

POLYGLOTT

# PORTUGAL

ON TOUR

*16 individuelle Touren durch das Land*



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

# Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Redaktionsleitung: Grit Müller

Verlagsredaktion: Anne-Katrin Scheiter

Autorinnen: Heidrun Reinhard, Elke Homburg

Co-Autorin/Bearbeiterin: Susanne Lipps

Redaktion: Annette Pundsack

Bildredaktion: Dr. Nafsika Mylona

Layoutkonzept/Titeldesign: independent Medien-Design, München: Horst Moser (Artdirection), Lucie Heselich

Kartografie: Theiss Heidolph und Kunth Verlag GmbH & Co. KG

eBook-Herstellung: Anna Bäumner, Martina Koralewska

 ISBN 978-3-8464-0693-9

1. Auflage 2019

GuU 0693-9 06\_2019\_02

## Bildnachweis

Coverabbildung: Shutterstock/De Visu

Fotos: Alamy/Magnon, Cro: >; Alamy/Arco Images GmbH: >; AWL

Images/Bottigelli, Marco: >; AWL Images/Abreu, Mauricio: >, >, >; AWL

Images/Copson, Alan: >; AWL Images/Egan, Shaun: >; Fotolia/Kelin, Sergey: >;

Getty Images/VCG/Corbis/Sygma/Bureau, Henri: >; Huber Images/Howard,

Michael: >; Huber Images/Schmid, Reinhard: >; Huber Images/Seba, Chris: >;

Huber Images/Spila, Riccardo: >; Huber Images/Szyszk: >; Huber

Images/Vaccarella, Luigi: >; Imago/Image/GFC Collection: >; imago/Schöning: >;

Jahreszeiten Verlag/Langlotz, Tim: >; Jahreszeiten Verlag/Lengler, Gregor: >, >, >, >;

Jahreszeiten Verlag/Schmitz, Walter: >; Jahreszeiten Verlag/Selbach, Arthur

F.: >; laif/Schwelle, Dagmar: >, >; laif/Steinhilber, Berthold: >; laif/Westrich,

Gerhard: >; Lipps, Susanne: >; Lookphotos/age fotostock: >; mauritius

images/Alamy/Azenha, Sergio: >; mauritius images/Alamy/Eastland, Adam: >;

Schapowalow/SIME/Giocoso, Paolo: >; Shutterstock/amnat30: >;

Shutterstock/Bogacki, Artur: >; Shutterstock/Copland, John: >;

Shutterstock/Curto, Josep: >; Shutterstock/Europhotos: >; Shutterstock/gkuna: >; Shutterstock/KamilloK: >; Shutterstock/Kiev, Victor: >; Shutterstock/Lehmann, Martin: >; Shutterstock/Majak, Daniel: >; Shutterstock/Mylova, Natalia: >; Shutterstock/Pedro Whatever: >; Shutterstock/Pereira de Mata, Zacarias: >; Shutterstock/PHB.cz/Semik, Richard: >; Shutterstock/Popova, Tatiana: >, >; Shutterstock/Rodrigues, Mauro: >; Shutterstock/RubenRebeloPhoto: >; Shutterstock/rubensantos: >; Shutterstock/saranya33: >; Shutterstock/silky: >; Shutterstock/StockPhotosArt: >, >; Shutterstock/topora: >; Shutterstock/Vector99: >, >; stock.adobe.com/Allard, Xavier: >; stock.adobe.com/francisco: >; stock.adobe.com/Yasonya: >; Unsplash/Duarte, José: >; Unsplash/Gomes Oliviera, Rita: >.

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

Bei Interesse an maßgeschneiderten B2B-Editionen: [gabriella.hoffmann@graefe-und-unzer.de](mailto:gabriella.hoffmann@graefe-und-unzer.de)

Die Polyglott-Homepage finden Sie im Internet unter [www.polyglott.de](http://www.polyglott.de)

 [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

GRÄFE  
UND  
UNZER

---

*Ein Unternehmen der*  
GANSKE VERLAGSGRUPPE

# Los geht's!

Nutzen Sie vielfältige Verlinkungen für noch mehr Lesespaß!

