

RITA NABEIRO ENTREVISTA MARIANA CABRAL O PRIMEIRO VINHO TINTO COM ALTITUDE

N.13 GRATUITA

D DE DELTA

OUT-DEZ 2023 TRIM.



DDD



NA VANGUARDA DO HUMOR

O RITUAL DA PROVA DO CAFÉ SEGUINDO A ROTA DO CONTRABANDO NA NASCENTE DAS ÁGUAS DO ALARDO

ADEGA
MAYOR

ABRE OS SENTIDOS



ADEGA MAYOR SELEÇÃO BIO
VINHOS QUE NASCEM DO
RESPEITO PELA NATUREZA

 adegamayor.pt

Seja responsável, beba com moderação.

D DE DELTA

DIRETORA

RITA NABEIRO

COORDENADORA

ANA PINTO VON GILSA

EDITOR EXECUTIVO

MARKUS ALMEIDA

DIRETOR DE ARTE

LUÍS ALEXANDRE

REDATORA

MARIANA ABREU GARCIA

TEXTOS

DIOGO LOPES

MARIANA ABREU GARCIA

MARKUS ALMEIDA

FOTOGRAFIA DE CAPA

MANUEL MANSO

FOTOGRAFIA

ENRIC-VIVES RUBIO

GONÇALO F. SANTOS

JOÃO SARAGAMO

MARIANA ALVAREZ CORTES

MANUEL MANSO

ILUSTRAÇÃO

MARTA TEIVES

REVISÃO

CATARINA SACRAMENTO

SEDE DA REDAÇÃO E DO EDITOR

CINCO UM ZERO

RUA JOÃO SARAIVA, 7

1700-248 LISBOA

WWW.510.PT

REGISTO NA ERC

124488/04

TIRAGEM

15 000 EXEMPLARES

IMPRESSÃO

NORPRINT - A CASA DO LIVRO

RUA DAS ARTES GRÁFICAS, 209

4780-739 SANTO TIRSO

GRUPO NABEIRO -

DELTA CAFÉS

PRESIDENTE DO CONSELHO

DE ADMINISTRAÇÃO

JOÃO MANUEL NABEIRO

CEO

RUI MIGUEL NABEIRO

DDD@GRUPONABEIRO.COM

WWW.DELTACAFES.PT



A REVISTA DDD É PRODUZIDA PELA
CINCO UM ZERO PARA A DELTA

E É PROPRIEDADE DA
NABEIROGEST - SOCIEDADE
GESTORA DE PARTICIPAÇÕES, SA.
NIPC: 503770850

AVENIDA CALOUSTE GULBENKIAN, 15
7370-025 CAMPO MAIOR

ESTATUTO EDITORIAL EM
WWW.DDDDELTA.COM

EDITORIAL

O MOVIMENTO “PRÁ FRENTE”



ESTA EDIÇÃO da revista DDD homenageia um pequeno gesto, uma iniciativa que desencadeou um movimento dentro do Grupo Nabeiro. Certa manhã de sábado, um grupo de colaboradores do departamento comercial cruzou o centro de Lisboa com uma missão: angariar novos clientes. Ou como diria o meu avô: foram fazer amigos.

Por iniciativa própria, visitaram todos os cafés e restaurantes das imediações da Avenida de Roma que ainda não tivessem a Delta como fornecedor. Ao fim de uma manhã a angariar novos clientes, tiveram uma visita inesperada. Esperava-os o meu avô, que os felicitou pela iniciativa, agradeceu o esforço e, porque a barriga já apertava, os convidou a todos para almoçar.

Este ano, inspirados por essa história, e motivados pela vontade de manter o seu espírito presente, foi criado um movimento dentro do Grupo Nabeiro que pretende replicar a energia dessa iniciativa. É o “Prá Frente”, uma plataforma digital onde qualquer colaborador pode referenciar potenciais clientes novos - depois de colocados os contactos, cabe ao Departamento Comercial fazer crescer a nossa rede de amigos.

A revista que tem em mãos é uma homenagem a essa manhã de sábado. Nela encontra várias histórias de quem soube ter iniciativa, de quem não pediu licença e foi em frente com as suas ideias, mesmo quando a alternativa lhes parecia mais confortável. Esperamos que estas histórias vos inspirem como nos inspiraram a nós. Boas leituras.

RITA NABEIRO

DIRETORA

D DE DELTA
DDD
N.13

6

DENTRO DA DELTA
UM OBJETO

20

ENTREVISTA
MARIANA CABRAL

32

CAFÉ COM HISTÓRIA
PASTELARIA MEXICANA

34

ROTA DO CONTRABANDO

48

DENTRO DA DELTA
UMA PESSOA

40

177 FORMAS
DE MOER CAFÉ



8

PARA A FRENTE

50

ÁGUAS DO ALARDO

54

DELTA ESPRESSO

61

PROVA DE CAFÉ

66

DENTRO DA DELTA
UMA HISTÓRIA

68

VINHOS A(L)TITUDE

74

TIRAMISU

81

FIM DE SEMANA GRANDE

SERRA DA ESTRELA

90

PLANETA DELTA

CEMEMORE CONNOSCO 3 ANOS DE DELTA GO.

O mundo Delta não para de girar, de evoluir e de tentar superar o que melhor vai fazendo. Por isso, com o objetivo de oferecer ao nosso cliente dos canais empresariais um serviço mais próximo e presente, em outubro de 2020 renovamos o programa de Fidelização existente desde 1999. Com uma proposta de valor mais interessante e ajustada ao negócio, o programa de fidelização foi ainda integrado numa APP criada sob a mesma identidade: **DELTA GO**.

É esta data que fazemos questão de celebrar cada ano.
O aniversário é nosso, mas as surpresas são sempre para os nossos clientes.



DESCARREGUE A NOSSA APP
E BENEFICIE DAS INÚMERAS
VANTAGENS QUE TEMOS PARA SI.



Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play

E de repente, 3 anos. Por isso, preparamos uma série de 31 surpresas que permitirão ganhar todos os dias de outubro, prêmios na **APP DELTA GO**. Se é cliente dos canais empresariais não perca tempo, adira, visite a nossa APP e participe.

O aniversário é nosso, mas as prendas são para si.
DELTA GO, ao seu lado Sempre!

DIZ-SE “TÂTE-VIN”

O QUÊ
PIPETA DE VIDRO
PARA VINHO

DÉCADA
2010

ONDE ESTÁ
ADEGA MAYOR

ENTRE vinhos brancos, tintos, rosés, palhetes e espumantes, a produção anual da Adega Mayor já ultrapassa o milhão de garrafas. E se os vinhos diferem entre si nas castas, na vinificação, no engarrafamento e na rotulagem, há um aspeto comum a todos: o *tâte-vin*.

A expressão vem do francês, significa, em tradução livre, “prova vinhos”, e não é mais nem menos do que uma pipeta de vidro que serve para tirar amostras da barrica ou da talha. Também há quem lhe chame “argau”.

Porque os enólogos da Adega Mayor não colocam apenas o vinho nas barricas e talhas que enchem a adega desenhada pelo arquiteto Álvaro Siza Vieira e torcem para que corra tudo bem, não. Com regularidade, em diferentes fases do processo, da fermentação ao estágio final, é preciso perceber como o néctar se está a desenvolver. É preciso olhar para o vinho e analisar a cor, os aromas, e, claro, prová-lo.

“Sempre que queremos tirar uma amostra, usamos o *tâte-vin*. Tiramos um bocadinho, deitamos num copo e provamos. É um ritual de prova para o enólogo”, diz Carlos Rodrigues, responsável de enologia dos vinhos Adega Mayor.

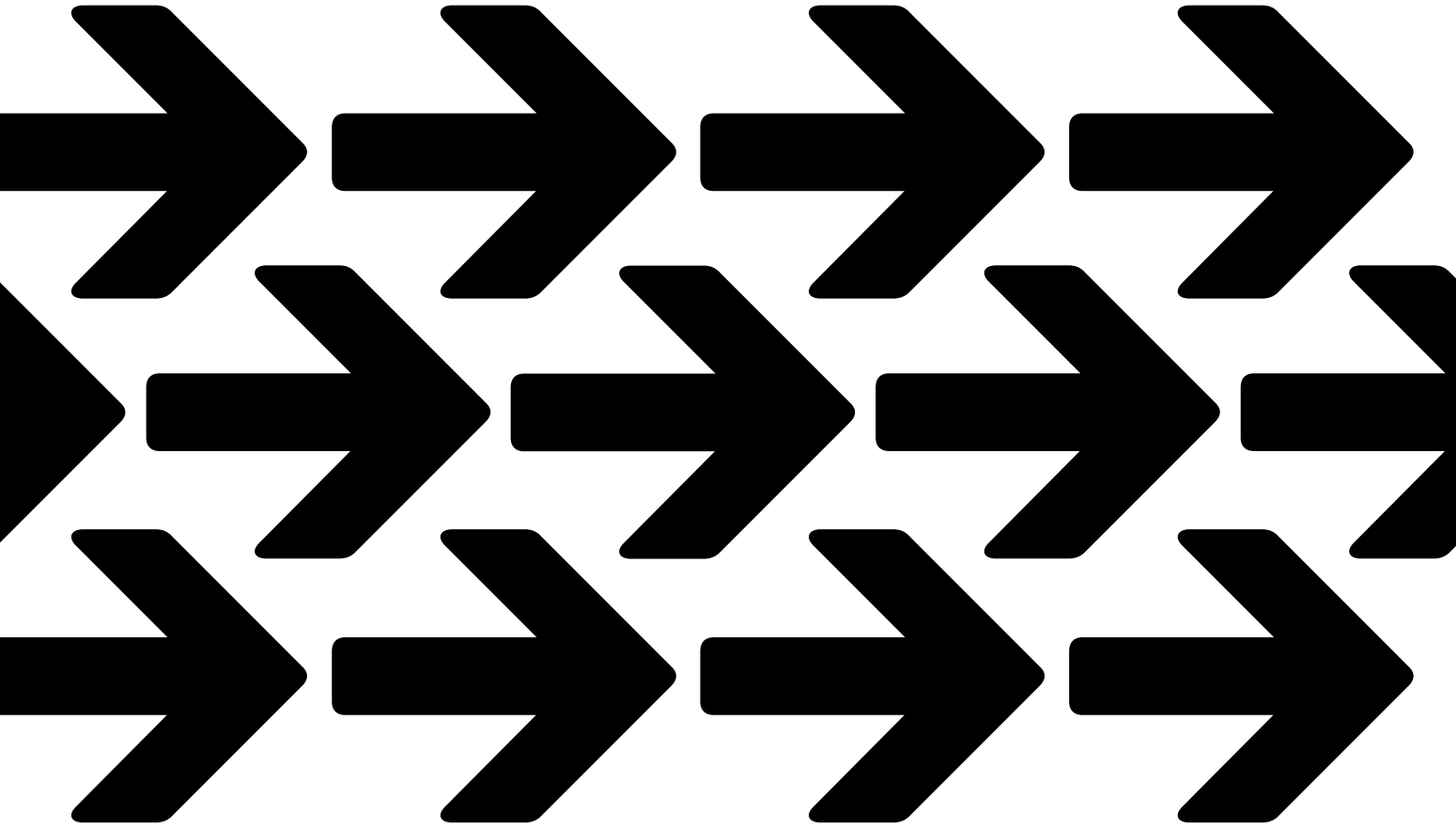
A extremidade é redonda, com um orifício que pode ser tapado com o polegar para segurar o vinho. O *tâte-vin* pode ter uma pega, em formato angular, ou duas em formato reto.

“Este tem o formato padrão, semelhante às usadas na generalidade das adegas”, diz Carlos Rodrigues sobre o seu *tâte-vin* da marca Magreñán, a mesma de algumas barricas da Adega Mayor de onde tira amostras.



TEXTO MARKUS ALMEIDA FOTOGRAFIA ENRIC VIVES-RUBIO

Artistas, artesãos, empresários, empreendedores e jornalistas protagonizam as próximas páginas. Representam histórias de pessoas que, perante a dúvida e a incerteza, cerraram os punhos e olharam em frente. São exemplos de quem teve iniciativa e não pediu licença para levar os seus sonhos avante, inspirando aqueles que os conhecem. Conheça-os também.



O caminho? É sempre para a

frente

TEXTO MARKUS ALMEIDA

FOTOGRAFIA MANUEL MANSO E JOÃO SARAMAGO





Rosa Pomar

Lãs sintéticas ou importadas não entram na Retrosaria Rosa Pomar, que é mais do que uma loja de tecidos. Há malhas à vista, mas não se pode comprá-las. O que se vende aqui, são, na verdade, os novelos de lã, proveniente de ovelhas autóctones portuguesas, com que as malhas foram feitas - mais a ideia de poder tricotar a mesma peça que lhe captou a atenção.

Os seus fios de lã são fabricados de forma sustentável e socialmente consciente - e mais de metade da produção não chega sequer a entrar na loja: sai do armazém diretamente para o norte da Europa, Estados Unidos, Japão, Canadá e Coreia do Sul.

Há quase 20 anos, Rosa lançou um blogue sobre têxtil e artesanato onde mostrava as coisas que fazia. Como os bonecos de pano que começou a criar quando lhe nasceu a primeira filha e que em pouco tempo se tornou o seu principal sustento.

“Perguntavam-me onde é que eu arranjava os materiais invulgares que utilizava nas bonecas. Foi aí que pensei em começar a importá-los.” Mas depois pensou melhor: “Importar? Mas porque é que eu não vendo antes fios e tecidos portugueses?”

Para o conseguir, calcorreou o país a aprender com quem ainda fiava lã de forma natural. “É um trabalho de investigação, de falar com as pessoas, ir a arquivos.” Do conhecimento acumulado saiu em 2013 o livro *Malhas Portuguesas: História e prática do tricot em Portugal*, esgotado em Portugal e traduzido para inglês e espanhol. E saiu algo mais importante: um negócio sustentável que valoriza 16 raças autóctones portuguesas, algumas em risco de extinção, sediado numa loja nos Anjos, em Lisboa, que já fatura perto de um milhão de euros por ano e emprega nove pessoas. E neste verão, Rosa Pomar lançou a sua primeira coleção, composta por uma camisa de trabalho e um casaco de lã em duas cores. Mas nunca foi fácil. “Quando ia às fábricas perguntar se era possível fazer fios com lã portuguesa, respondiam que eu era maluca, que a lã não era boa.”

FOTOGRAFIA MANUEL MANSO

**RECUPERANDO...
LÃS DE RAÇAS OVINAS PORTUGUESAS**

Paulo Costa

NÃO transforma um camião em laboratório ambulante quem quer, mas quem pode. Paulo Costa pôde. No início da pandemia, quando a incerteza e o medo dominavam e as zaragatoas escasseavam, Paulo criou uma unidade móvel de rastreio e correu o interior do país a dar esperança a quem se sentia isolado e esquecido.

“Foi a maior experiência da vida do grupo de médicos, enfermeiros e elementos de logística que integraram o projeto”, recorda o fundador da Globalsport, empresa que organiza, vai já para 22 anos, eventos desportivos “virados para a promoção e valorização dos territórios” - desde o Circuito Automóvel de Vila Real a maratonas e meias-maratonas -, onde a logística de apoio às provas pede camiões TIR.

No início do confinamento, enquanto muitos descobriam o pão caseiro, Paulo andava ocupado a filmar vídeos de receitas de bolos de chocolate para o canal de YouTube da filha. “E de repente começa a ver as notícias do que se passava nos lares, com pessoas idosas à janela a pedirem para serem salvas... E depois os municípios da Beira Alta e Beira Baixa vêm gritar aos sete ventos que os testes não chegavam lá”, recorda.

Nessa noite, Paulo não conseguiu dormir. Começou a listar os recursos à sua disposição - não eram poucos. Registou a marca Camião da Esperança e procurou parceiros, como um laboratório para tratar das análises, *media* (uma estação de televisão e uma de rádio), médicos, enfermeiros e testes.

Pelas suas contas, foram mais de 100 mil os testes realizados pelo Camião da Esperança durante o ano e meio em que esteve ao serviço do combate à Covid-19. Em 2020, começaram em Chaves e terminaram no Algarve. No ano seguinte, com a disponibilização de testes rápidos conseguiram testar vilas inteiras.

No final desse verão, com a massificação da venda livre de testes rápidos, chegava ao fim a missão do Camião da Esperança. Mas a reforma foi curta, explica Paulo Costa: “O Camião está agora ao serviço da Sociedade Portuguesa de Cardiologia, a participar num estudo internacional sobre os efeitos da Covid-19 na insuficiência cardíaca.”

**O CAMIÃO QUE DEU ESPERANÇA
AO PORTUGAL ISOLADO**



FOTOGRAFIA JOÃO SARAMAGO



Carlos Mendes Gonçalves

O normal em Portugal, até 1982, era fazer-se vinagre de vinho. Mas Carlos Mendes Gonçalves, então um jovem de 15 anos, olhou para o Figo Preto de Torres Novas e teve uma ideia. “Queria fazer algo diferente”, diz. “Havia aqui uma produção muito grande de figo, que é um produto único daqui da Golegã e que era utilizado para fabricar álcool etílico.”

