VIVRE LE PORTUGAL

VOTRE MAGAZINE DE CULTURE ET LIFESTYLE



Senhora da Rosa
LE LUXE EN PLEINE NATURE À SÃO MIGUEL

Quinta da Vacaria
UN DOMAINE CINQ ÉTOILES DANS LE DOURO

Flor de Carmim
LE DESIGN MET À TABLE

BIEN-ÊTRE Cinq rituels signature font des spas un voyage sensoriel en Algarve
GASTRONOMIE À Guia, « Ciro » pousse l'art du grill vers de nouveaux sommets
PORTRAIT Fraîcheur et durabilité, découvrez les secrets de la criée avec Pedro Bastos
VIN « Mouchão », 125 ans d'histoire et d'alicante bouschet depuis six générations

N.94 | Novembre / Janvier 2026/27 (trimestrielle) | €2.50 (Cont)

5 607727 115052 00094

OMBRIA KITCHEN



LES SAVEURS DE L'ALGARVE

Ouvert au public | Tous les jours, au déjeuner et au dîner.

Ombria Kitchen célèbre la générosité de la cuisine du sud du Portugal à travers des produits de saison, des recettes régionales et des cuissons au feu de bois. Dans l'esprit chaleureux d'une maison portugaise, on s'y retrouve autour d'une table conviviale pour partager et déguster les saveurs authentiques de la région.

VICEROY
OMBRIA ALGARVE



©Flor de Carmim

Novembre s'installe sur la Péninsule avec ses premières pluies, ses journées qui raccourcissent et ses parfums de châtaignes grillées au coin des rues, à l'approche de la São Martinho. Dans le Douro, les vignes se parent de rouge et d'or, comme pour offrir un dernier spectacle avant l'hiver. Puis viendront décembre et ses villes illuminées, ses tables qui s'allongent et ses premiers bolos-reis, avant qu'un mois de janvier clair et frisquet ne referme l'année en douceur. Une saison idéale pour ralentir, et la rédaction de votre magazine préféré vous invite à « Vivre le Portugal » en beauté au fil de ces trois prochains mois. C'est tout d'abord au bord du fleuve que nous vous emmenons, à la Quinta da Vacaria, refuge viticole cinq étoiles où le luxe se fait discret, avant de mettre le cap sur les Açores, à São Miguel, pour dormir dans une quinta de plus de 200 ans devenue hôtel nature. Nous mettrons ensuite la table, avec le design de Flor de Carmim, la cuisine au feu de Ciro à Guia, l'automne gourmand de l'Intemporal à Paço de Arcos et les grands rouges de la Herdade do Mouchão, en Alentejo, pour accompagner le repas. Sans oublier les rituels des spas de l'Algarve, les ateliers de peinture de Creative Escape pour ralentir à Lagos et le portrait d'un poissonnier qui régale les plus grandes tables du pays. Et bien d'autres découvertes encore !

Bonne lecture !
Johanna Trevoizan

OPEN MEDIA
GROUP

AUTRES PUBLICATIONS DE L'OPEN MEDIA GROUP
The Resident | Essential Algarve | Clubhouse Algarve
Inside Carvoeiro, Lagoa, Ferragudo Portimão & Silves
Inside Lagos & the Western Algarve

associação turismo do algarve membro

Suivez-nous!
Vivre le Portugal
vivreleportugal

Statut de Rédaction
VIVRE LE PORTUGAL est un magazine trimestriel d'information générale qui traite d'évènements régionaux importants. Il s'adresse principalement aux citoyens francophones, résidants ou non au Portugal. Les sujets traités concernent entre autres les loisirs, le lifestyle, le tourisme et l'immobilier.
Le Directeur

Estatuto Editorial
A revista VIVRE LE PORTUGAL é uma revista trimestral de informação geral que pretende dar, através do texto e da imagem, uma ampla cobertura dos mais importantes e significativos acontecimentos regionais e com interesse para os cidadãos franceses, residentes e não residentes em Portugal, em todos os domínios de interesse: lazer, lifestyle, turismo e imobiliária.
O Editor

DIRECTEUR / DIRETOR
Bruce Hawker **bruce.h@open-media.net**

DESIGNER
Nuno Encarnação **nuno.filipe@open-media.net**

DIRECTRICE PUBLICITAIRE / DIREÇÃO COMERCIAL
Melanie Kendall

RÉDACTEURS / REDAÇÃO
Alexandra Stilwell, Beatriz Maio, Bruce Hawker, Johanna Trevoizan

PHOTOGRAPHES / IMAGENS
Bruno Gonçalves, Bela Vista Hotel & Spa, Creative Escape, Domes Lake Algarve, Filipe Farinha / Nutrifresco, Flor de Carmim, Hayley Kelsing, Herdade do Mouchão, Intemporal, Luis Ferraz, Sabine Büttner, Senhora da Rosa, Vila Vita Parc, Vilalara Grand Hotel Algarve, Wyndham Grand Carvoeiro Algarve

TRADUCTION ET RÉVISION / TRADUÇÃO E REVISÃO
Johanna Trevoizan

IMPRIMÉ PAR / IMPRESSÃO
Grupo Jomagar, Moraleja de Enmedio, nº 16, 28938 Móstoles, Madrid

ABONNEMENTS / SUBSCRIÇÕES
vivreleportugal@open-media.net

DISTRIBUTEURS / DISTRIBUIÇÃO
VASP - Sociedade de Transportes e Distribuição, Lda
MLP, Quinta do Grajal, Venda Seca, 2739-511 Agualva Cacém

VIVRE LE PORTUGAL EST PUBLIÉ PAR OPEN MEDIA SA (CIRCULATION 5,000)
VIVRE LE PORTUGAL É PUBLICADA PELA OPEN MEDIA SA (CIRCULAÇÃO 5 000)

BUREAU DE L'ÉDITEUR ET DE RÉDACTION
SEDE DE EDIÇÃO E REDAÇÃO
Apartado 59, Parque Empresarial do Algarve 7, 8400-431 Lagoa
Tel: +351 282 341 310 | info@open-media.net

DROITS D'AUTEUR VIVRE LE PORTUGAL
DIREITOS DE AUTOR – OPEN MEDIA SA, 2014
La reproduction de tout texte ou d'images contenus dans cette publication sans l'autorisation expresse de l'éditeur est strictement interdite. Bien que tous les efforts ont été faits pour maintenir l'intégrité de nos annonceurs, nous déclinons toute responsabilité pour les problèmes, plaintes ou litiges suite aux réponses de lecteurs à la publicité dans ce magazine.

A reprodução de qualquer parte desta revista é estritamente proibida. Embora se tenham envidado os maiores esforços para manter a integridade dos nossos anunciantes, não aceitamos qualquer responsabilidade por qualquer problema, queixa ou litígio subsequente resultante da reação dos leitores aos anúncios nesta revista.

Publicação registada na Entidade Reguladora para a Comunicação Social com o número 126455

Propriedade Open Media - Design e Publicações, SA | NIF 507 100 492
Acionistas Imagination in Progress Lda 41,75%, Consigliere Ltd 32,75%, Castelo de Conchas SGPS Lda 25,5%
Diretor Bruce Hawker
CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO Presidente Bruce Patrick Hawker
Vogal Bianca Hawker | **Fiscal Único** Daniel Jorge Gonçalves Vicente
Suplente do Fiscal Único José António de Castro Jorge Ramalhete

1 - É garantida a liberdade de imprensa, nos termos da Constituição e da lei.
2 - A liberdade de imprensa abrange o direito de informar, de se informar e de ser informado, sem impedimentos nem discriminações.
3 - O exercício destes direitos não pode ser impedido ou limitado por qualquer tipo ou forma de censura.

Os conteúdos presentes nesta publicação não dispensam a consulta junto das respetivas entidades.

SOMMAIRE









8 ESCAPADE
La « Quinta da Vacaria » marie luxe discret, table étoilée et cave spectaculaire au bord du Douro

14 HÔTEL
Sur l'île de São Miguel, « Senhora da Rosa » redonne vie à une quinta familiale où la nature est reine

18 VIN
125 ans plus tard, la « Herdade do Mouchão » cultive l'art du temps depuis six générations

22 GASTRONOMIE
À Guia, « Ciro » érige le feu en vedette d'une cuisine méditerranéenne à flamme ouverte

26 RESTAURANT
« Intemporal » décline l'automne en onze moments, du gibier aux souvenirs de famille, avec vue sur l'océan

30 PORTRAIT
Pedro Bastos, poissonnier des plus grands chefs, livre les secrets de la criée et de sa quête du poisson d'exception

36 LOISIR
En Algarve, « Creative Escape » mise sur la créativité pour réunir des gens de toutes les nationalités

40 DESIGN
« Flor de Carmim » dessine des arts de la table pensés pour traverser les générations de portugais

44 BIEN-ÊTRE
En Algarve, cinq spas dévoilent des rituels signature inspirés de la nature et de l'identité portugaise

48 SÉLECTION DE VIN
Le « Fonte Salgada » de « Vida Vinha » capte la lumière et les embruns de l'Algarve dans un blanc salin et minéral



Des fêtes sous les étoiles d'Algarve, un Réveillon aux couleurs de Rio

6 DÉC. - 6 JANV.

DÉCOUVRIR PLUS

Rua Anneliese Pohl, Alporchinhos · 8400-450 Porches · Portugal
+351 282 310 100 · fb@vilavitaparc.com · @vilavitaparcresort
vilavitaparc.com

Vila Vita Parc
PASSIONATE ABOUT ALGARVE

THE LEADING HOTELS OF THE WORLD®



Cancer de la prostate

Un ennemi silencieux

TEXTE ANDRÉ OLIVEIRA, ONCOLOGUE À L'HÔPITAL CUF ALVOR ET À L'HÔPITAL CUF FARO

Le cancer de la prostate est la tumeur maligne la plus fréquente chez les hommes au Portugal. Il représente environ 7 500 nouveaux cas par an. La mortalité annuelle avoisine 1 900 hommes par an dans le pays (soit environ 5 décès par jour), un chiffre qui souligne l'urgence d'un diagnostic précoce.

Pour 2027, le nombre de diagnostics devrait continuer d'augmenter, sous l'effet du vieillissement de la population et de la multiplication des examens de dépistage, selon les données avancées par GLOBOCAN, base de données du Centre international de recherche sur le cancer (CIRC).

L'âge est un facteur de risque, l'incidence grimpant nettement après 50 ans. Mais la génétique joue elle aussi un rôle majeur : avoir un parent au premier degré (père ou frère) atteint de la maladie multiplie le risque par deux ou par trois. C'est pourquoi il est recommandé d'avancer à 45 ans, dans certains cas précis, la surveillance qui débute habituellement à 50 ans pour la population générale.

À un stade précoce, ce cancer est un ennemi silencieux, souvent sans signe évident. À mesure que la maladie progresse, plusieurs signaux d'alerte peuvent apparaître : difficulté à uriner, besoin d'uriner plus fréquent et sensation de vidange incomplète de la vessie. D'autres manifestations courantes peuvent survenir, comme des douleurs ou des brûlures en urinant, la présence de sang dans les urines ou dans le sperme, ainsi que des douleurs lombaires, aux hanches ou aux os (généralement associées à une maladie plus avancée).

