

Lissabon

Die Autorin
Sara Lier



Erkunden Sie zu Fuß
Ihre Lieblingsstadt mit
all ihren Facetten
und verborgenen Winkeln.
Jede Tour lässt Sie
überraschende Eindrücke
sammeln und Altbekanntes
neu genießen.



ZEICHENERKLÄRUNG



POLYGLOTT-Touren

Die Touren leiten von einer Station des öffentlichen Nahverkehrs, Bus, S und U, zu einer anderen – Parkplatzsuche überflüssig.

Wann



Sie sind viel im Freien unterwegs – am schönsten bei Sonnenschein



Überwiegend im Inneren – macht auch bei Regen Spaß



Am schönsten in der Abenddämmerung und danach

Dauer · Distanz



Ein Spaziergang von bis zu zwei Stunden zu schönen und interessanten Orten



Ein Spaziergang mit Sehenswürdigkeiten, der einen halben Tag dauert



Ein ganztägiger Spaziergang



Top-12-Highlights

Herausragende Sehenswürdigkeiten sind mit Stern gekennzeichnet.



Lieblinge der Autorin

sind mit Herz markiert.



Mal Pause machen

Kleine Auszeit während der Tour

Preiskategorien

Hotel (DZ inkl. Frühstück):

€€€	ab 200 €
€€	bis 200 €
€	50 bis 80 €

Restaurant (Menü):

€€€	ab 30 €
€€	bis 30 €
€	15 bis 20 €

INHALT

Das ist mein Lissabon

Meine Lieblinge

Top-12-Highlights

SEITE

6

7

8

DIE TOUREN IM ÜBERBLICK

STADTVIERTEL	WANN	DAUER	SEITE
Tour ① Alfama Mittelalterliche Gassen und Treppen			10
Tour ② Rund um die Kathedrale Das katholische Lissabon			14
Tour ③ Der Burghügel Castelo – die Wiege der Stadt			18
Tour ④ Mouraria Multikulturelles Viertel am Fuß der Burg			22
Tour ⑤ Baixa Die geschäftige Unterstadt			26
Tour ⑥ Baixa-Chiado Historische Läden im beliebten Einkaufsviertel			30
Tour ⑦ Rund um den Rossio Kaffee- und Likörkultur am wichtigsten Platz			34
Tour ⑧ Santana Der unbekannte siebte Hügel Lissabons			38
Tour ⑨ Graça Klassisches Arbeiterviertel mit Ausblick			42
Tour ⑩ Santa Engrácia Rund um das nationale Pantheon			46
Tour ⑪ Chiado Auf den Spuren der Künstler			50

STADTVIERTEL	WANN	DAUER	SEITE
Tour 12 Bairro Alto Klubs/Kneipen im Lissabonner Ausgehviertel			54
Tour 13 Bica und Santa Catarina Sonnenuntergang und Kulinarisches			58
Tour 14 São Bento und Estrela Auf und ab am Parlament			62
Tour 15 Cais do Sodré, Santos, Madragoa Hafenfront und ein umgestaltetes Kloster			66
Tour 16 Lapa Botschaften, antike Kunst und noble Straßen			70
Tour 17 Am Rande des Bairro Alto Mit dem Elevador da Glória zu Gartenanlagen			74
Tour 18 Amoreiras und Campolide Der Weg des Wassers			78
Tour 19 Avenida und Parque Avenida da Liberdade und Parque Eduardo VII.			82
Tour 20 Gulbenkian-Stiftung Raum für Kunst und Natur			86
Tour 21 Benfica Wohnen am Zoo und im Zeichen des Fußballs			90
Tour 22 Avenidas Novas Das moderne Zentrum			94
Tour 23 Campo Grande Der Universitätscampus und Umgebung			98
Tour 24 Campo de Ourique Junges Wohnviertel und die Friedhofsstadt			102

