



# LISBONA

Edizioni Appunti di Viaggio # 5 . LISBONA

# INDICE

EDITORIALE

INTRODUZIONE

STORIA

EVENTI

CURIOSITA'

TRASPORTI

MAPPA

## IN PRIMO PIANO

LUOGHI  
D'INTERESSE

MIRADOURS

MUSEI &  
PARCHI

MONUMENTI

QUARTIERI

DINTORNI

## FOOD & DRINK

I CLASSICI

DA NON  
PERDERE

## THANKS TO

CHI SIAMO

STAFF

PARTNERS

ALESSANDRO PADULA

# EDITORIALE

STEFANO TERMANINI

Come avrete visto dagli appunti su Torino, ci siamo rifatti il **look**. E, per farlo, abbiamo cercato di coinvolgere (con successo) tutti i viaggiatori che ci seguono, tenendo conto di critiche e suggerimenti. Un nuovo logo ed una nuova grafica per un piccolo progetto che, fatto con **passione**, sta crescendo in fretta e sta ampliando le sue collaborazioni. Molti di voi stanno credendo in noi, e per questo vogliamo ringraziarvi.

Questi appunti, partiti da Roma e giunti a Lisbona, vogliono essere il ringraziamento della **Redazione** a tutti voi. Sembra retorica, ma non lo è: il nostro viaggio continua proprio grazie a tutti i membri della pagina e del gruppo, senza i quali la passione sarebbe, in ogni caso, sopita. Una menzione speciale, in questo editoriale dedicato alle novità grafiche, va poi ovviamente a **Silvia Maggioni**, ideatrice e creatrice del nuovo logo ed ispiratrice dell'idea grafica delle nuove guide. A nome mio e di tutta la Redazione, cara Silvia, va un enorme grazie: in te, oltre alla professionalità, abbiamo trovato quella passione che muove il nostro gruppo e progetto.

Per ringraziarti a dovere, per quanto possa contare, voglio spendere due parole anche per il tuo blog "Lost in Food" (**LOSTINFOOD.IT**), dove sei riuscita ad unire la passione per il viaggio all'altra passione/esigenza del mangiare, come spieghi nella tua descrizione:

"A Silvia piace: partire, l'America, la Scozia, la Normandia, tornare a casa, Starbucks, i pantoni, la cioccolata calda, lo zucchero filato, i pop corn, i gatti neri, le margherite, le All Star, gli sguardi, le parole non dette, la complicità". Grazie quindi per i tuoi consigli, per il tempo speso a migliorare le nostre idee.

Cercheremo di "sdebitarci" quanto prima!

Come ad ogni uscita, e qui mi rivolgo a tutti i nostri lettori, pubblicheremo presto un sondaggio in cui chiederemo un vostro parere sugli appunti: fino ad oggi siete stati molto generosi con noi, ma stavolta vi chiedo di lasciare da parte tutto il vostro bon ton e di scatenarvi anche in critiche costruttive. Le uniche che, alla fine, possono consentirci di migliorare e di non sedersi sugli allori. Cosa che, vi promettiamo, non accadrà mai!

**Matteo**

Lisbona sorge su **sette colli** e, ospitando i quartieri generali delle più grandi realtà industriali del Paese, è la capitale sia politica che economica del Portogallo.

Gli oltre mezzo milione di **lisboneti** possono vantare un doppio record: vivere nella capitale più occidentale del vecchio continente ed essere gli unici capitolini le cui terre sono accarezzate direttamente dalle acque dell'oceano Atlantico. Proprio questa posizione geografica le conferisce un **clima** prettamente marittimo caratterizzato da estati calde e secche ed inverni ricchi di precipitazioni.

La città è attraversata dal **fiume Tago**, le cui sponde sono unite da due importanti infrastrutture: il ponte 25 aprile, voluto in ricordo della rivoluzione dei Garofani del 1974, ed il ponte Vasco de Gama inaugurato nel cinquecentennio della scoperta da parte di Vasco de Gama del passaggio per le Indie.

Nei suoi quartieri, famosi come fossero attrazioni turistiche a se' stanti, il turista può gustare tutte le sfumature della storia della città: il passato letterario nel Chiado e lo shopping moderno nel Rossio, la rinascita culturale nella Baixa pombalina e le stradine con i panni stesi al vento nell'Alfama, il dolce vivere di **Belem** e lo scatenato ritmo che anima la vita del **Barrio Alto**. Il tutto vivendo la città a piedi o godendosela con i classici mezzi di trasporto come il Tram 28 o l'Elevador de Santa Justa.