O pai deu-lhe ouvidos e deu-lhe algo mais: a confiança para, juntos, criarem a Mendes Gonçalves e Filho Lda, uma sociedade por quotas, na qual desenvolveram um processo de fermentação e preparação do figo para ser transformado em vinagre. “Foi necessário criar legislação, porque legalmente só era possível fazer-se vinagre de vinho”, recorda.

Apesar da tenra idade, Carlos fez de tudo, desde ajudar na construção da fábrica a participar no processo produtivo. Aos 15 anos era sócio, assinava cheques, geria o negócio.

Ajudou que o pai de Carlos tivesse experiência no vinagre e na indústria de transformação. “Eu praticamente nasci numa fábrica”, diz. Ainda assim, o vinagre

de figo foi, nas suas palavras, um desastre total. “Há 41 anos, o mercado era muito conservador. Não havia grandes superfícies nem distribuição organizada. Alguém a vender vinagre de fruta era considerado um falsificador. É um milagre estarmos aqui hoje”, remata.

Por “aqui hoje”, entenda-se uma empresa, na Golegã, que tem nos molhos Paladin e nos picantes Sacana o seu cartão de visita, que “emprega 440 pessoas numa terra com pouco mais de três mil habitantes” e que, depois de em 2022 faturar 47 milhões de euros, espera chegar ao final do ano a bater nos 50 milhões.

Perante a necessidade de diversificar o portefólio, a Casa Mendes Gonçalves apostou na inovação e criou um departamento de I&D. “Passámos de uma empresa de massa bruta, de gente que trabalhava muitas horas, para sermos uma empresa de conhecimento”, diz. “Eu continuo sem formação superior, mas temos gente muito bem formada, com capacidade de ter projetos de investigação e desenvolvimento, e parcerias com faculdades.” Uma empresa dos tempos modernos, virada para o futuro, e que continua a fazer vinagre de figo.

FOTOGRAFIA MANUEL MANSO

**DE UM INÉDITO VINAGRE DE FIGO
AOS MOLHOS PALADIN**

Mário Rui André

MÁRIO Rui André tem 30 anos e é jornalista. Podia estar a trabalhar num jornal ou numa revista, mas, em vez disso, criou o seu próprio emprego: um órgão de comunicação social especializado na Área Metropolitana de Lisboa (AML), com cerca de 400 mil visitas por mês. “As pessoas leem, acompanham e querem saber como a cidade funciona”, defende Mário. O nome do projeto não deixa margem para dúvidas: “o Lisboa Para Pessoas é um projeto pensado para ajudar os lisboetas a encontrarem o seu caminho pela AML.”

Para poder informar, Mário tem, em primeiro lugar, de estar informado, por isso anda de bicicleta, de metro e tenta utilizar os diferentes meios de transporte para circular pela Grande Lisboa, de modo a perceber as dinâmicas, como funcionam e quais as dificuldades que as pessoas encontram.

“O desafio é diluir estas barreiras geográficas que as pessoas inventam. Vou dar um exemplo pessoal. O meu dentista é em Almada. Lembro-me de ir de carro com a minha mãe quando era pequeno. E isso dava-me a ideia de

que é um sítio para onde se vai de carro porque é longe”, conta. “Entretanto, comecei a perceber que tenho um autocarro que parte do Areeiro, onde é o meu local de trabalho, e passa à frente do consultório. Tal como também tenho metro, comboio, barco...”

Mário percebeu também que não tinha de se cingir aos temas da mobilidade e sustentabilidade, e começou a acompanhar questões de habitação, do espaço público, de cidadania e a destapar o véu sobre o que se passa nos bastidores da governação.

Antes de criar o LPP, houve a *Shifter*, uma revista de reflexão e crítica sobre tecnologia, sociedade e cultura, “com a missão de contribuir para uma melhor compreensão do mundo em constante mudança”. A revista digital surgiu em 2013 quando Mário ainda era aluno da Escola Superior de Comunicação Social e, com o passar dos tempo, tornou-se o que é hoje - “um projeto de jornalismo que reivindica tempo para pensar e refletir sobre a contemporaneidade” -, mas agora sem o envolvimento do seu membro-fundador, ocupado que está a criar uma Lisboa Para Pessoas.

FOTOGRAFIA MANUEL MANSO

**SEMPRE EM FRENTE DE BICICLETA,
DE TRANSPORTES COLETIVOS OU A PÉ**





Cécile Mestelan

CÉCILE Mestelan é francesa, de Biarritz, a viver em Lisboa. Em 2014 veio para Portugal para fazer um estágio na Vista Alegre, porque precisava de aprender cerâmica para criar peças para uma exposição que ia ter em França. É que Cécile, formada em Belas-Artes em Lausanne, na Suíça, fazia escultura e desenho, mas de cerâmica sabia pouco. Apaixonou-se (não só pela cerâmica) e ficou por cá.

Depois abriu um pequeno ateliê para trabalhar nas suas esculturas e desenhos, e começou a pensar em criar também peças em cerâmica. Havia só um problema: não sabia onde as cozer. “Hoje a cerâmica está na moda e seria fácil encontrar um forno que pudesse usar, mas na altura a única solução era ir a Sintra, onde conhecia alguém”, recorda Cécile.

Como não conseguia comprar um forno de cerâmica sozinha, Cécile fez um *crowdfunding* através de uma plataforma online, e angariou até mais do que precisava (cerca de 2500€). O forno seria para partilhar, como se de um objeto comunitário se tratasse. Uma forma de Cécile retribuir os donativos.

A partir daí, começou a criar peças decorativas e peças utilitárias. Hoje tem vários fornos, todos bem maiores do que o primeiro. E continua a brincar com formas, cores e texturas para criar cerâmicas que apetece segurar na mão e ter em casa. “Agora também tento misturar um pouco mais a cerâmica com a minha prática de desenho e escultura.”

Os pais de Cécile tinham uma marca de fatos de banho, em Biarritz. “Nasci nesse ambiente de criação, de produzir e vender. Isso deu-me à-vontade para abrir um ateliê dedicado à cerâmica, em 2016.” Hoje, contam-se entre os seus clientes alguns dos mais conceituados restaurantes portugueses e estrangeiros.

O negócio cresceu e o espaço ficou pequeno para tanto movimento. Agora tem um ateliê de produção, onde faz as peças que vende. Na porta ao lado, abriu uma loja para receber clientes. Num prédio mais à frente, na mesma rua, criou um espaço para *workshops* e residências - passam já 200 alunos e ceramistas por mês no ateliê.

Cécile diz que foi um crescimento orgânico, sem plano de negócios, na base de ir colmatando as necessidades. E tudo começou com um *crowdfunding* para comprar um forno.

FOTOGRAFIA MANUEL MANSO

DOS FATOS DE BANHO

À CERÂMICA

**MARIANA
CABRAL**

**“NÃO SOU MUITO
GENTIL COM OS
MEUS FRACASSOS”**



ENTREVISTA
RITA NABEIRO
FOTOGRAFIA
ENRIC VIVES-RUBIO

PARA MARIANA CABRAL, MAIS CONHECIDA COMO BUMBA NA FOFINHA, TUDO COMEÇOU NA BLOGOSFERA. SEGUIRAM-SE VÍDEOS NO YOUTUBE, DOIS PODCASTS, MILHÕES DE VISUALIZAÇÕES, UM GLOBO DE OURO, TELEVISÃO E UM ESPETÁCULO DE STAND-UP A SOLO, “SUAR DO BIGODE”, QUE ESGOTOU AS SALAS POR ONDE PASSOU. UMA DAS VOZES DE MAIOR SUCESSO NO HUMOR EM PORTUGAL ESTREIA AGORA UMA NOVA TEMPORADA DE RESET, O PODCAST PATROCINADO PELA DELTA Q, EM QUE FIGURAS PÚBLICAS FALAM DOS SEUS FALHANÇOS E VULNERABILIDADES.



E ncontrei os primeiros posts do *Bumba na Fofinha*, de novembro de 2011. Neles escreveste que o blogue “surge com um só propósito nobre: o de me desintoxicar do mau humor matinal”. Foi uma boa terapia? Foi, super. Quando comecei o blogue trabalhava na Cisco, uma empresa de routers – que até hoje não sei o que são, confesso. O mau humor matinal vinha de não estar muito feliz naquele trabalho. O blogue surgiu como um escapismo, algo que fazia durante a hora de expediente. Funcionou porque me sentia muito feliz a escrever. Foi quando percebi que, se calhar, estava na carreira errada.

Porquê Bumba na Fofinha como nome?

Bumba na Fofinha foi uma expressão que ouvi de um amigo meu, assim muito *en passant*, para quando queremos dizer “Olé!”, quando temos razão. Longe estaria eu de saber que teria de justificar isto tantas vezes. Não é um nome que se explica facilmente. O trabalho de uma vida é tentar limpá-lo e mostrar que não precisa de ser bardajão.

Passava-te pela cabeça que pudesse explodir como aconteceu?

Jamais. Senão não tinha escolhido este nome, que parece de filme porno de terceira, não é? [Ri-se.]

As coisas foram-me sempre acontecendo.

De repente, ter 100 pessoas a ler o meu blogue já era completamente fora, era uma escala que me fazia pensar: “Ah, 100 pessoas não cabem na minha casa.” O alcance que fui atingindo foi uma espécie de escadinha de estupefação. Até aceitar que isto podia ser a minha vida, demorei muito tempo. Achei que era uma coisa passageira, que se calhar não ia resultar. Ainda hoje tenho um respeito enorme, por ser a coisa volátil que é, o privilégio que é.

Como foi começares a ter noção do teu alcance?

Tive dois momentos impactantes. Um foi quando, em relação à audiência do primeiro vídeo que fiz, o meu namorado me disse: “São três estádios do Benfica cheios que te viram.” Que pânico! Pensei: “Não é possível tanta gente. Porquê?” Como sempre tive de me esforçar muito nos meus trabalhos, fazer uma coisa que era tão natural para mim era mesmo indecifrável. Como é que era possível? Mais tarde, tive outro momento, no NOS Alive,

depois de ter feito os primeiros vídeos com grande alcance, em que, de repente, não podia dar dois passos. Foi chocante, esse primeiro encontro saloio com a fama. [Ri-se.]

Lidas bem com isso? Todos temos dias...

É verdade, não vou armar-me – às vezes só queria estar. Mas as pessoas são muito civilizadas. O único problema é quando estão embriagadas: mas quando elas estão, eu também estou, normalmente, portanto a coisa flui. [Ri-se.] E como normalmente são superdelicadas, gosto muito de as conhecer. O digital tem isto: é pouco carne e osso. Só agora, no *stand-up*, é que me vi a trabalhar frente a frente com o meu público. É completamente diferente. O meu percurso foi inverso: comecei no digital. O meu barómetro de afeto, vamos chamar-lhe assim, era digital. Se os vídeos fossem partilhados, era sinal de que tinha acertado na escolha e na abordagem do tema. Como trabalhei em publicidade antes, quando profissionalizei a Bumba, procurei olhar assim para as coisas. Comecei a pensar numa fórmula que fizesse sentido, que fosse a minha linguagem, mas que fosse o mais *relatable* possível. O sucesso não é bem pela quantidade de *likes*; é perceber que a mensagem passou e que as pessoas sentiram e se identificaram, que aquilo bateu lá no nervinho.

Como é que escolhes os temas? Em que é que te inspiras?

As ideias surgem, normalmente, quando não estou a procurá-las. Há uma parte muito grande do meu trabalho que é viver. Há uma *chip* que se tem sempre, mas é em jantares com amigas, é em eventos familiares, é em idas à praia, que uma pessoa faz a observação não-participante da vida humana. As minhas amigas são uma grande fonte de inspiração porque são muito diferentes entre elas e trazem-me sempre histórias e pontos de vista que me fazem pensar.

Hoje há um tema principal? Talvez a maternidade?

Sim. Isso também acompanhou a Bumba na Fofinha. Há dez anos, os meus grupos de amigas falavam de outras coisas completamente diferentes – se calhar mais de dramas femininos, de sexualidade, de engates, de tiros ao lado, de *awkwardness*, coisas que nos fazem sofrer, como a depilação a *laser* na virilha cavada. Eram coisas que vinham de

um sítio tão universal, tão fervoroso, que eu pensava: “Somos só nós aqui. Isto tem de ser falado.” Acho que foi pôr em comum as nossas dores muito femininas. Isso em Portugal ainda não tinha sido feito assim.

Eras tu que fazias tudo no início, certo?

No início e agora, Rita, continuo a ser eu.

És uma *one woman show*? Para os espetáculos de *stand-up* tenho uma produtora, uma equipa técnica. Na verdade, a *one woman show* foi como eu surgi. Aprendi a fazer tudo, mas não é um requisito meu, foi por sobrevivência.

Ou seja, se amanhã passares esse trabalho a alguém, sabes o que queres e como o fazer.

Nos trabalhos criativos, quando é um produto da nossa cabeça... É difícil delegar.

Mas a dada altura, para teres espaço para fazeres outras coisas...

Estás a tocar num nervo... Sinto que estás no sofá da minha psicoterapeuta. “Às vezes tens de delegar, Mariana. Não é bom fazer tudo sozinha.”

O *stand-up* é para manter ou foi uma experiência?

Adorei, foi uma experiência inacreditável para mim. Mas foi também a primeira vez que o fiz e foi hipersofrido. Tinha muito medo de fazer *stand-up* e achava que era tipo bailarina. “Se não estou a fazer *stand-up* desde os vintes, como é que vou entrar agora aos 35? Já existe expectativa...” E sempre tive medo do palco. Na altura, fui a Nova Iorque e fiz alguns *workshops* para, fora do ambiente português, ser só eu, mais uma e pior do que toda a gente, entre aspas. Estava numa tábua rasa de igualdade, ótima para aprender.

Porque achas que tiveste tanto sucesso no *stand-up*?

Fiquei mesmo orgulhosa, foram nove Coliseus em Lisboa e três no Porto, foi uma estupidez, eu já nem queria saber. Eles diziam: “Olha, vamos abrir mais uma, que isto esgotou em três minutos.” Eu estava a passar mal! Uma pessoa esgota e depois tem de os fazer, não é? Pânico total. Foram meses de trabalho árduo, mas também de perceber: “Está tudo bem.” Eu fiz a primeira parte da *tour* grávida e acho que isso também me ajudou. Só pensava que estava a intoxicar a minha filha com cortisol

– por isso é que ela é o que é agora. Como estava grávida, estava com uma espécie de capa de proteção, tudo fluiu mais facilmente. Sou muito crítica com os meus projetos e mesmo quando as coisas têm um sucesso enorme, acho sempre que podiam ser melhores. Vejo uma entrevista do Reset e penso: “Estou sempre a interromper, que chata.” E não é isso que as pessoas veem. Tenho um olho muito negativo para o meu trabalho – coisa que eu acho que era bom mudar, porque nem sempre é construtivo.

Tu dizes isso. “Sou a minha própria chefe e reclamo muito comigo.” É verdade... Apregoo o falhanço, mas parece que é só para os outros, porque não sou muito gentil com os meus fracassos. Não me permito muito.

Foi por isso que fizeste o Reset, que explora esse lado do falhanço?

O Reset surge de eu ser perfeccionista e muito pouco gentil com as minhas falhas. Por isso, gostava de ouvir as pessoas que eu admiro contarem como reagem às suas. Gosto de ver outras maneiras de encaixar esses fracassos e o que se considera, ou não, um fracasso.

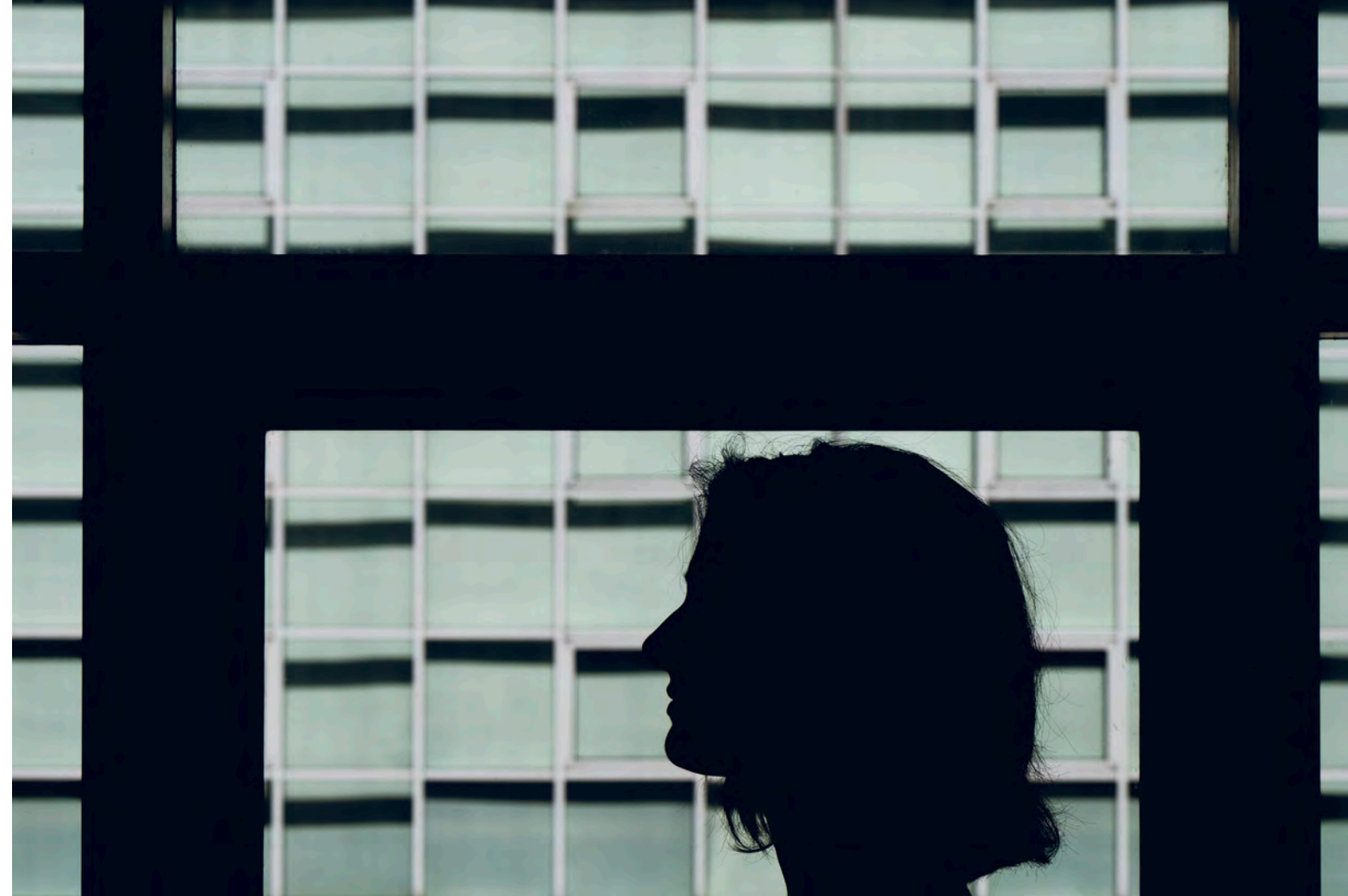
Isso ajudou-te?