## ZWISCHENSTOPP: RESTAURANT

**Comida de Santo** 4 €€

[Tourenkarte](#) | [Online-Karte](#)

Eines der besten brasilianischen Restaurants der Stadt

- Calçada Engenheiro Miguel Pais 39

Sie haben die Wahl zwischen der Touren- und Online-Karte.

**KARTE:** [Tourenkarte](#)

**DAUER:** 4–5 Std.

**PRAKTISCHER HINWEIS:**

- Die Anfahrt erfolgt per Bahn (Estação Ferroviária do Rossio) oder bis [Restauradores](#). Zurück geht es ab [São Sebastião](#).

Finden Sie im Verkehrslinienplan ganz einfach den Ausgangspunkt Ihrer Tour.

Im Westflügel des Klosters ist das [Museu de Marinha](#) mit einer Sammlung zur portugiesischen Seerahrtsgeschichte untergebracht. Sie umfasst Schiffsmodelle, nautische Instrumente und Seekarten sowie im Außenbereich auch kleinere Originalboote (<http://museu.marinha.pt>, tgl. 10-18, Okt.-April 10 bis 17 Uhr, 6,50 €).

Springen Sie direkt von den Tourstationen im Text auf die entsprechende Detailkarte.

# Anklicken und Lostouren!

Mit einem Klick von der Karte direkt zum jeweiligen Textabschnitt springen.



## **SYMBOLE ALLGEMEIN**

- 39 Erstklassig: Besondere Tipps der Autoren
- 33 Seitenblick: Spannende Anekdoten zum Reiseziel
- 1 Top-Highlights und
- 10 Highlights der Destination

## **TOUR-SYMBOLE**

- 1 Die POLYGLOTT-Touren
- 6 Stationen einer Tour
- 1 Hinweis auf 50 Dinge

## **PREIS-SYMBOLE**

	Hotel DZ	Restaurant
€	bis 70 EUR	bis 18 EUR
€€	70 bis 150 EUR	18 bis 36 EUR
€€€	über 150 EUR	über 36 EUR

## Zeichenerklärung der Karten



beschriebene Region  
(Seite=Kapitelanfang)



Sehenswürdigkeiten



Tourenvorschlag



Autobahn



Schnellstraße



Hauptstraße



sonstige Straßen



Fußgängerzone



Eisenbahn



Staatsgrenze



Landesgrenze



Nationalparkgrenze

# TOP-12-HIGHLIGHTS

## Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten

### 1 PORTWEINKELLEREIEN VON VILA NOVA DE GAIA >

Bei den Kellerei-Führungen munden die goldfarbenen und rubinroten Tropfen.

### 2 NATIONALPARK PENEDA-GERÊS >

Den Nationalpark prägen tiefe Schluchten und Eichenurwälder, steinzeitliche Dolmen und keltische Castros.

### 3 DOURO-TAL >

Auf Weingütern werden die Trauben gekeltert, die an den Douro-Terrassen reifen.

### 4 UNIVERSIDADE VELHA IN COIMBRA >

Im portugiesischen Heidelberg dreht sich alles um die altherwürdige Universität.

### 5 KLOSTER BATALHA >

Der elegante Klosterbau ist ein Meisterwerk der portugiesischen Hochgotik.

### 6 KONVENT DER CHRISTUSRITTER VON TOMAR >

Die Klosteranlage symbolisiert in Stein gemeißelte Kreuzfahrerträume.

### **7 ALFAMA >**

Lissabons ältestes Viertel mutet dörflich an.

### **8 BELÉM >**

Die Glanzpunkte manuelinischer Architektur in Belém trotzten 1755 dem Erdbeben.