COSTANZA FORESTIERO

# NON CI SONO PER ME FIORI CHE SIANO PARI AL CROMATISMO SI LISBONA SOTTO AL SOLE **FERNANDO PESSOA**



Lisbona è una città tanto stupenda quanto sottovalutata e solo recentemente sta trovando lo spazio che merita. Eppure, perlomeno secondo la leggenda, la città lusitana venne fondata da un "certo" **Ulisse** che, dopo aver lasciato Troia, si diresse verso l'Atlantico per sfuggire alla coalizione greca: le diede inizialmente il nome di **Olissopo**, latinizzato poi in Olissipona. Abitata già nel Neolitico da popolazioni iberiche (lo testimoniano la presenza di dolmen e menhir nelle vicine campagne), venne occupata dai Fenici per la sua posizione commercialmente strategica, che permetteva il commercio con i popoli dell'entroterra. Nel 205 a.C. la città passò in mano romana e prese il nome di **Felicitad Julia**: durante il dominio imperiale sorsero i bagni di Cassio (situati presso la Rua da Prata), diversi templi e la grande Necropoli di Praça de Figueira. Contesa successivamente da Alani, Vandali e Svevi, nel 585 Lisbona passò prima ai Visigoti (che la inglobarono nel Regno di Toledo) e poi agli **arabi** che, dal 711, modellarono la città dandole le famose torrette che ancora oggi sono presenti nel Castelo de Sao Jorge e lo stupendo quartiere di Alfama. Nel 1147 la città fu "cristianamente riconquistata" dal re Afonso Henriques, il quale diede il via ad un periodo di grande prosperità che si arrestò solo con l'avvento della peste. La marcia riprese nell'Epoca delle Grandi Esplorazioni. Da Lisbona, ed in particolar modo dal punto in cui oggi sorge la Torre di Belem, **Vasco de Gama** inaugurò la prima rotta marittima per le Indie (1497).

Il Secolo d'Oro portoghese portò alla costruzione dei maggiori monumenti cittadini, tra cui la Torre di Belém, la Praça do Comércio ed il Monastério dos Jeronimos ma nel 1580 l'intero Portogallo fu conquistato dalla Spagna, indiscussa dominatrice della terra lusitana fino all'avvento di Joao IV. Il nuovo periodo di prosperità fu però reso vano dal **terremoto** che, l'1 Novembre 1755, provocò un forte Tsumani che mise in ginocchio la città: circa 100.000 persone persero la vita e la città venne distrutta da numerosi incendi. Solo Alfama si salvò da questo susseguirsi di eventi. Tuttavia, senza perdersi d'animo e grazie all'apporto del Marchese di Pombal, Lisbona venne ricostruita in pochissimo tempo. Nel 1908 un colpo di stato diede il potere al Governo totalitario fascista di **Antonio Salazar** che, pur modernizzando Lisbona, causò l'aumento del debito pubblico dell'intero Paese. La neutralità durante il secondo conflitto mondiale trasformò la città in un centro di spie e rifugiati. Nel 1974 la Rivoluzione dei Garofani stabilì la democrazia, mentre nel 2007 Lisbona fu teatro di un importante trattato europeo che, giust'appunto, prenderà il nome di Trattato di Lisbona.



ALESSANDRO PADULA

# EVENTI

**1  
GENNAIO**

UN PALCO VIENE ALLESTITO PRESSO PRACA DO COMMERCIO CON CONCERTI E SPETTACOLI PIROTECNICI, IL CASTELLO DI SAN GIORGIO APRE LE SUE PORTE A MEZZANOTTE, OMAGGIO ALL'ANNO NUOVO ANCHE ALLA TORRE DI BELEM

**6  
GENNAIO**

SI FESTEGGIA IN FAMIGLIA L'ARRIVO DEI RE MAGI, MANGIANDO IL DOLCE TIPICO **BOLO DOS REIS**

**FEBBRAIO**

**ENTRUDO**  
IL CARNEVALE MOLTO PARTICOLARE A TORRE VEDRAS (VICINO LISBONA), CON INFLUENZE BRASILIANE.

**MARZO**

PROCISSAO DO SENHOR DOS PASSOS DA GRACA. PROCESSIONE DI 15 ORE DALLA CHIESA DI SÃO ROQUE FINO ALLA CHIESA DA GRAÇA.

**25  
APRILE**

**RIVOLUZIONE DEI GAROFANI**  
FESTA DELLA LIBERAZIONE E RITORNO ALLA DEMOCRAZIA

**FINE APRILE  
INIZIO MAGGIO**

**INDIELISBOA**  
FESTIVAL INTERNAZIONALE DEL CINEMA INDIPENDENTE

**MAGGIO**

**PEIXE EM LISBOA**  
FOOD FESTIVAL CON VARIE PIETANZE GOURMET

**FINE GIUGNO  
INIZIO SETTEMBRE**

**OUT JAZZ FESTIVAL**  
PER TUTTA L'ESTATE VENGONO ORGANIZZATI CONCERTI GRATUITI NEI WEEK END

**12-13  
GIUGNO**

**FESTAS DE LISBOA**  
FESTA DEL PATRONO SANT'ANTONIO, SI FESTEGGIA IN STRADA, SI MANGIA E SI BALLA AL SUONO DEL FADO PORTOGHESE

**LUGLIO**

**NOS ALIVE**  
3 GIORNI DI CONCERTI, MUSICA DI TUTTI I TIPI PRESSO IL PASSEIO MARITIMO DE ALGÈS

**LUGLIO**

**SUPER BOCK  
SUPER ROCK**  
3 GIORNI INTERAMENTE DEDICATI ALLA MUSICA ROCK

**AGOSTO**

**JAZZ EM AGOSTO** IL FESTIVAL JAZZ PIÙ IMPORTANTE DI LISBONA

**11  
NOVEMBRE**

**FESTA DE SAO MARTI**  
IN OCCASIONE DI SAN MARTINO, SI BEVE VINO ATTORNO AL FUOCO DEGUSTANDO CALDARROSTE

MARIA FLORA GROSSI



CINZIA MAGAGNATO

- Il record temporaneo dello stadio più grande del mondo è detenuto dallo **Estádio da Luz** del Benfica, con i suoi 7276 metri quadrati di spazio!
- La **chiesa di Santa Engracia** detiene un primato poco felice: quello della più lunga costruzione del mondo. Cominciarono a costruirla nel XVII secolo ma è stata terminata solo nel 1966
- In questa città si trova la più antica libreria del mondo, il **Bertrand Bookstore**, aperto nel 1732
- Nel 1755 la città ha subito uno dei peggiori terremoti d'Europa, addirittura di magnitudo 9.0, seguito poi da uno tsunami e da una serie di incendi. La città venne quasi rasa al suolo
- Il **Fado**, musica malinconica di origine lisboneta, è stata dichiarata Patrimonio culturale immateriale dall'UNESCO
- Nei ristoranti dovrete stare attenti agli **antipastini** (petiscos): i camerieri ve li portano facendoli sembrare omaggi della casa senza dirvi nulla ma a fine pasto ve li mettono sul conto



