

Tural

29
10

octubre

Venezuela:
LAGUNA DE TACARIGUA.

Un paseo idílico
EL CANAL DU MIDI

Turismo enológico:
la ruta del vino Ribera del Duero

El gran lago de Portugal :
AMIEIRA MARINA



staff

EDITOR

Francisco J. Ruiz

DIRECTORA

Purificación Montero

SUBDIRECTOR

Antonio Bernabei

CONSEJO EDITORIAL

Fco. Javier Ruiz Cando,
Purificación Montero, Maribel
Martínez, Alberto Orozco,
Antonio Bernabei.

DIRECCIÓN DE COMUNICACIÓN

M^a Isabel Martínez

SECCIÓN TURISMO INTERNACIONAL

M^a Cruz Nieto:

SECCIÓN TURISMO EN LA NATURALEZA:

José Vicente de Lucas

SECCIÓN MOTOR:

Fernando García Santamaría

SECCIÓN MODA:

María Villora, Javier S. Lara,

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

El color de viajar

EDITA

El Color de Viajar
P^o Andrés Vergara, 9. Blq.4
1^o A
Telf: 91 859 57 03
Fax: 91 859 57 03
Correo-e:
secretaria@revistatural.es

DIRECCIÓN DE PUBLICI- DAD

El color de viajar

Impreso en España
Depósito legal: M-2533-2001
ISSN: 1698-9236

Las opiniones que se emitan con
firma sean del tipo que sean,
comprometen exclusivamete la
responsabilidad de su autor.
Prohibido reproducir sin autoriza-
ción expresa de la dirección.



4 EL CANAL DU MIDI un paseo idílico

8 Venezuela: LAGUNA DE TACARIGUA



14 El gran lago de Portugal : AMIEIRA MARINA navegar capitaneando tu propio barco

20 SANTILLA DEL MAR Y LAS CUEVAS DE ALTAMIRA



40 Turismo enológico la ruta de la Ribera del Duero

46 Gastronomía Portugal y sus regiones



El gran lago de Portugal : AMIEIRA MARINA navegar capitaneando tu propio barco

El encanto turístico de las “Tierras del Gran Lago” es una opción distinta para pasar unos días inolvidables en un barco-casa. Las características de esta albufera, que alberga los valles de los ríos Guadiana y Degebe y de las riberas de Alcarrache, Zebro y Lucefecit, permiten disfrutar del amplio espejo de agua del lago, así como de las actividades de turismo y recreo de sus orillas.

El desarrollo de turismos designados por alternativos es hoy una realidad con gran alcance en la innovación de la actividad turística en el mundo, manifestando la afirmación de productos, espacios, equipamientos y servicios, mecanismos de comercialización y modelos de promoción turística, que poseen características que niegan la tendencia global de la masificación y que se apoyan en la descubierta de nuevos ambientes y de estructuras con un buenos pero con originalidad, envolviendo un contacto personalizado con las gentes locales, sus valores y patrimonios culturales



Al salir de la Amieira Marina navegaremos sobre las aguas de una calidad excepcional donde es posible el baño, la pesca, el submarinismo, la fotografía... ideal para los aficionados a la naturaleza.

La gran autonomía de estas embarcaciones, nos permite navegar en el Gran Lago, por las zonas autorizadas, pudiendo amarrar con facilidad y desplazarse a pie o de bicicleta hacia las poblaciones ribereñas o a otros destinos, disfrutando de todo el potencial turístico de la región.

Todos los barcos disponen de equipamiento específico de localización y seguridad: Plotter, GPS y Sonda de Varrimiento Vertical.



