

AVEIRO AS NOVAS VIBRAÇÕES DA CIDADE DOS CANAIS

EVASOES

#286

Chefs na horta

PASSAM O TEMPO ENTRE A COZINHA
E O CAMPO POR PAIXÃO PELA FRESCURA



SEMANAL DE 18 A 24 DE SETEMBRO DE 2020

*ESTA REVISTA INTEGRA A EDIÇÃO DE SEXTA-FEIRA DO JORNAL DE NOTÍCIAS E, A PARTIR DE SÁBADO, É VENDIDA SEPARADAMENTE PELO PREÇO DE 1,60 €

EVASÕES

O LADO BOM DA VIDA

EVASOES.PT

CONTINUE A COMER EM CONTA

A RUBRICA "**COMER EM CONTA**" VOLTA ÀS PÁGINAS DA EVASÕES PARA LHE DAR A CONHECER OS MELHORES LOCAIS, DE NORTE A SUL, PARA **COMER BEM E A BOM PREÇO**.

AQUI ENCONTRA RESTAURANTES, ADEGAS, TASQUINHAS, CASAS DE PASTO E OUTROS ESPAÇOS QUE SERÃO DISTINGUIDOS COM O **SELO EVASÕES**. NÃO PERCA, TODAS AS SEXTAS.



*DE SÁBADO A QUINTA, NAS BANCAS POR 1,60€.

EVASÕES

GRÁTIS, TODAS AS SEXTAS COM O JORNAL DE NOTÍCIAS*

JN

EVASOES

18 A 24 DE SET

evasoes@jn.pt
www.evasoes.pt

NA CAPA FELICE JEVA (CANTANHEDE) FOTOGRAFIA DE MARIA JOÃO GALA/GI

SUMÁRIO



30 **AVEIRO**

Entre espaços novos que abriram nos últimos meses e outros que se renovaram, a cidade dos canais está com um brilho especial. Suba a bordo do moliceiro.



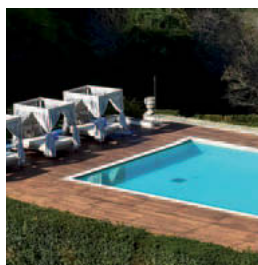
06 **COMPRAR** **COMÉRCIO JUSTO NO PORTO**

A Araucana abriu recentemente na Rua dos Caldeireiros com peças de roupa intemporais e de marcas de compromisso sustentável.



26 **COMER EM CONTA** **MESA MINHOTA AUTÊNTICA**

Um cantinho em Guimarães para comer boa comida do Minho a bom preço, gerido por uma família e com petiscos especiais em dias certos.



36 **FICAR** **TIVOLI PALÁCIO DE SETEAIS**

Um palácio idílico no meio da serra de Sintra que reabriu renovado e com um leque de serviços para o público em geral.



40 **PLANEAR** Destaques de filmes, séries de televisão e documentários, bem como a programação televisiva.

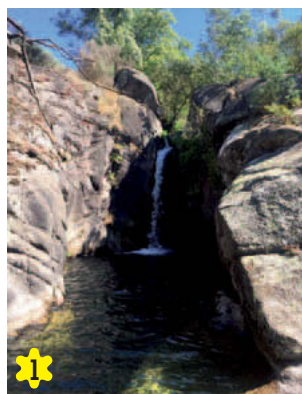
APETECE LER 8 • VINHOS FERNANDO MELO 22-23 • RESTAURANTES MOMO 28 • OPINIÃO CARINA FONSECA 50

Rasgar um tomate fresco com os dentes, depois de sorver o incomparável perfume do tomateiro; trincar uma folha de rúcula picante; afagar uma beringela ou um pimento pendurados como brincos nos seus ramos - são ricas e marcantes as experiências da horta. Tanto para quem gosta de cozinhar como para quem gosta apenas de comer, ir à horta colher frescos é algo empolgante e inspirador. Os chefs que nos mostraram as suas hortas, de Famalicão ao Funchal, passando pela Ericeira e Cantanhede (onde o chef Felice Jeva, na capa desta revista, tem a sua horta), deixaram-nos esse testemunho de encantamento criativo, que teve como resultado este tema de capa.

A história do chef Renato Cunha, do Ferrugem, mostra como se pode criar algo de bom com algo que foi mau: fechado o seu restaurante durante a quarentena, criou uma horta com a mulher, e ainda com a ajuda do seu pai, experiente hortelão. Depois, começou a fazer jantares em potes de ferro, ao ar livre, onde se pode apreciar o ato de cozinhar à moda antiga antes de provar o resultado. Durante o confinamento, uma nova rubrica que criámos aqui na Evasões sobre cultivar (mesmo em varandas) foi das mais lidas na nossa página de Internet, semana após semana - o apelo de fazer o caminho da terra à comida, mesmo num vaso na varanda, parece ser algo ancestral e que nos marca enquanto seres vivos.

Além das hortas e do campo, nesta edição pode ainda inspirar-se para um passeio pela cidade, embora por uma cidade que não é bem igual às outras. Trata-se de Aveiro, e das suas veias de ria, onde os jornalistas Nuno Cardoso e Maria João Gala descobriram uma pulsação vibrante. Revigorada depois do confinamento, a princesa da ria está a pedir uma visita demorada. Falamos ainda de mesas que vale a pena conhecer na Póvoa e em Guimarães e de um hotel encantado na serra de Sintra. Boas evasões. **DORA MOTA**

NESTA SEMANA FUI...



ÀS QUEDAS DA CANDOSA

Fui no caminho da nascente do Ave, entre campos ainda

cultivados, árvores e pequenos moinhos desativados, sempre com o rio por perto. O trilho de oito quilómetros (ida e volta), começa em Lamedo, na freguesia de Rossas, Vieira do Minho, e termina no centro de Agra, uma aldeia recuperada. O esforço é recompensado pelas lagoas formadas por cascatas, de que a Candosa é a mais notável, com que nos cruzamos pelo caminho e pelos muitos lugares refrescantes onde é possível retemperar forças depois de um mergulho nas águas límpidas do Ave. **PAULA FERREIRA**



VER JOGAR O PAU

Conhecia o jogo do pau pelas descrições dos livros de Camilo Castelo Branco, que volta e meia faz soar pauladas nos seus contos e novelas. Não imaginava que, um dia, teria em casa um jogador deste jogo tradicional português, com séculos de história (e de resistência). Este domingo, acompanhei em Fafe (nas freguesias de Cepães e Fareja) um evento ambulante que juntou teatro e jogo do pau, com o propósito de mostrar à população como a tradição apareceu e se instalou ali. E o meu filho mais novo pôde aprender a brincar com os mestres de Cepães. **DORA MOTA**

EVASÕES NA REDE



WWW.EVASOES.PT



14 114 visitas
12 312 visualizações

O casal Maria Rosalina e Manuel Barbosa, guarda discreto, ao cimo da Rua da Corredoura, no centro de Caminha, um tesouro bem guardado. O amor que os une há 43 anos e que parece que se transmite para os apetitosos petiscos e bolos.

ENLACES [AR LINDO](#) [COMER](#) [BEBER](#) [DO DO BRANCO](#) [FAMALICÃO](#) [ALGARVE](#) [GUARDA](#)

Caminha: nesta tasquinha já se servem petiscos há 40 anos



APETECE CONTAR

AS EVASÕES DA EQUIPA QUE FAZ A EVASÕES



CONHECER A VILA DE DORNES

Há um par de anos, escrevi sobre retiros para sarar corações partidos, no JN, e um deles era em Dornes, vila do concelho de Ferreira do Zêzere que me foi apresentada como um lugar encantado, a visitar. Finalmente, aconteceu, e logo num dia de verão que convidava a desfrutar do rio, animado por barcos a pedais e pranchas de stand-up paddle. Claro que, antes, deambulei pelas bonitas ruas de uma terra cujos grandes atrativos turísticos são a Torre Pentagonal que terá sido erguida pelos cavaleiros templários para vigiar o vale do Zêzere e a Igreja de Nossa Senhora do Pranto, com o seu surpreendente órgão de tubos oitocentista. **CARINA FONSECA**



3

🍴 O PRATO DA SEMANA

O LUXO DE SABOREAR PRODUTOS SÓ NOSSOS

MELÃO CASCA-DE-CARVALHO, PAIO DE PORCO BÍSARO E RÚCULA DA HORTA DO CHEF, NO FERRUGEM, EM FAMILICÃO

No restaurante Ferrugem, na Portela, em Vila Nova de Famalicão, o foco está nos produtos. Um bem minhoto e diferenciador é o melão casca-de-carvalho, fruto pouco doce, apimentado e com libertação de gás carbónico, que tem agora o seu pico de produção. “Este melão é nosso, é único, uma experiência que não se consegue reproduzir”,

defende o chef Renato Cunha, que o considera um luxo. Nesta entrada, o melão tem o seu sabor picante potenciado pela flor de sal com malagueta da marca algarvia Salmarim. Habitualmente, surge acompanhado por paio de porco bísaro e rúcula selvática da horta do chef, embebida numa vinagreta feita com geleia de nabo. Preço: 12 euros. **CF**



Leia mais na página 12

OS MAIS PROCURADOS NA SEMANA PASSADA

[FACEBOOK.COM/REVISTA.EVASOES](https://www.facebook.com/revista.evases)



7577 pessoas alcançadas
187 interações

A Ciclovia do Tejo chegou há dois verões e veio trazer passeios cicláveis e pedonais pelo Estuário do Tejo, sem barulhos e pressas, na Póvoa de Santa Iria. Pelo caminho, avista-se o Parque das Nações.



EVASOES.PT
Póvoa: a ciclovia que permite pedalar à beira de um Tejo sereno

[INSTAGRAM.COM/EVASOES.PT](https://www.instagram.com/evases)



807 gostos

Do mar a pesca, o peixe, as praias, o cheiro a maresia, as pessoas. Do campo o pão, os queijos, os peregrinos. Sesimbra vive do mar, mas não tem de começar e acabar nele. Eis um roteiro alternativo pela vila e arredores.





PEÇAS PARA UM ESTILO NATURAL

PORTO A Araucana promove o consumo consciente de roupa, recorrendo a marcas sustentáveis e a um atelier de upcycling, onde se dá uma nova vida a peças antigas.

TEXTO DE ANA LUÍSA SANTOS FOTOGRAFIA DE PEDRO GRANADEIRO/GI

Peças de roupa elegantes e intemporais, produzidas de forma sustentável, por marcas com preocupações de comércio justo, preenchem a Araucana, uma loja que abriu recentemente na Rua dos Caldeireiros, no Porto.

O pequeno espaço, de ambiente despojado, foi o lugar escolhido por Alexandra Alves para dar casa ao seu projeto, cujo nome se inspira no poema Cien



Sonetos de Amor, de Pablo Neruda. “Talvez tu não saibas, araucana, / que quando, antes de te amar, me esqueci dos teus beijos / meu coração ficou recordando tua boca (...)” foi a passagem do poema que inspirou Alexandra. “O requinte numa mulher é aquele que se vê num segundo olhar”, declara.

Graças a esta convicção as peças escolhidas para a sua loja não têm cores cores berrantes ou pa-

drões chamativos. Foi antes dado privilégio à qualidade da confeção, aos tons neutros e aos materiais naturais, que dão forma a vestidos, saias, blusas e roupa de praia.

À Thaikila - a insígnia de biquínis e fatos de banho feitos a partir de garrafas de plástico recicladas, que Alexandra conheceu numa viagem à ilha indonésia de Bali, e que acabou por inspirar todo o projeto -, juntam-se marcas como a Muta, Pé de Chumbo, Wheat and Rose e Sensify. São todas produzidas em Portugal, em pequenas quantidades, com recurso a materiais na-





Na loja, há peças de marcas empenhadas no comércio justo e com um propósito de estilo intemporal



turais como o algodão, o bambu, a seda e o linho.

Também presente na loja está a marca dinamarquesa Laila, a espanhola Shopyte - que planta uma árvore por cada peça vendida, através da organização One-TreePlanted -, a indiana Payal Khandwala e a colombiana Carolina Ronderos, cuja produção manual de algumas peças é garantida por artesãos locais, comunidades indígenas e reclusos colombianos.

A promoção da sustentabilidade faz-se mais além das marcas expostas. A Araucana apresenta também um atelier de upcycling, onde a designer Ana Andergassen dá nova vida a peças de roupa desatualizadas ou pouco usadas, como os vestidos de cerimónia. Porque não há nada mais sustentável do que usar aquilo que já temos.●



MARCA PRÓPRIA

AS PRIMEIRAS PEÇAS FORAM DUAS SAIAS EM SEDA, TINGIDAS COM MATÉRIAS-PRIMAS VEGETAIS, COMO A COUVE-ROXA E FOLHAS DE AMEIOEIRA. EM BREVE, SERÃO LANÇADOS OS CASACOS EM BUREL.

ARAUCANA

Rua dos Caldeireiros, 108
Tel.: 937453350
Web: facebook.com/araucanaporto
Das 12h às 20h; quinta, sexta e sábado, até às 21h.
Encerra ao domingo.

PORTO CENTRO

DENTES FIXOS EM 24H



CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA
SANTA CATARINA

◆ *desde 1968* ◆



225 093 518



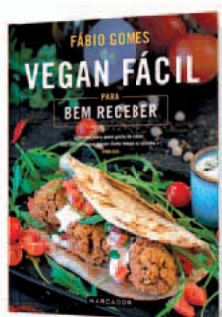
cdsantacatarina.pt

UMA MESA VEGAN PARA DAR CONFORTO

CULINÁRIA Um livro de receitas para ajudar os que gostam de se reunir à volta de uma refeição sem grandes complicações. E mostrar que é possível comer bem e apresentar pratos bonitos sem contribuir para esgotar os recursos do planeta. Saia um tofu à lagareiro e para sobremesa porque não umas rabanadas? **TEXTO DE PAULA FERREIRA FOTOGRAFIA DR**

Quem pensa que os pratos vegan não fazem uma bela mesa e não deixam os convidados satisfeitos, encontrará neste livro muitos argumentos para mudar de opinião. Fábio Gomes mostra como é possível fazer comida sem proteína animal, apetitosa e bonita.

Se o seu primeiro livro – “The Lazy Vegan Cook Book” – nasceu da necessidade de reunir receitas fáceis de confeccionar – partindo do pressuposto que “se uma receita simples é deliciosa, porquê complicar?” –, esta segunda incursão no mundo dos livros de culinária é para aqueles se querem “divertir e brilhar puramente pelo sabor, sem ter que se preocupar demasiado



VEGAN FÁCIL PARA BEM RECEBER

Fábio Gomes

MARCADOR

208 PÁGINAS

PVP: 17,90 EUROS

com as calorias”. Enfim, um livro para ajudar a conseguir bons momentos entre família e amigos.

Tem outra enorme virtude este novo livro de Fábio Gomes: muitas das receitas acompanham a tradição gastronómica portuguesa, permitindo aos vegan e aos que praticam uma dieta dita normal degustarem os mesmos pratos na mesma refeição. Ou seja, neste livro encontramos arroz de “marisco”, massa de “peixe”, “bacalhau com natas”, tofu à lagareiro, feijoada e rancho, empadão de lentilhas e até bifes... de seitan à alentejana

Para facilitar a vida a quem decide por a mão nos tachos, a obra está dividida em várias categorias, que respeitam a cadência de uma refeição. A abrir, os essenciais, ou

seja, ingredientes ou molhos para preparar o que vem a seguir, ou guardar para ter sempre à mão. Seguem-se as fundamentais entradas e petiscos, onde se incluem várias pastas, sopas e pequenas sandes e snacks para comer à mão. O livro prossegue com receitas para as refeições principais e termina, naturalmente, com as doces sobremesas.

O que está sobretudo patente neste livro é a preocupação do autor com o Mundo em que vivemos e a tentativa de diminuir a pressão do homem sobre o planeta e, desta vez, após um período de confinamento dar o seu contributo para que os amigos se voltem a aproximar. Cozinhando, ou não fosse este um ato de amor. ●

PARTILHAR RECEITAS E HISTÓRIAS

MEMÓRIAS Duas estrelas do Masterchef criam livro conjunto



COZINHA COM MEMÓRIA

de Luís Portugal e Pedro Jorge

INFLUÊNCIA

PVP: 19,99 EUROS

Depois de se terem conhecido no programa especial de Natal do concurso televisivo Masterchef, Luís Portugal (que se tornou chef profissional de cozinha em Bragança) e Pedro Jorge (que se revelou no Masterchef Júnior) desenvolveram uma amizade. Lançaram agora um livro a quatro mãos baseado na correspondência que foram trocando. Nos emails aqui publicados, falam das suas memórias culinárias. É isto que os une: um amor pelas tradições gastronómicas das suas regiões. Luís Portugal, transmontano, Pedro Jorge, ribatejano, trocam receitas que têm a ver com a história das suas terras e das suas vidas. O livro é prefaciado pelo chef Rui Paula. **LM**

Paraíso de natureza e biodiversidade

Boticas Parque *Em tempos em que se aconselha mais atividade ao ar livre sem grandes concentrações de pessoas, este é um destino onde se pode respirar ar puro, brincar, fazer desporto, conhecer produtos biológicos e até dormir.*

O Boticas Parque é uma pacata mostra de natureza e biodiversidade com vários espaços para miúdos e graúdos, e condições para passar uns dias de descanso individual ou em família.

Neste espaço serrano atravessado pelo rio Beça, a cinco quilómetros da vila do Boticas, é possível realizar caminhadas, passeios de bicicleta ou de caiaque e praticar pesca desportiva. Também proporciona o contacto com os animais (mamíferos, aves, anfíbios e insetos) da quinta pedagógica ou uma visita à horta biológica.

O parque dispõe de uma grande variedade de produtos biológicos: chás, infusões, ervas aromáticas, licores e sabonetes, muitos deles produzidos de forma artesanal com matérias-primas provenientes das colheitas ali realizadas.

Uma das componentes da criação deste parque é a preservação da biodiversidade e a valorização dos recursos naturais e característicos desta zona do Barroso, classificada como Património Agrícola Mundial. Outra das vertentes desenvolvidas é o estudo da fauna e da flora locais dado o seu elevado valor ecológico.

Quem quiser pernoitar, pode fazê-lo numa das Natur Houses, com tipologias T1 e T2, localizadas no coração do parque e com vistas privilegiadas para a paisagem envolvente. Estes alojamentos de construção moderna permitem desfrutar da tranquilidade do lugar, resguardados da confusão e da azáfama do dia a dia.

