

# ALMADA

**TANTAS HISTÓRIAS,  
UMA IDENTIDADE**

Conheça a História,  
o território e as  
raízes de quem  
vive e constrói  
Almada.





“Melhor Boletim/Revista Municipal” em 2024 e 2025,  
no Encontro de Marketing e Comunicação Autárquica.

## 35 anos da CA.Da - Companhia de Dança de Almada

Portfólio \_\_\_\_\_ 34

LUÍS FILIPE CATARINO



### Em Arquivo

A história de Almada em documentos \_\_\_\_\_ 4

### Memória

Os segredos escondidos do património histórico de Almada \_\_\_\_\_ 8

### Horizonte

Como a paisagem, urbana, rural e natural molda a identidade do concelho \_\_\_\_\_ 18

### Raízes

Estórias de quem sai ao mar, trabalha a terra e cria sabores em Almada \_\_\_\_\_ 26

### Marchas Populares

Os bastidores dos campeões \_\_\_\_\_ 42

### Marchas Populares

O corte e a costura da Marcha da Costa \_\_\_\_\_ 46

### Radar

Claudinos, um bolo único e com história \_\_\_\_\_ 48

# ALMADA

### FICHA TÉCNICA

**Edição:** Câmara Municipal de Almada | Departamento de Comunicação

**Diretora:**

Inês de Medeiros

**Diretora-Adjunta:**

Raquel Antunes

**Coordenação:**

Sara Dias

**Consultor Editorial:**

Paulo Tavares

**Editor de Fotografia:**

Luís Filipe Catarino

**Redação:** Ana Paula Cruz, Joana Mendes, Joana Teixeira, Margarida Leal, Paulo Tavares, Sandra Costa, Sandra Gomes e Tiago Queirós

**Fotografia:** Anabela Luís, Carlos Valadas, Florbela Salgueiro, Luís Filipe Catarino, Raquel França e Victor Mendes

**Design:** Pedro Fernandes

**Paginação:** Carlos Lima, Catarina Lopes, Elisabete Correia, Inês Caraça, Rita Sarmiento e Susana Tormenta

**Ilustração da capa:** Inês Caraça  
**Impressão:** Lidergraf - Artes Gráficas, SA

**Tiragem:** 115 000 exemplares

**Periodicidade:** Bimestral

**Distribuição:** Premium Green Mail

**Depósito Legal:** 520442/23

**ISSN:** 2184-9137

Publicação isenta de registo na ERC ao abrigo do Decreto Regulamentar n.º 8/99, de 9 de junho, art.º 12.º, n.º 1b).

Textos escritos ao abrigo do novo Acordo Ortográfico.

### Contactos úteis:

**Geral**

Tel.: 212724 000

**Gabinete de Atendimento Municipal**

Linha Verde Almada Informa - 800 206 770

**E-mail:**

almadainforma@cm-almada.pt

**Site:**

cm-almada.pt

f i o t s

**CMA** - CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

# Património Documental de Almada: séculos de história preservados

TEXTO **Tiago Queirós**

FOTOGRAFIAS **Arquivo Histórico Municipal de Almada**

**DOCUMENTOS MANUSCRITOS E PERGAMINHOS** revelam a evolução de Almada ao longo dos séculos, guardando memórias da organização, identidade e vivências da comunidade.

A memória de uma cidade também se escreve em papel e pergaminho. No Arquivo Histórico Municipal de Almada conservam-se documentos que testemunham séculos de identidade, organização e vivências da comunidade.

Entre eles destaca-se o Foral manuelino de Almada (1513), outorgado por D. Manuel I, que regulava direitos, deveres e privilégios da população. Do início do século XVII sobrevive ainda o livro de atas das reuniões de vereação da Câmara

Municipal (1604), o mais antigo do género existente no arquivo municipal, onde se regista, a 24 de janeiro, a primeira deliberação conhecida dos representantes locais.

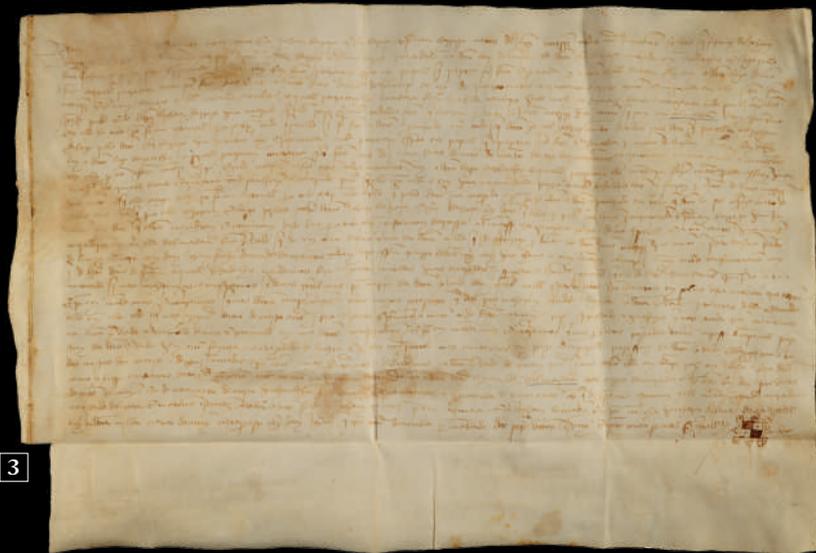
Recuando ainda mais no tempo, encontramos um notável pergaminho: a carta de venda de uma herdade em Boca de Asno (1455). Este é o documento mais antigo conservado no Arquivo Histórico de Almada, testemunho de relações económicas e sociais que já ligavam a vila aos destinos de famílias e instituições do reino.

Três peças únicas, que atravessam quase dois séculos de história, revelando como Almada se foi organizando e afirmando.





2



3

1 - Folhas 1 e 2 do livro de atas das reuniões de vereação da Câmara Municipal de Almada, 1604.

2 - Frontispício do Foral manuelino de Almada, 1513.

3 - Carta de venda de uma herdade em Boca de Asno, realizada por João Barroso, Fernão Barroso e Rui Barroso, moradores em Monforte, a Estêvão da Rosa, almoxarife da infanta dona Isabel, e a sua mulher Maria Eanes, moradores na vila de Almada, 8 de março de 1455.



# TANTAS HISTÓRIAS, UMA IDENTIDADE

TEXTO **Paulo Tavares** FOTOGRAFIA **Carlos Valadas**

---

Este é um território onde o Tejo descobre o mar e onde a terra, moldada por essas duas forças, foi criando paisagens que pedem um olhar atento e paciente. Das colinas que abraçam o estuário às praias que prometem e oferecem liberdade, cada recanto de Almada conta histórias de uma **MEMÓRIA** que leva já longos séculos em construção. No **HORIZONTE**, adivinhamos ruas e praças de cidades e vilas, ou caminhos pela natureza, campos e bosques tranquilos, e tropeçamos na história e nas estórias de uma comunidade que sempre viveu e abraçou a diversidade. Um território de muitos.

Nestas páginas vamos ainda em busca das **RAÍZES** de quem hoje constrói essa história, numa Almada feita de encontros e cumplicidades. Entre quem cultiva a terra, quem sai ao mar em busca de sustento e aqueles que criam sabores que contam histórias de gerações. Entre quem por aqui cria inovação, busca saber e arrisca negócio, e artistas que transformam tempo e espaço em beleza e emoções. Este é um território vivo e diverso, onde a identidade não se resume apenas a monumentos ou paisagens, mas mora também na forma como se sente, se partilha e se celebra.

MEMÓRIA

A photograph of a middle-aged man with a grey beard and balding head, wearing a light blue polo shirt. He is sitting at a desk, looking down at an open book. The background shows a large window with a view of green foliage outside. The lighting is soft and natural, coming from the window.

RUI MANUEL MESQUITA MENDES

“A DIVERSIDADE  
CONSTITUI UM TRAÇO  
IDENTITÁRIO PROFUNDO  
DE ALMADA”

**Entrevista.** Rui Mesquita Mendes é técnico superior da Administração Pública e historiador independente, licenciado em História (2015), com pós-graduação em História Moderna (2022). Autor de vários estudos e livros, nas próximas páginas identifica acontecimentos e testemunhos da História que nos ajudam a definir a identidade do nosso território e das gentes que constroem e construíram esta comunidade.

TEXTO **Paulo Tavares** FOTOGRAFIA **Carlos Valadas**

---

**Revista Almada (RA) – O que define, para si, a identidade de Almada?**

**Rui Mesquita Mendes (RMM)** - A identidade de Almada resulta da conjugação do território com as comunidades que nele viveram: agricultores, pescadores, guerreiros, mercadores, fidalgos, operários, migrantes e artistas. Última paragem antes do Atlântico, é um espaço de transição e partida, moldado pela confluência entre rio e mar, capital e margem, passado e futuro. As colinas oferecem a melhor vista sobre Lisboa, mas Almada permanece envolta em certo mistério, nem sempre visível da capital. Ao chegar à Margem Sul, porém, revela-se aberta e clara, com uma paisagem ampla que se estende do Tejo até à Serra da Arrábida.

**RA – Quais são os primeiros vestígios de presença humana na região de Almada e que marcas foram deixando as diferentes populações ao longo do tempo, desde os romanos, com os primeiros traços de industrialização e comércio, passando pela presença islâmica, até à evolução medieval do território?**

**RMM** - A presença humana em Almada é muito antiga, remontando ao Paleolítico Superior (c. 40.000 a 11.000 a.C.) e ao Neolítico (c. 9.000 a 6.000 a.C.), com ocupações em São Paulo, Pragal e junto à costa atlântica. Um dos sítios mais relevantes situa-se no miradouro dos Capuchos, na Caparica, onde se identificaram artefactos do período Calcolítico (c. 3.000 a 2.200 a.C.), como utensílios em sílex, machados polidos, cerâmica decorada, queijeiras, mós, bem como cadinhos e escórias de cobre. Já em épocas posteriores, há indícios de ocupação pré-romana de origem mediterrânica junto ao Monte de Caparica, Mutela e na Quinta do Almaraz (uma eventual colónia fenícia), testemunhando a antiguidade das ligações comerciais desta região.