STEFANO TERMANINI

## COME ARRIVARE

Lisbona conta un solo aeroporto, situato entro i confini cittadini (**LIS**). Al suo interno sono presenti **due terminal**: il terminal 1 gestisce tutti gli arrivi e molte partenze internazionali, il terminal 2 invece gestisce le partenze delle linee low-cost. Quest'ultimo non ha collegamenti con la metropolitana o con autobus pubblici: l'unico modo per raggiungerlo è quello di usufruire di una navetta gratuita che parte ogni 10-20 minuti che trasporta dal terminal principale a quello secondario.

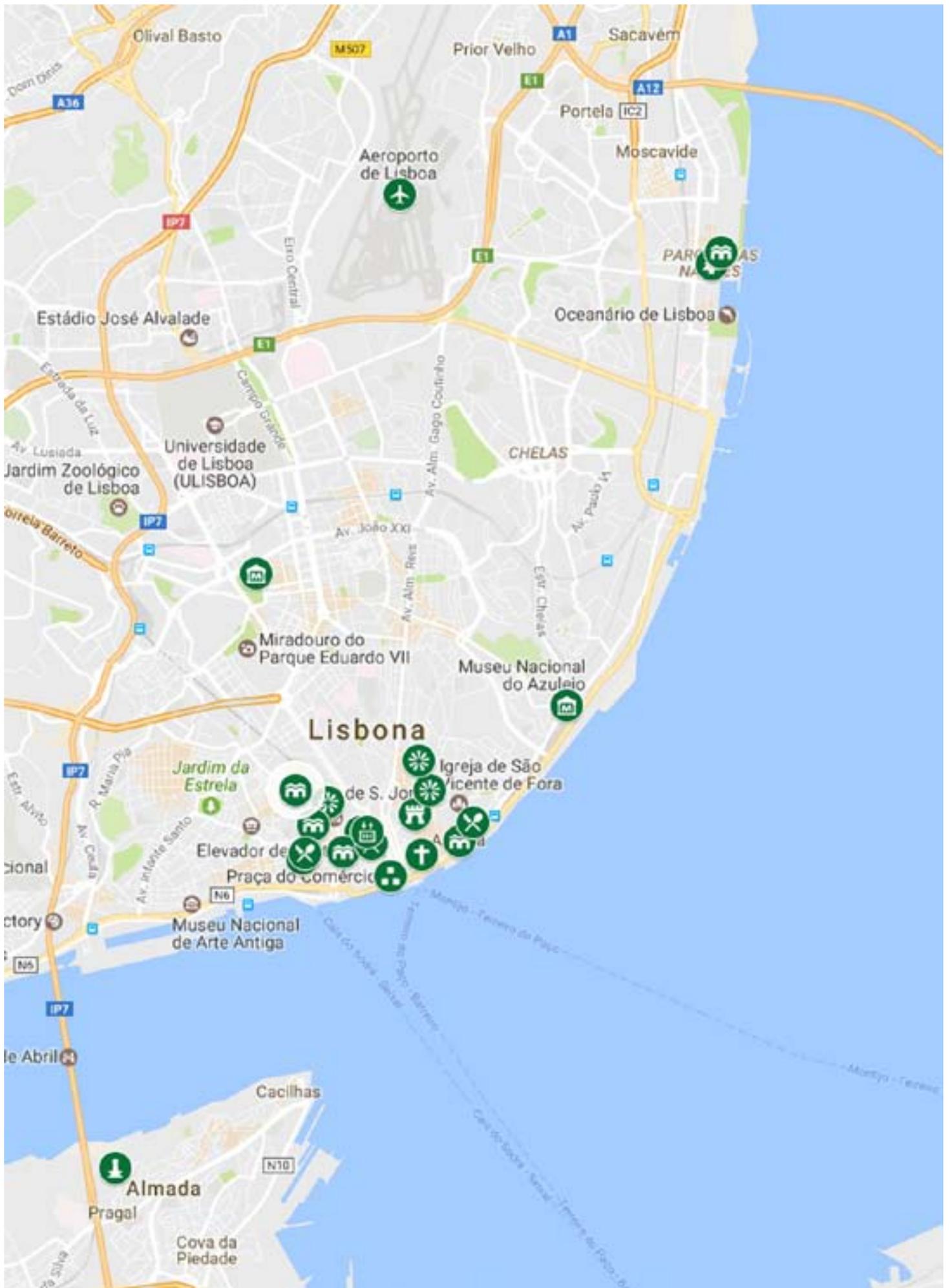
## COME SPOSTARSI IN CITTÀ

Per arrivare in centro città è conveniente prendere la **metropolitana**, la quale ha una fermata proprio all'aeroporto.