Na construção das duas unidades de alojamento foram usados materiais não poluentes, recorrendo ao método LSF (light steel framing) que permite reduzir em cerca de 70% os consumos de energia para aquecimento ou arrefe-



A DESCOBRIR AO REDOR

GASTRONOMIA

Carne de vitela da raça barrosã e de cabrito, derivados do porco e trutas recheadas com presunto são alguns exemplos da gastronomia no concelho, a que se junta o mel, o pão de centeio, a bola de carne e o folar.

ARTE E PATRIMÓNIO

Centro de Artes Nadir Afonso, Centro de Interpretação do Parque Arqueológico do Vale do Terva (Bobadela), Museu Rural de Boticas, Centro Europeu de Documentação e Interpretação da Escultura Castreja e Loja Rural de Produtos de Montanha. Todos com entrada gratuita.

Boticas Parque – Natureza e Biodiversidade Estrada Nacional 311, 2, Relva – Vilar, Boticas. Tel.: 276 410 206.

Receção: quarta a domingo, das 10 às 12h30 e das 14 às 18 horas. Bar do jardim (junho a setembro): das 13 às 19 horas.

Pesca desportiva (fins de semana de março a setembro): das 10 às 13 e das 14 às 18 horas. Web: boticasparque.com



CAPA

OS CHEFS QUE PÕEM

A PAIXÃO PELA TERRA QUE NASCEU
NA INFÂNCIA, O PRAZER DE CULTIVAR E
COLHER E AINDA O IMENSO SABOR DOS LEGUMES
CRIADOS EM PEQUENA ESCALA FORAM OS
PRINCIPAIS MOTIVOS QUE LEVARAM ESTES
CHEFS A DEDICAR-SE ÀS SUAS HORTAS.



MÃOS À HORTA

DELAS, RETIRAM PRODUTOS PARA OS PRATOS DOS SEUS RESTAURANTES E AINDA SAÚDE E ALEGRIA. FIQUE AINDA A CONHECER UM PROJETO DE HORTA QUE PROMOVE A INCLUSÃO SOCIAL.

TEXTOS DE CARINA FONSECA
E NUNO CARDOSO



Chef

RENATO CUNHA

FRESCOS DE QUALIDADE
PRODUZIDOS EM FAMÍLIA

+ Restaurante Ferrugem

FAMALICÃO Renato Cunha gosta de trabalhar com produtos orgânicos e marcadamente portugueses. Muito do que serve no restaurante Ferrugem, provém de duas hortas familiares – uma cuidada pelo pai, de 80 anos; a outra criada pelo próprio chef, com a mulher, durante a quarentena.

TEXTO DE **CARINA FONSECA**. FOTOGRAFIA DE **PAULO JORGE MAGALHÃES/GI**

FERRUGEM

Rua das Pedrinhas,
32, Portela, Vila
Nova de Famalicão
Tel.: 252911700
Web: ferrugem.pt
Das 12h às 14h30
e das 20h às
22h30 (horário
de entrada).
Encerra domingo
ao jantar e se-
gunda todo o dia.

Preço médio:
60 euros (com
bebidas); menus
de degustação
desde 40 euros
(complemento de
vinhos, 20 euros).



UM TRUQUE

NÃO É POR ACASO QUE NA HORTA DE RENATO E ANABELA HÁ ZINIAS. UM DOS SEUS CONSELHOS PARA PROTEGER AS CULTURAS É TER NAS BORDADURAS PLANTAS E ERVAS AROMÁTICAS QUE ATRAÍAM INSETOS COMO A JOANINHA, QUE "COME O EQUIVALENTE AO SEU PESO EM PRAGAS".

É tal o entusiasmo de Renato Cunha pelo que a terra dá de bom, que não tem uma, mas duas hortas familiares a abastecer o Ferrugem, o restaurante de cozinha de autor que abriu há praticamente 15 anos, em Vila Nova de Famalicão. A primeira fica na casa onde cresceu, em Ribeirão, e é cuidada pelo pai, Francisco, de 80 anos, sem recurso a pesticidas e adubos químicos.

“É uma horta completamente biológica, embora não certificada”, explica o chef. Tem desde tomate de várias qualidades até penca, pimenta-malagueta, poejo, salva, hortelã, morangos ou capuchinhas, umas flores alaranjadas cujo sabor picante vai crescendo na boca, também conhecidas como chagas.

Há muito que Renato Cunha usa no restaurante ervas aromáticas e outros ingredientes vindos da horta dos pais. Dois produtos com forte identidade portuguesa que aprecia bastante são o tomate coração de boi e a feijoa bran-

ca, uma leguminosa caída em desuso. Mas há mais: durante a quarentena, o chef criou uma horta com a mulher, Anabela Rodrigues Cunha. Fica bem perto do Ferrugem, na Casa Ana Monteiro (uma pequena quinta que os avós paternos de Anabela cultivavam e ela converteu em alojamento), e foi feita de raiz, segundo ensinamentos dos mais experientes, entre eles o pai de Renato.

Assim aprenderam a combater as pragas sem químicos ou a “capar os tomates”, isto é, cortar alguns rebentos que tiram energia à planta (os chamados ladrões), para conseguir frutos mais vigorosos. O trabalho braçal constante – até porque é preciso controlar as ervas daninhas – tem dado resultados. “A rúcula de lá é a melhor que já provei; parece que se está a comer malagueta com nozes”, descreve o chef, que apostou no que mais gosta de ver na mesa: tomates, abóboras, beterrabas, batata-doce, feijão-verde, feijoca, melancia...

“Dá muito trabalho, mas também

muito gozo tirar os produtos da horta, comê-los e partilhá-los com os outros”, garante, satisfeito por acompanhar o processo do prado ao prato. Outra vantagem é “ter produto de melhor qualidade, com a confiança de que é 100% seguro”, salienta.

Quem vê Renato de jaleca - no Ferugem, onde apresenta uma visão contemporânea da cozinha minhota e trabalha com menus de degustação, ou a cozinhar em potes, à antiga (ler caixa) - não imagina que deu aulas de informática durante anos, apesar da sua queda para as áreas criativas.

Quando percebeu que cozinhasse por intuição e as pessoas apreciavam os seus pratos, investigou, fez-se cozinheiro, e as coisas foram acontecendo. Hoje, dá aulas na mesma, mas de Gestão da Hospitalidade, na Universidade Portucalense. E ainda assume o cargo de chef executivo no Vinha Boutique Hotel, que vai nascer em Oliveira do Douro, Vila Nova de Gaia - também ele com horta própria.

+ COZINHA EM POTES

Renato Cunha tem apostado em encontros informais, ao ar livre, onde dá a saborear comida feita em potes, em fogo de chão, com menus às cegas e uma seleção de vinhos premium. Os pratos são confeccionados, durante horas, em velhos potes de ferro fundido - quatro a seis por edição, sendo a próxima no dia 26. É um misto de workshop, showcooking e degustação, a decorrer na Casa Ana Monteiro (Portela, Vila Nova de Famalicão). Em sessões passadas, o chef serviu caldo de peixe à moda dos Açores, feijoada de línguas de bacalhau, caldeirada de cabrito, leite-creme ou uma cremosa aletria. Preço: 70 euros por pessoa; grátis para crianças até aos 12 anos.



CAPA



Chef

FELICE JEVA

O ITALIANO QUE ADORA A TERRA E O MAR

+ Restaurante Italianino

COIMBRA O italiano Felice Jeva veio a Portugal fazer surf e não quis mais ir embora. Abriu o restaurante Italianino, com pizzas artesanais e massas frescas, em Coimbra, e fixou morada em Cantanhede, um "paraíso" de vinhas e ondas.

TEXTO DE **CARINA FONSECA** FOTOGRAFIA DE **MARIA JOÃO GALA/GI**

A horta dos agricultores Ulisses Teixeira e Ana Dias já abastece o restaurante Italianino, que Felice Jeva abriu no início do ano, junto à Sé Velha, em Coimbra; mas o chef italiano também quis pôr as mãos naquele terreno viçoso, na localidade de Gesteira, Cantanhede.

À segunda-feira, Felice encerra a cozinha do Italianino e vai à Quinta dos Sardões ver como evoluem as culturas e o que é preciso fazer. Preza muito o que a natureza dá em cada estação, e está familiarizado com os trabalhos agrícolas, pois em miúdo passava as férias a trabalhar nas terras dos avós, no Sul de Itália, em torno do vinho, do azeite e mais.

Se há algo que valoriza é a "comida boa e saudável" - faz questão de pô-la



+ NO PARAÍSO HÁ SURF E TOMATE FRESCO

Felice Jeva, italiano de 50 anos, leva três deles apaixonado por Portugal. Chegou de férias, para surfar, e não saiu mais – até porque, entretanto, caiu de amores também por Gabriela Sobral, a companheira, que o apoia no restaurante. Antes de abrir o Italianino, de cozinha italiana (primeiro na Praia da Tocha, agora em Coimbra), Felice habitou e teve negócios em países como Itália, França, Áustria ou Espanha. Hoje, vive em Cantanhede, entre o campo e o mar – para ele, “é o paraíso”. Orgulha-se de não comprar tomate em lata, mas de o levar para o restaurante em caixas, fresco e aromático, pronto a entrar numa dança com o sal e a pimenta. A sua filosofia pode ser resumida numa frase: “Qualidade de vida não é ter milhões no banco, é ser saudável”.

na mesa, tanto no restaurante como em sua casa, que fica ali mesmo, em Cantanhede.

O chef mostra-se tão satisfeito a preparar pizzas artesanais e massas frescas como a admirar a horta que lhe fornece cebola, alho, tomate, curgete, pimento, beringela e outros ingredientes para os seus pratos com molhos “de verdade”. Dali se recolhe ainda manjerição, alecrim, aipo, abóbora, beterraba ou pepino africano (chifrudo, no Brasil).

E daquela horta sai ainda a batata velha de aspeto menos sedutor, inaceitável nas grandes superfícies comerciais, mas essencial para fazer gnocchi. É também naquele terreno que são criadas as galinhas e outras aves que sabem o que é ter liberdade de movimentos e patas assentes na terra – e cujos ovos Felice leva para o restaurante.

**DA HORTA
EM CANTANHEDE,
SAEM A CEBOLA,
O ALHO E O PIMENTO,
ENTRE OUTROS
LEGUMES, COM QUE O
CHEF FAZ OS PRATOS
E OS MOLHOS. E ALI
TAMBÉM SÃO CRIADAS
GALINHAS QUE DÃO
OVOS FRESCOS**

Os hortelãos Ulisses e Ana vendem os seus produtos nos mercados de Cantanhede, ao sábado, e da Tocha, ao domingo. Ele, que era carpinteiro e ainda faz artesanato em madeira nas horas livres, resolveu mudar de vida. Pratica uma agricultura que lhe ocupa os sete dias da semana e ainda obedece ao ritmo das estações, enquanto no supermercado há de tudo, todo o ano. “Eu tenho de ter saudades de comer uma lançanja; devíamos ter todos”, defende o agricultor. E Felice aprova, com um sorriso.

ITALIANINO
Rua Borges
Carneiro, 2/4,
Coimbra
Tel.: 939651086
Web: facebook.
com/Italia-
nino2020
Das 12h às 15h
e das 20h às 23h.
Encerra à segunda.
Preço médio:
15 euros



UM TRUQUE

OS GIRASSÓIS ESPALHADOS PELA HORTA SÃO UMA MANOBRAS DE DISTRAÇÃO: ATRAEM OS PÁSSAROS, QUE ASSIM NÃO ATACAM TANTO OS FIGOS E OUTRAS CULTURAS. ULISSES TAMBÉM APLICA NAS COUVES UMA MISTURA DE VINAGRE E ÁGUA, PARA AFASTAR AS MOSCAS.



Chef

PEDRO REBELO DOS SANTOS

A PAIXÃO PELO CAMPO QUE VEIO DAS AVÓS

+ Restaurante Glass Terrace

CASCAIS Com a chegada de Pedro Rebelo dos Santos ao Sheraton Cascais Resort, a nova horta biológica enriqueceu a cozinha do Glass Terrace, que tem carta renovada. Uma necessidade e um dever, mas também uma paixão pelo cultivo, que vem desde criança. **TEXTO DE NUNO CARDOSO FOTOGRAFIA DR**

Onde antes se plantavam apenas algumas ervas aromáticas surgiu uma horta biológica com seis camas de cultivo e uma variedade de legumes. “Estamos a usar tudo o que aqui temos, com muito orgulho. A horta está a ficar como a minha cabeça, está a ficar careca”, ri-se Pedro Rebelo dos Santos. Esta é uma das mudanças mais visíveis que trouxe ao Sheraton Cascais Resort, desde que chegou para liderar a cozinha do Glass Terrace, há ano e meio.

Por aqui, semeia-se tomate, couve roxa e branca, alface, pimentos, abóbora, salva, poejo, coentros e funcho, mas a ideia é ir rodando as produções con-

soante a estação. Para além da aposta na sustentabilidade, o restaurante deste cinco estrelas ganhou “uma cozinha mais mutável” e rica. “Mais do que uma necessidade, criar esta horta foi um dever nosso de mostrar a origem das coisas. É fundamental usarmos os produtos de época no momento e sítio certos, com o sabor certo”, explica o chef.

Desde criança que está habituado a

cultivar herança que ganhou das avós, “sempre muito castiças, muito ligadas à terra”, tanto na Lourinhã como na capital. “Sempre me deu muito estímulo, em miúdo, ir para os campos e as hortas. Na Lourinhã, ajudava na apanha da uva, tenho muitas memórias de aipos e couves também. A minha avó paterna também tinha um jardim secreto em Lisboa onde plantava umas coisas. Uso

GLASS TERRACE
Sheraton Cascais
Resort
Rua das Palmeiras,
Lote 5 (Cascais)
Tel.: 214829100
Web: sheratoncas-
caisresort.com
Das 12h30 às
15h30 e das 19h
às 22h30. Sábado
e domingo, brunch
das 12h30 às 16h.
Não encerra.
Preço médio:
40 euros.



UM TRUQUE

É BEM SIMPLES. “A MINHA MÃE E AVÓ SEMPRE ME DIZIAM: ‘FALA COM AS PLANTAS, QUE ELAS DÃO-TE RETORNO’. O TRUQUE É O EMPENHO DIÁRIO, É NUTRIR, ALIMENTAR COM CARINHO, COMO SE TRATASSE DE UM FAMILIAR”, CONTA PEDRO.



+ FRESCURAS NA CARTA

A nova carta reflete não só o que a terra dá, como a multiculturalidade da equipa de Rebelo dos Santos, com cozinheiros de vários países. Ao almoço, provam-se propostas frescas e mais leves como o ceviche de peixe branco de mercado com texturas de batata doce; gaspacho de melão, gengibre e hortelã; e entrecôte grelhado com legumes da estação e jus de vinho do Porto. À noite, abre-se caminho para o tártaro de novilho com maionese de ostras; os Portobello com batata doce e legumes da horta; o peixe do dia assado com legumes, com o que chega de mais fresco da nossa costa, da lota de Peniche à de Sagres, da corvina ao robalo de mar, pampo e sarrajão. “Somos muito abençoados com a riqueza de peixe que temos”, adianta o chef.

aqui essas memórias”, recorda o chef.

No seu cantinho verde em Cascais, que faz companhia à esplanada do restaurante, ao amplo jardim do hotel e à piscina exterior mais à frente, as rotinas são “poucas ou nenhuma”, conta Pedro. A horta tem sistema de autorrega e só precisa que se alimentem os vermicompustores com as cascas de ovos juntas com cascas e pedaços de legumes mais pisados.

Às quintas-feiras, qualquer pessoa pode fazer uma visita com o chef pela horta, que explica mais sobre ela, mas há margem de manobra para isso acontecer a qualquer dia. “Há clientes que gostam de ficar a ver a rega, perguntam coisas e ficam curiosos”, frisa.





CAPA

Chef

ANDRÉ REBELO

UMA HORTA COM ESPLANADA E VISTA

+ Restaurante Jangada



UM TRUQUE

PARA QUEM QUEIRA INICIAR UMA HORTA EM CASA, "PESQUISA E DEDICAÇÃO SÃO O ESSENCIAL", EXPLICA. "HÁ COISAS QUE NÃO VÃO SAIR COMO QUEREMOS. A HORTA DEPENDE DE MUITOS FATORES, DO CLIMA AOS BICHOS".

ERICEIRA A procura de um caminho cada vez mais biológico e sustentável levou André Rebelo a criar uma horta para reforçar o restaurante do hotel You And The Sea. Ali, nascem abóboras, batatas-doce e couves com vista para o mar. TEXTO DE **NUNO CARDOSO** FOTOGRAFIA DE **DANIEL MATIAS/DR**



Dois anos depois de abrir portas, o quatro estrelas You And The Sea, na Ericeira, aposta num novo espaço ao ar livre que junta esplanada, petiscos, bebidas, rampa de skate, campo de futebol, galinheiro, zona infantil, gaivotas criadas por Bordalo II e uma horta biológica, com vista para o mar.

É junto a este La Barraque, que inclui um passadiço direto do hotel para a Praia do Sul e só está disponível para hóspedes, que o chef André Rebelo cultiva os frescos que usa na cozinha do Jangada, o restaurante do hotel, aberto a todos.

André encara a horta como uma inevitabilidade do caminho que segue a gastronomia. “É fácil de perceber que a evolução da cozinha passa por ser

NA HORTA PERTO DO MAR CULTIVA NABO, COUVE-CORAÇÃO, FAVAS, MILHO E ABÓBORA QUE SERVE DE BASE A UM PRATO VEGETARIANO

cada vez mais biológica e autossustentável. Em Lisboa é mais difícil conseguir-lo, mas aqui na Ericeira temos espaço para o fazer”, explica o chef.

Os legumes “mais resistentes e que aguentam melhor um clima mais alternativo” dão-se bem por estas bandas, casos do nabo, da couve-coração,

das favas e do milho, mas também da abóbora, que serve de prato vegetariano, assada com mascarpone e arroz selvagem, e da batata-doce, que acompanha o ceviche de corvina num puré.

O tomate e o manjerição são fortes aliados para a base das pizzas, que também se fazem aqui em forno a lenha, mas André Rebelo também cultiva melancias, cebolas, morangos e ervas aromáticas, por exemplo.

A diferença rapidamente se fez sentir. “Para além de o sabor ser diferente, dá-me muito mais gozo ter uma cozinha assim”, adianta o chef, que terá nova carta em outubro. Até lá, o restaurante do hotel You And The Sea traz à mesa, a qualquer hora, pratos como o tenro pica-pau de alcatra, os croquetes de pato ou o arroz de sapateira e camarão tigre, a definição de conforto.

JANGADA
Rua das Silvas, 2
(Ericeira)
Tel.: 261243370
Web: youand-thesea.pt
Das 12h às 22h30.
Sexta e sábado, até às 23h. Não encerra.
Preço médio: 25 euros.



