



Cristiano Ronaldo est actuellement le sportif portugais le plus connu au monde.

les cœurs et les esprits des locaux. C'est le dictateur portugais, António Salazar, qui en a le mérite, vu qu'il s'appuyait sur la méthode des « trois F » : fado, Fátima (> 153) et football pour détourner efficacement l'attention du peuple des vrais problèmes du pays. Lors des compétitions les plus importantes, la folie

s'empare non seulement des supporters assistant aux matchs dans les tribunes, mais également de ceux qui les regardent sur de grands écrans dans les bars. Souvent, après le jeu, les gens improvisent une fête dans les rues, comme c'était le cas en 2016, quand l'équipe nationale du Portugal a remporté l'Euro.

Si on leur demandait qui est le meilleur joueur de foot de tous les temps, la plupart des Portugais donnerait sans hésiter le nom d'Eusébio. Né au Mozambique, Eusébio da Silva Ferreira (1942–2014), représenta 64 fois le Portugal, marquant pour son équipe 41 buts. Grâce à ses compétences, il était qualifié de Panthère Noire et de Perle Noire. Aujourd'hui, c'est Cristiano Ronaldo, surnommé CR7, qui est le joueur portugais le plus fameux. Il joue dans l'équipe de la Juventus de Turin.

Parmi les clubs portugais les plus importants, il y a le Benfica Lisboa, dont les joueurs sont appelés au Portugal les Diables Rouges en raison de la couleur de leurs tenues. Fondé en 1908, le club joue dans le très moderne Estádio da Luz (> 107). Pourtant, c'est le FC Porto, fondé en 1893, qui compte parmi les équipes les plus primées. Pour ne citer que l'essentiel, l'équipe a remporté deux fois la Ligue des champions de l'UEFA. ■

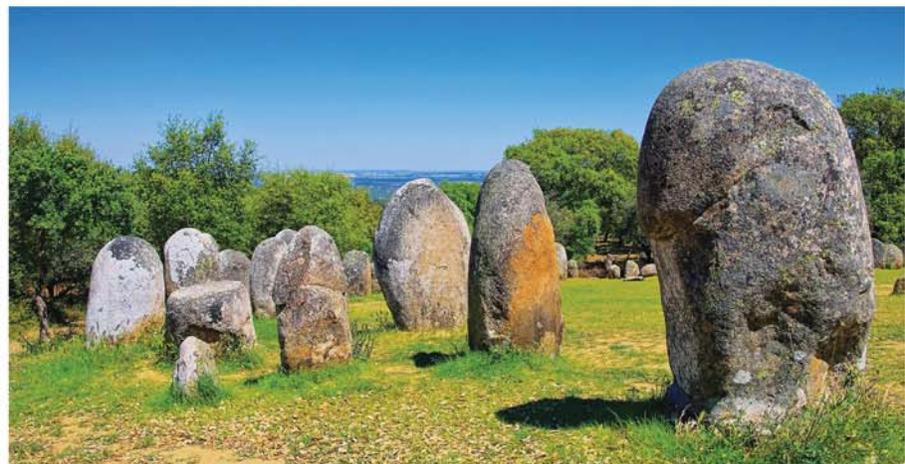
Voyage dans le temps

L'histoire du Portugal en tant que pays indépendant commence en 1139, quand Alphonse I^{er} s'autoproclama roi. Pourtant, son règne, ainsi que le nouveau pays, ne furent reconnus officiellement par le pape Alexandre III que 40 ans plus tard. Mais l'histoire des territoires occupés de nos jours par le Portugal est beaucoup plus ancienne.

Pré-christianisme

Avant l'époque chrétienne, les territoires du Portugal d'aujourd'hui étaient occupés par les Celtes et les peuples ibériques. Des structures mégalithiques vieilles de 6 à 7 000 ans constituent leur héritage. On en trouve surtout

aux alentours d'Évora (> 230) où vivaient jadis les Phéniciens, les Carthaginois et les anciens Grecs et Romains. En 139 av. J.-C., ces derniers conquièrent l'ensemble de la péninsule Ibérique, brisant la résistance lusitane. Durant plus de cinq siècles du règne des Romains, les terres vécurent un développement explosif qui



La région d'Alentejo (> 226) témoigne du passé mégalithique du Portugal.

entraîna la codification de la législation et la construction de nombreux temples, routes, amphithéâtres et palais. L'eau était distribuée à travers des aqueducs et la culture fleurissait. Les vestiges de la ville romaine de Conímbriga (> 172) constituent le meilleur exemple du style de vie de l'époque.

