations of families, serving different social classes and keeping watch over customs and traditions which have since been lost. These are the traditional market places, a name which holds more than we can now hope to recover: Because these markets are finally going to have makeovers. And from here on a new story will begin.



Cheira a peixe e a fruta fresca. As manhãs fazem-se de orvalho e seda, a que transforma a rudez do campo num sítio digno de cidade. São seis horas da manhã, estamos talvez em meados do século xx e rebentam os primeiros descarregamentos com os frescos que vão servir o dia. Em todo o país pulsam os mercados, as bancas com o som das caixas a baterem, as floristas a descortinar a manhã ou o peixe ainda com sabor a mar. Ao longe a voz da D. Antónia, a repostar com a filha Laurinda que se atrasou com os ovos frescos.

De todas as vozes, de todos os cheiros e de todas as cores se fizeram os mercados ao longo de décadas, esses lugares de eleição para a compra dos frescos. Não se assumiam só como lugares de comércio, mas talvez de culto, de encontros indelévels, de conversas a fio. Depois vieram os supermercados, os hipermercados, as vozes como a de D. Antónia cada vez com menos fôlego, as cores mais esbatidas, o peixe sem sair

The smell of fish and fresh fruit hang in the air. The mornings are made of dew and silk, the same that turns the rugged countryside into a place worthy of a city. It's six in the morning, sometime in the mid XX Century, and the first loads of fresh produce start rolling in. All over the country, the markets come alive, the sounds of boxes banging against stalls, the florists watching the sunrise and the taste of the ocean still clinging to the fish. From the distance, the sound of D. Antónia, berating her daughter Laurinda, for being late with the eggs.

Over the decades, these were the voices, the smells and the colours which made up the markets, these places of choice for the purchase of fresh fruit and vegetables, meat and fish. More than places of commerce, these were the centre of a way of life, chance encounters and endless conversation. Then came the supermarkets, the malls, and voices such as D. Antónia's lost their vigour, the colours lost their shine,



ERAM CENTROS DE COMPRAS POR EXCELÊNCIA. MAS TAMBÉM ERA ALI QUE SE FAZIAM E DESFAZIAM AMIZADES E ROMANCES DE AMOR THEY WERE REAL SHOPPING MALLS. BUT IT WAS ALSO THERE THAT FRIENDSHIPS AND LOVE STORIES STARTED AND ENDED



NÃO SE RESISTE ÀS MEMÓRIAS DE LOCAIS QUE GUARDAM COSTUMES E TRADIÇÕES QUE FAZEM PARTE DE NÓS ONE DOESN'T RESIST PLACES WHICH KEEP MEMORIES AND TRADITIONS THAT ARE PART OF US

da banca. Depois percebemos que as gerações vindouras já nem sabiam bem o que era essa coisa de ir ao Mercado.

Agora, nasceu um novo movimento, talvez Europeu (e que chegou agora a Portugal), que visa recuperar a história, a tradição, trazendo, de certa forma, conceitos novos que têm apaixonado pessoas das mais diversas idades. Os Mercados voltaram a estar na moda e, em pleno SÉC XIX, a sua requalificação está finalmente a viajar pelo país.

A Az-zait foi conhecer alguns dos projetos que estão a devolver vida aos Mercados Tradicionais Portugueses. E o resultado vai para lá da magia.

the fish stayed in the stalls. Soon we realized that a younger generation didn't even know what going to the marketplace is all about.

Now, a new trend (probably European), has arrived in Portugal. The goal is to recover history and tradition, bringing in new concepts that have enthralled people of the most diverse ages. The markets are back in fashion and, well into the XXI Century, they are finally being recovered all over the country.

Az-zait set out to discover some of the projects which are breathing new life into the Portuguese Traditional Markets. What we found is beyond magical.

PORTO, CULTURA E TRADIÇÃO

OPORTO, CULTURE AND TRADITION

MERCADO FERREIRA BORGES. DAS FRUTAS AO JAZZ

O Mercado Ferreira Borges nasceu no séc. XIX para substituir o Mercado da Ribeira, do Porto, que já se mostrava pequeno para a sua afluência. Mas nunca cumpriu esta função e tornou-se num espaço um pouco perdido. Com uma traça lindíssima e o nome português que esteve na génese do regime liberal em Portugal, este foi talvez o mercado do Porto que esteve mais anos abandonado. Mas, em 2009, a Câmara Municipal entregou a gestão do espaço a privados e assim abriu o já famoso Hard Club, que vai ficar com a gestão do local durante duas décadas e tem renovado a vida cultural de toda a zona. O projecto, da autoria do arquitecto Francisco Aires Mateus, manteve a fachada e dividiu o interior em vários espaços para eventos culturais, desde a música às artes cénicas, passando pelas artes plásticas ou o cinema. É, hoje, um caso de sucesso.