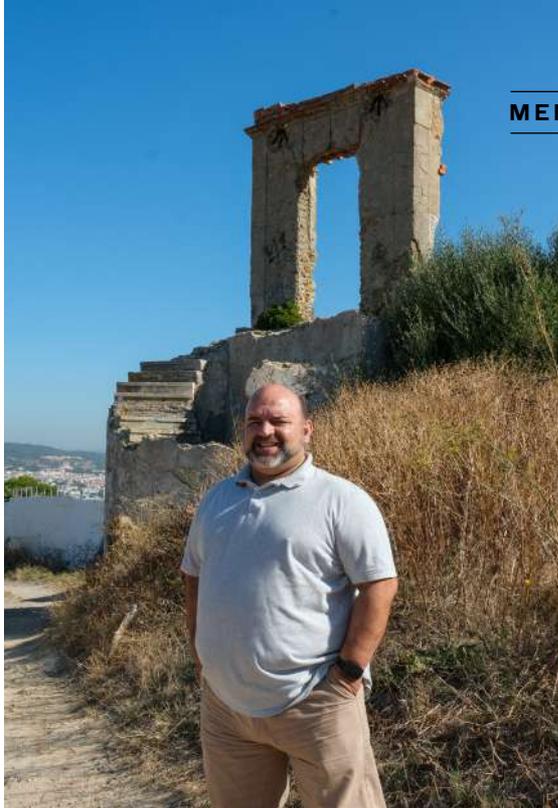
A ocupação romana reforçou esse papel, deixando marcas de produção e comércio de bens transacionáveis a longa distância, sobretudo ligados à exploração de recursos marinhos. Em Cacilhas e em Porto Brandão

foram encontrados vestígios de fábricas de preparados de peixe e de conservas (Garum, molho de peixe fermentado, considerado o mais precioso e caro condimento do Império Romano), associados a estruturas de apoio como necrópoles e villas, como a da Quinta da Torre. Este foi um período de intensa integração económica, em que Almada funcionava como ponto de ligação entre o Tejo e o Atlântico.

A presença islâmica viria a ter um impacto profundo, tanto cultural como urbano. O próprio nome “Almada” deriva de al-mādin (“a mina”), possivelmente ligado à exploração de ouro no Tejo ou às minas da Adiça, na Fonte da Telha. O Castelo de Almada, núcleo central da povoação, tem origem neste período, sendo referido por cronistas islâmicos e cristãos dos séculos XI-XII. Após a conquista cristã, a fortificação foi reaproveitada, mantendo a sua importância estratégica.

Durante a Idade Média, Almada permaneceu pouco urbanizada, estruturando-se em torno do castelo e da Igreja de Santiago, formando o núcleo conhecido como “Almada Velha”. O arrabalde cresceu junto à estrada entre Cacilhas e a Caparica, enquanto Cacilhas se afirmou como centro urbano e comercial relevante, graças ao seu porto, estalagens e albergarias, reforçando o seu papel a partir do século XV. No século XVIII, Cacilhas chegaria mesmo a ultrapassar Almada em população, sobretudo após o terramoto de 1755. No restante território predominava uma ocupação agrícola dispersa, o que conferia ao concelho um perfil semi-rural, mas marcado por dois polos urbanos de destaque: a vila de Almada e o porto de Cacilhas.

**“Almada é um espaço de transição e partida, moldado pela confluência entre rio e mar, capital e margem, passado e futuro”**



**RA – Podemos dizer que o lema de Almada - Território de Muitos -, e falamos de diversidade, tem raízes históricas bastante longínquas?**

**RMM** - Sem dúvida, a diversidade é um traço identitário profundo de Almada, enraizado na sua história desde os primórdios. O território foi palco de sucessivas ocupações, movimentos populacionais e intercâmbios culturais, refletindo a multiplicidade de povos e origens geográficas que por aqui passaram e se fixaram.

Desde a Antiguidade, há registos de populações do Mediterrâneo Oriental, da Península Itálica e do Norte da Europa. Alguns vestígios sugerem incursões viquingues ao longo do Tejo, e relatos históricos, como os de Al-Razi e da Crónica do cruzado Osberno, documentam a conquista do Castelo de Almada em 1147 com apoio de cruzados do Norte da Europa.

Na Idade Média, a fixação populacional foi marcada por mobilidade interna, com famílias das Beiras e do Norte do país a trabalhar nas quintas do concelho. Desde o século XVI há registos de pessoas de origem africana, escravizadas ou livres, e mesmo de uma mulher japonesa residente em Almada, refletindo a circulação de pessoas no contexto do império português.

No século XVIII, fixaram-se aqui pescadores de Ílhavo e do Algarve, e posteriormente, no século XIX, instalaram-se no concelho de Almada famílias provenientes maioritariamente do Alentejo, Algarve e Beiras, impulsionadas pela industrialização corticeira, naval e outras

atividades. Após 1974, novas correntes migratórias de diversos continentes reforçaram esta diversidade, consolidando a identidade multicultural do concelho.

**RA – Que sinais temos da relação com o rio ao longo da História?**

**RMM** - A relação de Almada com o rio Tejo é, de facto, profunda e duradoura, marcando não apenas a história económica, mas também a vivência social, religiosa e cultural. O Tejo foi simultaneamente fonte de oportunidades e de desafios, e essa dualidade moldou a identidade local ao longo dos séculos.

As comunidades ribeirinhas sempre estiveram fortemente ligadas ao rio, dele retirando sustento através da pesca, da navegação e do transporte de mercadorias. No entanto, a dureza dessa vida alimentou também uma religiosidade particular, expressa na devoção a figuras protetoras como Nossa Senhora do Bom Sucesso (venerada em Cacilhas e no Porto Brandão), e Nossa Senhora da Boa Viagem, associada a diversas ermidas e capelas locais.

Outro momento marcante da memória coletiva relacionada com o rio é o terramoto de 1755, que gerou um forte impacto em Almada e impulsionou manifestações religiosas como a procissão de Cacilhas, um ritual que passou a simbolizar a relação entre o sagrado e o natural, entre o perigo e a proteção divina.

Apesar desta ligação simbólica e espiritual, a ligação física e urbana ao Tejo foi, paradoxalmente, dificultada ao longo do tempo. A intensa industrialização das margens - com estaleiros, fábricas e armazéns - acabou por afastar a população do contacto direto com o rio. Apenas em zonas como Cacilhas se manteve um vínculo mais contínuo, dada a sua importância histórica como porto de ligação a Lisboa.

**RA – Entre os séculos XIX e XX, Almada transformou-se de vila em cidade industrializada. Com a chegada de novas populações, que mudanças sociais marcaram esse período e qual o papel das classes trabalhadoras no tecido social e político do concelho, e no desenvolvimento do movimento associativo almadense?**

**RMM** - Entre os séculos XIX e XX, Almada transformou-se profundamente, acompanhando o processo de industrialização que se concentrou sobretudo nas zonas ribeirinhas, entre o Alfeite e Cacilhas (Caramujo, Mutela e Margueira), e entre Cacilhas e Trafaria, inicialmente no Ginjal, Olho de Boi e Arealva, expandindo-se depois a portos como Arrábida, Palença, Banática e Porto Brandão. A proximidade ao rio, essencial para o

transporte de mercadorias, favoreceu a instalação de indústrias de construção naval, cortiça, produtos químicos, tanoarias, cerâmica e conserveiras, a par de atividades logísticas como o armazenamento de vinhos e combustíveis. Estas dinâmicas trouxeram forte crescimento demográfico, a formação de vilas operárias e a adaptação de quintas ribeirinhas para uso industrial, expandindo-se para o interior apenas a partir da década de 1960.

Os movimentos migratórios intensificaram-se com a melhoria das ligações a Lisboa e, sobretudo, após a construção da Ponte sobre o Tejo. As novas populações, maioritariamente de classes trabalhadoras, tiveram papel central na vida social e política, já marcada desde a segunda metade do século XIX pelo sindicalismo corticeiro, conserveiro e naval, que organizava greves, manifestações, cooperativas de consumo e sociedades recreativas, ligando-se a correntes republicanas e anarquistas. Mesmo em áreas rurais, como o Monte de Caparica, tabernas e quintas funcionaram como espaços de sociabilidade e debate, acolhendo reuniões clandestinas de oposição durante o Estado Novo.

Deste enraizamento resultou uma sociedade civil fortemente mobilizada. Antes de 1974, o associativismo operário procurou colmatar carências sociais e educativas; após o 25 de Abril, ganhou novo fôlego, com associações de moradores a reivindicar saneamento, escolas e equipamentos. Assim, Almada consolidou-se como uma comunidade diversa, mobilizada e com grande capacidade de organização coletiva.

**RA – Sente que os almadenses conhecem bem a sua própria história? O que está a falhar na transmissão dessa memória?**

**RMM** - Na minha opinião, Almada ainda não conhece bem a sua própria história, quer na cidade propriamente dita, quer nas freguesias da região da Caparica. Muitas vezes, o conhecimento histórico existente é enviesado, marcado por mitos e imaginários populares criados ao longo do tempo, que dificultam a compreensão real dos factos.

Por exemplo, algumas narrativas históricas que foram promovidas para fins turísticos ou políticos durante o Estado Novo, acabaram por criar versões simplificadas ou incorretas da história local, como a suposta fundação de Almada pelos cruzados ingleses, o incêndio atribuído ao Marquês de Pombal na Trafaria, ou as reuniões conspiratórias da Restauração de 1640 no Pátio do Prior do Crato, que ainda marcam o imaginário coletivo, mas que carecem de fundamentação e conhecimento histórico rigoroso.

## LOCAIS IMPERDÍVEIS

“Destacam-se o Museu da Cidade, o Museu das Covas do Pão e os sítios arqueológicos das salgas romanas em Cacilhas, do Almaraz e o Castelo de Almada, que se espera venha a ficar futuramente acessível ao público, assim como se espera a preservação dos sítios arqueológicos mais antigos do concelho como os conventos da Rosa e da Sobreda e diversas quintas, entre elas o núcleo quinhentista da Quinta da Torre. No período medieval, destacam-se locais como a Fonte do Pombal e a Igreja de São Tiago. Do século XVI e XVII, são referências a Torre Velha, o antigo Convento de São Paulo, a cisterna da Casa da Cerca, a Igreja da Misericórdia, a Quinta e Capela da Ramalha, a Capela da Filipa de Água, a Quinta do Castelo Picão, os Capuchos e a Quinta do Vale Rosal.

No que respeita à arquitetura barroca e do séc. XIX, merecem destaque algumas igrejas – como as da Cova da Piedade, Cacilhas, São Sebastião, Monte de Caparica e Porto Brandão – e residências nobres, como os Paços do Concelho, o Palácio da Cerca e o Solar dos Zagallos. Também o Lazareto Novo (Asilo 28 de Maio) e o Presídio da Trafaria são patrimónios relevantes dessa época.”