CAPA



UM TRUQUE

QUEM QUISER PLANTAR ERVAS AROMÁTICAS NO VERÃO DEVE FAZÊ-LO JUNTO DE VEGETAÇÃO ALTA OU ÁRVORES, PARA PROTEGÊ-LAS DO CALOR, EXPLICA BENOÎT SINTHON. CASO CONTRÁRIO, AS MAIS FRÁGEIS – COMO O MANJERICÃO, O ESTRAGÃO OU OS COENTROS – NÃO SOBREVIVEM.

Chef

BENOÎT SINTHON

PRODUZIR, COLHER E CONVIVER

+ **Restaurante Il Gallo d'Oro**

FUNCHAL O chef Benoît Sinthon, do Il Gallo d'Oro, o único restaurante com duas estrelas Michelin na Madeira, temporariamente encerrado, é presença habitual na horta do Grupo PortoBay. Chega a cozinhar para clientes nesse espaço amplo, com legumes, ervas aromáticas, flores comestíveis e fruta exótica. TEXTO DE **CARINA FONSECA** FOTOGRAFIA DE **MÁRIA JOÃO GALA/GI**

IL GALLO D'ORO
THE CLIFF BAY.
Estrada Monumental, 147,
Funchal
Tel.: 291707700
Temporariamente
encerrado.

Preço médio:
270 euros. Menus
de degustação
desde 197 euros

Tomates, beringelas, segurelha, abóbora verde, tamarilhos, alcachofras, pimentelas e uvas americanas são só alguns dos produtos que Benoît Sinthon encontra, atualmente, na horta do Grupo PortoBay. O chef francês, responsável pela cozinha do Il Gallo d'Oro, o único restaurante com duas estrelas Michelin na Madeira, vê na horta uma

grande vantagem: a facilidade em aceder, diariamente, a produtos locais e próprios da estação, o que garante frescura e qualidade.

“Sempre trabalhei muito com os legumes, ervas aromáticas e frutas da ilha da Madeira, por isso a ideia é destacar no menu o que a nossa horta tem de melhor e mais fresco”, explica o chef, que vai regularmente àquele terreno para acompanhar a produção e a



colheita, trocar impressões com os dois trabalhadores ou cozinhar para os clientes. São quase cinco mil metros quadrados, com legumes, fruta exótica, ervas aromáticas, flores comestíveis, alguns animais e uma mesa enorme, para convívios.

O Il Gallo d'Oro ainda não reabriu após a pandemia - ao contrário do The Cliff Bay, o luxuoso hotel em que se integra -, porque tem clientes maioritariamente internacionais, que ainda não estão a afluir à ilha. Mas o restaurante Avista, ali ao lado, é orientado por Benoît e tem feito noites especiais com a sua assinatura.

Benoît Sinthon nasceu em Gardanne, perto de Marselha, cresceu rente ao oceano e passou férias nos Alpes, onde tinha família. Dos seus 48 anos, mais de vinte foram já vividos na Madeira, a terra natal da mulher, onde reencontrou o mar e a serra e descobriu novos sabores. Os produtos madeirenses estão muito presentes na cozinha aromática, de inspiração ibérica e mediterrânica que pratica no Il Gallo d'Oro, tendo por base as técnicas francesas.

SEMEAR LEGUMES E INCLUSÃO SOCIAL

LISBOA A horta que abastece os restaurantes do grupo Non Basta dão trabalho a pessoas com deficiência, através da parceria com a associação Semeiar. Além de fornecer a cozinha, também enche cabazes ao domicílio.

São três hectares e meio de terra e 35 variedades de produto. Em apenas nove meses, a horta biológica que veio dar mais sabor e qualidade às cozinhas dos restaurantes italianos Pasta Non Basta e Memória, em Lisboa, deu frutos. Literalmente. Trata-se de uma parceria com a associação inclusiva Semeiar, criada há seis anos por Joana Santiago para promover a participação ativa de pessoas com deficiência na sociedade.

As mesmas que aqui arregaçam mangas e trabalham a terra, diariamente e com paixão. Os seus nomes, aliás, leem-se em cada um dos girassóis ali plantados.

"Sempre quisemos ter uma horta assim, que trouxesse valor à qualidade do nosso produto", explica José Abreu Lima, responsável do grupo Non Basta pela horta. "A parte social é essencial e temos os mesmos valores que a Semeiar. Não só a aposta num projeto biológico mas a própria regeneração da terra

MEMÓRIA

Rua 4 de Infantaria, 26A,
Campo de Ourique
Tel.: 210998366
Das 12h às 23h30.
Não encerra.
Preço médio: 20 euros

NON BASTA

Av. Elias Garcia, 180B,
Avenidas Novas
Rua Marquesa de Alorna, 17B,
Alvalade, Tel.: 217979214 /
215846772. Das 12h00
às 23h30. Não encerra.
Preço médio: 20 euros.

ASSOCIAÇÃO SEMEJAR

Rua Costa Pinto, 11 r/c,
São João do Estoril
Tel.: 916024144
Web: semeiar.pt

ser de forma orgânica", com uso de borras de cafés e cinzas dos seus fornos a lenha.

Neste terreno em Oeiras, semeia-se, por exemplo, curgete, feijão verde, beringela, melancia, batata-doce, acelga, físalis, alho francês, couve, espinafres, manjeriço e várias espécies de tomate, do coração-de-boi, ao cereja, San Marzano e Moneymaker, todos organizados com lógica. "Isto é como um puzzle, há culturas defensoras umas das outras. Daí termos o tomate ao lado do manjeriço, o alho francês ao lado da couve", conta José. Produtos que servem de base para molhos caseiros e para vestir saladas, massas e pizzas artesanais.

Para além de se provar à mesa do Memória e dos Non Basta, a qualidade do produto comprova-se em cabazes de frescos que se vendem ao domicílio e outros produtos na mercearia da Semeiar. Quem preferir, pode e deve optar por um workshop e por as mãos na terra. **NC**

UMA TERRA RENTÁVEL

SÓ NOS ÚLTIMOS TRÊS MESES, A HORTA DOS ITALIANOS MEMÓRIA E NON BASTA JÁ RENDEU 600 QUILOS DE TOMATE E 200 DE MANJERICÃO: BOAS NOTÍCIAS PARA QUEM APRECIA MOLHO DE TOMATE E PESTO CASEIROS.



VERDURAS PARA LÁ DO ÓBVIO

VINHOS Uma seleção que serve para acompanhar os vegetais no prato, mas que também lhes pode estar na base

Numa edição em que vamos com os chefs às hortas e cozinhas, aspiramos a combinações menos banais ao mesmo tempo que preservamos a toada vegetariana que se perfila no horizonte como a grande tendência da alimentação.

Graças a esse trabalho inovador e criativo por natureza, sem o apoio tradicional da proteína animal para as harmonizações vinicas, decidimos olhar de forma livre para o que pode ser esse admirável mundo novo. E já agora, ligá-lo com vinhos que não só acompanham os pratos como também lhes podem estar na base.

Já cheira a outono, mas a festa ainda é estival, por isso o ar livre e a mesa familiar ainda são apelo e motivo. Boas provas! ●



17

CLASSIFICAÇÃO
EVAOES

SOPA FRIA DE ABÓBORA E LARANJA

**CALADESSA ESCOLHA
ALENTEJO BRANCO 2018
(13,5%)** | HERDADE
DA CALADA

Alvarinho, Arinto e Fernão Pires. Muito fino nos aromas, evocativos de vagens verdes e com um lado tropical de manga verde. A boca revela muito bom trabalho enológico de ligação entre acidez e estrutura. Excelente para este gaspacho alternativo.

Preço: 8 euros



16,5

CLASSIFICAÇÃO
EVAOES

SALADA DE TOMATE E MOZZARELLA COM POEJO

**BOINA DOURO BRANCO
2019 (12,5%)** |
M. VAZ E O. FERREIRA

Cor amarelo dourado. Aromas cítricos pronunciados, complementados por notas florais suaves, a orlar um ambiente fresco de prova. Excelente ligação com tomate cru, agiganta-se com a presença do queijo e do poejo.

Preço: 9,90 euros



17

CLASSIFICAÇÃO
EVAOES

GASPACHO ANDALUZ

**DORINA LINDEMANN
RESERVA ALENTEJO
BRANCO 2018 (14%)** |

QUINTA DA PLANSEL
Viosinho (50%) e Gouveio (50%). Cor amarela dourada, nariz de malmequeres e perpétuas secas. Boca a um tempo fresca e vigorosa, evolui vagarosa, terminando fina e elegante, com notas de noz-moscada e pimenta branca. Brilhante com o gaspacho.

Preço: 9,8 euros



16,5

CLASSIFICAÇÃO
EVAOES

FIGOS PINGO DE MEL CONFITADOS

**PEDRO MILANOS DOURO
BRANCO 2019 (13%)** |
LUÍSA VALENTE

Um caso muito sério de consistência e coerência. Malvasia Fina, Viosinho, Rabigato e Códaga, composição vezeira no Douro mas aqui com o toque especial da Quinta Senhora da Graça, onde a amplitude térmica permite maturações ótimas.

Preço: 7,5 euros



BERINGELA FRITA COM COENTROS

**SCANCIO SELECTION
UNFILTERED ALENTEJO
BRANCO 2019 (13%)**

RODRIGUES SANTANITA

Verdelho e Arinto. Estágio de 3 meses em barricas de carvalho francês, onde fez transformação maloláctica parcial. Como o nome indica, não foi sujeito a qualquer filtração. Cor amarelo forte, aromas tropicais e florais, na boca mostra-se cítrico no início, depois copioso com notas terrosas de cogumelos frescos. Acompanha com brilho a iguaria que propomos.

Preço: 12 euros



SALADA TÉPIDA DE PINHÕES E ALCACHOFRAS

**POMBO BRAVO SÍRIA
BEIRA INTERIOR
BRANCO 2019**

CASA AGRÍCOLA COVA DA RAPOSA

100% Síría, enologia brilhante de Patrícia Santos. Exuberante no contacto frutado inicial, conta com uma acidez de truz e sobretudo frescura mineral. Boca copiosa, caminha harmonioso em bloco até ao final, que é longo. Vai dar-se bem com a dualidade dos elementos do prato.

Preço: 4,5 euros



ESPINAFRES GRATINADOS COM CAJU

**CASA DA CARVALHA DÃO
ROSÉ 2019 (13%)**

TOMAZ ANDRADE ROCHA

Jaen (75%) e Alfrocheiro (25%). Aromas de romã fresca, mirtilos e raspa de toranja. A boca mostra tonalidades terra inesperadas, impressões de cogumelos frescos e tomate maduro. Final longo e complexo. Ligação brilhante com gratinados como o que propomos.

Preço: 7 euros



RAIZ DE NABO COM MEL E TORANJA

**AVELEDA PARCELA DO
CONVENTO VERDE BRANCO
2018 (13%)**

AVELEDA

100% Loureiro. Fermentação e estágio 9 meses em inox, com battonage semanal. Estágio de 9 meses em garrafa. Cor palha citrino. Aromas mistos e ricos de pistácio, flor de laranjeira e mel de urze. Boca poderosa, balanço acidez/corpo capaz de deitar um muro abaixo, mas taninos muito finos, apesar da virilidade do conjunto.

Preço: 20 euros



TAJINE DE CUSCUZ E TÂMARAS

**DA CUQUINHA ESCOLHA
LOUREIRO VERDE BRANCO
2019 (12%)**

CASA DA CUCA

Cor amarelo dourado, aromas de flores do campo e hortelã, ponteados por ameixa branca madura. Na boca damos com uma pela simbiose feliz entre acidez e estrutura, tornando o vinho a um tempo fresco e viril. Desempenho muito bom com este prato.

Preço: 4,5 euros



ARROZ DE FAVAS E HORTELÃ DA RIBEIRA

**MONÓLOGO SAUVIGNON
BLANC MINHO BRANCO
2019 (13%)**

A& Amarelo dourado na cor, aromas de rama de tomate e vagens verdes de ervilhas. A boca é salina em todas as fases da prova e mostra-se cítrico, frescura bem construída. Longo na boca e sempre elegante, é um título a reter pelos amantes da casta. Irá muito bem com esta composição da horta.

Preço: 8 euros



UMA SALA DE ESTAR PARA ENÓFILOS

ESTORIL No novo Casca & Friends, os sommeliers Cláudio Martins e Rodolfo Tristão promovem vinhos nacionais e internacionais, a par de outros serviços para enófilos. O espaço é o único no país a vender a coleção Liber Pater, a que pertence o vinho mais caro do Mundo.

TEXTO DE **ANDRÉ ROSA** FOTOGRAFIA DE **PAULO SPRANGER/GI**

O Liber Parter 2015, um dos mais caros vinhos da região francesa de Bordéus (e do Mundo), só se pode comprar em Portugal na Casca & Friends, o novo espaço que os sommeliers Cláudio Martins e Rodolfo Tristão inaugu-

Cláudio Martins é o fundador desta garrafeira onde se pode apreciar vinhos especiais e aprender a fazê-lo melhor.



raram no Estoril em junho. É deste e de outros vinhos exclusivos que trata este projeto - que mais do que assumir-se como um wine-bar de topo, pretende ser uma sala de estar para enófilos.

Cláudio Martins, sommelier com duas décadas de experiência no Reino Unido e dono de uma consultora vínica, quer “tirar o fato e a gravata ao vinho”. Embaixador mundial da Liber Pater e wine advisor, identifica tendências e empenha-se em dar a co-



JAZZ E WORKSHOPS

TODAS AS QUINTAS-FEIRAS HÁ TARDES DE JAZZ (E DUAS VEZES POR MÊS, É TOCADO AO VIVO) O ESPAÇO TAMBÉM PROMOVE WORKSHOPS E PROVAS COMENTADAS.

nhecer boas referências internacionais aos portugueses. A parceria com o sommelier Rodolfo Tristão veio potenciar novos serviços, como o “sommelier on demand”, para provas e harmonizações em eventos privados, e o “beverage consultant” ligado à restauração e hotelaria.

Para consumo do público em geral, o Casca & Wines (o antigo Porta da Adega, frente ao Casino Estoril) tem dezenas de vinhos portugueses e estrangeiros disponíveis a copo a partir de três euros e cuja prova pode incluir a degustação de enchidos, queijo, presunto e pão. Mais exclusivo é o serviço de abertura de um vinho levado de casa, assim como a organização de uma garrafeira privada, com vinhos e copos guardados num cacifo.

Outro dos motivos para visitar o espaço prende-se com a parede artística Nat Cool Wall, em que estarão presentes todas as referências Nat Cool de Dirk Niepoort. Nela se destaca em grande escala o rótulo do ucraniano Radion Sobolev, o vencedor do concurso internacional que analisou 420 propostas de autores de 22 países. ●

CASCA & FRIENDS

Avenida General Carmona, 2 - 34B (Estoril)
Tel.: 962453325 Web: facebook.com/martinswineadvisor/
De quinta a sábado, das 16h às 20h.

PORTUGAL MOBI summit

edp

COMERCIAL



CEIIA

CASCAIS

MOBILIDADE NUM MUNDO EM MUDANÇA

3ª EDIÇÃO DO MAIOR EVENTO DE MOBILIDADE URBANA DE PORTUGAL

O Global Media Group e a EDP, em parceria com a Via Verde, a Volkswagen, o CEIIA e a Câmara Municipal de Cascais, apresentam o Portugal Mobi Summit, uma iniciativa de referência internacional no debate dos temas da mobilidade sustentável, com o Alto Patrocínio de Sua Excelência o Presidente da República.

O PMS 2020 está a desenvolver eventos exclusivamente online com convidados internacionais de referência no campo da mobilidade, transição energética e transição digital ou planeamento urbano.

De **8 a 11 de outubro de 2020**, com o foco no tema geral **“Mobilidade num Mundo em Mudança”**, a Grande Cimeira vai debater temas como as alterações na mobilidade no cenário pós-pandemia, questionar até que ponto a crise da Covid-19 pode acelerar a transição energética e a mobilidade elétrica e inteligente, saber se o digital é a nova mobilidade e falar de temas como 5G, IoT e Smart Cities ou planeamento urbano e micro mobilidade.

Saiba mais em www.portugalms.com

ENTREVISTA - HONG KONG IS A MODEL - - CAN IT BE REPLICATED?

Becky P. Y. Loo, Professor of Geography and Co-Director of Joint Laboratory on Future Cities, University of Hong-Kong and Director, Institute of Transport Studies
22 DE SETEMBRO, NA TSF E NOS SITES GMG (JN, DN, TSF, DV e M24)

ENTREVISTA - MOBILIDADE ELÉTRICA: ESTRATÉGIA DE CRESCIMENTO DA EDP BRASIL

Nuno Pinto, Gestor de Mobilidade, Produtos e Serviços, EDP Brasil
30 DE SETEMBRO, NA TSF E NOS SITES GMG (JN, DN, TSF, DV e M24)

Inscreva-se
já em
portugalms.com





CABEM TODOS OS SABORES NESTE CANTINHO FAMILIAR

GUIMARÃES Quase uma instituição no centro da Cidade-Berço, este é um lugar onde os estrangeiros vão conhecer a autêntica comida minhota. Está na mão da família Lopes desde janeiro, com a carta a manter-se fiel ao sabor caseiro. TEXTO DE DELFIM MACHADO FOTOGRAFIA DE MIGUEL PEREIRA/GI

Do bolo de carne à pata-nisca de bacalhau, do bife de peru ao salmão grelhado ou da maçã assada ao molotov, o Cantinho dos Sabores é um pequeno restaurante familiar onde a quantidade de sabores à escolha contrasta com o tamanho do espaço.

Numa das ruas mais movimentadas de Guimarães, este re-

canto de 30 lugares já tem tradição em Guimarães, mas só é da família Lopes desde janeiro. “Já tivemos outro restaurante, mas deixamos, porque era uma sociedade e como ficou sempre o gosto pela restauração, arriscamos aqui”, explica Domingos Lopes.

Ao lado, Helena Magalhães, mulher de Domingos, assinala que a família já trabalha na restau-



VINHO DE LAVRADOR

OS VINHOS DA CASA SÃO COMPRADOS DIRETAMENTE AO LAVRADOR, SEM PASSAREM PELA COOPERATIVA AGRÍCOLA. ASSIM É GARANTIDO QUE PRESERVA O SEU ESTADO BIOLÓGICO E OS CLIENTES PREFEREM-NOS AOS DA CARTA.





Nas sobremesas da casa destacam-se o bolo de laranja e o molotov.

ração “desde 2006”. São de Guimarães e adeptos do Vitória, como prova o cachecol bem esticado na parede de pedra que decora o espaço. O casal conta com a ajuda do filho Saulo Lopes para compor a tríade. Ali, só a cozinheira Adelaide Silva não é da família - mas é como se fosse, com experiência de 20 anos na cozinha e as receitas na ponta da língua.