### **9 SINTRA >**

Die alte Maurenstadt und die Serra de Sintra dienten als königliche Sommerfrische.

### **11 ÉVORA >**

Die schönste Stadt des Alentejo ist Welterbe.

### **11 PONTA DA PIEDADE >**

Vom Leuchtturm schweift der Blick über die Naturkunstwerke der Bucht von Lagos.

### **13 CABO DE SÃO VICENTE >**

An dem 62 m hohen Kap endet Europa.

# ALLE TOUREN AUF EINEN BLICK

mehr entdecken, schöner reisen

Perfekte Planung > Parallel > aufschlagen

TOUREN	REGION	DAUER
<b>TOUR ①</b> Minhogebiet: Heimat des Vinho Verde	Nordportugal	1-2 Tage
<b>TOUR ②</b> Kreuzfahrt auf dem Douro	Nordportugal	2 Tage
<b>TOUR ③</b> Trás-os-Montes: Hinter den Bergen	Nordportugal	1 Tag
<b>TOUR ④</b> Steinerne Zeugen portugiesischer Geschichte	Zentralportugal	2 Tage
<b>TOUR ⑤</b> Von Römern und Studenten	Zentralportugal	1 Tag
<b>TOUR ⑥</b> Im Sternengebirge	Zentralportugal	1 Tag
<b>TOUR ⑦</b> Lissabons Herz zu Fuß und per Bahn erobern	Lissabon & Umgebung	1 Tag
<b>TOUR ⑧</b> Könige und Adel	Lissabon & Umgebung	1 Tag
<b>TOUR ⑨</b> Die Halbinsel von Setúbal	Lissabon & Umgebung	1 Tag
<b>TOUR ⑩</b> Alto Alentejo	Alentejo	2 Tage
<b>TOUR ⑪</b> Baixo Alentejo	Alentejo	1 Tag
<b>TOUR ⑫</b> Buchten und Klippen – die Steilküste	Algarve	1 Tag
<b>TOUR ⑬</b> Dünen und Lagunen – die Flachküste	Algarve	1 Tag
<b>TOUR ⑭</b> Die Höhepunkte Portugals	Extra-Tour	2 Wochen

**TOUR 15 Am Atlantik entlang**

Extra-Tour

10 Tage

**TOUR 16 Weinreise durch die  
Anbaugebiete Douro, Dão  
und Alentejo**

Extra-Tour

1 Woche



© AWL Images/Bottigelli, Marco

Das windgepeitschte Cabo de São Vicente liegt an der äußersten Südwestspitze des Kontinents

**TYPISCH**

# PORTUGAL IST EINE REISE WERT!

**Bis heute ist in dem kleinen Land am Rande Europas die glorreiche Zeit der Entdeckungsfahrer lebendig, die von hier aufbrachen, um fremde Kontinente zu erschließen. Zugleich fasziniert die Mischung aus Nostalgie und Aufbruch in die Moderne.**



© Lipps, Susanne

## SUSANNE LIPPS

Die Co-Autorin und Verfasserin des Typisch-Kapitels hat sich als promovierte Geografin auf Reiseführer zu Portugal und Spanien spezialisiert. Für die Reihe POLYGLOTT on tour betreut sie u.a. die Bände Lissabon, Algarve, Madeira und Azoren. Privat und beruflich bereist sie Portugal seit Jahren. Die Vielseitigkeit des Landes fasziniert sie immer wieder.

