

La gastronomie de l'Algarve

AU SUJET DE



Photo: Pedro Reis - Turismo do Algarve

La gastronomie de l'Algarve

C'est la mer qui fournit les poissons et les fruits de mer bien frais, les principaux ingrédients de la cuisine de l'Algarve. À cela s'ajoutent les fruits et les légumes dont le soleil a enrichi les saveurs, ainsi tous les éléments sont réunis pour une expérience gastronomique inoubliable.

Commencez donc par ce qui vient de l'océan, par les **fruits de mer** : des palourdes, des huîtres, des pignons et des coques qui sont délicieux, aussi bien grillés qu'à la poêle. Des pousse-pieds au naturel sur une plage de la côte vicentine, le riz aux couteaux, la « feijoada de búzios » (cassoulet de bulots), le « xerém de conquilhas » (semoule de maïs aux pignons) et l'« açorda de marisco » (panade aux fruits de mer) sont autant d'exemples qui vous mettent l'eau à la bouche. La célèbre recette des **palourdes à la « cataplana »** a beaucoup de succès. C'est un des plats traditionnels très appréciés, dont le secret réside dans l'usage de ce récipient en cuivre, d'origine arabe, qui garde toute la saveur et tout l'arôme des aliments qui sont cuits à l'intérieur. Pour accentuer les goûts, rien de mieux qu'un peu de sel des salines de la région, surtout ses meilleurs cristaux – la fleur de sel. En plus des nombreux restaurants où vous pouvez goûter ses spécialités, en été, il y a des **festivals** de fruits de mer à Olhão et Faro, tout près de la Ria Formosa, où ils sont très abondants.

Mais n'importe quel **poisson frais**, grillé doucement sur la braise à la mode des pêcheurs, peut être un véritable festin des dieux. Et il y a d'autres plats comme les « **carapaus alimados** » (**chinchards marinés**) et les **sardines grillées** qui se mangent un peu partout, mais qui ont une bonne renommée à Portimão. Elles sont délicieuses, bien juteuses sur une tranche de pain ou accompagnées d'une salade « montanheira », à base de tomates auxquelles l'origan ajoute un goût spécial. Du **thon** de Tavira, en steak ou en « estupeta » (morceaux marinés), au **poulpe**, qui à Santa Luzia se déguste sous différentes formes - mijoté dans du vin, pané, grillé, avec du riz ou simplement cuit au four -, en passant par les délicieux petits calmars et seiches, l'Algarve excelle dans ces spécialités.

Dans le **Barrocal**, zone de transition entre la serra et la côte, l'alimentation est différente, plus à base de viande, comme la « galinha cerejada » (poule au vin blanc), le « cozido de grão » (agneau mijoté avec des légumes et des pois chiches), ou la charcuterie qui, à São Brás de Alportel et à Querença, est à l'honneur dans les foires et les fêtes populaires. L'agriculture y est une des activités principales, et les arbres qui donnent les fruits indispensables aux liqueurs et aux desserts traditionnels ajoutent une beauté particulière à la campagne, lorsqu'ils sont en fleurs. Les amandiers, en février, sont l'une des images emblématiques de l'Algarve.

Alors que les **oranges** sont consommées au naturel ou en jus, les **amandes, les figues et la caroube** sont utilisées dans la confection des desserts très appréciés. Comme le « dom rodrigo », confiserie à base de jaunes d'œuf qui est présentée enveloppée dans une feuille d'étain colorée, ou le « morgado » (gâteau aux amandes recouvert de sucre glace) normalement décoré de motifs régionaux et de fleurs d'amandier en massepain, et les petits-fours en pâte

d'amandes en forme de fruits et de légumes les plus divers. Et il y a encore d'autres spécialités qu'il faut absolument goûter, comme les figues farcies, ou les fromages et les truffes à la figue. L'eau-de-vie d'arbose ou de figue et la liqueur d'amande amère sont, quant à elles, d'excellents digestifs à la fin d'un bon repas.

En fait, tout ce que l'Algarve a de meilleur est servi à table. Sur une simple terrasse de café à la plage ou dans les restaurants les plus raffinés, dirigés par des chefs de renommée mondiale, c'est une expérience à ne pas manquer, et à répéter sans cesse !