Le pilier du diagnostic précoce est le dosage sanguin du PSA (antigène prostatique spécifique). Il est essentiel de rappeler que les valeurs de référence du PSA ne sont pas universelles et doivent toujours être ajustées à l'âge et au volume de la prostate du patient. En cas d'anomalie suspecte de ces valeurs ou lors du toucher rectal, l'urologie est la première spécialité à consulter. À la pointe dans la région de l'Algarve, CUF Faro et CUF Alvor se distinguent par des approches innovantes : échographie haute résolution, biopsie de fusion (IRM et échographie) sous sédation, et traitements focaux de pointe comme les HIFU, une technique qui utilise des ultrasons focalisés de haute intensité pour détruire le tissu tumoral dans une zone précise de la prostate.

L'étroite collaboration entre l'urologie et l'oncologie est vitale. Si les stades précoces relèvent de la chirurgie, de la radiothérapie ou de la surveillance active, la maladie avancée bénéficie de l'arsenal de l'oncologie : nouvelles thérapies hormonales, chimiothérapie, traitements de précision, pour garantir à la fois efficacité et qualité de vie.

L'intégration de CUF Faro et de CUF Alvor (anciennement Groupe HPA) dans le vaste réseau national CUF offre un avantage différenciant exceptionnel : les patients peuvent désormais bénéficier d'un accès potentiel à des essais cliniques innovants menés dans les unités du réseau, ainsi qu'à des réunions de concertation pluridisciplinaire centralisées. ■

Du Nord au Sud, des Açores à l'île de Madère, tous les soins, c'est CUF.

Des cas les plus simples aux plus complexes, de la téléconsultation au bloc opératoire, de la grossesse aux étapes les plus avancées de la vie, il y a toujours une CUF à proximité. À travers nos 60 hôpitaux, cliniques et centres de santé, du Nord au Sud, des Açores à Madère, à travers quatre générations, **tous les soins, c'est CUF.**



Hôpital CUF Faro
En savoir plus sur cuf.pt/en

CUF

Hospital CUF Faro, Hospital Particular do Algarve, S.A., Registo ERS E109587, Licença nº 43/2023 e 19/2011, Faro, NIPC 502271043



Un refuge viticole envoûtant

Le dernier repaire de luxe de Torel Boutiques offre un glamour discret, une table étoilée au Guide Michelin et une cave digne de James Bond

TEXTE **ALEXANDRA STILWELL**



Des intérieurs cossus à l'âme simple et authentique : cela peut ressembler à un paradoxe, et c'est pourtant précisément la magie discrète de la Quinta da Vacaria. L'un des plus anciens domaines viticoles du Douro, dont les archives remontent à 1616, cette propriété en bord de fleuve a ouvert un nouveau chapitre éblouissant grâce à son partenariat avec Torel Boutiques, le groupe portugais derrière certains des petits hôtels les plus convoités du pays. Inauguré en 2024, le domaine est devenu un refuge viticole cinq étoiles, à la fois d'un chic désarmant et d'une décontraction naturelle.

Au milieu des terrasses vertigineuses et des vignes en pente de l'Alto Douro, le projet n'est pas qu'un hôtel, mais une destination pour ceux qui aiment leur luxe servi avec un vrai sens du lieu. À quelques minutes en voiture de Peso da Régua, là où le Corgo se jette dans le Douro, la Quinta da Vacaria s'étend sur 60 hectares de vignes taillées dans le schiste, de la rive jusqu'à la crête. En bas, l'hôtel, aux lignes douces et aux vues sur le fleuve ; à mi-pente, une cave résolument contemporaine ; et, couronnant l'ensemble, la Casa da Vinha, un studio aux murs de verre conçu pour les dégustations privées et les grandes occasions, qui offre un panorama à 180° sur le fleuve et sa rive opposée.

Ancienne ferme en bord de fleuve et logement des ouvriers agricoles, le lieu est devenu un refuge luxueux qui marie l'aisance d'une maison de campagne habitée au raffinement



PHOTOS SUR CETTE PAGE ©LUIS FERRAZ

d'une galerie de design. Rien d'étonnant à ce qu'il ait déjà décroché une précieuse clé au Guide Michelin. L'ensemble de la décoration intérieure, signée de la designer Joana Astolfi, repose sur la philosophie « A Way of Silence » : un luxe feutré et contemplatif, où les vues font l'essentiel du travail et où rien ne cherche à attirer l'attention.

La patte de la designer est partout, dans des détails délicats, presque malicieux, et dans des pièces sur mesure du Studio Astolfi : chêne et noyer qui flirtent avec la paille, tissus texturés, carreaux faits main, objets chinés auprès d'artisans portugais et de créateurs internationaux. Le tout paraît soigneusement composé, sans jamais être précieux ; un peu comme si l'on débarquait chez un ami d'excellent goût qui posséderait, par hasard, 60 hectares de vignes.





Les 33 chambres et suites (dont certaines disposent d'un bassin privatif) se répartissent dans trois bâtiments principaux, chacun offrant des vues sans concession sur le Douro. Elles sont réunies en quatre catégories pleines de fantaisie : Arbres et Fruits, Rivière, Oiseaux et États d'esprit, un clin d'œil subtil au paysage environnant et à la vie intérieure du domaine. À l'intérieur, rien n'est stéréotypé : les têtes de lit font office d'installations artistiques, les meubles sont réalisés sur mesure, et les palettes de couleurs vont des neutres apaisants aux teintes ludiques, comme délavées par le soleil.

Dehors, une vaste terrasse et un deck s'étirent vers une piscine à débordement qui brouille la frontière entre l'eau et le fleuve. En contrebas, le bien-être prend une ampleur qui lui est propre. Le Calla Silent Wellness & Spa est l'un des plus

grands de la région : un sanctuaire de 1 000 mètres carrés doté d'un parcours aquatique avec piscine intérieure chauffée aux baies vitrées donnant sur le Douro et la végétation luxuriante, sauna, hammam, douches Vichy sensorielles, quatre salles de soins, salon de relaxation et salle de sport. Les soins puisent directement dans les vignes visibles par la fenêtre et, dans un espace dédié aux allures de laboratoire, le domaine troque l'huile de massage contre la cire de bougie, avec des ateliers de cosmétique et de fabrication de bougies utilisant les mêmes matières premières qui font l'identité de la région.

Si le spa est le royaume du silence, le 16 Legoas est celui de la convivialité. Principal restaurant de l'hôtel, il célèbre les produits nobles du Douro : une cuisine réconfortante au twist moderne, servie dans une salle chaleureuse et intime ou en terrasse, avec la piscine et le fleuve pour toile de fond. Sous la direction du chef Vítor Matos, qui préside une constellation d'étoiles Michelin, la carte semble trompeusement simple. L'exigence est implacable : produits locaux et de saison, et remise au goût du jour de recettes du Douro qui risqueraient sinon de sombrer dans l'oubli. Au programme, pain maison avec du beurre et l'huile d'olive du domaine, puis des entrées comme la caille au boudin noir, champignons et jus de foie, ou la truite arc-en-ciel marinée au fenouil, salade d'orange, betterave et graines de moutarde.

Les plats principaux rendent hommage aux grandes icônes de la cuisine portugaise : morue confite lentement à l'huile d'olive, ail et laurier, servie avec des pois chiches et un pil-pil ; longe de veau régionale accompagnée d'une sauce profondément portugaise, gratin de pommes de terre et céleri, ail rôti et oignons caramélisés ; ou encore une véritable épaule d'agneau de lait rôtie, issue de producteurs voisins, à partager avec un riz au four parsemé de charcuteries ou d'asperges. En dessert, une poire ivre à la caroube et au thym, accompagnée d'une glace maison à la poire d'une intensité remarquable, qui rappelle qu'en pays viticole, même les fruits restent rarement sobres.

Entre deux repas, le bar Barbus devient le salon du domaine. Les cocktails signature s'y accompagnent de petiscos traditionnels : pastéis de bacalhau d'une légèreté éthérée, croquettes de veau et autres petites assiettes pour ceux qui veulent une bouchée rapide avant de préparer de nouvelles expéditions dans les paysages sinueux et escarpés du Douro.

Dissimulé derrière une armoire et un rideau, le Schistó fait l'effet d'un délicieux secret dans lequel on aurait été initié. Récemment distingué d'une première étoile Michelin, le restaurant gastronomique de l'hôtel est bien plus qu'un hommage à la pierre de schiste emblématique de la région : c'est une distillation du Douro lui-même. Cette salle improbable est cocoonée de



PHOTOS SUR CETTE PAGE ©LUIS FERRAZ











PHOTOS SUR CETTE PAGE ©BRUNO GONÇALVES





rideaux de daim vert sauge, ses petites tables rondes habillées de lin souple et éclairées comme pour une petite pièce de théâtre élégante. La scène, c'est la cuisine ouverte, où la chorégraphie du chef et de sa brigade fait partie du spectacle de la soirée.

Le menu dégustation en 10 services évite délibérément les clichés culinaires. Ceux qui s'attendent à du foie gras et du caviar devront aller voir ailleurs. Ici, les vedettes sont les collines et le fleuve : truite, pièces de viande locales, charcuteries d'exception, potirons et betteraves transformés en tartares et en surprises de textures. Chaque plat se lit comme une lettre d'amour à la vallée, écrite en réductions et en jus plutôt qu'en adjectifs. Les accords sont orchestrés par le sommelier Carlos Eduardo, qui guide les convives à travers les millésimes du domaine, d'un effervescent vif aux bulles fines jusqu'à l'incontournable verre de Porto vintage. Presque toutes les bouteilles peuvent être achetées à la cave ou à l'hôtel, bien que les effervescents soient réservés aux clients de l'hôtel.

Parlons vin, justement : la cave qui surplombe l'hôtel est une œuvre d'art qui semble surgir naturellement de la colline et qui, de l'intérieur, évoque plutôt le repaire d'un méchant de James Bond, à condition que ce dernier possède une connaissance encyclopédique de la viticulture et un goût pour le design contemporain. Ici, les œnologues Jean-Hugues Gros et João Menezes pilotent un mélange assuré d'héritage et de haute technologie, de structure et de panache. Rien n'est laissé au hasard. L'escalier en colimaçon perce les niveaux comme un tire-bouchon sculptural enfoncé dans la roche, et l'image de marque comme le packaging sont traités avec le même sérieux que la vinification elle-même.

Un musée interactif et une boutique sont déjà en place, avec un restaurant et un club privé à l'horizon. Deux salles de dégustation privées relèvent encore le niveau : l'une est un cube de verre qui semble suspendu au-dessus de la salle des fûts, l'autre une salle circulaire tapissée de bouteilles, dont la pièce maîtresse est une table fabriquée à partir d'un balseiro, ce vaste fût traditionnel portugais en bois utilisé pour vieillir le Porto.

Pour ceux qui veulent un maximum de théâtralité avec leur dégustation, la Casa da Vinha les attend tout en haut du domaine : un pavillon de verre meublé comme la garçonnière ultime, avec fauteuils en cuir, généreuse table de dégustation et bar. On imagine y célébrer des occasions spéciales, y signer d'importants contrats ou y décider, en toute logique, de ne jamais repartir.