FERREIRA BORGES MARKET. FROM FRUIT TO JAZZ

The Ferreira Borges Market was created in the XIX Century to replace the Ribeira Market in Oporto, which was becoming too small. But it never really found its place and was always a little lost in its time. With its beautiful architecture, and named after a key player in bringing the Liberal regime to Portugal, it was perhaps the market which was abandoned for longest in Oporto. In 2009 the City Hall decided to hand it to private businessmen, which gave rise to the now famous Hard Club, who will manage the building for the next two decades and is turning the area into a cultural attraction. The architectural project, developed by Francisco Aires Mateus, kept the façade unaltered and divided the interior into separate sections, dedicated to cultural events, from music to stage theatre, including painting and cinema. It is currently a success story.





REABILITADOS, OS MERCADOS SÃO, CADA VEZ MAIS, LUGARES DA MODA REHABILITATED, MARKETS ARE INCREASINGLY FASHIONABLE PLACES

MERCADO DO BOM SUCESSO: O PRIMEIRO

Já os mercados de San Miguel ou de Sant Anton, em Madrid, se impunham como lugares de moda quando, pela primeira vez em Portugal, se assiste a uma forte requalificação de um mercado que alterou substancialmente a sua génese: falamos do Mercado do Bom Sucesso, no Porto.

Criado nos anos 50, a sua degradação ao longo dos anos foi sendo notória. Rui Rio, então presidente da Câmara Municipal do Porto, decidiu entregar a gestão do mercado a privados, que avançaram com um projecto totalmente inovador em Portugal, muito à semelhança do Sant Anton. A ideia foi conservar a zona de frescos e manter a estrutura do mercado, mas transformá-lo num pólo gastronómico.

Muitas foram as vozes que se levantaram contra a forma como esta intervenção estava estruturada. O projecto de requalificação punha os frescos em segundo plano e apresentava 44 bancas na zona gastronómica. A oferta era multicultural, mas daria sempre primazia à comida tradicional portuguesa. O projecto avançou e as obras de requalificação ficaram concluídas em 2013, altura em que o mercado abriu portas.

A estrutura exterior do edifício manteve-se, mas a verdade é que todo o espaço adquiriu uma nova roupagem, mais moderna, mais cosmopolita, virada para o futuro. E é do conhecimento geral que o caminho da requalificação dos mercados em Portugal parte do Mercado do Bom Sucesso.

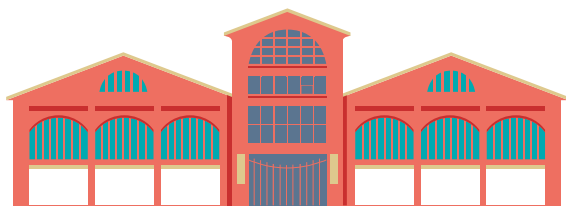
BOM SUCESSO MARKET: THE FIRST

The San Miguel and Sant Anton markets in Madrid were already making waves when Portugal had its first attempt at revamping and thoroughly transforming a Market: We are speaking of the Bom Sucesso Market, in Oporto.

Founded in the 50s, it suffered noticeable degradation over the decades. Rui Rio, then mayor of Oporto, decided to hand the management over to private business people, who introduced a brand new concept in Portugal, after the model of the Sant Anton Market. The idea was to leave the fresh produce section and the market's structure unchanged, while transforming the rest into a quality restaurant hub.

Many objections were raised at the time against the way the renovation was structured. The project would be relegating the fresh produce department into the background and presented a total of 44 stalls which would offer an array of multicultural cuisine, with traditional Portuguese food holding pride of place. But the project went ahead and the renovation was finished in 2013, when the market opened once again.

Although the exterior of the building was kept unaltered, the truth is that the whole thing has taken on a more modern, cosmopolitan and future oriented look. One cannot but say that the Bom Sucesso Market set the trend for market renovations in Portugal.



OS EVENTOS NO NOVO MERCADO FERREIRA BORGES, POR EXEMPLO, TÊM RENOVADO A VIDA DE TODA AQUELA ZONA THE EVENTS AT THE NEW FERREIRA BORGES MARKET, FOR EXAMPLE, HAVE RENEWED THE LIFE OF THE ENTIRE NEIGHBOURHOOD





O EDIFÍCIO DO MERCADO DO BOLHÃO FOI CLASSIFICADO MONUMENTO DE INTERESSE PÚBLICO EM 2013. THE BOLHÃO MARKET'S BUILDING WAS CLASSIFIED AS A MONUMENT OF NATIONAL INTEREST IN 2013.