Muoversi sottoterra a Lisbona è molto comodo ed economico, ci sono 3 linee metropolitane (blu, rossa, verde) che collegano bene tutta la città. Il costo di una corsa è di 1,40 Euro ed al posto del tradizionale biglietto si utilizza una carta ricaricabile chiamata **Viva Viagem** su cui caricare l'importo scelto (si può acquistare presso qualsiasi macchinetta in metropolitana).

Più tipici della metropolitana sono invece i **tram**, mezzi un po' datati ma pittoreschi, che sferragliano tra le strette vie cittadine. Il più famoso è l'**elettrico 28**, che percorre il quartiere Alfama passando davanti a numerosi luoghi d'interesse. Essendo molto turistico, è sconsigliato sia salirci durante i giorni festivi sia fare il biglietto a bordo (costerebbe il doppio!): si può usare tranquillamente la Viva Viagem.

Un altro mezzo di trasporto un po' anomalo è quello degli **elevadores**, ossia degli ascensori e funicolari che permettono di superare alcuni grossi dislivelli cittadini. Lisbona è situata infatti su 7 colli e le strade sono piene di salite e discese e, per agevolare gli spostamenti verso la parte alta della città, sono stati costruiti questi comodi mezzi. Il più famoso è l'elevador Santa Justa, per la sua magnifica struttura in ferro e perché collega Rossio alla Chiesa del Carmo.





GAJA FERRERI

**CASTELO DE SAO JORGE:** questo castello si trova su un'altura visibile da gran parte della città. Sede di numerosi sovrani, fu poi abbandonato agli inizi del Cinquecento. Al suo interno si trovano un bellissimo museo ed un'area archeologica. L'ideale è arrivarci nel pomeriggio e gustarsi poi il tramonto sul Tago affacciati alle mura. La struttura è raggiungibile tramite Tram 12 o 28 presso la fermata Miradouro de Santa Luzia, oppure salendo sul bus 737 alla fermata Chao da Feira.

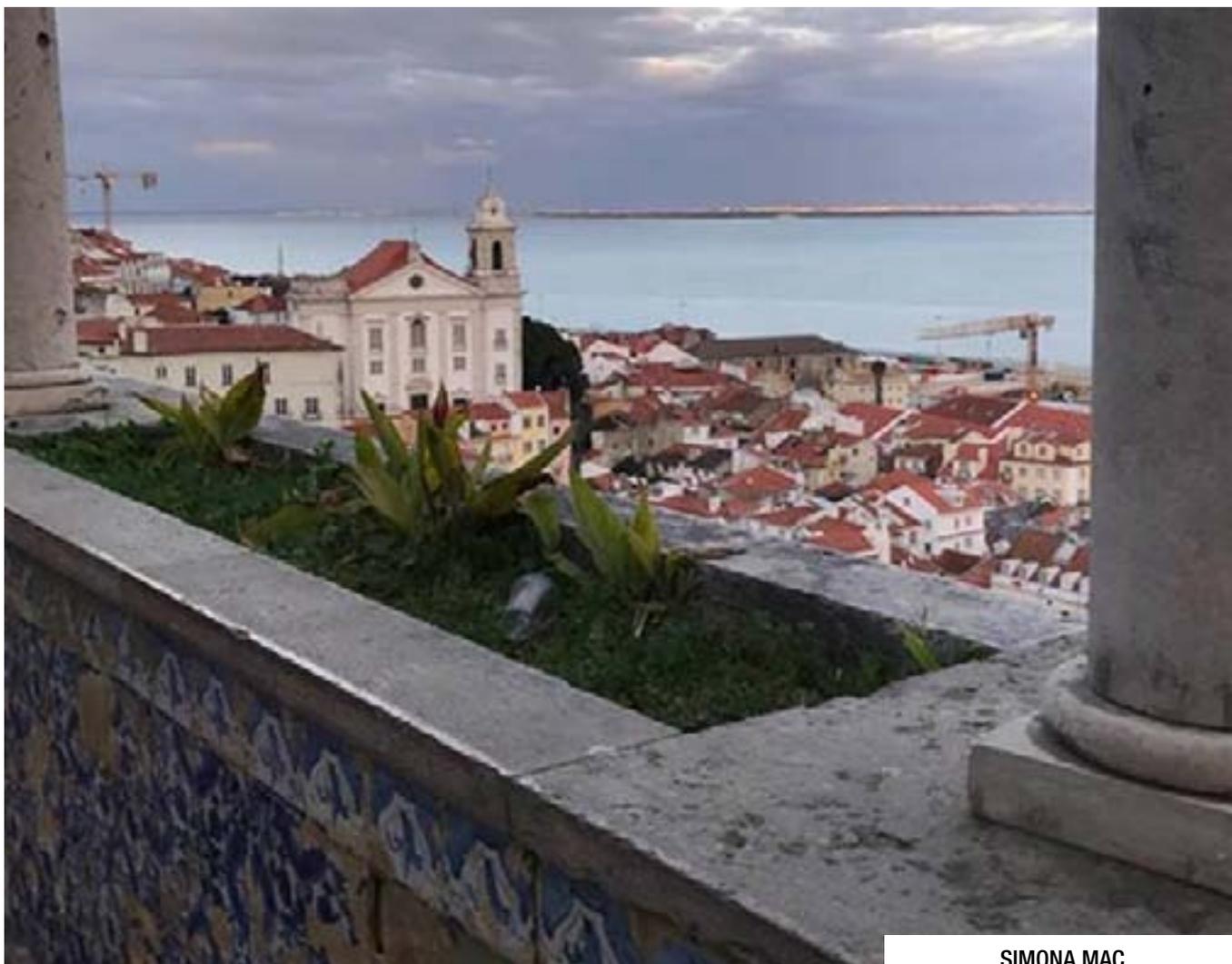
**IGREJA DO CARMO:** questo convento gotico del XIV secolo fu quasi distrutto dal terremoto del 1755: si sono conservati solo i piloni del portale e le pareti della navata centrale. Entrando, sembra di essere in una chiesa a cielo aperto. Nelle ali laterali è ora presente un museo archeologico.