Muito. Estou a adorar. E acho que nunca tive um *feedback* tão de ir ao coração.

O perfeccionismo não te bloqueia, pois não?

Demoro mais a atirar-me para as coisas. Não sou aquela pessoa estouvada, “bora lá”. Quanto tempo passou entre querer fazer *stand-up* e fazê-lo? Fui a Nova Iorque, entendes? Tenho de investigar bastante, ler sobre o assunto e sentir-me um bocadinho mais em controlo. Sentir que não estou completamente aos papéis. Atiro-me de cabeça, mas tenho um arnês. Há pessoas muito mais corajosas do que eu nesse aspeto. Para mim é sempre “não”, até sentir que domino. E depois vou, e sei que há muita coragem em fazer uma porrada de coliseus, mas até lá houve um caminho de construção.

Quem é que te faz rir? Os meus irmãos. Sou a mais nova de quatro. Sempre nos rimos muito em família, eles são muito *goofies*. Não era, de todo, a mais engraçada da minha família. É uma família muito barulhenta, de imitações



“ATÉ ACEITAR QUE ISTO PODIA SER A MINHA VIDA, DEMOREI MUITO TEMPO. ACHEI QUE ERA UMA COISA PASSAGEIRA. AINDA HOJE TENHO UM RESPEITO ENORME, POR SER A COISA VOLÁTIL QUE É, O PRIVILÉGIO QUE É.”

**“ISTO É UMA REVOLUÇÃO.
DE SERMOS MAIS VOCAIS,
DE DEIXARMOS DE ESTAR NA
SOMBRA A PASSAR PÓS-PARTOS,
SOLIDÕES, DESIGUALDADES –
JÁ CHEGA, JÁ NÃO ESTAMOS
PARA ISSO. ISSO É TÃO BOM.”**



MARIANA CABRAL COM A HUMORISTA
JOANA MARQUES, SUA AMIGA DE INFÂNCIA,
DURANTE A GRAVAÇÃO DE UM EPISÓDIO DO RESET.



“SABES AQUELA COISA DE SÓ USARMOS 10% DO CÉREBRO? ACHO QUE COM A MATERNIDADE É IGUAL: ATÉ ALI USAMOS SÓ 10% DAS EMOÇÕES E A MATERNIDADE FAZ-NOS AMPLIAR – PARA O BEM E PARA O MAL – ESSAS EMOÇÕES. O AMOR É INCRÍVEL, O DESGASTE E A EXASPERAÇÃO SÃO INACREDITÁVEIS, É TUDO VEZES MIL.”

e de vezes, então cresci nesse ambiente. Acho que não sou naturalmente uma pessoa muito extrovertida, mas como tinha de sobreviver, como tinha de chamar a atenção, acabei por me tornar mais espampanante.

Com que idade? Não sei bem. No meu grupo de amigas, por exemplo, estava também a Joana Marques. Éramos as melhores amigas, ela era mais descritiva e eu mais performativa. Talvez por contraste, nunca me achei a mais engraçada. As minhas amigas têm muita piada, rio-me muito com elas. Portanto, os meus irmãos e as minhas amigas são claramente fontes de diversão. O meu namorado também tem muita piada, tem um humor especial. Faz-me rir muito. Tinha de ser, estamos juntos há 14 anos: se ele não me fizesse rir, meu Deus.

Sentes que a maternidade te mudou? Não me mudou estruturalmente. Expandiu-me, talvez. As minhas emoções expandiram. Sabes aquela coisa de só usarmos 10% do cérebro? Acho que com a maternidade é igual: até ali usamos só 10% das emoções e a maternidade faz-nos ampliar – para o bem e para o mal – essas emoções. O amor é incrível, o desgaste e a exasperação são inacreditáveis, é tudo vezes mil. Isso é muito interessante, conhecermo-nos nesses ambientes, porque descobrimos que há mais. É engraçado, não me mudou na perspetiva de me sentir mais mulher, mais madura: não, eu continuo a ser o mesmo Peter Pan. Mas agora tenho uma criança a meu cargo, o que é surreal.

Escreveste isto depois de nascer a tua pequenina: “De alguém com o vício de longa data de não se deixar ajudar em nada, acreditem no que vos digo: quando arriscamos precisar dos outros e eles estão lá para nós, há algo que muda na vida, e sempre para melhor.” Nesse *post* estava a falar da equipa de enfermagem [no hospital onde foi mãe]. Isto de aprender a fazer tudo sozinha... Eu sou a mais nova de quatro irmãos, brinquei muito sozinha, aprendi a ser autossuficiente nas minhas brincadeiras, na minha imaginação, formei-me assim, em autogestão a comer picaças. Com uma determinada idade senti: “já não dá”. Quer dizer, dar dá, mas fica-se chalupa. Se não arranjarmos ajuda, se não tivermos um bocadinho de apoio e de sororidade, é mesmo

grave, há mesmo consequências. Pedir ajuda é um exercício de humildade muito *eye-opening*. Agora tenho a Clara e conto com o meu namorado – é o pai dela, é 50% da vida dela. Claro que não estou a falar de uma divisão de tarefas à fita métrica, até porque há aptidões: ele tem jeito para umas coisas, eu para outras. É possível. Há muita desconstrução para fazer, mas é possível nós contarmos com as pessoas e elas estarem lá. Nós, mulheres, não precisamos de fazer tudo sozinhas. Se queremos ajuda e igualdade, agora também temos de abrir espaço para a rede assumir o seu lugar. Isto é uma revolução. Pouco a pouco, é uma revolução de que eu gosto de fazer microscopicamente parte, falando nas dores do quotidiano. De sermos mais vocais, de deixarmos de estar na sombra a passar pós-partos, solidões, desigualdades – já chega, já não estamos para isso. Isso é tão bom. Já não há saco para estarmos sempre numa posição de desvantagem. Fazer parte dessa mudança, da maneira que sei, é uma responsabilidade minha. Não é a minha função, mas podendo, é bom ser uma consequência daquilo que faço.

Tens medo de perder a graça? Não é bem perder a graça, é... Será que se acaba este fusível? Será que vou ter sempre coisas para dizer? Porque há vezes em que não tenho. Neste momento tenho esse privilégio: posso escolher não estar no ar, não tenho de estar sempre a dizer coisas. Mas isso é agora. Tenho muito medo. Por isso é que estou obcecada em fazer as coisas bem, porque gostava muito que este trabalho durasse para sempre.

Como é que geres isso relativamente às marcas com que trabalhas? Sempre fui muito seletiva. É a minha maneira de trabalhar. Gosto de fazer publicidade pensada de raiz. Nada contra pôr um Compal de tomate nas maminhas, percebes? Está tudo OK, eu é que não sou essa pessoa. Procuo marcas que venham ter ao meu *habitat* e não o contrário. No fundo são projetos meus para os quais trago as marcas. É um privilégio fazer isso.

Já disseste muitos não, certamente. Os *sins* que digo são para aí 1%. Há muitas marcas interessadas, mas, na maioria, elas também não querem aquilo que eu tenho para oferecer, querem uma coisa muito mais *in your face*,

muito mais *hard seller*, o *beauty shot* do produto a ser servido. “Nós queremos que façam um tutorial a mostrar não sei o quê e 25 *stories* a lamber o produto.” Não tem mal, mas não é a minha cena. Eu sei lamber, Rita. Agora isolem esta frase e tirem-na de contexto: eu sei lamber, vírgula, Rita... Mas não quero. No fundo é isto. Às vezes digo isto e parece que é com soberba, mas não tenho nada contra quem o faz. Tenho pena que às vezes se faça má publicidade no Instagram, porque tira dignidade à indústria. Há malta que podia pensar numa coisa gira, esforçar-se um bocadinho.

É difícil trabalhar sozinha? És metódica? Sou muito castigadora comigo. Acho que tenho falta de método, mas o facto de achar isso faz com que acabe por ter. Sou uma procrastinadora. Estou até à última a sofrer, porque nunca trabalho com muita antecedência.

É mais sob pressão? Sob pressão máxima. Mas a pressão também somos nós que a impomos: a minha é sempre sensata, tenho sempre as coisas prontas e tenho brio de as entregar a tempo. Mas o processo até lá às vezes é um chavascal. Às vezes vou fazer coisas periféricas... Quando tens de enfrentar uma página em branco e não queres, porque tens de te confrontar com as tuas inseguranças. Sei que há muitos momentos em que estou a fugir de mim própria e da sensação desconfortável de começar uma coisa do zero. Por um lado, tenho imensa ambição e acho que consigo fazer tudo, se quiser; por outro, sou muito insegura e tenho de me gerir. Mas há no desconforto uma boa pista. Quando percebo que estou a ir para fora de pé, é desconfortável mas eu sinto que tenho de ir atrás disso. Antes de começar a fazer *stand-up*, a ideia era desconfortável ao máximo. E se pensares no conceito, é um bocado psicopata: estás ali a pedir amor. “E agora gostam de mim, com esta piada? E agora, gostam da mãe? E desta, gostam?” É a procura de *feedback* e validação de cinco em cinco segundos. Isto é chalupa, se formos pensar nisso. Imagina um ego frágil - que são praticamente todos os dos humoristas - a ir procurar isto.

São egos frágeis? Acho que sim, são egos grandes e frágeis. São grandes, mas há muito entulho. É tipo aquelas lixeiras em Bombaim.

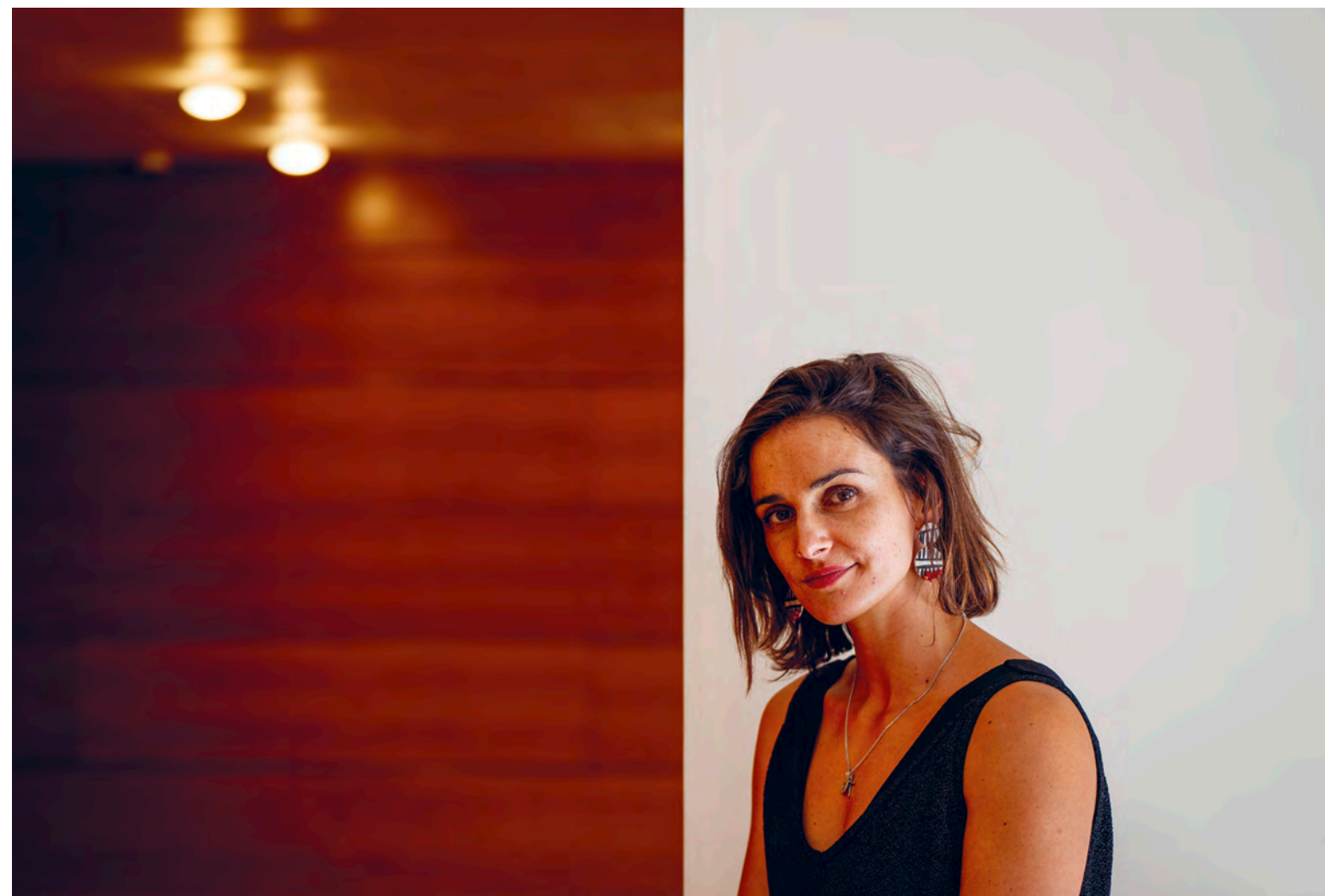
Os que tenho conhecido são pessoas tímidas. E parece que as pessoas esperam que eles sejam diferentes, que façam sempre uma piada... Há essa expectativa? Há e eu entrego, sabes? Isso às vezes cansa-me um bocado. Como sei que as pessoas esperam, ainda dou por mim em contextos sociais a achar que tenho que, e às vezes não tenho. Tenho só de aceitar que se calhar vou desiludir algumas pessoas.

É com a personagem que eles têm mais contacto. Não é uma personagem, é uma extensão minha, mas em esteroides - coisa que eu não sou, a maior parte do tempo. Com a maternidade noto que tenho muito menos energia, então tenho mesmo de escolher os eventos sociais a que vou. Estou mais fechada no meu grupo de amigas e onde eu me sinto em casa, em vez de ir a sítios com pessoas novas - e isto é pena também -, onde sinto que esperam que eu vá “performar”. E às vezes as pessoas nem esperam, sou eu que acho que sim.

Qual é o teu maior fracasso? Tenho muitos, deixa-me pensar. Não posso chamar a isto fracasso, mas acho que é um bom exemplo. Aos 17 anos andei muito tempo perdida, sem saber o que queria fazer. Achava que não tinha um talento óbvio para nada. Concorri ao Conservatório de Teatro, cheguei à última fase, pediram para ensaiar um monólogo e eu tive uma megabranca. É daqueles momentos em que a vida bifurca: podia ir para teatro aos 17 anos e ia direta para a área em que eu acabei por desaguar, mas o que eu fiz foi [gestos em diferentes direções] isto.

Se calhar foram essas experiências todas que tiveste pelo caminho... Ora bem. Eu fui dar 500 voltas labirínticas ao bilhar grande até chegar aonde estou. Mas nunca chegaria a esta função, a esta maneira de trabalhar com marcas, com tudo, se não tivesse passado pela publicidade. Isto é uma boa lição para malta que está em idades em que acha que já tem de ter tudo resolvido. Eu só mudei para uma área mais a ver comigo aos 30 anos. Não é suposto termos as respostas todas aos 17. Acho que é uma boa mensagem para deixar.

“NÓS, MULHERES, NÃO PRECISAMOS DE FAZER TUDO SOZINHAS. SE QUEREMOS AJUDA E IGUALDADE, TAMBÉM TEMOS DE ABRIR ESPAÇO PARA A REDE ASSUMIR O SEU LUGAR.”