STADTVIERTEL	WANN	DAUER	SEITE
Tour 25 Alcântara Industriekultur unter der Brücke			106
Tour 26 Belém – Entdecker Denkmäler für die goldene Zeit der Seefahrt			110
Tour 27 Belém – Museen Dampfkessel, Kutschen und moderne Kunst			114
Tour 28 Ajuda Der königliche Palast und Garten			118
Tour 29 EXPO-Gelände Zeitsprung in die Zukunft: Parque das Nações			122
Tour 30 Cacilhas Traumblicke auf Lissabon			126
<hr/>			
Infos von A–Z			150
Unterwegs			152
Karte Lissabon Innenstadt		Umschlag vorne	
Karte Lissabon Übersicht		Umschlag hinten	
TOP-ADRESSEN			
Hotels			130
Restaurants			134
Shopping			140
Nightlife			146
Register			154
Impressum			158

DAS IST MEIN LISSABON



Sara Lier

verbrachte während ihres Geografiestudiums ein Erasmus-Semester in Lissabon und verliebte sich in diese Stadt. Heute lebt sie im Umland Lissabons, schreibt als freie Autorin und arbeitet als Studienreiseleiterin in Portugal sowie auf Kuba.

Seit ich in Lissabon wohne, bekomme ich natürlich immer wieder Besuch von meiner Familie und von Freunden. Auch unzählige Gruppen habe ich schon auf »Sightseeing-Touren« durch die Stadt geführt. Und immer wieder ist es spannend zu beobachten, was diese eigentlich doch sehr kleine Hauptstadt am Rande Europas, die »Stadt des Lichts«, mit ihren Besuchern macht.

Erst sind sie verwirrt, finden die Stadt irgendwie unübersichtlich. Dann vermissen einige ein »richtiges Zentrum«, oder eine bombastische Sehenswürdigkeit. Hier gibt es nun mal keinen Eiffelturm. Und ständig diese Treppen! Doch dann erreicht man – nach einem mühsamen Aufstieg – einen »Miradouro«, einen der vielen Aussichtspunkte auf den Hügeln der Innenstadt, und plötzlich ändert sich der Blick: Das Licht. Der Fluss. Die Brücke. Cristo Rei auf der anderen Seite. Dieses Licht, es leuchtet auf den kunstvoll gepflasterten Plätzen, es strahlt aus den historischen Straßenlaternen der wäschebehangenen Altstadtgassen. Der Blick streift über die gegenüberliegenden Hügel, zum Wasser, zu den Avenidas. Und plötzlich bekommt man eine Idee, was Lissabon wirklich ausmacht.

Und spätestens dann kündigt der Besuch an, so bald wie möglich wiederzukommen.

MEINE LIEBLINGE

Hier schlägt das Herz der Autorin höher

1 **Núcleo Arqueológico da Rua dos Correeiros** Mitten im Viertel Baixa gibt es einen Zugang in diese Lissabonner Unterwelt; die Führung, in der man eine Zeitreise von etwa 2500 Jahren erlebt, finde ich faszinierend. › S. 27

2 **Igreja de São Domingos** Meine Lieblingskirche nahe dem Rossio ist für mich eine spirituelle Oase: Beeindruckend und demütig erinnern die verbrannten Säulen an die Gräueltaten, die sich hier im 16. Jh. zugetragen haben. › S. 35

3 **Entspannen im Jardim da Estrela** Im lauschigen Jardim da Estrela sitze ich gern auf einer Parkbank oder im Café und lese. Im Sommerhalbjahr finden auch regelmäßig Yogastunden im tropischen Garten statt. › S. 64

4 **PARK** Auf dem Dach des Parkhauses in der **Calçada do Combro 58** befindet sich eine meiner Lieblings-Rooftop-Bars. Grandiose Sonnenuntergänge und süßige Cocktails, während sich DJs um den Sound kümmern. › S. 65

5 **Água de Beber** In dieser ziemlich authentischen Bar wird meist brasilianische Live-Musik gespielt, dazu gibt es u. a. köstliche Caipirinhas und brasilianische *Petiscos* (Tapas). (Rua dos Poiais de São Bento 73, Di-So ab 18 Uhr). › S. 63

