

AS NOSSAS RECOMENDAÇÕES

Saiba mais sobre estas e outras sugestões em boacamaboamesa.expresso.sapo.pt

**BOA CAMA
BOA MESA**



Restaurante Carnalentejana

Praça de Tours do Campo Pequeno, Loja 601, Lisboa.
Tel. 218 237 126

Aqui glorifica-se a carne bovina da raça Alentejana DOP, denominação de origem protegida e os vinhos do Alentejo. Num espaço onde o conforto se mistura com a elegância, temperado com um serviço de excelência, aposta na preservação de sabores autênticos. Para sentir o Alentejo no prato, não deixe de provar os pezinhos de coentradá. Abrem caminho para os bifés, da vazia, do lombo ou do acém, Carnalentejana DOP, ou para o rabo de boi estufado em vinho tinto a baixa temperatura. Termine com a seicaia com ameixas de Elvas. Preço médio: €25.

ALENTEJO

A Maria

Rua João de Deus, 12, Alandroal
Tel. 268 431 143

Enquanto petisca as tentadoras entradas, atente na decração do espaço, que recreia um pátio alentejano e onde nem sequer falta roupa estendida a secar. Sopa de ceção, bacalhau à alandroense, borrego à Tia Maria e cozido de grão são alguns dos pratos principais. Preço médio: €20.

O Pelourinho

Rua Cunha R. vara, 9, Arraiolos.
Tel. 266 419 070

Mesmo que o aquário marisqueiro dê nas vistas e forneça alguns pratos, o grande emblema da ementa continua a ser o borrego no tacho à Pelourinho. Existem migas e carnes de porco para grelhar a contento. E, claro, uma boa oferta com sabor a mar: massadas, arroz de lavagante ou de tamboril. Preço médio: €30.

Degust'AR

Rua Cândido dos Reis, 72, Évora.
Tel. 266 740 700



As receitas de António Nobre começam sempre na mais genuína cozinha alentejana, surpreendendo a cada nova criação. O palco para a magia acontecer garante um ambiente intimista, perfeito para enaltecer o requinte da comida. E que excelentes propostas saem da cozinha! As sopas de beiroegas são um exemplo, bem como o polvo com migada de batata ou o carré de borrego com puré de ervilhas. O serviço de sala, bem como a recheada carta de vinhos são atributos a ter em conta. Preço médio: €40.

Origens

Rua de Ergos, 10, Évora.
Tel. 266 704 440

Para memória futura, que a carta evolui com as épocas e a criatividade do chefe, ficam o bacalhau em duas texturas, assado e frito, e a perna de borrego, com a carne desfiada, acompanhada de puré de abóbora e umas farripas de castanha. Preço médio: €30.

O Chana

Aldeia da Serra d' Ossa.
Tel. 266 909 414

Para os estreates, fica a indicação de que a lista de comidas está na cabeça do proprietário, que a recita como se de uma lengalenga se tratasse. Depois é só escolher entre uma das melhores sopas de tomate do Alentejo a açada de bacalhau ou as migas. Preço médio: €20.

Canto dos Sabores

Rua Capitão Custódio Janeiro
Santana, Lote 7, Vendas Novas.
Tel. 265 805 174

Fixo-se a abordagem no que é alentejano e aí podemos encontrar sugestões como sopa de cação, migas de bacalhau, ensopado de borrego e burras (bochechas de porco) com migas de espargos. Preço médio: €20.

Vovó Joaquina

Rua do Sembrano, 57, Beja.
Tel. 926 522 259

Há um novo tratamento dos pratos, sempre com a utilização de produtos locais e apresentação contemporânea. As túberas, a pardiz e o lúcio, o peixe do rio, são agora trabalhados com outra mestria, a carta ou em menus de degustação. Preço médio: €30.

Molhó Bico

Rua Quente, 1, Serpa.
Tel. 284 549 264

As propostas de força são as carnes de porco preto e o ensopado de borrego à pastora. Nos meses de caça, celebre com a lebre com feijão branco, o coelho bravo frito e o javali estufado. Preço médio: €20.