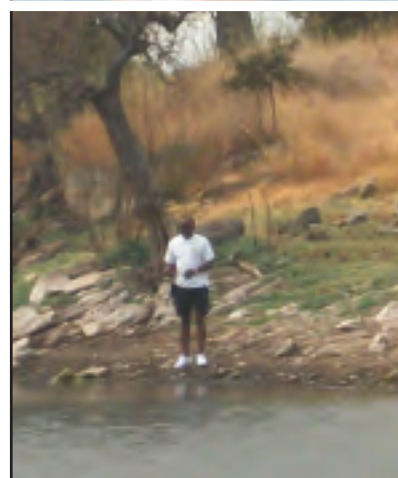
Con su familia o con sus amigos, navegara capitaneando tu propio barco, podrá elegir amarrar sobre un islote, para jugar a los Robinsones durante una noche, o hacer paradas náuticas en los pueblos y sitios cercanos : la presa de Alqueva, maravillosa obra inaugurada en 2002 ; el pueblo de Luz, sumergido por las aguas y reconstruido de igual manera en las orillas del Gran Lago (museo a visitar); Mourao, con su castillo y fortificaciones del s. XIII; Monsaraz, ciudad fortificada con callejuelas estrechas y pavimentadas, con magníficas plazas de toros aún utilizadas para las corridas ...

La idea consiste en el alquiler de barcos-casa para grupos de 2 a 12 personas, por periodos de 2 a 7 días, sin tripulación, disponiendo de embarcaciones con muy buenas condiciones de habitabilidad. El cliente tipo de un barco-casa, no es solamente el deportista náutico, pero si el turista que pretende disfrutar de una nueva y interesante experiencia, descansando y contactando con la naturaleza y el ambiente, navegando por la albufera con la posibilidad de contactar próximamente con todo el entorno. Del punto de vista ambiental, los barcos-casa, con cerca de 10m de largo y con la velocidad restringida a los 10 km/h, cumplen con todas las normas en vigor disponiendo de depósito para aguas negras.



Como llegar

A partir de Évora o Beja, seguir la indicación hacia Portel por el IP2. Llegando a Portel salir del IP2 y seguir la dirección de Alqueva / Moura (pero sin entrar en Portel) por la N384. En esta carretera girar hacia la izquierda para la Amieira cuando surgir la indicación, en la R255. Por fin, en la rotunda de la Amieira seguir la indicación "acceso local" y Amieira Marina.

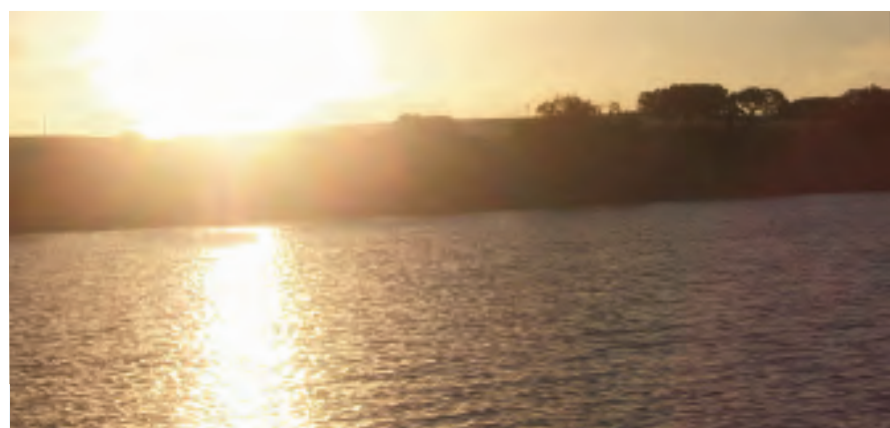


Los puntos fuertes :

- ✓ Sol casi todo el año
- ✓ El baño, en agua limpia y a temperatura agradable.
- ✓ La pesca (perca negra, carpa ...)
- ✓ Paseos en bici o en mountain bike.
- ✓ La riqueza de la fauna y de la flora.
- ✓ El patrimonio turístico : pueblo fortificado, patrimonio arqueológico, artesanía (cerámica), cocina tradicional regional.