## LOCAIS MENOS CONHECIDOS

“Almada oferece diversos pontos de observação privilegiados, que permitem apreciar a Costa Atlântica, o Rio Tejo e o Mar da Palha. Dos vários miradouros existentes, destacam-se o sítio da Bela Vista, ao Ginjal, no Monte de Caparica. Há, também, muito património edificado menos conhecido, mas, infelizmente, muitos destes locais encontram-se inacessíveis, seja pelo estado de ruína, seja por serem propriedade privada. Entre eles estão diversas capelas na Caparica e Trafaria, como a Nossa Senhora do Carmo em Murfacém, Nossa Senhora da Conceição na Quinta do Guedes (o primeiro convento dos Capuchos da Caparica), a Quinta de São Macário – com magníficos painéis de azulejos – e a vizinha Capela de São Francisco dos Matos no Externato Campo de Flores. Também a Quinta da Graciosa e a Quinta do Lazarim, na Sobreda, são exemplos de património que merece ser visitado, apesar do acesso depender da boa vontade dos proprietários. Um dos monumentos mais significativos e ainda pouco conhecidos é o núcleo da Quinta da Torre, que inclui a Capela de São Tomás de Aquino, a antiga horta e poço manuelinos, e o Solar da Torre, que carece de ser restaurado.”

# A NOSSA HERANÇA, A NOSSA CASA

**AO LONGO DE GERAÇÕES**, fomos vivendo os lugares antigos, agora a casa de novos projetos. Criámos hábitos, ganhámos memórias, crescemos com novas perspetivas e ampliamos assuntos para pensar e debater. O mundo crescia a cada exposição, a cada visita guiada, a cada concerto, a cada livro terminado nos jardins dos palácios, das casas senhoriais e das quintas de recreio. Estes lugares são o nosso passado comum. O nosso cartão de visita. A nossa casa.

TEXTO **Margarida Leal** FOTOGRAFIA **Anabela Luís, Luís Filipe Catarino e Raquel França**

MEMÓRIA





LUÍS FILIPE CATARINO

## A CASA QUE É UM ABRAÇO

Quando entramos na Casa da Cerca sentimo-nos dentro de um abraço. Um abraço onde cabe a Arte Contemporânea e, sobretudo, o desenho, mas também a história do país, a música ao pôr do sol, a quietude e a contemplação ou ainda a descoberta da ligação estreita entre a arte e a natureza.

Em 1988, a Câmara adquiriu o Palácio da Cerca para resgatar das ruínas e dar nova vida a um dos mais notáveis exemplares da arquitetura civil de Almada, que chegou a receber o rei Filipe I de Portugal, durante uma estada de duas semanas, em 1581.

Dentro da casa coube um Centro de Arte Contemporânea, com exposições permanentes, e um centro de documentação dedicado ao desenho.

Nas hortas abandonadas plantou-se O Chão das Artes, um jardim botânico com mais de duas centenas de espécies, que dão corpo a um projeto único, onde se cruza arte, ciência, contemporaneidade e tradição. Ali, todas as plantas são matéria-prima para o fabrico de materiais para as artes plásticas. E há bosques, pomares e jardins, que todos os anos se renovam pelas mãos de artistas plásticos convidados.

Além de democratizar o acesso à cultura, as subtilidades deste lugar lançam sempre à terra qualquer coisa que cresce dentro e nos chama de volta. Para ler um livro, para desfrutar da paisagem, para conhecer mais

um artista ou para descobrir uma nova espécie, como a Rubia (*Rubia tinctorum* L.), de cujas raízes se retirou durante séculos o corante vermelho vegetal mais popular no universo da tinturaria.



LUÍS FILIPE CATARINO



## DENTRO DA MEMÓRIA

A Casa da Cidade é a peça fundamental da rede de museus. Um baú de possibilidades, onde se guardam as memórias materiais do concelho, que também são património. A cada nova exposição, conta-se mais uma história deste território e das pessoas que aqui viveram e trabalharam.

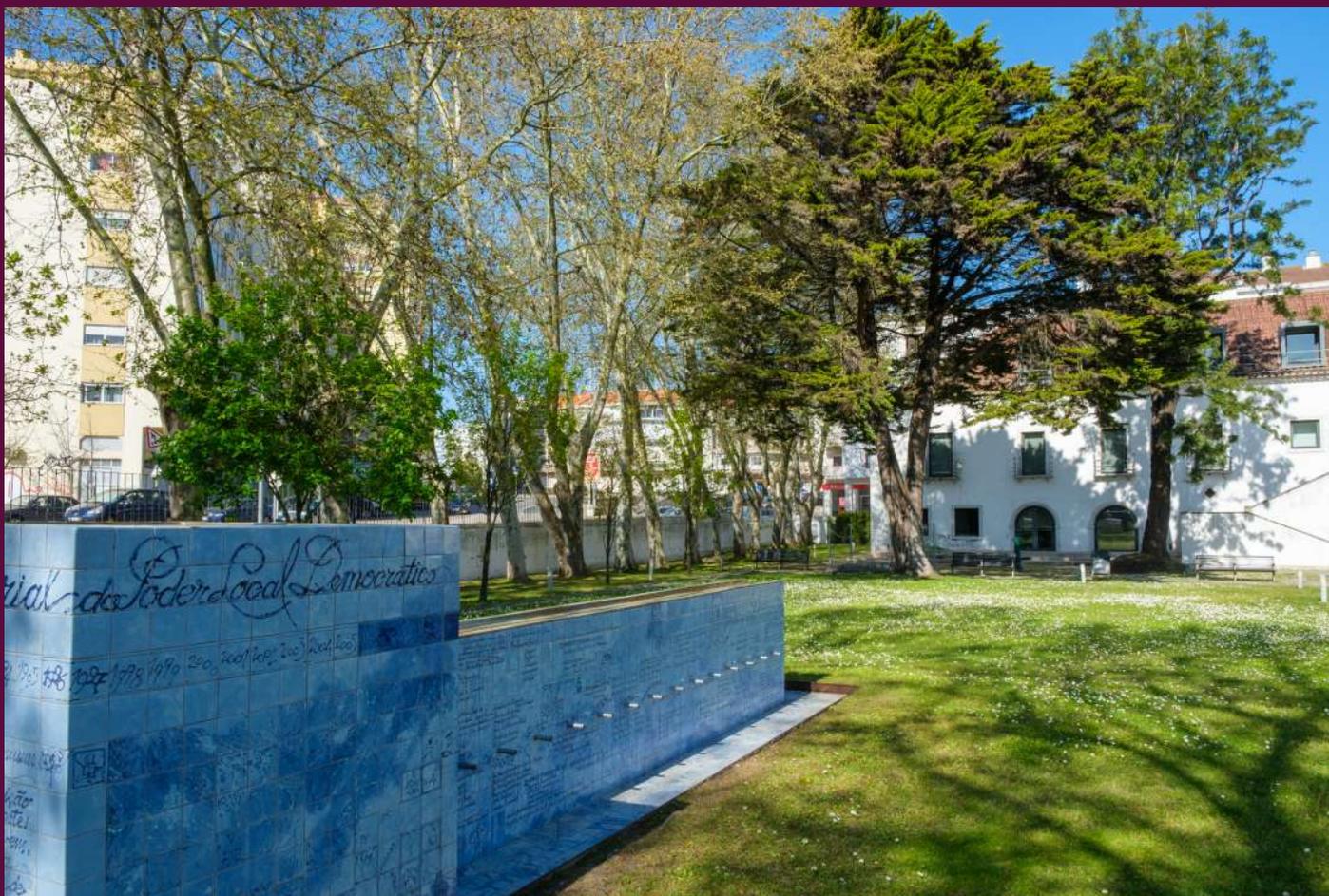
Há objetos, fotografias, filmes, que testemunham dois mil anos de história, num edifício do século XVIII, que pertenceu à Ordem de São Domingos e que ficou conhecido como a Quinta dos Frades.

Sentados nos bancos do jardim, lembramos que aqui se plantaram alimentos para os primeiros habitantes, mas que no mesmo chão aconteceram touradas e discursos inflamados de grandes figuras da 1.ª República, enaltecendo o espírito revolucionário das gentes da Piedade.

Dentro das sólidas paredes desta antiga casa de reli-

giosos, guardam-se agora peças extraordinárias para a memória coletiva, como a bandeira do Centro Escolar Republicano Capitão Leitão, hasteada um dia antes da instauração da República e que esteve escondida durante a ditadura, até ao dia 27 de abril de 1974 quando encabeçou a manifestação de apoio à Revolução pelas mãos do anarquista José Alaiz e de outros democratas.

O espólio da Casa da Cidade tem sido alimentado pelas gentes da terra. É disso exemplo a doação de mais de 9 mil negativos e provas de contacto pelo mestre Júlio Diniz, um antigo “moço de recados” no laboratório fotográfico Abel Resende, em Almada, que acabou por se tornar num fotógrafo de referência, registando a vida do dia a dia, mas também testemunhando os momentos mais marcantes do crescimento deste território.



LUÍS FILIPE CATARINO



## AS COVAS DE PÃO

Durante a reabilitação de uma moradia no casco antigo de Almada, foram encontrados vestígios arqueológicos de tal modo importantes, que a CMA adquiriu o terreno para garantir a conservação do património e da memória coletiva. Foi assim que, em 2001, abriu pela primeira vez ao público o então Museu Medieval, agora Covas de Pão.

O nome curioso deve-se aos vestígios mais valiosos deste lugar, os 19 silos escavados no chão e na rocha, intensamente utilizados entre o século XI e XV, que atestam a importância económica e social que Almada teve na produção e abastecimento cerealífero medieval, nomeadamente para Lisboa. O maior destes silos tinha 7.500 litros de capacidade e o mais surpreendente é saber que foram identificados mais de uma centena de silos neste núcleo antigo da cidade.

Esta casa, onde andamos suspensos sobre o chão, guarda outros tesouros. Aqui podemos ver grande parte dos materiais recolhidos nesta zona durante escavações arqueológicas, numa viagem no tempo que nos tira até ao século X.

E há ainda muito por revelar. Por exemplo, restos de animais, os domésticos, os que serviam de alimento e ainda as aves migratórias. O caso mais notável será o esqueleto de um grou.

Estes materiais têm um elevado valor científico: permitem traçar a evolução dos hábitos alimentares durante a época medieval e moderna, e fornecem dados relevantes sobre o ecossistema que caracterizava este território no passado.



RAQUEL FRANÇA





RAQUEL FRANÇA

## UM CONVENTO PARA A MÚSICA

No Convento dos Capuchos, o silêncio impõe-se. É que ainda se sente a pureza primeira deste lugar, mandado construir em 1558 para ser a casa de uma comunidade de frades franciscanos, obrigados a um voto de pobreza.