Portugal ist ein Land der leisen Töne, im Gegensatz zum Nachbarland Spanien, mit dem es oft fälschlicherweise in

einen Topf geworfen wird. Wohl geht es in den Sommerferien an den Stränden auch einmal etwas lebhafter zu. Aber vielfach wirken die Portugiesen eher in sich gekehrt, weshalb es heißt, sie würden unter der sprichwörtlichen *saudade* (traurige Sehnsucht) »leiden«. Mit dieser angeblich so weit verbreiteten Melancholie verhält es sich allerdings ähnlich wie mit der viel beschworenen deutschen Gemütlichkeit. Sicher zieht sie sich wie ein roter Faden durch das Land, aber jede Regel hat auch ihre Ausnahmen. Mein erster Eindruck war beispielsweise ein ganz anderer. Als es mich vor vielen Jahren von Spanien aus eher zufällig nach Portugal verschlug, kam mir der sommerliche Trubel an der Algarve ganz und gar nicht »traurig« oder »melancholisch« vor. Das ganze Land schien mitsamt Kind und Kegel auf den Beinen, bevölkerte die unzähligen Campingplätze hinter der Küste. Von diesen existieren nach wie vor etliche, doch die meisten Urlauber von heute wohnen in Hotels, Ferienhäusern und Apartments.



© imago/Schöning  
Auf Schnäppchenjagd auf Lissabons Trödelmarkt Feira da Ladra

Lebhaft geht es an der Algarve im Sommer immer noch zu. Die stille Seite des portugiesischen Südens lernte ich bei späteren Aufenthalten schätzen. Dann kann man frühmorgens auf den Märkten in Ruhe unter den bunten Früchten der herbstlichen Ernte wählen, lässt sich am Meer den Wind um die Nase wehen und anschließend auf der Terrasse eines der vielen klassischen Kaffeehäuser von der milden Wintersonne verwöhnen, bei einem feinen Stück Kuchen oder Marzipan, versteht sich.

Doch Portugal ist nicht nur die Algarve, auch wenn diese die allermeisten Touristen anzieht. Mein zweiter wichtiger Anlaufpunkt im Land wurde Lissabon, die turbulente, vielseitige Hauptstadt, in die ich immer wieder gerne zurückkehre. Stundenlang könnte ich in einem der Cafés an

den Miradouros mit tollem Stadtpanorama oder in einer der nostalgischen Straßenbahnen oder Linienbusse sitzen, die gemächlich ihre Runden durch die Traditionsstadtviertel drehen, vorbei an unzähligen Tante-Emma-Läden. Hier werden die erstaunlichsten Dinge verkauft, etwa uralte Kaffeemaschinen, historische Azulejos oder Delikatessen aus ganz Portugal. Beeindruckend ist aber auch das moderne Lissabon mit den großzügigen Promenaden am Ufer des Tejo und der extravaganten zeitgenössischen Architektur. Oder das monumentale Lissabon mit seinen gewaltigen Baudenkmalern und den prächtigen Gartenanlagen, die von einem außergewöhnlich milden Klima profitieren, das sogar manches tropische Gewächs gedeihen lässt.



© laif/Westrich, Gerhard

Lissabons Aussichtsplätze wie der Miradouro da Senhora do Monte sind einmalig

Im Kontrast dazu steht Porto, die zweite Metropole. Diese Stadt wirkt bürgerlicher, ernsthafter. Gemeinsam mit der Zwillingstadt Vila Nova de Gaia ist sie Zentrum der

Weinherstellung. Weiter landeinwärts, an den Hängen des malerischen Douro-Tals, gedeihen die Reben für den berühmten Portwein. Eine Flusskreuzfahrt erschließt diese Region in idealer Weise.

Natürlich hat Portugal auch noch andere urbane Kleinode zu bieten, etwa die von mir besonders geschätzte Universitätsstadt Coimbra, die ehemalige Kreuzritterhochburg Tomar oder auch Évora, die Hauptstadt des kargen Alentejo. Wer das Land erstmals bereist, hat die Qual der Wahl, denn es locken ja auch weitere Highlights wie das Kloster von Batalha oder die Wallfahrtsstätte von Fátima.

