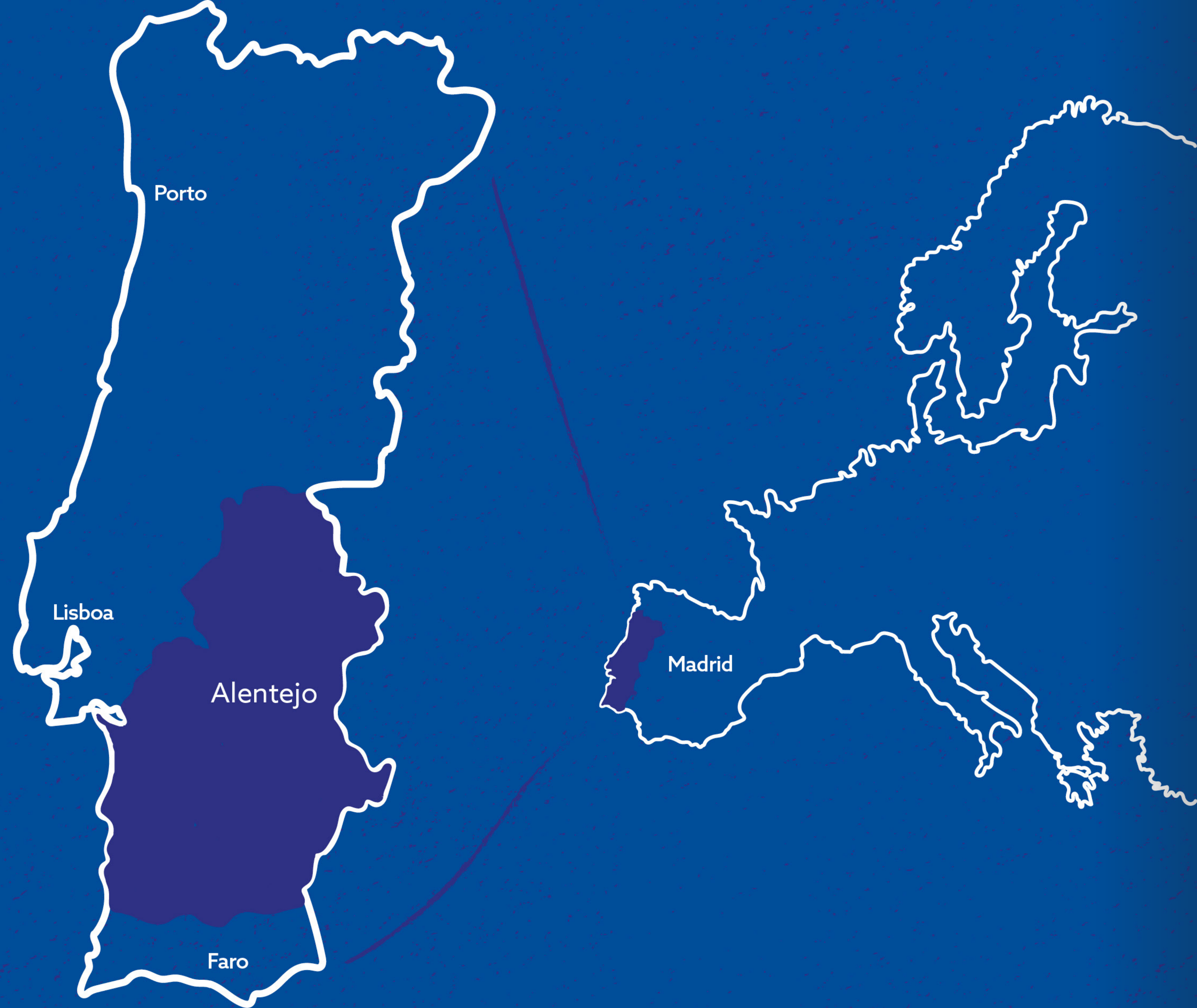


ALENTEJO

CAIADO DE FRESCO



PERGUNTA AO VIAJANTE

Conhece alguma palavra, uma palavra só, que inspire um prémio Nobel, grandes poetas e jornalistas a escrever páginas e páginas de histórias...