EM 2015, O GRUPO CHIMARRÃO ADQUIRIU A PASTELARIA MEXICANA E APLICOU-LHE UMA CONHECIDA REGRA DE BOA GESTÃO: “EM EQUIPA QUE GANHA, NÃO SE MEXE”. POIS VOLVIDOS OITO ANOS, CONTINUAM A SAIR DUCHESES, BABÁS E GARIBALDIS. OS PERIQUITOS SEGUEM A CANTAROLAR NO SALÃO. E A ESPLANADA MANTÉM-SE UM PORTO DE ABRIGO ENTRE A AZÁFAMA DA PRAÇA DE LONDRES E DA AVENIDA GUERRA JUNQUEIRO. ESTÁ TUDO COMO SEMPRE, SÓ QUE MELHOR.

PASTELARIA MEXICANA

CAFÉ COM HISTÓRIA



UM MARCO

Fundada em 1946, a Mexicana foi, nos primeiros tempos, um importante ponto de encontro de artistas do surrealismo e neorrealismo português. Era também frequentado por arquitetos, como Jorge Ferreira Chaves, que tinha o seu ateliê ali perto e que em 1962 faria o projeto de reconversão da pastelaria, hoje considerado um marco na arquitetura moderna em Portugal.

OS PERIQUITOS DA MEXICANA

Ao lado do painel de Querubim Lapa persiste uma enorme gaiola a que se convencionou chamar passarinheiro. O espaço, com cerca de três metros quadrados e uma árvore dentro, abriga à volta de 20 periquitos. É assim desde sempre, com o chilrear e cantarolar dos passarinhos a proporcionar uma banda sonora especial aos fregueses.

QUERUBIM LAPA

O painel de cerâmica em baixo-relevo “Sol Ardente da Mexicana”, do artista Querubim Lapa (1925-2016), é desde 1961 uma das imagens de marca da pastelaria. E assim continua, mesmo após as mais recentes obras de renovação do espaço, de 2015. O painel está na sala do fundo, entretanto convertida em espaço de refeições.

TEXTO: MARKUS ALMEIDA. FOTOGRAFIA: GONÇALO F. SANTOS

MONUMENTAL

Em 2014, a Mexicana foi considerada monumento de interesse público, devido “ao génio do respetivo criador, ao seu valor estético, técnico e material intrínseco, à sua conceção arquitetónica e urbanística, e à sua extensão e ao que nela se reflete o ponto de vista da memória coletiva”. Acrescentava o parecer que a pastelaria traduzia “exemplarmente a adaptação das linguagens internacionais e do organicismo típico da década de 1960 numa verdadeira obra total”.

NA HORA DO CHÁ

É verdade que pode não ser fácil conseguir mesa na esplanada na hora do chá. Ainda bem, então, que o horário de funcionamento começa todos os dias às 7h e se estende até às 22h. Conseguindo lugar, é obrigatório provar os doces tradicionais que acompanham a história quase octogenária da Pastelaria Mexicana. “São os ducheses recheados, os garibaldis e os babás”, diz Luís Condeço, o orgulhoso gerente.

MUSEU VIVO

As mesas e cadeiras da Pastelaria Mexicana ainda são as mesmas trazidas para este projeto pelo arquiteto Jorge Ferreira Chaves, entre 1961 e 1962. Com assinatura do designer industrial José Espinho (1915-1973), as cadeiras são confortáveis, bonitas, e verdadeiras peças de museu: tanto que quatro estão no MUDE - Museu do Design e da Moda, em Lisboa.

NA



ROTA

DO



CONTRABANDO

DOIS PASSEIOS ORGANIZADOS REPRODUZEM COM FIDELIDADE OS ANTIGOS TRILHOS DOS CONTRABANDISTAS NA RAIA ALENTEJANA. A HOMENAGEM É UMA INICIATIVA DA ASSOCIAÇÃO GEDA.

TEXTO MARKUS ALMEIDA

FOTOGRAFIA ENRIC VIVES-RUBIO

PONTO DE PARTIDA
OUGUELA, CAMPO MAIOR

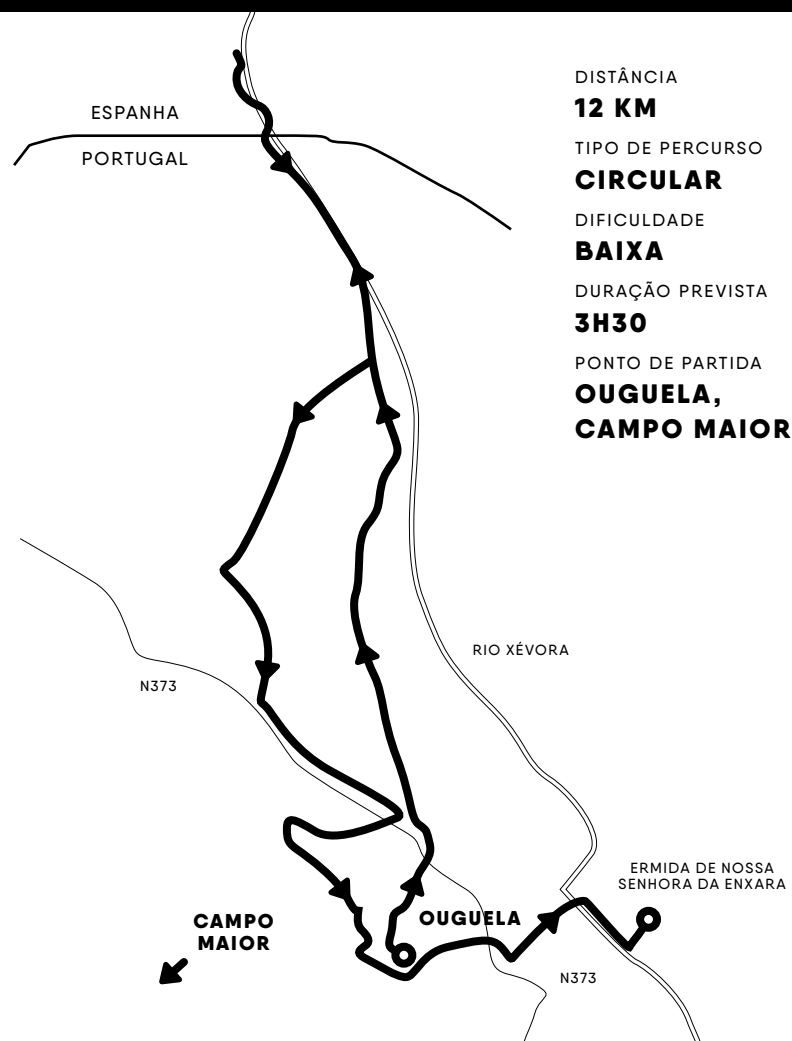
COMO CHEGAR
SIGA PELA N4 OU A6 ATÉ ELVAS E ENTRE NA N373 PARA CAMPO MAIOR; UMA VEZ LÁ, SIGA AS INDICAÇÕES PARA OUGUELA

CONSELHOS PRÁTICOS
ACONSELHA-SE ROUPA LEVE E CONFORTÁVEL ADAPTADA À ÉPOCA DO ANO. LEVE ÁGUA E UM LANCHE.

CONTACTO
268 689 378
WWW.GEDA.PT

1 TRILHO DO CONTRABANDO: "OS AVENTUREIROS DA RAIA"

Por caminhos velhos, atalhos, trilhos e por vezes a corta-mato, os contrabandistas levavam as mercadorias às costas durante horas a fio. Para homenagear aqueles a quem chama "aventureiros da Raia", Carlos Pepê sugere uma rota que começa e termina em Ouguela. Nalguns troços, o percurso confunde-se com a própria linha da fronteira, atravessada pelo rio Xêvora. Partindo da aldeia, passamos pela ribeira de Abrilongo e seguimos rumo ao Moinho dos Riscos, que fica no exato ponto em que o rio Xêvora cruza a linha de fronteira – que até está marcada na fachada do moinho, dividindo-o ao meio. Uma porta dá para Portugal, outra para Espanha. "O moleiro apanhava o café de um lado e passava-o para outro. A Guarda nada podia fazer porque o próprio moinho marcava a fronteira." Descemos o rio e passamos pelo Pego das Canas a caminho de uma zona de estepe na raia, local privilegiado de observação da garça, do sisão, do grifo, do abutre negro, da abetarda e do grou. Seguimos agora pela ponte da ribeira de Abrilongo e visitamos a Capela de Nossa Senhora da Enxara. Já só falta a subida a Ouguela para terminar o percurso.



DISTÂNCIA
12 KM

TIPO DE PERCURSO
CIRCULAR

DIFICULDADE
BAIXA

DURAÇÃO PREVISTA
3H30

PONTO DE PARTIDA
OUGUELA, CAMPO MAIOR



PARA os contrabandistas de Campo Maior não existiam fronteiras. Pela calada da noite lá iam eles, percorrendo os caminhos mais escuros, no emaranhado das silvas e dos choupos, atravessando até ribeiras e rios onde o caudal fosse menos fundo. "Muitos destes homens ainda estão vivos e têm um sem-fim de histórias incríveis para contar", diz Carlos Pepê, dirigente da associação GEDA - Grupo de Ecologia e Desportos de Aventura, que tem feito por reavivar a memória dessa época organizando eventos desportivos e caminhadas pelas antigas rotas do contrabando.

"Eles nunca percorriam os caminhos normais, iam sempre a direito. As passagens eram feitas em diferentes zonas da ribeira", diz Carlos Pepê, num miradouro em Ouguela com vista para a planície. Era desta aldeia, a 10 quilómetros de Campo Maior, que os contrabandistas partiam mal a noite se pusesse. "Aquele pinhal ali? Já é Espanha. Aí atrás daquela charca também", aponta.

A fronteira está apenas a três quilómetros, o que pode ser confirmado pelas SMS das operadoras a informar dos tarifários de *roaming*. "Ali ao fundo, entre as árvores, havia um controlo fronteiriço espanhol, e nós tínhamos o nosso aqui em baixo. Os contrabandistas tentavam passar por essa zona sem serem apanhados. O trabalho era feito a cavalo e a pé, de noite.



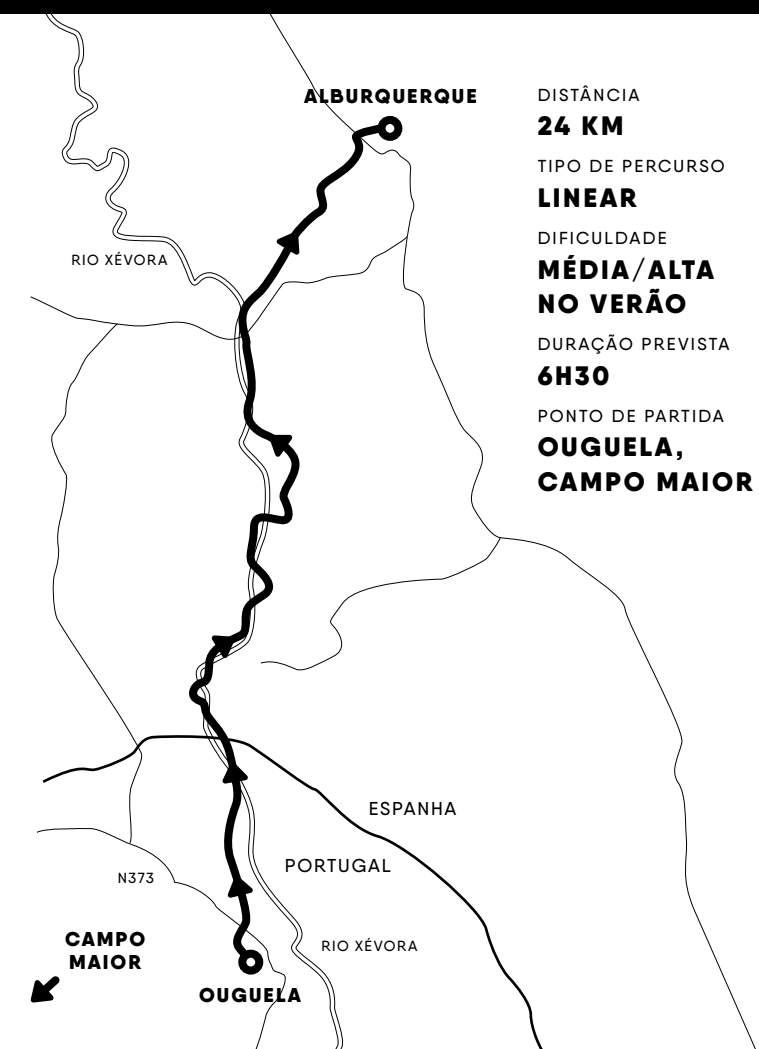


Era muito difícil apanhá-los. Conheciam todos os trilhos que lhes permitiam atravessar a fronteira incólumes.”

Já os passeios organizados por Carlos Pepê – que além de dirigir a GEDA, cujo propósito é promover a “ligação harmoniosa entre Homem e Natureza”, é ainda professor e coordenador pedagógico no Centro Educativo Alice Nabeiro – são feitos à luz do dia, sem outra carga às costas que não as das mochilas que levam a água e o lanche. Este pedestrianismo visa honrar o legado cultural e histórico do contrabando na região da forma mais saudável e ecológica possível: através de dois percursos que podem ser realizados a pé ou de BTT, mas sempre em grupo e com o apoio da associação.

2 “ROTA DOS CONTRABANDISTAS”

De acordo com relatos de antigos contrabandistas de café, este percurso reproduz com fidelidade os antigos trilhos que levavam os contrabandistas até à vila espanhola de Albuquerque. Deixando a aldeia de Ouguela para trás, entramos em Espanha pela planície depois de cruzar o rio Xévorá. É um percurso linear que nos leva pela zona de fronteira, por montes alentejanos e *cortijos extremeños*, a descobrir histórias do contrabando narradas por Carlos Pepê, que as conhece todas, e a compreender melhor a relação transfronteiriça de então entre as populações. Os quase 24 quilómetros do traçado atravessam uma paisagem de transição entre a planície alentejana e a serra de São Mamede (que se prolonga para Albuquerque). Uma paisagem de contrastes em muitos pontos marcada pelo rio, como no Moinho dos Riscos, atravessado pela fronteira. Já no lado espanhol, a Capela de Nossa Senhora de Carrion, de grande valor patrimonial, merece uma paragem antes da chegada a Albuquerque. Do alto das suas muralhas vemos o caminho realizado nas últimas horas, e descansamos finalmente. O regresso faz-se na carrinha da GEDA.



SABIA QUE O CENTRO DE CIÊNCIA DO CAFÉ, EM CAMPO MAIOR,
TEM A MAIOR COLEÇÃO DE MOINHOS DO PAÍS?

1 7 7

FORMAS

D E

M O E R



CAFÉ

TEXTO MARKUS ALMEIDA

FOTOGRAFIA GONÇALO F. SANTOS

AQUI HÁ-OS de todo o género e feito: marroquinos, turcos, alemães, franceses, italianos, holandeses, elétricos, manuais com manivela horizontal, outros com manivela vertical, e até do estilo D. Maria II. A coleção de moinhos de café do Centro de Ciência do Café conta já com 177 exemplares de diferentes períodos e origens, muitos dos quais da marca Peugeot. Essa mesma, a dos automóveis. “Porque antes de fazer carros”, começa por explicar a museóloga Cristina Gameiro, “a Peugeot fabricava máquinas de costura e moinhos de café”.

Uma parte significativa do acervo do Centro de Ciência do Café - que procura divulgar a cultura do café e espalhar o conhecimento - tem origem numa pesquisa exaustiva que o Grupo Nabeiro foi fazendo, através da qual foi possível adquirir muitos dos objetos em exposição. “Alguns, uma minoria, foram oferecidos”, acrescenta Cristina.

A constituição da coleção precede a inauguração do Centro, em 2014. Precede até a do Museu do Café, inaugurado em finais de 1994, embora peças adquiridas em anos mais recentes integrem também a coleção, que tem sido construída ao longo do tempo. “Quando o Senhor Comendador começou a idealizar o museu, não era só o seu acervo e o da Delta Cafés que ele tinha em mente. Também pensou em adquirir outro tipo de objetos e peças, de modo a enriquecer o espaço.” Como, por exemplo, 177 moinhos de café.

Nas próximas páginas desvendamos 12 moinhos da coleção, cada um mais diferente do outro. Os restantes 165 estão em exposição permanente no Centro, que pode ser visitado todos os dias das 10h às 18h (sábado e domingo só até às 14h).



Eis o tradicional moinho de café turco, em latão. Este tipo de moinho é conhecido por moer os grãos muito finos, até ficarem quase em pó, qualidade essencial para fazer o famoso café turco, com as borras a repousarem no fundo do copo.



Este moinho manual para uso doméstico foi fabricado na antiga República Democrática Alemã, crê-se que nas décadas de 1960 ou 70. A manivela tem movimento horizontal. O topo, em madeira e metal, é de encaixe. O plástico no corpo lembra mármore e na frente lê-se o nome da marca: GESKA Stahlmahlwerk.