Abseits der bekannten Städte hält das ländliche Portugal noch manche Überraschung bereit. Mir persönlich liegen besonders diejenigen Bereiche am Herzen, in denen die Natur noch zu ihrem Recht kommt. Dies gilt vor allem für den einzigen Nationalpark des Landes, Peneda-Gerês im kühlen, regenreichen Norden. Bis über 1500 m hoch türmt sich diese Gebirgsregion auf, in der sich Eichenwälder mit bizarren Felsformationen und sprudelnden Wildbächen abwechseln – ein Paradies für Wanderer. Aber auch in der wilden Küstenlandschaft der Costa Vicentina oder an den zahlreichen Lagunen, in denen schier unendlich viele Wasservögel zu Hause sind, ist so manches Naturerlebnis möglich.

# WAS STECKT DAHINTER?

**Die kleinen Geheimnisse sind oftmals die spannendsten. Hier werden die Geschichten hinter den Kulissen erzählt.**

## WAS HAT PORTWEIN MIT HOLUNDER ZU TUN?

Im 18. Jh. stieg die Nachfrage nach Portwein rasant. Mancher Produzent begann, weniger edle Weine mit Holundersaft zu verschneiden, der ihnen die kräftige Farbe eines gereiften *Vinho do Porto* verlieh. 1756 setzte Minister Marquês de Pombal der Panscherei ein Ende, indem er nicht nur den Verschnitt, sondern auch jeglichen Anbau von Holundersträuchern in den Weinbaugebieten untersagte. Allerdings wohl nicht mit dauerhaftem Erfolg. 1899 sollen nämlich amerikanische Seeleute einem Prager Arzt erzählt haben, sie hätten ihre Ischiasschmerzen mit einer ordentlichen Dosis Portwein kuriert. Der Arzt konnte im Selbstversuch zunächst keine Besserung feststellen. Schließlich fand er heraus, dass nur mit Holunder – einem uralten Hausmittel gegen Ischias – versetzter Wein die erwünschte Wirkung zeigte. Dennoch enthält der Portwein heute selbstverständlich keinen Holundersaft mehr.

## WIE BEGEHEN PORTUGIESEN DAS WEIHNACHTSFEST?

Der familiäre Zusammenhalt ist in Portugal noch recht groß. Heiligabend kommt man zur *consoada* zusammen, einem ausgiebigen Festmahl. Es besteht meist aus gekochtem *bacalhau* (Stockfisch), gefolgt von üppigen Süßspeisen. Traditionell wird ein frei bleibender Platz für die *alminhas a penar* gedeckt, die Seelen der Verstorbenen. Essensreste verbleiben auf dem Tisch, für hungrige Geister, die in der

Nacht noch vorbeischaun könnten. Nach dem Mahl tauscht man die Weihnachtsgeschenke aus.

Um Mitternacht besucht die Familie geschlossen die *Missa do Galo* (»Hahnenmesse«). Einer Legende nach soll ein Hahn mit einem Schrei die Geburt Christi verkündet haben.

## **WAS SETZT DEN PALMEN ZU?**

Kanarische Dattelpalmen, die vor allem an der Algarve die Gärten zieren, leiden seit einigen Jahren unter dem aus Asien eingeschleppten Palmrüssler. Der Käfer frisst meterlange Gänge in den Stamm, speziell in das zarte Palmherz. Oft wird der Befall erst entdeckt, wenn die Blätter welken. Viele Palmen fielen dem Schädling schon zum Opfer, doch gibt es neuerdings auch gute Nachrichten. »Impfungen« der Baumkrone mit flüssigen Pflanzenschutzmitteln wirken vorbeugend. Und sogar stark betroffene Bäume können durch eine gründliche »Operation«, also die Entfernung aller Käfer und Larven des Palmrüsslers, noch gerettet werden.

# 50 DINGE, DIE SIE ...

**Hier wird entdeckt, probiert, gestaunt, Urlaubserinnerungen werden gesammelt und Fettnäpfe clever umgangen. Diese Tipps machen Lust auf mehr und lassen Sie die ganz typischen Seiten erleben. Viel Spaß dabei!**



© stock.adobe.com/Yasonya  
Portos Bogenbrücke Ponte de Dom Luis I.

