

Weekend in Portogallo: la magia di Lisbona, gli splendori di Sintra e i meravigliosi vini portoghesi

La seconda tappa del nostro tour in giro per il mondo vede protagonista il Portogallo! Quindi, cosa ne dite di programmare uno (o più) weekend portoghesi all'insegna del bello, del gusto e dell'ottimo vino? Certamente! Iniziamo alla grande con Lisbona, Sintra, il suo territorio e i suoi ricchi vini.

Lisbona di piazza in piazza. Scopriamo un percorso del bello e del gusto

di Cesare Zucca –

Benvenuti a Lisbona! Welcome to Lisbon!

(in italian and english) –

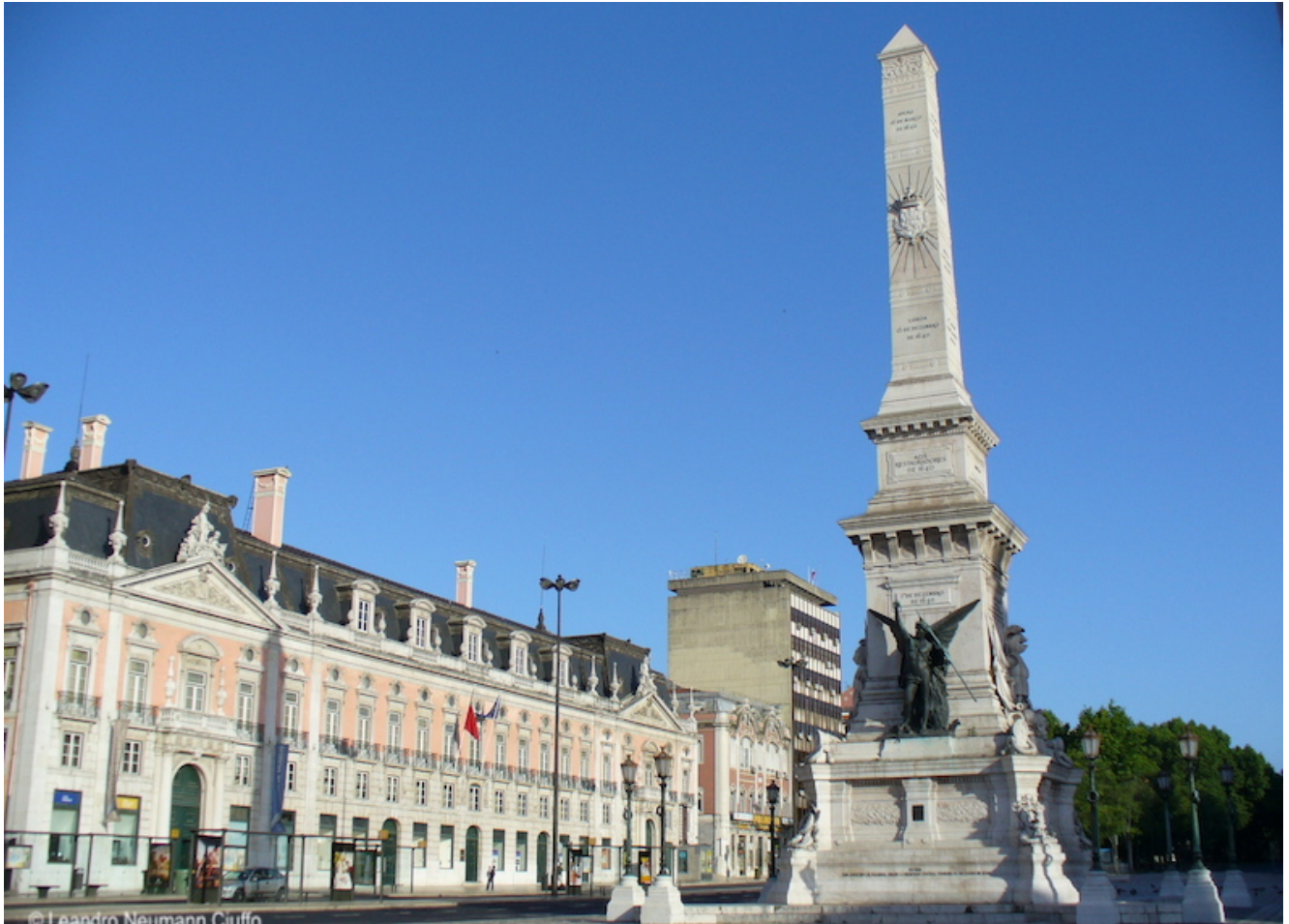
Lisbona è una città piena di meravigliose piazze.