El lago artificial más grande de Europa con sus 250 km², que se extienden a lo largo de 83 km. y 1160 km. de perímetro, se encuentra próximo a la frontera Española y la Nautiqueva - Servicios Náuticos, Lda., es promotor exclusivo da Amieira Marina, el primer proyecto náutico en las aguas del Grande Lago, bajo el paraguas del POAAP que integra todos los servicios náuticos de alquiler de barcos, mantenimiento, aparcamiento, restauración con servicios de bar y restaurante panorámico con terraza y tiendas con artículos náuticos y deportivos.



Principales Funciones

- ✓ Alquiler de barcos casa (house-boats);
- ✓ Alquiler de amarraderos para embarcaciones particulares;
- ✓ Servicios de mantenimiento y reparacion de embarcaciones;
- ✓ Aparcamiento de Barcos en parking cerrado
- ✓ Estacionamiento privado para embarcaciones;
- ✓ Muelle para embarcaciones de Crucero;
- ✓ Servicio de abastecimiento de combustible para las embarcaciones;
- ✓ Recepción y información;
- ✓ Tienda y "merchandising";
- ✓ Restaurante con capacidad para 150 personas y bar/cafeteria;
- ✓ Núcleo de Vela
- ✓ Núcleo de Actividades Sem Limite

| Modelo | Largo | Ancho | Profundidad | Capacidad | Motores | Precios | | | | | |
|--------|-------|-------|-------------|-----------|---------|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | | | | | 2018 | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | |
| 1000 | 10 | 3 | 0 | 1 | 4 | Alquiler | 1.200 | 1.300 | 1.400 | 1.500 | 1.600 |
| | | | | | | Gas | 200 | 220 | 240 | 260 | 280 |
| | | | | | | Seguro | 300 | 320 | 340 | 360 | 380 |
| | | | | | | Mantenimiento | 400 | 420 | 440 | 460 | 480 |
| | | | | | | Parqueamiento | 500 | 520 | 540 | 560 | 580 |
| 1200 | 12 | 3 | 0 | 1 | 4 | Alquiler | 1.500 | 1.600 | 1.700 | 1.800 | 1.900 |
| | | | | | | Gas | 250 | 270 | 290 | 310 | 330 |
| | | | | | | Seguro | 350 | 370 | 390 | 410 | 430 |
| | | | | | | Mantenimiento | 450 | 470 | 490 | 510 | 530 |
| | | | | | | Parqueamiento | 550 | 570 | 590 | 610 | 630 |
| 1400 | 14 | 3 | 0 | 1 | 4 | Alquiler | 1.800 | 1.900 | 2.000 | 2.100 | 2.200 |
| | | | | | | Gas | 300 | 320 | 340 | 360 | 380 |
| | | | | | | Seguro | 400 | 420 | 440 | 460 | 480 |
| | | | | | | Mantenimiento | 500 | 520 | 540 | 560 | 580 |
| | | | | | | Parqueamiento | 600 | 620 | 640 | 660 | 680 |
| 1600 | 16 | 3 | 0 | 1 | 4 | Alquiler | 2.100 | 2.200 | 2.300 | 2.400 | 2.500 |
| | | | | | | Gas | 350 | 370 | 390 | 410 | 430 |
| | | | | | | Seguro | 450 | 470 | 490 | 510 | 530 |
| | | | | | | Mantenimiento | 550 | 570 | 590 | 610 | 630 |
| | | | | | | Parqueamiento | 650 | 670 | 690 | 710 | 730 |
| 1800 | 18 | 3 | 0 | 1 | 4 | Alquiler | 2.400 | 2.500 | 2.600 | 2.700 | 2.800 |
| | | | | | | Gas | 400 | 420 | 440 | 460 | 480 |
| | | | | | | Seguro | 500 | 520 | 540 | 560 | 580 |
| | | | | | | Mantenimiento | 600 | 620 | 640 | 660 | 680 |
| | | | | | | Parqueamiento | 700 | 720 | 740 | 760 | 780 |

