

# A provar

Este mês, sentámo-nos à mesa para viajar por Portugal e pelo mundo e lembrar um restaurante que faz toda a diferença, pois é também um projeto social.

por Rita Caetano



## Erva

"Trazer ainda mais Portugal para o Erva." É desta forma que Miguel Teixeira, *chef* executivo do Corinthia Lisbon, começa por falar da grande novidade de um dos restaurantes do hotel: o Menu Regiões. "Durante um ano, cada mês será dedicado a uma região do País. Assim, conseguimos ter novidades todos os meses", continua o *chef*. A viagem começou na Beira Alta, em abril, e vai prosseguir pela Beira Alta, Açores e Estremadura, que são as quatro regiões já definidas. Miguel Teixeira

diz que não está "a seguir a ordem norte-sul", porque teve em conta "a sazonalidade dos produtos mais conhecidos de cada região" com os quais vão trabalhar.

O Menu Regiões (entre 70€ e 80€) é também acompanhado de sugestões vínicas (o *pairing* varia entre 30 e 40€) da mesma zona do País dos pratos e até o azeite pode ser da região em questão.

Olhemos então para as propostas dos três próximos meses, a começar pela Beira Litoral, em maio, de onde vai chegar a

raia de pitau e a perdiz à moda de Coimbra, como entradas. O bacalhau com batatas a murro e a chanfana serão os pratos principais e, para sobremesa, há pastéis de Tentúgal e o pão de ló de Ovar. Em Junho, a paragem é feita nos Açores e a refeição começa com lapas ou coelho panado. Segue-se, o bife de atum de cebolada e a alcatra açoriana, e a refeição é finalizada com as queijadas de Vila Franca do Campo e as

malassadas dos Açores. No mês seguinte, o destaque vai para a Estremadura com peixinhos da horta e pataniscas de bacalhau para entrada, caldeirada e frango na púcara para prato principal e farólias ou trouxas das Caldas como doce. Todos estes pratos são um acrescento à carta habitual do Erva.

**Onde:** Av. Columbano Bordalo Pinheiro, 105B, Lisboa.

**Quando:** Todos os dias, das 12h às 24h30.  
[erva-restaurante.pt](http://erva-restaurante.pt)



## 2. Onda

O restaurante do hotel Aethos Ericeira, o Onda, é, agora, liderado por Nuno Matos, apostando numa cozinha simples com influências de vários países do mundo onde o *chef* já trabalhou (Londres, Palma de Maiorca, Copenhaga e Polónia), feita com produtos de qualidade, maioritariamente locais e sazonais. “O foco são os produtos do mar”, conta o *chef*, ou não estivesse este hotel situado numa arribagem em cima do oceano. E o que ele quer mesmo é proporcionar bons momentos a quem se senta à mesa. “A comida tem de ser acessível e descomplicada e serve para as pessoas se divertirem e não acrescentar stresse”, realça. Há propostas vegetarianas e a maioria dos pratos não contém glúten ou lactose para serem inclusivos.

A nossa refeição no Onda, começou no bar, onde agora são servidos alguns petiscos crus. As ostras da ria Formosa (18€), o cru de robalo, maçã verde, trevos e lima (16€), a beringela piripiri, puré de batata-doce,

avelãs e *kale* (12€), a garoupa selvagem, couve-flor, *pak-choi* e cebola assada (34€) são alguns dos pratos a provar.

**Onde:** R. da Estalagem, Encarnação.

**Quando:** Todos os dias, das 12h00 às 22h00. [aethos.com/ericeira](http://aethos.com/ericeira)

## 3. Mapa

O nome do restaurante do L'AND Vineyards, Mapa, é o primeiro sinal da experiência gastronómica que proporciona: uma viagem pelos sabores trazidos das viagens marítimas portuguesas. É o chamado Menu Caminhos, 140€ (quem preferir os sabores mais regionais tem o menu Alentejo, 90€, sendo ainda possível pedir pratos à carta). Ao leme do restaurante está David Jesus, durante muitos anos braço direito de José Avillez, no Belcanto.

À mesa, a viagem começa no ano de 1498, em Moçambique, com uma gamba da costa com espinafres, amendoim e coco. A paragem seguinte é o Japão, em 1542, com o atum dos Açores com *miso*, tempura e algas. Seguimos, depois, para Goa,



3



4

na Índia e recuámos até 1510, com o carabineiro do Algarve com molho *xex-xeq* com maçã verde e salicórnia. Este é um prato especial, pois lembra ao *chef* a viagem que fez à Índia com o pai, natural de Damão, em 2016. “Este foi o prato que mais me marcou, mas troquei o caranguejo pelo carabineiro”, conta. Continuando o percurso, chegamos ao Brasil, em 1500, com o salmonete com xerém com berbigão da ria e sabores de moqueca. Do norte de África (1415), vem o pombo assado com cevadinha, amêndoas e canela e molho de menta. As sobremesas transportam-nos para a Tailândia (1511), com manga, arroz e coco, e para a Índia, com *bebinca* com café e rum (1498).

Depois do tempo afastado das cozinhas em que se dedicou à sua padaria (The Millstone), David Jesus afirma que estava a precisar de um desafio destes e que “este é o momento mais feliz” da sua vida. Felizes são também aqueles que se sentam à mesa do Mapa, ou, pelo menos, nós fomos.

**Onde:** Herdade das Valadas, EN 4, Montemor-o-Novo

**Quando:** de terça-feira a sábado, das 13h às 15h e das 19h às 22h. [l-and.com](http://l-and.com)

## 4. É Um Restaurante

O restaurante que é também um projeto social com o selo da associação Crescer, pois dá formação e trabalho a pessoas

que viveram em situação de sem-abrigo, tem uma nova carta e um menu de almoço que vale a pena experimentar. Nuno Bergonse continua a ser o *chef* consultor, mas na cozinha está, há um ano, Ricardo Guimarães. “Tem sido um projeto muito desafiante e gratificante ao ver como as pessoas evoluem”, diz. Fábio, 30 anos, é o responsável da sala, é um desses casos. “A Crescer deu-me força para lutar pela vida. Fiz a formação, saí e, quando houve oportunidade, regressi, ajudando agora a formar os outros”, conta.

Quanto às novidades da carta, há *ceviche* de corvina com batata-doce e maracujá (11€), o risoto de abóbora com espinafres, *goji* e avelã, o *tabuleh* com legumes assados e frutos secos (15,5€). Os pratos do menu de almoço não estão na carta e mudam todas as semanas (12€,5, inclui *couvert*, prato principal, bebida e café).

**Onde:** R. de São José, 56, Lisboa  
**Quando:** De terça a sexta-feira das 12h às 15h e das 19h às 22h. [eumrestaurante.pt](http://eumrestaurante.pt)