Piazze che ne definiscono la struttura, fermano il tempo e aprono spazi nei quali godersi una pausa cullati dal ritmo vitale della città. Abbiamo pensato per voi un itinerario davvero speciale, un percorso 'di piazza in piazza' che attraversa questa magica città... Scoprirete storia, arte, curiosità e la saporita cucina portoghese.

Pronti per il nostro 'squares-food tour'?

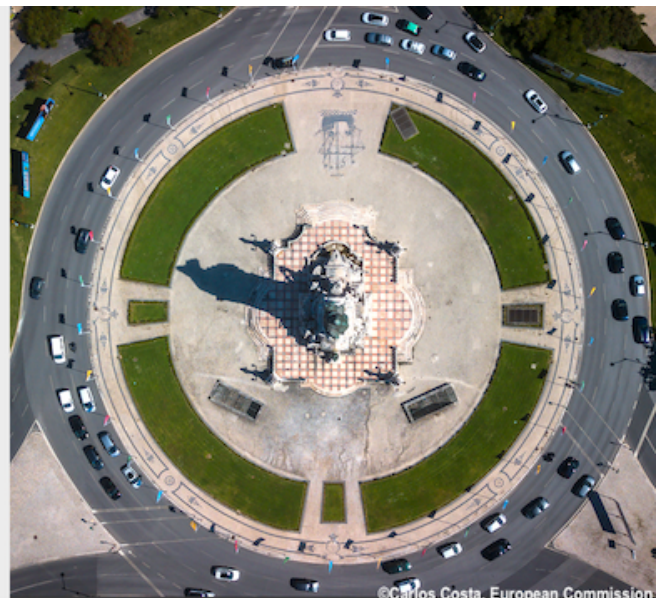


Partiamo dal quartiere de **La Baixa** dalla **Piazza dei Restauratori** che commemora la liberazione del Portogallo, avvenuta nel 1640, dopo 60 anni di dominazione spagnola. Qui troverete **Palazzo Foz**, sede dell'ufficio del turismo di Lisbona, l'edificio modernista del **Condes Cinema**, l'antico **Teatro Eden** e il maestoso **Obelisco** dedicato alla Vittoria e alla Libertà.



Piazza dei Restauratori

Da qui inizia l'Avenida da Liberdade, che termina nella **Piazza del Marquês de Pombal**, dedicata allo statista che nel '700 guidò il Portogallo e punto di incontro di sei grandi arterie urbane della città.



Piazza del Marquês de Pombal

Nelle vicinanze ci aspetta **Piazza del Rossio** dalla caratteristica pavimentazione con motivi ondulati, dominata dalla facciata in stile neo-manuelino della **Stazione**, il **Teatro Nazionale** Doña María II, il suo famoso **Cafè Nicola**, la **statua del Monarca** Pietro IV e due monumentali fontane in stile barocco. Nel centro troneggia una grande colonna alta 27 metri.



Lo storico Café Nicola

Da qui raggiungiamo **Piazza da Figueira**, tranquilla ed elegante, caratterizzata da edifici mansardati e da una magnifica vista del **Castello di San Giorgio**. Le attrazioni (e le sorprese) non mancano: dalle dolci delizie della **Confeitaria Nacional** all'**Ospedale delle Bambole**.



Prendiamo l'elegante strada Rua Augusta per raggiungere la **Piazza del Commercio**, la più famosa e la più grande di Lisbona. Anticamente, come indica il suo nome, funzionava come porta di accesso alla città per le navi commerciali.



Spicca l'**Arco di Trionfo** della Rua Augusta e la **Statua** equestre di Re Giuseppe I. Nella piazza troverete le fermate degli autobus turistici di Lisbona, del classico tram giallo e l'interessante **Lisboa Story Centre** che illustra egregiamente il percorso cronologico della città.



Pronti a restare senza fiato?