É simplicidade e despojo o que se vê nas linhas arquitetónicas deste lugar, isolado no topo da arribá fósil, um lugar de contemplação que passou para as mãos da autarquia em 1950. A grande obra de reabilitação de 2001 devolveu-nos este espaço de estilo neoclássico e setecentista, como hoje o conhecemos.

Há muitos que se lembram desta como “a nossa casa da música”, porque entre 1980 e 2001, pela mão generosa de José Adelino Tacanho, este foi o lugar do Festival de Música dos Capuchos, que democratizou a música erudita, deixando uma marca indelével na identidade cultural do concelho.

Vinte anos depois, em 2021, o Festival regressou ao Convento dos Capuchos, sob a direção de Filipe Pinto-Ribeiro, como um sopro de esperança na beleza universal da música. Se abrissemos os álbuns de família das gentes de Almada, encontraríamos em muitos a silhueta do Convento dos Capuchos, por detrás da felicidade fresca de casais acabados de casar. A prova viva de que este passou a ser parte dos espaços comuns da população.

Quando aqui vier passear nos claustros, visitar a

igreja, descobrir os jardins ou abeirar-se da paisagem sobranceira ao oceano, lembre-se como é importante a recuperação e preservação deste património.

LUÍS FILIPE CATARINO



PATRÍCIA PINTO DA SILVA

# O QUE NOS CONTA ESTE CHÃO QUE PISAMOS?



**Entrevista.** Uma história geológica com milhões de anos moldou uma paisagem onde coexistem áreas urbanas e rurais, e zonas de floresta, de natureza quase intocada, com uma biodiversidade surpreendente. Patrícia Pinto da Silva, Chefe da Divisão de Intervenção Ambiental e Ecológica da CMA, conta como podemos ficar a conhecer este património menos óbvio de Almada, que se esconde de olhares mais distraídos.

EDIÇÃO **Paulo Tavares** FOTOGRAFIA **Raquel França**

---

**Revista Almada - Quais são os traços ou características geológicas e orográficas que marcam o território do concelho?**

**Patrícia Pinto da Silva (PPS)** - Temos um património geológico valioso, que merece ser divulgado e protegido, quer pelas rochas aqui existentes, quer pelos fósseis, que são bastante frequentes. O substrato geológico e, em especial, as camadas de rocha que afloram nas arribas litorais e ribeirinhas do concelho, são relevantes a nível nacional e mesmo internacional.

Possuímos ainda uma das melhores sequências estratigráficas a nível nacional, de sedimentos do período Neogénico - o intervalo de tempo geológico que corresponde aos últimos 24 milhões de anos da história da Terra. Nesta sequência, são de destacar os níveis da época miocénica, que estão muito bem representados e cuja alternância de sedimentos marinhos e continentais permite estabelecer correlações de primeira ordem entre estes dois domínios, o que é um fenómeno raro, mesmo a nível europeu.

Depois, há a grande riqueza paleontológica da série miocénica, nomeadamente a abundância, diversidade e boa preservação de fósseis em quase todos os níveis, que permitem reconstituir, de forma bastante precisa, a evolução da paisagem ao longo dos últimos 20 milhões de anos.

As jazidas e os fósseis de Almada, em especial do Miocénico, são atualmente a melhor representação de recursos paleontológicos desta época em Portugal. Temos fósseis únicos a nível nacional, ou mesmo internacional, sendo também dos mais bem conservados. Há certos moluscos que ainda mantêm as cores originais das conchas, e dos mais variados, com grande diversidade de grupos.

As arribas do gargalo do Tejo, desde Cacilhas à Trafaria, e a arriba fóssil do litoral ocidental, incluindo não só a Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa de Capa-

rica, mas toda a arriba para sul da Trafaria (até à Lagoa de Albufeira, já no concelho de Sesimbra), são especialmente importantes, englobando vários afloramentos e jazidas de grande interesse. Ou seja, pode dizer-se que a Geologia de Almada tem muito para descobrir e para oferecer em termos de conhecimento da história passada do território almadense.

Quanto ao relevo, as formas são condicionadas, em grande medida, pelo substrato geológico que lhes está subjacente, sendo possível distinguir duas zonas principais caracterizadas por diferentes altimetrias, declives e modelado geomorfológico: uma vasta superfície de aplanção interior, com cotas regularmente elevadas e terrenos ondulados; e uma dupla frente de arribas litorais e ribeirinhas, com declives bastante acentuados, que limitam a superfície interior a norte e a oeste. Verifica-se igualmente uma variação do relevo de norte para sul, sendo que na região norte e centro o terreno se mostra, em geral, mais ondulado e acidentado, prevalecendo os cabeços estreitos, enquanto que na zona interior, mais a sul, passa a ondulado muito suave, com domínio de cabeços largos.

**RA - Nesse campo, o que merece uma visita ou um olhar mais atento?**

**PPS** - Além de áreas mais abrangentes, como a Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa de Caparica e a Frente Ribeirinha Norte - que também agregam, no seu todo, motivos de interesse geológico -, existem locais específicos no concelho que merecem ser destacados.

Todos eles vêm assinalados na Carta Geológica e todos reúnem condições para serem classificados como património geológico: Encosta do Cristo Rei, Escarpa do Pica Galo, Arriba da Costa de Caparica e Arriba da Foz do Rego.

O valor científico, didático e pedagógico destes sítios é elevado e de grande interesse para um público variado, incluindo estudantes, docentes, investigadores e, claro, a

população em geral. Gostaria, ainda assim, de fazer uma chamada de atenção: dada a importância científica e consequente valor patrimonial, não é permitida a recolha de amostras de rocha ou de vestígios fósseis nestes locais. Qualquer achado geológico que se considere de maior importância deve ser comunicado à autarquia.

**RA - A margem ribeirinha e a costa atlântica são fatores decisivos para definir o perfil climático de Almada?**

**PPS** - Sim, sem dúvida. Almada apresenta um clima mediterrânico, temperado pela forte influência marítima. O rio e o oceano funcionam como moderadores térmicos, reduzindo a amplitude térmica diária e anual, e as brisas marítimas e fluviais contribuem para o arrefecimento durante as tardes quentes, enquanto a inércia térmica da água atenua o arrefecimento noturno.

**RA - O que o distingue, em termos climáticos, de outros territórios vizinhos?**

**PPS** - Dada a influência combinada do Tejo e do Atlântico, que reduz amplitudes térmicas e gera brisas



que refrescam nos dias quentes, Almada apresenta maior humidade e nevoeiros costeiros do que os concelhos vizinhos da margem sul, e também noites mais amenas e verões ligeiramente menos quentes.

**RA - Este é um território potencialmente mais exposto aos efeitos das alterações climáticas?**

**PPS** - Sim. As projeções para Portugal apontam para um aumento médio da temperatura em 1° C a 2° C até meados do século, redução da precipitação anual e maior frequência de secas prolongadas e de eventos extremos. Em Almada prevê-se um crescimento significativo do número de dias de calor extremo e noites tropicais, com impacto direto na saúde pública, aumentando os riscos associados ao calor, sobretudo em grupos mais vulneráveis. A proximidade do mar traz ainda riscos acrescidos de galgamento e erosão costeira, com particular relevância para a Costa de Caparica.

A combinação de planeamento urbano adaptativo, eficiência energética, aumento de áreas verdes e soluções baseadas na natureza será essencial para melhorar a resiliência do município face ao cenário climático futuro. É ainda essencial recuperar, reforçar e estabilizar o sistema dunar da Costa de Caparica e da Cova do Vapor, através da plantação de espécies nativas, instalação de paliçadas para retenção de areia, vedação e controlo de acessos.

**RA - Pode dizer-se que Almada se caracteriza pela convivência entre o urbano e o rural, e também pela proximidade entre paisagens naturais, quase intocadas, e zonas de intensa presença humana?**

**PPS** - Atualmente, o concelho de Almada assume-se como peri-urbano, onde espaços urbanos convivem em grande proximidade com espaços que resultam das paisagens rurais de outrora. As áreas agrícolas encontram-se sobretudo nas zonas de cabeço, mais planas, como na Caparica, Trafaria e Costa de Caparica, com destaque para as Terras da Costa, e ainda algumas áreas de cultivo na Sobreda e Charneca de Caparica, imiscuindo-se entre as zonas mais urbanizadas.

As áreas florestais desenvolvem-se principalmente sobre a arriba fóssil e arribas ribeirinhas, na planície costeira e ao longo dos cursos de água e vales da região interior do concelho. Trata-se de áreas naturais de grande importância, formando uma rede ao longo de todo o território e cuja conectividade deve ser mantida através de corredores ecológicos que permitam ligações para a fauna e flora, nos quais os cursos de água desempenham um papel muito relevante.

**RA - Falando de biodiversidade, o que diferencia Almada em termos de fauna e flora?**

**PPS** - O nosso território tem uma notável biodiversidade, refletindo a localização privilegiada entre o estuário do Tejo e o oceano Atlântico. Esta especificidade ecológica resulta numa diversidade de habitats naturais e espécies que contribuem para a riqueza ambiental da região. Cerca de metade da área do concelho é ocupada por áreas artificializadas, existindo assim uma área relevante ocupada por terrenos agrícolas, áreas florestais e áreas verdes urbanas ou outros usos, o que permite um mosaico verde significativo.

A flora e vegetação têm características fundamentalmente mediterrânicas. A vegetação atual reflete a interação entre o potencial biológico e a diversidade de elementos formadores e ameaças, naturais e antrópicas. A vegetação inclui a série dos bosques de carvalho cerquinho e todas as formações de matos associados, com abrunheiro e clareiras de pascoinhas e bupleuro em mosaico com pastagens ricas em orquídeas e outras raridades; a série dos sobreirais, montados e matos xéricos mediterrânicos de aroeira e carrasco e as clareiras de esteva e tojo; a série dos bosques ripícolas de freixo, salgueiro, choupo, matos associados a zonas húmidas com murta e zonas encharcadas de tabuas ou caniços. Na zona costeira destacam-se os bosques e matos litorais de sabina-das-praias e pinheiro-manso, com sub-coberto de medronheiro, sanguinho-das-sebes e espinheiro-negro, com clareiras de alfazemas, roselhas e tomilhos. Nessa franja mais atlântica encontram-se ainda camarinhais e tamargais.