Na Boca do Lobo

Rua Alexandre Herculano, 20,
Portalegre. Tel. 965 416 630

É a nova aventura petisqueira de José Júlio Yntém. Comece por umas irresistíveis Pétales de Toucinho, um Toucinho finamente cortado, levado ao forno com alho e depois regado com sumo de limão e segureiça. Há ainda a Pardiz de Escabeche, o Rabo de Boi com Grão e o Facinho de Porco Grelhado. Preço médio: €20.

Taberna do Adro

Largo João Dias de Deus, 1, Vila
Fernando. Tel. 268 661 194



Galinha tostada, galinha de tomata, cachão assado de porco e pezinhos de coentradá não podem faltar. Com uma particularidade que se tornou um costume sempre acompanhados com migas de tomate, de batata e de couve-flor ou espargos. Preço médio: €30.

O Álvaro

Largo Simão Manuel Redondo, 8,
Urra. Tel. 245 382 233

A tomata com pezinhos de porco é um dos emblemas da cozinha, mas também se aconselha o ensopado de cabrito, os rins de cebolada, as iscas de fígado, o lácio assado e as deliciosas bochechas de porco. Preço médio: €20.

Solar do Forcado

Rua Cândido dos Reis, 14,
Portalegre. Tel. 245 330 866

Cartazes e outros objetos distraem o olhar, enquanto na cozinha se prepara algumas entradas com produtos regionais, muitos da vizinha serra de São Mamede. Depois, regressa a ligação ao mundo da tauromaquia com a já famosa espetada de touro bravo, Garrafeira extensa, mas exclusiva do Alentejo. Preço médio: €20.

ONDE DORMIR

Torel Avantgarde

Rua da Restauração, 336,
Porto. Tel. 220 110 082



Este é um hotel temático, que homenageia a arte enquanto motor de cultura. Os 47 quartos e suites são todos diferentes e alusivos a artistas que conseguiram "abonar" e estrutura (a partir de €200). Escolheram-se texturas, objetos e cores com um propósito: voltar-se o disco e as tonalidades negras no quarto dedicado a Nina Simone, ou ainda a vivacidade do quarto Frida Kahlo. No resto dos quartos encontra ainda referências a Coco Chanel, Pablo Picasso, Salvador Dalí, Mozart, Stanley Kubrick, Francis Bacon, Fernando Pessoa, Alberto Giacometti ou Leonardo da Vinci, que dá nome à Suite Royal.

A NÃO PERDER

Lampreia do Rio Minho



"Lampreia do Rio Minho — Um Prato de Excelência" é o título da iniciativa que se prolonga até 15 de abril e que pretende assinalar mais uma época gastronómica do chamado "bicho feio". Numa ação Promovida pela Adriminho e os seis municípios do Vale do Minho (Melgaço, Monção, Valença, Paredes de Coura, Vila Nova de Carveira e Caminha), dezenas de restaurantes dos vários concelhos levam à mesa pratos de lampreia, mantendo a tradição (com arroz ou a tordalesa), mas também inovando com outras confeções e preparações, como sushi, escabeche ou pastéis. Manda também a tradição que, nesta região, a lampreia seja acompanhada por vinho Alvarinho, nomeadamente da sub-região de Monção e Melgaço.



"BOA CAMA BOA MESA" NA SIC NOTÍCIAS: À DESCOBERTA DA SERRA DA ESTRELA

COM ESTREIA ESTE SÁBADO NA SIC NOTÍCIAS, E REPETIÇÕES AO LONGO DA SEMANA TAMBÉM NA SIC MULHER E SIC INTERNACIONAL, CONHEÇA O PURA LÁ — WOOL VALLEY HOTEL & SPA, QUE PROCURA VALORIZAR A INDÚSTRIA DOS LANIFÍCIOS E A SUA IMPORTÂNCIA NA COVILHÃ. DESCUBRA AINDA A EXCELÊNCIA DO QUEIJO DA SERRA DA ESTRELA E OS SABORES SERRANOS DO RESTAURANTE O MÁRIO, NO FUNDO.