Épicas
Intensas
Mágicas?

Uma palavra simples que leve milhares de pessoas a cruzar fronteiras para descobrir os segredos que guarda?

Que passe de boca em boca entre enólogos, chefs e gourmands e leve a romarias culinárias?

Que seja sinónimo de calma e de aventura, seja zen e radical, *chill out* e adrenalina?

Conhece alguma palavra, uma palavra só, que nos faça viajar no tempo e no espaço: da Idade da Pedra à idade do *post*, das serras verdes ao azul dos rios e do mar, da terra dourada às cidades, vilas e aldeias brancas, caiadas de fresco?

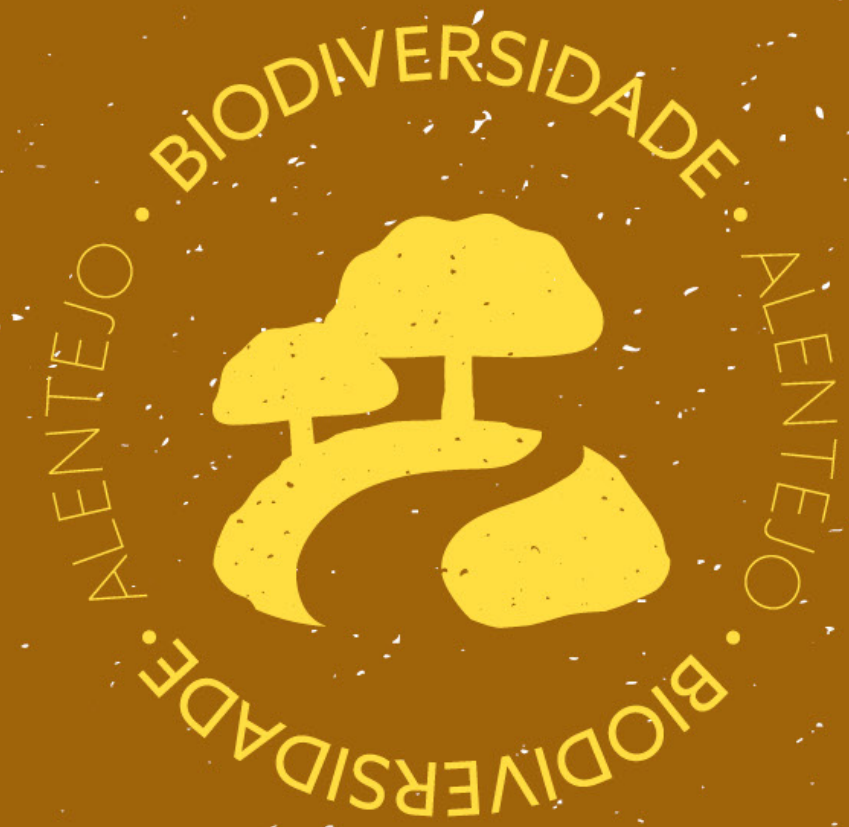
Só há uma palavra assim. E é portuguesa.

Alentejo.

Se ainda não a conhece, vire a página e comece a sua viagem por esta terra caiada de beleza natural, de aventura e cultura, de sabor e sorrisos.

Caiada de fresco com tudo o que dá significado à palavra "viver".





NATUREZA E PAISAGEM



ALENTEJO 

ALENTEJO *CAIADO DE BELEZA NATURAL*

Se a sua alma anseia por paisagem a perder de vista,
o Alentejo é o seu *habitat*.

E que *habitat*!

Aqui, tem três parques naturais e duas reservas naturais,
30 áreas na rede Natura 2000 e três sítios Ramsar
de importância internacional.

Com tanto espaço, centenas de espécies
protegidas podem viver em liberdade.

E a sua alma também.





O MONTADO ALENTEJANO

O montado é muito mais que uma paisagem de postal. É o coração natural do Alentejo. Um espaço onde a natureza e o homem deram as mãos para criar um ecossistema tão raro que se encontra apenas na bacia do Mediterrâneo.