Siamo arrivati in **Piazza dell' Impero**, nel distretto di Belem. Questa è la più grande piazza della penisola iberica e una delle più grandi d'Europa. Lasciatevi stupire dal maestoso **Monastero dos Jerónimos**, celebrazione delle imprese marinare che fecero affluire in Portogallo enormi ricchezze, in particolare del trionfale viaggio con il quale Vasco de Gama aprì la via marittima alle Indie.



© Cesare Zucca

Poco distante il **Centro Cultural de Belém** con il suo enorme giardino, mentre il lato opposto ospita il **Monumento alle Scoperte** che rappresenta Enrico il Navigatore e gli eroi portoghesi che parteciparono alle scoperte.



Monumento alle Scoperte

All'interno del monumento esiste un ascensore che porta a metà altezza e quindi una scala che conduce alla sommità del monumento da dove si ha una vista panoramica sul **Quartiere di Belém** e sul fiume Tago, sulle cui rive spicca l'iconica **Torre**, ultima immagine che i marinai e i soldati avevano della propria patria. Oggi ospita un museo che espone pezzi di gioielleria

Ah, una dritta: alla domenica molte di queste attrazioni sono a ingresso libero.



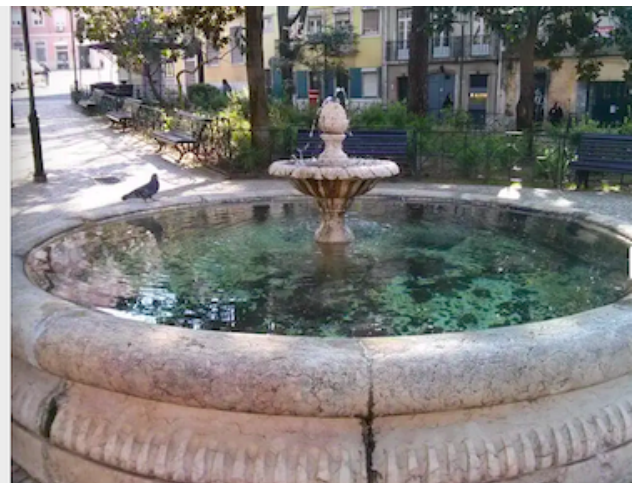
Torre di Belem

Il nostro percorso continua e diventa... principesco
Piazza Príncipe Real, affascinante luogo del **Barrio Alto**,
attorniato dal palazzo **Ribeiro da Cunha**, in stile neo-araboo,
dal **Museum of Free Waters**. e da un lussureggiante giardino,
famoso per un insolito (e mastodontico) cedro *buçaca* che
sembra un enorme baldacchino.



il mastodontico cedro-baldacchino

Sempre nel Barrio Alto vi aspetta **Piazza dei Fiori**, tranquilla, silenziosa, adornata da piante e fiori, insomma una sosta perfetta per spezzare il ritmo del percorso o semplicemente per concedervi una pausa, magari uno snack approfittando del vicino *Pão de Canela*, ristorantino che offre diversi piatti tipici, ideali per uno spuntino nella pace della piazza.



Piazza dei Fiori



Piatti tipici da Pao de Canela

Un'altra piccola pausa rilassante? Verso l' Elevador da Gloria, c'è una vera chicca, la **Piazza dell'Allegria**. E' un luogo non frequentato da turisti, dove si possono vedere seduti gli anziani del quartiere, la gente con giornali e pane ... il tutto con l'aria bohemien che emerge da questa città magica.



Piazza dell'Allegria

Fame... 'on the road'?

Incontro 'must' le sardine, anche in scatola. A Lisbona infatti troverete diversi negozietti che vendono pesce in scatola, soprattutto sardine; in molti di questi, potrete sedervi e mangiare le sardine che avete scelto, che vi verranno servite su un piatto, accompagnate da pane o patate.



La cucina portoghese è super saporita, dai piatti di verdure a quelli di pesce, come il *caldo verde* una zuppa, a base di cavolo, patate e chorizo o il gustosissimo *polvo à Lagareiro*, polpo prima stufato e poi grigliato, servito con una salsa piccante.



Alcuni piatti tipici : caldo verde e polvo à Lagareiro

Il piatto nazionale è il *bacalhau*, saporito baccalà che nelle botteghe, nei mercati e nei ristoranti non manca mai, cucinato in tantissimi modi, bollito accompagnato da verdure oppure grigliato con aglio e spezie.



© Cesare Zucca

Inoltre da vedere a Lisbona

Il Convento do Carmo.