Modelos:

- Fin de Semana 2 días = de Viernes 18h a Domingo 17h.
 - Fin de Semana 3 días = de Viernes 18h a Domingo 17h más 1 día antes o después.
 - Fin de Semana 4 días = de Viernes 18h a Domingo 17h más 2 días antes o después.
 - Alquiler = de Lunes 14h a Viernes 20h, o de Viernes 18h a Domingo 17h.
 - Semana = 7 noches de Sábado a las 14h a Sábado a las 14h.
- Cuando el precio incluye o no por fecha distinta, el precio es por día teniendo en cuenta el número de días en cada periodo.

Financ:

Es un RDL para el barco y RDL para el alquiler de la casa. El alquiler de la casa se paga por adelantado y el alquiler del barco se paga por adelantado y se incluye el seguro de casco y de responsabilidad civil. El precio incluye el seguro de casco y de responsabilidad civil.



SABORES D

La cocina c

Una gastronomía tan rica y variada como su paisaje y su patrimonio.



Mar, campo y montaña. Sobre estos tres pilares básicos se articula la gastronomía de Portugal, todo un compendio de platos de corte mediterráneo, donde predominan los sabores atlánticos del pescado o, como ellos dicen, de los peixes. El bacalao es, sin duda, el alimento estrella en el país vecino, donde aseguran que se puede preparar de 365 maneras distintas, una para cada día del año. El cerdo (porco), en forma de carne y embutido, y los queijos, pequeños quesos de diferentes curaciones y calidades, completan el trío de ases de la cocina portuguesa. Y para aderezar, siempre unos magníficos e intensos aceites de oliva.

DEL MUNDO de Portugal



El mar es el que imprime una de sus características más destacadas a la gastronomía portuguesa. Un sencillo pescado a la parrilla, o algún marisco de los que abunda en su litoral siempre será e una elección acertada.

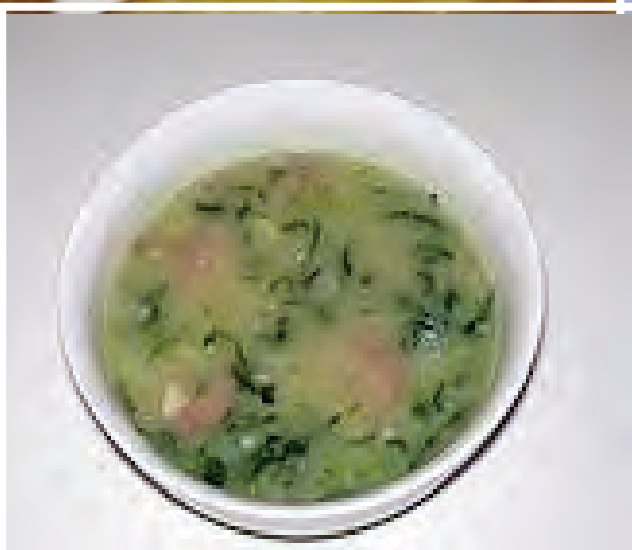
El bacalhau (bacalao seco) es el rey de la gastronomía portuguesa con miles de formas de elaborarlo: cocido, al horno, frito, a la parrilla...El secreto está, fundamentalmente, en el desalado. A partir de aquí, cada ama de casa o cada cocinero tiene su receta particular con la que hacer disfrutar de este magnífico producto: bacalao à brás, à Gomes Sá,

bacalao guisado, en pastel o en forma de deliciosas pataniscas, unos finos buñuelos que suelen acompañar de una jugosa feijoada (guiso) de arroz y alubias pintas.