Aqui, os sobreiros dão-nos a cortiça, um material verdadeiramente único que tanto protege os néctares da terra como as naves que sobem à Lua. As azinheiras alimentam os animais, preservando raças autóctones e técnicas ancestrais de pastoreio. E a sombra longa das árvores convida a passeios em que o tempo passa devagar e tudo respira tranquilidade.

RESERVA NATURAL DO ESTUÁRIO DO SADO

Da costa à raia, das serras aos vales, rios e estuários, os parques e reservas naturais são a forma perfeita de descobrir um Alentejo caiado com todas as cores da Natureza.

Comece por rumar à Reserva Natural do Estuário do Sado. Aí, nas dunas, *habitats* de água doce e marinha, charnecas e matos, tudo é vivo. Em cada palmo de terra, nascem e florescem plantas únicas. Na água, ouve-se o canto alegre dos golfinhos do Sado.

Mas é o canto das mais de 200 espécies de aves que soa mais alto, tornando esta área um santuário para todo o mundo. E para si também.



RESERVA NATURAL DAS LAGOAS DE SANTO ANDRÉ E DA SANCHA

Diga adeus aos golfinhos e rume a mais um oásis azul do Alentejo. Com o som do mar sempre ao fundo, as águas da Reserva Natural das Lagoas de Santo André e da Sancha dão abrigo a espécies como a enguia e a pardelha, um peixe raro em Portugal. E os céus são refúgio para milhares de aves migratórias, com destaque para o pato-de-bico-vermelho, o flamingo e a andorinha-do-mar-anã. Faça como eles e migre para o litoral alentejano.



PARQUE NATURAL DO SUDOESTE ALENTEJANO E COSTA VICENTINA

Continuando na costa, siga a maresia e descubra o Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina. Com cerca de 30 *habitats*, tem mais de 100 espécies raras de plantas, incluindo algumas que são únicas no mundo. Nas escarpas e rochedos, vai ver outro espetáculo único: os ninhos das cegonhas-brancas. E lá em baixo, no imenso azul do oceano Atlântico, mergulhe para descobrir uma enorme variedade de peixes e as únicas lontras em Portugal que têm no mar o seu menu.





PARQUE NATURAL DO VALE DO GUADIANA

Ainda com o mar nos ouvidos, é hora de rumar a leste, visitando Castro Verde, Reserva Mundial da Biosfera, descobrindo o Parque de Natureza de Noudar e detendo-se finalmente no Parque Natural do Vale do Guadiana.

Aqui, à sombra de azinheiras sem idade, o ar enche-se do perfume das flores e traz-nos o uivo do Guadiana descendo pela garganta do Pulo do Lobo. Entre centenas de espécies protegidas, pode ter a sorte de encontrar raridades como a cegonha-preta, a abetarda, o peneireiro-das-torres ou um casal de lince-ibérico a beber o Guadiana ao pôr do sol.



OBSERVAÇÃO DE ESTRELAS

Enquanto o sol baixa no horizonte, suba o Guadiana até ao grande lago de Alqueva. Quando a noite chega e os grilos fazem a sua serenata, as aldeias baixam as luzes e o céu acende-se. É hora de apreciar o espetáculo mágico da Reserva Dark Sky Alqueva. No observatório, numa canoa, com um copo de vinho na mão ou simplesmente deitado no chão, descubra os mistérios da Via Láctea e passe a noite sob um manto de estrelas.

E quando a maior delas voltar a nascer, há mais natureza para ver.



PARQUE NATURAL DA SERRA DE SÃO MAMEDE

Dos céus sobre o Alqueva rume ao Alto Alentejo, onde o esperam o GeoPark Naturtejo e o Parque Natural de Serra de São Mamede.

Aqui, pedras maciças esculpem a paisagem, e as bacias do Tejo e Guadiana juntam-se para criar uma diversidade única. Sobreiros, castanheiros, oliveiras, carvalhos e cerca de 800 espécies de plantas partilham a terra com anfíbios e répteis.

No céu, águias-de-bonelli, grifos, abutres-pretos e bufos-reais planam majestosamente.

E no topo da serra o Alentejo imenso estende-se a seus pés, chamando o viajante para novas aventuras.