Les vins vont des blancs légers et fruités pour les chaudes soirées d'été aux assemblages rouges et blancs Duas Margens (20 € / 22,50 €) et aux monocépages (54,50 €) qui mettent en valeur certains cépages autochtones du Douro (viosinho, rabigato, gouveia, arinto, touriga francesa), sans oublier une sélection de Portos, du Pink (17 €) au Tawny de 50 ans (900 €). La cave met aussi à l'honneur ses voisins et d'autres régions portugaises, avec un alvarinho de la région des Vinhos Verdes déjà disponible en magnum (225 €) et d'autres vins « d'ailleurs » en préparation : une promesse discrète que l'aventure ne fait que commencer. ■

AGENCE IMMOBILIÈRE INTERNATIONALE

Plus de 300 agences à travers le monde, dont q atre en Algarve, à Carvoeiro, Albufeira, Almancil et Tavira.



FINE & COUNTRY

Algarve Central et Ouest (Praia do Carvoeiro): +351 282 354 140 | **Algarve Central et Triangle d'Or (Almancil):** +351 289 396 096
Albufeira: +351 289 396 096 | **Algarve Est (Tavira):** +351 281 023 263 | **Depuis l'Angleterre appelez:** 0207 318 0631 | **algarve@fineandcountry.com | AMI 9767**
algarve.fineandcountry.com | Siège social international Park Lane Londres 121 Park Lane, Mayfair, London W1K 7AG, United Kingdom

Quinta do Lago / 15 750 000 € / FC674GT / Classe énergétique A



Une quinta, quatre vies

À São Miguel, « Senhora da Rosa » raconte les quatre vies d'une quinta de plus de 200 ans, des oranges aux ananas, de l'auberge à l'hôtel nature, avec jardins foisonnants, spa et tables açoriennes

TEXTE **JOHANNA TREVOIZAN**







À Fajã de Baixo, à quelques kilomètres du centre de Ponta Delgada, un portail s'ouvre sur un monde que l'on n'attend pas si près de la ville : des bananiers, des araucarias, des ananas qui poussent sous verre et des allées qui sentent la terre humide. Au milieu de ce petit éden, une longue façade blanche surmontée de lames de bois. Bienvenue au Senhora da Rosa, Tradition & Nature Hotel, l'un de ces secrets que l'on se transmet à voix basse sur l'île de São Miguel, et qui fête cette année ses cinq ans.

L'histoire de cette quinta du XVIII[e] siècle, qui appartient à la famille de Joana Damião Melo depuis plusieurs générations, a plus de rebondissements qu'un roman. À l'origine, on y cultive des oranges, qui font alors sa réputation. Puis une maladie ravage la production, et il faut se tourner vers un autre fruit : l'ananas, qui remet la propriété sur la carte de l'île. En 1994, la quinta ouvre pour la première fois ses portes comme auberge.

Le succès est immédiat : l'accueil chaleureux des gens d'ici, le bon goût de la décoration et la cuisine réconfortante du

restaurant conquièrent un peu plus de fidèles chaque année. Puis, pendant une dizaine d'années, les portails se referment. Ils se rouvrent en 2021, avec la naissance de l'hôtel d'aujourd'hui, dirigé par Joana, fondatrice et cheville ouvrière du projet. Oranges, ananas, auberge, hôtel : en deux siècles, le domaine aura connu quatre vies.

Les 35 chambres répondent à une idée simple : faire entrer l'île chez soi. Dans le bâtiment principal, chaque chambre est dominée par une immense photographie de São Miguel, signée par des photographes de l'île, dont João Moniz, Paulo Goulart et Miguel Damião, qui recouvre tout le mur de la tête de lit. Dans l'une d'elles, un lac embrumé s'étend au-dessus du lit : le paysage devient le décor, mis en valeur par un mobilier sobre et un jeu de lumières tamisées.

La décoration est l'œuvre de Lili Damião, décoratrice d'intérieur et mère de Joana : elle met les plantes à l'honneur, marie meubles anciens et contemporains, redonne vie à des objets tombés en désuétude et puise ses couleurs dans la nature. Le projet de réhabilitation, lui, est signé de l'Atelier Vieitas.

Au centre de la quinta, deux « Tranquility Garden Lodges », des anciens greniers où l'on entreposait les céréales convertis en suites. Avec leurs 33 m^2, ils réunissent chambre, salle de bains, coin salon et, surtout, une terrasse avec baignoire en plein air entourée de bananiers. Le reste de l'offre va du standard à la chambre deluxe avec véranda, en passant par la junior suite et la suite familiale à deux chambres, pour un tarif moyen de 125 à 450 euros la nuit.

Dehors, on se laisse porter par les jardins, dont les arbres fruitiers et les herbes aromatiques alimentent la maison. Il y a la piscine extérieure et surtout ce bassin d'eau chaude installé dans une serre d'ananas, clin d'œil à l'histoire de la propriété. Le spa Musgo, « mousse » en portugais, propose quatre salles de soins avec terrasse, une salle de relaxation, un hammam, un sauna et un studio de yoga et de pilates, avec vue sur toute la quinta.











Quatre-vingts pour cent des soins utilisent des huiles essentielles issues de la quinta ou de l'île, au fil des saisons. Les plus jeunes ont leur kids club, les sportifs un terrain de padel, les curieux un centre d'interprétation pour remonter le fil de l'histoire du lieu, et une petite chapelle du XIX^{e} siècle, ouverte aux visites et aux célébrations religieuses.

Ici, l'écologie n'est pas un slogan. Deux cent vingt panneaux photovoltaïques et vingt panneaux solaires fournissent 60 % de l'énergie consommée, la propriété compte trois zones de compostage, des pompes à chaleur et des cuves de récupération d'eau de pluie pour l'arrosage, et un potager alimente la cuisine du restaurant.

Côté table, la maison joue sur deux registres. Le Magma, cinquante-cinq couverts et une terrasse semi-couverte, ouvert au déjeuner comme au dîner, a pour ambition de réinventer la cuisine açorienne en la portant à un autre niveau : la mer, la terre et les douceurs de l'archipel y sont à l'honneur, avec des saveurs et des techniques régionales passées au prisme d'un regard contemporain. Aux fourneaux, le chef Duarte Rodrigues a signé, selon la presse portugaise, des cartes où figuraient un risotto de « lapas » (berniques), des « pastéis de massa tenra » (chaussons à la viande), un « pica-pau » de murène ou encore un thon braisé à la sauce « vilão ».





Plus audacieux, le Mirante Rooftop Bar, au sommet du bâtiment principal, offre l'une des plus belles vues de l'île, avec 25 places assises et 50 sur la terrasse. La carte 2026, signée du chef Pedro Rosa, garde son identité asiatique et y ajoute la mémoire açorienne : conserves, salaisons traditionnelles, recettes de famille qui ont traversé les générations, réinterprétées avec la même rigueur.

La quinta est aussi un excellent point de départ pour explorer l'île : l'aéroport João Paulo II est à environ sept kilomètres, la plage de São Roque à deux, et les célèbres lacs de Sete Cidades ne sont pas loin. On peut aussi ne pas bouger du tout : la boutique de produits açoriens, les terrasses et le Mirante au coucher du soleil suffisent à occuper une journée. Pour les séjours professionnels, deux salles de réunion et d'événements permettent de travailler au calme, la tête dans la verdure.

L'hôtel se trouve au 3, Rua Senhora da Rosa, à Ponta Delgada (info@senhoradarosa.com, +351 296 100 900). Le Magma est ouvert tous les jours, avec petit-déjeuner de 7h à 11h, déjeuner de 12h30 à 15h et dîner du jeudi au lundi de 19h à 23h. Le Mirante accueille ses clients du mardi au samedi de 19h à 23h, avec un brunch les samedis et dimanches de 11h à 15h. ■

Avec le temps

En Alentejo, à Sousel, la Herdade do Mouchão fête les 125 ans de sa cave née en 1901, où l'on foule encore le raisin aux pieds. Sixième génération de la famille Reynolds, un domaine où l'alicante bouschet a trouvé sa terre d'élection au Portugal

TEXTE **JOHANNA TREVOIZAN**



À Casa Branca, dans la commune de Sousel, la route se perd dans le « montado », ces paysages de chênes-lièges et de plaines dorées qui font l'âme de l'Alentejo. Au fond d'une vallée, au milieu des vignes et de grands eucalyptus, se dresse une longue bâtisse blanchie à la chaux, aux murs d'adobe. Le 19 novembre prochain, elle soufflera ses 125 bougies. Depuis 1901, rien, ou presque, n'a changé à l'intérieur de la « Adega Nova », la cave « neuve » de la Herdade do Mouchão, qui a gardé son nom comme on garde un surnom d'enfance.

L'histoire de ce domaine commence bien avant la cave, et loin de l'Alentejo. En 1824, Thomas Reynolds débarque à Vila Nova de Gaia et fonde une maison d'exportation qui expédie vers l'Angleterre du vin de Porto, de l'huile d'olive, des agrumes, de la laine, du miel et du liège. C'est le liège qui l'attire dans le Sud, vers 1832. Son fils Robert reprend l'affaire en 1850, et c'est à la génération suivante que le Mouchão prend son visage : au début des années 1890, John Reynolds y bâtit la maison familiale et les bâtiments agricoles. Avec son frère Rafael, il épouse deux sœurs portugaises, Isabel et Cristina Andrade Bastos, resserrant encore les liens de la famille avec son pays d'adoption. En 1901, la nouvelle cave sort de terre.

Pendant des décennies, le vin se vend en vrac aux villes voisines, sans étiquette. Il faut attendre 1949 pour que la famille lui donne un nom et un visage, avec le premier embouteillage réalisé à la cave. Puis vient la Révolution de 1974 : la propriété est expropriée. Lorsqu'elle revient aux Reynolds, en 1986, elle est dans un état d'abandon avancé. Babette, la fille d'Albert « Bouncer » Reynolds, son mari Iain Richardson et leur fils Iain Reynolds Richardson se mettent alors au travail : remettre en état la terre, les vignes, la cave et, surtout, une manière de faire qui n'a jamais cessé d'appartenir au Mouchão.

Aujourd'hui, c'est Iain, sixième génération, qui veille sur le domaine. Revenu de ses études d'œnologie à Rioja au début des années 1990, il a choisi de conserver l'essentiel des méthodes et des infrastructures, pour en approfondir la singularité plutôt que de la gommer.

La cave est un musée qui travaille. Ses murs épais gardent naturellement la fraîcheur, ses deux ailes s'élèvent sous de hautes poutres de châtaignier. À l'intérieur, neuf lagares de pierre, quatre pressoirs manuels en bois, des dizaines de tonneaux de plus d'un siècle et un alambic de cuivre, toujours alimenté par un fourneau à bois. L'électricité n'est arrivée qu'en 1991, sans bouleverser l'organisation du travail. Les raisins sont vendangés à la main et foulés aux pieds, avec une partie des rafles. La fermentation démarre naturellement, puis les moûts passent sous les pressoirs, actionnés à la main. Les grands tonneaux, d'environ 5 000 litres, mêlent douelles anciennes de chêne et de châtaignier portugais à des fonds d'acajou et de macacaúba, des bois brésiliens très anciens : ils permettent un élevage long sans jamais masquer ni les raisins ni le terroir.