Pero hablando del mar y de los 'peces también triunfan **los espetos de peixes, sobre todo, de sardinas**. Al igual que en las playas andaluzas, las sardinas componen un plato básico del verano: los pescados o mariscos hechos a la brasa y aderezados con un chorrito de aceite de oliva son una de las preferencias fundamentales de los portugueses y de los turistas que se acercan a su litoral. Por no hablar de los arroces caldosos que se erigen como un

auténtico placer en las poblaciones costeras

Otros pescados populares son **la dorada, el atún o el mero**, y en el apartado del marisco, **las gambas, los langostinos, las almejas, los camarones y las lulas, o chipirones**, que se presentan en diferentes formas y preparaciones, pero siempre enteros, sin cortar. **El pulpo** es otro de los alimentos tradicionales portugueses. Aunque se cocina de muchas formas, es muy popular la ensalada de pulpo, que tiene distintas variantes y que habitualmente se acompaña de tomate, cebolla, especias y una sabrosa vinagreta.



En cuanto al resto de los productos derivados de la tierra, si hay un plato del que se disfruta en cualquier menú portugués, independientemente de la época del año, ése es la sopa. El caldo verde es la preparación más popular; se elabora a partir de patatas y col, y se corona con una rodaja de chorizo. Los caldos y sopas no acaban aquí: de verduras, de judías, de pescado, de ajos, etc. Cabe destacar una sopa fría similar al gazpacho muy típico del Algarve, en el sur del país.

Por su parte, los queijos son

el resultado de una tierra rica en pastos y ganadería. Elaborados con leche de vaca, cabra, oveja o mezcla de ellas, existen numerosas variedades, muchas reconocidas y protegidas con indicaciones geográficas o denominaciones de origen. Los más extendidos son los de pequeño tamaño (no superan los 200 gramos) que los convierte en el tentempié perfecto para degustar a cualquier hora.

La carne es, asimismo, fundamental para la dieta de los portugueses. Aparte de la ternera o el cordero, el

cerdo (porco) es uno de los alimentos básicos de la población, especialmente los embutidos, donde destaca el chouriço (chorizo) y el presunto (jamón curado, muchas veces ahumado). También prestaremos atención al cochinillo y a la matanza, ingrediente elemental para hacer feijoadas (potajes de alubias), así como el cocido a la portuguesa.

Esto es en general, pero si vamos descubriendo sus diferentes regiones encontraremos una muy variada gastronomía de norte a sur

GASTRONOMÍA DEL NORTE

La gastronomía de Porto e Norte, entre las más variadas del país, cuenta con pescados y mariscos de la costa y carnes sabrosas del interior.

Así al norte se puede saborear las tripas a la portuguesa, típicas de Porto, receta parecida a nuestros callos con garbanzos pero con judías blancas, que también se puede hacer a la transmontana, en el interior de la región. La matanza tiene un lugar importante y con sus productos se realizan muy diferentes recetas. Destacaríamos el arroz de sarrabulho, que se hace con la sangre del cerdo y productos de la matanza, como el hígado, magro... Otro arroz curioso y tradicional de la zona es el arroz cavidela, que se hace con pollo de corral y su sangre.

El cocido portugués, tan famoso, lleva ingredientes del cerdo como morcilla, butifarra, oreja de cerdo, chorizo, tocino otras carnes como morcillo, y gallina y verduras como zanahoria, judía verde, batata, cebolla, repollo y nabo y por supuesto tradicional de todo Portugal: arroz. Pero 'para mí lo que me pareció más curioso es que no se toma ni el caldo ni ninguna sopa hecha con él, solo los ingredientes sólidos

Famosos son los embutidos y ahumados del Norte interior, donde tienen fama los jamo-

nes de Chaves y Lamego, las salchichas de harina de Mirandela, los salchichones de Vinhais. En la fiesta anual de Vinhais puede adquirirlos todos.

