

## Castelos e miradouros a sul

### SOBRE



Foto: Rui Rebelo

### Castelos e miradouros a sul

**Bem perto de Lisboa, a Península de Setúbal oferece recantos de incomparável beleza, ideais para passeios em família, mas igualmente para corações enamorados.**

Passamos a ponte 25 de Abril em direção a Sesimbra, mas a meio tomamos a estrada para o **Cabo Espichel**. Ao chegar ao promontório, ficamos impressionados com o isolado **Santuário da Nossa Senhora do Cabo**. É um local que nos inspira a contemplar o mar e a longa Arriba Fóssil da Costa da Caparica que se vê do lado direito, na costa oeste.

Seguimos para o castelo de **Sesimbra**. Antes de descer à praia, apreciamos a vista sobre a baía deste miradouro virado a sul, com os coloridos barcos dos pescadores no horizonte.

Estando bom dia para banhos de mar ou não, vale a pena fazer um passeio pelas praias, passeando pelo **Portinho da Arrábida**, por **Galapos** e pela **Figueirinha**, já em pleno **Parque Natural da Serra da Arrábida**.

Muito perto, **Vila Nogueira de Azeitão** é conhecida pela produção vinícola. Uma prova de vinho Moscatel numa das famosas adegas é obrigatória, acompanhado por um típico queijo amanteigado.

Em **Palmela**, aguarda-nos novo miradouro no castelo, atualmente transformado em Pousada, para um esplendoroso fim de tarde a ver o por do sol.

Por fim, chegamos a **Setúbal**. Do castelo, hoje Pousada de São Filipe, temos uma excelente vista sobre a área da **Reserva Natural do Estuário do Sado**. Por estar perto do mar, a cidade desenvolveu-se particularmente durante os Descobrimentos, época de grande riqueza que se reflete na **Igreja de São Julião** e no **Convento de Jesus / Museu de Setúbal**, que podemos conhecer passeando pela parte mais antiga da cidade. Há ainda que visitar o **Museu do Trabalho Michel Giacometti** e o **Parque Urbano de Albarquel**, um espaço de lazer virado para o rio. Daqui vê-se o estuário e, na outra margem, o complexo de **Troia**.

Neste dia, não podemos deixar de saborear as especialidades gastronómicas da região de Setúbal, como o choco frito, o peixe grelhado e o marisco, de provar o Moscatel e assim terminar da melhor forma o nosso passeio.

### Não deixe de...

> provar o choco frito, uma das especialidades de Setúbal

- > levar uma garrafa de Moscatel de Setúbal
  - > apreciar a vista da Serra da Arrábida
  - > dar um mergulho em Sesimbra
  - > apreciar a vista do Cabo Espichel
  - > fazer um passeio de barcos para ver os golfinhos
- 

### **ROMANCE NA ARRÁBIDA**

Na Arrábida, encontramos cenários fabulosos de serra e mar para passar um fim-de-semana a namorar.

A menos de 50 quilómetros de Lisboa, temos um Parque Natural à nossa disposição para caminhadas tranquilas, sem pressas, ou para um fim de tarde na esplanada. O Forte de São Filipe, em Setúbal, e as suas noites de verão medievais são uma ideia a considerar. Nada como um jantar romântico à beira-mar, adocicado com as tortas de ovos e os "esses" de Azeitão, e acompanhado de um moscatel doce e frutado.

Mas também podemos ter uns dias mais ritmados, nas praias de água transparente no sopé da serra da Arrábida. São cenários idílicos para um passeio de canoa ou para mergulhar. Afinal, estamos numa das reservas marinhas da costa portuguesa, com características únicas.

A meio da encosta da serra, vemos o Convento da Arrábida, hoje pertença da Fundação Oriente. Debruçado sobre o mar, com as suas pequenas capelas no meio da vegetação, é um oásis de recolhimento.

---

### **INFORMAÇÕES ÚTEIS**

Para visitar o Convento da Arrábida, é necessário fazer marcação prévia. Contactos disponíveis em [www.foriente.pt](http://www.foriente.pt).

---

### **COMO CHEGAR**

A 50 km de Lisboa os acessos são feitos atravessando a Ponte 25 de Abril ou a Ponte Vasco da Gama.

Também há comboios regulares ([www.fertagus.pt](http://www.fertagus.pt)) e autocarros ([www.tsuldotejo.pt](http://www.tsuldotejo.pt)).

Há catamarãs e ferry boats regulares de Setúbal para Troia. Informações em [www.atlanticferries.pt](http://www.atlanticferries.pt).