6 **Feira de Antiguidades, Velharias e Artesanato do Príncipe Real** Beim Stöbern über den wunderschönen Kunsthandwerks- und Antiquitätenmarkt – jeden letzten Samstag im Monat – lassen sich kleine Schätze finden! › S. 75

Mittelalterliche Gassen und Treppen

Casa dos Bicos › Arco de Jesús › Igreja São Miguel › Pateo 13
› Parreirinha de Alfama › Igreja Santo Estêvão › Dragão da
Alfama › Mosteiro de São Vicente de Fora

Start: Ⓜ Terreiro do Paço (Ⓜ blaue Linie)
Ziel: Ⓜ Calçada São Vicente (Straßenbahn E28)
Wann: abends sehr stimmungsvoll, Mitte Juni Stadtfest
Distanz: 2 km

Das Gassenlabyrinth der Alfama ist eine der wenigen Ecken des alten Lissabonner Stadtkerns, die das verheerende Erdbeben 1755 fast unbeschadet überstanden hat. Einst von den Mauren al-Hama, heiße Quellen, genannt, verzaubern die charmanten Plätze und die verwinkelten Gassen heute jeden Besucher – bei Tag wie bei Nacht.



Kein Stadtplan vermag es, die vielen kleinen Gässchen und Treppchen der **Alfama** ★ abzubilden, und so lassen sich viele Besucher einfach durch das mittelalterliche Stadtviertel treiben. Zu Zeiten der maurischen Besetzung war die Alfama das Stadtzentrum Lissabons, erst nach und nach

dehnte sich die Siedlung nach Westen aus. Die Angehörigen höherer sozialer Schichten zogen es vor, in lichtere Stadtviertel zu ziehen, zurück blieben die ärmeren Fischer. Heute bewohnen auch wieder Wohlhabendere die renovierten Häuser, viele Gebäude warten aber noch auf ihre Rettung und Instandsetzung. Abends erklingen aus vielen Restaurants und Kneipen Fado-

gesänge. Seit 2011 gehört der typische portugiesische Schicksalsgesang, der im 18. Jh. in den verruchten Kneipen der traditionellen Altstadtviertel Lissabons entstand, zum Welterbe der UNESCO.

Von der Metrostation Terreiro do Paço sind es nur wenige Schritte bis zur nach dem einstigen Zollgebäude benannten Rua da Alfândega mit der **Casa dos Bicos** **1**. Das Haus der Spitzen war einst ein privater Adelspalast und ist heute das einzige nicht sakrale Gebäude Lissabons, das aus der Zeit der Frührenaissance Anfang des 16. Jhs. erhalten geblieben ist. Es beherbergt mit seiner archäologischen Sammlung eine der fünf Abteilungen des **Museu de Lisboa** sowie die Stiftung des Literatur-Nobelpreisträgers von 1998, José Samarago. Direkt nebenan bietet die **Casa das Varandas** aus dem 18. Jh. ein hübsches Fotomotiv. Auf dem Platz vor dem Balkonhaus wurden früher Obst und Gemüse – auch vieles, aus den portugiesischen Kolonien Eingeführtes – gehandelt, deshalb heißt er bis heute Campo das Cebolas, Zwiebelfeld.

Durch das kleine Torhaus **Arco de Jesus** **2** geht es nun hinein in die Alfama. In der Rua de São João da Praça locken Fadolokale wie der edle **Clube de Fado** (Nr. 94) allabendlich Besucher an. Tagsüber kann man in der Straße in historischen Lebensmittel- und Weinläden portugiesische Spezialitäten einkaufen.

An der **Igreja de São Miguel** **3** und ihrem belebten Kirchplatz vorbei verläuft die Rua de São Miguel, eine Art Hauptgasse der Alfama. Am unteren Ende der Rua da Regueira befindet sich auf einem lauschigen



Casa dos Bicos



Die Straßenbahn E28

Castelo – die Wiege der Stadt

Igreja de Santiago › Largo do Contador Mor › Burgtor ›
Waffenplatz › Castelo de São Jorge › Núcleo Arqueológico ›
Palácio Belmonte › Miradouro das Portas do Sol

Start: ☺ Miradouro Santa Luzia (Straßenbahn E28)

Ziel: ☺ Largo Portas do Sol (Straßenbahn E28)

Wann: tagsüber oder am frühen Abend


Distanz: 1,5 km

Unübersehbar thront die mittelalterliche Stadtburg, das Castelo de São Jorge, über den Dächern Lissabons. Hier auf dem Burghügel wurde Lissabon vor über 3000 Jahren gegründet. Die zinnenbekrönte Festung diente jahrhundertlang den Herrschern als Wohnsitz. Heute belohnt der Aufstieg mit einmaligen Aussichten.