“Este bacalhau vai ao forno com um molho especial, pomos o coberto com broa de milho e levamos a tostar”, revela, enquanto vai afagando as batatas a murro embebidas num azeite brilhante, o mesmo que envolve a generosa posta de bacalhau com broa que ocupa quase meio prato. Um breve olhar pela carta permite fazer jus ao nome da casa, porque nela encontramos quase 20 pratos diferentes. No menu de almoço, porém, há dois pratos por dia, de carne e de peixe, que podem ser tripas ou hambúrguer, ou pescadinha, exemplifica Helena.

Em dias certos, há petiscos especiais. À quarta e ao sábado há bolo de carne, bolo misto e de sardinha feito no forno a lenha. Serve como entrada para a refeição ou como petisco para um lanche

degustado nas calmas que frequentemente se arrasta pela hora de jantar. “Ainda juntamos aqui alguma gente para os petiscos ao sábado. Também temos um presunto caseiro porque nós criamos porcos e o presunto é tratado por nós”, sublinha a gerente.

Até a pandemia virar o mundo de pernas para o ar, a maioria dos clientes eram estrangeiros. “Cerca de 90% era de fora do país. Temos muitos espanhóis, eles gostam de provar a comida tradicional e caseira desta região”, refere Helena Lopes. ●

CANTINHO DOS SABORES

Rua Francisco Agra, 13.

Tel: 253410100

Das 9h às 24h. Encerra domingo

Preço médio 10 euros



★ O ESSENCIAL ★

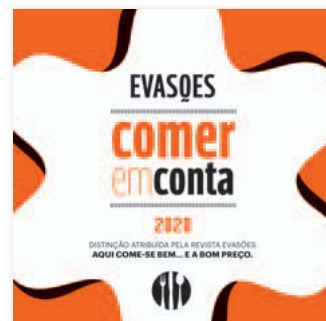
O MENU

PRATO DO DIA5 €

Inclui sopa, prato, bebida e pão.

Especialidades: Polvo à lagareiro, bacalhau com broa, bife de peru, picadinho, salmão grelhado.

Sobremesas: Bolo de laranja, de chocolate, molotov, maçã assada e leite-creme.



RESTAURANTES

✿ COMER E BEBER



DECORAÇÃO EM FAMÍLIA

MÃE, PAI E IRMÃ: TODA A GENTE AJUDOU ARTUR PINHO A DECORAR O MOMO. A IRMÃ CAROLINA, QUE É DESIGNER, FEZ A COLAGEM QUE ESTÁ NUMA DAS PAREDES, ASSENTE EM MADEIRA E PEDRA.

A ÁSIA MENOS CONVENCIONAL NO PRATO

PÓVOA DE VARZIM O restaurante Momo reúne propostas de diferentes países asiáticos com o toque de Artur Pinho, que trabalhou em casas de sushi dentro e fora de Portugal. O tártaro de peixe mexido como uma açorda já é um clássico, e vai bem com as novidades frescas na carta.

TEXTO DE **CARINA FONSECA** FOTOGRAFIA DE **PEDRO GRANADEIRO/GI**

Artur Pinho trabalhava na área de engenharia civil, mas a crise que abalou a construção, há uma década, levou-o a mudar de ramo. Começou a fazer sushi em casa e acabou por trabalhar em vários espaços, dentro e fora de Portugal - no currículo tem o Umai, o Yakuza by Olivier no Pine Cliffs, o Dona Júlia ou o Romando Privé. Até que decidiu criar o seu próprio restaurante, com pratos de diferentes países asiáticos e fuga assumida aos combinados de sushi e sashimi: o

Momo abriu portas, em abril do ano passado, no centro da Póvoa de Varzim, a sua terra.

“Tentamos fugir ao convencional. Há tanto para onde ir... Para quê fazer igual aos outros?”, questiona Artur, que muda as propostas de acordo com a estação do ano e também procura ter alguns “sabores mais fáceis”. O “katsu sando”, por exemplo, é uma espécie de prego japonês - e importa frisar que o pão é feito na casa, diariamente. Já há pratos com lugar cativo, como o tártaro de peixe com molho espe-

cial e ovo cozinhado a baixa temperatura, tudo misturado na mesa, como uma açorda; mas o menu acaba de ser atualizado. Entre as novidades contam-se o carpaccio de beterraba e vieira ou o taquito, um taco de milho crocante recheado com ceviche, guacamole, couve roxa, rebentos de rabanete, tomate e manga.

Falta dizer que o Momo é amigo dos vegetarianos, para quem os pratos são facilmente adaptados; e compreender o nome do restaurante, o que implica voltar ao tempo em que Artur trabalhava com um casal brasileiro que se tratava por momo (versão abreviada de “meu amor”). A expressão, adotada pelo pessoal da cozinha por brincadeira, ficou-lhe na cabeça; e depois soube que, em japonês, era flor de pessegueiro - há um à entrada, num vaso. ●



RESTAURANTE MOMO

Largo Eça de Queirós, 3,
Póvoa de Varzim. Tel.: 911821261
Web: facebook.com/restaurantemomo
Das 20h às 23h30. Encerra ao domingo.
Preço médio: 25 euros

—ESPECIAL: REDESCOBRIR A NOSSA REGIÃO—

Um Algarve genuíno que inspira

Tavira *É de mar, rio, ria e serra que se faz a capital da dieta mediterrânica, mas também de património monumental e religioso. Um dos locais de eleição algarvios, Tavira celebra 500 anos como cidade, razão mais do que suficiente para uma visita*

É um dos destinos de eleição no Sul e as razões estão à vista dos que rumam ao sotavento algarvio, com dias de sol ao longo de quase todo o ano. Numa altura em que Tavira celebra os 500 anos da sua elevação a cidade, tornando-se na altura na primeira urbe do Algarve a receber este reconhecimento, não faltam razões para uma visita.

A beleza natural e o património monumental e cultural são alguns dos atrativos tavirenses, entre igrejas (da Misericórdia, da Nossa Senhora da Ajuda e da Nossa Senhora da Conceição, para mencionar algumas), conventos (de Nossa Senhora da Graça e Nossa Senhora da Piedade), palácios, jardins históricos (como os do Coreto, da Alagoa e do Castelo) e um tranquilo rio, que muda de nome de Séqua para Gilão ao chegar à ponte romana, num cenário de portas de reixa e telhados de quatro-águas em paredes brancas de luz límpida.

O passado histórico e a contemporaneidade cruzam-se nas ruelas do Centro Histórico e nas vilas piscatórias de Cabanas e Santa Luzia, ou nos passeios pela serra ou pela lindíssima ria Formosa. De água fazem-se, ainda, os dias nas praias neste destino com 18 km de costa. Uma localização que lhe traz riqueza à gastronomia, com o polvo, o atum, o marisco, o peixe grelhado e outros produtos do mar à cabeça. Já a mesa da serra, pode contar-se com açorda de galinha, a perna de cabrito no forno, mas também pratos dedicados à caça.

A arte não fica de fora e dá-nos a conhecer os antepassados da cidade, com o Palácio da Galeria e o Nucleo Museológico Islâmico a destacarem-se pelo espólio arqueológico da época islâmica, entre os quais se destaca o Vaso de Tavira.



MESA DE RIQUEZAS

ROTA DO PETISCO ESTÁ DE VOLTA

De 11 de setembro a 11 de outubro, está de volta a iniciativa que há uma década chama público e atenção para a gastronomia algarvia. De Aljezur a Tavira, mais de 230 restaurantes – número recorde – criam menus exclusivos com petiscos e bebidas a três euros.

Os aderentes de Tavira estão em rotadopetisco.com.

TAVIRA LEVOU O ALGARVE À UNESCO

É a comunidade portuguesa representante da dieta mediterrânica. Apoiada numa cozinha saudável, local e sazonal, foi classificada há sete anos como Património Imaterial e Cultural da Humanidade, com Tavira a levar a cultura algarvia a ser reconhecida, pela primeira vez, pela UNESCO. É a segunda presença nacional nesta lista, dois anos depois do fado...

Agenda cultural Está patente a exposição "A Principal do Reino do Algarve – Tavira nos séculos XV e XVI", uma viagem no tempo no museu municipal, e esta sexta, dia 18, cinema ao ar livre nos claustros do Convento do Carmo.



O QUE ESTÁ A MEXER NA CIDADE DE **AVEIRO**

Enquanto brotam novas cozinhas e espaços culturais junto à ria, rainha e senhora em terra de ovos-moles, e os clássicos se vão reinventando, a resiliência aveirense recusa cruzar os braços num ano difícil, com um pé na tradição e outro no futuro.

TEXTO DE NUNO CARDOSO FOTOGRAFIAS DE MARIA JOÃO GALA/GI



CONFEITARIA MADRE TERESA



NA CONFEITARIA MADRE TERESA, OS OVOS-MOLES JUNTAM-SE A CASTANHAS E PÃO DE LÓ ENTRE OUTROS DOCES FEITOS POR UM GRUPO DE DOCEIRAS

Resistente no carácter, complexa na forma, diversa na oferta. A personalidade da ria funde-se com o da própria cidade, alimentando-se uma da outra. Um pé está fixo na tradição, o outro no futuro, como mostra a recente decisão de tornar os moliceiros amigos do ambiente, com motores elétricos. No centro da cidade, sem desviar o olhar dos canais, também há novos sinais de resiliência pós-pandémica, em locais que têm trazido ritmo e vida a Aveiro, sem descurar a vénia ao passado.

É o caso da **CONFEITARIA MADRE TERESA**, que abriu no verão em frente à Praça da República, focada num dos ex-líbris da doçaria conventual. Há quase 40 anos que a sua fábrica já faz produção artesanal de ovos-moles, em ta-

chos de cobre, mas só agora surgiu um espaço de venda. A sofisticada confeitaria, em edifício elegante de fachada recuperada, chegou para “recuperar valores, emoções e raízes”, explica o dono, Eugénio Santos. Vive no Porto, mas foi aqui que cresceu com os irmãos. “Eu era um de seis terroristas em Aveiro, a brincar na rua de manhã à noite”, ri-se o responsável do grupo Colunex.

Aqui, os ovos-moles juntam-se a castanhas de ovo, pão de ló, raivas e almendrados, feitos

por um pequeno mas sábio grupo de doceiras, algumas destas na fábrica desde o início. Esse conhecimento pode ser comprovado com workshops na loja, com reserva prévia. O segredo é simples e prova-se entre paredes ou na esplanada com sombra. “O truque é fazer com amor, sem pressa e com produto de qualidade”, conta Santos. A sua **AVEIRO MOMENTS** também já voltou a fazer passeios de moliceiro pela ria, partindo do canal central com vários percursos de 45 minutos.

Em muito menos tempo, chega-se à **CASINHA DE BONECAS**, novo núcleo do Museu do Brincar que reúne cerca de mil bonecas e brinquedos de quase 80 países debaixo do mesmo teto, no centro aveirense. Uma “ideia antiga, com dez anos”, que agora se concretizou pelas mãos de Carlos Rocha. O espólio faz-se de algumas doações mas a maioria pertence à coleção que



MOLICEIROS AVEIRO MOMENTS

A CASINHA DAS BONECAS É O NOVO NÚCLEO DO MUSEU DO BRINCAR, QUE CONTA COM CERCA DE MIL BONECAS E BRINQUEDOS PROVENIENTES DE 80 PAÍSES



CASINHA DAS BONECAS

Jackas, como é conhecido, tem criado em 30 anos, com exemplares que remontam ao século XVII e outros que chegam a valer cinco mil euros.

Algumas estão protegidas e só se podem ver, como a boneca que “fugiu ao Holocausto”, trazida para Portugal por uma família judia que fugiu à guerra na Alemanha, e que ofereceu como prenda a quem os cá recebeu. Mas há muitas com as quais miúdos e graúdos podem brincar, inclusive na zona do sótão, que representa uma minicidade, com casa, teatro, cafetaria, cabeleireiro e mercado.

É também de memória que se revestem as paredes d'A CASA DA ROSA, dedicada ao artesanato e design nacional, com peças exclusivas. Mais do que isso, é a homenagem de Vincent Robinet à avó Rosa, aveirense que emigrou para França nos anos 1970 em busca de melhor vida. A promessa feita à avó, de que iria cuidar da casa que aqui tinha, foi o suficiente para Vincent mudar de vida, de La Rochelle para a cidade onde passou os longos verões da infância.

A loja tem três anos mas mudou recentemente de morada, para um espaço maior, onde chegam novidades a toda a hora, da cerâmica à bijuteria, brinquedos em madeira, roupa de marca própria, vasos ou cestos, produtos que se vendem para qualquer destino através do Facebook. “Tem sido o nosso melhor ano, mesmo com a pandemia”, diz o dono. O sorriso não en-

gana. “Não quero voltar. A vida aqui é mais calma”, remata.

DUAS NOVAS COZINHAS

Os candeeiros em forma de couves, pimentos e abóboras, criadas por Bordalo Pinheiro, e os ritmos latinos que ecoam, denotam bem a fusão entre a cozinha peruana e portuguesa no novo **QUÉ PASA**. Um restaurante descontraído, arejado e com cor, que chegou em julho, depois da pandemia lhe ter trocado as voltas. À frente do espaço está Gonçalo Abrantes, que tinha “o sonho de abrir um espaço que mostrasse um pouco do que sou”. O local estava devoluto e foi arquitetado por Beatriz Ribal Pimenta, que entre outras soluções pós-covid, colocou cortinas transparentes entre algumas mesas, alternativa que não rouba espaço nem luz.

A carta é curta mas eclética, a preços acessíveis. Da cozinha do chef Nathan Costa saem os frescos ceviches (de corvina, batata doce e leite de tigre; de salmão, quinoa, abacate e manga; ou a versão à portuguesa, a meia desfeita de bacalhau), empanadas estaladiças e bem recheadas (carne e chilli, queijo e camarão ou ricota e espinafres) e pratos de conforto como o cachaco de porco cozinhado a baixa temperatura por 12 horas e o aji de galinha, o caril que acompanha bem com um pisco sour.

Para uma refeição mais intimista, os caminhos vão dar ao **ORIGEM**, que há meio ano junta os



A CASA DA ROSA

O francês Vincent Robinet prometeu à avó aveirense que cuidaria da casa dela e assim nasceu A Casa da Rosa, uma loja dedicada ao artesanato e design nacional que mudou agora para um espaço maior.



MUSEU DO BRINCAR

Carlos Rocha, conhecido por Jackas, com Ivone Vasconcelos. Ele criou o núcleo da boneca no Museu do Brincar, com uma coleção à qual se dedica há 30 anos.



A CASA DA ROSA



RESTAURANTE QUÉ PASA



sabores regionais e nacionais à mesa, num espaço amplo que alberga 70 pessoas sem perder o ambiente tranquilo. É entre as 60 referências nacionais da garrafeira, livros e balanças antigas, que se prova a carta criada pelo chef Tony Martins, de Vagos.

Nos petiscos, imperam as pataniscas de sames e línguas, os baos de choco frito, rissóis de leitão à Bairrada e o cremoso pica-pau de atum e molho de mostarda. O peixe local mais fresco do dia serve-se numa açorda de berbigão e algas, mas quem preferir carne tem no arroz de pato, tão cremoso que mais parece um risoto, uma boa alternativa. Vale a pena provar o pão caseiro, feito com massa mãe, e o requeijão da casa.

CLÁSSICOS COM 20 ANOS RENOVAM-SE

Os verdes-água e azuis que dominam a decoração dos 18 quartos – alguns com kitchnet–



**AVEIRO CONTINUA
COM UMA FRESCURA
SINGULAR NA HORA
DE ESCOLHER MESA,
ENTRE NOVOS
ESPAÇOS E OS DE
SEMPRE, QUE SE
REINVENTAM
A CADA PASSO**

MARISQUEIRA ADAMASTOR



A marisqueira Adamastor é uma referência na cidade e remodelou-se recentemente. Entre os novos espaços de cozinha moderna, contam-se o Origem e o Qué Pasa.

te - estão em sintonia com as tonalidades da ria, que se avista da janela e cama de alguns destes. É ela a companhia das noites passadas no **HOTEL DAS SALINAS**, um dos primeiros a surgir em Aveiro e que já soma 21 anos. A remodelação recente veio dar-lhe maior luminosidade e amplitude e um toque mais moderno, tirando-se o chapéu à cultura nacional, com frases de Fernando Pessoa e Almada Negreiros pelos corredores e cabeceiras de cama.

O reabrir de portas pós-confinamento chegou em maio, com reforço de higienização, ofertas de kits higiénicos nos quartos e possibilidade de receber o pequeno-almoço no quarto, que se prova em loiça da Vista Alegre feita em exclusivo. Ainda que esteja situado numa das principais vias da cidade, o bom isolamento permite noites tranquilas e doces, até porque há sempre chocolate artesanal como presente de boas-vindas.

A cinco minutos a pé, o bem-receber mantém-se na marisqueira **ADAMASTOR**, morada-chave no que toca a bom peixe e marisco da lota aveirense, com a vizinhança privilegiada do Canal dos Botirões e do colorido casario que lhe dá encanto. Há duas décadas que Aventino Lobo abriu este espaço familiar, que gere com a mulher, Manuela, e os filhos, Pedro e Nuno, que desde crianças se habituaram a correr entre estas paredes. Ainda assim, o patriarca diz, entre risos: “Aqui sou um multifunções, faço um pouco de tudo”.

O público fidelizado mantém a casa sempre composta, mais ainda desde a remodelação que aumentou a cozinha e renovou a esplanada, onde cabem 80 comensais. Os clássicos camarão frito, amêijoas à Bulhão Pato e salada de polvo estão na carta, assim como o popular peixe-galo frito com arroz do mar, a caldeirada de enguias, o sortido de marisco (perfeito para duas pessoas) e opções na grelha, do robalo à dourada, choco e lulas. Os mais de 100 vinhos nacionais harmonizam qualquer prato, para saborear sem horários, já que a cozinha não encerra. Tal como o verão pede e uma esplanada à beira-ria obriga. ●



HOTEL DAS SALINAS



RESTAURANTE ORIGEM



RESTAURANTE ORIGEM



No Orígem, o chef Tony de Matos combina sabores nacionais com sabores regionais na carta, com muitos pratos assentes no peixe fresco de Aveiro.

EVASÕES RECOMENDA

COMER

ADAMASTOR

Travessa do Lavadouro,
1 (Aveiro)

Tel.: 234371777

Web: facebook.com/
adamastorcervejaria
Das 12h às 23h.

Não encerra.

Preço médio: 25 euros.