A flora é bastante diversa, conhecendo-se um total de cerca de 846 espécies de plantas, que correspondem a 25,5% do total de espécies existentes em Portugal Continental, incluindo-se espécies listadas como prioritárias para a conservação ou na Lista Vermelha, ameaçadas e com estatutos de conservação desfavoráveis.

A fauna do concelho de Almada reflete igualmente as características predominantemente mediterrânicas do território, com condições favoráveis para a existência de uma diversidade considerável, que abrange cerca de 190 espécies de vertebrados terrestres, o que representa 41,5% das espécies de Portugal Continental. Entre os valores faunísticos com maior relevância ecológica contam-se várias espécies de vertebrados com estatuto de conservação desfavorável, algumas espécies de mamíferos, répteis e anfíbios endémicos da Península Ibérica, bem como espécies piscícolas com importância económica, cultural e gastronómica.

**“Temos fósseis únicos a nível nacional, ou mesmo internacional, sendo também dos mais bem conservados. Há certos moluscos que ainda mantêm as cores originais das conchas”**

**RA - De novo, o que merece, nesse aspeto, um olhar mais atento dos almadenses e dos visitantes?**

**PPS** - As áreas naturais merecedoras de visitas mais atentas estão sobretudo na Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa de Caparica, sendo que a mais relevante é a Reserva Botânica da Mata dos Medos. Com trilhos de caminhada e uma rede de passadiços, esta área permite uma visita confortável e o contacto com uma natureza quase intocada, onde são bastante evidentes as espécies de plantas nativas e endémicas desta região, bem como a fauna diversificada que aí habita, com especial destaque para as aves.

Embora menos conhecida, também a Mata Nacional das Dunas da Trafaria e Costa de Caparica, que inclui a mata da Trafaria, a mata de São João da Caparica, e as matas da Costa de Caparica até à Fonte da Telha, apresenta uma grande variedade de valores naturais, como os bem preservados pinhais dunares e zimbrais, típicos habitats de duna terciária, e uma fauna muito diversificada, muito bem ilustrada num mural pintado de Tiago Hacke na zona da Trafaria.

No entanto, as zonas mais urbanas também oferecem motivos de interesse do ponto de vista do usufruto da natureza, principalmente através de parques urbanos de maiores dimensões, como o Parque Urbano do Pragal, o Parque Multiusos da Sobreda e o Parque Urbano Comandante Júlio Ferraz (onde existem microflorestas), o Parque Urbano das Quintinhas (com o seu projeto ecológico), ou o Parque da Paz (com a sua Estação da Biodiversidade).

A frente atlântica e a frente ribeirinha, amplamente abertas ao oceano e ao rio, permitem apreciar habitats marinhos e costeiros de grande importância e absolutamente merecedores de conservação, com destaque para o sistema dunar que protege o litoral atlântico de Almada desde a Cova do Vapor até à Fonte da Telha.

# ENTRE O CÉU, A TERRA E O MAR

Luís Lourenço, Marta Pereira e Inês Bispo. Três almadenses ligados aos valores naturais do território mostram que há muitas formas de usufruir (e sentir) a Natureza no concelho de Almada. Basta aproveitar.

TEXTO **Joana Mendes**  
FOTOGRAFIA **Victor Mendes e Anabela Luís**



ANABELA LUÍS



## MAIS PRÓXIMO DA TERRA

De manhã, bem cedo, encontramos Marta Pereira nos passadiços da Mata dos Medos. Prepara-se para fazer o treino matinal, que faz quase todos os dias antes de ir para o trabalho. Marta, é ortoptista – profissional de saúde que ajuda a tratar problemas nos olhos –, reside e trabalha no concelho, numa ótica no centro de Almada.

Frequenta a Mata dos Medos desde muito nova, ainda antes da construção dos passadiços. “Devo vir aqui há quarenta anos. Em família, com os meus pais, com os meus avós e agora com o meu filho.” Além da fruição lúdica, Marta utiliza os passadiços para correr, algo que começou a fazer por questões de saúde. Lembra que, ao início, foi um desafio. “Foram seis meses até chegar aos cinco quilómetros, mais seis meses até conseguir fazer dez e agora estou a conseguir fazer 21”.

Correr na Mata dos Medos é um gosto. “Estamos em contacto com a natureza, a ouvir os passarinhos, a respirar ar puro. A riqueza da fauna e da flora é absolutamente incrível. E é isto que nós sentimos quando aqui chegamos. Sentimos que fazemos parte de um planeta, de um sítio bonito e natural. Para mim é um porto seguro, é o sítio onde lágrimas se transformam em sorrisos e vou trabalhar com outra energia.”

Marta visita a Mata dos Medos pelo menos uma vez por semana, quer de inverno, e é neste local que também faz *geocaching* – uma espécie de caça ao tesouro em que as pessoas usam o telemóvel ou GPS para encontrar mensagens escondidas na natureza ou na cidade – com o filho e o grupo de amigos. “É difícil fazer sair de casa crianças com onze ou doze anos. E o *geocaching* é uma motivação para eles virem, não só para a natureza, como para explorar.”

A Mata dos Medos faz parte da vida de Marta, que encontra neste local uma forma de “carregar baterias”, lembrando a importância desta Mata na sua vida e na vida da comunidade. “Em vez de ligarmos a televisão de manhã, se pudéssemos ter contacto com o que está à nossa volta, acho que faria uma grande diferença.”

## DE OLHOS POSTOS NO CÉU

O que começou por ser uma pequena entrevista a Luís Lourenço, observador de aves, no Parque da Paz, tornou-se numa visita de campo onde ficámos a saber que há muito para descobrir e aprender neste local.

Aprendemos que há uma espécie de andorinha residente em Portugal e que é possível observá-la no Parque da Paz, em pleno inverno. Aprendemos que neste parque há espécies de aves invasoras, como o ganso do Egipto, e nativas, como a galinha-d'água. Aprendemos que o lago do Parque da Paz atrai espécies aquáticas, como mergulhões e galeirões, que se alimentam sobretudo de rãs, peixes e lagostins que ali habitam.

Luís é educador ambiental e trabalha na área do turismo de natureza, um gosto que surgiu desde muito novo. “Sempre gostei de animais. Já venho ao Parque da Paz desde os 6 ou 7 anos.” Ter este parque urbano próximo de casa e ver os animais que nele habitavam, como as aves selvagens e os répteis, incentivou este gosto, que foi crescendo ao longo da vida.

VICTOR MENDES



VICTOR MENDES

Desde 2018, Luís frequenta o Parque da Paz com regularidade, onde observa e fotografa as várias espécies que ali ocorrem. As características deste parque urbano, que, para além do lago, tem cursos de água, zonas abertas, como os relvados, e zonas de floresta e de mato mais denso, oferece uma “grande diferença de habitats”.

“Facilmente, num dia bom de *birdwatching* podemos ver aqui 40 espécies de aves. O máximo que já vi numa sessão foram 58, mas na altura da migração, quando estão a passar aves que usam Portugal como uma estação de serviço gigante”.

De binóculos em riste, Luís comenta que esta é uma atividade para a qual se tem de ter visão e audição apuradas, assim como muita paciência. “Saber esperar é fundamental.” Além das aves aquáticas, o Parque da Paz oferece também a possibilidade de observação de aves florestais, como chapins, trepadeiras e tordos.

Uma saída de campo pode durar várias horas e Luís chega a fazer percursos de seis ou sete quilómetros, dependendo dos animais que quer registar. “A espécie mais rara que encontrei aqui foi uma gaivota-de-bico-riscado. É uma espécie norte-americana, mas que às vezes é registada na Europa porque se perde durante as rotas migratórias e acaba do outro lado do Atlântico.”

Durante a conversa, Luís destaca a importância deste parque na vivência das pessoas. “Estando num concelho cada vez mais urbanizado, os espaços verdes são muito importantes, não só para haver ilhas de biodiversidade, como também para os habitantes do concelho poderem relaxar. O contacto com a natureza é estimulante e ao mesmo tempo é relaxante.”



## O MAR COMO EXTENSÃO DO SER

A Praia do Marcelino foi o local escolhido por Inês Bispo para nos falar sobre a importância do mar na sua vida. Esta foi a praia onde passou mais tempo a surfar enquanto crescia, tanto na vida, como no surf. “Comecei a surfar nesta praia e, depois, durante os meus anos de competição, treinei muito aqui”.

A ligação ao mundo do surf surgiu desde muito cedo. “O meu pai já faz surf desde os 14 anos, o meu tio também. Cresci a vê-los surfar. A minha mãe também começou a surfar comigo, quando eu tinha 7 anos. Mesmo antes de começar a surfar, já era uma coisa muito natural para mim.”

Começou por treinar com o pai, fez iniciação numa escola de surf e foi evoluindo até começar a competir com 12 anos, já com o apoio de um treinador. Com a entrada na faculdade, onde se formou em Educação Física e Desporto, começou a ter menos tempo para dedicar ao treino e acabou por parar de competir aos 19 anos. Inês continua a surfar. “Não sei o que é a minha vida sem o

surf”, diz a jovem caparicana que tem trabalhado como instrutora em escolas de surf na Costa. Para Inês Bispo, o mar da Costa de Caparica é especial. “Acho que é dos melhores lugares da região para aprender a surfar, porque é uma onda que permite ter mais tempo para pensar no que se vai fazer a nível técnico.”

Além do mar, outra das paixões de Inês é a música que, tal como o surf, surgiu na sua vida naturalmente. “Não tive aulas de música, nem tenho ninguém ligado à área da música na minha família. Foi uma coisa que surgiu por vontade própria”.

Inês Bispo escreve e compõe as suas canções e é no mar que encontra a clareza necessária para o fazer. “Escrevo sobre coisas que vivo. Já houve muitos momentos da minha vida onde consegui ter mais clareza no mar. Acho que, quando nos conectamos com a natureza, conseguimos lembrar de muitas coisas que, durante o dia a dia, são esquecidas.”

Para Inês, o mar faz parte de si. “Estar no mar, lembra-me desse regresso a casa, uma casa interior, também. Aqui sinto-me em casa. O mar da Costa é como se fosse uma extensão minha.”

ANABELALUÍS





FRANCISCO RODRIGUES  
“A FRESCURA  
DO PEIXE DA  
ARTE XÁVEGA  
É BRUTAL, NÃO  
SE COMPARA  
A NADA”

Francisco Rodrigues é chef e sócio da Taberna do Mar, um pequeno restaurante de autor no Largo da Graça, em Lisboa, um recanto onde se dedica a servir o que o apaixona desde sempre, peixe, marisco e outros sabores e texturas do mar. Nascido e criado no Algarve, vive em Almada há 17 anos, e conta o que valoriza e o prende a este território.