El litoral tiene diferentes tradiciones, como el pescado que ocupa un lugar destacado en Matosinhos, Leça, Póvoa o Viana. El bacalao ofrece aquí algunas de sus mejores recetas y la sardina viene "viva de la costa" como en la romería de S. João, en Porto. Pescados y mariscos se acompañan en el Minho con vino verde, tinto o blanco, muy frío. Pero destacaríamos la lamprea y en especial su arroz en el que utilizan también su sangre.

Los famosos tintos del Douro prefieren las recetas de cerdo, que en el Norte adquiere el sabor de los magros, el arroz con pollo, que adquiere sabores divinos o platos de ternera Barrosa, Maronesa, Mirandesa y otras.

Sólo falta una delicia en la sobremesa: en Braga se encuentra el pudín "Abade de Priscos", en Amarante "papos de anjo" (golosinas de ángel), y en todas partes natillas y arroz con leche que, en el Norte, están siempre garantizados. Y por supuesto, al final una copita de Porto para completar el bouquet de Porto e Norte.



GASTRONOMÍA DEL CENTRO DE PORTUGAL

El centro de Portugal posee algunas de las especialidades de la gastronomía portuguesa más apreciadas.

Uno de los platos señeros de la gastronomía del Centro de Portugal es el cochinillo de Bairrada, acompañado con el vino espumoso de la región. La costa ofrece mariscos y pescados frescos que se presentan en forma de calderetas y sopas, platos que puede preparar también con peces de los muchos ríos y lagos de la región, todos bien regados por un vino de Bairrada blanco.

En las sierras, puede probar los tintos de la zona de Dão con recetas de cabra, como la 'chanfana' (cocinada en vino tinto) y el cabritillo asado, y la ternera, que en Lafões tiene receta propia.

Los embutidos típicos del interior son los 'maranhos', las morcillas de arroz y muchos otros, todos distintos, que a veces llevan hierbas como condimento.

Hay quesos con denominación de origen, como el famoso Serra (de la Sierra de Estrela), el Castelo Branco, el Alcains o el Rabaçal. Cremosos o curados, todos son excelentes.

En cuanto a los dulces, le sugerimos sólo 'ovos moles' (yemas de huevo dulces) de Aveiro y bizcocho de Ovar, del agrado de todos.



La calidad y variedad es tan grande que es un auténtico manjar de los dioses. Y desde el marisco, o los manjares y delicias de la tierra. Los chicharros al limón, o la tradicional chanfana, con un asombroso gusto. Del filete de atún de la sierra, de las almejas y navajas, por las ostras de la costa. Pero el Algarve también tiene sierra y mar, con los de almendra, de naranja, de higo, y los de la sierra dan sabor a licores y aguardientes, con

GASTRONOMÍA DEL ALENTEJO

La cocina de Alentejo pone creatividad en todos sus platos, dándoles un toque de imaginación.

El pan, el cerdo y el aceite son la base de una de las cocinas más sabrosas de Portugal, y que las hierbas perfuman con aromas de campo.

El pan da fama a sus ensopaos, el cerdo de la misma calidad del ibérico, llamado porco preto se degusta en churrasquerías y restaurantes con diversos cortes como secretos, plumas, solomillos y su excelente presunto (jamón) y el aceite y las hierbas acompañan todas estas delicias

La sopa es el plato principal; puede ser fría

como el gazpacho, pero el pan es obligatorio en la sopa de cazón, de bacalao o de tomate con longaniza, en las migas que acompañan al cerdo, el guiso de cordero o en una sencilla 'açorda' (sopa de pan) alentejana. Pruebe estos manjares en cualquier restaurante de Estremoz, Évora o Beja, o bien un plato de caza, muy típica también de la gastronomía de Alentejo

No hay que perderse los quesos y la repostería conventual. Entre los quesos, los más apreciados son los de Nisa, de Serpa y Évora, y nada mejor para acompañarlos que probar un tinto de Borba, Redondo, Reguengos o Vidigueira. Y en cuanto a los dulces... Bueno, había muchos conventos en Alentejo y el trabajo de las monjas, juntando huevos con azúcar y almendras.