**TORRE DE BELEM:** è una torre di guardia in stile manuelino costruita nel 1515 per volere di re Giovanni II ed è il simbolo delle esplorazioni via mare dell'impero portoghese. Si tratta, insieme al vicino Monastero dos Jeronimos, di un patrimonio mondiale UNESCO.

**MONASTERO DOS JERONIMOS (DEI GERONIMITI):** Costruito per volere di re Manuel agli inizi del Cinquecento, questo monastero fu pensato per essere la prima cosa visibile arrivando a Lisbona via mare. È un capolavoro costruito in stile manuelino e al suo interno vi riposano le salme dei più grandi personaggi portoghesi.

**PRACA DO COMERCIO:** questa enorme piazza rettangolare che si affaccia sul fiume Tago è motivo di orgoglio da parte dei lisboneti. Qui si affaccia anche un arco di trionfo, chiamato Arco da Rua Augusta.

**CATTEDRALE SÈ:** è la chiesa più antica di Lisbona, costruita nel 1147 dopo la cacciata dei Mori. L'edificio fu danneggiato a causa dei terremoti e poi restaurato, così che oggi presenta un mix tra stile romanico e gotico. È raggiungibile tramite il Tram 28, fermata Sè.



SIMONA MAC

# MIRADOUROS

Lisbona è piena di punti panoramici da cui godersi viste spettacolari, segnaliamo:

**MIRADOURO DA GRACA:** composta da un chiosco e qualche albero, è un punto di ritrovo molto amato al tramonto per la sua meravigliosa vista sulla Baixa e sul Castello.

**MIRADOURO SENHORA DO MONTE:** è il miradouro più alto della città, costituito da una piazzetta tranquilla contenente una statua mariana e una piccola cappella.

**MIRADOURO DE SANTA CATARINA:** ha una ampia vista sul porto e sul fiume. È presente un bar dai prezzi economici.

**MIRADOURO DE SAN PEDRO DE ALCANTARA:** una fontana e panchine di legno consentono di riposarsi. Fantastica la visuale sulla città vecchia.



GAJA FERRERI

**MUSEU NACIONAL DO AZULEJO:** museo che contiene un'impressionante numero di Azulejos, ossia piastrelle ornamentali portoghesi. Al suo interno si può scoprire la storia e l'evoluzione della pittura su ceramica.

**MUSEO GULBENKIAN:** considerato il più bel museo del paese, contiene una vastissima collezione che spazia dall'artigianato orientale ai quadri di grandi maestri europei.

**MUSEO DELLA FARMACIA:** poco conosciuto ai turisti, è un vero e proprio gioiello. Contiene 14.000 pezzi provenienti da tutto il mondo: sarcofagi egizi, ceramiche romane e ricostruzioni di farmacie appartenenti al periodo che va dal XV al XIX secolo.

**PARCO DELLE NAZIONI:** Area dove si tenne l'Expo del 1998 e che è diventata il simbolo della Lisbona moderna. Qui si trovano le attrazioni del Ponte Vasco da Gama (il più lungo d'Europa), il grandissimo acquario Oceanario e la moderna stazione Oriente.

**PARCO PRINCIPE REAL:** situato nel bel mezzo dell'omonimo quartiere, è un giardino rilassante con all'interno un magnifico albero secolare di 20 metri di diametro, i cui rami formano un bersò sotto il quale si può passeggiare o riposare.

# MONUMENTI



STEFANO TERMANINI

**CRISTO REI:** si trova sulla sponda meridionale del Tago ed è una gigantesca statua, alta più di 100 metri. Alcuni lo considerano una meta di pellegrinaggi, altri più semplicemente un ottimo punto panoramico: con un'ascensore si può difatti arrivare ad una terrazza panoramica posta ad 80 metri di altezza che corrisponde al basamento della statua.



MARCO MAZZOLA



MARCO MAZZOLA

**PADRAO DOS DESCOBRIMENTOS:** è un monumento eretto in onore degli esploratori portoghesi che partivano alla volta del Nuovo Mondo e si trova sempre nel quartiere di Belem. La struttura assomiglia alla punta di una caravella e vi sono scolpiti famosi cartografi, capitani e re dell'epoca.

# QUARTIERI



CINZIA MAGAGNATO

**ALFAMA** è il più antico quartiere della città. Il suo nome è di origine araba e significa “fontane/bagni”, dovuto alle fonti termali del lago Alcacarias. Le strade di questo quartiere sono ripide e strette, assomigliano molto ad una kasbah ed i motivi esotici che decorano le facciate delle case contribuiscono a dare questo clima esotico: qui l'Europa si fonde con l'oriente. Alfama costituisce la parte più tradizionale di Lisbona, con piccoli negozietti di artigianato ed anziani che si siedono sulle panchine delle piccole piazzette ad osservare gatti e turisti. In questo quartiere potrete trovare il **castello**, la **cattedrale Sé** ed un famoso mercatino delle pulci chiamato **Feira da Ladra**.