## ... ERLEBEN SOLLTEN

**1** **Sechs-Brücken-Fahrt** Ein tolles Erlebnis ist es, mit dem *barco rabelo*, dem Traditionsboot des Rio Douro >, unter den Brücken von Porto hindurchzuschippern (z.B. ab Cais da Ribeira, [www.portodouro.com](http://www.portodouro.com), tgl. 10-18.30 Uhr, Winter kürzer, 15 €).

② **Auf dem Jakobsweg wandeln** Auch aus Portugal machen sich seit dem Mittelalter Pilger nach Santiago de Compostela auf den Weg. Nördlich von Porto befinden sich die vier schönsten Tagesetappen des mit gelben Pfeilen markierten *Caminho Português*. Testen Sie doch ein Teilstück, etwa auf lauschigen Feldwegen zwischen Barcelos und Ponte de Lima([www.caminhoportosantiago.com](http://www.caminhoportosantiago.com)).

③ **Schienenweg** Mit dem Fahrrad geht es über die frühere Eisenbahnstrecke Linha do Dão insgesamt 49 km durch herrliche Natur und am Ufer des Dão entlang. Die *Ecopista do Dão* verbindet die Orte Santa Comba Dão und Viseu([www.ecopista-portugal.com](http://www.ecopista-portugal.com)).

④ **Grottentour** [Online-Karte](#) Mal geht es durch dunkle Höhlen, dann an schroffen Klippen vorbei und überall lauern Riffe – eine Bootsfahrt durch die bizzare Felslandschaft des Berlenga-Archipels > ist spannend ([www.julius-berlenga.com.pt](http://www.julius-berlenga.com.pt)).

⑤ **Portugiesisch kochen** Eine besondere Philosophie verfolgt das Cooking and Nature Emotional Hotel [Online-Karte](#) südlich von Batalha. Denn die Gäste kochen hier ihr Menü unter professioneller Anleitung selbst, mit regionalen und saisonalen Zutaten (Alvados, Rua Asseguia das Lages 181, Tel. 244 447 000, [www.cookinghotel.com](http://www.cookinghotel.com), 4-Gänge-Menü 30 €).



© mauritius images/Alamy/Azenha, Sergio

Die Fakultäten in Coimbra präsentieren sich in Mottowagen bei der Queima das Fitas

**6 Feste feiern** Ein besonderes Event im Mai ist die einwöchige Queima das Fitas in der Universitätsstadt Coimbra >. Beim Jahresfest der Studierenden jubeln alle den in den Farben der Fakultät geschmückten Wagen beim großen Paradeumzug zu und feiern fein gemacht bei den Tanzbällen mit.

**7 Im Thermalbad kuren** Das interaktive Schwimmbad, in dem man zwischen Kaskaden, Massagedüsen und Hydrojets wechselt, macht den Aufenthalt in den Termas de Luso [Online-Karte](#), einem Thermalbad von 1852 mit modernsten Einrichtungen, zum Erlebnis (Luso, Rua Álvarez Castelhões, [www.termasdeluso.pt](http://www.termasdeluso.pt)).

**8 Skifahren** Auch Portugal besitzt mit der 1993 m hohen Serra da Estrela [Online-Karte](#) > ein Skigebiet, das immerhin 19 Pisten aller Schwierigkeitsgrade aufweist. Vier Lifte sind für die Skifahrer im Einsatz ([www.skiserradaestrela.com](http://www.skiserradaestrela.com)).

**9 Bodysurfen an der Costa da Caparica** Dabei haben nicht nur Kinder Spaß in der Atlantikbrandung südlich von Lissabon Aufs Brett ins Meer werfen, mit den Füßen rauspaddeln und dann von den Wellen zurücktragen lassen. Je höher die Welle, umso größer der Geschwindigkeitsrausch.