COCINA DEL SUR

Un pescado a la parrilla o unos percebes en una playa de la costa del Cabo de San Vicente pueden ser después también puede probar las recetas propias que realzan su sabor, en 'cataplanas', calderetas, sopas que son la guinda de un perfecto día de playa, de golf, de buen tiempo.

sardina asada en Portimão, acompañada con una ensalada 'montañesa' en Cacela de sabrosa sencillez de Tavira al pulpo de Santa Luzia, el Algarve sobresale en este tipo de menús, que pasan por las deliciosas Baleeira, de Alvor y de Ria Formosa, por los calamares y chipirones de todo el Algarve.!

Recetas propias del interior, como el cocido de garbanzos. Y los frutos que dan sabor a sus dulces, como los 'morgados', los 'Dom Rodrigo', a los que nadie se resiste... Entre esos frutos, están además los que como el madroño de la sierra, y la almendra amarga, que conviene probar muy fría, casi helada.

Restaurante Amieira Marina

Este restaurante de Amieira Marina con impresionantes vistas a las tranquilas aguas del Gran Lago de Alqueva tiene para ofrecer lo mejor de la cocina tradicional el Alentejo. Las entradas despiertan para los aromas de la tradición de Alentejo donde el queso regional "Alentejano" gratinado con oregón hasta las los frijoles y los huevos con silarcas, entre otros, para deleitar a todos los que nos visitan.

Destacan sus platos regionales con pescado de río. La carpa o incluso el Achiga son protagonistas de gastronomía de Amieira Marina.

A destacar, como ya he comentado antes, el cerdo negro, el cordero y incluso los platos de caza, deleitan a los más exigentes y amantes de esta cocina.

Los vinos son también una referencia el menú, ricos en aroma o más espesos pero con gran personalidad, sin duda, una referencia esta región.

Por último los dulces tradicionales. El "Bolo Rançoso" o la "Encharcada", la "Boleima Alentejana" o el "Pão de Rala", serán un gran final para una estupenda comida

Amieira Marina
Amieira, Alentejo
7220-999 Portugal
restaurante@amieiramarina.com
Teléfono: +351.266611175
Fax: +351.266611063
Número de teléfono mobil:
+351.933248039
<http://restaurante.amieiramarina.com>

Mis restaurantes favoritos

Restaurante Romando en Vila do Code (norte)

Restaurante Nacional, Coimbra

Restaurante D. Pedro, Coimbra

Restaurante Arcadas da Capela en Quinta da Lágrimas en Coímbra

Restaurante Mateus en Juromenha (Alentejo)

O'Beiral Churrasqueria en Mourau (Alentejo)

Restaurante panorámico Amieira Marina en Amieira (Alentejo).



restaurante Mateus



restaurante Amieira Marina



restaurante O'Beiral



Catering-pastelería Dama

Pastelería- Catering Dama

Pero además, si quieres saborear cualquiera de estos platos u otro cualquiera de la cocina portuguesa en Madrid, solo tienes que encargarlo en Pastelería- Catering Dama que es empresa familiar con más de 40 años de prestigiosa experiencia en hostelería.

Dama abrió sus puertas en Madrid, hace casi 20 años, exclusivamente como pastelería-cafetería. Sin embargo, hoy en día también son reconocidos por sus servicios de catering, comida casera y regalos "de capricho".

Dama dispone de una acogedora tienda y cafetería situada en un luminoso local de "Puerta de Hierro" podrá desayunar, tomar un aperitivo, comer, merendar, elegir su regalo o encargar su pedido para llevar.

Su horario es de lunes a domingo, de 9 a 21 h.

Dirección: Calle Leopoldo Alas Clarín 8 (Centro Comercial Fuente Hierro), Puerta de Hierro - 28035 MADRID Teléfono: +34 91 316 6444

Email: info@cateringdama.com