**BARRIO ALTO** come dice il nome, è il quartiere più alto di Lisbona. In questa zona, in parte pedonale, ci sono numerosissime tascas e bar dove bere birra e cocktail a prezzi stracciati. Non particolarmente animato di giorno, di notte vive in tutto il suo splendore: strade affollate, persone che cantano e suonano, atmosfera di allegria. È, per ovvii motivi, particolarmente amato dai giovani studenti Erasmus. In questo quartiere si trovano il Giardino botanico ed il museo del Porto (vino).

**CHIADO** il quartiere degli artisti, dove si respira la vera anima della città. Attrazioni principali del Chiado sono Rua Garrett ed il Museo del Chiado.

**BELEM** quartiere nella periferia di Lisbona, pieno di monumenti in stile manuelino. In questo quartiere sono presenti l'omonima torre e la piazza degli scopritori.

**PARQUE DAS NACOES** è l'area che ospitò l'EXPO del 1998. Contiene musei, grattacieli, fontane con giochi d'acqua ed il famosissimo acquario.

**PRINCIPE REAL** il quartiere più ricco e alla moda di Lisbona, ospita la più grande comunità gay della capitale. Le sue vie sono più larghe di quelle dei quartieri più vecchi e si possono trovare ristoranti alla moda e negozi di modernariato, gioiellerie artigianali e barbieri hipster.

# DINTORNI



GAJA FERRERI

**SINTRA:** cittadina situata a circa 20 km da Lisbona e comodamente raggiungibile in treno dalla stazione di Rossio, si trova in una valle circondata da colline verdeggianti ed è un vero gioiellino da non perdere. Uno dei luoghi più bizzarri che potrete visitare in Portogallo, le sue attrazioni principali sono difatti parchi ed edifici storici che nulla hanno a che fare con la normalità; per di più l'omonima valle è stata dichiarata **Patrimonio dell'Unesco** e questo dovrebbe essere già abbastanza per visitarla! Vi consigliamo vivamente di non perdere nessuno dei suoi stupendi punti di interesse:

- **Palazzo nazionale di Sintra:** esempio unico tra i palazzi reali medievali del Portogallo. L'interno merita una visita, in modo da poter approfondire la conoscenza sulla storia di questo paese. Dall'esterno la parte più visibile e particolare dell'edificio sono i comignoli della cucina: alti 33 metri, sono diventati il simbolo della città.

- **Palazzo e Quinta da Regaleira:** è stato costruito all'inizio del XX secolo da un uomo milionario, che si fece aiutare da un architetto per riuscire a realizzare i suoi sogni. Il palazzo è un mix tra stile romantico, gotico, manuelino e rinascimentale ed è pieno di riferimenti all'esoterismo ed all'alchimia. Il parco che lo circonda merita davvero una visita, pieno di cunicoli, grotte sotterranee, cascate, cappelle, laghetti e addirittura un pozzo iniziatico che conduce ad una cripta.

- **Palacio Pena:** miglior esempio esistente del revivalismo romantico del XIX secolo. All'esterno è stato colorato in modo fiammeggiante: le pareti vanno dall'azzurro cielo, al rosso fuoco per poi finire con un tenue giallo. Il re che lo commissionò, Ferdinando II, oltre ad essere rimasto affascinato dalla vista che si godeva da quell'altura, lo volle per rivaleggiare con il famosissimo castello austriaco di Neuschwanstein e chiese inoltre di farlo assomigliare ad "un'opera lirica".

- **Castello dei Mori:** Il castello fu costruito nel corso del IX secolo da parte dei Mori e poi fatto ristrutturare da re Ferdinando II. È un classico castello in rovina e le sue mura offrono un ottimo punto panoramico sulla valle sottostante.



STEFANO TERMANINI

**CABO DA ROCA:** Si tratta del punto più occidentale del continente europeo: anticamente si pensava che oltre quel punto vi fosse l'effettiva fine del mondo. Le scogliere a picco sul mare, il rombo delle onde oceaniche e lo stridio dei gabbiani fanno di questo posto un luogo ai confini della realtà, dove il tempo sembra fermarsi. Sul promontorio si trova un monumento e sul lato di esso è possibile scovare una citazione di un poeta portoghese che descrisse il luogo in questa maniera: “ **dove la terra finisce e comincia il mare** ”.

**CASCAIS:** Cittadina di pescatori affacciata sull'oceano atlantico ed a poca distanza dalla capitale, è una rinomata zona di villeggiatura. Circondata da meravigliose spiagge sabbiose, l'atmosfera che si respira è frizzante ma rilassata.

**PALAZZO DI QUELUZ:** Situato a 5 km da Lisbona, si tratta di un palazzo settecentesco con marmi e stucchi, fontane con statue e giardini curatissimi: insomma, una **piccola Versailles**. Gli interni meritano una visita ma si consiglia ancora maggiormente di perdervi tra i suoi giardini, il miglior esempio di parco ornamentale del Portogallo.