ALENTEJO 

ALENTEJO *CAIADO DE AVENTURA*

Há um Alentejo que respira calma.
E há outro que põe o coração a bater a mil à hora.

Um Alentejo onde pode subir às nuvens num balão,
planar lado a lado com cegonhas, mergulhar em queda livre,
ou descer um rio.

Onde podemos acordar com as galinhas, tomar o pequeno-almoço
com girafas e zebras, almoçar com javalis, passar a tarde com peixes
do Guadiana ou piranhas-vermelhas e adormecer à luz do luar.

Um Alentejo onde todos os caminhos vão dar à aventura.





PARQUES TEMÁTICOS

É possível estar no montado alentejano e viajar pelos cinco continentes? Sim.

Basta ir ao Monte Selvagem, ao Badoca Parque ou ao Fluviário de Mora, e vai poder dar a mão a lémures de Madagáscar, fazer um safari com girafas, estar olhos nos olhos com tigres-de-bengala, saltar com cangurus e ver piranhas da Amazónia!

Reserve um bilhete para a aventura. Leve as suas crias aos parques temáticos do Alentejo.



PERCURSOS PEDESTRES

Se quer desbravar o mundo passo a passo, calce as botas, ponha a mochila às costas e os pés a caminho do Alentejo. Do pó à pedra, da montanha ao rio e mar, tem quilómetros por onde andar.

No Alto Alentejo explore os trilhos Feel Nature, que o levam do verde da serra de São Mamede ao azul do Tejo no Monumento Natural das Portas de Ródão.

No rio, molhe os pés no Guadiana e no Alqueva e descubra os 11 percursos TransAlentejo.

Na planície, a Grande Rota do Montado cresce a passos largos todos os dias, e vai permitir explorar o Alentejo Central de lés a lés.

Se quiser encher os olhos de mar, a Rota Vicentina é imperdível. São 750 km de trilhos épicos, com destaque para os percursos circulares, o Trilho dos Pescadores e o Caminho Histórico, certificado como um dos Leading Quality Trails – Best of Europe.



PASSEIOS DE BICICLETA

Paisagem a perder de vista, estradas bordejadas por árvores e flores, ecopistas, ciclovias e trilhos desafiantes. Tudo convida a visitar o Alentejo sobre duas rodas. Se gosta de rodar tranquilamente, aproveite o traçado à beira-mar das secções 5, 6 e 7 da Rota da Costa Atlântica - EuroVelo 1, e ciclovias como as dos antigos ramais de Montemor-o-Novo ou de Mora, entre tantas outras que cruzam o Alentejo. Mas se não resiste à mistura de pó, maresia, lama e adrenalina, em Serpa e nos percursos de BTT da Rota Vicentina vai encontrar milhares de quilómetros para pedalar, pedalar e pedalar.



BIRDWATCHING

Eu Ouvi Um Passarinho é mais do que uma canção tradicional do Alentejo. Porque o céu alentejano todos os dias se enche com o coro de milhares de pássaros. Na Reserva Natural do Estuário do Sado, no Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina, passando pelas planícies de Castro Verde, pelo Parque Natural do Vale do Guadiana ou pelo Parque Natural da Serra de São Mamede, pode encontrar espécies raras como a águia-imperial-ibérica, a abetarda, o peneireiro-das-torres ou o rolieiro. Na faixa litoral, o cabo de Sines e o cabo Sardão apresentam condições favoráveis à observação de aves marinhas como moleiros, pardelas, garajaus ou cagarras. E com as aves chegam *birdwatchers* de países longínquos, fazendo do Alentejo um palco privilegiado para a observação de aves. Por isso, se quer ouvir cantar o céu, voe para sul.



*PRAIAS
E SOL*



ALENTEJO 

ALENTEJO *CAIADO DE AZUL-ÁGUA*

O Alentejo não é só terra.

A água marca de tal forma a sua identidade
que até tem um rio no nome.

De norte a sul, de nascente a poente,
o Tejo, o Guadiana e tantos outros rios e ribeiras
estendem os braços para abraçar a paisagem e o viajante.