© ELÉTRICO

Ao contrário da maioria dos moinhos presentes no Centro de Ciência do Café, este é elétrico e destinava-se ao uso comercial. Tinha até nove graus de moagem e era da marca Eisenwerk Milspe Gmbr, que hoje se chama ESM Ennepetaler Schneid und Mähtechnik GmbH & Co., e produz ferramentas de jardinagem e paisagismo.



© VERTICAL

Moinho manual com manivela em movimento vertical, construído em madeira e ferro, provavelmente no século XIX, que servia para moer café e picar cereais. Não havia nenhum depósito na base, como acontece em moinhos menos antigos. Por isso, colocava-se um recipiente por baixo.



© MARROQUINO

44

Eram moinhos iguais a este que as tribos nômadas do sul de Marrocos usavam nas suas travessias do deserto do Saara. Era feito à mão, em madeira esculpida e alguns apontamentos metálicos no exterior. O mecanismo, no interior, também é em metal e revela-se ao olhar depois de removido o depósito do café, no compartimento de baixo.



© ESTILO
D. MARIA

45

Moinho de café de latão maciço identificado como sendo do estilo D. Maria. A pega da manivela, que se movimenta na horizontal, é em madeira. Três das quatro faces apresentam desenhos em relevo de uma Margarida. Na quarta face encontra-se o puxador com o qual se remove a gaveta do depósito de café moído.



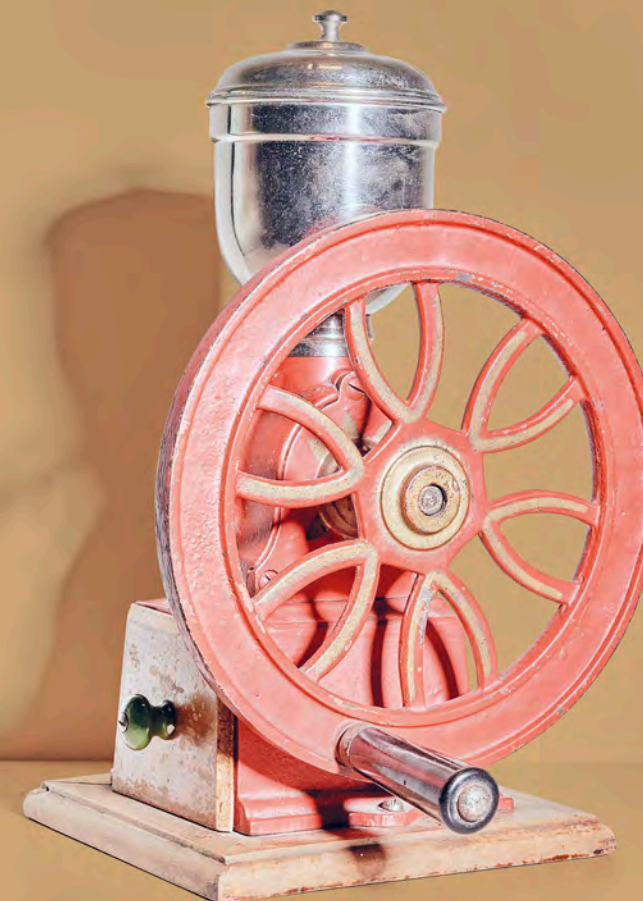
© GOLDENBERG

Raro exemplar de um moinho da marca Goldenberg, fabricado na Alemanha, provavelmente no século XIX. Esta antiguidade em ferro e madeira, com gaveta para depósito e movimento vertical, é um moinho de café manual de grande capacidade que se destinava ao uso doméstico.



© ESPANHOL

A ELMA foi uma empresa espanhola que fabricou moinhos de café apenas entre 1924, o seu ano de fundação, e a década de 1940, quando foi vendida. Por isso este moinho, em ferro e madeira, com uma roda de mão vermelha e movimento vertical manual, não só é bonito como constitui também um exemplar raro.





Este distingue-se dos vizinhos pelo pormenor em porcelana, no topo. Com origem neerlandesa, estima-se que do século XX, é um moinho de café manual para uso doméstico, em madeira e ferro, com um compartimento removível e manivela horizontal com movimento vertical.



Para uso doméstico, com depósito em gaveta e manivela com movimento horizontal, trata-se de um modelo único da Mouloux, marca francesa que teve vida breve nos meados do século XX. Este moinho de café, com design precursor do estilo industrial, é feito de alumínio fundido.

© ITALIANO

Moinho de café italiano em forma de esfera, produzido no início do século XX em ferro e latão. É composto por duas partes que se desenroscam do seguinte modo: segurando a base e girando o topo no sentido do relógio. O café entra por cima em grão e é recolhido na base depois de moído.



© PEUGEOT FRÈRES

A história da Peugeot começa no início do século XIX, a fabricar máquinas de costura e moinhos de café. Moinhos como este – com manivela de enroscar e fabricado com alumínio, madeira e porcelana – que nas décadas de 1950 e 1960, em França, rivalizavam em popularidade com a Mouloux.



EM LINHA COM O TAPETE

NOME
ELISABETE MOURATO

IDADE
42 ANOS

DENTRO DA DELTA
OPERADORA
DE CALL CENTER

A PRIMEIRA experiência no judo não deixou boas recordações. Aos cinco anos, Elisabete Mourato foi obrigada a experimentar a modalidade que o irmão mais velho já praticava, mas detestou cada segundo. Foi só bem mais tarde, aos 15 anos, que Elisabete decidiu dar uma segunda oportunidade à arte marcial japonesa e, em menos de nada, descobriu a paixão de uma vida.

Durante a adolescência, chegou a fazer um estágio para integrar a Seleção Nacional e a treinar com a campeã olímpica Telma Monteiro. Seguiram-se competições de judo um pouco pelo país e, de regresso a Campo Maior, Elisabete chegou a dar aulas às crianças da vila. Atualmente, o trabalho no *call center* e a vida familiar ocupam-lhe demasiado tempo para se dedicar ao desporto. “Mas estou a ver se regresso este ano ao tapete”, diz com um certo brilho nos olhos.

“Antes de qualquer outra coisa, sou judoca”, garante. Isto porque o judo, comumente associado apenas a combates, tem essencialmente que ver com disciplina, respeito pelo próximo e perseverança. “Levo ensinamentos do judo para todas as outras áreas da minha vida. Aprendi que, sempre que vais ao tapete, tens de te levantar ainda com mais força.”



TEXTOS: MARIANA ABREU GARCIA FOTOGRAFIA: MARIANA ALVAREZ CORTES



É ALVARDO COMO ÁGUA

A MARCA COM MAIS DE UM SÉCULO DE HISTÓRIA CHEGOU ÀS MÃOS DE NEGÓCIO,
DO GRUPO NABEIRO EM 2019, NUMA ESTREIA ABSOLUTA NESTA ÁREA DE NEGÓCIO,
PARA A EMPRESA DE CAMPO MAIOR. MAS MUITA ÁGUA HAVIA CORRIDO
DEBAIXO DESTA PONTE, OU MELHOR, DESTA MARCA.
CONHEÇAMO-LA.

TEXTO MARIANA ABREU GARCIA
FOTOGRAFIA MARIANA ALVAREZ CORTES



**DESDE 2019, O GRUPO
NABEIRO É SÓCIO
MAIORITÁRIO DA ALARDO.**

O **ACESSO** à Alardo faz-se pelas suas raízes: há que passar pelas estreitas ruas empedradas da aldeia de Castelo Novo, envolvida na majestosa serra da Gardunha, para lá chegar. Quem a vê como é hoje, rodeada de natureza mas cheia de maquinaria de ponta, dificilmente adivinharia que se trata de uma empresa com mais de um século de existência. Recapitulemos, então.

A NASCENTE DA HISTÓRIA

FOI EM 1916 que nasceu a Alardo, depois de Charles Lepierre - conceituado químico francês radicado em Portugal que se dedicou ao estudo das águas - identificar que aquela era uma água de características raras - hipossalina de reação ácida, com mineralização particularmente baixa. Foi a partir desse ano que começou a comercializar-se a água, em garrafas de vidro, e simultaneamente a construir-se o Hotel Termal do Alardo, em Castelo Novo, inaugurado cinco anos mais tarde, com o intuito de receber quem vinha tratar doenças hepáticas e diabéticas com estas águas medicinais.

Em 1942, a Alardo foi adquirida pela Sociedade de Água do Luso, que reduziu a sua produção a mínimos, evitando assim a concorrência que fazia à água do Luso. Entre as décadas de 1980 e 2000, a empresa passa de mão em mão, até ser adquirida em 2011 pelo Grupo WaterBunkers, sociedade proprietária de outras fábricas de água em Portugal. Desde então, é Paula Nascimento quem administra a fábrica - desde 2015, como detentora única, com a empresa Nascente Divina. Em 2019, ganhou no entanto um parceiro de peso: o Grupo Nabeiro, que passou a deter a maioria do capital da Alardo.

**DESDE 2015, A FÁBRICA
TEM VINDO A SER EQUIPADA
COM MAQUINARIA
AVANÇADA, COM O INTUITO
DE TORNAR A PRODUÇÃO
CADA VEZ MAIS EFICIENTE.**

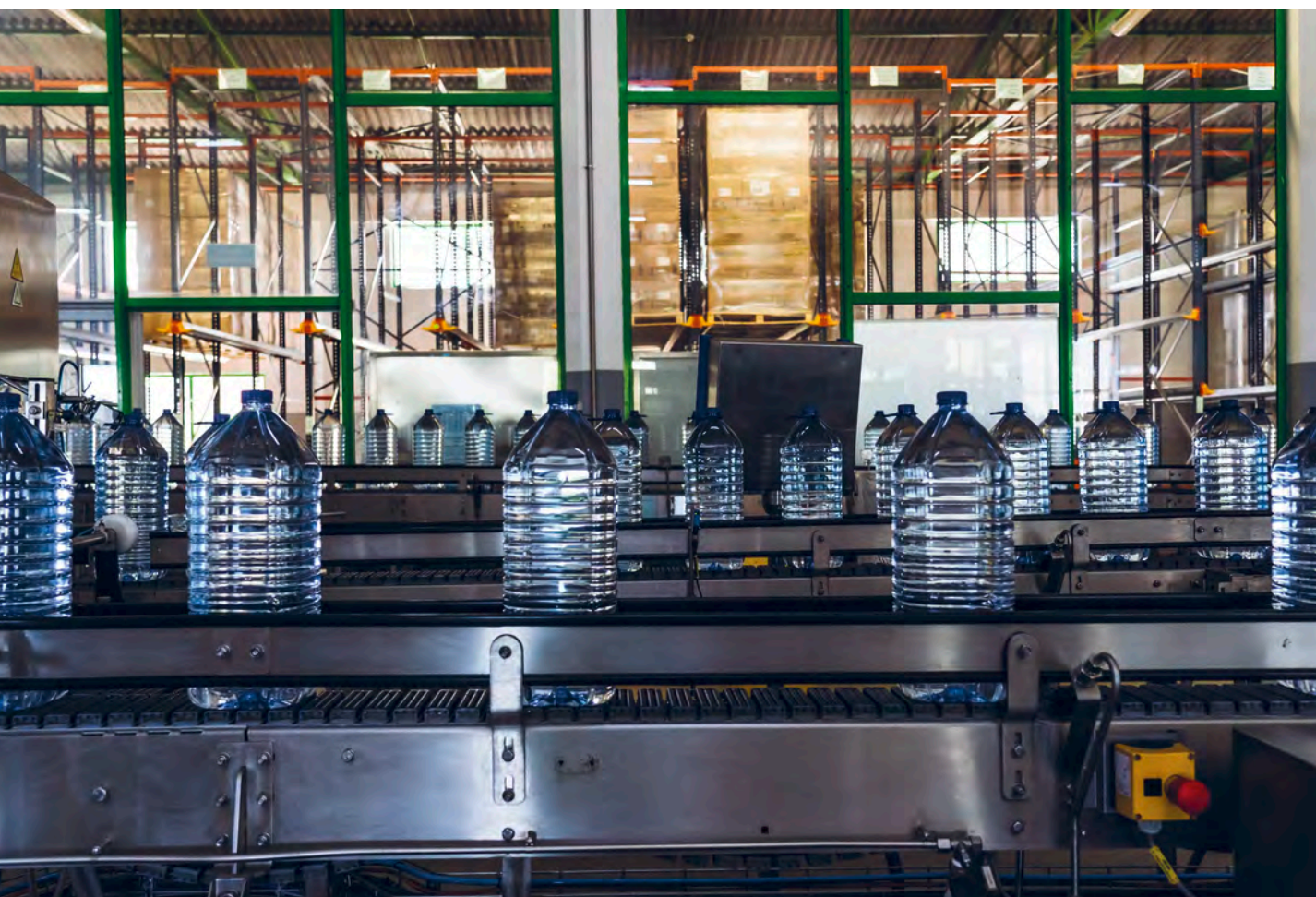
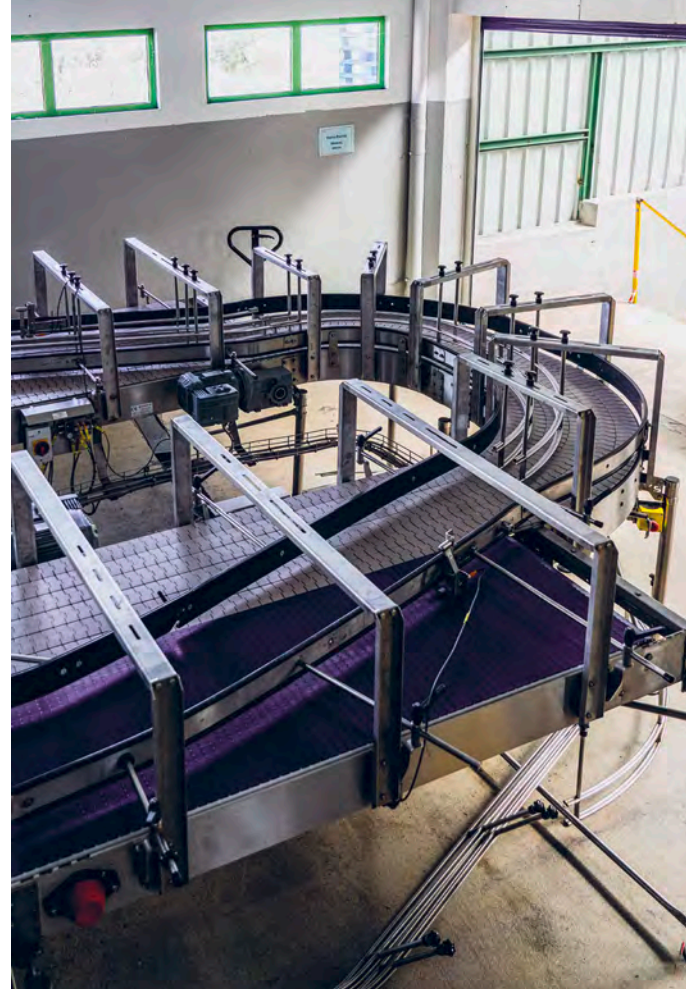


GRUPO NABEIRO COM SEDE

“DESDE 2015 que o meu propósito tem sido renovar a fábrica e recuperar a empresa, com novos edifícios e maquinaria de ponta”, explica Paula Nascimento, que se mantém como Administradora Delegada. Foi no início dessa fase de renovação que as longas conversas com a Delta se começaram a desenrolar. Água mole em pedra dura, tanto bate até que fura. “Tínhamos os mesmos valores e a mesma visão”, recorda. A parceria foi oficializada então em 2019.

Com o dia a dia da empresa nas mãos de Paula e a distribuição a cargo do Grupo Nabeiro, a Alardo passou a chegar a milhares de novos pontos de venda, de norte a sul do país. “Estávamos apenas nas grandes superfícies e neste momento estamos em dez mil pontos de venda. E mais virão.”

**AS ÁGUAS DO ALARDO
VENDERAM 78,3 MILHÕES
DE LITROS EM 2022.**



**A DELTA CAFÉS É RESPONSÁVEL
PELA DISTRIBUIÇÃO DAS ÁGUAS
DO ALARDO, QUE CHEGAM HOJE
A MAIS DE DEZ MIL PONTOS
DE VENDA DO CANAL HORECA.**





**AS ÁGUAS DO ALARDO
PRODUZEM 19 600 GARRAFÕES
E 175 MIL GARRAFAS POR DIA.**



EIS UMA FÁBRICA DE ÁGUA

A **ALARDO** nasce no interior da serra da Gardunha. É de lá que vem a água, que desce diretamente das cinco nascentes pelas tubagens construídas serra abaixo. Entra na sala de filtração da Alardo, onde os potentes motores não têm descanso: trabalham dia e noite, 365 dias por ano. Daí segue para a armazenagem, nos dois enormes depósitos, cada um com capacidade para 400 metros cúbicos.

Chegada à fábrica, a água passa por diferentes processos. Os 35 trabalhadores fabris têm de se vestir a rigor para simplesmente entrar na fábrica: usam bata, touca, tampões nos ouvidos e proteções para o calçado. “Para evitar o risco de contaminação”, explica Ana Silva, analista da água, que nos guia pelos diferentes setores da fábrica - engarrafamento, etiquetagem e paletização. Volta e meia ouve-se um estrondo: o percurso dos recipientes é interrompido e algum deles é atirado da linha de montagem para o chão, pelas próprias máquinas, que identificam uma possível anomalia, que, quando acontece, costuma estar na embalagem.