Phönizier gründeten vor rund 3000 Jahren auf der mächtigen Erhebung am Tejo-Delta den Ort Olisipo. Später besiedelten Griechen, Römer, Westgoten und Araber den Hügel, bevor ihn Dom Afonso Henriques, der erste portugiesische König, im 12. Jh. eroberte. Der Weg hinauf zur Burg führt an der kleinen **Igreja de Santiago 1** aus dem 18. Jh. vorbei zum begrünten **Largo do Contador Mor 2**, dem Platz der höheren Buch-

halter, an dem ein besonders schöner azulejoverzierter Stadtpalast zu bewundern ist. Hier beginnt eine Treppengasse hinauf zum **Burgtor 3** und zur Kasse für das Burggelände (März–Okt.

9–21, sonst bis 18 Uhr, 8,50 €). Hinter dem Burgeingang erreicht man den **Waffenplatz 4** – von hier lässt sich im Schatten der Bäume die Aussicht auf die Stadt besonders genießen. Vorbei am Restaurant **Casa do Leão** (tgl. 12.30–15.30, 19.30–22.30 Uhr, €€€), dessen Name vom mittelalterlichen Löwenzwinger an dieser Stelle zeugt, geht es zum **Castelo de São Jorge 5** , dem meistbesuchten Monument Portugals. Über steile Treppen lassen sich die Burgmauern und Türmchen erklimmen. Im Mittelalter war die königliche Wohnburg über den römischen und maurischen Befestigungsmauern errichtet worden, während der Salazar-Diktatur wurde ein Großteil der Anlage nachgebaut, sodass man sich gut in die Epoche der großen Herrscher zurückversetzen kann. Eine Besonderheit bietet der Turm Torre de Ulisses: Ein Periskop ermöglicht mithilfe von Linsen und Spiegeln einen 360°-Blick auf die Stadt. Ebenfalls auf dem Burggelände befindet sich die Ausgrabungsstätte **Núcleo Arqueológico 6**. Auf 2600 m² wurden Häuserreste aus dem 7.–3. Jh. v. Chr., Mauern aus der maurischen Zeit und Ruinen eines mittelalterlichen Palastes freigelegt.



Blick vom Castelo

Wieder zurück am Burgeingang lohnt es sich, durch das **Stadtviertel Castelo** zu schlendern. Etwa 400, meist ältere Menschen leben in Lissabons kleinster Gemeinde innerhalb der Befestigungsmauern. Seit den umfangreichen Sanierungsarbeiten Ende der 1990er-Jahre ist die Moderne in die Häuser eingezogen, sie verfügen jetzt alle über fließendes Wasser. Für pittoreske Fotomotive sorgen Vogelkäfige und liebevoll gestaltete Blumenkästen, die z. B. in der Rua do Espírito Santo an den Häusern hängen. Am Largo Santa Cruz do Castelo hat die junge

In der **Cantina Baldracca** gibt es preiswerte, aber gute italienische Gerichte in uriger Atmosphäre.

Sehr sympathisch!

- Rua das Farinhas 1, Mo–Sa 12–24 Uhr



MAL PAUSE MACHEN

stelle, geht es über die Calçada de São Lourenço hinunter auf die Rua de São Lourenço. Im Haus Nr. 5 serviert das kleine

Restaurant **Cantinho do Aziz** (s. Restaurants, S. 134) leckere afrikanische und indische Küche.