Mourchão










51

Ici, parler du Mouchão, c'est parler d'alicante bouschet. Le cépage, d'origine française, n'y avait jamais donné toute sa mesure. C'est sur cette propriété qu'il a été planté pour la première fois en sol portugais, à la fin du XIXe siècle, et qu'il a trouvé ce qu'il cherchait : un climat chaud et sec, et les sols profonds, fertiles et bien drainés des várzeas. Sur les 47 hectares de vignes, 23 lui sont consacrés, soit près de la moitié de la production. Le résultat, ce sont des rouges intenses, structurés, puissants, capables de vieillir plus de cinquante ans, comme le Mouchão 2018 ou le Tonel 3-4 2015.

Ce dernier est la pièce maîtresse de la maison : une sélection des meilleurs raisins d'alicante bouschet de la vigne des Carapetos, vinifiée en lagares puis élevée de longues années dans deux immenses tonneaux, les numéros 3 et 4, d'où son nom. Apparu en 1996, il n'est produit que les années où la qualité et la quantité le permettent. Le millésime 2015, tiré à 11 000 bouteilles, a été noté 97 sur 100 par le quotidien Público et se négocie autour de 295 euros.

Sur les sols plus squelettiques et caillouteux, d'autres rouges prospèrent : trincadeira, aragonez, touriga nacional, touriga franca et syrah. Les blancs, antão vaz, arinto et verdelho, occupent les coteaux près du barrage du Mouchão et des ruisseaux Almadafe et Jordana. De ces vignes naissent les Rafael, blanc et rouge, fidèles à l'Alentejo le plus traditionnel, et les Ponte, qui en proposent une lecture plus moderne. Le domaine produit aussi des vins fortifiés, dont l'Abafado et les Sobremesa, et deux eaux-de-vie de marc distillées dans un alambic installé en 1924 : l'une, jeune, à partir de l'Alicante Bouschet, l'autre vieillie six ans.

Le Mouchão ne vit pas que de vin. Les brebis, élevées en agriculture biologique, rappellent la tradition pastorale. Le miel sauvage est récolté sur les ruches du domaine, dont la couleur varie au gré des fleurs. Les oliviers, parfois centenaires, donnent deux huiles d'olive vierge extra : la Galega, en quantité limitée, et la Courellas, assemblage de Galega et de Cobrançosa, fruité et légèrement poivré. Autour de la table, chacun peut mesurer ce que cette terre donne, de la vigne à l'abeille.

Pour aller sur place, la visite se fait sur réservation, du lundi au vendredi. On commence par les vignes, puis on découvre la cave historique, avant une dégustation. Sur la plateforme Portugal by Wine, la formule de 90 minutes, avec six vins et une eau-de-vie, démarre à 55 euros par personne (2 personnes minimum), et celle de deux heures, accompagnée de petiscos régionaux, à 65 euros (4 personnes minimum), en portugais, anglais ou espagnol. Réservation directe : adega@mouchao.pt ou +351 268 539 213. Le domaine se trouve à Casa Branca, 7470-158 Sousel.

Au Mouchão, on a toujours pensé qu'un grand vin se fait avec du temps, des mains et de la patience. Cent vingt-cinq ans plus tard, la preuve est dans le verre. ■



Maîtriser le feu

À Guia, Ciro pousse l'art du grill vers de nouveaux sommets

TEXTE **BRUCE HAWKER** PHOTOS **HAYLEY KELSING**

Il y a quelque chose de merveilleusement audacieux à ouvrir à Guia un nouveau restaurant sophistiqué entièrement consacré à la cuisine au feu. Après tout, cette petite ville discrète de l'Algarve joue avec le charbon de bois depuis bien longtemps.

Guia est le berceau spirituel du poulet « piri-piri » où des générations de fidèles reviennent toujours dans leur rôtisserie préférée parmi celles de la ville. Ils y savourent le festin tout simple de petits poulets grillés au charbon de bois, badigeonnés d'une bonne sauce piri-piri et servis avec salade et frites : un ensemble bien supérieur à la somme de ses parties.

Aussi, lorsque Vila Vita Parc a décidé d'y ouvrir son dernier restaurant, il s'est sagement gardé de vouloir réinventer le plat le plus célèbre de Guia. Ciro reprend plutôt la longue histoire d'amour de la ville avec le feu et l'emmène dans une tout autre direction, bien plus ambitieuse.

Le restaurant décrit son approche comme une cuisine méditerranéenne au feu : les produits y sont grillés, mijotés lentement, affinés, fermentés et laqués, au sein d'un menu pensé en grande partie pour le partage. Au centre du dispositif, une cuisine à flamme ouverte, volontairement visible depuis la salle plutôt que dissimulée derrière des portes closes.

Et pour moi, cette cuisine est la véritable star du lieu. J'ai un faible pour les restaurants qui cuisent au feu, mais Ciro pousse l'idée bien plus loin. En entrant, j'ai été immédiatement impressionné par le poste de grill de la cuisine ouverte. Pas un barbecue de façade, mais un équipement très sérieux, de toute évidence la salle des machines du restaurant.

Il y a quelque chose de presque primitif à regarder de beaux produits cuisinés sur un vrai feu. À une époque où une technologie culinaire toujours plus sophistiquée peut donner à la cuisine des airs de laboratoire, c'est un vrai plaisir de voir les









chefs revenir à la plus ancienne technique de cuisson qui soit.

Bien sûr, la cuisine au feu est actuellement extrêmement à la mode. De Londres à Madrid, de Copenhague à Dubaï, presque tous les nouveaux restaurants ambitieux semblent avoir découvert le bois, le charbon et la braise, mais pas toujours avec les meilleurs résultats. Ciro, heureusement, est plus convaincant.

C'est en partie une question de lieu. À Guia, le feu n'a rien d'un gadget : il est à sa place. Ciro occupe des locaux de la Rua General Humberto Delgado, au centre du village, et prolonge naturellement l'importante offre gastronomique de Vila Vita Parc. Pourtant, il n'a rien d'un restaurant d'hôtel transplanté en ville.

Le design est chaleureux et contemporain, avec plusieurs espaces de restauration intérieurs et extérieurs. Il règne une agréable rusticité qui sied au concept, où que l'on soit installé. Mon conseil : demandez une table dans la salle principale, d'où l'on peut observer les chefs au travail devant le grill.

Presque tout ce qui figure à la carte entre en contact avec le feu d'une manière ou d'une autre. Lors de notre dernière visite, l'une de nos entrées était composée de coques locales (berbigão), ouvertes à la vapeur sur le grill et servies avec une huile d'olive fumée et une vinaigrette d'herbes. Nous avons aussi goûté des gambas royales, légèrement grillées et accompagnées d'une sauce merveilleusement riche, préparée avec les

têtes des crevettes. À ce stade, il faut absolument mentionner l'excellent pain au levain, cuit, naturellement, au four à bois. Un pain entier arrive à partager pour deux, idéal pour saucer les jus et les sauces des entrées.

Côté plats principaux, on trouve des suggestions du jour, dont de belles pièces de boucherie, mais un plat à ne surtout pas manquer est la réponse de Ciro au célèbre poulet piri-piri de Guia : des tranches de poulet désossé, grillées tout en douceur et servies avec une délicieuse sauce légèrement pimentée. Il s'inspire clairement du classique local sans chercher à l'imiter.

Rien de particulièrement compliqué dans cette cuisine, en réalité. L'idée maîtresse est de prendre de bons produits et de les sublimer grâce à un usage intelligent du feu. Cela paraît simple, mais quiconque a déjà tenté de cuire un poisson ou un bon steak sur du charbon sait que maîtriser un feu vivant demande bien plus de jugement que de régler un four à 180 degrés. La différence entre une fumée qui ajoute de la complexité et un dîner qui a simplement un goût de cendrier peut être remarquablement mince.









C'est aussi pourquoi je me suis surpris, lors de ma dernière visite, à tant observer la cuisine. Le grill n'est pas qu'un spectacle pour la salle. Les cuisiniers déplacent sans cesse les pièces, jaugent la chaleur et travaillent avec différentes zones du foyer. On sent que le succès du restaurant repose, en fin de compte, sur le savoir-faire de ceux qui se tiennent devant ces braises.

Il y a aussi une jolie ironie dans l'arrivée de Ciro. Guia est devenue célèbre grâce à l'un des plats de restaurant les plus simples du Portugal et, à quelques pas des rôtisseries traditionnelles, Vila Vita a créé l'une des interprétations les plus sophistiquées de la cuisine au feu de l'Algarve.

Ces deux mondes ne sont pas aussi éloignés qu'il n'y paraît. Tous deux reposent sur la compréhension de la chaleur. Tous deux dépendent de bons produits. Et tous deux démontrent que la fumée et la flamme peuvent produire des saveurs qu'aucun équipement de cuisine, aussi astucieux soit-il, ne saura jamais tout à fait reproduire. ■



L'automne prend son temps

À Paço de Arcos, dans l'ancienne Casa do Fiscal, le jeune chef António Simões signe son troisième menu de saison : gibier, champignons, poire et coing, avec des plats nés de souvenirs de sa grand-mère et de ses voyages. Une table où l'on réapprend à prendre son temps

TEXTE **JOHANNA TREVOIZAN**

À dix minutes de Lisbonne, au bord de la Marginal, Paço de Arcos garde l'allure tranquille d'une petite station balnéaire d'autrefois. C'est là, rue Vista Alegre, que l'on trouve une adresse dont le nom est déjà une promesse : Intemporal. Ici, pas de carte permanente et aucun plat qui se fige. À chaque saison, la cuisine tourne la page, et l'automne vient d'ouvrir un nouveau chapitre.

La maison occupe l'ancienne Casa do Fiscal, un petit bâtiment du XXe siècle où l'on percevait autrefois les taxes sur le poisson. Difficile d'imaginer écrin plus juste : on y venait compter le temps de la pêche, on y vient aujourd'hui le suspendre. La salle, ample et lumineuse, mêle détails contemporains et grands luminaires, avec la mer pour voisine. Tout y est pensé pour que l'on ralentisse : le décor ne cherche pas à impressionner, il invite à rester.

Le parcours s'organise en cinq temps, aux noms qui sentent le roman : Prelúdio, Passagem, Permanência, Demora et Eternidade. D'une saison à l'autre, certaines créations reviennent, mais jamais à l'identique : un plat peut rester et pourtant évoluer, au gré du produit, de la saison et de la technique. Le menu complet compte onze moments, une version plus courte en propose six, et une nouveauté fait son entrée cet automne : un menu en quatre temps où l'on choisit à chaque étape.


Chef António Simões

Le menu d'été en donnait la mesure : des Ovos Rotos au toro et au jaune d'œuf affiné, version gourmande d'un plat réconfortant ; un gaspacho filtré qui renvoie aux années du chef en Alentejo ; ou encore le Khao Soi, né au printemps d'une soupe goûtée à Chiang Mai, adopté par les convives puis revenu à la table avec du calmar à la place des nouilles. Autant de plats qui disent la même chose : on peut voyager loin sans jamais quitter le produit d'ici.

Derrière ces assiettes, un chef de trente ans. António Simões est né à Vila Franca de Xira, au bord de la lezíria, mais c'est à Coimbra, d'où viennent ses parents, qu'il a noué son rapport charnel à la terre : enfant, il suivait les vendanges et la cueillette des olives, et côtoyait les animaux de la ferme. Il fait ses classes au 100 Maneiras, puis devient sous-chef du L'AND Vineyards, une étoile Michelin, auprès de Miguel Laffan, qu'il accompagne dans des missions à Paris, au Brésil et en Thaïlande.