# DINTORNI

# I CLASSICI

Lisbona si staglia sull'oceano Atlantico e, in quanto città di mare, la sua cucina si basa sulla grande varietà di cibo che questo ci offre. La cucina di pesce è molto variegata, tanto che si dice che in Portogallo esistano addirittura 356 ricette per cuocere il baccalà. Che sia vero o meno non importa: il baccalà non può mancare nel repertorio culinario di ogni buon cuoco lusitano. A Lisbona troverete davvero tanti piatti da non perdere, eccone alcuni:

**CALDO VERDE:** una zuppa a base di cavoli, cipolla, patate e salsiccia di maiale.

**BACALHAU à Brás:** si dice che la sua origine sia nel quartiere Barrio Alto di Lisbona e che prenda nome dal cognome del suo creatore. E' composto da pezzetti di baccalà, patatine fritte e cipolla tritata, amalgamati insieme con uova e guarniti con olive nere e prezzemolo.

**PASTÉIS DE BACALHAU:** fragranti crocchette di baccalà, morbide all'interno e croccanti all'esterno;

**CALDEIRADA DE PEIXE:** una saporitissima zuppa di pesce e frutti di mare.

**COZIDO à PORTUGUESA:** stufato di carni (manzo, maiale, pollo) salsicce e sanguinaccio, accompagnato da verdure lesse e fagioli. Il suo ricco brodo è spesso usato per cuocere il riso.

**SARDINHAS ASSADAS:** sardine cotte alla brace, servite con olio d'oliva su pane di mais ed accompagnate con verdure lesse o peperoni grigliati.

**POLVO à LAGAREIRO:** polpo servito con olio e patate al forno. Riguardo al polpo esistono molte ricette: in Portogallo, non manca mai durante le festività.

**ARROZ DE PATO:** croccante riso al forno con un cuore di morbidissima carne d'anatra, viene cotto ponendo sopra di esso delle fettine di chouriço (o chorizo, un tipo di salsiccia di maiale).

**PASTÉIS DE BELÉM:** pasticcini croccanti ripieni di crema e cannella, la ricetta fu ideata dalle suore cattoliche di un monastero di Lisbona. Ne esistono versioni simili chiamate pastéis de nata.

**BOLO REI:** è una torta portoghese tipica del periodo natalizio. Bolo Rei significa Torta del Re: è un pane dolce a forma di corona, ricoperto di canditi che ricordano gemme preziose.

**GINGJNHA** o semplicemente Ginja, è il **liquore** più famoso del Portogallo, tipico soprattutto di Lisbona, Alcobaça, Óbidos e Algarve. Apprezzata tanto dai locali quanto dai turisti, vi consigliamo di fermarvi in uno storico bar portoghese e gustarne un bicchierino, magari accompagnato da un dolce tipico come i piccoli pastéis! Le sue origini si perdono tra storia e leggenda: una versione la vuole creazione di un monaco che, nel 1840, mise in infusione amarene e cannella in una miscela di acqua, aquavite e zucchero, sperando di ottenere così un filtro capace di curare diversi malanni. Ciò che ottenne fu invece questa delizia, gioia per il palato dei buongustai. Un'altra leggenda vede le origini della Ginja cinquanta anni dopo, nel 1890, quando l'omonimo pagliaccio, che si esibiva al teatro Coliseu e che era solito farsi un bicchierino (probabilmente più di uno) per rilassare

i nervi, mescolando vari ingredienti creò l'inconfondibile intruglio che oggi la fa da padrone in tutti i bar di Lisbona!

Piccolo consiglio: se nel vostro viaggio passate da Óbidos prendetene un bicchierino perché qui la Gingjnha è ancora più golosa: vi sarà servita in bicchierini di cioccolato che, una volta bevuto il vostro liquore, potrete mangiare!





STEFANO TERMANINI

# DA NON PERDERE

## PHARMACIA

### *Ristorante*

Locale molto particolare e forse unico nel suo genere. Per chi non si lascia intimorire da albicchi e boccette ma vuole sperimentare un pasto in un ambiente strano. Forse vale più la location del cibo ma merita la visita.

*R. Mal. Saldanha 1, 1200-012  
Lisbona*

## O CHIADO

### *Locale*

Piccolo locale (e forse un po' "intage" dove mangiare ottimo cibo, con porzioni abbondanti a costi contenuti. Sempre affollato meglio prenotare per tempo.

*Rua do Crucifixo N° 104  
Lisbona*

## PASTEIS DE BELEM

### *Caffè storico*

Famoso a Lisbona per le sue Pasteis impossibile lasciare la città senza assaggiarle. Preparatevi ad una piccola fila pasteis calde spolverizzate di cannella. le migliori in assoluto! Prendetene più di una creano dipendenza.

*R. Belém 84-92, 1300-085  
Lisbona*

## MESA DE FRADES

### *Caffè storico*

Situato nel quartiere dell'Alfama, questo locale offre ottimo cibo, ma ci si può recare anche solo per un drink. Vale la pena perchè è uno dei locali consigliati per ascoltare e lasciarsi incantare dal fado!

*Rua dos Remedios 139A  
Lisbona*



SIMONA MAC

Fanno parte dello **STAFF** di **Edizioni Appunti di Viaggio**:

**Matteo Petrini, Max Montella, Simona Mac, Gaja Ferreri, Chiara Iovino, Elisa Midelio, Annalisa De Chirico**

Un particolare ringraziamento a **Silvia Maggioni** per i loghi e per l'idea grafica.

Edizione Appunti di Viaggio, dopo il successo del gruppo Facebook, mira a fornire delle guide social dove redazione ed utenti sono i protagonisti principali. Questi "appunti", redatti da 7 ragazzi accomunati dalla passione del viaggio, vogliono essere il nostro ringraziamento per il vostro supporto.