Die Hauswände am **Largo dos Trigueiros 7** und in der anschließenden Gasse Beco das Farinhas sind mit Schwarz-Weiß-Fotografien der Bewohner geschmückt, die

täglich durch das Viertel streifen – eine selbstgemachte Hommage an die Originale der Mouraria.

Einige Meter weiter erscheint die **Igreja de São Cristovão 8** aus dem 13. Jh. mit einer weißen manieristischen Fassade aus dem 17. Jh. und vergoldetem Inneren. Über die Calçada Mar-

quês de Tancos erreicht man die Costa do Castelo, die im Halbkreis um die Burg verläuft. Von der Esplanade des Restaurante Zambeze auf dem Dach des Parkhauses Chão do Loureiro aus hat man einen herrlichen Blick über Lissabon.

Die Kulturinitiative **Chapitô 9** (Nr. 1/7, s. Nightlife, S. 146) überrascht hinter einem unscheinbaren Eingang mit einem lauschigen

Innenhof und einem herrlichen Stadtblick. Sie ist weitaus mehr als eine Zirkusschule – insbesondere an Wochenenden gibt es Livekonzerte, Theateraufführungen und Zirkusshows – im Restaurant Chapitô à Mesa kommt leckeres Essen auf den Tisch.



Largo dos Trigueiros

Touren im Anschluss: 1, 2, 3



Lissabon bietet eine schier unendliche Auswahl an Restaurants: von einfachen typischen Tascas, sogar manchmal mit Fado-Begleitung, bis zu exquisiten Sterne-Restaurants. Neben der deftigen traditionellen portugiesischen Küche, die vor allem aus Fleisch- und Fischgerichten besteht, gibt es viele Einflüsse aus den ehemaligen Kolonien, auch asiatische und brasilianische Küche ist weit verbreitet. In den meisten Restaurants hat man inzwischen ohne Reservierung kaum noch eine Chance!

Cantinho do Aziz (Mouraria, Tour 4, S. 24)

Rua de São Lourenço 5, Tel. 218 87 64 72,
cantinhodoaziz.com, tgl. 12–23 Uhr, €

Das Ambiente des mosambikanischen Restaurants in dem multikulturellen Viertel Mouraria ist fantastisch, vor allem an lauen Abenden, wenn man das Garnelen-Curry oder die mit Erdnüssen verfeinerten Hühnerkreationen an den Tischen in der lauschigen Gasse vor dem Lokal genießen kann.

Casa do Alentejo (Santana, Tour 8, S. 40)

Rua das Portas de Santo Antão 58,

Tel. 213 40 51 40,

www.casadoalentejo.com.pt, €

Der noble Palast aus dem 17. Jh. gehört dem Verein der Immigranten aus der Südprovinz Alentejo und ist ein wahres Schmuckstück inmitten der Restaurant-



meile. Durch den neomaaurischen Patio gelangt man zum eleganten Festsaal und zum kleinen Restaurant. Hier gibt es köstliche alentejanische Gerichte, dazu Rotweine der Region – und das zu gar nicht palastähnlichen Preisen.

Cave 23 (Santana, Tour 8)Rua Câmara Pestana 23, Tel. 218 29 80 71, www.cave23.pt,

Di–Sa 20–23, Bar 17.30–0.30 Uhr, €€€

Versteckt in einem Gewölbekeller des großartigen Hotels Torel Palace überrascht dieses Gourmetrestaurant mit ausgefeilten Kreationen des jungen Chefs Bernardo Agrela. Er zaubert eine geschmacksexplosive Hommage an die portugiesische Küche. Beim Aperitif in der Terrassenbar gibt's vorher sogar noch eine umwerfende Aussicht über Lissabon.

Coelho da Rocha (Campo de Ourique, Tour 24, S. 103)

Rua Coelho da Rocha 104, Tel. 213 90 08 55, So geschl., €€

Das urige Lokal mit Holztischen und azulejoverzierten Wänden verwöhnt seine Besucher mit klassischer portugiesischer Küche. Vor allem die Fisch- und Meeresfrüchtegerichte sind berühmt, aber auch die typischen Nachtschmankerl-Kreationen wie Schokoladen- oder Maracujamousse.