BOLHÃO E O QUE ESTÁ PARA VIR

O Mercado do Bolhão dispensa qualquer apresentação. Depois de ter sido construído, em 1839, nunca mais a cidade do Porto se lembrou de existir sem este mercado que se assumiu desde logo um pólo central da baixa portuense. De traça neoclássica e dividido em dois grandes pisos, o edifício do Mercado do Bolhão foi classificado monumento de interesse público em 2013. Ainda assim, é um dos mercados mais importantes do país cujas obras de requalificação ainda não arrancaram. Entre projectos e questões políticas, a degradação do mercado tem sido visível de dia para dia, sem que, no entanto, a autarquia se decida a avançar com a recuperação. Tanto nos mandatos de Rui Rio como mais recentemente de Rui Moreira, inúmeras foram as soluções em cima da mesa, que assumiram também a hipótese de entregar a gestão do Bolhão a privados.

O interesse social, turístico e cultural faz com que este mercado seja de uma importância inigualável para a cidade do Porto, não podendo a sua requalificação ser feita levemente.

BOLHÃO AND WHAT IS TO COME

The Bolhão Market hardly needs introducing. Having been built in 1839, it quickly became inseparable from the city itself and a major attraction in downtown Oporto. With neoclassic architecture, and divided into two large floors, the Bolhão Market was classified as a monument of national interest in 2013. Still, it is one of the most important markets in the country which is still in need of renovation. With different projects and politics getting in the way, the building has been decaying rapidly, but city hall has still not gotten round to recovering it. Neither the former nor the current mayor have decided on a project and the possibility of privatizing the management is also on the table.

Its social, touristic and cultural interest make this market one of the most important landmarks in Oporto, which means that the renovation cannot be undertaken lightly.





APÓS A REQUALIFICAÇÃO, AS VENDAS DE ALGUMAS BANCAS DO MERCADO DE CAMPO DE OURIQUE AUMENTARAM QUASE 70%
AFTER THE RENOVATION, SALES IN SOME OF THE FOOD STALLS AT CAMPO DE OURIQUE MARKET GREW UP TO 70%

QUE LISBOA ENCONTRAMOS NOS MERCADOS?

WHAT LISBON DO WE FIND IN THE MARKETS?

CAMPO DE OURIQUE: O MERCADO NO BAIRRO TÍPICO

Campo de Ourique é um dos bairros mais carismáticos de Lisboa, cheio de tradições e com uma cultura bairrista aliada a uma sofisticação que se nota pouco noutros bairros típicos lisboetas. E o famoso Mercado de Campo de Ourique, construído em 1934, assumiu sempre um papel preponderante na unificação do bairro.

A sua requalificação está quase a festejar dois anos, e os seus mais de 900 mil visitantes aprovaram o novo conceito. Focado em aliar as bancas dos frescos às tasquinhas e quiosques *gourmet*, o projecto permite que o tradicional e o moderno partilhem o mesmo espaço.

São mais de duas dezenas de espaços gastronómicos que tratam por tu as bancas dos frescos, sugerindo coisas tão variadas como marisco, doces conventuais, vinhos, queijos, sushi ou petiscos típicos portugueses.

Segundo os responsáveis pelo espaço, “no último ano, após a requalificação do espaço, tivemos aumentos significativos nas vendas das bancas tradicionais já existentes (em alguns casos quase 70%)”.

Assegurado o sucesso, a estrada agora far-se-á de outras apostas, como tentar “intensificar a afluência do público estrangeiro” e investir na realização de eventos temáticos e concertos.

CAMPO DE OURIQUE: A MARKET IN A TRADITIONAL NEIGHBOURHOOD

Campo de Ourique is one of Lisbon’s most typical neighborhoods, filled with tradition, some old sites and others new, and a local culture of sophistication which is hard to find in other neighborhoods in Lisbon. The famous Campo de Ourique Market, built in 1934, acted as a focal point for the rest of the neighborhood.

It’s renovation is almost turning two years old and it’s 900 thousand visitors until now seem to approve the concept. Set on blending the traditional stalls in with the modern food stalls and gourmet shops, the renovation allows the modern and the traditional to live side by side.

Here we can find over twenty food stalls which are on friendly terms with the fresh produce stalls, offering things as varied as seafood, traditional sweets, wines and cheeses, sushi or traditional Portuguese appetizers.

According to the managers of the market, “over the past year, after renovation, the traditional stalls increased their sales significantly, in some cases by around 70%”.