No interior, as albufeiras são oásis de azul sereno.

E quando a terra acaba, o azul infinito do mar estende-se à sua frente.

A marulhar...

A maresiar...

A chamar por si.



O MAR ALENTEJANO

Quando o calor aperta e o corpo tem sede de mar, a costa alentejana é o destino perfeito.

Com mais de 140 km de praias a descobrir, é o litoral mais bem preservado do sul da Europa.

De Troia à Zambujeira do Mar, passando por Almogrove, Malhão, Melides, Porto Covo, São Torpes e tantas praias quase secretas, difícil é escolher onde pousar a sua toalha ou prancha.

O melhor mesmo é rumar ao Alentejo e estrear uma praia diferente todos os dias.



OS RIOS E ALBUFEIRAS

No coração do Alentejo, a água fresca dos rios espera por si em lugares mágicos. Nas margens do Tejo, Guadiana, ou nos espelhos imensos das albufeiras, pode derreter o calor em praias como a Tapada Grande, Alamal, Monsaraz, Mourão, Amieira e Santa Clara. E se mergulhar ou nadar não lhe chegam, nas albufeiras há um mar de opções para se divertir.

Deslizar numa canoa ou prancha na albufeira do Caia ou Odivelas.

Sentir o vento nas velas em Montargil.

Remar ou voar sobre esquis no Maranhão.

Pescar em Vale do Gaio.

Navegar à luz das estrelas no Alqueva.

Com tanto para ver e viver, porque não fazer a rota de todas as albufeiras?



*PATRIMÓNIO
CULTURAL
E HISTÓRICO*



ALENTEJO *CAIADO DE CULTURA*

No Alentejo, a cultura está viva em toda a parte.
Vive nas pedras ancestrais, nas paredes de galerias e museus.

Nas torres das igrejas e torreões dos castelos.

Vive nas mãos que tecem arte.

Nas que moldam o barro e forjam o som do chocalho.

Nas que elevam a cortiça da Terra até à Lua.

E vive no coração de toda a Humanidade. Porque no Alentejo,
além de monumentos e muralhas, também figuras de barro, chocalhos
e a música tradicional são Património da Humanidade.

ALENTEJO 



AS ORIGENS

Para mergulhar a fundo na cultura e arte do Alentejo, o primeiro passo é percorrer as galerias a céu aberto, onde a história se escreve nas pedras: a Anta Grande do Zambujeiro, o Menir da Meada e o místico Cromeleque dos Almendres, um dos mais importantes na Europa, são exemplos marcantes dos mais de 150 monumentos megalíticos do Alentejo.

Mas há muito mais história para contar.



UMA VIAGEM PELA HISTÓRIA

Da pré-história dê um salto no tempo e descubra tudo o que duas grandes civilizações trouxeram ao Alentejo. Se os romanos deixaram a sua marca até na língua, os 500 anos de ocupação árabe trouxeram novas palavras, hábitos alimentares e outras influências que vale a pena redescobrir em locais como Mértola.

Deixando as vozes mouras para trás, a viagem continua quando o Alentejo começa a falar português. Descubra castelos imponentes e vilas fortificadas, deslumbre-se com a arte das capelas, conventos e catedrais, e percorra, passo a passo, os muitos séculos de história que os museus do Alentejo têm para lhe contar. Mas não pare aí. Porque ainda há um mundo de património para revelar.



PATRIMÓNIO DA HUMANIDADE

Évora, a cidade-museu, é paragem obrigatória para qualquer viajante. O seu centro histórico é uma cápsula do tempo que junta influências romanas, visigóticas e árabes, preservando vestígios com mais de 2000 anos.

Do templo romano à Sé, passando pela Igreja de São Francisco, pela Capela dos Ossos e pela Igreja de São João Evangelista, pela janela manuelina da casa de Garcia de Resende ou pela Praça do Giraldo, a beleza de Évora atravessa o tempo. E atravessou também fronteiras quando o seu centro histórico se tornou Património da Humanidade reconhecido pela UNESCO.