QUÊ PASA

Rua Cmte. Rocha
e Cunha, 3C (Aveiro)

Tel.: 234424208

Web: facebook.com/
quepasaveiro

Das 12h às 15h e das
19h às 23h. Encerra
domingo à noite
e segunda.

Preço médio:
15 a 20 euros.

ORIGEM

Rua Dr. Manuel das
Neves, 66 (Aveiro)

Tel.: 932177567

Web: facebook.com/
aorigemaveiro

Das 12h às 16h

e das 19h às 22h30.

Não encerra.

Preço médio: 25 euros.

CONFEITARIA MADRE ODISSEIA

Rua de Coimbra,
25 (Aveiro)

Tel.: 914170937

Web: confeitaria-
-madre.pt

Das 10h às 19h.

Encerra segunda.

Preço: ovos moles
a 1 euro/unidade.

VISITAR CASINHA DE BONECAS

Rua de Marques
Gomes, 6 (Aveiro)

Tel.: 234796151

Web: museudo-
brincar.com

Das 14h às 18h.

Encerra segunda.

Preço: bilhete a 4 euros.

COMPRAR

A CASA DA ROSA – CONCEPT STORE

Rua José Estêvão,
36 (Aveiro)

Web: facebook.com/
acasadarosa.aveiro

Das 10h às 20h.

Não encerra.

FAZER AVEIRO MOMENTS – PASSEIOS DE MOLICEIRO

Rua João Mendonça,
Cais 8 (Aveiro)

Tel.: 914170937

Web: aveiro-
-moments.pt

Preço: bilhete desde

13 euros (adulto)

e 6 euros (cinco
aos 12 anos).

FICAR

HOTEL DAS SALINAS

Rua da Liberdade,
20 (Aveiro)

Tel.: 234404190

Web: hoteldas-
salinas.com

Preço: quartos duplos
desde 80 euros., com
pequeno-almoço
incluído

UM IDÍLICO PALÁCIO NO MEIO DA SERRA

SINTRA Envolto na serra sintrense, o neoclássico Tivoli Palácio de Seteais reabre com a elegância de sempre e sopra 65 velas com novidades: spa, piscina exterior, brunch e piqueniques abertos ao público geral. As noites continuam a ser cinco estrelas.

TEXTO DE **NUNO CARDOSO** FOTOGRAFIA **DR**

A arquitetura neoclássica deste palácio do século XVIII e o manto verde da serra de Sintra que o envolve tornam o hotel de cinco estrelas instalado num cenário idílico que mais parece ter saído de um filme clássico do cinema. Ainda assim, o Tivoli Palácio de Seteais não fica preso ao tempo, antes pelo contrário.

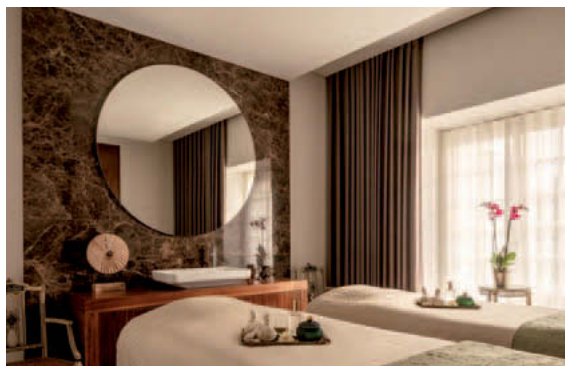
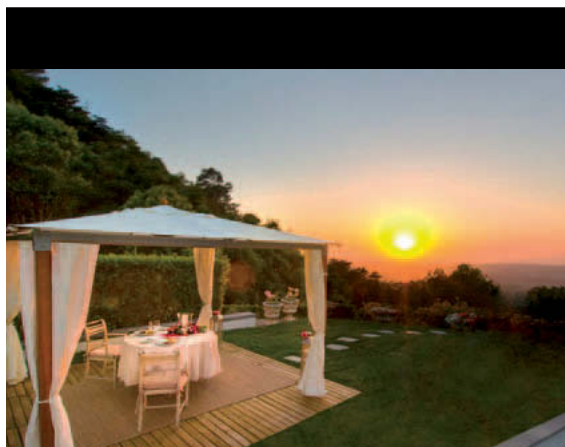
A pandemia veio trazer novas dinâmicas ao hotel de luxo, que reabriu em junho, numa altura em que celebra 65 anos de portas abertas. A ocasião e a atual conjuntura levam agora ao alargamento de alguns dos serviços ao público em geral, como o spa, a piscina exterior, piqueniques no

jardim e brunch ao domingo, para um maior envolvimento da comunidade.

O que se mantém é o ambiente elegante, majestoso e romântico que predomina tanto pelos 30 quartos, com vista para os vales da serra, para a zona labiríntica de arvoredos podados ou para a piscina, que ganha tons fluorescentes de noite. Mas também se nota nas zonas comuns, em sa-

O ambiente elegante é marcado por tapeçarias antigas, estátuas e bustos a decorar o palácio transformado em hotel





lões com tapeçarias antigas, estátuas e bustos, candelabros, cadeirões em veludo, pinturas que retratam obras de Shakespeare e um piano centenário que é um regalo para a visão.

No Tivoli Palácio de Seteais, situado ao lado da Quinta da Regaleira e a poucos minutos do centro da vila sintrense, os dias passam-se entre mergulhos na piscina com vista panorâmica para vales verdejantes, jogos no campo de ténis, massagens relaxantes baseadas na terapia asiática e na tradição europeia no Anantara Spa, e passeios lentos pelos amplos jardins da propriedade, entre palmeiras, videiras, limoeiros, figueiras e uma horta onde se semeia hortelã mourisca, sálvia, poejo, manjerição, tomilho ou pimentos padrón.

Produtos que saem da terra para a cozinha do chef Hélder Damião, que lidera o restaurante Seteais nos últimos anos. À mesa

chegam pratos criados nos universos de mar e de campo, como a sopa de peixe da nossa costa, a salada de legumes da quinta com vinagrete de laranja e iogurte, o pregado com um carolino de mexilhão e choco, o camarão tigre com risoto crocante de coentros e ervilha, ou o fillet de borrego com crosta de ervas, beringela, aipo e molho de hortelã.

Dito isto, o apetite abre-se assim que se chega, com um travesseiro e uma queijada sintrenses à espera no quarto, para umas boas-vindas doces. ●

TIVOLI PALÁCIO DE SETEAIS

Rua Barbosa do Bocage, 8 (Sintra)
Tel.: 219233200.

Web: tivolihotels.com

Preço: Quartos duplos desde 230 euros, com pequeno-almoço. Brunch ao domingo, por 45 euros. Uso diário da piscina a 50 euros, 25 euros para menores de 12 anos.



AO AR LIVRES

NA ESPLANADA DO BAR,
PROVAM-SE COCKTAILS DE
AUTOR, CHÁS DE TODO O MUNDO
E PASTELARIA CASEIRA,
AO AR LIVRE E COM VISTA
PARA A PISCINA.

O hotel fica integrado num parque cheio de jardins onde é possível passear entre palmeiras, limoeiros e uma horta

UM ROTEIRO COM DESTINO À AVENTURA

Conhecido como pequeno paraíso a norte de Portugal, o Gerês é o destino ideal para uma escapadinha recheada de aventura. Na mala só vai precisar de levar uma peça de vontade, um conjunto de adrenalina e um saco cheio de coragem.

Há quem diga que um fim de semana recheado de adrenalina e emoções fortes é o suficiente para nos fazer esquecer uma semana atribulada. Agora imagine se esse mesmo fim de semana puder ser passado ao ar livre, no meio da natureza e longe do burburinho da cidade. E como se isto já não fosse bom o suficiente, acrescente a esta escapadinha a possibilidade de a fazer a bordo de uma autocaravana com todas as condições para o fazer sentir-se em casa. Parece bom demais para ser verdade, não é? Mas a boa notícia é que é tudo isso e muito mais!

A aventura começa a partir do momento em que estaciona e os seus pés aterram no solo deste destino paradisíaco. Para além de muita natureza, existem ainda mil e uma atividades que pode realizar. E se é para ir direto à adrenalina, então a primeira coisa a fazer é *Canyoning*. Dotada de alguns dos mais belos rios do país, a Serra do Gerês é o sítio indicado para praticar este desporto que em nada mais consiste do que na exploração de rios, atravessando obstáculos verticais através de diversas técnicas e equipamentos. Depois de trilhos e caminhos capazes de o deixar sem fôlego, a Cascata do Arado é a paragem final do percurso que o vai levar direto ao rio. Com quedas de água cristalina e uma paisagem de cortar a respiração esta cascata acaba por ser um ponto de visita de muitos banhistas. Mas prepare-se, o caminho até lá chegar pode ser complicado e por isso é preciso que vá equipado a rigor. Preencha o *closet* da autocaravana California com todo o seu equipamento e aproveite o seu interior amplo para se ir trocando entre cada atividade.

UM HOTEL QUE ATRAVESSA A SERRA

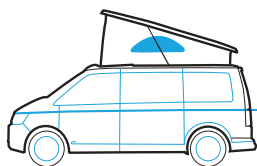
Depois da água, chega a altura de ficar com os pés bem assentes na terra. Se as travessias pelo rio não lhe encheram as medidas ou se sente que precisa de algo mais para enriquecer este roteiro, não se



preocupe, o dia ainda agora está a começar! Com mais de 70 200 hectares de serra, vários são os desportos que pode praticar sem se molhar. BTT (e aqui dá jeito o suporte para bicicletas da California) ou umas simples caminhadas são o suficiente – não só para explorar um bocadinho mais o Gerês como para fazer o seu coração bater bem mais depressa.

Por outro lado, o que vai manter o seu coração mais sossegado é o facto de, nesta viagem, não ter de se preocupar com sítios para ficar ou horas certas para sair. Fim de semana de aventura grita por liberdade e é por isso que mais do que uma autocaravana, a California será um verdadeiro hotel, com a mais-valia de lhe dar toda a autonomia que uma escapadinha como esta pede. A única coisa com a qual terá realmente de se preocupar é em aproveitar o Gerês ao máximo, explorar cada cantinho e deixar-se encantar por todas as paisagens que lhe vão

É pelos trilhos, cascatas e caminhos da Serra do Gerês que se vai poder aventurar por mil atividades, recheadas de adrenalina. Para a viagem só vai precisar de muita vontade e coragem.



HOTEL CALIFORNIA

by  / Férias em Portugal **MOTOR24** EVASÕES

Depois da Serra do Gerês, é altura de se fazer à estrada até à Póvoa do Lanhoso. É aqui que vai ficar a conhecer um dos maiores parques de desporto e aventura da Península Ibérica!



fazer companhia pelo caminho. Depois disso, é então altura de passarmos para o próximo ponto deste roteiro.

AVENTURA COM LUGAR MARCADO

O nosso destino fica na Póvoa do Lanhoso e é conhecido como um dos maiores parques de desporto e aventura da Península Ibérica. Para dar uma pitada extra de adrenalina a esta viagem o Diverlanhoso tem organizadas para si várias atividades. Divididas entre água, ar, terra e fogo, as opções são várias e vão desde o *Slide* ao *Paintball*, dando ainda um pequeno salto até ao *Bungee Jumping*. Há muito por onde escolher e a promessa é a de sair do parque com a vontade de voltar. Se é um verdadeiro apaixonado por adrenalina e procura todas as oportunidades para arriscar e se aventurar, este é o sítio indicado para si. O melhor de tudo isto é que o Diverlanhoso, para além das atividades, tem ainda uma zona de acantonamento onde pode estacionar a Califórnia e recarregar energias – de uma forma própria e segura – para o dia seguinte. É caso para dizer que pode montar a mesa e as cadeiras que a autocaravana traz consigo e recostar-se enquanto aprecia as paisagens e o ar puro que o rodeia. Afinal de contas, o objetivo é ir direto à aventura, mas pode sempre fazer uma pausa. Parar para contemplar os quadros naturais que o nosso país pintou para nós faz parte de qualquer escapadinha e descansar é essencial em qualquer que seja o destino. A aventura continua no dia seguinte.

A viagem continua online! Acompanhe esta iniciativa em www.motor24.pt/hotel-california-by-vw para ficar a conhecer ainda mais cantinhos do nosso país, sempre a bordo da nossa Califórnia.



MOBILIDADE E AVENTURA DE MÃOS DADAS COMO NUNCA!

Fazer uma escapadinha até destinos como o Gerês implica termos reunidas as condições necessárias para que nada atrapalhe os dias cheios de aventura. E se pensa que fazer esta viagem com a companhia de uma autocaravana é sinónimo de pouca mobilidade, engana-se. Compacta, prática e equipada com tudo aquilo de que precisa, a Califórnia é a opção ideal para qualquer tipo de ambiente ou condições. Com o tamanho ideal, esta autocaravana é tão ágil que vai parecer que está a conduzir um veículo dito “normal”.

PLANEAR



ENSAIA COMIGO...

DIA 18/09 | RTP1 | ÀS 22H45

E se, em vez de mostrar o concerto, a RTP1 mostrasse o ensaio? Esta foi a premissa que esteve presente quando Boss AC desafiou alguns dos seus amigos e artistas a partilhar o palco. Nomes como Cuca Roseta, Rui Veloso, Marisa Liz, Toy, Simone de Oliveira, Tito Paris, Capicua, Fernando Ribeiro, Carolina Deslandes e Tim embarcaram na aventura em ensaios inéditos. Daqui resulta um programa onde cumplicidade, descontração e simplicidade andam de mãos dadas com música. Neste primeiro programa, Boss AC recebe Cuca Roseta.



Top Secret: Controlo Mental,
Aliens e Área 51

TOP SECRET: CONTROLO MENTAL, ALIENS E ÁREA 51

DIA 19/09 | NATIONAL GEOGRAPHIC | ÀS 14H30

ESTREIA: SÁBADO, DIA 19 DE SETEMBRO, ÀS 14H30

Durante décadas, os Estados Unidos investiram em operações secretas. Como é que conseguiram manter estas missões em segredo e o que é que levou a que vissem a luz do dia? Este documentário responde a esta questão.

RUA DÁLMATAS 101

DIA 18/09 | DISNEY CHANNEL | ÀS 13H00

Os divertidos Dolly e Dylan e a sua numerosa família trazem novas aventuras ao Disney Channel, com uma maratona da série "Rua Dálmatas 101". Estes episódios vão ser emitidos no sábado, dia 18, a partir das 13h00 e no domingo, dia 19, a partir das 17h45. A série acompanha as aventuras daqueles irmãos mais velhos, dos pais Delilah e Doug e dos seus outros 97 irmãos e irmãs mais novos, que vivem peripécias urbanas com uma grande rivalidade fraternal. Neste especial, quando uma das previsões de Dante se realiza, ele começa a correr riscos e acaba por se colocar em perigo. Por outro lado, o número 101 da Rua Dálmatas fica cercado quando uma inimiga da família aparece. Serão todos transformados num casaco? Ou irão todos unir-se para derrotar a sua maior inimiga?

DEPOIS DO CRIME

DIA 21/09 | RTP1 | ÀS 21H00

Versões nunca antes contadas de três crimes de sangue que chocaram um país. Um longo processo judicial em todos eles e uma cobertura mediática nunca antes vista. Uma série documental que regressa aos lugares, regressa a quem sobreviveu e a quem investigou. O que aconteceu aos protagonistas agora esquecidos? Anos depois, as histórias, afinal, parecem ser outras.



Sissi
- A Jovem Imperatriz

AS FLORESTAS SECRETAS DE SINGAPURA COM DAVID ATTENBOROUGH

DIA 18/09 | ODISSEIA | ÀS 16H00

Pela mão de Sir David Attenborough, este documentário explora o lado mais selvagem das florestas que lhe dão título e recheadas de espécies fascinantes e pouco conhecidas. A estrela indiscutível é o Presbytisfemorialis, um primata em risco de extinção, do qual existem apenas uns 60 exemplares em Singapura. Tempo ainda para ver escorpiões, dragões voadores, um ninho de formigas tecedeiras com quinta própria e um dos animais ungulados mais pequenos: o cervo-rato.

SISSI - A JOVEM IMPERATRIZ

DIA 21/09 | PANDA | ÀS 21H00

Sissi foi a imperatriz mais marcante do imaginário popular. A sua história é contada nesta adaptação livre, que valoriza a personalidade moderna, livre e jovem da sua protagonista, os laços familiares e o encantamento pelo seu adorado Franz. Romances, filmes e séries de televisão reproduziram - com maior ou menor precisão - os eventos românticos e trágicos de Isabel de Wittelsbach, a mesma que todos continuam a chamar Princesa Sissi. A irmã, Elena, estava destinada a casar-se com o jovem Franz. Mas, casamentos combinados, por vezes, podem ser arruinados por um golpe do destino, como aquele que uniu os protagonistas desta história. "Sissi, A Jovem Imperatriz" é uma produção colorida, com 26 episódios dedicados a este ícone histórico. Para ver de segunda a sexta-feira, às 21h00, e aos sábados e domingos, às 21h15.



Netflix

Séries à borla e para todos

É uma oportunidade para quem anda a sonhar com aquelas séries originais da Netflix. A plataforma de streaming decidiu abrir ao público alguns dos seus conteúdos mais populares, todos eles de produção própria. São dias gratuitos - que terminam ainda em data a anunciar - que permitem assistir aos primeiros episódios das séries e aos filmes (na íntegra) através de qualquer browser (em netflix.com/watch-free) e sem necessidade de registo. As séries serão renovadas de forma periódica, ao passo que os filmes ficam disponíveis até ao final. Eis a lista de alguns dos títulos:

SÉRIES

STRANGER THINGS

A trama já vai na quarta temporada, mas quando apareceu, em 2016, foi um dos maiores sucessos da Netflix. A história que começa com o desaparecimento de um rapaz conquistou milhões de pessoas. Millie Bobby Brown e Finn Wolfhard protagonizam.

WHEN THEY SEE US (AOS OLHOS DA JUSTIÇA)

Minissérie norte-americana de Ava DuVernay, baseada numa história real, que expõe falhas da Justiça dos Estados Unidos num dos seus casos mais polémico: o de cinco adolescentes negros do Harlem condenados por um crime de violação que não cometeram.

ELITE

Série espanhola criada por Carlos Montero e Darío Madrona. A ação desenrola-se em Las Encinas, um colégio fictício no qual os alunos da alta sociedade tem o privilégio de uma boa educação. Mas neste mundo, nem tudo tudo é o que parece.



BOSS BABY: VOLTA A BOMBAR

Produzida pela DreamWorks Animation para a plataforma de streaming, é um spin-off do filme "The Boss Baby", inspirado no livro homónimo de Marla Frazee. Tudo começa quando o "pior bebê do mundo" decide aterrorizar a vizinhança.

