

## Gastronomie

### AU SUJET DE



**Le Portugal possède une gastronomie qui est aussi riche et variée que son paysage.**

C'est la **mer** qui confère à la cuisine portugaise sa caractéristique la plus marquante. Si vous savourez un simple **poisson** grillé, toujours très frais, tout comme les **fruits de mer** qui abondent tout au long du littoral, vous êtes sûrs d'être au Portugal. Car c'est bien là que vous trouvez le meilleur poisson du monde ! Néanmoins, les « cataplanes » (plats préparés dans un ustensile typique en cuivre), les « caldeiradas » (matelotes) ou toute autre forme de cuisiner les bons poissons et fruits de mer portugais sont d'excellents choix.

Comme **viande**, nous vous suggérons une spécialité que vous trouvez dans tout le pays : le « cozido à portuguesa », mélange de viandes, légumes et charcuterie variées, cuisiné selon une recette succulente. Du nord au sud, le Portugal produit d'excellentes viandes A.O.P., que ce soit du veau, du porc ou du chevreau. De même que **des légumes et des fruits** qui ont gardé le goût d'autrefois, certains aussi d'origine A.O.P., dans la mesure où la plupart proviennent d'exploitations biologiques.



**L'huile d'olive** portugaise, de grande qualité, est toujours présente et fait partie de tous les plats, y compris des recettes de morue (il paraît qu'il en existe 1001 !), que les Portugais savent préparer à la perfection.

Chaque spécialité est accompagnée d'un **vin** adéquat. En effet, l'ensemble du Portugal produit des vins et si le porto est le plus réputé, les vins de table, notamment ceux du Douro et de l'Alentejo, entre autres, n'en sont pas moins remarquables.

Et **les fromages** ! Il suffit de mentionner le fromage de Serra, mais tous ceux de la région Centre du Portugal, de l'Alentejo ou des Açores sont vraiment délicieux.

**Les pâtisseries**, qui puisent leurs racines dans les nombreux couvents où elles étaient jadis préparées, vous feront encore aujourd'hui « rendre grâce à Dieu ». Et ne manquez surtout pas de goûter un « pastel de nata », délicieux petit flan dans une pâte feuilletée, saupoudré de cannelle. Il accompagne toujours parfaitement le café expresso, dont les

Portugais sont friands.



Finalement, vous pouvez trinquer avec un **porto** ou un **madère**, les vins de dessert qui, depuis des siècles, représentent le Portugal dans des lieux lointains. Ou alors, trinquez avec un excellent mousseux produit au Portugal, pour marquer un repas mémorable que des chefs talentueux vous proposent un peu partout dans le pays.