A história de Elvas, *Rainha da Fronteira*, está escrita em cada pedra das suas fortificações. As muralhas, a cerca medieval, os três fortins, o centro histórico, o aqueduto, os fortes de Santa Luzia e de Nossa Senhora da Graça estendem-se ao longo de 300 hectares e fazem da cidade a maior fortaleza abaluartada do mundo.

Por isso, é natural que esta cidade-quartel fronteiriça e as suas fortificações tenham também conquistado a classificação de Património da Humanidade pela UNESCO.



ARTESANATO

Se a história do Alentejo impressiona,
o artesanato não lhe fica atrás.

A tapeçaria de Portalegre, os tapetes de Arraiolos,
as mantas de Reguengos de Monsaraz e Mértola,
o mobiliário pintado, o trabalho com pele,
cortiça, barro e ferro são únicos.

E a UNESCO soube reconhecê-lo,
elevando a produção de Figurado
em Barro de Estremoz e a Arte Chocalheira –
que tem a sua expressão máxima em Alcáçovas –
a Património Cultural Imaterial da Humanidade.

CANTE ALENTEJANO

No Alentejo as vozes cantam de sol a sol. Nas romarias e festas, nas associações e tabernas,
os grupos de Cante enchem o ar com histórias do campo, de melancolia, de amor e saudade.

Histórias tão belas que chegaram aos ouvidos e coração do mundo,
tornando-se Património Cultural Imaterial da Humanidade. Venha ouvi-las!





CAMINHOS DE SANTIAGO: UM SEGREDO BEM GUARDADO

Reza a lenda que a peregrinação para venerar as relíquias do apóstolo Santiago Maior teve início no século IX. Ano após ano, a lenda cresceu e a rede de caminhos também, estendendo-se por toda a Europa.

No Alentejo, a origem dos caminhos está ligada à Ordem de Santiago, que deixou marcas profundas na cultura e no património. Seja no Caminho Central ou Nascente, a cada passo vai descobrir surpresas, aventuras e mistérios prontos a ser desvendados.

Mais do que apenas caminhar, é a oportunidade de conhecer um segredo bem guardado e desvendar a beleza natural, a arte, a gastronomia, a história e histórias que a memória preservou.



GASTRONOMIA



ALENTEJO 

ALENTEJO *CAIADO DE SABOR*

Pergunte-se a uma boca alentejana:
Onde há um bom sítio para comer?
E qualquer boca alentejana irá dizer:
Ó amigo, é só escolher!

Porque, da mais típica tasquinha ao mais sofisticado restaurante,
o Alentejo é um templo dedicado à arte da mesa e um paraíso
para os apreciadores da dieta mediterrânica.

O pão já é um menu completo. E que dizer dos queijos, das sopas,
das carnes, dos peixes de rio e de mar, dos vinhos e dos doces conventuais,
feitos com mãos de céu?

O melhor mesmo é tirar uns dias, abrir a ementa e deixar o paladar viajar.





Tudo começa nos petiscos e entradas. Presunto de Barrancos, enchidos de Portalegre, devidamente acompanhados pelos queijos de Nisa e Serpa, e, claro, pão com azeite.

A caminho da mesa já estão os pimentos assados, a salada de polvo, migas e pezinhos de coentrada. Depois, vêm as sopas de beldroegas, de peixe e o gaspacho.

Mas a refeição está só a começar.



Carne ou peixe? O que é que vai ser? De um lado do menu temos a Carne Alentejana DOP, a Carne Mertolenga DOP e todo o repertório de porco, javali ou borrego: os secretos, plumas, burras, a carne de porco à alentejana ou o ensopado de borrego.

Do outro, o arroz de polvo malandrinho, as migas de bacalhau, o cação, a caldeirada, o peixe na grelha e o marisco. E ainda faltam as migas de tomate ou espargos e as açordas.

Mas não se esqueça de deixar espaço para a sobremesa.



Nenhuma viagem gastronómica pelo Alentejo fica completa sem as sobremesas. Por isso, o melhor é deixar a dieta para amanhã e deliciar-se com a sericaia, as boleimas de maçã, a encharcada, as pinhoadas, os doces conventuais e tantas escolhas para comer e sorrir por mais.