**10 Mondscheintour** Bei Nacht durch das wilde Hinterland der Algarve wandern, mit Eseln als Begleiter, die das Gepäck tragen. Das gibt es auf einem deutschsprachigen Eselschutzhof bei Aljezur. 4 Std. dauert das Vergnügen, inklusive Picknickpause ([www.eselwandern-algarve.blogspot.com](http://www.eselwandern-algarve.blogspot.com), 30 €/Pers.).

## ... PROBIEREN SOLLTEN

**11 Cataplana** Kein Algarve-Aufenthalt ohne dieses gut gewürzte Schmorgericht aus dem Kupfertopf! Im A Ver Tavira > etwa reichlich mit Venusmuscheln und Krabben bestückt.

**12 Sardinien vom Grill** Durch Lissabons Altstadt weht der betörende Duft brutzelnder Sardinien, wenn in den Kneipen der frische Tagesfang auf dem Grill liegt. Eine bewährte Adresse in der Alfama: Grelhador de Alfama [Online-Karte](#) (Rua dos Remédios 137, Tel. 218 886 298, €€).

**13** Spanferkel Das *leitão* der Region Bairrada genießt einen legendären Ruf. Früher ein Festtagsbraten, gönnt man sich diese Spezialität jetzt nicht nur zu besonderen Anlässen, etwa im Restaurant Albatroz [Online-Karte](#) (Torre de Vilela, 8 km nördlich von Coimbra, IC 2 Fornos, Tel. 239 913 532, [www.restaurantealbatroz.pt](http://www.restaurantealbatroz.pt), €€).



© Jahreszeiten Verlag/Schmitz, Walter

Kabeljau wird traditionell zum Stockfrisch (*bacalhau*) getrocknet

**14** Stockfisch 365 Rezepte für *bacalhau*, für jeden Tag des Jahres eines, gibt es angeblich in Portugal. Die Delikatesse mit dem etwas eigenwilligen Geschmack können Sie sich z.B. in Porto im Restaurant Chez Lapin > munden lassen.

15 Entenreis *Arroz de Pato* fehlt fast nirgendwo auf der Speisekarte. Neben Entenfleisch kommt die Paprikawurst *chouriço* mit hinein. Absolut authentisch serviert etwa in Lissabon im Restaurant Cisterna [Online-Karte](#) (Rua de São Sebastião da Pedreira 31, Tel. 213 159 067, So geschl., €€).

16 Handwerklich gebrautes Bier Portugals Brauereitradition begründeten schon die Römer. In Vila Verde im Minho stellen zwei junge Brauer ein aromatisches Bier nach handwerklicher Art her, das weder gefiltert noch pasteurisiert wird. Bei ihrem »Cerveja Letra« stehen sechs Buchstaben (*letras*) für sechs Geschmacksrichtungen. Ihre jüngste Kreation heißt *Letra F* (India Pale Ale). Zu haben in Delikatessenläden und innovativen Bars/Restaurants ([www.cervejaletra.pt](http://www.cervejaletra.pt)).

17 Bergkäse Als ältester Käse Portugals machte der *Queijo Serra da Estrela* schon im Mittelalter von sich reden. Aus reiner Schafsmilch hergestellt, trägt er das DOP-Herkunftssiegel. Beim Lagern wird er innen cremig. Kenner schneiden einen Deckel ab und entnehmen den Käse mit Messer oder Löffel, um ihn aufs Brot zu streichen (in Feinkostläden).



© Shutterstock/Mylova, Natalia  
Chouriço aus den Bergen mit Oliven

**18** **Wurstwaren aus Monchique** Der Gebirgsort > ist bekannt für seine Paprikawurst (*chouriço*) und Blutwurst (*morcela*) vom Schwarzen Schwein (*porco preto*). Aus eigener Fabrikation verkauft Evangelista de Oliveira (Calçada de Santo António 33, [www.evangelistadeoliveira.com](http://www.evangelistadeoliveira.com), Mo-Sa 9-13, 15-19.30 Uhr).