Il prend ensuite la cuisine de la Herdade da Malhadinha Nova, aux côtés du chef Joachim Koerper, avant de rejoindre l'Intemporal en janvier 2025. En mars 2026, il en devient le chef principal. Sa ligne tient en quelques mots : le respect du produit et de sa saison, et une technique au service du goût, jamais l'inverse. Les influences venues de loin, comme l'acidité, les herbes et les épices, entrent par petites touches, toujours au service du produit portugais.

Ce qu'il cherche, il le résume ainsi : une cuisine saisonnière, d'auteur et émotionnelle, ancrée dans la mémoire et le territoire mais écrite dans une langue contemporaine. Et, au-delà de l'assiette, rendre du temps aux gens : quelques heures où l'on débranche et où l'on se laisse porter. Cette idée a même débordé du restaurant avec TEMPO, une offre d'expériences gastronomiques conçues sur mesure pour chaque occasion, qui prolonge hors les murs la manière de penser de la maison.

Cet automne, sa cuisine se met à l'heure de la terre : gibier, champignons, poire, coing et épices. Deux créations se détachent. Le Swahili, d'abord : un cabillaud confit aux épices, velouté de curry de pois chiches, conserve de mangue verte et blette grillée, né d'un voyage du chef à Zanzibar. La Cabidela de Pato, ensuite, reprend la recette de sa grand-mère, ce ragoût traditionnel lié au sang et relevé d'un trait de vinaigre, servi avec une poire ivre acidulée, des capucines, du gésier grillé et une cuisse de canard croustillante. La table s'ouvre sur des moules au caviar liées par un aïoli, puis sur un « pastel » à la pâte tendre aux quatre gibiers, avant un turbot grillé aux champignons et au beurre blanc, que la cuisson sur le gril rend pleinement automnal.

Au milieu du parcours, une pause : le pain à fermentation lente, qui dit à lui seul l'esprit de la maison. Puis vient l'heure des desserts, signés par la cheffe pâtissière Letícia Silva. Les agrumes jouent la fraîcheur, avec meringue, curd de mandarine, pomelo et glace à la verveine. L'Escarpiada de Condeixa, elle, ramène aux souvenirs du chef dans la terre de sa grand-mère paternelle, et referme le repas sur une note de tendresse.

L'Intemporal est sélectionné par le Guide Michelin 2026, et le chef le dit sans détour : une étoile serait une belle reconnaissance, mais ce n'est pas elle qui guide les casseroles. L'important est ailleurs, dans la constance et dans une identité de plus en plus claire.





La cave a aussi son mot à dire. Le restaurant organise un cycle de dîners avec des vignerons : début octobre, la Quinta de Lemos, dans le Dão, y a ouvert sa cave pour une soirée de vieux millésimes servis par surprise, sous la houlette du sommelier António Guerreiro.

Côté pratique, le menu de onze moments est à 110 €, le Passageiro, en six moments, à 60 €, et le nouveau Menu Instante, avec pain, entrée, plat et dessert au choix, à 30 €, boissons non comprises. La maison est ouverte le soir, du mardi au samedi, et à midi du jeudi au samedi. Réservations : reservas@intemporalrestaurante.pt ou +351 968 432 288, au 6, rue Vista Alegre. On peut se garer à l'hôtel Vila Galé Paço de Arcos, à trois minutes à pied.

Dans une époque qui court, l'Intemporal propose l'inverse : s'asseoir, laisser les saisons parler et retrouver le goût d'attendre. ■



O SEU **PARCEIRO** DE NEGÓCIOS
PORTUGAL - FRANÇA

*VOTRE **PARTENAIRE** D'AFFAIRES*
FRANCE – PORTUGAL



JUNTE-SE À NOSSA REDE
e descubra um mundo de vantagens:

- Rede de contactos internacional
- Club de negócios
- Apoio à criação e desenvolvimento de empresas
- Descobrir novos clientes
- Encontrar parceiros de negócios
- ***» e muito mais!***

REJOIGNEZ NOTRE RÉSEAU
et découvrez un monde d'avantages:

- *Réseau international de contacts*
- *Club d'affaires*
- *Création et développement d'entreprises*
- *Trouver de nouveaux clients*
- *Rencontrer vos partenaires d'affaires*
- **» et beaucoup plus!**

Mais de **130 anos** de experiência ao serviço das empresas
*Plus de **130 ans** d'expertise au service des entreprises*

www.ccilf.pt

CCI LUSO FRANÇAISE
Câmara de Comércio e Indústria Luso-Francesa

Un poisson d'exception

Du marché d'Albufeira aux plus grandes cuisines du pays, Pedro Bastos dévoile les secrets de son métier pour sélectionner les plus beaux poissons et fruits de mer

TEXTE **ALEXANDRA STILWELL** PHOTOS **SABINE BÜTTNER**



Pedro Bastos

Connu dans tout le Portugal et bien au-delà pour l'excellence de ses poissons et fruits de mer, Nutrifresco est devenu un nom incontournable sur les bons de commande des plus grands chefs. Pourtant, ce fournisseur de référence des cuisines haut de gamme n'est pas né dans une salle de réunion, mais sur le sol froid et humide d'un marché local, à une époque où son fondateur, Pedro Bastos, était à peine assez grand pour voir par-dessus l'étal.

Nous rencontrons Pedro un après-midi de printemps à la criée de Sagres, à la pointe la plus occidentale de l'Algarve, où le poissonnier se déplace avec l'assurance de celui qui a passé sa vie à lire les humeurs de la mer. « Dès l'âge de 6 ans, j'accompagnais déjà mes parents lorsqu'ils vendaient du poisson sur le marché d'Albufeira, ainsi que lors de leurs déplacements dans les différentes criées », se souvient-il. « Vendre du poisson d'une extrême fraîcheur était à la fois exigeant et stimulant. Cela me procurait un immense plaisir. Vendre un poisson irréprochable, c'est un peu comme transmettre une œuvre d'art, en l'occurrence un chef-d'œuvre façonné par le monde marin », confie-t-il alors que nous pénétrons dans le grand hangar.


Oito

C'est le désir de mieux comprendre le monde fascinant des espèces marines qui le conduit à entreprendre des études de biochimie à l'Université de l'Algarve. « C'est en suivant ce cursus, tout en aidant à la poissonnerie de mes parents, que j'ai décidé de fonder Nutrifresco, en tournant le dos au traditionalisme du secteur pour créer une entreprise où le poisson serait considéré et traité comme un produit d'excellence. »

Aujourd'hui, Pedro dirige une équipe de soixante-dix personnes qui sillonne les criées, de l'Algarve jusqu'au nord du Portugal. Pour le poissonnier, les criées sont des lieux magiques et inspirants. « Imaginez tous ces pêcheurs partis en mer de nuit. Ils ont navigué des miles durant jusqu'aux zones de pêche, ou en ont découvert de nouvelles, extraordinaires, grouillantes de poissons magnifiques. Ils sont parvenus à les capturer. Ça paraît simple, mais ça suppose énormément de sacrifices, de courage, de détermination, un grand savoir-faire dans la capture, beaucoup de vent glacial et de sel sur la peau », remarque-t-il avec admiration, tandis que défilent sur un tapis roulant de grandes caisses orange remplies de dizaines d'espèces différentes.

Acheter du poisson à la criée est une expérience grisante, presque comparable à une partie de poker, explique Pedro, télécommande à la main pour placer ses enchères. « Chaque acheteur doit lire la salle et observer les autres participants pour miser sur le poisson convoité au moment exact. Le moment le plus intense, c'est lorsqu'il faut enchérir sur un lot important et unique d'une espèce très recherchée. C'est tout ou rien : soit on obtient l'ensemble du lot et l'on peut honorer les commandes, soit on le perd pour quelques millisecondes de retard. »

Né et élevé sur la côte de l'Algarve, le jeune entrepreneur distingue trois espèces comme l'expression la plus pure des saveurs de la région : la palourde, le rouget et la crevette rouge. « La palourde est le coquillage qui représente le mieux le terroir des estuaires de l'Algarve. Les arômes de l'estuaire se retrouvent aussi bien dans la chair du coquillage que dans le liquide qu'il renferme. Les « amêijoas à Bulhão Pato » sont un plat fantastique lorsqu'elles sont préparées avec de bonnes palourdes de l'Algarve, qu'elles viennent de la Ria Formosa ou d'Alvor. Le rouget de l'Algarve, toujours bien nourri, est riche en gras. Sa peau aux reflets orangés a toujours une saveur qui évoque les crustacés », précise-t-il en présentant un spécimen étincelant qu'il vient de remporter aux enchères. « Et des profondeurs nous vient la crevette rouge, ou violette, l'une des crevettes les plus savoureuses que je connaisse, sans aucun doute. »

Quant à la sélection des meilleurs produits, le credo de Pedro est d'une simplicité désarmante. « Nous aimons regarder le poisson droit dans les yeux ! La fraîcheur est pour nous absolument essentielle. C'est à la fois un point de départ et une destination. C'est d'ailleurs pour ça que l'entreprise s'appelle Nutrifresco : elle réunit les deux valeurs fondamentales du poisson, sa valeur nutritionnelle et son état de fraîcheur, aussi fugace que magique et exigeant. »

Mais dans le langage de la gastronomie fine, « frais » n'est qu'un premier adjectif, pas le dernier. Au-delà de la fraîcheur, d'autres facteurs déterminants distinguent le bon poisson du poisson d'exception. « Un poisson d'une extrême fraîcheur porte l'odeur pure et magnifique de la mer, avec tous ses



©FILIPE FARINHA / NUTRIFRESCO







arômes. Sa chair possède une délicatesse et une élégance incomparables. Cependant, si un poisson très frais est trop maigre, il perd tout son charme gastronomique. La saveur vient en grande partie des réserves de graisse du poisson. »

La taille est un autre paramètre, subtil mais décisif. Pedro désigne un turbot de 7,2 kg comme l'exemple parfait d'une pièce exceptionnelle et très recherchée. En règle générale, chaque espèce possède une fourchette de taille idéale, aussi prisée que disputée. Les chefs professionnels le savent bien et cherchent toujours la taille la mieux adaptée aux exigences de chaque plat ou préparation qu'ils ont en tête.

L'apparence compte également : « Tout comme certains producteurs créent des produits uniques, les pêcheurs expérimentés mettent un point d'honneur à ramener des poissons manipulés avec soin et bien sélectionnés. La technique de pêche elle-même peut laisser des marques sur le corps du poisson, affectant son apparence et sa beauté. Un poisson destiné à être présenté doit être irréprochable », affirme Pedro.

À la pointe de la manipulation des produits de la mer, Nutrifresco répond également aux exigences toujours plus précises des restaurants japonais et spécialisés en sushi. « Les restaurants japonais accordent une grande importance au poisson saigné et mis à mort par sectionnement de la moelle épinière, une technique appelée « Ikejime », explique Pedro. « Pour certaines espèces, comme le thon, la différence de qualité après ce procédé est très significative. » Traité de cette manière, le poisson destiné aux préparations crues développe une saveur plus nette et plus persistante, ainsi qu'une texture d'un raffinement presque soyeux.