Invasion des peuples germaniques et règne des Maures

En 409, le territoire actuel du Portugal fut envahi par des peuples germaniques. Les plus présents, les Suèves, y fondèrent leur pays, situant sa capitale à Braga (> 214). Ils furent suivis par les Wisigoths. Il reste comme souvenir de cette époque la nomenclature wisigothe des jours de la semaine nommés d'après des nombres et non des corps célestes, comme c'est aujourd'hui le cas dans la plupart des pays occidentaux (*segunda-feira*, soit le jour suivant le dimanche, correspond au lundi, *terça-feira*, soit le troisième jour à compter du dimanche, correspond au mardi, etc.) Au début du VIII^e s., les Wisigoths n'arrivant pas à se mettre d'accord sur le choix du nouveau roi, une des parties du conflit demanda un appui militaire à un calife nord-africain. Dans les années 711–718, les Maures

(habitants de la Mauritanie qui correspondait aux territoires actuels de l'Algérie et du Maroc) conquièrent presque la totalité de la péninsule Ibérique, à l'exception de ses confins nord. Dans les terres qu'ils ont dominées, on pratiquait la tolérance et on développait les sciences, l'art et le commerce, ce qui enrichissait les villes.

Reconquista et débuts de l'état portugais

La reprise par les souverains chrétiens des terres occupées par les Maures, appelée la Reconquista, est initiée au nord de la péninsule Ibérique dès le VIII^e s. Entre le IX^e et le XI^e s., elle commence à être appliquée aussi dans les régions de Braga, Porto (> 200) et Coimbra. Afin de récompenser le prince Henri de Bourgogne, un de ses alliés dans la lutte contre les Maures, le roi de León-et-Castille et de Galice, Alphonse VI, lui offre la main de sa fille illégitime, Thérèse, ainsi que les terres composant le comté de Portucale. En 1139, Alphonse I^{er}, fils d'Henri de Bourgogne, accepte le titre de roi du Portugal. Pourtant, la création du pays indépendant n'est confirmée par une bulle pontificale signée par le pape Alexandre III qu'en 1179. Les successeurs d'Alphonse continuent à arracher des terres aux Maures pour les annexer

Capitale des saveurs

À Lisbonne, il y a toute une gamme de restaurants proposant des plats de la cuisine internationale ou portugaise. Naturellement, il est conseillé de découvrir cette dernière. La cuisine portugaise se base sur des ingrédients simples, toujours de qualité supérieure : poissons et fruits de mer, excellente huile d'olive, fromages peu connus en dehors du Portugal et, bien sûr, vins qui ont conquis le monde.

À Margem

Ce café, situé au bord du Tage, juste à côté du monument aux Découvertes (>85), dans le quartier de Belém, se distingue par son intérieur intéressant. Outre le café, le thé et la bière fraîche, on y trouve des en-cas, salades et sandwiches portugais. En hiver la terrasse est chauffée.

☒ *Doca do Bom Sucesso*

Belcanto

Situé juste à côté du Théâtre São Carlos (>62), le local compte parmi les trois restaurants portugais à jouir de deux étoiles au Michelin. Ici, les plats portugais traditionnels gagnent une toute nouvelle qualité. L'établissement s'adresse plutôt à une clientèle aisée et la réservation est obligatoire.

☒ *Largo de São Carlos 10*

@ <http://belcanto.pt>

Cantina das Freiras

Cantine située au cœur de Lisbonne, dans le quartier de Chiado (>61). Les repas sont servis uniquement entre 8h et 15h. Les plats (et leurs prix) réveillent le souvenir de la cantine d'école, la seule différence résidant dans le type de poisson servi. Ici, c'est le royaume du *bacalhau* (morue séchée et salée).

☒ *Travessa do Ferragial 1*

Can the Can

Après avoir grimpé jusqu'au point d'observation de l'Arc de Triomphe (>50),

on peut se reposer dans le restaurant Can the Can situé juste à côté. Assis à une table à l'extérieur, on a devant soi un magnifique panorama du Tage. Curiosité de plus : tous les plats servis dans Can the Can sont préparés à base de poissons et fruits de mer en boîte.