EDIÇÃO **Paulo Tavares**  
FOTOGRAFIA **Luís Filipe Catarino**

**Revista Almada (RA) - Como é que nasceu a sua paixão pela cozinha e quais as suas influências?**

**Francisco Rodrigues (FR)** - Sempre gostei de comer, andava sempre atrás das minhas avós, a pôr o dedo nos bolos e nos tachos. Vem um bocadinho daí. Os meus avós trabalhavam na indústria pesqueira e havia sempre muito peixe em casa. Peixe mais miúdo... sardinhas, carapaus, besugos, cavalas, era o que havia mais em conta. Depois, numas férias de verão, comecei a trabalhar nuns restaurantes em Portimão, como empregado de mesa ainda, para ganhar algum dinheiro. Foi assim que foi nascendo.

**RA - A influência japonesa na sua cozinha vem de onde?**

**FR** - Foi no Midori, no Penha Longa. Vim estudar para Lisboa, fazer um curso profissional, do 10º ao 12º, no Estoril. Quando acabei o curso - tinha trabalhado numa pizzaria no Algarve - o meu patrão queria que eu fosse para Milão com ele. Ao mesmo tempo, tinha feito um estágio no Penha Longa e quando terminei o curso convidaram-me a ir para lá trabalhar. É daí que vem a influência japonesa.

**RA - Do ponto de vista de um chef, o que diferencia e caracteriza Almada no que toca à vossa matéria-prima?**

**FR** - Almada tem muita coisa, mas não é bem explorada, não sabemos dar bem o valor às coisas. Em Lisboa já existem muitos restaurantes de autor. Em Almada existem alguns, mas ainda está a começar. Estão a aparecer coisas novas, com pessoal mais novo, espaços giros...

**RA - O que é que Almada não explora bem, como estava a dizer?**

**FR** - Por exemplo, no peixe, temos os japoneses e os restaurantes tradicionais. Pouco mais existe. Acho que devíamos trabalhar mais essa parte. Mas, às vezes também é difícil. Eu entendo o circuito todo, porque já trabalhei quase na lota. Temos aqui três lotas, o que não é muito comum. Temos a da Costa, a da Trafaria e a da Fonte de Telha, e cada uma tem quase os mesmos peixes, sendo que a da Trafaria está mais próxima do rio. Vêm muitas pessoas buscar aqui o peixe para vender noutra sítio, a maior parte das vezes não fica cá. Para ficar aqui temos de fazer um desvio out of the book. Só isso não nos deixa valorizar essa matéria-prima que existe aqui. Estou a pensar, quando ficar mais liberto dos meus espaços, arranjar uma licença de comprador em lota para começar a comprar o peixe aqui nestas três lotas. Só aqui conseguimos reabastecer. Só que para fazer isso temos de pensar como comprador de lota, para vender para outros e ao mesmo tempo abastecermos os nossos espaços com o produto daqui. Depois temos as Terras da Costa, com produtos hortícolas, não é em grande escala, mas tem ali algumas que já têm alguma coisa.

**RA - Tem fornecedores deste lado do rio?**

**FR** - Tenho um senhor que trabalha no MARL (Mercado Abastecedor da Região de Lisboa), que faz compras nas lotas deste lado. Mas às vezes não conseguimos gerir só com isso. Teríamos de mudar o conceito, para ser uma ideia para o futuro. Não é bem um “quilómetro zero”, mas um quilómetro dez, ou algo assim. Ou seja, dez quilómetros à volta, para chegar às lotas e a algumas hortinhas, já dá para fazer um restaurante “quilómetro zero”, ou quase. Não existe ainda nada desse género em Almada.

**RA - Seria uma ideia interessante, um restaurante que vivesse apenas dos produtos da zona...**

**FR** - Apenas dos produtos da zona, sim. Já tivemos vinhos, que já não temos. Já houve aqui muito vinho, até havia tanoarias, mas depois da Filoxera desapareceu tudo. Agora só mais para Azeitão, para a zona de Setúbal.

**RA - O peixe que vem à rede na Arte Xávega, que é pescado mais junto à costa e de forma mais artesanal, tem alguma diferença em relação ao que é pescado mais ao largo?**

**FR** - Normalmente são peixes mais pequenos. Mais ao largo e de barco já com anzol, já usam estes peixes mais pequenos para apanhar outros maiores. Há uma grande diferença, que é na parte dos metais pesados.



Quanto maior o peixe, mais acumulação de metais pesados tem. Os predadores de topo, normalmente, acumulam mais e as sardinhas, os carapaus e as cavalas estão praticamente livres disso. Essa é uma das razões mais fulcrais e depois temos aquela vantagem da venda direta, os pescadores fazem muito isso, que supostamente nem podem, mas é muito bom as pessoas conseguirem comprar um peixe que nem sequer entrou em rigidez. As pessoas costumam comentar “mas o peixe está meio mole”, e depois quando chegam a casa é que sentem o peixe a entrar em rigidez cadavérica, isso é giro. É brutal, essa procura, não se compara a nada.

**RA - O Filipe tem por hábito explorar os restaurantes de Almada?**

FR - Sim, claro. No meu dia de folga temos sempre esse hábito e agora são quase sempre os miúdos que escolhem. Eu recomendo sempre os restaurantes mais familiares, mais tradicionais, porque as pessoas já fazem aquilo há algum tempo e têm aquele cuidado de fazer aquela comida mais caseira, mais simples.

**RA - Falou há pouco dos casos de restaurantes de sushi, mas há casos de restaurantes dedicados à cozinha tradicional que estejam a fazer esse caminho de maior cuidado com os ingredientes e com a preparação?**

FR - Já existem alguns, mas não muda muito. Muda um bocadinho o ambiente, muda o espaço em si, o valor, mas depois vamos lá e a essência do produto é quase igual. O que muda é o sítio onde estamos a valorizar esse produto. Nuns paga-se mais um bocadinho,

noutros paga-se menos um bocadinho. Não há assim uma grande diferença nos ingredientes, na mistura, na ousadia de criar um prato diferente.

**RA - Valoriza restaurantes onde sabe que se trabalha com produtos locais?**

FR - Sim, isso para mim é uma mais-valia, mas temos de ir experimentar e ver se realmente está a valorizar e a trabalhar bem o produto local. Se isso não acontecer, sentimo-nos defraudados, mais vale ir ali ao “restaurante do Ti Joaquim”, se tiver bom peixe grelhado não saímos defraudados, sabemos que aquilo está bom e não pesa na carteira. Ficamos sempre a pensar se, em sítios mais sofisticados, vale a pena pagar mais ou não.

**RA - Se conseguisse abrir o tal restaurante “quilómetro zero” aqui em Almada, que perfil teria?**

FR - Ainda não sei. Talvez um bocadinho parecido com o que faço em Lisboa. Uma cozinha de autor. Vou buscar as minhas raízes de algarvio, tem muito peixe e a base japonesa, que foi o meu percurso profissional, e depois tentar misturar um pouco essa parte com os produtos locais.

**RA - Já foi encontrar inspiração para algum dos seus pratos em experiências que tenha tido em Almada?**

FR - Há uma coisa que uso muito, em dois pratos que sirvo na Taberna do Mar, que é o Funcho do Mar, que apanho ali no paredão na Costa. É uma planta halófito - que consegue sobreviver em ambientes de alta salinidade -, que na maré cheia e com o vento está a apanhar com água salgada. É uma planta que é carnuda, com umas folhas pequenas e que tem um sabor ligeiramente a funcho. Damos a provar em cru no início do menu de degustação e no final fazemos um leite creme com funcho do mar. É giro, é aqui da Costa e é a custo zero. Todas as semanas tenho de lá ir colher.

**RA - Há quantos anos vive em Almada e o que o fixou aqui?**

FR - Desde 2008, há 17 anos. Quando vim para aqui estudar, acabei por comprar uma casa em Sintra, mas aquele clima não é propriamente a minha praia. Gosto de um bocadinho mais para sul. Estamos mais perto do Algarve, estamos mais a sul, temos mais praias, mais peixe, faz-me lembrar mais o Algarve.



## Uma sardinha para três... pratos

É uma frase que as gerações que estão agora entre os 50 e os 60 se habituaram a ouvir às avós e avôs. Muitos deles, nascidos e criados no interior ou nas zonas mais pobres das grandes cidades, lembravam os tempos em que uma sardinha era a única proteína de uma refeição para toda a família. Muitas décadas depois, passamos da necessidade à sustentabilidade. O chef Filipe Rodrigues propõe, nestas páginas, três receitas que aproveitam a sardinha “da cabeça à cauda” e revela que “tentamos usar tudo e, depois de usar uma vez, ainda conseguimos usar outra vez”.

### TORRICADO DE SARDINHA

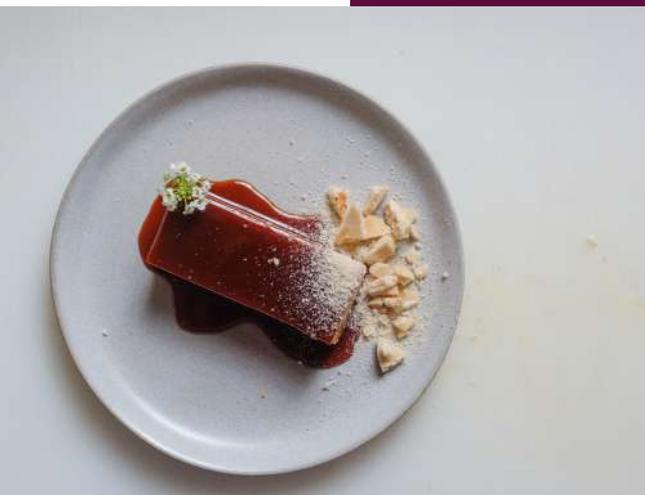
Sobre “uma fatia do nosso pão caseiro torrado”, surge um molho feito com as cabeças das sardinhas. Filipe Rodrigues explica que, “depois de tirar os filetes, as carcaças da sardinha (na primeira utilização das espinhas) são assadas e espremidas. O pão é depois embebido neste molho”. Sobre a fatia de pão torrado e embebido no molho, surge “a sardinha, curada em sal, limão e azeite por 24 horas”.



### NIGURI DE SARDINHA ASSADA

Este é o prato assinatura do chef desde 2007, “uma fusão luso-nipónica em que a ideia é comer uma peça de sushi com o sabor da sardinha assada”. Filipe Rodrigues conta que “apenas usamos ingredientes portugueses. O arroz de sushi é feito com arroz Carolino e vinagre de maçã.

