

Mehr als <i>fado, saudade und vinho verde</i>	10
Tip Die wichtigsten Sehenswürdigkeiten in Portugal	11
Landeskunde	12
Der Norden: Minho, Douro Litoral, Trás-os-Montes, Beira Alta, Beira Baixa	13
Portugals Mitte: Beira Litoral, Estremadura, Ribatejo	13
Der Süden: Alentejo und Algarve	16
Thema Gefährdete Küste – Die Sandsteinfelsen	16
Klima und Reisezeit	18
Wirtschaft	19
Landwirtschaft und Fischerei	20
Thema So viele Olivenbäume...	21
Thema Eine Bank gegen den Hunger	22
Die Portugiesen	24
Thema Schwarzes Lissabon	25
Kurze Geschichte Portugals	26
Thema Lusitanische Trauer: <i>fado</i>	34
Thema Álvaro Cunhal	38
Thema Der 25. April	40
Politisches System	42
Portugiesische Könige und Präsidenten	43

Reisen in Portugal

Lissabon erleben

Lissabon	48
Erste Annäherung – Castelo São Jorge und Schloßhügel	48
Maurische Erinnerungen – Die Alfama	52
<i>Thema</i> Nr. 28 – Mit der Straßenbahn durch Lissabon	54
Vom Terreiro do Paço durch die Baixa zum Rossio	55
<i>Tip</i> Fado in der Alfama	56
<i>Tip</i> Kunst und Restaurants	57
Der Rossio	58
Die Avenida da Liberdade und ihre Nebenstraßen	59
<i>Thema</i> Wie aus 1001 Nacht ... Calouste Sarkis Gulbenkian	60
Chiado und Bairro Alto	62
<i>Thema</i> Chiado aus der Asche	64
Das Flußufer	68
Belém und Ajuda	69
<i>Tip</i> Gut essen in Belém und Ajuda	71
<i>Thema</i> Überdimensioniert – Das Centro Cultural de Belém	73

Vor den Toren der Stadt

Queluz und Sintra, Cascais und Estoril	76
Queluz	76
Sintra	76
Über Colares auf Umwegen nach Cascais und Estoril	79
Cascais	80
Estoril	81
Malveira da Serra, Mafra und Ericeira	81

<i>Tip</i>	Mode vom Markt in Carcavelos	82
Zwischen Tejo und Sado		84
Costa da Caparica und Cabo Espichel		84
Sesimbra		84
Die Serra da Arrábida		85
Setubál		86
Tróia		86
Azeitão und Palmela		87
Montijo und Alcochete		88
Vila Franca de Xira		89
Gegensätze am Atlantik		
Algarve		92
Von Faro bis zur Grenze		93
Faro		93
Ria Formosa		95
Olhão		95
Tavira		97
Vila Real de Santo António		99
Von Faro bis an den Rand Europas		102
Loulé		103
Quarteira		103
Albufeira		103
Armação da Pêra		104
Silves		104
Monchique		106
Portimão		107
Lagos		108
Am Rande Europas		111
Zwischen Cabo de São Vicente und Aljezur		111
<i>Tip</i>	Eselstouren	112
Thema	Von Seefahrern und Raben – Zwei Mythen am Cabo de São Vicente	113

Alentejo und Ribatejo

Die Küste von Sines bis Odeceixe	116
Sines	116
Beja	117
Mértola:	
Archäologie belebt eine vergessene Stadt	122
Évora	123
Estremoz	129
Vila Viçosa	129
Elvas	130
Portalegre	131
Marvão und Castelo de Vide	133
Santarém	133

Die Küste entlang nach Norden

Costa de Prata	138
Peniche und die Berlenga-Inseln	138
Foz do Arelho und São Martinho do Porto	141
Nazaré	141
São Pedro de Moel	142
Coimbra	142
Tip Studentenfeste, Wein und Neunauge	147
Coimbras Umgebung	149
In die Berge:	
Über Mealhada nach Luso und Buçaco	150
Über Penacova zurück nach Coimbra	154
Aveiro	154
Die Ria de Aveiro	155

Eine Inlandstour

Óbidos, Caldas da Rainha, Alcobaça, Batalha, Leiria, Fátima, Ourém, Tomar, Abrantes	158
Óbidos	158
Caldas da Rainha	158
Alcobaça	159
Batalha	161
Leiria	163

Thema	Was für ein Wunder ...	164
Fátima		165
Ourém		165
Tomar		165

Thema	Ein halbes Jahrhundert architektonischer Blüte - Der manuelinische Stil	167
Abrantes		169

Von Porto bis zur Grenze – Costa Verde

Costa Verde	172
--------------------	-----

Porto – Stolz des Nordens	172
---------------------------	-----

Thema Fußball ist unser Leben	180
--------------------------------------	-----

Von Porto bis zur Grenze	183
---------------------------------	-----

Vila do Conde	183
---------------	-----

Póvoa de Varzim	185
-----------------	-----

Barcelos und Esposende	185
------------------------	-----

Viana do Castelo	187
------------------	-----

Vila Praia de Âncora, Moledo, Caminha	188
---------------------------------------	-----

Über Vila Nova de Cerveira nach	
---------------------------------	--

Valença do Minho	189
------------------	-----

Monção	190
--------	-----

Arcos de Valdevez, Ponte da Barca,	
------------------------------------	--

Ponte de Lima	190
---------------	-----

Braga	192
-------	-----

Guimarães	194
-----------	-----

Der Nationalpark Peneda-Gerês	196
-------------------------------	-----

Tip Wandern in Portugal	197
--------------------------------	-----

›Das Land hinter den Bergen‹

Montanhas	200
------------------	-----

Vila Real	200
-----------	-----

Chaves	202
--------	-----

Bragança	203
----------	-----

Thema »Das steinerne Floß« - Neue portugiesische Literatur	204
---	-----

Miranda do Douro	208
Mogadouro	208
Torre de Moncorvo	208
Vila Nova de Foz Côa	209
Thema	
Der Douro	209
Lamego	210

Beira Alta

Auch Portugal hat Berge:	
Zur Serra da Estrela	214
Castro Daire	214
Viseu	214
Guarda	216
Serra da Estrela	217
Castelo Branco	218
Ausflug in die Beira Baixa	220

Serviceteil

Adressen und Tips von Ort zu Ort	226
Reiseinformationen von A bis Z	242
Kleines Glossar	251
Literaturtips	252
Literaturnachweis	253
Abbildungsnachweis	254
Register	255