☒ *Terreiro do Paço 82/83*

@ <http://canthecanlisboa.com>

Carvoaria

C'est le paradis des amateurs de viande de qualité supérieure. On y trouve des biftecks de viande de vaches élevées au nord du pays (*carne Mirandesa*), des filets de porc noir (*lombinhos de porco preto*) et beaucoup d'autres viandes grillées au feu de bois. À ne pas manquer : les brochettes (*espetadas*).

☒ *Rua Maria Andrade 6-8*

Casa do Alentejo

C'est un local qu'il vaut la peine de visiter non seulement pour sa gastronomie, mais également pour son intérieur. Le restaurant est situé Rua das Portas de Santo Antão (>55), dans un édifice appartenant à l'association des amateurs de la région d'Alentejo (>226). Les plats qui y règnent viennent, comme le nom de l'établissement l'indique, d'Alentejo : *açorda de mariscos* (plat à base de pain et de crevettes), *migas*, soit des miettes de pain régional frites, servies avec du porc. L'établissement sert aussi des desserts. À ne surtout pas manquer : les vins locaux à prix intéressants.

☒ *Rua das Portas de Santo Antão*

@ www.casadoalentejo.com.pt/en

Casa do Bacalhau

On ne peut pas quitter le Portugal sans avoir goûté au moins un plat de *bacalhau* – de la morue séchée et salée. Le mieux est de le faire chez Casa do Bacalhau, soit la Maison de la Morue. On y trouve des poissons cuits, frits ou grillés, servis avec divers accompagnements...

☒ *Rua do Grilo 54*

@ www.acasadobacalhau.com

Cervejaria Ramiro

Chaque touriste visitant Lisbonne a l'obligation de se rendre dans l'une des *marisqueria*, où l'on prépare surtout des plats à base de poissons et de fruits de mer. Cervejaria Ramiro constitue un excellent exemple de ce type de restaurant. Une fois arrivé, on commence à comprendre pourquoi les chefs des meilleurs restaurants du monde choisissent des poissons pêchés dans les eaux portugaises.

☒ *Avenida Almirante Reis 1*

@ www.cervejariaramiro.pt

Chapitô à Mesa

C'est une combinaison de bon restaurant et d'école de cirque. Le restaurant accolé à la colline qui abrite le château de Saint-Georges (>39) est idéal pour un dîner à deux. Les fenêtres offrent un magnifique panorama de Lisbonne illuminée.

☒ *Rua Costa do Castelo 7*

@ www.facebook.com/ChapitoAMesa

Deli Delux

C'est un endroit idéal pour un déjeuner relax : un bar-magasin proposant des produits gourmands et des vins à emporter ou consommer sur place. Le local se spécialise dans les salades légères, les tartines grillées, les sandwiches, gâteaux et des-

serts. Son charme est en grande partie dû à la terrasse baignée par les eaux du Tage.

☒ *Avenida Infante D. Henrique Armazém B Loja 8*

@ www.delidelux.pt

Pastelaria de Belém

Une visite dominicale dans cette pâtisserie fait partie des rites de nombreuses familles lisbonnaises. Il ne faut surtout pas craindre les longues files d'attente : les salles à l'intérieur accueillent jusqu'à plusieurs centaines de personnes.

Les tartelettes *Pastéis de Belém* sont fabriquées selon l'ancienne recette des moines du monastère des Hiéronymites.

☒ *Rua de Belém 84-92*

@ www.pasteisdebelem.pt



Pastéis de Belém

Mercado da Ribeira

Mercado da Ribeira est le plus important marché de la ville. Des dizaines de restaurants ont ici leurs stands. Ainsi, le soir, on peut passer d'une table à l'autre pour goûter les plats les plus variés.