Depois é formar o niguri com uma bolinha de arroz, colocar o filete da sardinha em cima e simular umas brasas com a ajuda de um maçarico. Um pouco de flor de sal e já está”. Um último conselho: “Para comer viramos o niguri ao contrário - sardinha na língua.”



### ABADE DE SANTO ANTÓNIO

Trata-se de um “flan de sardinha, inspirado no pudim abade de priscos”. Vamos à receita, nas palavras do chef: “Fazemos uma calda de açúcar com as espinhas que foram usadas para o molho das cabeças (é a segunda utilização das espinhas, depois do molho do torricado) e adicionamos um pouco da gordura da sardinha. Juntamos gemas e vai ao forno em banho maria. Para o empratamento usamos um suspiro feito com as espinhas da sardinha (terceira utilização). Depois da calda, as espinhas são desidratadas e transformadas em um pó fino, que depois é misturado com claras e açúcar e vai ao forno, para fazer o suspiro.”

# PLANTAR E PESCAR OS SABORES LOCAIS

Se há algo que Francisco dos Santos, César Lopes e Luís Alves têm em comum, é conhecerem de perto o melhor dos sabores de Almada: da frescura do peixe que chega à lota, ao aroma dos legumes colhidos na horta.

TEXTO **Joana Teixeira**  
FOTOGRAFIA **Anabela Luís e Florbela Salgueiro**



ANABELALUÍS

## UMA VIDA DEDICADA AO MAR

Francisco dos Santos, nascido e criado na Costa de Caparica, é filho e neto de pescadores. Naturalmente, o mar fez parte da sua vida desde cedo. Conta, com um sorriso saudosos, que a recordação mais marcante foi com o tio, que era um “grande pescador da Costa”. “Eu teimava em não querer aprender a nadar. Ele levou-me para fora e atirou-me ao mar. Devia ter 7 ou 8 anos. Depois atirou-se para me ajudar. Resultou. Aprendi a nadar naquele dia.” Começou a aprender a Arte-Xávega com essa idade, a “trabalhar nas artes, enrolar a corda”. Com 12 anos já fazia parte da equipa de pesca do pai. Ainda tentou outras profissões, mas após o 25 de abril dedicou-se em definitivo à pesca profissional. Encomendou a primeira chata e sempre que podia ia até à Trafaria para pescar à cana. Hoje, com 78 anos e reformado, continua a ir ao mar, mas já só para apanhar “uns polvozitos”.

**“Quando funcionava a arte xávega, na época balnear, ia trabalhar nas artes. Ajudar a enrolar a corda e tal. Tinha mais ou menos 8 anos.”**



Nascido na Trafaria, César Lopes, de 64 anos, começou com 5 anos a acompanhar os pescadores, por graça e em troca de uns peixes para compor a mesa em tempos de escassez. À semelhança do amigo Francisco, experimentou várias profissões, mas a paixão pela atividade levou-o a regressar.

Começaram a trabalhar juntos na pesca da amêijoia macho, uma arte dura, mas muito rentável e, mais tarde, no palangre, a pesca ao anzol que lhes rendia safios, corvinas, raias, robalos e sargos. A amizade fortaleceu-se dentro e fora das embarcações. Para isso muito contribuíram os almoços preparados pelo senhor Francisco para os companheiros, que admite, sem modéstias, ser privilegiado: “dizem que sou bom cozinheiro e houve alguém que lhe contou (ao César)”. Ao longo dos anos, adaptaram-se: redes quando o peixe escasseava ao anzol, anzol quando a rede não compen-

**“Ando à pesca porque é o que eu gosto muito de fazer na vida”.**

sava. “Corvina e safio, apanhávamos muitas toneladas.”

César continua a trabalhar. Entre março e junho, o que mais apanha é corvina. No fim do verão, é a vez dos sargos,

robalos e uma dourada ou outra. O futuro da pesca na Trafaria é motivo de preocupação para ambos. Desabafam sobre a escassez de espécies devido à sobrepesca, às alterações climáticas e à falta de jovens interessados em seguir a profissão. “Antes ganhava-se uns dinheirinhos bons. Hoje em dia é mais difícil. Penso que por essas razões vai acabar. Espero estar errado”, explica César.

Por lei, a lota é o destino obrigatório da pescaria, mas muitas vezes as contas não batem certo para quem faz o trabalho árduo. “Aqui há dias o carapau foi vendido a 30 centimos o quilo na lota. Na praça estava a 7 euros”, critica Francisco, indignado com o papel dos intermediários. Para subsistir, muitos pescadores vêm-se forçados a recorrer a vendas diretas aos restaurantes locais, que agradecem o peixe fresco. “Nem chega a ir ao gelo” e isso garante-lhe uma qualidade insubstituível.

Apesar da dureza e da incerteza, a profissão é para ambos um orgulho. “É um gosto, é mesmo uma paixão”, resume César. Francisco continua a viver a emoção do mar através do amigo. “Tenho de vir todos os dias à Trafaria saber o que é que este homem apanhou. Fico chateado se ele não apanha nada, se ele apanha, fico contente.”





## ONDE A TERRA ENCONTRA O MAR, NASCEM SABORES ÚNICOS

A ligação de Luís Alves à terra vem de longa data – já o bisavô cultivava. Tem 39 anos e é agricultor nas Terras da Costa. Nasceu em Lisboa, mas veio “logo” para a Costa de Caparica, onde cresceu. As primeiras memórias ligam-se à horta da avó, onde brincava com a prima. “Andávamos ‘às compras’ para fazer sopa”. Desde jovem ajudava o pai, mas admite que nem sempre de boa vontade. “Quando queria ir para a praia e tinha de vir cá regar o terreno, não gostava muito. Depois comecei a habituar-me.” Experimentou outros ofícios – mecânico, electricista, empregado de armazém –, mas o “bicho das terras estava cá”. Com 19 anos, a agricultura passou a ser a sua atividade principal e tornou-se “um vício”. “Quando o cliente diz: ‘espetáculo, nunca tinha comido um produto tão bom’. Isso é o que me dá mais prazer em ser agricultor”, explica.

Cultiva produtos variados ao longo do ano. No verão colhe tomate, pimento, curgete, milho-doce, alface, couve-galega, pepino e espinafre. Com a chegada do tempo mais fresco planta couves, tomate-coração-de-boi, batatas, alho-francês, coentros, favas, feijão-verde, nabiça, grelo de nabo e grelo de couve. A diversidade, explica, é necessária para garantir o escoamento e a rentabilidade: se um produto não tiver saída, outro acaba por compensar.

**“Tenho orgulho de ser agricultor, de ser e de dizer!”**

Entre os produtos locais destaca-se uma variedade de couve portuguesa, reconhecida pelo “olho” grande. É muito apreciada pelo sabor e pela textura mais macia da folha. Outro destaque é a batata, elogiada pela qualidade e sabor, o que Luís atribui ao clima da zona, explicando que “Não há nada que se faça diferente dos outros.” O tomate rosa gigante, com polpa de sabor doce, é muito apreciado na restauração, especialmente para caldeiradas. “Um restaurante típico aqui da Costa, que inclusive entra em concursos, gosta de usar tomate deste. Ligame a pedir para guardar.” A sua produção destina-se sobretudo à restauração local e a algumas mercearias, além das vendas no Mercado Abastecedor de Almada.

PORTFÓLIO

# 35 anos de paixão pelo movimento

TEXTO **Paulo Tavares** FOTOGRAFIA **Florbela Salgueiro e Luís Filipe Catarino**



FLORBELA SALGUEIRO



**A CA.DA, COMPANHIA DE DANÇA DE ALMADA**, está em festa. A celebração dos 35 anos subiu ao palco do Teatro Municipal Joaquim Benite durante dois dias, a 27 e 28 de setembro. O programa, que juntou diferentes coreógrafos com colaborações com a Ca.DA ao longo dos anos, contou com a habitual equipa artística, que atuou lado a lado com antigos bailarinos da companhia, alunos e bailarinos recém formados, e ainda um grupo intergeracional da Ca.DA Escola. Estes 35 anos de dedicação à dança foram o pretexto perfeito para fixar em imagens o trabalho e os bastidores da Companhia de Dança de Almada.

"WHISPERS OF A SHADOW", coreografia de Catarina Casqueiro & Tiago Coelho  
Ensaio de criação de "ROOT", coreografia de Inês Pedruco (página anterior)



FLORBELA SALGUEIRO

Ensaio de criação de "ALBOR"



LUÍS FILIPE CATARINO

"ALBOR", coreografia de Bruno Duarte



LUÍS FILIPE CATARINO

“EM JEITO DE REMATE”, coreografia de Ana Macara e bailarinos



FLORBELA SALGUEIRO

Ensaio de criação de “EM JEITO DE REMATE”, coreografia de Ana Macara e bailarinos, com a participação de elementos do projeto Alma Sênior



Alunos assistem na plateia ao ensaio geral na tarde do espetáculo



LUÍS FILIPE CATARINO

Ensaio geral de "M.I.T.O. (MELODRAMA IMPLANTED TEMPORARY OPTIMISM)", coreografia de Margarida Belo Costa



LUÍS FILIPE CATARINO

Conversa entre alunas e professora na tarde do ensaio geral



FLORBELA SÁ L GUEIRO

Ensaio de criação de "WHISPERS OF A SHADOW", coreografia de Catarina Casqueiro & Tiago Coelho



LUÍS FILIPE CATARINO

Ensaio geral de "ROOT", coreografia de Inês Pedruco



Agradecimentos no ensaio geral do espetáculo "DANÇA 35" - Programa Comemorativo

MARCHA DA COSTA DE CAPARICA

# ORGULHO EM MANTER VIVA A TRADIÇÃO

TEXTO **Sandra Gomes** FOTOGRAFIA **Florbela Salgueiro**

---





É no coração do bairro, junto ao campo da bola e ao mar, que nasce a Marcha da Costa de Caparica, a grande vencedora de 2025. Além do primeiro lugar do pódio, conquistou também cinco dos seis prémios específicos: Avenida, Coreografia, Cenografia, Figurino e Musicalidade. Uma vitória histórica, que coroou meses de trabalho árduo e a dedicação de dezenas de pessoas, de várias gerações.

**NA COSTA DE CAPARICA**, as marchas populares são muito mais do que um desfile de cores, música e figurinos. São identidade, memória e comunidade. Dos mais pequenos, que começam como mascotes, aos ensaiadores e dirigentes, que passam noites em claro a preparar cada detalhe, todos partilham o mesmo objetivo: celebrar e manter vivas as tradições.