**Che gli appunti siano con voi!**

THANKS TO **CHI SIAMO**

# GAJA FERRERI

## REDATTORE



Il primo pensiero che mi viene in mente quando riguardo le foto fatte a Lisbona o quando racconto del mio viaggio si può esprimere con una sola parola portoghese: “**Saudade**”, termine che esprime un sentimento simile alla nostalgia. Sì, è una città per la quale non è strano provare nostalgia anche dopo averla visitata per pochi giorni, perché ti rimane nel cuore. E sulla pelle: il suo odore di baccalà appena sfornato, dei pasteis pronti la mattina presto ed il profumo di mare camminando sulle rive del Tago sono quasi indelebili. E nelle orecchie: girovagando la sera

per la città vecchia si sentono le melodie del fado provenire dai locali, di prima mattina invece l'unico rumore che si sente è il silenzio. Sarà strano, ricordarsi del silenzio, ma svegliandosi la mattina presto ed uscendo di casa sarà la prima cosa che vi stupirà. Chi proviene da una grossa città non è abituato a questa tranquillità a nessuna ora. Lisbona invece alle 8 del mattino dorme ancora e sembra una città fantasma. Una bellissima e affascinante città fantasma. Lisbona cerca di stare al passo con i tempi e ci riesce, ma non rimarrete affascinati dai palazzi moderni. In questa città rimarrete colpiti dagli edifici in rovina, dalle bettole e dai mercati perché la leggera aria di decadenza che si respira è quello che maggiormente caratterizza questa splendida capitale.

# STEFANO TERMANINI

[clickalps.com/photographer/Stefano-Termanini](https://clickalps.com/photographer/Stefano-Termanini)  
[instagram.com/stefanotermanini](https://www.instagram.com/stefanotermanini)

## COPERTINA

La Capitale portoghese è una città unica, fatta di contrasti: si va dalla frenesia dei quartieri più moderni alla saudade compassata e piacevolmente inoperosa di Alfama; dalla calma tipicamente mediterranea allo spirito marinaro che si respira nelle propaggini occidentali, dove l'oceano diventa tutt'uno con la foce del Tejo la torre di Belem segna il confine della città.

Per un fotografo, non c'è nulla di meglio che perdersi tra le strade di Lisbona, ricche di spunti e dense di vita da poter riprendere attraverso la macchina fotografica. L'architettura influenzata dal Marocco moresco, lo stile manuelino, i muri ricoperti di coloratissimi azulejos, i panni appesi fuori dalle finestre e gli immancabili ed ospitali barbecue ad ogni portone catapultano il visitatore in un ambiente unico, in cui davvero poter respirare ed assaporare cultura e storia, come in pochi altri luoghi in Europa.



# PARTNERS



Giruland è dedicato a tutti coloro che amano viaggiare e ti regala il tuo Diario di Viaggio dove raccontare i tuoi viaggi e averli sempre con te in un "click"

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

---



Punto di incontro per chi condivide la passione dei viaggi

[www.facebook.com/groups/1625599951055048](https://www.facebook.com/groups/1625599951055048)

---



Viaggiare lasciando fare anche un po' al caso e un po' meno all'organizzazione, vedere nell'imprevisto un'occasione e non solo una scocciatura!

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

[www.facebook.com/serendipitsite](https://www.facebook.com/serendipitsite)

---



Blog di viaggi e lifestyle, emozioni, racconti, consigli e curiosità dai luoghi che visito.

[www.sonoinvacanzadaunavita.it](http://www.sonoinvacanzadaunavita.it)

---



Lost in food è un piccolo blog di food tips, food place, viaggi on the road sempre alla ricerca di posti particolari.

[www.lostinfood.it](http://www.lostinfood.it)

[www.facebook.com/silvia.lostinfood](https://www.facebook.com/silvia.lostinfood)

---

I viaggi di Liz - solo per viaggiatori seriali, con il corpo e con la mente... consigli ed offerte di viaggio molto low ed un'ode alla mia Puglia.

[www.facebook.com/iviaggidiliz/](https://www.facebook.com/iviaggidiliz/)

---



Cosa si dice e cosa si fa all'ombra della Mole.

Diapositive letterarie su Torino e Piemonte.

[direfaremole.wordpress.com](http://direfaremole.wordpress.com)

---



Tieniti in contatto con noi attraverso i nostri canali:



*Edizioni Appunti di Viaggio è un sito gestito dai membri del gruppo Appunti di Viaggio: Racconti, Foto e Diari dal Mondo con lo scopo di promuovere le proprie guide. Edizioni Appunti di Viaggio non rappresenta una testata giornalistica, pertanto non può considerarsi un prodotto editoriale ai sensi della legge n. 62 del 7.03.2001. Le immagini e i prodotti multimediali pubblicati sono tratti direttamente dalla pagina del gruppo o comunque previa autorizzazione del proprietario. Nel caso in cui la pubblicazione di tali materiali dovesse ledere il diritto d'autore si prega di avisare via e-mail per la loro immediata rimozione. Edizioni Appunti di Viaggio non si ritiene responsabile della veridicità delle informazioni presenti su siti terzi a cui si collega, né può ritenersi responsabile dei contenuti eventualmente offensivi sotto ogni forma. Tutti i diritti riservati. È vietata anche la riproduzione parziale.*