**19** **Marzipanfrüchte** Wohl Portugals schönstes Marzipan, zu bunten Früchten oder Tierfiguren geformt, hält die Konditorei Taquelim Gonçalves [Online-Karte](#) in Lagos bereit (Rua da Porta de Portugal 27/31, Tel. 282 762 882).

20 **Ökowein** Landesweiter Pionier in Sachen biologische Weine ist die Quinta do Montalto [Online-Karte](#) ([www.quintadomontalto.com](http://www.quintadomontalto.com)) bei Fátima. Die Produktion fußt auf Rezepten des Zisterzienserordens. Probieren Sie den Rosé »Medieval de Ourém« zu leichten Pastagerichten. Im Verkauf landesweit in Bioläden, z.B. in Lissabon bei Amor Bio [Online-Karte](#) (Praça de Alvalade 9, [www.amorbio.pt](http://www.amorbio.pt), Mo-Sa 9.30 bis 20.30, So 10-18 Uhr).

### ... BESTAUNEN SOLLTEN

21 **Casa dos Bicos** [Online-Karte](#) Nicht weit vom Tejo, am Fuß der Alfama, steht in Lissabon der Stadtpalast aus dem 16. Jh., aus dessen heller Fassade unzählige Spitzquader in Form geschliffener Diamanten ragen (Rua dos Bacalhoiros 9-11).

22 **Taubenhäuser** In der Terra Fria im äußersten Nordosten Portugals werden die weiß gekalkten, hufeisenförmigen Taubenschläge gerade wiederentdeckt, nachdem viele bereits verfallen waren. Besonders sehenswert die *Pombais* von Cova de Lua (Espinhosela) im Parque Natural de Montesinho >.

23 **Trockenfisch** Wie in alten Zeiten legen die Fischer von Nazaré den überschüssigen Fang am Strand zum Trocknen aus, als Vorrat für magere Zeiten. Die zur Sonne ausgerichteten Trockengestelle sind heute eine Attraktion im Ort.

24 **Daniel in der Löwengrube** Das bekannte Motiv aus der Bibel ist wunderschön dargestellt auf einem Säulenkapitell

in der Rotunde, der Rundkirche der Templer aus dem 12. Jh. in Tomar >.

**25 Sintras Wahrzeichen** Zwei riesige, konische Schornsteine bekrönen die alte Palastküche des Paço Real >. Sie sind schon von Weitem erkennbar und stehen für die Monumentalität der ehemals königlichen Sommerresidenz.

**26 Baumfarne** Urweltlich muten die schlanken Baumgestalten mit der fiederblättrigen Krone an. Von Seefahrern vergangener Tage aus Neuseeland importiert, verleihen sie heute dem Vale dos Fetos (Farntal) im Wald von Buçaco sein exotisches Gepräge >.

**27 Wasserfälle** Von ungewöhnlicher Schönheit sind im Parque Natural do Alvão > die Cascatas do Bilhó. Am Rio Cabrão stürzen die Wasserfälle über blankgeschliffenes Gestein in einen kristallklaren Badetümpel.



© AWL Images/Copson, Alan

Die Steilküste der Costa Vicentina öffnet sich zur feinsandigen Praia da Bordeira

**28 Steilküste** An der Westküste der Algarve, der Costa Vicentina, ist die Welt noch in Ordnung. Unberührte Felsklippen wechseln mit Naturstränden wie der Praia do Amado bei Carrapateira ab. Holzplankenwege führen zu den schönsten Aussichtsstellen.

**29 Storchennester** Gleich reihenweise nisten an der Algarve Störche mitten in der Stadt, auf Kirchtürmen oder gern auch auf ausgedienten Schornsteinen, wie in Portimão auf den Schloten der ehemaligen Fischfabriken am Hafen.

**30 Mythologische Motive** In der antiken Stätte Conímbriga > sind im Säulenhof der Casa dos Repouxos farbenprächtige