GRACE AND FRANKIE

Série de drama e comédia protagonizada pelas veteranas Jane Fonda e Lily Tomlin. Tudo começa quando os maridos de Grace e Frankie revelam que estão apaixonados um pelo outro e que planeiam casar-se. A vida dessas duas mulheres muda radicalmente.



BOSS BABY:
VOLTA A BOMBAR

OUTRAS SÉRIES

L.A.'S FINEST

DIA 21/09 | AXN | ÀS 22H00

Syd Burnett deixou o seu complicado passado para se tornar detetive da polícia de Los Angeles. A sua parceira é Nancy McKenna, com um passado igualmente complexo. As duas mulheres são bastante diferentes, mas encontram um terreno comum quando se trata de enfrentar os criminosos mais perigosos de Los Angeles. Spin-off da conhecida saga cinematográfica "Bad Boys". Com Gabrielle Union, Jessica Alba e Sophie Reynolds. Criada por Brandon Margolis e Brandon Sonnier. As estrelas convidadas desta segunda temporada incluem Orlando Jones e Kelly Rowland.

RATCHED

DIA 18/09 | NETFLIX

Uma história sobre as origens da enfermeira Mildred Ratched, uma das personagens centrais de "Voando Sobre Um Ninho de Cucos", livro de Ken Kesey adaptado ao cinema em 1975 por Milos Forman e com Jack Nicholson. Em 1947, Mildred chega ao norte da Califórnia para procurar emprego num hospital psiquiátrico de referência, pioneiro em experiências desconcertantes sobre a mente humana. Numa missão clandestina, começa por se apresentar como a imagem perfeita daquilo que uma enfermeira dedicada deve ser, mas o mundo que a rodeia está em constante mudança, e à medida que ela se vai infiltrando no sistema de cuidados de saúde mental e aproximando-se dos que o integram, o exterior polido de Mildred passa a esconder uma escuridão que há muito cresce na sua alma, demonstrando que os monstros não nascem - são criados. Com Sarah Paulson, Corey Stoll, Finn Wittrock e Sharon Stone.

SEAL TEAM

DIA 22/09 | FOX | ÀS 22H15

A 3ª temporada estreia-se com um episódio duplo. A série segue as vidas profissionais e pessoais da unidade de

elite da Marinha Americana, enquanto os seus elementos treinam, delineiam estratégias e executam as missões mais perigosas e exigentes que o país lhes pode pedir em solo internacional. Jason Hayes (David Boreanaz) é o respeitado e intenso líder da equipa Bravo, cuja vida familiar sofreu bastante como consequência da sua extensiva existência como soldado. Enviado, com a sua equipa, para missões clandestinas em todo o mundo a qualquer momento, e sabendo o quanto isso os afeta a eles e às suas famílias, esta equipa mostra um grande patriotismo e dedicação mesmo quando estão perante as piores situações.

THE CLIENT LIST

DIA 22/09 | AXN WHITE | ÀS 21H25

Riley Parks, interpretada por Jennifer Love Hewitt, é mãe de três filhos e vê-se numa situação de desespero quando o marido a abandona e deixa dívidas por pagar. Riley não tem tempo a perder e consegue um trabalho num spa, mas rapidamente se apercebe que este é apenas uma fachada para encobrir serviços de acompanhantes de luxo. Sem outra opção, decide permanecer no trabalho enquanto luta por ter duas vidas distintas. Para ver todas as terças-feiras.

NARCOS

DIA 20/09 | AMC | ÀS 14H18

Na terceira temporada, a cocaína e a guerra contra as drogas tornam-se mais próximas, com Cali a expandir as suas operações dentro das fronteiras dos EUA e a aliar-se a novos parceiros perigosos: O cartel mexicano de North Valley. O cartel de Cali torna-se o maior grupo de tráfico de droga do mundo e projeta uma estratégia de retirada que lhes permitirá viver felizes para sempre. O padrinho e líder do Cali, Gilberto Rodriguez, negocia uma rendição com o governo colombiano, em que terão de cumprir penas mínimas, mas manterão as suas fortunas e negócios legítimos. A única coisa que têm de fazer é evitar serem apanhados durante seis meses...

FILMES



MISTÉRIO A BORDO

Durante uma viagem de sonho à Europa, um casal tenta resolver um desconcertante homicídio que ocorreu a bordo do iate de um multimilionário. Foi o filme mais visto na sua semana de estreia, em 2019. Com Adam Sandler, James Vanderbilt e Allen Covert.

ÀS CEGAS

Sandra Bullock protagoniza este thriller intenso baseado no romance de Josh Malerman. Uma mulher e duas crianças devem atravessar vendados uma floresta e um rio para evitar que entidades sobrenaturais. Com realização de Susanne Bier.

DOIS PAPAS

Realizado pelo brasileiro Fernando Meirelles, gira em torno de uma conversa fictícia entre o cardeal de Buenos Aires e o bispo de Roma pouco antes da renúncia do segundo, em fevereiro de 2013. Nomeado para quatro Globos de Ouro, entre eles Melhor Filme Dramático.



O NOSSO PLANETA

Dos criadores de Planeta Terra e narrado, na versão original, pelo inigualável Sir David Attenborough, uma série documental que dá a conhecer a história do lugar a que todos nós chamamos de lar - o nosso planeta.



Mandela

Longo Caminho para a Liberdade

DIA 21/09 | AXN MOVIES | ÀS 21H10

Este caminho é o de um dos maiores ícones mundiais e vencedor do Nobel da Paz em 1993. O filme tem por base a autobiografia de Nelson Mandela, na qual fala de pontos fulcrais da sua infância, da luta contra o Apartheid, dos 27 anos que viveu encarcerado como preso político e a sua ascensão enquanto primeiro presidente negro da África do Sul. Com Idris Elba como protagonista, o filme é realizado por Justin Chadwick.



SNU

DIA 21/09 | RTP1 | ÀS 22H30

Uma história intemporal de amor e de morte. Francisco Sá-Carneiro conhece Snu Abecassis no dia 6 de janeiro de 1976. Ele era um político promissor, profundamente católico, casado e pai de cinco filhos. Ela era dinamarquesa e, além de ser mulher de Vasco Abecassis e mãe dos seus três filhos, era também a fundadora da D. Quixote, editora responsável pela publicação de livros que ousaram desafiar a censura do Estado Novo. Sá-Carneiro e Snu apaixonaram-se irremediavelmente e decidiram assumir esse amor até às últimas consequências, resistindo às críticas e aos múltiplos obstáculos que tiveram de enfrentar - tanto a nível pessoal e familiar como social e político. De Patrícia Sequeira, com Inês Castel-Branco e João Reis.

Magic Mike XXL

DIA 19/09 | FOX LIFE | ÀS 22H30

Mike (Channing Tatum) é um homem atlético e carismático. No passado, ganhou muito dinheiro com os seus dotes físicos, transformando-se em Magic Mike, o mais requisitado “stripper” do Clube Xquisite, pertencente a Dallas (Matthew McConaughey), seu velho amigo e mentor. Agora, três anos depois, os seus antigos colegas decidem que é chegado o momento deles próprios abandonarem os palcos. Porém, antes disso, desafiam Mike para uma última atuação. De Gregory Jacobs.



VIDA INTELIGENTE

DIA 20/09 | AXN | ÀS 21H55

Um thriller de ficção científica realizado por Daniel Espinosa e com Jake Gyllenhaal, Rebecca Ferguson e Ryan Reynolds, que descreve a descoberta de uma criatura extraterrestre, do planeta Marte, por uma tripulação da Estação Espacial Internacional. Os seis tripulantes examinam a criatura antes de a levarem para casa e, à medida que navegue a toda a velocidade para Terra, os seis apercebem-se de que esse ser é de extrema inteligência e não tem os melhores intenções.

MILE 22

DIA 19/09 | CINEMUNDO | 21H00

A primeira opção é a diplomacia, a segunda é a ação armada e a terceira recai sobre uma força de intervenção de um thriller de ação avassalador liderada pelo papel principal de Mark Wahlberg e a realização de Peter Berg. Uma pequena equipa de elite de oficiais americanos, parte de uma unidade de operações especiais e secretas, tem por missão levar para fora da Indonésia um misterioso agente da polícia com informações sensíveis.



O AVIADOR

DIA 19/09 | AXN MOVIES | ÀS 18H20

Martin Scorsese conta a história do milionário Howard Hughes, famoso nos anos 1930 pelos seus hobbies: aviões, cinema e mulheres. O filme apresenta-nos a vida de Howard numa altura em que o mesmo realizava e produzia filmes em Hollywood, enquanto desenhava e criava aviões. Após um acontecimento que viria a mudar a sua vida, Howard tem agora o sonho de construir uma aeronave especializada em cenários de guerra. Com Leonardo DiCaprio, Cate Blanchett e Kate Beckinsale.

DIA DOS NAMORADOS

DIA 20/09 | FOX LIFE | 22H20

No dia de São Valentim, todas as expectativas se concentram em algo muito especial: o amor. Esta comédia romântica conta as histórias de dez pessoas que se interligam e a forma tão diferente como cada uma delas lida com o dia 14 de fevereiro, o dia em que a paixão amorosa é celebrada no mundo inteiro. Entre apaixonados, corações partidos ou céticos perante o amor, o filme conta com a participação com um elenco reconhecido mundialmente: Jessica Alba, Kathy Bates, Jessica Biel, Bradley Cooper, Eric Dane, Patrick Dempsey, Jamie Foxx, Jennifer Garner, Topher Grace, Anne Hathaway, Ashton Kutcher, Queen Latifah, Taylor Lautner, Shirley MacLaine, Taylor Swift e Julia Roberts. De Garry Marshall.





TVCine Top Midway

FILME / 21h30

Recriação dos dias da famosa batalha de Midway, um confronto entre a frota norte-americana e a Marinha Imperial Japonesa que mudou o rumo dos acontecimentos no teatro de guerra do Pacífico durante a II Guerra Mundial. Baseado em factos verídicos.

SEXTA 18

RTPI
06h30 Bom Dia Portugal 10h00 Festa das Vindimas 13h00 Jornal da Tarde 14h15 Festa das Vindimas 17h30 Portugal em Direto 19h08 O Preço Certo 19h59 Telejornal 21h00 Sexta às 9 21h45 Joker 22h45 Ensaio Comigo... 23h45 3 Mulheres 00h30 Depois, Vai-se a Ver e Nada 02h00 Crime Graves 02h45 Longmire 03h30 O Sábio 04h15 Televidas

RTP2
07h00 Espaço Zig Zag 13h00 O Amanhecer dos Croods 13h15 Drama Total All-Stars 13h40 Regabofes e Trampis 13h55 Folha de Sala 14h00 Eco-Lógica 14h37 Cictismo: Volta a França 2020 17h00 Espaço Zig Zag 21h30 Jornal 2 22h06 Folha de Sal 22h12 Trapos e Conversas Frívolas 23h25 Phoenix 01h00 Megaoperação 01h50 Euronews

SIC
06h00 Edição da Manhã 09h00 Alô Portugal 10h00 Casa Feliz 13h00 Primeiro Jornal 14h15 Linha Aberta 15h15 Rainha das Flores 16h00 Júlia 18h00 Amor à Vida 19h00 Éta Mundo 19h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 20h00 Jornal da Noite 21h45 Nazaré 22h30

Terra Brava 23h30 Totalmente Demais 00h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 01h00 Linha Aberta 02h00 Original É a Cultura 02h45 Volante

TVI
06h00 Os Batanetes 06h30 Diário da Manhã 10h14 Você na TV! 13h00 Jornal da Uma 14h50 Destinos Cruzados 16h15 A Tarde é Sua 18h00 Big Brother 19h57 Jornal das 8 21h45 Amar Demais 22h45 Quer o Destino 00h00 Big Brother 02h00 Santa Bárbara 03h00 Shades of Blue 03h45 Mar de Paixão 04h15 TV Shop

RTP MEMÓRIA
18h30 Bem-vindos a Beirais 19h15 Estado de Graça 20h10 Magnum 21h00 Galactica 21h50 Regresso a Sizalinda 22h48 Doido Por Ti 23h00 Nome de Código: Sintra 23h45 Cuidado com a Língua! 00h00 O Foguete 01h00 Magnum

PORTO CANAL
Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

SPORTV1
17h00 Futebol: Premier League: Premier League World 17h30 Futebol: Liga NOS: Magazine Liga NOS 18h00 Futebol: Liga NOS: Antevisão Famalicão-Benfica 19h00 Futebol: Liga NOS: Famalicão-Benfica 21h30 Futebol: Taça Libertadores da

América: Ind. Valle-Flamengo 23h30 Futebol: Liga Italiana: Inside Serie a 00h00 Futebol: Taça da Liga Inglesa: Resumo da 2ª Eliminatória 00h30 Futebol: Premier League: Antevisão da Jornada

HOLLYWOOD
14h20 Argumento de Amor 16h05 Winter, O Golfinho 17h55 A 5ª Vaga 19h45 Fogo Cerrado 21h30 Vigarista à Vista 23h30 Contrabando 01h20 Blade II

CINEMUNDO
15h40 Wyatt Earp 18h50 In the Line of Fire 21h00 Vertical Limit 23h05 The Shawshank Redemption 01h30 Never Talk to Strangers 03h00 Your Move

AMC
16h52 F/X 18h37 Jogos de Guerra 20h27 Os Agentes do Destino 22h10 O Homem da Máscara de Ferro 00h18 Encontro de Irmãos 02h27 Coco Avant Chanel 04h15 A Pantera Cor-de-Rosa

FOX
14h14 Investigação Criminal: Los Angeles 15h47 Hawai Força Especial 17h18 CSI: Miami 18h52 Investigação Criminal: Los Angeles 20h31 Hawai Força Especial 22h15 Maze Runner - Correr Ou Morrer 00h18 Warcraft: O Primeiro Encontro de Dois Mundos 02h25 O Atirador

AXN
Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

24KITCHEN
12h35 Aprenda a Fazer Doces Com Martha Stewart 13h00 Doce Diário 13h26 Aprenda a Fazer Doces Com Martha Stewart 14h18 Doces do Ofício 14h38 A Sentada 15h00 Os Segredos da Tia Cátia 16h21 Doce Diário 17h11 Masterchef USA 18h41 Os Segredos da Tia Cátia 19h31 Filipa Gomes Cozinha com Twist 20h20 Prato do Dia 21h00 Os Segredos da Tia Cátia 21h50 Masterchef USA 23h30 Prato do Dia 00h25 Os Segredos da Tia Cátia 01h12 Doces do Ofício 01h38 Filipa Gomes Cozinha com Twist

MEZZO
11h30 I Vespri Siciliani by Verdi at the Mariinsky 15h40 The Sacred Dance by the Companhia Danza Contemporanea de Cuba 17h35 Havana Danza! Ballet Danza Contemporanea Of Cuba 19h30 The Czech Philharmonic and Simon Rattle: Dvořák, Mahler 21h05 The Czech Philharmonic and Semyon Bychkov: Mahler's Ninth Symphony 22h45 Eric Truffaz Quartet | Jazz in Marciac 23h50 Manu Katché, Richard Bona, Mike Stern, Niels Lan Doky - Jazz in Marciac



Cinemundo Mile 22

FILME / 21h00

A primeira opção é a diplomacia, a segunda é a ação armada e a terceira recai sobre uma força de intervenção de um thriller de ação avassalador liderada pelo papel principal de Mark Wahlberg e a realização de Peter Berg.

SÁBADO 19

RTPI
06h30 Zig Zag 08h00 Bom Dia Portugal Fim de Semana 10h00 Dias de Verão 11h00 Aqui Portugal 13h00 Jornal da Tarde 14h15 Voz do Cidadão 14h30 Aqui Portugal 19h00 O Preço Certo 19h59 Telejornal 21h15 Quem Quer Ser Milionário - Alta Pressão 22h30 Alta Fidelidade - Best Of 00h15 Cá Por Casa com Herman José - Especial Nelo e Idália 01h15 Sorte a Logan 03h30 Televidas

RTP2
08h00 Espaço Zig Zag 15h05 Folha de Sala 15h09 Cictismo Volta a França 2020 17h30 Biosfera 18h00 Nations United - A film on People & Planet 18h55 Faça Chuva Faça Sol 19h25 Saber Sabe Bem 19h45 A Grã Bretanha Eduardiana a Cores 20h30 Sons de Nova Iorque Bilal 21h00 Irresponsável 21h30 Jornal 2 21h50 Página 2 22h10 Folha de Sala 22h12 Atys en Folie 23h50 O Fantasma 01h20 Dentro da Casa 8 02h05 Euronews

SIC
06h00 Etnias 07h45 Uma Aventura 09h00 Olho Baixo! 12h00 Nosso Mundo 13h00 Primeiro Jornal 14h15 Alta Definição 15h00 E-Especial 15h30 Eu Quero Arrumar 15h45 Cinema Paraíso 17h30 Cinema em

Casa 20h00 Jornal da Noite 21h45 Terra Nossa 23h15 O Noivo é Que Sabe 01h45 Cinema em Casa

TVI
05h45 Os Batanetes 06h15 Detetive Maravilhas 07h00 Campeões e Detetives 08h00 O Bando dos Quatro 09h00 Morangos com Açúcar 10h00 Inspetor Max 12h00 Querido, Mudei a Casa! 13h00 Jornal da Uma 14h00 Contame 15h00 Programa a Designar 19h00 Apanha se Pudes 19h57 Jornal das 8 21h45 Amar Demais 22h45 Mental Samurai 00h15 Big Brother 02h00 GTI 02h15 Shades of Blue 03h00 Mar de Paixão 04h15 TV Shop

RTP MEMÓRIA
15h00 Stefan Zweig - Adeus, Europa 17h01 O Último Verão 18h07 Futebol: FC Porto-Sp. Braga (1989) 19h47 Voz do Cidadão 20h10 MacGyver 21h00 Traz prá Frente 22h00 Sheiks com Cobertura 23h00 Inesquecível 00h35 Dramazine 01h05 Portugueses Pelo Mundo

PORTO CANAL
Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

SPORTV1
18h30 Futebol: Liga NOS: Sporting-Gil Vicente 21h00 Futebol: Liga NOS: Fc Porto-Sc Braga 23h30 Futebol: Premier League: Man. Utd-Crystal Palace

HOLLYWOOD
13h40 Um Sonho Possível 15h55 A Cidade 18h00 Velocidade Furiosa 6 20h10 O Herói de Hacksaw Ridge 22h25 Inimigos Públicos 00h40 Ninguém Sobrevive

CINEMUNDO
11h30 The Karate Kid 13h40 The Karate Kid Part II 15h35 The Karate Kid Part III 17h30 Backtrace 19h05 Battle Los Angeles 21h00 Mile 22 22h35 Six Bullets 00h30 Timecop 02h10 Malevolent

AMC
15h11 Na Pista da Pantera 16h46 A

Maldição da Pantera 18h33 Filomena 20h08 A Melhor Despedida de Solteira 22h10 Um Polício no Jardim-Escola 23h58 A Família Bêlier 01h40 O Leão da Estrela 03h27 A Pantera Volta a Atacar

FOX
14h52 Jack Ryan: Agente Sombra 16h54 Jason Bourne 19h17 Velocidade Furiosa 21h20 Velocidade + Furiosa 23h18 Velocidade Furiosa - Ligação Tóquio 01h14 RoboCop

AXN
Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

24KITCHEN
12h20 Prato do Dia 14h30 Doces do Ofício 16h40 Os Segredos da Tia Cátia 18h50 Filipa Gomes Cozinha com Twist 21h00 Prato do Dia 23h10 Os Segredos da Tia Cátia 01h20 As Doces Iguarias de Rudolph 03h30 À Boleia da Filipa

MEZZO
17h20 Carlos Kleiber conducts Beethoven's Symphony No. 7 17h55 Penderecki conducts Penderecki and Krejčí at the Prague Spring Festival 19h30 Un Ballo in maschera by Verdi at the Bayerische Staatsoper 22h30 Morten Qvild: Personal Piano - Oslo Jazz Festival 23h45 Adam Baldych, Helge Lien Trio - EFG London Jazz Festival



Central de Inteligência (Fox Comedy, 23h00)



Odisseia Egito Desde o Ar

DOCUMENTÁRIO / 16H00

Da mão do fotógrafo e ambientalista francês Yann Arthus-Bertrand, esta é uma viagem aérea pelo Cairo, passando pela mesquita de Al-Husseini, um dos lugares de culto mais importantes do mundo, o delta do rio Nilo, Alexandria, o canal do Suez e o paraíso Sharm el-Sheikh.