La saisonnalité est un autre facteur important à garder à l'esprit, car l'espèce que l'on préfère n'est pas toujours à son meilleur. Pedro insiste sur l'importance de privilégier les espèces de saison et, parmi la pêche du jour, de choisir celle qui paraît la plus grasse. « Certains restaurants fonctionnent avec des menus fixes, établis mensuellement, trimestriellement, voire pour l'année entière. Ils finissent par proposer des poissons hors saison et passent à côté de la pêche du jour ou des espèces au sommet de leur saison. »

Il faut savoir que le bar et la dorade royale sont les plus gras et les plus savoureux de décembre à mars ; les pouces-pieds dépendent des conditions de mer, des marées et des phases lunaires, et sont surtout disponibles de mai à mi-septembre ; le poulpe se trouve plus régulièrement toute l'année ; la seiche, surtout les grosses pièces, abonde de janvier à mars ; la sardine, reine de l'été, atteint son apogée entre mi-juillet et août ; quant au thon, pour lequel des chefs viennent parfois tout droit du Japon, il est à son meilleur de mai à début juin, lorsque son taux de gras est le plus élevé. « Le thon est un poisson migrateur qui parcourt l'océan », explique Pedro. « L'espèce qui longe la côte de l'Algarve est le thon rouge









[Thunnus thynnus]. C'est le roi des thons, et celui pêché dans ces eaux est particulièrement savoureux, grâce à son régime alimentaire tout au long de son parcours le long de la côte, où il se nourrit de sardines, d'anchois, de calamars et de seiches. »

À une époque où la consommation responsable fait partie intégrante de l'art de vivre raffiné, Nutrifresco a fait de la durabilité une composante à part entière de sa définition de la qualité. Pour Pedro, respecter les rythmes de la nature n'est pas un argument marketing : c'est une condition non négociable pour exercer ce métier. Certaines espèces doivent être limitées, voire écartées des cartes, pour concilier durabilité et exigences des cuisines haut de gamme. « Nous nous laissons guider par la raison, la diversification de la consommation et le respect des périodes de fermeture légales pour la pêche et la commercialisation. Pour nous, il est absolument essentiel et non négociable de ne rien commercialiser durant sa période de fermeture. Les restrictions sur la capture de certaines espèces se multiplient, et ces règles ne sont pas toujours respectées, ni dans le secteur de la pêche, ni dans celui du commerce. »

Pour Nutrifresco, respecter ces règles est une question d'honneur, et l'entreprise tient à étendre cet engagement aux chefs avec lesquels elle travaille. « Nous mettons en avant des espèces moins connues afin de soulager celles qui sont déjà largement exploitées. Nous prenons autant de plaisir à vendre un maquereau spectaculairement frais et savoureux qu'à vendre une magnifique langoustine pêchée à 500 mètres de profondeur. Biologiquement, ce sont deux animaux très différents, avec des rythmes de croissance et de reproduction distincts. Tous deux ont une importance gastronomique, mais la langoustine met bien plus de temps à grandir. Il est essentiel de comprendre et de respecter les cycles de la nature. Nous essayons vraiment de transmettre ce message de respect et de compréhension du produit à nos clients », insiste le poissonnier.

« C'est une mission dont je suis très fier : apporter le meilleur poisson portugais, sélectionné avec tant de soin et de gratitude, aux meilleurs chefs, où qu'ils se trouvent », conclut-il, tandis qu'un collègue referme les portes de leur camion frigorifique, dont l'intérieur est empilé du sol au plafond de caisses en polystyrène remplies de poisson, méticuleusement rangé dans la glace, prêt à partir pour certaines des cuisines les plus exigeantes du pays. ■

FINE & COUNTRY

AGENCE IMMOBILIÈRE INTERNATIONALE

avec des bureaux à Carvoeiro, Albufeira, Almancil et Tavira.

Agence de Carvoeiro



Caramujeira / 2 800 000 € / FC1141VC / Classe énergétique A
Villa privée de 4 chambres avec vue sur la mer près de Marinha

Agence d'Albufeira



Albufeira / 499 000 € / FC677GT / Classe énergétique C
Appartement 2 chambres avec vue sur la mer et piscine

Agence d'Almancil



Faro / 1 270 000 € / FC673GT / Classe énergétique A+
Nouvelle villa jumelée, avec 4 chambres

Agence de Tavira



Tavira / 670 000 € / FC104TV / Classe énergétique C
Appartement T3+1 proche du centre, grande terrasse vue mer et garage

Algarve Central et Ouest (Praia do Carvoeiro): +351 282 354 140 | **Algarve Central et Triangle d'Or (Almancil):** +351 289 396 096
Albufeira: +351 289 396 096 | **Algarve Est (Tavira):** +351 281 023 263 | **Depuis l'Angleterre appelez:** 0207 318 0631 | **algarve@fineandcountry.com | AMI 9767**
algarve.fineandcountry.com | Siège social international Park Lane Londres 121 Park Lane, Mayfair, London W1K 7AG, United Kingdom

L'art de se rencontrer

À travers des pique-niques créatifs, des ateliers de peinture et des moments de partage, « Creative Escape » invite à ralentir le rythme et à tisser des liens autrement. Un projet né en Algarve, où l'art devient avant tout une occasion de se retrouver

TEXTE **BEATRIZ MAIO**





Dans une région où les journées à la plage et les sorties au restaurant occupent une place de choix dans les loisirs, Creative Escape propose une autre façon de se retrouver, autour de la créativité et du plaisir de faire ensemble. Le projet célèbre aujourd'hui son premier anniversaire. Au programme : des pique-niques de peinture, des séances de Sip & Paint et des ateliers de personnalisation, qui réunissent habitants et visiteurs de différentes nationalités dans une atmosphère détendue et conviviale.

À l'origine de cette initiative, Carolina, originaire d'Odiáxere, et Elena, arrivée de Kharkiv, en Ukraine, il y a quatre ans, à la suite du déclenchement de la guerre. Les deux jeunes femmes se sont rencontrées alors qu'elles travaillaient dans le même café, au centre de Lagos. Elles y ont découvert des centres d'intérêt communs qui allaient bientôt donner naissance à leur projet.

L'idée s'est imposée assez naturellement. Un jour où elles avaient toutes les deux congé, elles cherchaient simplement une activité qui change de l'ordinaire. « Nous avions envie de faire autre chose que les activités de loisirs habituelles au Portugal : aller à la plage, dîner au restaurant ou retrouver des amis dans un bar… », racontent-elles. Elles ont commencé par un brunch, avant de rejoindre la plage avec des chevalets, des pinceaux et des toiles. Plutôt que de peindre chacune de leur côté, elles ont décidé d'échanger leurs toiles toutes les cinq minutes, chacune poursuivant le travail de l'autre. « C'était une expérience tellement amusante et originale. Le temps a filé et nous avons réalisé à quel point nous avions aimé ces quelques heures passées ensemble. »

Ce qui n'était au départ qu'un après-midi entre amies a rapidement révélé un potentiel plus grand. Peu de temps après, elles ont organisé leur premier pique-nique créatif à Lagos, à l'origine pour un petit groupe d'amis. Les photos partagées sur les réseaux sociaux ont vite attiré l'attention des habitants comme des visiteurs. Le projet a alors commencé à prendre de l'ampleur, porté aussi par la complémentarité de leurs parcours : Elena dans le marketing, Carolina dans l'hôtellerie et la relation client.

L'art fait partie de leur vie depuis l'enfance. Carolina se souvient avoir fabriqué des bijoux avec ses amies, tandis qu'Elena suivait des cours de dessin et de peinture. Aujourd'hui, cette passion commune est devenue le point de départ d'expériences où la créativité sert avant tout à ralentir, à rencontrer de nouvelles personnes et à partager un moment de qualité. « À travers nos activités, nous offrons aux participants la possibilité de profiter pleinement de l'instant, de créer quelque chose de leurs propres mains et tout simplement de se détendre pen-





dant quelques heures. Même pour nous, les fondatrices, Creative Escape est devenu une forme de thérapie », confie Carolina. « Pour Elena en particulier, le projet a été un espace sécurisant pour se reconstruire après tout ce qu'elle a vécu à cause de la guerre en Ukraine. »

Ici, pas question de faire de la maîtrise technique une priorité : Creative Escape mise avant tout sur l'expérience. L'objectif n'est pas de réaliser une œuvre parfaite, mais de créer un cadre accueillant où chacun peut laisser libre cours à son imagination, sans pression. « Nous voulons que les gens repartent plus heureux, plus légers et inspirés, qu'ils aient déjà peint ou non. Pour nous, l'essentiel n'est jamais le résultat final, mais ce que l'on ressent pendant la création et les souvenirs que l'on emporte avec soi », expliquent-elles.

Les activités ne se limitent pas à la peinture sur toile. Les participants peuvent aussi personnaliser des sacs en toile, des bougies, des verres à vin, des mugs de voyage ou des T-shirts. Des ateliers de saison viennent compléter le programme, avec notamment la création de décorations de Noël et des séances d'art floral.

Des événements ouverts au public sont régulièrement organisés en partenariat avec des cafés, des bars ou des lieux en plein air. Ils accueillent de petits groupes dans une ambiance informelle. Creative Escape propose également des séances privées pour les anniversaires, les enterrements de vie de jeune fille ou les activités de cohésion d'équipe. Chaque rendez-vous est adapté aux envies du groupe, du lieu à la décoration, en passant par les activités choisies. Les séances durent environ une heure et demie à deux heures et s'adressent aux adolescents comme aux adultes.

Et si les participants viennent d'horizons très différents, la langue ne constitue jamais un obstacle. « La créativité ne dépend ni de la langue que l'on parle ni de l'endroit d'où l'on vient. Nous avons accueilli des habitants comme des visiteurs du monde entier et nous avons constaté à quel point l'art rapproche naturellement les gens », soulignent-elles.

Pour sa deuxième année, Creative Escape poursuit ainsi son aventure avec des expériences qui mêlent expression artistique, rencontres et bien-être. Les prochains rendez-vous sont annoncés sur sa page Instagram. ■





Nuno Matos Cabral et Filipa de Castro

Quand la table raconte ses histoires

Mêlant héritage, savoir-faire artisanal et design contemporain, Flor de Carmim crée des arts de la table faits pour être utilisés, mais aussi pour être gardés en mémoire

TEXTE **ALEXANDRA STILWELL**



Certains objets travaillent dur, en silence. Ils ne s'annoncent pas, ne courent pas après les tendances. Ils sont simplement là, année après année, de maison en maison, jusqu'au jour où l'on s'aperçoit qu'ils figurent sur toutes les photos de famille. L'assiette sous chaque gâteau d'anniversaire, la soupière qui voyage d'une salle à manger à l'autre sans jamais quitter le clan, la « belle » nappe qui attend patiemment « une occasion spéciale ». Ces objets-là ne se contentent pas de servir : ils sont témoins. Et c'est de cet univers discret et durable qu'est née Flor de Carmim.

Sur le papier, Flor de Carmim est une maison de design culturel portugaise qui crée des pièces contemporaines pour la table et la maison. En réalité, c'est plutôt une conversation continue entre passé et présent, porcelaine et mémoire, savoir-faire des artisans et art de vivre moderne. Elle parle de la façon dont nous recevons, dont nous marquons le temps, et de la manière dont certains objets deviennent les gardiens de nos histoires.

