

Taste Travel: um guia de sabores pelo Algarve

Há quem chegue ao Algarve a pensar em praia e volte para casa a falar de comida. Não é acidente. Por trás da imagem de cartão-postal: falésias, mar turquesa e sol garantido, existe uma despensa inteira que raramente aparece nas fotografias, mas que define a região tanto quanto a costa. Este é um convite a comer o Algarve devagar, começando pelo pão e acabando no copo de vinho.

O pão e os Mercados

Comece pelo mercado, de preferência cedo, antes de o calor espremer o cheiro do peixe fresco. Olhão e Loulé têm dois dos mercados mais bonitos da região — bancas de figos ainda com a folha colada, amêndoas por descascar, favas do campo empilhadas sem cerimónia. É ali que se percebe a verdadeira estação: em junho, os figos ainda não chegaram; em setembro, já estão maduros e as bancas começam a encher-se de uvas, amêndoas e romãs.

O pão algarvio merece atenção própria. Nas padarias mais pequenas do interior, longe da faixa costeira, ainda se cozem broas grandes em forno de lenha, com uma cõdea grossa e um miolo denso que aguenta bem um fio de azeite e um bocado de queijo fresco. Não é o pão fofo das grandes superfícies. É feito para durar dias, para acompanhar uma sopa, para ser a base de um açorda de tomate nas manhãs mais simples da região.

O azeite

O Algarve produz azeite há séculos, sobretudo na zona do barrocal, entre a serra e a costa, onde as oliveiras crescem em solo calcário e dão azeites com um travo mais suave do que os do Alentejo ou de Trás-os-Montes. Vale a pena uma pequena viagem para descobrir produtores pequenos: muitos deles vendem diretamente da quinta ou em pequenas lojas locais, e provar antes de comprar. Um bom azeite algarvio tem notas verdes, ligeiro amargor no final, e é o tipo de coisa que muda um prato de tomate simples num momento memorável.

O Queijo

Menos falado do que o vinho, o queijo de cabra e de ovelha da região merece o mesmo destaque. Pequenas explorações, muitas delas familiares, produzem queijos frescos e curados que aparecem nas tábuas de petiscos de norte a sul do Algarve. O queijo fresco, comido com um fio de mel e nozes, é uma sobremesa tão boa quanto qualquer coisa que saia de uma pastelaria. Vá até à banca da Avó Deolinda, no Mercado de Sagres, e prove os queijos maravilhosos que produz.

O Peixe e o Mar

Nenhuma conversa sobre comida algarvia escapa ao peixe. A cataplana continua a ser o prato bandeira: amêijoas, camarão, peixe branco, tudo cozinhado devagar no seu próprio vapor, com tomate, cebola e vinho branco. Mas para além dela, vale a pena procurar a xarém, um creme de milho com marisco típico do interior algarvio, ou simplesmente peixe grelhado numa tasca de bairro, sem menu decorado, apenas o peixe do dia escrito num quadro à porta.

Olhão e Portimão continuam a ser os melhores sítios para ver o peixe chegar diretamente do barco. Mas, se conseguir, vá à aqui à nossa lota de manhã cedo, não para comprar, mas para ver o ritual: os leilões rápidos, os caixotes de gelo, os pescadores a negociar antes de o sol estar totalmente de pé.

Os Produtores e as Quintas

Espalhadas pelo interior, há pequenas quintas que abrem portas a quem quiser visitar: produtores de mel, de citrinos, de figos secos, de medronho, a aguardente típica destilada a partir do fruto da árvore do mesmo nome, forte e perfumada, tradicionalmente bebida em pequenos copos depois do jantar. Visitar uma destas quintas, mesmo que por uma tarde, muda a forma como se olha para o que está no prato à noite.

O vinho

A zona de Lagoa é o centro histórico da produção vinícola algarvia, mas há hoje adegas espalhadas por toda a região a produzir vinhos brancos frescos, perfeitos para acompanhar o peixe, e tintos mais encorpados que aguentam bem uma carne grelhada ao final do dia.