DOMINGO 20

RTP1
06h30 Zig Zag
08h00 Bom Dia
Portugal Fin de
Semana 10h30
Eucaristia
Dominical 11h30
Festa da Flor 13h00
Jornal da Tarde
14h15 Festa da Flor
19h59 Telejornal
21h15
1 Love Portugal
23h15 Amor de
Improviso 01h30
Dias de Verão
02h30 As Novas
Viagens
Philosophicas
03h00 Televidas

RTP2
07h00 Caminhos
07h30 70x7 08h00
Espaço Zig Zag
14h55 Folha de
Sala 15h00 A Arte
das Rotundas
15h59 Cictismo:
Volta a França 2020
18h45 Marion, 13
anos Para Sempre
20h25 Cuidado com
a Língua! 20h40
Nina 21h30 Jornal
2 21h50 Página 2
22h10 Folha de
Sala 22h12
Sanditon 23h05 In
Music 23h30 Voz do
Cidadão 23h45
Olhar o Mundo
00h30 Sophia
Antipolis 01h55
Cinemax 02h55
Euronews

SIC
06h30 Manhãs
de Animação
07h45 Uma
Aventura 09h00
01h0 Baía!
12h00 Vida
Selvagem 13h00
Primeiro Jornal
14h15 Fama

Show 15h00
Domingão:
Especial de Verão
20h00 Jornal da
Noite 21h15 Isto É
Gozar com Quem
Trabalha 22h00 O
Noivo É Que Sabe
00h30 Programa a
Definir 01h30
Cinema em Casa

TVI
05h45 Os
Batanetes 06h15
Todos Iguais 06h45
Detetive Maravilhas
07h30 Campeões e
Detetives 08h15
The secret life of
pets 10h00 O Bando
dos Quatro 11h00
Missa 12h30 Mesa
Nacional 13h00
Jornal da Uma
14h00 Somos
Portugal 19h57
Jornal das 8 21h45
Big Brother 01h00
Big Brother 02h30
Mar de Paixão
03h30 A Outra
04h15 TV Shop

RTP MEMÓRIA
15h00 A Lancheira
16h45
Inesquecível 18h20
A Ilha de Arlequim
19h46 Tropicália
20h10 MacGyver
21h00 Traz prá
Frente 22h00 O
Espírito de 45
00h00 Traz prá
Frente 01h05
Portugueses Pelo
Mundo

PORTO CANAL
Grelha não cedida
pelo canal até ao
fecho desta edição

SPORTV1
18h30 Futebol: Liga
NOS: Moreirense-
Farense 21h00
Futebol: Liga NOS:

Tondela-Rio Ave
23h10 Futebol: Liga
Italiana: Juventus-
Sampdoria 23h40
Futebol: Premier
League: Chelsea-
Liverpool 00h10
Motociclismo
Velocidade: Moto
Gp: Camp. do
Mundo: Gp Emilia
Romagna: Resumo
00h30
Basquetebol: Nba:
Final Conf.

HOLLYWOOD
12h20 Zootrópolis
14h00 O Primeiro
Encontro 15h55
Viagem Ao Centro
da Terra 2: Ilha
Misteriosa 17h25 A
Origem 19h50
Battleship - Batalha
Naval 22h00
Sombras da
Escruidão 23h55
Um Cidadão
Exemplar 01h50
Gritos 4

CINEMUNDO
13h45 Georgia Rule
15h40 The Great
Gatsby 18h00
Robin Hood Prince
of Thieves 20h25
Nowhere to Run
22h00 Last Flag
Flying 00h05 A
Dangerous Man
01h45 Little
Children

AMC
14h18 Narcos
15h08 A Mulher de
Vermelho 16h32 O
Homem da Máscara
de Ferro 18h40 O
Clube de Dallas
20h34 The
Betrayed 22h10 O
Caso Thomas Crown
00h00 Os Agentes
do Destino 01h42
Revolta no Pacífico

FOX
15h09 Velocidade
Furiosa 17h13
Velocidade + Furiosa
19h17 Velozes e
Furiosos 21h20
Velocidade Furiosa 5
23h52 Velocidade
Furiosa 7 02h13
Velocidade Furiosa -
Ligação Tóquio
03h53 C.S.I.

AXN
Grelha não cedida
pelo canal até ao
fecho desta edição

24KITCHEN
12h20 Fábulas
GastroNórdicas
de La Fountain
14h30 Os Segredos
da Tia Cátia 15h00
Programa a Definir
15h25 Os Segredos
da Tia Cátia 16h40
Filipa Gomes 18h50
As Doces Iguarias
de Rudolph 21h00
A Sentada 23h10
Doces do Ofício
01h20 Os Segredos
da Tia Cátia 03h30
Chef de Raiz

MEZZO
14h55 Saintes
2020: Vivaldi,
Bach - Les Talens
Lyriques, Christophe
Rousset 16h00
I Vespri Siciliani
by Verdi at the
Mariinsky 19h30
Gustavo Dudamel
conducts Mahler
at the Paris
Philharmonie
21h15 The Czech
Philharmonic
and Semyon
Bychkov: Berio,
Dvo ak 23h00
Manu Katché,
Richard Bona,
Mike Stern, Niels
Lan Doky - Jazz
in Marciac



EM DESTAQUE ESTA SEMANA

6^a
DIA 18



INFANTIL / 19H00

Panda Ricky Zoom

Ricky gosta de acelerar a toda a velocidade para novas peripécias e muitos desafios, que consegue superar.

FILME / 21H15

NOS Studios Yesterday

Depois de um apagão global, um músico descobre que os Beatles nunca existiram para o Mundo inteiro...

FILME / 22H00

Hollywood Sombras da Escruidão

Um vampiro aprisionado é libertado e regressa à sua casa, onde a família precisa da sua proteção.

S
DIA 19



D
DIA 20



2^a
DIA 21



INFANTIL / 15H15 E 18H00

Nickelodeon E o Pónei

Na quinta dos pais (na verdade, a varanda do apartamento), Annie adapta-se às atribulações da cidade.

DOCUMENTÁRIO / 22H30

RTP1 Amália - Estranha Forma de Vida

Série documental composta por cinco capítulos que dá a conhecer melhor a diva do Fado.

3^a
DIA 22



4^a
DIA 23



FILME / 22H00

AXN Circuito Fechado

Centenas de pessoas morrem num ataque terrorista num mercado londrino. As investigações começam.

SÉRIE / 22H00

5^a
DIA 24



AXN Alex Rider

A história de um adolescente londrino foi treinado para o perigoso mundo da espionagem.



Fox Movies A Noite Fez-se para Amar

FILME / 21h15

Presbyterian Church é uma pequena comunidade mineira isolada. É o lugar ideal para o apostador profissional John Q. McCabe (Warren Beatty) e a dona de um bordel, Constance Miller (Julie Christie), abrirem um negócio e atenderem aos vícios dos residentes da região.

SEGUNDA 21

RTP1

06h30 Bom Dia Portugal 10h00 Festa das Vindimas 13h00 Jornal da Tarde 14h15 Festa das Vindimas 17h30 Portugal em Direto 19h00 O Preço Certo 19h59 Telejornal 21h00 Depois do Crime 21h30 Joker 22h30 Snu 00h15 Prova Oral 01h45 Crimes Graves 02h30 Longmire 03h15 Fronteiras XXI 04h45 Televidas

RTP2

07h00 Espaço Zig Zag 13h55 Folha de Sala 14h00 Sociedade Civil 15h00 A Fé dos Homens 15h30 E2 - Escola Superior de Comunicação Social 16h00 Atelier d'Arquitetura 16h25 Cultura Antiga 17h00 Espaço Zig Zag 21h25 Hora da Sorte - Lotaria Nacional 21h30 Jornal 2 22h06 Folha de Sala 22h12 A Agência Clandestina 23h10 Visita Guiada 23h40 Amor 01h55 Esec-TV 02h10 Sociedade Civil 03h10 Euronews

SIC

06h00 Edição da Manhã 09h00 Alô Portugal 10h00 Casa Feliz 13h00 Primeiro Jornal 14h45 Rainha das Flores 16h00 Júlia 18h00 Amor à Vida 18h45 Éta

Mundo 19h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 20h00 Jornal da Noite 21h30 Nazaré 22h15 Golpe de Sorte 23h00 Terra Brava 23h45 Totalmente Demais 00h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 01h00 Passadeira Vermelha 02h30 Linha Aberta

TVI

05h45 Os Batanetes 10h15 Você na TV! 13h00 Jornal da Uma 14h55 Destinos Cruzados 16h15 A Tarde é Sua 18h15 Big Brother 19h57 Jornal das 8 21h30 Amar Demais 22h15 Quer o Destino 00h00 Big Brother 02h00 Santa Bárbara 03h00 Shades of Blue 03h45 Mar de Paixão 04h30 TV Shop

RTP MEMÓRIA

18h30 Bem-vindos a Beirais 19h18 Estado de Graça 20h10 Magnum 21h00 Galactica 21h50 Regresso a Sizalinda 22h35 Doido Por Ti 23h00 Nome de Código: Sintra 23h45 Cuidado com a Língua! 00h00 Hora Cinemateca

PORTO CANAL

Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

SPORTV1

18h00 Futebol: Liga NOS: Famacão-Benfica 18h30 Futebol: Liga NOS: Fc Porto-Sc Braga 19h00 Futebol: Liga

NOS: Sporting-Gil Vicente 19h45 Futebol: Liga NOS: Portimonense-P. Ferreira 22h00 Futebol: Premier League: Aston Villa-Sheffield Utd 00h00 Futebol: Premier League: Wolverhampton-Man. City

HOLLYWOOD

12h45 Como Despachar um Encalhado 14h25 Casei com uma Feiticeira 16h10 Combate Mortal 17h50 Um Alibi Perfeito 19h15 Harry Potter e a Ordem da Fénix 21h30 O Chacal 23h35 Sem Saída 01h20 Carlos

CINEMUNDO

12h55 Ghostbusters II 14h50 Doc Hollywood 16h40 Any Given Sunday 19h10 Knight and Day 21h00 True Crime 23h10 Once Upon a Time in America 02h50 Mulholland Dr.

AMC

16h48 A Melhor Despedida de Solteira 18h49

Legalmente Loira 2 20h21 Um Polícia no Jardim-Escola 22h10 Ultimato 00h01 O Legado de Bourne

FOX

15h45 Hawai Força Especial 18h50 Investigação Criminal: Los Angeles 20h30 Hawai Força Especial 22h15 Chicago P.D. 23h50 Borboleta Negra

AXN

Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

24KITCHEN

18h41 Os Segredos da Tia Cátia 19h31 Filipa Gomes Cozinha com Twist 20h20 Prato do Dia 21h00 Os Segredos da Tia Cátia 21h50 Masterchef USA 23h30 Prato do Dia 00h25 Os Segredos da Tia Cátia

MEZZO

16h50 La Favorite by Donizetti at the Bayerische Staatsoper 19h30 The Orchestre Philharmonique de Monte-Carlo and Rauf Abdullayev: Amirov 20h30 Gara Garayev's 100th Anniversary Concert in Saint Petersburg 22h30 Adam Baldych, Helge Lien Trio - EFG London Jazz Festival 23h40 Morten Qvenild: Personal Piano - Oslo Jazz Festival

Os Segredos da Tia Cátia (24 Kitchen, 21h00)



História Forjado no Fogo

DOC REALITY / 16h21

Os melhores fabricantes de armas brancas do país competem para construir tudo desde machados de guerra Vikings a espadas de samurais ou punhais índios. Haverá armas e concorrentes novos todas as semanas, e as criações serão sujeitas a provas extraordinárias.

TERÇA 22

RTP1

06h30 Bom Dia Portugal 10h00 Festa das Vindimas 13h00 Jornal da Tarde 14h15 Festa das Vindimas 17h30 Portugal em Direto 19h00 O Preço Certo 20h00 Telejornal 21h00 Depois do Crime 21h30 Joker 22h30 Amália - Estranha Forma de Vida 23h45 Depois, Vaise a Ver e Nada 02h00 Crimes Graves 02h45 Longmire 03h30 Janela Indiscreta 04h15 Europa Minha 04h30 Televidas

RTP2

07h00 Espaço Zig Zag 13h55 Folha de Sala 14h00 Sociedade Civil 15h00 A Fé dos Homens 15h30 Visita Guiada 16h00 Eco-Lógica 16h25 Cultura Antiga 17h00 Espaço Zig Zag 21h30 Jornal 2 22h06 Folha de Sala 22h15 A Agência Clandestina 23h10 Nada Será Como Dante 23h40 Isto é Arte 00h40 Eurodeputados 01h05 Os Miseráveis 01h55 E2 - Escola Superior de Comunicação Social 02h25 Sociedade Civil 03h25 Euronews

SIC

06h00 Edição da Manhã 09h00 Alô Portugal 10h00 Casa Feliz

13h00 Primeiro Jornal 14h45 Rainha das Flores 16h00 Júlia 18h00 Amor à Vida 18h45 Éta Noivo É Que Sabe: Diário 20h00 Jornal da Noite 21h30 Nazaré 22h15 Golpe de Sorte 23h00 Terra Brava 23h45 Totalmente Demais 00h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 01h00 Passadeira Vermelha 02h30 Linha Aberta

TVI

06h00 Os Batanetes 06h30 Diário da Manhã 10h13 Você na TV! 13h00 Jornal da Uma 14h55 Destinos Cruzados 16h15 A Tarde é Sua 18h00 Big Brother 18h30 Notícias 18h56 Liga dos Campeões 21h40 Amar Demais 22h40 Quer o Destino 00h00 Big Brother 02h00 Santa Bárbara 03h00 Shades of Blue 03h42 Mar de Paixão 04h30 TV Shop

RTP MEMÓRIA

18h30 Bem-vindos a Beirais 19h15 Estado de Graça 20h10 Magnum 21h00 Galactica 21h50 Regresso a Sizalinda 22h35 Doido Por Ti 23h00 Nome de Código: Sintra 23h45 Cuidado com a Língua! 00h04 Júlio Isidro - 60 Anos de Televisão 01h00 Magnum

PORTO CANAL

Grelha não cedida

pelo canal até ao fecho desta edição

SPORTV1

17h40 Futebol: Liga NOS: Fc Porto-Sc Braga 20h00 Futebol: Segunda Liga: Varzim-Arouca 22h10 Futebol: Liga NOS: Resumo da Jornada 1 22h40 Futebol: Taça Libertadores da América: Magazine 23h15 Futebol: Taça Libertadores da América: Barcelona Sc-Flamengo

HOLLYWOOD

13h35 Jack E Jill 15h15 Antes de Adormecer 16h50 U. S. Marshals - A Perseguição 19h00 Harry Potter e o Príncipe Misterioso 21h30 Guia do Escuteiro Para o Apocalipse Zombie 23h05 Duro De Roer 00h45 The Conjuring 2 - A Evocação

CINEMUNDO

14h15 One Night Stand 16h00 Rock Star 17h45 Marley & Me 19h40 Liar Liar 21h10 Friends with Benefits 23h00 Little Children 01h15 Mulholland Dr.

AMC

14h49 Las Vegas 15h32 Profundo Azul 2 - O Recife 17h01 O Código do Silêncio 18h39 Por Um Punhado de Dólares 20h16 O Último dos Moicanos 22h10 Cheat 22h57 Capote 00h48 Fargo

FOX

13h06 C.S.I. 13h52

Investigação Criminal: Los Angeles 15h23 Hawai Força Especial 16h53 CSI: Miami 18h50 Investigação Criminal: Los Angeles 20h31 Hawai Força Especial 22h15 SEAL Team 23h55 Warcraft: O Primeiro Encontro de Dois Mundos

AXN

Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

24KITCHEN

17h11 Masterchef USA 18h41 Os Segredos da Tia Cátia 19h31 Filipa Gomes Cozinha com Twist 20h20 Prato do Dia 21h00 Os Segredos da Tia Cátia 21h50 Masterchef USA 23h30 Prato do Dia 00h25 Os Segredos da Tia Cátia

MEZZO

18h50 Carlos Kleiber conducts Beethoven's Symphony No. 4 19h30 One Thousand and One Nights by Fikret Amirov | Kremlin Ballet 21h15 Trio Tomter, Kam & Ihle Hadland, Bergen Festival 22h30 Oslo Jazz Festival Orchestra 23h40 Michael Wollny, Vincent Peirani, Emile Parisien, Andreas Schaefer - EFG London Jazz Festival



RTP1 O Atentado

SÉRIE / 21H00

Série de dez episódios, da autoria de Francisco Moita Flores e realização de Jorge Paixão da Costa, baseada em factos reais. A história do atentado ocorrido em 1937 contra Oliveira Salazar. Com António Pedro Cerdeira, Anabela Moreira, Miguel Damião e Laura Dutra.