No andar de cima, produzem-se as próprias garrafas e garrafões de água, que chegam em formato reduzido para serem aquecidas e sopradas, perdendo espessura e ganhando a dimensão certa. O processo ocorre numa máquina envidraçada que permite contemplá-lo da primeira fila.

A par das melhorias na distribuição, tem havido uma aposta na eficiência da própria fábrica. Os edifícios têm sido aumentados e melhorados, as máquinas atualizadas. Os mais de 500 painéis solares instalados em 2023, de 350 quilowatts, chegam neste momento para abastecer a fábrica quase a 60%. “E queremos continuar este caminho”, garante Paula Nascimento.



**É NA FÁBRICA DA ALARDO
QUE GARRAFAS E GARRAFÕES
GANHAM A SUA FORMA FINAL,
EM MÁQUINAS QUE AQUECEM
E SOPRAM O PLÁSTICO
ATÉ ELE ATINGIR AS FORMAS
DOS MOLDES.**



É DELTA ESPRESSO - COM “S”



O NOVO CONCEITO DE LOJAS DO GRUPO NABEIRO É UM *FRANCHISE* QUE CHEGOU EM TONS DE VERDE E VIVE EM ZONAS COMERCIAIS E DE MUITO MOVIMENTO. PARA JÁ SÓ EM PORTUGAL, EM BREVE NO MUNDO.

TEXTO MARKUS ALMEIDA



A NOVA MARCA TEM COMO INTUITO “OFERECER NOVAS EXPERIÊNCIAS E MOMENTOS DE CONSUMO A TODOS OS QUE NÃO PRESCINDEM DE UM BOM CAFÉ DELTA”.



A abertura de lojas Delta Espresso está alinhada com a estratégia de crescimento e expansão da marca Delta Cafés”, disse Clara Melícias, diretora de lojas - inclusive das Delta The Coffee House Experience - aquando da inauguração da primeira, no Loures Shopping, em abril. Acrescentou ainda que a nova marca tem como intuito “oferecer novas experiências e momentos de consumo a todos os que não prescindem de um bom café Delta” e que o objetivo, a médio prazo, é “apostar na internacionalização do conceito, bem como abrir mais espaços em Portugal”.

Desde abril, já abriram mais duas: uma loja no UBBO Resort (antigo Dolce Vita Tejo) e um quiosque colocado no piso de restauração do Albufeira Terrace. E sempre em regime de *franchise*, sem *royalties* nem *fees* de entrada, mas com uma equipa da Delta Cafés dedicada a dar apoio em todas as fases do projeto, além de formação contínua e acompanhamento pré e pós-abertura.

O conceito guarda alguns trunfos na manga também para o apreciador de café no estado líquido. Para começar, foi criado um lote especial que se encontra aqui e em mais lado algum. Depois, a carta apresenta 12 bebidas fixas, do expresso ao *mocha*, passando pelo café de filtro e o *latte machiatto*, entre outros. E apresenta

ainda uma originalidade, como conta o gestor Miguel Peralta: “Para fomentar a curiosidade do cliente em experimentar algo novo, vamos ter a cada mês uma bebida de café alusiva a um país diferente. Vamos ter a Delta Espresso a perguntar: o que vai ser hoje?”

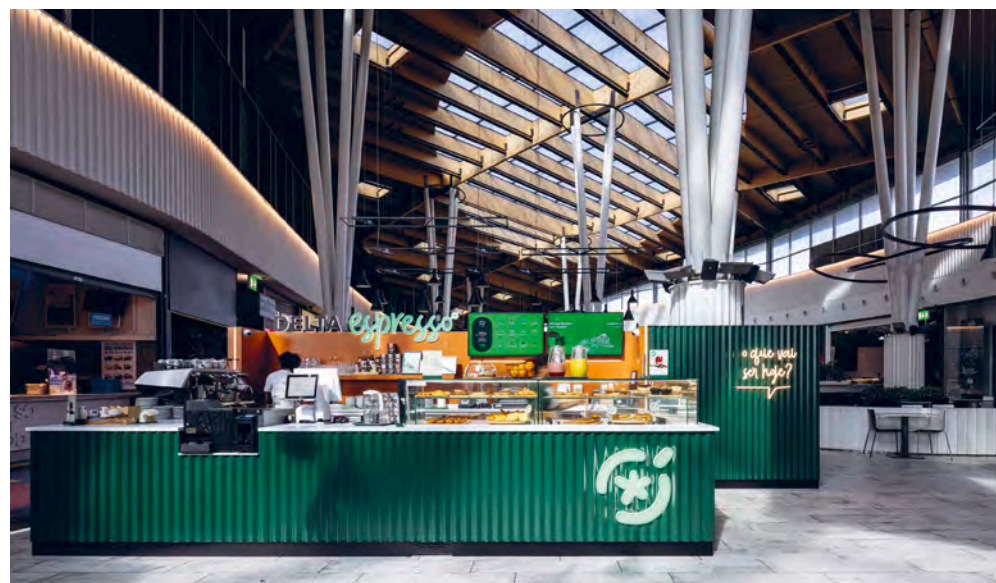
O café em si não muda. É sempre o mesmo lote especial. O que muda é a preparação. Nos três meses que faltam até ao fim do ano, a Delta Espresso promete viagens ao Vietname (para provar o *Cà Phê Trung*), um pulo à Áustria (é tempo de descobrir o *Mélange*) e uma visita à Austrália (com o *Flat White*). Em 2024, serão 12 meses e 12 receitas, todas com a mesma sugestão: “Beba aqui, imagine-se lá”. No que toca ao apetite, a oferta é variada e ligeira: há taças de iogurte, panquecas, *bagels*, *croissants*, etc.

“Estamos a cimentar a marca em Portugal”, explica Miguel Peralta. Mais tarde virá a internacionalização, que até está já a acontecer, mas ao contrário. É que este conceito é inspirado numa rede de lojas no Brasil, operada por um parceiro do Grupo Nabeiro, chamada Deltaexpresso - com “x”. É um conceito criado fora de portas que o Grupo refinou e trouxe de volta.

Para já, os planos de expansão da Delta Espresso - com “s” - passam pela abertura de mais três lojas: em Cascais (com porta para a rua), no Rio Sul Shopping e no Fórum Algarve. O objetivo é fechar 2023 com seis lojas em regime de *franchise* e no próximo ano abrir mais 10 em Portugal. Depois, o mundo.



“VAMOS TER A CADA MÊS UMA BEBIDA DE CAFÉ ALUSIVA A UM PAÍS DIFERENTE. VAMOS TER A DELTA ESPRESSO A PERGUNTAR: O QUE VAI SER HOJE?”



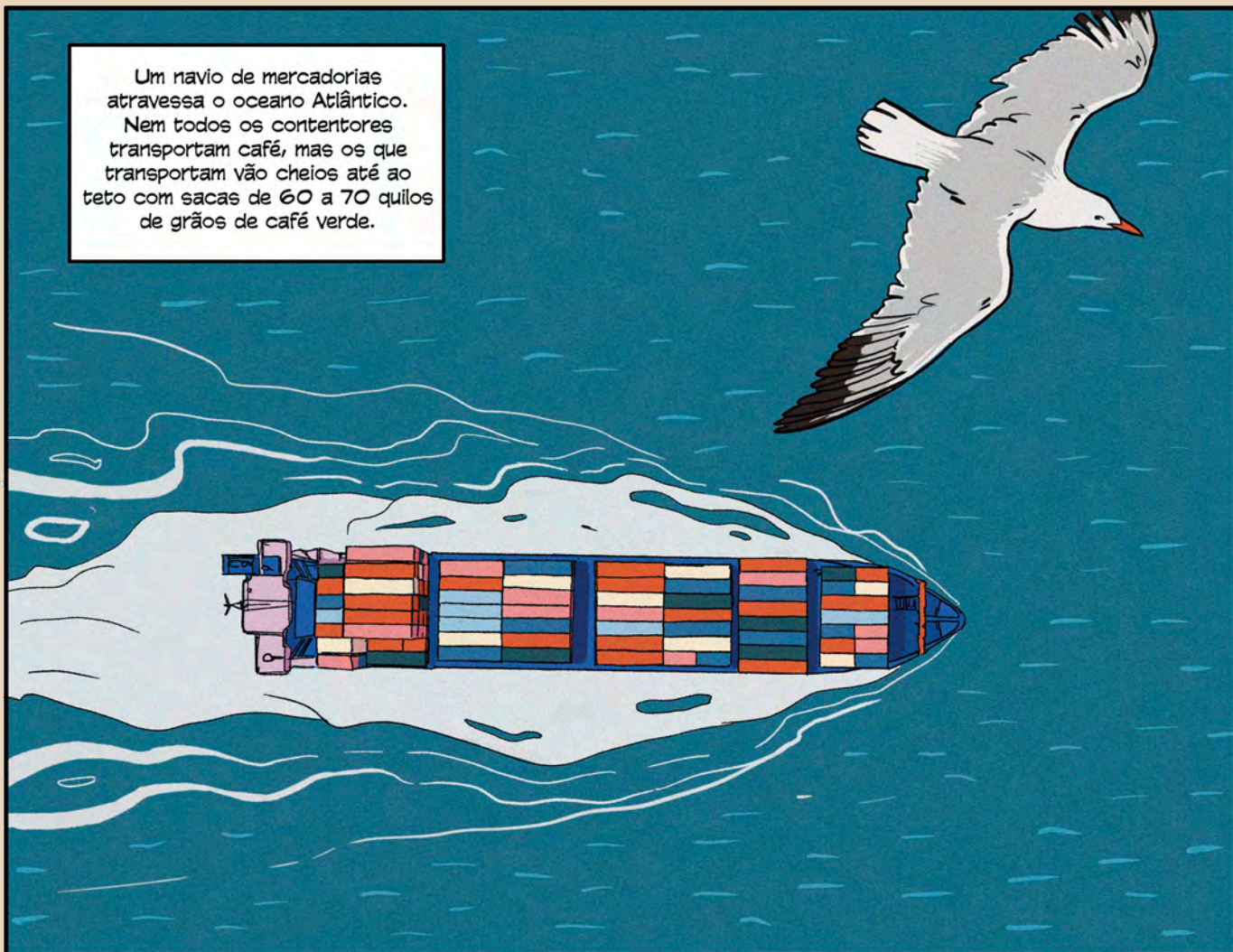
A prova de aptidão do café

Todos os dias se prova café no laboratório da fábrica da Delta. O ritual repete-se de manhã e à tarde, de segunda a sexta-feira. Prova-se o café verde dos contentores acabados de chegar, para confirmar que está tudo bem antes de ir para a torra. E provam-se pequenas amostras que têm de passar pelas exigentes papilas gustativas dos especialistas da Novadelta. Só depois de provados, e aprovados, é que os fornecedores procedem ao embarque dos contentores.

TEXTO
MARKUS ALMEIDA

ILUSTRAÇÃO
MARTA TEIVES

Um navio de mercadorias atravessa o oceano Atlântico. Nem todos os contentores transportam café, mas os que transportam vão cheios até ao teto com sacas de 60 a 70 quilos de grãos de café verde.



Amostras de diferentes sacas do mesmo contentor são recolhidas através de um sistema automatizado.

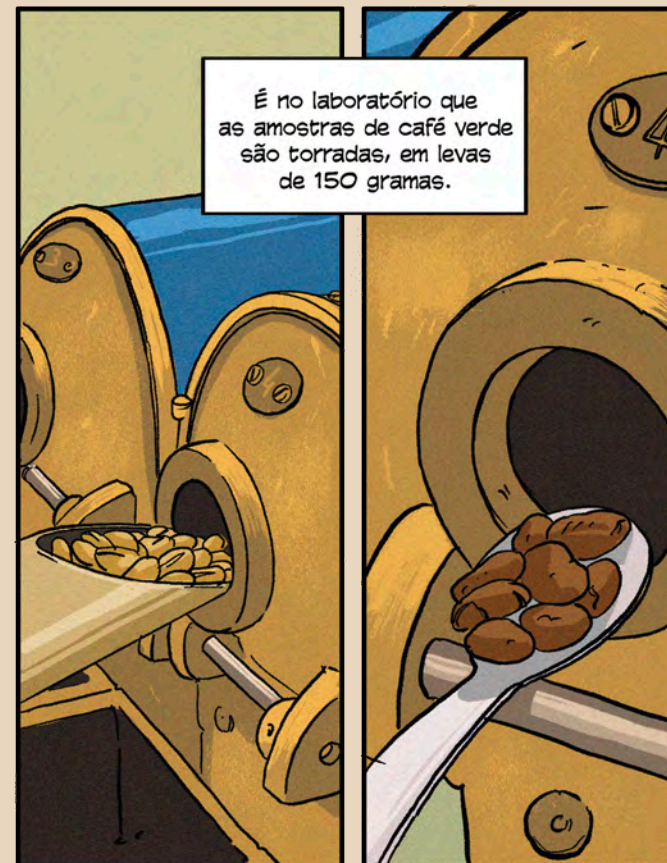


Dantes o processo era manual, com facas de corte e sondas, que hoje ainda se utilizam para tirar amostras isoladas.

Destino: Novadelta Cafés, a unidade industrial do grupo Nabeiro em Campo Maior, onde o café é torrado, empacotado e comercializado.



É no laboratório que as amostras de café verde são torradas, em levas de 150 gramas.



Depois da torra, os grãos são pesados em doses individuais e moídos diretamente para o copo de onde o café será provado.



Água mineral é aquecida numa chaleira. Quando entra em ebulição, é vertida para dentro do copo que contém o café moído, sem filtros. Enchem-se 10 copos por amostra, o que, numa sessão com três origens em prova, significa uma mesa com 30 cafés.

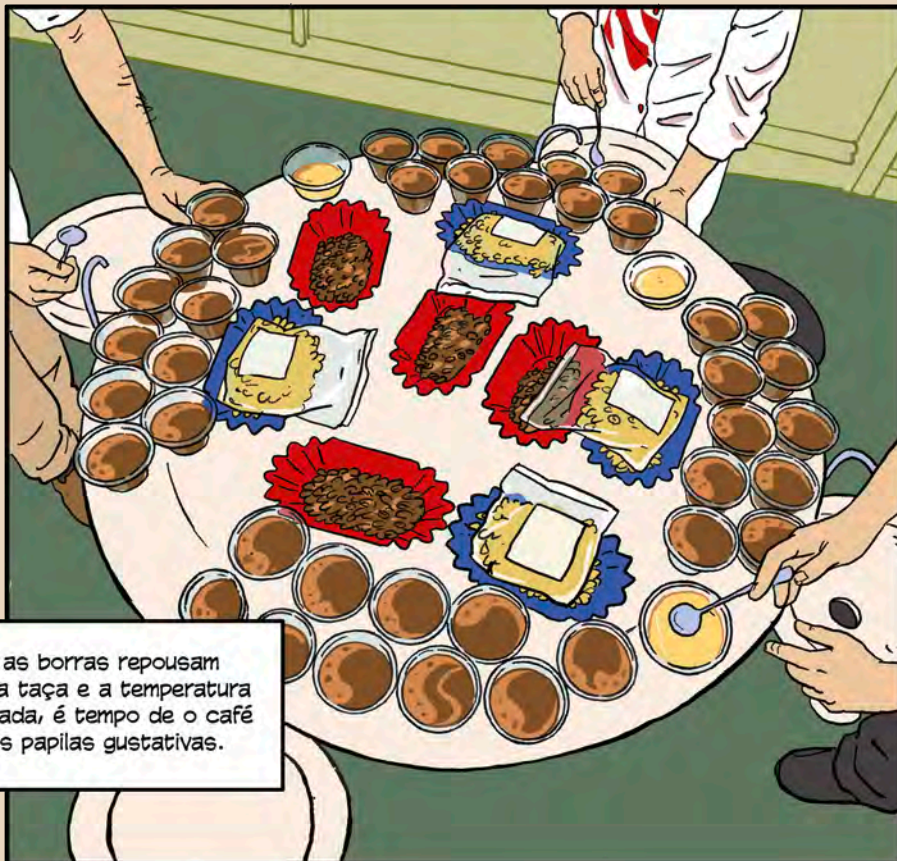


Enquanto aguarda que a infusão arrefeça, o trio de provadores aproveita para avaliar os aromas e as fragrâncias.

Mas a primeira avaliação, dos grãos, é sempre visual e olfativa – às vezes, basta encostar o nariz para detetar irregularidades.



Quando as borras repousam no fundo da taça e a temperatura está adequada, é tempo de o café chegar às papilas gustativas.



Os provadores recolhem uma pequena quantidade de café de cada copo com uma colher, encostam-na à boca, aspiram o conteúdo, distribuem-no pela boca e deitam tudo fora, para a cuspeira.

As cuspeiras estão imóveis, ao contrário do centro da mesa, que roda, o que permite aos provadores permanecerem no seu lugar enquanto avaliam o conteúdo de 30 copos, uma colher de cada vez.

A bebida tem de estar uniforme. Não pode ter nenhum sabor atípico. Cumprindo-se este requisito, e havendo unanimidade entre o trio de especialistas, o café fica em condições de seguir o seu caminho – do armazém para a fábrica, se já tiver chegado, ou, se se tratar de uma amostra pré-embarque, do fornecedor no país de origem para o navio, rumo a Portugal.