Miradouro de Sao Pedro de Alcantara.

La libreria Ler Deavagar

Miradouro de Santa Luzi

Il Museo Azuleios

Il MAAT



© Cesare Zucca



Il MAAT ,museo di Arte, Architettura e Tecnologia ,nuovo centro culturale della Città, con accanto il Museo di Energia Elettrica e il nuovo Museo delle Carrozze e Il Museo Azuleios

che prende il nome proprio dalle tipiche ceramiche azzurre, tradizionali del Portogallo

Torniamo a Belém, oltre alle meraviglie di cui ho parlato, troverete la storica '*pasteleria*' dove è inevitabile un'abbuffata di *pasteis de nata*, tradizionali dolcetti alla crema su una cialda croccante a forma di piccolo cestino ripieno di crema fatta con uova, zucchero, latte, farina, cannella e limone. Deliziosi... uno solo non basta, ve lo assicuro...



La leggenda dice che furono un'invenzione dei monaci del monastero che, visto il successo, iniziarono in seguito a produrli anche all'esterno delle mura e la ricetta si diffuse per tutto il Portogallo. Ricetta che ho avuto proprio dalla *pasteleria*, eccola!

PASTEIS

DE

NATA



Ingredienti per 12 pasteis

- 100 gr di zucchero
- 4 tuorli
- 1 cucchiaio di maizena
- 1 cucchiaino di essenza di vaniglia
- 250 ml di panna fresca
- 2 rotoli di pasta sfoglia
- cannella

Preparazione

Per la crema: abagnomaria, montate i tuorli con lo zucchero, incorporare maisena e vaniglia, unire la panna, continuando a mescolare finchè la crema sarà addensata (circa 10 minuti) Togliete dal fuoco, travasate la crema in una ciotola fredda. Mescolate finchè la crema non è fredda e quindi copritela con pellicola di plastica.

Mettete i 2 rotoli di pasta sfoglia uno sopra l'altro schiacciando leggermente per farli aderire, quindi arrotolateli e infine tagliate il rotolo a fette.

Spolverizzate di farina ciascuna fettina, quindi schiacciatela fino a formare un cerchio.

Curvate i bordi del cerchio per ricavarne un cestino e foderate degli stampini per muffin. Riempite con la crema fino al bordo. Cuocete quindi in forno ventilato preriscaldato a 220°C per circa 15 minuti poi continuate con il grill per altri 3-5 minuti. La superficie deve essere dorata e caramellata

Ecco fatto!

Lasciateli raffreddare e spolverizzateli con cannella in polvere.

INFO

Visit Lisboa

Would you like to try to make 'pasteis' ?

Here the recipe in english, just click *Next*>

LISBON PASTEIS

In the Belém Quarter you will find the historic 'pasteleria' where a binge of *pasteis de nata* is inevitable, They are traditional cream cakes on a crispy wafer in the shape of a small basket filled with cream made with eggs, sugar, milk, flour, cinnamon and lemon.

Delicious ... just one is not enough, believe me...



The legend says that they were an invention of the monks of the monastery who, given the success, later began to produce them also outside the walls and the recipe spread throughout Portugal. Recipe that I got right from the pasteleria, here you go!

THE RECIPE OF PASTEIS DE NATA



Ingredients for 12 pasteis

100 grams of sugar
4 yolks
1 tablespoon of cornstarch
1 teaspoon of vanilla essence
250 ml of fresh cream
2 rolls of puff pastry
cinnamon

Preparation

For the cream:

in bain-marie, whip the egg yolks with the sugar, incorporate the corn and vanilla, add the cream, continuing to mix until the cream has thickened (about 10 minutes) Remove from heat, pour the cream into a cold bowl.

Stir until the cream is cold and then cover it with plastic wrap.

Put the 2 rolls of puff pastry one on top of the other, squeezing them lightly to make them stick together, then roll them up and finally cut the roll into slices. Sprinkle each slice with flour, then mash it to form a circle.

Curve the edges of the circle to make a basket and line muffin molds. Fill with the cream up to the edge. Then cook in a preheated convection oven at 220 ° C for about 15 minutes then continue with the grill for another 3-5 minutes. The surface must be golden and caramelized

Done!

Let them cool and sprinkle them with ground cinnamon.

INFO

Visit Lisboa (english)

<https://www.visitlisboa.com/en>