QUARTA 23

RTP1

06h30 Bom Dia Portugal 10h00 Festa das Vindimas 13h00 Jornal da Tarde 14h15 Festa das Vindimas 17h30 Portugal em Direto 19h00 O Preço Certo 19h59 Telejornal 21h00 O Atentado 22h00 Joker 23h00 Cá Por Casa com Herman José 00h30 Depois, Vai-se a Ver e Nada 01h45 Crimes Graves 02h30 Longmire 03h15 Grande Entrevista 04h00 Televidas

RTP2

07h00 Espaço Zig Zag 13h55 Folha de Sala 14h00 Sociedade Civil 15h00 A Fé dos Homens 15h30 Nada Será Como Dante 16h00 O Poder da Resiliência: Os Cisnes das Tundras da Rússia 16h59 Espaço Zig Zag 21h30 Jornal 2 22h06 Folha de Sala 22h15 A Agência Clandestina 23h10 Jujol/Gaudi: Dos Genis De L'Arquitectura 00h00 Muito Barulho Para Nada 01h00 A Fraude 02h00 Sociedade Civil 03h00 Euronews

SIC

06h00 Edição da Manhã 09h00 Alô Portugal 10h00 Casa Feliz 13h00 Primeiro Jornal 14h45 Rainha das Flores 16h00

Júlia 18h00 Amor à Vida 18h45 Éta Mundo 19h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 20h00 Jornal da Noite 21h30 Nazaré 22h15 Golpe de Sorte 23h00 Terra Brava 23h45 Totalmente Demais 00h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 01h00 Passadeira Vermelha 02h30 Linha Aberta

TVI

06h00 Os Batanetes 06h30 Diário da Manhã 10h15 Você na TV! 13h00 Jornal da Uma 14h55 Destinos Cruzados 16h15 A Tarde é Sua 18h15 Big Brother 19h57 Jornal das 8 21h40 Amar Demais 22h45 Quer o Destino 00h00 Big Brother 02h00 Santa Bárbara 03h00 Shades of Blue 03h45 Mar de Paixão

RTP MEMÓRIA

18h30 Bem-vindos a Beirais 19h15 Estado de Graça 20h10 Magnum 21h00 Galactica 21h50 Regresso a Sicalinda 22h35 Doido Por Ti 23h00 Nome de Código: Sintra 23h45 Cuidado com a Língua! 00h00 António Ramos Rosa - Estou vivo e Escrevo o Sol

PORTO CANAL

Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

SPORTV1

18h10 Fute-

bol: Liga Italiana: Golos da Jornada 1 18h20 Futebol: Premier League: Resumos e Reportagens 19h20 Futebol: Liga NOS: Resumo da Jornada 1 20h00 Futebol: Segunda Liga: Leixões-Cd Mafra 22h10 Futebol: Premier League: Netbusters 22h40 Futebol: Liga Italiana: Serie A Full Impact 23h15 Futebol: Taça Libertadores da América: Atl. Paranaense-Colo-colo

HOLLYWOOD

15h55 Young Ones - Luta Pela Sobrevivência 17h35 O Último Passageiro 19h10 Reino dos Céus 21h30 Fim de Turno 23h15 Snitch - Infiltrado

CINEMUNDO

15h25 In Dubious Battle 17h20 Vertical Limit 19h25 Senna 21h10 Ola de Crimenes 22h50 Suburra 01h00 Once

Upon a Time in America 04h40 Hollow Point

AMC

13h38 Ela É... Ele! 15h20 Ace Ventura em África 16h52 Legalmente Loira 18h25 Selvagem e Perigosa 20h16 7 mesas (de bilhar francês) 22h10 La línea invisible 22h56 The Betrayed 00h32 Fargo

FOX

17h19 CSI: Miami 18h53 Investigação Criminal: Los Angeles 20h32 Hawai Força Especial 22h15 FBI 23h55 Velocidade Furiosa - Ligação Tóquio

AXN

Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

24KITCHEN

17h11 Masterchef USA 18h41 Os Segredos da Tia Cátia 19h31 Filipa Gomes Cozinha com Twist 20h20 Prato do Dia 21h00 Os Segredos da Tia Cátia 21h50 Masterchef USA 23h30 Prato do Dia 00h25 Os Segredos da Tia Cátia

MEZZO

19h30 Norma by Vincenzo Bellini, Teatro La Fenice 22h30 Chlorine Free feat. Soweto Kinch + NYA 23h30 Michel Meis 4tet, festival Like a jazz machine



Selvagem e Perigosa (AMC, 18h25)



Blaze TV Mountain Men

DOC REALITY / 22H00

Todos sabem que não podem cometer erros se quiserem sobreviver. São homens simples, mas fortes, humildes e montanhese, e restam poucos como eles. Para os homens mais duros da montanha, todos os dias é uma luta interminável.

QUINTA 24

RTP1

06h30 Bom Dia Portugal 10h00 Festa das Vindimas 13h00 Jornal da Tarde 14h15 Festa das Vindimas 17h20 Fatura da Sorte 17h30 Portugal em Direto 19h00 O Preço Certo 19h59 Telejornal 21h00 Linha da Frente 21h30 Joker 22h30 Amália - Estranha Forma de Vida 00h00 Depois, Vai-se a Ver e Nada 00h45 Patrulha da Noite 01h30 Crimes Graves 02h15 Longmire 03h00 RTP Arena 03h30 O Sábio 04h15 Televidas

RTP2

07h00 A Fé dos Homens 07h30 Espaço Zig Zag 13h55 Folha de Sala 14h00 Sociedade Civil 15h00 A Fé dos Homens 15h30 Biosfera 16h00 O Lagarto-de-Chifres-Real do Deserto de Sonora 16h59 Espaço Zig Zag 21h30 Jornal 2 22h06 Folha de Sala 22h15 A Agência Clandestina 23h10 Ícones do Século XX 00h05 Equinócio 00h25 Uma SMS para Antígona 00h55 Acredita, Faith 01h50 Sociedade Civil 02h50 Universidade Aberta 03h20 Euronews

SIC

06h00 Edição da Manhã 09h00 Alô Portugal

10h00 Casa Feliz 13h00 Primeiro Jornal 14h45 Rainha das Flores 16h00 Júlia 18h00 Amor à Vida 18h45 Éta Mundo 19h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 20h00 Jornal da Noite 21h30 Nazaré 22h15 Golpe de Sorte 23h00 Terra Brava 23h45 Totalmente Demais 00h30 O Noivo É Que Sabe: Diário 01h00 Passadeira Vermelha 02h30 Linha Aberta

TVI

06h30 Diário da Manhã 10h15 Você na TV! 13h00 Jornal da Uma 14h54 Destinos Cruzados 16h15 A Tarde é Sua 19h15 Big Brother 19h57 Jornal das 8 21h37 Amar Demais 22h35 Quer o Destino 00h00 Big Brother 01h55 Autores 02h55 Mar de Paixão 04h30 TV Shop 06h00 Os Batanetes

RTP MEMÓRIA

18h30 Bem-vindos a Beirais 19h15 Estado de Graça 20h10 Magnum 21h00 Galactica 21h50 Regresso a Sicalinda 22h35 Doido Por Ti 23h00 Nome de Código: Sintra 23h45 Cuidado com a Língua! 00h00 Farfobód - Uma Biografia do Conde do Farrobo 01h00 Magnum

PORTO CANAL

Grelha não cedida pelo canal até ao

fecho desta edição

SPORTV1

18h00 Futebol: Uefa Europa League: a Definir: 3ª Pré-eliminatória 20h00 Futebol: Uefa Europa League: a Definir: 3ª Pré-eliminatória 22h00 Futebol: Liga NOS: Magazine Liga NOS: Jornada 2 22h30 Futebol: Premier League: Premier League World 23h00 Futebol: Taça Libertadores da América: Jorge Wilstermann-Peñarol

HOLLYWOOD

14h40 Os Quebras-Ossos 16h30 Intruder: Missão de Alto Risco 18h25 Catwoman 20h10 Aonde é Que Para A Polícia 33 1/3 21h30 Chappie 23h30 Um Vizinho Insuspeito 01h00 O Gringo

CINEMUNDO

14h10 Ricki and the Flash 15h55 Senna 17h40 Reprisal 19h15 The Scorpion King 4h Quest for Power 21h00 The Marksman 22h40 Kill'em All 00h20 Driven to Kill

AMC

14h44 Porque é Que Me Casei Também? 16h41 Legalmente Loira 2 18h13 Um Polícia no Jardim-Escola 20h01 O Homem da Máscara de Ferro 22h10 Narcos 23h00 Van Damme Implacável 00h27 Fargo

FOX

13h34 C.S.I. 14h17 Investigação Criminal: Los Angeles 15h48 Hawai Força Especial 17h18 CSI: Miami 18h52 Investigação Criminal: Los Angeles 20h33 Hawai Força Especial 22h15 Investigação Criminal: Los Angeles 01h34 CSI: Miami

AXN

Grelha não cedida pelo canal até ao fecho desta edição

24KITCHEN

18h41 Os Segredos da Tia Cátia 19h31 Filipa Gomes Cozinha com Twist 20h20 Prato do Dia 21h00 Os Segredos da Tia Cátia 21h50 Masterchef USA 23h30 Prato do Dia 00h25 Os Segredos da Tia Cátia 00h50 Os Segredos da Tia Cátia 01h12 Doces do Ofício

MEZZO

17h05 Tugan Sokhiev and the Orchestre National du Capitole de Toulouse: Bertioz's La Damnation de Faust 19h30 Michael Wollny | Live at Jazzdor 20h20 Michael Wollny, Vincent Peirani, Emile Parisien, Andreas Schaefer - EFG London Jazz Festival 22h35 Tord Gustavsen with Domkoret Choir & Tore Brunborg - Oslo Jazz Festival



DESFILAR PELA VIDA COM UM SENTIDO

DIZIAM-LHE QUE TINHA olhos demasiado pequenos e nariz demasiado grande. Gisele Bündchen virou supermodelo e hoje usa a sua popularidade para defender causas ambientais.

Sou pouco dada a extravagâncias - exceto quando me apanho numa feira do livro. Setembro trouxe-me, por isso, muitos títulos para ler: poesia, romances com décadas ou acabados de sair, policiais e obras mais práticas, até com uma aura de autoajuda. O meu coração está com as livrarias independentes, mas leio de tudo, facilmente cedo a impulsos e curiosidades. Aconteceu com "Lições - o meu caminho para uma vida com sentido", livro assinado por Gisele Bündchen, figura incontornável do mundo da moda. Desde que a descobri voltada para a natureza, o ioga e a meditação, comecei a estar mais atenta à mulher de beleza invulgar que saiu de casa, no Sul do Brasil, ainda menina - foi descoberta por um olheiro quando tinha 14 anos.

No livro, Gisele conta como passou de uma vida agitada, com alimentação desregrada, muita cafeína e ataques de pânico pelo meio, para a tal existência com mais sentido. Foi além dos padrões de beleza estabelecidos (quantas vezes lhe disseram que tinha olhos demasiado pequenos e nariz demasiado grande?), seguindo o seu rumo com trabalho, disciplina e foco, e acabou por usar a visibilidade alcançada para defender causas sociais que lhe são caras, como a do ambiente.

Num dos capítulos, a supermodelo fala do respeito pelos alimentos de produção local e mostra orgulho na pequena horta que, além de lhe fornecer legumes, verduras e condimentos, funciona como sala de aula informal para os filhos - as crian-

ças aprendem a esperar pela altura certa para saborear a sua fruta preferida, por exemplo. "Existe ferramenta de educação melhor do que uma horta?", questiona, a dada altura. E eu lembrei-me do agricultor Ulisses Teixeira, em Cantanhede, a dizer que quer ter saudades de comer uma laranja.

Se há vantagem em ser jornalista é estar continuamente a aprender e a contactar com pessoas cheias de saberes e entusiasmo. A propósito do tema de capa desta semana, conheci várias. Fiquei mais sensível à beleza de plantas com valor alimentar ou medicinal e mais consciente da alegria que é colher um tomate e levá-lo diretamente à boca. Dei por mim às compras num horto, e nunca me

foi tão leve a vindima.

Na verdade, esse despertar começou quando fui para outra cidade e percebi o valor de ter fruta, legumes e ovos caseiros. Dava-os como garantidos, pois cresci no campo, onde apanhava amoras, fazia bolas de sabão por uma

cana e exibia desenhos com plantas que se colavam à roupa. Quando ouço falar de miúdos cansados, tal é o esforço por muni-los de todas as ferramentas e atividades, sinto-me grata por ter crescido devagar e em liberdade; sair de casa sem relógio, muito menos telemóvel, e brincar na rua o dia todo.

Há dias, fui visitar a minha amiga de infância, que se mudou para a zona de Lisboa. Fizemos salada de tomate da horta da minha família temperada com orégãos da família dela, e soube-me a manjar. Só faltava termos pegado na bicicleta sem destino certo, para voltar à noite com um véu de poeira no corpo - sinal de um dia bem passado. ●

"EXISTE FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO MELHOR DO QUE UMA HORTA?", QUESTIONA GISELE. E LEMBREI-ME DO AGRICULTOR ULISSES

A PRÓXIMA SEMANA: PAULA FERREIRA

Leia todas as crónicas da autora em www.evasoes.pt

ESTATUTO EDITORIAL DISPONÍVEL EM:
WWW.EVASOES.PT

DIRETOR Domingos de Andrade
DIRETORES-ADJUNTOS Inês Cardoso, Pedro Ivo Carvalho e Manuel Molinos
DIRETOR DE ARTE Pedro Pimentel
EDITORA Dora Mota e Paula Ferreira

SEDE DA REDAÇÃO Rua de Gonçalo Cristóvão, 195-219, 4049-011 Porto.
Tel. 222 096 100. Fax 222 096 140

REDAÇÃO LISBOA Rua Tomás da Fonseca, Torres de Lisboa, Torre E, 3.º piso, 1600-209 Lisboa, Tel.: 213187500

DIRETOR-GERAL COMERCIAL Luís Ferreira
DIREÇÃO COMERCIAL Paulo Pereira da Silva, Vítor Cunha (diretor comercial Norte), Fernanda Cal (diretora comercial Sul)
PUBLICIDADE (NORTE) Edifício Jornal de Notícias, Rua Gonçalo Cristóvão, 195, 4049-011 Porto, Tel.: 222096172 / Fernanda Ally (diretora de conta), Sofia Silva (gestora de conta)
PUBLICIDADE (SUL) Rua Tomás da Fonseca, Torre E, 6.º piso, 1600-209 Lisboa, Tel.: 213187500 / Helena Beltran (diretora de conta)

MARKETING E COMUNICAÇÃO Ana Marta Heleno (Diretora)
DIREÇÃO DE PRODUÇÃO, CIRCULAÇÃO E ASSINATURAS Nuno Ramos (diretor), Raul Tavares (diretor-adjunto Circulação) Jaime Mota, João Pires, José Gonçalves e Juvenal Carvalho

DATA PROTECTION OFFICER António Santos

IMPRESSÃO Lisgráfica, SA - Est. Consiglieri Pedrosa, Casal de Santa Leopoldina, 2745-553 Barcarena

DISTRIBUIÇÃO Vasp, Distribuidora de Publicações, Lda. MLP, Quinta do Grajal, Venda Seca - 2739-511 Agualva Cacém, Tel.: 214337000/Fax: 214326009

DEPÓSITO LEGAL N.º 55417/2001
TRAGEM DESTE NÚMERO 65 000 ex.
REGISTADA NA ERC sob o n.º 104341

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO
José Pedro Soeiro (Presidente)
Afonso Camões
Guilherme Pinheiro
Kevin Ho
Phillip Yip
Paulo Rego

 **Global Media**
GROUP

PROPRIETÁRIO E EDITOR
GLOBAL NOTÍCIAS - MEDIA GROUP, S.A., sede na Rua de Gonçalo Cristóvão, 195-219, 4049-011 Porto, tel. 222096100, Fax 222096200 e Filial na Rua Tomás da Fonseca, Torre E, 3.º piso, 1600-209 Lisboa, Tel. 213187500 Fax. 213187501, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Almada, capital social 28.571.441,25 euros. NIPC: 502535369. Filial na Rua Tomás da Fonseca, Torre E, 3.º piso, 1600-209 Lisboa Tel. 213187500 Fax. 213187501.

DETENTORES DE 5% OU MAIS DO CAPITAL DA EMPRESA
KNJ Global Holdings Limited - 35,25%
José Pedro Carvalho Reis Soeiro - 24,5%
Olivemedial, Unipessoal, Lda. - 19,25%
Novo Banco, S.A. - 10,5%
Grandes Notícias, Lda. - 10,5%

ESTA REVISTA FAZ PARTE INTEGRANTE DA EDIÇÃO DE SEXTA-FEIRA DO JORNAL DE NOTÍCIAS E, A PARTIR DE SÁBADO, É VENDIDA SEPARADAMENTE PELO PREÇO DE 1,60 EUROS.

www.evasoes.pt

INTERDITA A REPRODUÇÃO DE TEXTOS E IMAGENS POR QUAISQUER MEIOS.

 **VISAPRESS**
Direitos de Autor Protegidos

Men's Health



ASSINE 12 EDIÇÕES DA MEN'S HEALTH
POR APENAS ~~43,20 €~~ **29,90 €**
LIGUE 707 200 508

O VALOR DA ASSINATURA 12 EDIÇÕES DA MEN'S HEALTH COM 31% DE DESCONTO (29,90 €) INCLUI A VERSÃO IMPRESSA E A VERSÃO DIGITAL. VALOR DA ASSINATURA NÃO REEMBOLSÁVEL. CAMPANHA VÁLIDA PARA PORTUGAL CONTINENTAL E ILHAS ATÉ DIA 30 DE SETEMBRO DE 2020. CAMPANHA NÃO ACUMULÁVEL COM OUTRAS EM VIGOR. PARA MAIS INFORMAÇÕES: [HTTP://ASSINATURASPAPEL.QUIOSQUEGM.PT](http://assinaturaspapel.quiosquegm.pt) | [APOIOCLIENTE@NOTICIASDIRECT.PT](mailto:apoiocliente@noticiasdirect.pt) | 707 200 508. DIAS ÚTEIS DAS 7H00 ÀS 18H00. CUSTO DAS CHAMADAS DA REDE FIXA 0,10 EUR/MINUTO E DA REDE MÓVEL 0,25 EUR/MINUTO, SENDO AMBAS TAXADAS AO SEGUNDO APÓS O 1º MINUTO. VALORES SUJEITOS A IVA.

LIFE
magazine

BRINCAR
NA COZINHA
COM

TEKA

FINALISTAS:

FAMÍLIA COOK L&L
FAMÍLIA GONÇALVES
FAMÍLIA HAPPY FAMILY
FAMÍLIA M&M

Grande final
19 de setembro

Saiba
mais em
brincarnacozinha.pt

Com o apoio de:

desde 1948
abreu