Fondée à Lisbonne par Filipa de Castro Feijó et par le designer et directeur de la création Nuno Matos Cabral, la marque repose sur un duo de sensibilités. Filipa apporte plus de trente ans d'expérience dans le commerce, le produit et les marques à travers l'Europe, ainsi que l'instinct aiguisé de quelqu'un qui a vécu assez longtemps à l'étranger pour savoir exactement ce que signifie « chez soi ». Pour elle, c'est l'art de recevoir : des objets de famille que l'on n'enferme pas mais que l'on utilise, des rituels qui reviennent à chaque saison, et des pièces qui conjuguent fonction, émotion et sens.

Pour Nuno, la table a toujours été la scène principale. Il a





grandi dans un monde où le déjeuner du dimanche frôlait le théâtre : services de famille dressés avec soin, porcelaine ancienne scintillant dans la lumière, étiquette jouée comme une chorégraphie affectueuse. Chez ses grands-parents, la table était à la fois scène, témoin et confessionnal : on y accueillait les invités, on y échangeait des histoires, on y archivait avec tendresse les grandes étapes de la vie, dans la porcelaine et l'argent.

Leur association est d'une symétrie charmante. « Je suis la tête, il est le cœur. Je viens du Nord, lui du Sud. Il est l'homme, je suis la femme », plaisante Filipa. Même le nom, Flor de Carmim (« fleur de carmin »), joue sur cette dualité. La nature ne connaît pas de « fleur carmin » : c'est un hybride inventé, qui marie la fragilité d'une corolle à l'intensité d'un pigment rouge profond. Ce jeu d'opposés traverse toute l'identité de la marque, des palettes de couleurs à la manière dont les motifs patrimoniaux sont transformés en lignes nettes et contemporaines.

Il est logique que la marque elle-même soit née autour d'une table, au détour d'une conversation : pourquoi le Portugal, avec sa riche histoire de la céramique, de l'argenterie, des textiles et de l'hospitalité, n'avait-il pas encore de maison de design haut de gamme pour la table, capable de parler au monde d'une voix moderne et assurée ?

Si Flor de Carmim ressemble à une lettre d'amour à l'artisanat, c'est parce qu'elle en est une. La maison repose sur trois piliers. D'abord, le temps : celui des artisans, des matériaux, d'objets faits pour nous accompagner pendant des décennies, non pour une saison. Si une nappe brodée à la main demande trois mois de travail, qu'il en soit ainsi : une partie du plaisir réside dans l'attente. Ensuite, l'héritage : les traditions du XVIIIe siècle en matière de porcelaine, d'argenterie et de broderie sont étudiées non pas comme des pièces de musée, mais comme des références vivantes. Enfin, le savoir-faire : la conviction que la connaissance compte et que les techniques transmises de génération





en génération méritent d'être portées, intactes et respectées, jusqu'au XXIe siècle.

Au cœur de la maison se trouve l'Atelier, où tout converge. Porcelaine, textiles, métal, illustration, broderie et parfum n'y sont pas traités comme des départements séparés, mais comme une grande famille qui parlerait différents dialectes d'une même langue : celle de la maison comme lieu de culture. Autour de ce centre, les collections narratives se déploient comme autant de nouvelles, chacune avec son atmosphère propre.

Les collections inaugurales se lisent comme trois chapitres d'un même livre. Jacarandá s'inspire de Lisbonne en avril, lorsque les jacarandas teintent brièvement la ville de violet-bleu. La porcelaine blanche est décorée d'un léger motif floral dans ces tons, écho du printemps et de sa beauté éphémère. Fleur d'Or a pour sujet l'olivier, symbole de continuité. Sur une porcelaine d'un blanc pur, de fines fleurs d'olivier en or 24 carats diffusent une lueur discrète et élégante. Ivy over Blue Tiles évoque la maison : le lierre sur un mur de jardin et le bleu classique des azulejos portugais, traduits en un motif de lierre sur carreau bleu apposé sur la porcelaine.

Au-delà de la porcelaine, l'univers Silver Collection se concentre sur l'argent et l'étain, tandis que Timeless réunit bougies, parfums et petits objets qui donnent un goût d'exception aux moments du quotidien. Pour une touche vraiment personnelle, House of Tailor propose des services et collections sur mesure, et Antiquary sélectionne des antiquités et pièces de collection choisies pour leur histoire et leur caractère intemporel.

Au bout du compte, Flor de Carmim ne consiste pas à remplir des placards, mais à remplir des moments. C'est une invitation à traiter les rituels du quotidien autour de la table comme s'ils comptaient (car ils comptent) : à s'attarder un peu plus longtemps, à dresser la scène un mardi, et à savourer pleinement l'attente de quelque chose de beau. ■







Sur ces pages : Vila Vita Spa by Sisley Paris, Vila Vita Parc

Le bien-être à l'algarvienne

Cinq rituels signature inspirés de la nature et des multiples visages de l'identité portugaise

TEXTE **BEATRIZ MAIO**

En Algarve, cinq des meilleurs resorts de la région ont imaginé des rituels signature qui allient bien-être et sens du lieu. Conçus pour aller bien au-delà du massage classique, ils transforment une heure ou deux en véritable parenthèse. De la chaleur et de la texture du quartz aux arômes méditerranéens, en passant par les oranges de l'Algarve, les soins aux amandes de L'Occitane et les ingrédients marins de Thalassa, chaque rituel offre une interprétation différente du Portugal et de son cadre naturel.

Malgré la diversité de leurs techniques et de leurs intentions, tous invitent les hôtes à ralentir et à prendre conscience de sensations que l'on remarque rarement. Ingrédients emblématiques de l'Algarve, flore méditerranéenne, rapport de la région à l'Atlantique : tout est exploré à travers des expériences centrées sur l'équilibre du corps et de l'esprit, et sur l'importance de prendre le temps de se déconnecter.

Vila Vita Spa by Sisley Paris, Vila Vita Parc

Perché sur les falaises qui dominent l'Atlantique, le Vila Vita Spa by Sisley Paris abrite l'un des rituels de bien-être les plus singuliers du Portugal : le « Golden Quartz ». Pendant 90 minutes, la table de massage traditionnelle cède la place à un lit rempli de petits cristaux de quartz chauffés. La sensation évoque un sable réchauffé par le soleil de l'Algarve, tandis que la chaleur détend les muscles et procure une impression d'ancrage physique. Le soin associe des techniques de massage personnalisées à des compresses d'herbes chaudes et à la résonance de bols chantants tibétains, dont le son et les vibrations invitent à un état méditatif.

Le Golden Quartz « est né de l'envie de proposer quelque chose de vraiment distinctif, à travers une expérience qui va bien au-delà du massage classique », explique la directrice du spa, Judith Gerls. Il réunit « le toucher thérapeutique, la chaleur réconfortante du quartz, la vibration des bols chantants tibétains qui résonne dans tout le corps et l'effet relaxant du son, pour créer un voyage profondément sensoriel ». Le lit chauffé procure aussi « la sensation d'être allongé sur une plage chaude, entouré de la chaleur du sable, à la fois réconfortante et bénéfique pour le corps et l'esprit ». Sacré meilleur soin signature de spa au monde aux World Spa Awards 2021, le rituel stimule la circulation, favorise la détoxification métabolique et ramène le calme.





Soma Spa, Domes Lake Algarve

Le Soma Spa propose « The Botanical Garden of Portugal » (le jardin botanique du Portugal), une expérience de 90 minutes inspirée des jardins botaniques de Lisbonne et de la végétation du paysage méditerranéen. Elle commence par éveiller les sens avec une infusion aromatique de romarin, thym, basilic et citron : les deux premiers apportent des notes fraîches et purifiantes, le basilic une dimension herbacée et le citron une touche tonifiante. Suit un massage relaxant du corps entier, à la pression adaptée à chacun, pour dissiper les tensions et aider à rétablir l'équilibre neuromusculaire. L'expérience s'achève avec un booster visage revitalisant, conçu pour redonner éclat et tonus à la peau.

Pour créer une expérience dotée d'« un véritable lien avec le Portugal », c'est l'histoire des jardins botaniques de Lisbonne, « lieux de découverte, de connaissance et d'appréciation des plantes », qui a servi d'inspiration, selon le directeur du spa, Daniel Serpa. « Les arômes évoquent un jardin méditerranéen et la nature portugaise, tandis que le toucher du massage aide les clients à se déconnecter du monde extérieur et à entrer dans un état de relaxation profonde », explique-t-il.



Soma Spa, Domes Lake Algarve



Sal Maré Spa, Wyndham Grand Carvoeiro Algarve



Sal Maré Spa, Wyndham Grand Carvoeiro Algarve

Sal Maré Spa, Wyndham Grand Carvoeiro Algarve

Au Sal Maré Spa, le rituel de deux heures « Algarve Energy Ritual » célèbre l'identité de la région à travers une série de soins du corps. Inspiré par la lumière, les arômes et la richesse agricole du sud du Portugal, il débute par un gommage au sel marin local concassé, au zeste d'orange frais et à l'huile d'amande douce, pour renouveler la peau et stimuler la microcirculation. Vient ensuite un enveloppement corporel nourrissant et antioxydant, à base de poudre d'orange et d'hydrolat de néroli (fleur d'oranger), au parfum d'agrumes. Pendant que la peau absorbe ce soin riche en vitamine C, des techniques inspirées du massage hawaïen Lomi-Lomi, aux gestes doux et rythmés qui imitent le mouvement de la mer, prennent le relais. Le rituel se conclut par un massage personnalisé à l'huile aromatique d'agrumes.

L'accent est mis sur « un élément revitalisant qui transmet énergie, vitalité et sentiment de bien-être », explique le directeur du spa, Abel Correia, qui souligne que « les oranges font partie de notre quotidien et de notre lien avec l'Algarve ». Il décrit l'approche comme holistique, car « il ne s'agit pas seulement du toucher ou de la technique de massage, mais de toute l'expérience qui fait la différence : les arômes, les textures, les gestes, l'atmosphère et l'intention d'offrir un véritable moment de soin de soi ».

Spa by L'Occitane, Bela Vista Hotel & Spa

Surplombant la Praia da Rocha, le Bela Vista Hotel & Spa propose plusieurs soins signature avec les produits de la marque française L'Occitane. Le soin « Almond Detox Balance », d'une heure, associe soulagement circulatoire et textures réconfortantes, à travers des mouvements rythmés et fluides inspirés des techniques de drainage lymphatique. Ces gestes continus stimulent la circulation et aident à éliminer l'excès de liquides et de toxines, atténuant la sensation de lourdeur et de fatigue.

Le massage utilise l'huile L'Occitane Supple Skin Oil, riche en huiles d'amande et de camélia, formulée pour aider à restaurer la barrière hydrolipidique de la peau et à améliorer son élasticité. « L'Occitane a conçu ce soin pour favoriser un sentiment général de bien-être tout en aidant à soulager des symptômes précis, comme les jambes fatiguées et gonflées », explique la directrice du spa, Mariana Fernandes. Cette attention portée à la qualité et à l'élasticité de la peau explique en partie le succès du rituel, souvent choisi après un voyage, en période de récupération physique, ou par celles et ceux qui recherchent une silhouette plus légère et une peau soyeuse.