GANHA PORTUGAL!

O QUÊ
CAMPAÑA DE APOIO
À SELEÇÃO DE FUTEBOL

QUANDO
1996

A PROPÓSITO dos Jogos Olímpicos de Atlanta, em 1996, a Delta Cafés lançou uma grande campanha de apoio à Seleção de futebol em que bilhetes para os jogos, viagens e estadias, televisores, sistemas de som e até um carro eram oferecidos por sorteio.

A comunicação da campanha foi feita em pontos de venda, na imprensa escrita, na rádio e na televisão - não havia como escapar. Para mais, Rosa Mota e Rui Costa, dois dos maiores ícones desportivos da década de 1990, ajudaram a divulgar o concurso dando a cara pela Delta Cafés, patrocinadora do Comité Olímpico Português.

A campanha "Ganha Portugal! Ganha com a Delta!" decorreu de 15 de março a 20 de maio. Funcionava da seguinte maneira: os clientes recortavam os selos "Ganha Portugal" que encontravam em embalagens de 250 gramas de Café Delta - Chávena. Quando juntassem quatro selos, colavam-nos num postal CTT que remetiam para Campo Maior. Não havia limite para o número de postais com que cada cliente podia concorrer.

Imbuída pelo espírito olímpico, a campanha coincidiu com uma oferta em que cada caixa de três embalagens de 250 gramas de café trazia uma quarta, grátis.

Generosa era também a lista de prémios, na qual constava um automóvel Mercedes-Benz; 16 viagens para Atlanta com estadia e bilhetes para assistir aos jogos, um igual número de viagens e estadias para assistir aos jogos da Seleção no Euro '96, em Inglaterra, que se realizava no mesmo verão; 15 televisões de 78 polegadas, 15 de 50 polegadas e 20 sistemas de som Hi-Fi.

Os resultados foram publicados a 26 de maio nos dois diários de maior circulação em Portugal: o *Jornal de Notícias* e o *Correio da Manhã*.



TEXTO MARKUS ALMEIDA





DEPOIS DO SUCESSO DO RESERVA DO COMENDADOR
A(L)TITUDE BRANCO 2020, A ADEGA MAYOR LANÇA O SEU
PRIMEIRO VINHO TINTO SÓ COM UVAS DE UMA PEQUENA
VINHA VELHA A QUASE 800 METROS DE ALTITUDE.

VINHOS COM ALTITUDE E ALTITUDE

DIZ-SE que não devemos voltar aos lugares onde já fomos felizes, mas cá estamos, no alto da serra de São Mamede, com o enólogo Carlos Rodrigues, que em 2020 fez o que na Adega Mayor ainda não se tinha feito: um vinho branco só com uvas provenientes de uma pequena vinha com mais de 70 anos, a quase 800 metros de altitude.

Dessa colheita saiu o vinho Adega Mayor Reserva do Comendador A(l)itude Branco e a certeza de que a experiência seria para repetir, e alargar. Tanto que em novembro chega já a colheita de 2022 do vinho branco e também uma primeira edição do Adega Mayor Reserva do Comendador A(l)itude Tinto, de 2021.

Se as uvas já eram utilizadas antes? Sim, integravam alguns lotes de vinho Reserva do Comendador ou Pai Chão, por exemplo. Apenas nunca se fizera um vinho só com uvas desta vinha. “Por isso, há dois anos, decidimos deixar as uvas de parte e não as incluir nos lotes; depois, logo se veria”, recorda o enólogo.

A vinha, com o nome de Três Lagares e São José, fica numa parcela com dois hectares e meio onde as castas, brancas e tintas, estão todas misturadas. “Separamo-las depois na adega”, explica. Fernão Pires, Olho de Lebre, Malvasia e Bical são algumas das castas brancas presentes. “É esta variedade que dá complexidade e diferenciação ao nosso Altitude branco. Estamos a falar de uma vinha a quase 800 metros. Continua a ser Alentejo, mas tem um perfil mais fresco”, assegura Carlos Rodrigues.

À imagem do que se fazia antigamente, a vinha mescla castas brancas e tintas. “Esta misturada era muito normal até há 50 anos. Procurava-se diversificar o risco. Daí plantarem castas diferentes, porque sabiam que se umas reagissem mal a um ano mais quente, outras compensariam o estrago. Era tudo muito empírico, mas se analisarmos bem, fazia todo o sentido”, considera o enólogo. Desta combinação resulta uma paisagem colorida, com a folhagem avermelhada das castas tintas misturada com as folhas verdes e amarelas das uvas brancas.

A vinha não tem rega, é de sequeiro. Ao longo das décadas, as videiras foram-se habituando ao clima e ao solo de granito que dá ao vinho uma complexidade aromática interessante: “Os afloramentos graníticos

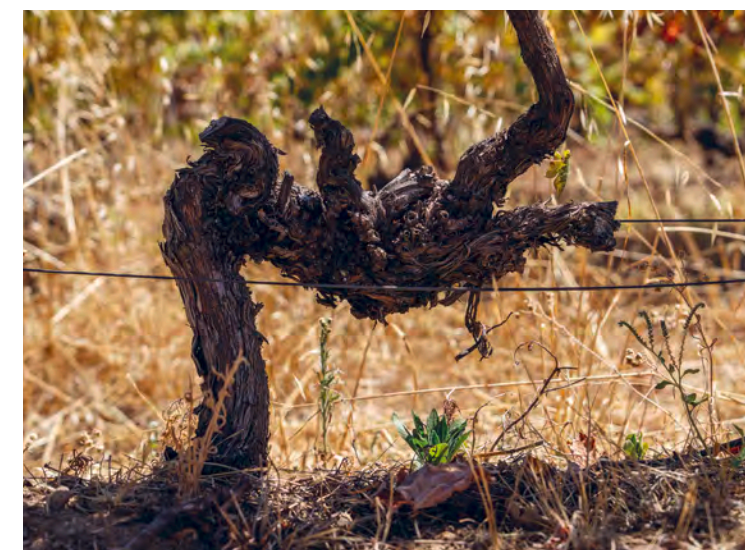


O PRIMEIRO ADEGA MAYOR RESERVA DO COMENDADOR A(L)TITUDE TINTO, COLHEITA DE 2021, CHEGA ÀS GARRAFEIRAS E LOJA ONLINE DA ADEGA MAYOR A PARTIR DE NOVEMBRO DE 2023 COM UM PVP DE 30 EUROS.



DA COMBINAÇÃO DE CASTAS DIFERENTES RESULTA UMA PAISAGEM COLORIDA, COM A FOLHAGEM AVERMELHADA DAS UVAS TINTAS MISTURADA COM AS FOLHAS VERDES E AMARELAS DAS CASTAS BRANCAS.

A VINHA É DE SEQUEIRO. NÃO É REGADA. O QUE SIGNIFICA QUE AO LONGO DAS DÉCADAS DESDE QUE ALI FORAM PLANTADAS, AS VIDEIRAS FORAM-SE ADAPTANDO AO CLIMA E AO SOLO DE GRANITO.





CARLOS RODRIGUES É ENÓLOGO DA ADEGA MAYOR DESDE 2012. ANTES DE FIXAR RAÍZES NO ALENTEJO, ANDOU PELO HEMISFÉRIO SUL: TRABALHOU NO CHILE E NA AUSTRÁLIA, DEPOIS DE CONCLUIR OS ESTUDOS.

AS UVAS SÃO POSTAS A FERMENTAR SEPARADAS EM CUBAS DE CINCO MIL LITROS – EXCETO ESTA, ONDE BRANCAS E TINTAS VÃO JUNTAS. DAQUI SAIRÁ ALGO DIFERENTE, UM VINHO ADEGA MAYOR PALHETE.



APÓS A FERMENTAÇÃO, O VINHO TINTO É COLOCADO EM BARRICAS DE CARVALHO FRANCÊS DE 500 E 225 LITROS. PARTE DO ESTÁGIO É DEPOIS FEITO EM TALHA DE BARRO, AINDA QUE ESTE NÃO SEJA, DE TODO, UM VINHO DE TALHA.



transmitem uma sensação mineral, de pedra lascada, de pedra de isqueiro quando acende.” A isto, à forma como o clima e o solo influenciam o vinho, chama-se *terroir*.

O efeito deste *terroir* nas uvas com que se fez o Adega Mayor Reserva do Comendador A(1)titude Branco 2020 aplica-se também ao vinho tinto. “É exatamente a mesma vinha, o mesmo *terroir* e exatamente o mesmo critério, só que com a parte tinta”, esclarece. Mas há diferenças para o vinho tinto, que evidencia mais o clima de montanha e a altitude. Em que é que isso se traduz? “Em mais frescura, notas de bosque e um carácter que o diferencia de outros vinhos tintos alentejanos.” Este perfil aproxima-o dos vinhos de uma região vizinha. “Numa prova cega, haveria quem arriscasse dizer que é das Beiras.”

A apanha das uvas desta vinha velha é feita manualmente e de noite, para fugir à canícula alentejana. Começa-se pelas 22h e, pelas 6h da manhã, dá-se a jornada por terminada – a jornada no campo, isto é, porque as uvas brancas e tintas que foram colhidas juntas são separadas mal chegam à Adega Mayor, a cerca de 50 quilómetros da serra de São Mamede. Depois, são desengaçadas e colocadas em depósitos de fermentação, onde ficam duas semanas em temperatura controlada, com remontagens e controlos permanentes.

Após a fermentação, o vinho tinto é colocado em barricas de carvalho francês de 500 e 225 litros (o branco vai para carvalho austríaco). É nestas barricas que o vinho faz a fermentação malolática seguida de mais dois anos de estágio. “Então fazemos o lote e definimos o perfil que o vinho vai ter.” Parte do estágio inclui uma passagem pelas típicas talhas de barro alentejanas, ainda que este não possa, de todo, ser considerado um vinho de talha.

Mas é, sem dúvida, um vinho de guarda. No momento em que chegar às garrafeiras vai estar perfeitamente bebível, mas ficará “muito mais interessante depois de passar seis a oito anos na garrafa, preferencialmente mantido num local escuro e fresco”. Também essa capacidade de melhorar com o tempo se deve ao *terroir* e à altitude. E é isso que entusiasma Carlos Rodrigues, o agarrar nestas uvas de vinhas velhas e tecnologia moderna e fazer um vinho diferente respeitando a cultura e a tradição – um vinho com altitude e atitude.

TIRAMISU

A
CURIOSA

HISTÓRIA

DO
DOCE

QUE

ARREBITA

**A SOBREMESA DE CAFÉ
MAIS POPULAR DO MUNDO
É DELICIOSAMENTE SIMPLES
E SIMPLEMENTE DELICIOSA.
É PRESENÇA ASSÍDUA EM
QUALQUER RESTAURANTE
ITALIANO QUE SE PREZE –
COMO NOS QUATRO
QUE FIGURAM NAS
PRÓXIMAS PÁGINAS.**

SABEMOS que estamos perante um prato que impõe respeito quando este inspira o associativismo entre os seus apreciadores. Por exemplo, olhe-se para a página oficial da Accademia del Tiramisu - uma organização independente italiana que apoia, promove e defende esta sobremesa incontornável para amantes de comida italiana e de café -, onde se lê o seguinte: “Transmitimos a verdadeira cultura do Tiramisu”. Não é para menos. Hoje não há restaurante italiano que não sirva a sua versão deste doce cremoso e delicado, mas nem sempre foi assim.

Reza a lenda que no século XIX, na cidade de Treviso, no norte de Itália, o tiramisu começou por ser um exclusivo de casas de alterne. Terá sido nessa época que a “signora” que geria uma destes estabelecimentos criou algo que revigorava os seus clientes antes de voltarem para as suas vidas.

Acreditando que o que levava os homens a frequentar estas casas seria um eventual

desinteresse pela vida conjugal, pensava-se que a receita deste doce - na base de ovos, açúcar, café e vinho fortificado - serviria de afrodisíaco e de estimulante. Como se de um viagra natural se tratasse. O próprio nome, “tiramisu”, que se consolidou desta forma já no século XX, deriva de uma expressão no dialeto de Treviso, “Tireme su”, que se traduz livremente para algo como “arrebita”.

Ainda foi preciso esperar até que o tiramisu deixasse de ser tabu e fosse servido em restaurantes de todo o mundo. Acredita-se que um dos primeiros a tê-lo na carta foi o Le Beccherie, precisamente em Treviso. Só na década de 1980 é que esta combinação de *zabaglione* (uma espécie de gemada cozida em banho-maria), *mascarpone*, café, vinho marsala (doce, italiano), cacau e *savoirdis* (os palitos *de la reine* italianos) saltou definitivamente da tradição oral para os livros de receitas.

CASANOISTRA



MARIA Paola Purro, um nome incontornável na história da restauração italiana em Portugal, inaugurou o Casanostra em 1986, na época de ouro do boémio Bairro Alto, com a ambição de ir para lá do estereótipo clássico da comida italiana: pizzas e pastas. Propôs-se a mostrar a miríade de pratos da sua cultura. Mas nem sempre foi fácil, sobretudo no início, quando conseguir ingredientes específicos era desafiante. “Foi preciso adaptar algumas receitas aos ingredientes a que tínhamos acesso em Portugal”, explica Manuel Teles Grilo, o gerente do espaço. O tiramisu, que está na carta desde o primeiro dia, não foi exceção: não havia *mascarpone*? Usava-se natas montadas. Vinho marsala era quase impossível de comprar? Um delicioso Madeira servia de substituto. E por aí fora. Com o passar do tempo, ainda tentaram substituir as natas pelo *mascarpone*, mas não funcionou: “os clientes já estavam tão habituados à leveza que as natas davam ao tiramisu, que nos pediram para voltar ao original”, remata Teles Grilo.

TV. DO POÇO DA CIDADE, 60, LISBOA
DAS 12H ÀS 14H30 E DAS 19H ÀS 23H (SÁBADO SÓ SERVE JANTARES)
213 425 931



ROCCO



R. IVENS, 14, LISBOA
DAS 8H À 1H (NÃO FECHA)
210 543 168



O DÉCOR do Rocco traz memórias dos tempos em que os *garçons* usavam laço e *blazer* branco, enquanto a comida, de inspiração italiana, nos faz acreditar que há uma avó italiana escondida algures. Não há “nonna”, mas não há problema: está cá o chef Luís Gaspar (o mesmo do Sala de Corte, Pica-Pau e Brilhante, todos em Lisboa), responsável por todos os pratos da carta. Já os doces são do chef pasteleiro Clayton Ferreira. “O tiramisu ganha muito quando é comido logo acabado de fazer”, diz, explicando as razões que levam esta sobremesa a ser preparada na mesa, perante o olhar dos clientes - e dos seus *smartphones*. Inspirado na tradição, Clayton segue a mistura de ingredientes mais consensual, caprichando como só ele sabe. Leve e untuoso, e com *mascarpone* importado diretamente de Bolonha, este tiramisu é a estrela do restaurante.

IN BOCCA AL LUPO



R. MANUEL BERNARDES, 5 A, LISBOA
DAS 19H ÀS 23H (FECHA SEGUNDA E TERÇA)
213 900 582

DIZ-SE que quem sai aos seus não degenera, e a prova disso é o trabalho que Ágata Mandillo - bisneta de Enrico Mandillo e Maddalena Ranedda, casal que em 1945 abriu o primeiro restaurante italiano de Lisboa, o La Gondola - está a fazer no restaurante Il Bocca al Lupo, também em Lisboa. Na pizzaria que gere na zona do Príncipe Real só se utilizam produtos biológicos e, maioritariamente, de origem nacional. “Respeitamos a tradição italiana, mas com produtos portugueses”, explica. Como seria de esperar, tiramisu não falta na carta - é caseiro e feito de fresco todos os dias. É uma mistura densa, mas cremosa, de biscoito caseiro sem glúten, café, rum, creme (que só leva ovos de galinhas autóctones portuguesas e, por ocasiões, de pata) e uma inovadora camada fina de chocolate temperado, “que lhe dá uma crocância muito interessante”.



LA FINESTRA



O PAI de Carlos Sousa já tinha trabalhado numa mão-cheia de restaurantes italianos quando foi desafiado a abrir um novo na avenida Conde Valbom. Foi assim que nasceu o La Finestra, em 2009, com o colorido design de interiores a cargo do artista plástico Pedro Cabrita Reis. Desde então, brilham aqui as mesmas pizzas que se encontram noutro restaurante icónico de Lisboa, o Lucca, que hoje também é gerido por Carlos Sousa. Como no Lucca, não falta a sobremesa mais apetecida: “Desde o primeiro dia que o meu pai compra o tiramisu a uma pastelaria em Torino, vem diretamente de lá”, conta Carlos. “Porquê trazer de fora?” Carlos explica a lógica: “A simplicidade do prato torna-o sensível a mudanças de cozinheiro, por isso, para garantir consistência, preferimos assim.” Seguindo a receita tradicional, o tiramisu é dos pratos com mais procura, tanto que as encomendas de Torino chegam ao La Finestra várias vezes por semana.