Success has been guaranteed and the road ahead is now made up of other goals, such as trying to get more foreign tourists on board and investing in theme based events and concerts.



APESAR DE ACHAR QUE SERIA UMA LOUCURA, A TIME OUT CONCORREU – E GANHOU – A REABILITAÇÃO DO MERCADO DA RIBEIRA
EVEN THOUGH THE PROJECT SEEMED SOMETHING CRAZY, TIME OUT MAGAZINE APPLIED AND WON THE RENOVATION OF THE RIBEIRA MARKET



MERCADO DA RIBEIRA, AQUELE QUE TEM NOME DE FUTURO

Abriu portas em 1882 e é inenarrável a importância que este mercado assumiu durante décadas na cidade de Lisboa. Mas foi inevitável que, com o passar dos anos, os clientes se fossem transferindo para a parte alta da cidade. E, rendendo-se aos super e hipermercados, quase tornaram esquecido o grandioso Mercado da Ribeira.

Em busca de uma solução de revitalização, a Câmara Municipal de Lisboa abre, em 2010, um concurso público. Catarina Ferreira, da revista *Time Out*, conta que “desde o início que a *Time Out* fez questão de manter a parte tradicional do mercado a funcionar, considerando que esta vertente só poderia enriquecer o projecto. E, coincidentemente, a *Time Out* estava à procura de um espaço para instalar a redacção e fazer alguns concertos, *workshops*, conferências.

Foi quando a Câmara de Lisboa abriu concurso. Convidaram-nos para ir espreitar o mercado e apaixonámo-nos logo. Apesar de acharmos que seria uma loucura, resolvemos concorrer e ganhámos!” Catarina explica ainda que “a *Time Out* conhece a cidade de Lisboa melhor do que ninguém. Só tivemos de passar os conteúdos da revista para um espaço real. Todos os restaurantes foram escolhidos por serem aqueles que *Time Out* considera os melhores na sua categoria (bifes, petiscos, *chefs*, sushi e hambúrgueres, entre outros.). O projecto, mal abriu portas, foi um sucesso sem igual.

RIBEIRA MARKET, NAMED AFTER THE FUTURE

Opened in 1882, the importance of this market for the city of Lisbon cannot be downplayed. But it fell prey to the inevitable movement of clients to the surrounding areas of Lisbon, with their supermarkets and malls, with the grand Ribeira Market getting relegated to a memory.

In 2010 the city hall opened a tender in order to find the best proposal to renovate and operate part of the market. *Time Out* magazine’s Catarina Ferreira explains that “from the beginning, *Time Out* was set on keeping the traditional part of the Market operational, as this could only bring added value to the project. And, as a matter of fact, *Time Out* was looking for a place to set up its newsroom and host some concerts, workshops and conferences. Around that time, when the city hall opened the tender, they invited us to go and take a look. We fell in love straight away. Even though we knew that we had to be crazy to apply for such a project, we went ahead and we won!” *Time Out* knows Lisbon better than anybody. What we tried to do was take the contents of the magazine off the paper and into a physical space. All the restaurants which are represented were chosen from those *Time Out* had considered the best in their respective categories (steaks, appetizers, chefs, sushi, hamburgers, amongst others). In terms of architecture. As soon as the doors were reopened, the market proved to be an unrivalled success.



EM TERMOS ARQUITECTÓNICOS, o projeto dos arquitectos Aires Mateus respeitou a traça do mercado, retirando-lhe elementos que se foram sobrepondo ao longo dos anos e que já nada tinham que ver com a arquitectura inicial. A *Time Out* continuou a fazer crescer ainda mais o mercado, com a abertura de mais restaurantes, bancas monoproduto da loja A Vida Portuguesa e uma galeria de arte.

IN TERMS OF ARCHITECTURE, the Aires Mateus project kept the main original aspects of the Market, removing layers of elements which had been added over the years and had nothing to do with the original. *Time Out* continued to increase the Market’s offer, with more restaurants, the participation of A Vida Portuguesa, a shop which sells traditional Portuguese items, and an art gallery.

O prazer de provar!

Adegas & Lagares

A solução de seguro para os produtores de vinho e azeite.

Com uma longa tradição junto destas atividades, a Zurich dispõe de especialistas que o ajudam a identificar, eliminar, mitigar e transferir os riscos da sua empresa.

Com a Zurich o seu negócio estará em boas mãos!



Para mais
informações contacte
o seu mediador
ou visite-nos em
zurichportugal.com



**AZEITE
NOVO**

**1ª COLHEITA
2014-2015**

**AZEITE
NOVO**

**1ª COLHEITA
FIRST CROP
2014-2015**