Se o Alentejo lhe abriu o apetite, é hora de se fazer à estrada, explorar os restaurantes certificados, provar os azeites nos lagares, olivais e também em muitos espaços de enoturismo, e seguir os roteiros enogastronómicos *Da Terra à Mesa*.

Seja nos restaurantes típicos, tradicionais, familiares ou nos contemporâneos, a mesa está sempre posta para si. E antes de fazer a viagem de regresso, visite os mercados, feiras e lojas locais, e leve o melhor do Alentejo para casa.



VINHOS



ALENTEJO 

Agora que já percorreu o menu gastronómico
do Alentejo, abra a carta de vinhos.

Com mais de 300 produtores e oito sub-regiões demarcadas,
o Alentejo é terreno fértil para os apreciadores dos melhores néctares.
O sol e os solos, as castas e as mãos e bocas sábias dos produtores
e enólogos dão origem a vinhos de primeira escolha e a descobertas
únicas como o milenar Vinho de Talha.





Branco ou tinto, no Alentejo o seu copo fica sempre bem servido.
Os brancos são aromáticos, frescos e harmoniosos, por vezes complexos.
Já os tintos têm aromas intensos a frutos vermelhos e são macios,
ligeiramente adstringentes, equilibrados e com corpo.

Seja qual for a sua preferência, as palavras sabem a pouco.
Mais vale consultar o *Guia de Enoturismo do Alentejo* e vir descobri-los no Alentejo.

Melhor que provar vinho é fazer a vindima,
pisar as uvas e aprender como se combinam as castas para o criar.
No Alentejo, as enotecas, espaços de enoturismo, quintas e adegas – algumas delas
verdadeiras obras de arte – abrem as portas para o receber e partilhar a sabedoria de produtores
e enólogos. Por isso, siga a Rota dos Vinhos e viva experiências que o seu palato nunca vai esquecer.





ALOJAMIENTO



ALENTEJO *CAIADO DE SORRISOS*

Seja num monte, num recôndito lugarejo, numa aldeia,
vila ou cidade, o Alentejo abre os braços a quem bate à sua porta.

E não faltam portas acolhedoras. Desde o campismo e turismo rural
aos hotéis de *design*, aqui vai ser sempre recebido com um sorriso que diz:
Bem-vindo!

ALENTEJO 





Quer ter férias com história?

No Alentejo encontra hotéis únicos e pousadas escondidas em conventos, mosteiros, palácios e até castelos. Aí vai sentir-se como um rei ou rainha e usufruir de um serviço de excelência.

Ou melhor, *Sua Excelência*.



Para quem prefere acordar com as galinhas, cabras ou ovelhas, o turismo em espaço rural é a opção ideal.

Quintas, montes, herdades, hotéis rurais, solares, e até aldeias recuperadas, juntam a serenidade do campo com a tradicional hospitalidade alentejana.

Se quer descobrir o lado mais glamoroso do Alentejo, os hotéis de charme e *design* são a escolha perfeita.

Da localização e arquitetura à gastronomia contemporânea e sofisticada, passando pelos spas, tem tudo para uma estadia 5 estrelas.

Porque até a paisagem do Alentejo é um luxo.



Gosta de dormir lado a lado com a natureza? Bem-vindo ao Alentejo.

Aqui, nos rios e albufeiras, parques naturais, ou ao longo dos mais de 100 km de costa, vai encontrar parques de campismo, caravanismo e *glamping* simplesmente perfeitos.

Turismo do Alentejo, ERT

Praça da República, n.º 12 – 1.º

Apartado 335

7800-427 Beja

Tel.: +351 284 313 540

geral@turismodoalentejo-ert.pt

Agência Regional

de Promoção Turística do Alentejo

Rua Manuel Batista Reis, n.º 6, R/C

7570-284 Grândola

Tel.: +351 269 498 680

info@turismodoalentejo.pt

Turismo de Portugal

Edifício-sede: Rua Ivone Silva, Lt. 6

1050-124 Lisboa

Tel.: +351 211 140 200

info@turismodeportugal.pt



www.visitalentejo.pt



COFINANCIADO POR