AV. CONDE VALBOM, 52 A, LISBOA
DAS 12H ÀS 15H30 E DAS 19H À 1H (NÃO FECHA)
217 613 580



O PRAZER DO CAFÉ
ESTÁ NO RITUAL
AGORA TAMBÉM EM GRÃO



LOTE RITUAL • EM GRÃO • LOTE RITUAL
NOVO
LOTE RITUAL • EM GRÃO • LOTE RITUAL

FIM DE SEMANA GRANDE

81

SERRA DA ESTRELA

TEXTO [MARIANA ABREU GARCIA](#)

FOTOGRAFIA [MARIANA ALVAREZ CORTES](#)

SERRA ACIMA E SERRA ABAIXO, CURVA CONTRA CURVA, PERCORREM-SE AS ESTRADAS MAIS BONITAS DO PAÍS, ORA PINTALGADAS DE NEVE, ORA DE FLORES. PRATICAMENTE EQUIDISTANTE DE LISBOA E DO PORTO, A SERRA DA ESTRELA GUARDA NATUREZA EM BRUTO, MANJARES DOS DEUSES E UMA SÉRIE DE PROJETOS RECENTES QUE VALE A PENA CONHECER. UM SÓ FIM DE SEMANA, MESMO TÃO CHEIO, FICA ATÉ A SABER A POUCO.

COVILHÃ

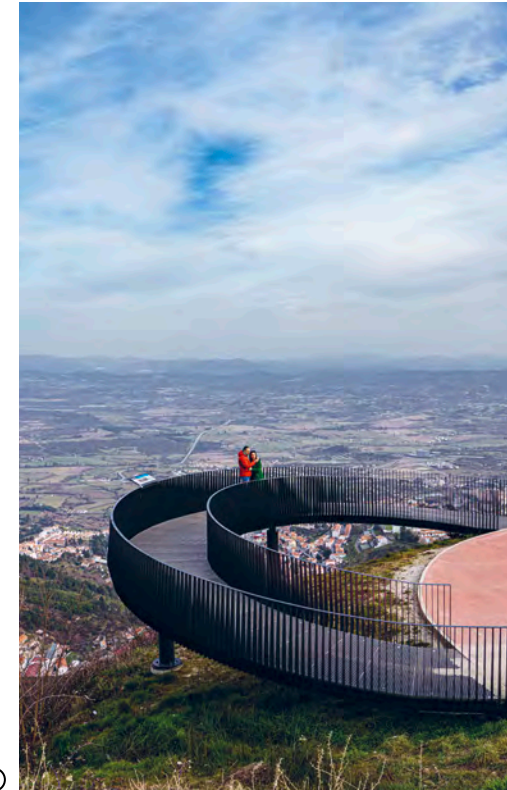
A abrir caminho pela encosta sul até ao cimo da serra da Estrela fica a Covilhã, cidade neve e cidade flor. Conhecida outrora como a Manchester de Portugal, pela sua forte indústria de lanifícios, é hoje uma cidade universitária cheia de vida. Um passeio pelo centro histórico comprova-o: seguindo **O ROTEIRO DE ARTE URBANA**, a cada esquina encontra-se um novo grafiti ou mural pintado. Entre murais e instalações, são mais de 100 as intervenções artísticas que resultam do festival de arte urbana Wool que, com mais de duas décadas de existência, não só celebra como acrescenta história e cultura à cidade.

Pelas ruas estreitas e íngremes do centro histórico descobrem-se o pelourinho, o miradouro das Portas do Sol e a igreja de Santa Maria Maior, construída no século XVI mas forrada a azulejos no início do século XX.

A dois passos está a **TENTADORA**, uma antiga mercearia transformada em loja, galeria e *cowork*. Decorado com placas e néones antigos, o espaço mistura produtos de outros tempos e peças de artesanato contemporâneas, sempre de produção nacional.

Onde fica hoje a **CASA DAS MURALHAS** funcionou uma escola primária, um museu e até a sede do Clube Nacional de Montanhismo. O edifício centenário é atualmente um pequeno hotel, com apenas oito quartos e um Bistro Bar, onde é de provar - entre muitas outras iguarias - o tornedó de vitela com *foie gras* (24€), que acompanha com bolinhos de batata e queijo da serra, grelos salteados e molho de uvas.

O ponto alto do passeio é a **VARANDA DOS CARQUEIJAS**, literalmente. Fica na subida que se faz da cidade em direção às Penhas da Saúde, e é impossível não se dar por ele - até de longe o passadiço suspenso, inaugurado em outubro de 2020, assusta os mais sensíveis às alturas. Vale a pena pela vista, que vai da Covilhã à Cova da Beira.



①



②



③

① **VARANDA DOS CARQUEIJAS** COORDENADAS: 40°17'27" N 7°31'38" W

② **A TENTADORA** RUA ALEXANDRE HERCULANO, 21, COVILHÃ / 914 441 723 / TENTADORA.PT

③ **CASA DAS MURALHAS** RUA PEDRO ÁLVARES CABRAL, 5, COVILHÃ / 968 359 524 / CASADASMURALHAS.PT

SEIA

Situada no sudoeste da serra da Estrela, Seia é a porta de acesso para quem do norte vem visitá-la - um estratégico ponto de partida para conhecer o parque natural, que pertence em boa parte ao concelho de Seia.

A pitoresca cidade fica a 550 metros de altitude e tem um centro histórico que merece um passeio a pé.

O **MUSEU DO PÃO**, um dos maiores espaços museológicos em todo o mundo dedicados ao tema, dá a conhecer o ciclo de produção do pão, assim como a sua importância histórica e cultural ao longo do tempo. Para os mais pequeninos, atenção ao ateliê de massapão, em que se criam e se pintam figuras comestíveis, e ainda o maravilhoso carrossel, construído pelo mesmo autor do carrossel da Torre Eiffel como uma homenagem às suas memórias da infância - da viagem de carrossel ao pão quentinho acabado de sair do forno.

Aproveitando que cresceu água na boca, falemos de comida. Em Seia, todos os caminhos parecem ir dar ao restaurante **BORGES**. “Vir a Seia e não comer o Joelhinho de Porco do Borges é o mesmo que ir a Roma e não ver o Papa”, garante o carismático Rui Borges. Tenro e saboroso, gorduroso quanto basta, é temperado de véspera e assado logo pela manhã, durante hora e meia. Serve-se com arroz de feijão e couve-coração da região (14€/dose).

Pelas ruas de Seia ou já no Sabugueiro, ali ao lado, muitas são as lojas onde comprar produtos regionais de qualidade, das pantufas aos chapéus, dos enchidos aos doces. O destaque vai para o queijo de Seia, que é precedido pela sua fama. Na loja **VARANDA DO SABUGUEIRO**, além destas iguarias, há também uma vista deslumbrante sobre o vale.

A meia dúzia de quilómetros, fica a **LAPA DOS DINHEIROS**, bonita de inverno e deslumbrante de verão. A praia fluvial, homónima da pequena aldeia que lhe dá acesso, é formada por rochas graníticas e está mesmo à beira de um bosque de castanheiros centenários, por onde se descobrem trilhos assinalados.

① **LAPA DOS DINHEIROS** COORDENADAS: 40°22'44" N 7°42'34" W

② **MUSEU DO PÃO** RUA DE SANTANA, R. DO FONTE DO MARRÃO, SEIA / 238 310 760 / MUSEUDOPAO.PT
RESTAURANTE BORGES TV. DO FUNCHAL, 7, SEIA / 238 313 010



①



②



MANTEIGAS

Conhecida como “o coração da serra da Estrela”, Manteigas está integralmente inserida no parque natural. É o mais pequeno concelho do distrito da Guarda, mas reúne paisagens que são autênticos postais da região. São exemplos disso o Covão d’Ametade, as Faias de São Lourenço ou o **VALE ROSSIM**.

No centro da vila provam-se os sabores serranos e, mais especificamente, os de Manteigas. No restaurante **A CASCATA**, há uma feijoca de comer e chorar por mais – uma espécie de feijoada mas com um feijão que só cresce na região, maior em tamanho e também em sabor.

A dois passos, encontra-se a **BUREL FACTORY**, criada em 2011 a partir do que restava da (já em declínio) Lanifícios Império. O objetivo era recuperar o património que estava prestes a perder-se e trazer a tradição para os dias de hoje. Passados 12 anos, a fábrica que produz burel – proveniente da ovelha bordaleira, que só existe na serra da Estrela – não só produz peças de design contemporâneo como ainda se deixa visitar de forma gratuita, mediante marcação. Veem-se em ação os oito teares antigos, com mais de 80 anos, além das próprias cerzideiras, que à mão corrigem os erros das máquinas, com uma mestria que é obra de arte.

A **CASA DE SÃO LOURENÇO**, situada numa íngreme encosta que dá para Manteigas, fica a 500 metros de altitude relativamente à vila. Com vista para o Vale Glaciário do Zêzere, onde antes havia uma antiga pousada devoluta da década de 1940, nasceu em 2018 o primeiro e único hotel de montanha no segmento de luxo em Portugal: a Casa de São Lourenço, que conta com 17 quartos e 4 suítes e é dos mesmos fundadores da Burel Factory. Por todo o hotel está presente o burel, que isola não só a temperatura mas também o som, e consegue elevar a estadia a experiência sensorial.

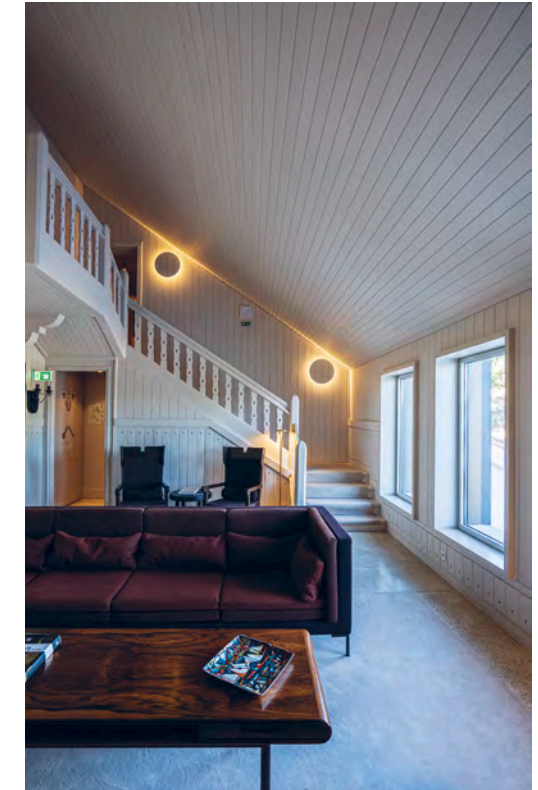
A CASCATA RUA 1.º DE MAIO, 1, MANTEIGAS / 275 982 139

① CASA DE SÃO LOURENÇO N232, KM 49,3, MANTEIGAS / 275 249 730 / CASADESAOLOURENCO.PT

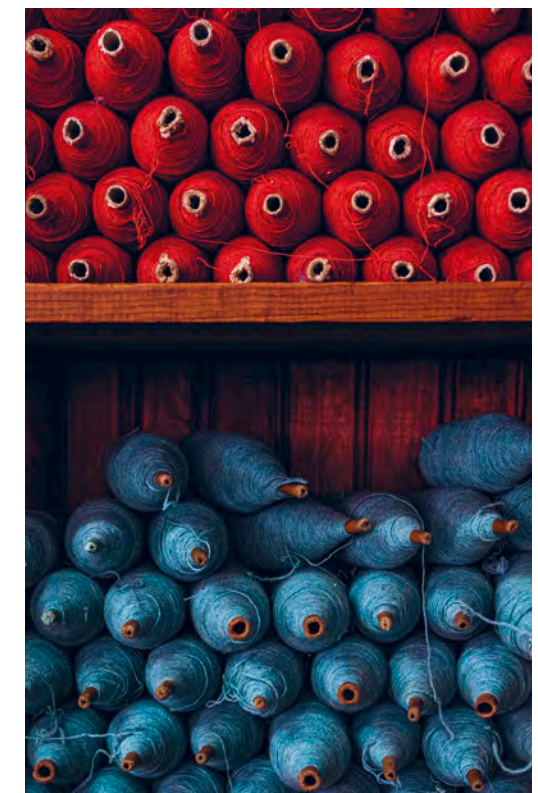
② BUREL FACTORY RUA DE BENGUELA, 4, MANTEIGAS / 913 285 370 / BURELFACTORY.COM



①



②



LORIGA

A vila situa-se a uma altitude superior a 770 metros, esculpida entre as enormes Penha do Gato e Penha do Abutre - com outros mil de altitude. Entre as montanhas, fica um pedacinho de verde chamado Loriga. Foi a aridez da terra inclinada que levou à construção dos socalcos, que hoje são imagem de marca da vila, apelidada de Suíça portuguesa devido aos seus declives agrícolas, salpicados de verde durante todo o ano.

Nas apertadas ruas da vila - onde só passam carros de gente muito habilidosa - descobrem-se a pé a igreja e as capelas, o pelourinho e os muitos fontanários.

Nas padarias e pastelarias, prova-se o típico bolo negro de Loriga, assim como os pastéis de nata e os **BOMBONS DE QUEIJO DA SERRA** - que, tanto com chocolate de leite, preto ou branco, são só para os mais valentes. Um pouco acima, há que passar pelo restaurante **O VICENTE**, com vista para o vale. Havendo vaga, é sentar-se a uma das mesas junto à janela, maneira de até as diferentes versões do bacalhau à serra - assado, cozido ou com broa - saberem melhor.

A ribeira de Loriga, de água cristalina, nascida na serra, cruza a vila e, volta e meia, faz-se ouvir. É de visitar também a **PRAIA FLUVIAL DE LORIGA**, a única do país situada num vale glaciário, que durante o verão se enche de banhistas. Não se dá pela enchente graças às múltiplas piscinas que se formam e ao muito espaço em volta.

O **FONTÃO** fica a uns singelos oito quilómetros de Loriga, mas é uma verdadeira viagem no tempo. A aldeia em xisto tem pouco mais de 30 casas, todas desabitadas. De inverno, é percorrida apenas por vacas que por ali pastam livremente, subindo e descendo as ruelas em pedra. De verão, quando a aldeia vê regressar os seus migrantes, ganha vida e até o ribeiro convida a mergulhos.

O VICENTE AVENIDA PEDRO VAZ LEAL, 4, LORIGA / 238 953 127

① **PRAIA FLUVIAL DE LORIGA COORDENADAS: 40°19'37" N 7°40'44" W**

② **FONTÃO COORDENADAS: 40°19'37" N 7°41'26" W**



①



②



ONDE
SE BEBE
O MELHOR
CAFÉ DO
MUNDO

MADRID CAFÉ DE ORIENTE



Bem no coração do bairro dos Austrias, perto do Teatro Real e em frente ao Palácio Real de Madrid: é aí que encontramos o Café de Oriente, um dos ex-libris da *plaza* que lhe dá nome, a meio caminho entre a Catedral da Almudena e a Calle Mayor

O Café de Oriente situa-se por baixo de abóbadas que pertenceram ao Convento de San Gil, construído no século XVII. Mais tarde, no século XX, o espaço foi ocupado por uma grande tipografia, até que, em 1983, o padre D. Luis de Lezama decidiu abrir este bistrô aconchegante que o tempo trataria de converter em um dos locais emblemáticos da capital espanhola.

O menu do Café de Oriente é amplo e diverso e inclui desde pequenos petiscos que representam o melhor da tradição

culinária espanhola – como as Anchovas de Santoña “00” com tomate e pimentos – até menus de degustação inspirados nas últimas tendências gastronómicas.

O café, do lote Delta Diamond, está reservado para o fim da refeição. Há anos que é servido aos clientes do Café de Oriente e dos restantes restaurantes que o Grupo Lezama tem espalhados por Espanha.

Fundado em 1974 pelas mãos do padre D. Luis Lezama, quando este abriu a Taberna del Alabardero, em Madrid, o Grupo Lezama está hoje presente em Espanha e nos Estados Unidos, emprega mais de 500 pessoas e é composto por uma Fundação, três escolas de hotelaria, dois hotéis, restaurantes e cafés.

TEXTO MARKUS ALMEIDA



CENTRO
de CIÊNCIA
do CAFÉ



DESCUBRA A HISTÓRIA E A CIÊNCIA EM CADA GRÃO DE CAFÉ

O Centro de Ciência do Café nasce no coração do Alentejo, naquela que é considerada a capital do café, a vila de Campo Maior.

Um espaço interativo, de caráter informativo, didático, cultural e científico, onde os visitantes podem encontrar respostas às suas questões relacionadas com o café, interagindo com equipamentos e exposições.



www.centrociencia cafe.pt





RISE[®]
DELTA [®]
WITH
STARCK

PERFEITAMENTE
AO CONTRÁRIO

O INOVADOR SISTEMA DE EXTRAÇÃO RISE DELTA Q INJETA O CAFÉ DE BAIXO PARA CIMA, PARA DAR UM NOVO SENTIDO À EXPERIÊNCIA DE CAFÉ. COM DESIGN DE PHILIPPE STARCK, A EXTRAÇÃO INVERTIDA INTENSIFICA O AROMA E PALADAR DO CAFÉ, MANTÉM A TEMPERATURA IDEAL E TRAZ AO DE CIMA UM CREME PERSISTENTE.

REVERSE
INJECTION
SYSTEM
EXPERIENCE

RISEBYDELTAQ.COM