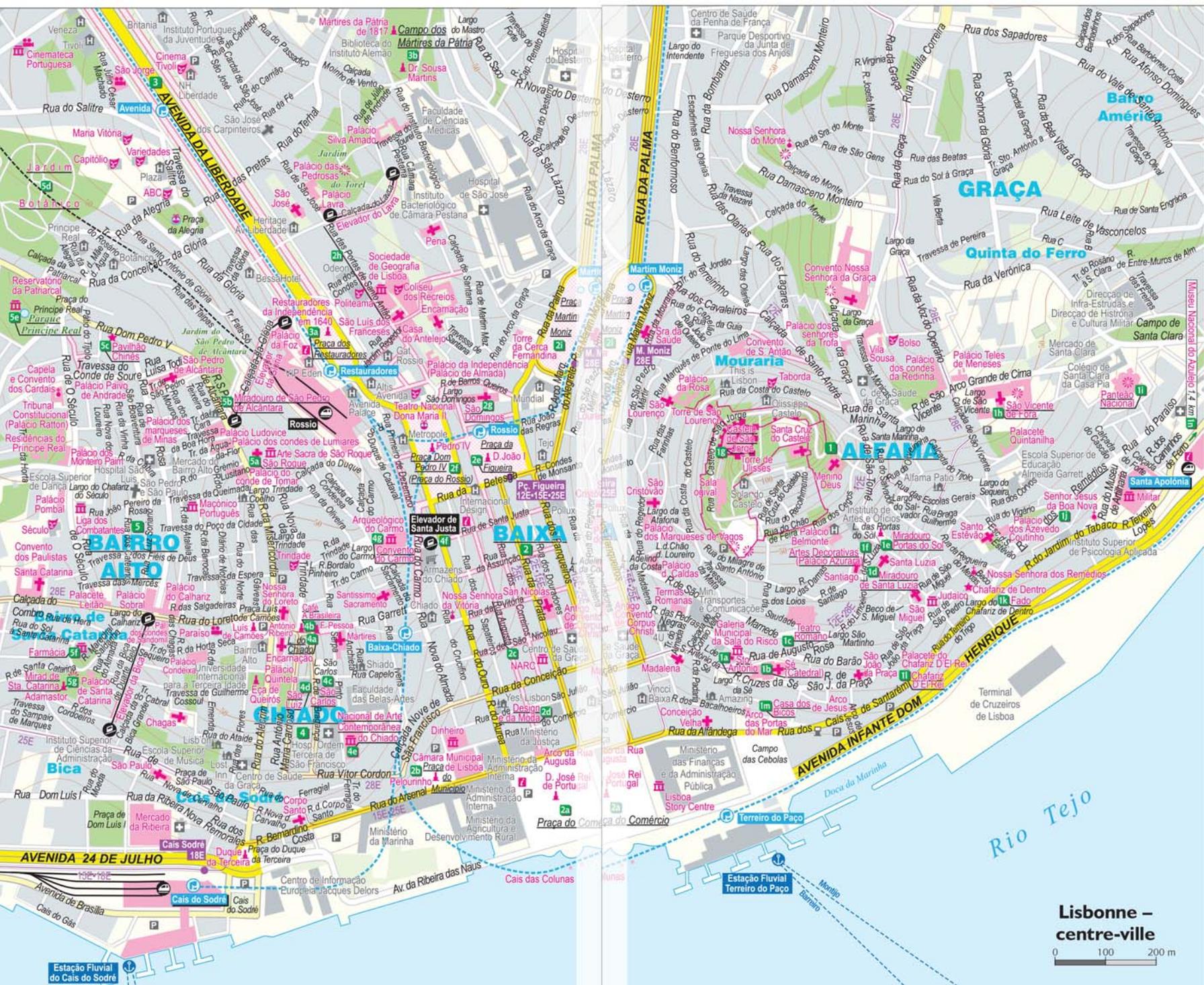
☒ *Avenida 24 de Julho 50*

@ www.facebook.com/TimeOutMercadodaRibeira

Restaurants de fado

Là où l'on peut écouter du fado, le dîner est assez cher, car souvent, le prix du repas inclut une participation à la rémunération de l'artiste. De plus, il ne faut pas s'attendre à y déguster des plats particulièrement raffinés. On y vient principalement pour le spectacle.

- Clube de Fado : R. de São João da Praça 86-94, www.clube-de-fado.com
- Mesa de Frades : Rua dos Remédios 139
- Casa de Linhares : Arco de Jesus 7, www.casadelinhares.com
- A Severa : Rua Das Gáveas 51-61, www.asevera.com
- A Baíuca : Rua de São Miguel 20 ■



★ 1 Alfama

Alfama est le plus ancien et le plus typique quartier lisbonnais. L'omniprésent fado, le linge qui sèche sur des cordes aux fenêtres et, en été, les sardines grillées dans la rue. L'ambiance y est clairement propice à la détente.



Le belvédère de la Porte du Soleil (► 37) offre un magnifique panorama d'Alfama.

La première colonie y fut fondée par les Phéniciens auxquels succédèrent les Romains. Sous le règne des Maures (719-1147), Alfama se trouvait au centre-ville et était habitée par l'aristocratie arabe. De même, aux débuts de l'état portugais, le quartier était un lieu de prédilection de l'aristocratie, concentrée autour du château royal avoisinant. La situation commença à changer au XVI^e s. Suivant la cour royale, les locataires d'antan déménagèrent vers les bords du Tage et Alfama devint, peu à peu, le quartier des pauvres puis celui des pêcheurs.