Apotheken

Farmácias erkennt man am grün leuchtenden Kreuz (9 bis 19 Uhr geöffnet).

Botschaften

- **Deutschland:** Campo dos Mártires da Pátria 38, 1169-043 Lisboa, Tel. 218 81 02 10, www.lissabon.diplo.de
- **Österreich:** Avenida Infante Santo 43, 4. Stock, 1399-046 Lisboa, Tel. 213 94 39 00, www.bmeia.gov.at/oeb-lissabon
- **Schweiz:** Travessa do Jardim 17, 1350-185 Lisboa, Tel. 213 94 40 90, www.eda.admin.ch/lisbon

Feiertage

1. 1. Neujahr (*Ano Novo*);
- Karfreitag (*Sexta-Feira Santa*);
- Ostersonntag (*Páscoa*);
25. 4. Tag der Nelkenrevolution (*Dia da Liberdade*);
1. 5. Tag der Arbeit (*Dia do Trabalhador*);

10. 6. Nationalfeiertag/
Todestag des Dichters Luís de Camões (*Dia de Portugal*);
13. 6. Fest des Schutzpatrons
Lissabons (*Dia de Santo António*);
- Fronleichnam (*Corpo de Deus*),
15. 8. Mariä Himmelfahrt
(*Assunção de Nossa Senhora*);
5. 10. Tag der Republik (*Dia da República*),
1. 11. (*Todos-os-Santos*,
Allerheiligen),
1. 12. Befreiung von der
spanischen Fremdherrschaft
1640 (*Dia da Restauração*),
8. 12. Mariä Empfängnis
(*Imaculada Conceição*);
25. 12. Weihnachten (*Natal*)

Geld

- Man bekommt mit EC- oder Kreditkarten Bargeld an den Geldautomaten (*multibanco*), die am blauen Zeichen MB zu erkennen sind.
- Banken öffnen Mo bis Fr 8.30–15 Uhr.

Informationen

- **ask me Terreiro do Paço**

Praça do Comércio, Tel.
210 31 28 10, tgl. 9–20 Uhr

- **ask me Palácio Foz**

Praça dos Restauradores,
tgl. 9–20 Uhr

- Weitere Infokioske auf dem Rossio, auf dem Expo-Gelände, in Belém und am Flughafen.

Notruf

Tel. 112

Polizei

PSP (Policia de Segurança Pública):

Esquadra de Turismo, Palácio Foz, Praça dos Restauradores,
Tel. 213 42 16 23,
lsbetur@psp.pt

Sicherheit

Vor allem im Gedränge der Straßenbahn E28 ist Vorsicht vor Taschendieben geboten. Auch am Abend im Bairro Alto oder am Cais do Sodré sollte man auf seine Wertsachen aufpassen.

Telefon

Festnetznummern beginnen mit einer 2, Handynummern mit 9. Es gibt noch ein paar Münztelefone in der Stadt.

- **Vorwahlen:**

Portugal 00 351; Deutschland 00 49; Österreich 00 43; Schweiz 00 41

Toiletten

Öffentliche Toiletten findet man auf einigen Plätzen, in Tiefgaragen, Metrostationen und Bahnhöfen (S für Frauen, H für Männer).

Websites

- www.visitlisboa.com

ausführliche Touristeninfos

- www.agendalx.pt

Kulturprogramm

- pt.yeaaaaah.com

Konzerte

- www.cm-lisboa.pt

Stadtverwaltung

- www.lojascomhistoria.pt

Geschäfte mit Geschichte

- www.ipma.pt

Wetter



30 Touren zu Fuß für Stadtentdecker

Perfekt zusammengestellt und bequem machbar
Bei Sonne oder Regen, tagsüber oder abends



Beste Orientierung mit detaillierten Karten

Jede Tour mit eigener, ganzseitiger Karte
Mit eingezeichneten Tourstopps und Highlights



Die besten Adressen und persönliche Lieblinge der Autoren

Top-Restaurants, Shops, Hotels und Nightlifesspots
Plus überraschende Tipps: Mal Pause machen

ISBN 978-3-8464-0363-1



9 783846 403631