Spa by L'Occitane, Bela Vista Hotel & Spa


Spa by L'Occitane, Bela Vista Hotel & Spa


Wellness Club, Vilalara Grand Hotel Algarve


Wellness Club, Vilalara Grand Hotel Algarve

Wellness Club, Vilalara Grand Hotel Algarve

Présenté comme le seul centre du Portugal entièrement consacré à la thalassothérapie, le Wellness Club du Vilalara Grand Hotel Algarve propose une expérience de 90 minutes qui intègre les propriétés reminéralisantes de l'océan à une série de soins pour la peau et le corps. Le « Vilalara Ritual » débute par un gommage au calcium et au magnésium marins Thalion, qui élimine les cellules mortes et uniformise le grain de peau. Suit le Manto Marinho, un enveloppement corporel à base d'actifs issus d'algues, de boue marine, de calcium ou de magnésium, avant un massage final au baume de magnésium marin, accompagné d'étirements doux et de pressions ciblées pour libérer les tensions musculaires.

« Le Vilalara Ritual est né de l'envie de créer un soin qui capte l'essence même de Vilalara : la relation entre l'océan, la nature et le bien-être. Son inspiration est intimement liée à l'histoire de notre Thalassa, pionnière de la thalassothérapie au Portugal », explique le responsable spa & wellness, Bernardo Moreno, qui met en avant le caractère distinctif des éléments utilisés et l'association d'ingrédients marins, de minéraux et de techniques créant un lien direct entre le corps et l'océan. ■



Un blanc atlantique plein d'âme

Produit en toutes petites quantités sur les hauteurs de Tavira, le Fonte Salgada de Vida Vinha capte la lumière et les embruns de l'Algarve dans un blanc précis, salin et minéral

TEXTE **ALEXANDRA STILWELL**

Le Fonte Salgada blanc de Vida Vinha (36 €) est de ces vins qui donnent l'impression de percer un secret. Produit en infimes quantités sur les collines au-dessus de Tavira par un couple danois, avec les conseils de l'œnologue Dinis Gonçalves, il a le goût d'un travail artisanal, à l'image de son histoire. L'arinto mène la danse, avec des agrumes vifs et une fraîcheur qui fait saliver, adoucie par une touche d'antão vaz, tandis qu'une subtile note saline évoque l'Atlantique voisin. En arrière-plan, une minéralité crayeuse, portée par le schiste, apporte finesse et longueur. Foulé aux pieds, fermenté lentement et élevé en fûts de chêne français sur lies fines, c'est un blanc précis et plein d'âme, qui capture dans le verre la lumière côtière de l'Algarve. ■

ROSADO
ADVOGADOS
CABINET D'AVOCATS

Principaux domaines d'activité

Acquisition et vente de biens immobiliers au Portugal
Droit des sociétés et des contrats · Prêts hypothécaires
Testaments et successions · Questions fiscales et le régime spécial RNH

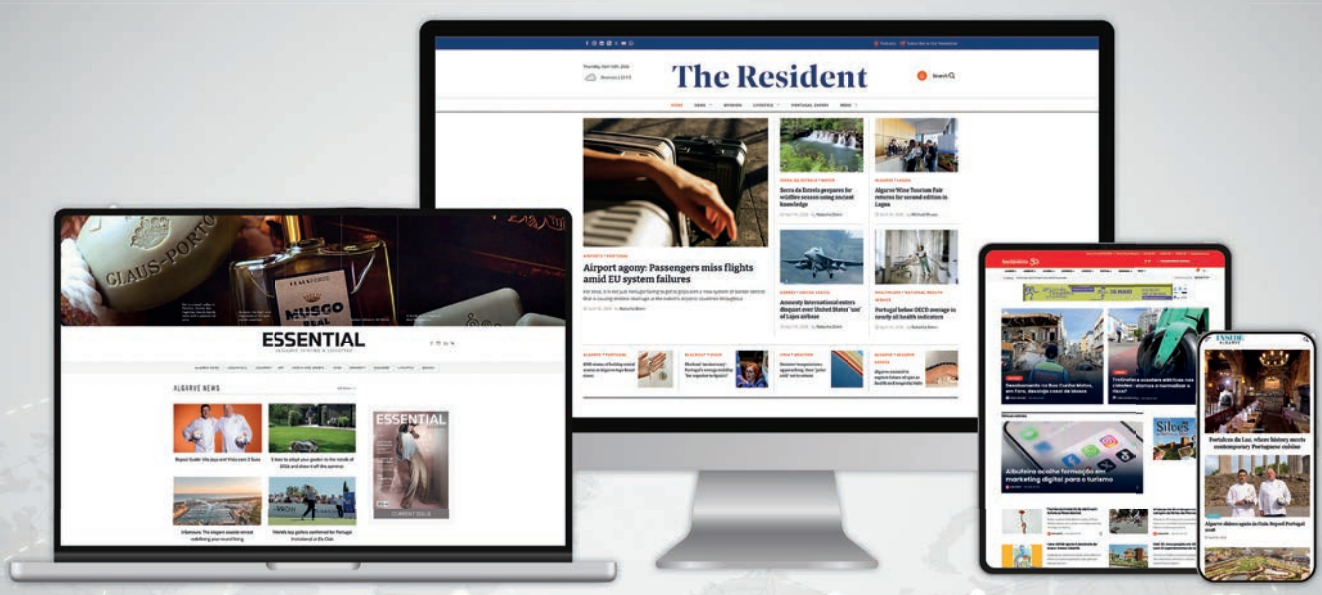
Dr. Pedro Bastos Rosado
Avocat et Professeur de l' Université de l' Algarve
ON PARLE FRANÇAIS

PORTIMÃO
Rua Direita, 43, 4º Andar
8500-624 Portimão

CARVOEIRO
Edifício Internacional, N.º27, 3º Esq.
8400-505 Carvoeiro

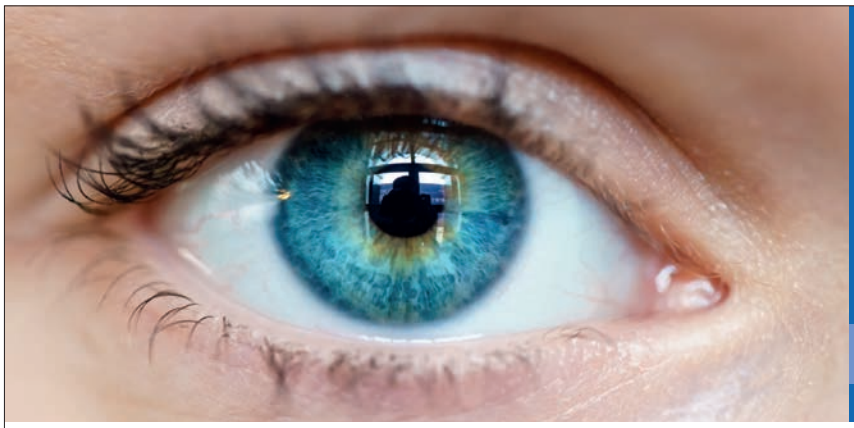
FARO
Rua de Stº António, nº 2 A, 1º Andar
8000-283 Faro

Tel: +351 **282 420 000** · Email: **prosado@rosadolawyers.com** · Web: **www.rosadoadvogados.com**



essential-algarve.com | portugalresident.com | barlavento.pt
inside-algarve.com | clubhousealgarve.com

OPEN MEDIA
GROUP



CLINICA VIVINA CABRITA

Quand avez-vous pris soin
de vos yeux pour la dernière fois?

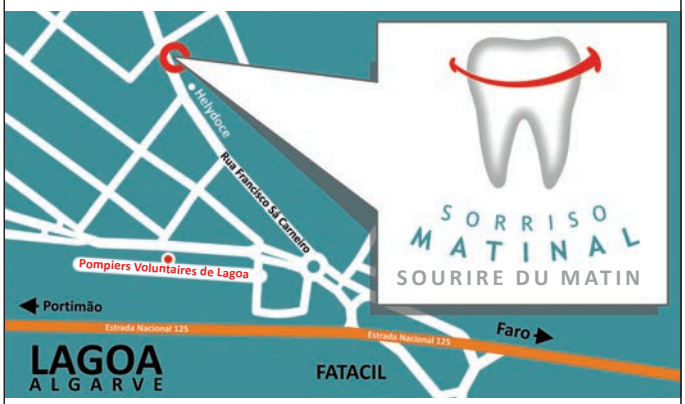
PROTÉGEZ VOTRE VUE

Rua Aboim Ascensão, 34, 8000-198 Faro • Tél: +351 917 597 347 • Tél: +351 289 894 400 • oftalmologia@limacabrita.pt • www.clinicavivinacabrita.pt

URGENCE DENTAIRE 24/7

00351 91 888 28 28

sorriso.matinal.geral@gmail.com



SPÉCIALITÉS

Médecine dentaire adulte / Enfants

Chirurgie buccale • Implantologie • Orthodontie (appareils)

Prothèse fixe et amovible • Esthétique dentaire

Endodontie • Radiologie digital • Orthophonie

R. Francisco Sá Carneiro lote D, loja B, 8400-386 Lagoa • 00351 282 098 449



vivreleportugal.com

ABONNEZ-VOUS

VIVRE LE PORTUGAL

1 AN D'ABONNEMENT

Portugal € 20

Europe € 30

Rest of the world € 40

Digital € 15

Les membres de l'Union des Français de l'Etranger bénéficient d'une réduction de 10% sur l'abonnement*. *preuve d'adhésion requise

Nom _____

Adresse _____

Pays _____ Code Postale _____ Téléphone _____ Email _____

MOYENS DE PAIEMENTS ACCEPTÉS:

PayPal

Par internet: www.paypal.com / subscriptions.ealgarve@open-media.net

Par virement bancaire: IBAN: PT50 0269 0256 00207629136 36

Les preuves de paiement par virement bancaire devront être envoyées à Open Media via e-mail: info@open-media.net

Pour plus d'information contactez-nous: info@open-media.net | 282 341 310

Abonnement Vivre le Portugal, Open Media, Apartado 59, 8401-901 Lagoa, Portugal subscriptions.open-media.net

LA VIE EN BORD DE MER

Un lieu où il fait bon vivre.
Un lieu où l'on se sent en sécurité.

Les maisons en Algarve qui offrent une qualité de vie exceptionnelle,
la sécurité et un véritable sentiment d'appartenance.



plp

PORTUGAL LUXURY PROPERTY

FERRAGUDO | CARVOEIRO

WWW.PLPPROPERTY.COM

EXPLORE OUR
COLLECTION

PORSCHE



Étrangement, chacune de nos créations est une voiture de sport.

NOUVEAU CAYENNE TURBO COUPÉ ÉLECTRIQUE.
PORSCHE. L'INIMITABLE.

Pour en savoir plus www.porsche.pt

Centro Porsche Faro
EN 125, km 98,9, CP 643 – Arneiro
8005-412 Faro
Tel. (+351) 289 888 911
www.porsche-faro.com

Cayenne Turbo Coupé Électrique (WLTP): Consommation électrique combinée: 21,9 - 19,9 kWh/100 km; Emissions de CO2 combinée: 0 g/km. Autonomie combinée (WLTP): 576 - 637 km, Autonomie combinée (WLTP): 718 - 787 km.