“Este foi o meu primeiro ano a marchar, mas desde 2022 que era mascote. Gosto de tudo, sinto-me bem e com uma energia boa”, conta Carolina, de 12 anos, uma das mais jovens marchantes. A amiga Inês, de 13, também não esconde o entusiasmo: “O ano passado fui porta-estandarte e este ano marchante. Quando desfilamos no pavilhão, é uma alegria enorme, sentimos as pessoas a puxar por nós. Isto vibra connosco.”

Para Martim, de 15 anos, a vitória é importante, mas não é tudo. “O mais importante são as amizades que levamos. É como se fôssemos todos uma família. Claro que queremos

**Soraia Coutinho, coordenadora da Marcha da Costa de Caparica, Ângela Inocêncio, presidente da Associação Vivinha da Costa, e Martim e Carolina, dois dos jovens marchantes, acompanhados por duas pescadoras.**

ganhar, mas o que conta é divertirmo-nos e fazer as coisas com garra. Gostava que mais jovens experimentassem, porque isto é para todas as idades. É um lugar onde nos libertamos do peso do dia a dia, da escola ou do trabalho, e apenas aproveitamos o momento.”

### NOS BASTIDORES DA MARCHA

A conquista da Marcha da Costa é o resultado de meses de ensaios e de muito empenho da comunidade. Fundada há dois anos, a Associação Vivinha da Costa assumiu a responsabilidade de dar continuidade a esta tradição. “É muito trabalho e muita dor de cabeça, mas vale a pena. Fizemos fados, arraiais, *karaoke*, tudo para angariar dinheiro. Quando se ganha, todo o cansaço e as noites sem dormir são recompensados”, afirma Ângela Inocêncio, presidente da associação.

Também Soraia Coutinho, marchante há mais de 15 anos e, este ano, coordenadora da marcha pela primeira vez, sublinha a exigência de todo o processo: “Iniciámos os ensaios em março, mas a marcha começa a ser pensada assim que termina a edição anterior. O mais difícil é arranjar homens que queiram participar.” Apesar das dificuldades, conseguem sempre garantir que têm a





**Gucca Coutinho, ensaiador da Marcha da Costa de Caparica, na praia junto ao bairro do campo da bola.**

equipa necessária para realizar a marcha.

À frente da criação artística, Gucca Coutinho é o ensaiador e o grande responsável pela coreografia e pela visão da marcha. Apaixonado pelo que faz, os dois anos em que não houve marchas (2020 e 2021, devido à pandemia de Covid-19) foram “pior do que não haver Natal”. Ligado a esta tradição há mais de duas décadas, defende o papel cultural das marchas: “Isto é arte, é cultura. Muitas vezes são marginalizadas por serem associadas aos bairros, mas o que nos move é o amor às raízes, à nossa terra.”

Com o tema “Não são lágrimas, são saudades que caem”, a Marcha da Costa conquistou o júri e trouxe para casa uma vitória inédita. “Esperava o pódio e tinha fé no primeiro lugar, mas superar assim foi incrível”, admite Gucca, lembrando que o segredo está no espírito coletivo. “Eles é que me ensinam. Há respeito, amor e vaidade no que fazemos. Todos vibram e querem que a marcha se destaque. É esse empenho que faz a diferença.”

#### **IDENTIDADE E COMUNIDADE**

Marchar na Costa é também uma forma de afirmar a ligação à terra e ao mar, como o demonstram os pés descalços,

imagem de marca desta marcha, e os temas, que evocam sempre os pescadores e a vida da comunidade. “Somos um grupo muito unido e somos quase todos da Costa, mas quem vem de fora para participar e respeita a terra passa também a ser da Costa. Esse espírito é lei”, garante o ensaiador. “Para mim, o mais importante é que os marchantes se divirtam e sejam felizes no que fazem. E se a isso juntarmos a vitória, então é um pedacinho do céu.”

Para concretizar a marcha, além do apoio concedido pela autarquia, são também fundamentais os apoios conseguidos através das festas que organizam ao longo do ano, de alguns patrocínios, da generosidade do comércio local e da comunidade local.

É o caso das cabeleireiras e das maquilhadoras, que oferecem os seus serviços. “Todos trabalhamos, todos ajudamos. A marcha é uma diversão, mas também é sacrifício. Nunca ficamos com dívidas e isso é motivo de orgulho”, conclui Ângela.

**“Isto é arte, é cultura. Muitas vezes, as marchas são marginalizadas por serem associadas aos bairros, mas o que nos move é o amor às raízes, à nossa terra.”**

RADAR

PASTELARIA O CAPOTE

# CLAUDINOS, UM BOLO ÚNICO QUE RESISTE AO TEMPO

Na Rua dos Pescadores, na Costa de Caparica, fabrica-se uma iguaria que atrai visitantes de toda a margem sul e arredores. Os famosos Claudinos, da Pastelaria O Capote, celebraram em dezembro quatro décadas de existência.

TEXTO **Joana Teixeira** FOTOGRAFIA **Carlos Valadas**

Logo no início da visita, o ambiente dá o mote: enquanto se começa a conversa, uma fornada de Claudinos entra no forno. Quando terminamos, saem dourados, libertando o aroma característico do açúcar caramelizado e da massa folha acabada de cozer.

Rita Ferrinho, 42 anos, é gerente e uma das proprietárias da pastelaria O Capote, junto com o irmão Ricardo Ferrinho. Licenciada em comunicação, cresceu na Costa de Caparica entre massas e cremes. “Nasci aqui, cresci aqui. Tudo isto me diz muito, desde sempre.”

O espaço, fundado pelo pai e pelo tio em 1970, começou por ser uma tasca, transformada anos depois em restaurante. No entanto, foi como pastelaria que vingou.

Abriram as portas aos doces em 1984 e celebraram quatro décadas o ano passado, em dezembro. O nome “Capote”, herdado no bisavô Manuel Capote, manteve-se durante todo este tempo, assim como o caráter artesanal, o ambiente acolhedor e a equipa estável. “Temos aqui pessoas a trabalhar há mais de 20 anos. Isso só demonstra que é realmente uma empresa familiar. Todos sabem um bocadinho de tudo e todos se ajudam uns aos

outros quando é preciso. Acaba por ser um sucesso.” Não se trata apenas de um ponto de venda, mas um lugar que mantém viva a memória de várias gerações, refletida tanto nas receitas como no espírito do negócio.

Sendo uma pastelaria tipicamente Portuguesa, produzem “todos os tipos de bolos portugueses: ferraduras, bolas de berlim, argentinos, pastéis de nata, empadas. Tudo é feito cá, mas os nossos bolos nunca saem iguais. O Claudino, em especial, sempre foi típico daqui do Capote e da Costa de Caparica.”

Rita conta que a história do Claudino remonta a uma antiga pastelaria da zona. Na

década de 1980, um grupo de pasteleiros da Pastelaria Costa Nova experimentou polvilhar açúcar na massa folhada antes de a levar ao forno e usar creme pasteleiro como recheio. O resultado tornou-se um sucesso imediato. “Quando a Costa Nova fechou, os pasteleiros vieram trabalhar connosco, trazendo o segredo da receita. O Claudino não foi inventado por nós, mas nós demos continuidade.” Desde então, tornou-se marca da casa.

**“Um dos segredos é ser feito à mão.”**





O bolo distingue-se pela sua confeção artesanal. A massa folhada é esticada em açúcar e vai ao forno em duas partes. Só depois, já cozida, é recheada com creme pasteleiro – mais

**“Costumo dizer  
que vai ser  
a minha sobrinha  
a dar  
continuidade  
ao negócio.”**

leve do que o tradicional creme de ovo por ser feito à base de leite. O resultado é um bolo caramelizado por fora, suave por dentro e, sobretudo, equilibrado. “Não é excessivamente doce, o que faz com que muitas pessoas consigam comer dois seguidos”, garante Rita. “Por norma, sabe bem acompanhado com café.”

E qual é o segredo do sucesso? “Os segredos da massa nunca são revelados”, mas Rita explica os motivos: a receita manter-se fiel à original, o compromisso com o fabrico artesanal e a dedicação da equipa, que precisou adaptar-se às alterações que a matéria prima sofreu com o tempo. Antigamente as farinhas precisavam repousar, hoje já não. O açúcar também mudou. “Há algum tempo o Claudino deixou de sair do forno como devia. O açúcar tem de ser mais fino do que o habitual. Se for muito granulado não derrete e não faz aquele caramelizado. Temos de nos adaptar para manter a qualidade, mas a receita é igual.” A confeção manual significa que não há dois iguais, uns mais compridos, outros mais curtos – característica que, longe de ser defeito, é apontada como fator de “autenticidade”.

leve do que o tradicional creme de ovo por ser feito à base de leite. O resultado é um bolo caramelizado por fora, suave por dentro e, sobretudo, equilibrado. “Não é excessivamente doce, o que faz com que muitas pessoas consigam comer dois seguidos”, garante Rita. “Por norma, sabe bem acompanhado com café.”

“Há quem venha de propósito tomar o pequeno-almoço, provar o bolo e seguir para a praia”, conta Rita. Faz parte do dia-a-dia da população local, além de ser conhecido por quem visita a região, em particular durante a época balnear, quando a procura aumenta significativamente. Os clientes vêm de toda a margem sul, de Lisboa e arredores. No verão, chegam a vender mais de 800 unidades por dia, que são cozidas consoante a necessidade, e portanto, estão sempre a sair quentinhos.

A presença em feiras gastronómicas tem contribuído para a divulgação fora da região. A pastelaria participa anualmente nas festas Sanjoaninas e nas Festas da Praia, na ilha Terceira, nos Açores. Nessas ocasiões, é conhecido como “Bolo do Capote”, numa referência direta ao nome da casa e que alguns clientes da Costa da Caparica também já começam a usar. Sobre o futuro, Rita não tem dúvidas que a continuidade do negócio vai ser assegurada dentro da família e vê na sobrinha uma potencial sucessora. “Vem de há tantas gerações e eles cresceram aqui. Vão dar continuidade.” Entre tradição e inovação, os Claudinos resistem com a mesma receita de há quatro décadas. E, ao que tudo indica, continuará a fazê-lo. Afinal, em Almada, falar de Claudinos é falar de identidade.

#### **Pastelaria O Capote**

Rua dos Pescadores n.º 40A, Costa da Caparica, Portugal  
Horário: segunda-feira a domingo, das 7h às 19h





**ACEDA À OFERTA  
DESPORTIVA  
DO MOVIMENTO  
ASSOCIATIVO**



[cm-almada.pt/viver/desporto](http://cm-almada.pt/viver/desporto)