Au XIX^e s., le quartier inspira les écrivains de l'époque, comme Eça de Queirós. Les meurtres sanglants faisaient partie du quotidien arrosé d'alcool et embrumé de fumée de cigarettes, où les artistes cherchaient l'inspiration. Depuis une dizaine d'années, en partie grâce aux fonds européens, Alfama

montre un nouveau visage. De plus en plus de maisons délaissées sont rénovées et attirent de nouveaux locataires exerçant des professions libérales ou des étudiants. Le linge séchant aux fenêtres fait partie du paysage typique dû à l'étroitesse des espaces. Il n'y a pas d'arrière-cours ou de greniers.

Le labyrinthe de ruelles entremêlées, héritage des habitants arabes, fait penser à une médina maghrébine. Jadis, son rôle était de débroussoler les éventuels ennemis. De nos jours, elles déconcertent les touristes. La richesse de la nomenclature liée aux rues est unique au monde. Ainsi, on y trouve *rua* (rue), *beco* (ruelle), *travessa* (corridor), *escadas* et *escadinhas* (escalier et petit escalier), *largo* (petite place), *calçada* et *calçadinha* (trottoir et petit trottoir). Malgré le risque de se perdre, on ne doit pas se priver du plaisir de pénétrer dans l'entrelacs de ruelles et leurs secrets

sans aucune carte, car le quartier d'Alfama est assez petit. Il suffit de se diriger toujours vers le bas, dans la direction du fleuve. Si dans la journée on s'y sent plutôt en sécurité, le soir, il vaut mieux ne pas explorer à fond ou quitter les voies fréquentées. Avant la visite, il faut penser à porter des chaussures confortables, à semelle plate. Toute la ville, et notamment Alfama, ressemble à un terrain d'escalade, souvent avec des ruelles pavées. Le quartier est recommandé également le soir, si on veut dîner dans l'un des charmants restaurants de fado. Ils sont plus intéressants et moins commerciaux que ceux du quartier du Bairro Alto (► 66).

Église Saint-Antoine de Padoue 1a

En raison de son surnom, saint Antoine est souvent associé à Padoue. Pourtant, c'était un authentique lisbonnais. Comme c'est le cas des membres de bonne famille portugaise, son vrai nom était assez long : Fernando Martim de Bulhões e Taveira Azevedo. On décida de considérer comme sa date de naissance officielle le 15 août 1195. La maison familiale d'Antoine était située à une dizaine de mètres à peine de la cathédrale lisbonnaise et c'est à l'école qui y était accolée qu'il reçut sa première éducation.

À l'endroit où naquit le saint, il y a une église du XVIII^e s. et un musée qui lui sont dédiés. Dans la crypte de l'église, on peut voir le panneau d'*azulejos* (petits carreaux de faïence peints à la main) commémorant la visite du pape Jean-Paul II en 1982.

Le musée Saint-Antoine (Museu Antoniano), juste à côté de l'église, présente des objets liés à la personne et au culte du saint.

Église et musée Saint-Antoine de Padoue (Igreja e museu de Santo António)

✉ Largo Santo António da Sé, Lisboa

🕒 église : t.l.j. 8h-19h30 ; musée : mar.-dim. 10h-18h

€ église : entrée gratuite, musée : 3 €



En 1982, l'église Saint-Antoine de Padoue fut visitée par le pape Jean-Paul II.

📍 737 (Sé)

🕒 12E, 28E (Sé)

Cathédrale 1b

La cathédrale fut édifée sur ordre du premier roi du Portugal, Alphonse Henri le Conquérant (► 40), en 1150, trois ans après la libération de Lisbonne occupée par les Maures. Elle fut fondée sur les ruines d'une mosquée construite sur les vestiges de constructions romaines... Les fouilles menées à son emplacement continuent de fournir de nouvelles informations sur l'histoire de la ville depuis l'époque phénicienne.

La cathédrale elle-même présente un aspect assez sombre. Au XX^e s., après plusieurs tremblements de terre et reconstructions, elle fut reconstruite selon le sévère style roman. Officiellement dédiée à la Vierge Marie (Santa Maria Maior), l'église est connue de la plupart des habitants comme Catedral, c'est-à-dire la Cathédrale, ou, plus souvent encore, comme Sé.