



# Peixaria

Fish counter

Por | By: Petra Luz  
Fotos | Photos: Luís da Cruz







## FRESCURA E QUALIDADE ORIUNDA DO MAR

Satisfazer ao máximo o cliente é o principal objectivo da peixaria do Supermercado Apolónia. O peixe é seleccionado de forma cuidada e os produtos exclusivos satisfazem as necessidades dos clientes mais exigentes.

Especialista na selecção e na arte de amarrar do peixe, Leonor Bastos iniciou a sua actividade ainda muito jovem. Hoje, aos 51 anos de idade, é o principal rosto da peixaria do Apolónia. Perfeccionista e com gosto pelo pormenor, todos os dias arranja a banca, apresentando o melhor logo pela manhã. Fernanda Gomes, de 39 anos, é, há dois anos e meio, o seu «braço direito».

## FINE QUALITY, FRESH FROM THE SEA

Satisfying customer's needs to the very maximum; this the prime objective of Apolónia Supermarket's fish counter. The fish is hand picked, while the product range is designed to fulfil the requirements of the most demanding of clientele.

An expert in the selection and art of preparing fish, Leonor Bastos started working with fish at an early age. Today, at 51, she is the guiding presence of Apolónia's fish counter. A perfectionist and stickler for details, every morning Leonor arranges her display counter, presenting the best catch as soon as the store opens. For the last two and a half years Fernanda Gomes has been her right-hand man.

Leonor e Pedro Bastos, mãe e filho, são criteriosos na selecção dos fornecedores e locais onde compram o peixe. A escolha passa essencialmente pela lota de Sagres, onde a diversidade e qualidade das espécies capturadas por métodos artesanais vão de encontro ao seu conceito. A pesca de anzol costeira, realizada por pequenas embarcações de um a dois pescadores, permite conservar intacto o aspecto e a integridade física do peixe, chegando muitas vezes ainda vivo à lota. O que se pretende, é que o circuito entre o mar – local onde é capturado – e a banca do Supermercado Apolónia seja o mais curto possível. O fornecimento do peixe começa a ser negociado no dia anterior, à tarde. O peixe vai sendo comprado e acondicionado em caixas com gelo. Depois segue-se uma operação logística que traz o peixe até ao armazém, onde é pesado e calibrado, e onde são seleccionados os tamanhos que mais interessam ao cliente Apolónia. No entanto, a sardinha só é comprada na manhã seguinte, por volta das seis da manhã, de modo a garantir a sua frescura.

A qualidade, aliada à diversidade e exclusividade em determinados produtos – tais como, o miolo de vieira, peixe galo, carabineiros e atum vermelho – fazem deste um local único e de eleição para a realização das compras de peixe. Mas nem sempre é fácil satisfazer os desejos dos clientes. O miolo de vieira e o atum vermelho são importados, obrigando a uma operação logística mais complexa. Oriundos da costa algarvia, o robalo grande do mar e os salmonetes são produtos cada vez mais raros, que exigem um cuidado diário para a manutenção da assiduidade na oferta destes produtos. A ideia é que o cliente saiba que no Supermercado Apolónia pode encontrar o peixe com as dimensões e a frescura dificilmente encontradas noutros locais. O robalo, a dourada e o pargo são os peixes mais procurados. O serviço personalizado, nomeadamente a preparação do peixe em função das preferências de cada cliente, são os factores de diferenciação. Em termos de preparação, o cliente tem a hipótese de levar o peixe escalado, filetado, com espinhas ou sem espinhas, com pele e sem pele entre outros. O objectivo é que o cliente tenha o mínimo trabalho com o peixe, usufruindo ao máximo do produto.

Leonor and her son Pedro are very particular in their selection of suppliers. The choice falls mainly to fish markets in Sagres, Portimão and Quarteira, where fish has been caught using traditional methods. Rod fishing ensures the ultimate in freshness given that the time taken to bring in the fish from the sea and for it to appear in the fish counter in Apolónia Supermarket is remarkably short. Fish supplies are arranged on the previous evening to delivery. The fish is purchased and cooled in ice-packed boxes. The fish is then transported to the warehouse, where it is weighed and compared before being selected according to size to best fit customer needs. Sardines are however only purchased early in the morning, at around 6 am, so as they can be available as soon as the fish counter opens.

Quality, combined with diversity and exclusivity in certain products, such as scallops, John Dory, scarlet shrimps and red tuna, make this a unique place to buy your fish. But it's not always that easy to satisfy clients' wishes. Scallops and red tuna are imported, involving a certain logistical management. Caught off the Algarve's coastline, the sea bass and red mullet are available in decreasing numbers, necessitating daily attention to ensure product availability. The idea is that clients can be sure that in Apolónia Supermarket they can find fish demonstrating such size and freshness that is difficult to find elsewhere. Sea bass, sea bream and Couch's sea bream are the most popular purchases. Personalised service and fish preparation according to customer preferences make this fishmonger stand out from the rest. In terms of preparation clients can choose to have their fish de-scaled, filleted, and boned or not. The aim is to make sure the client can enjoy the product with the least amount of work.

**PRAIA DO ANCÃO**

N 37° 02' 01.1  
W 8° 02' 22.1

**2 PASSOS**

**RESTAURANTE**

Praia do Ancão, Almancil  
Tel: 289 396435

ALMOÇOS aberto de Fevereiro a Novembro.  
JANTARES somente por reserva antecipada, mínimo de 20 pax e menu a combinar.

LUNCH open from February through to November.  
DINNERS only with reservation, a minimum of 20 people and with a pre-organised menu.

FID 104 2015

Em caso de dúvida na utilização de determinados peixes, bivalves e marisco, Leonor Bastos está sempre disposta a aconselhar a melhor forma de confeccionar o produto, de modo a retirar o máximo prazer gastronómico. Desta vez, a sugestão vai para a Sopa de Peixe.

When in any doubt in how to use certain fish or shellfish varieties, Leonor is always on hand to offer advice on how best to cook the product, so as to gain the most enjoyment from it. This time her suggestion is fish soup.



## SOPA RICA DE PEIXE

### INGREDIENTES

750 g de peixe de mar (Cherne, Rascaço, Ruivo) •  
2 colheres de sopa de sumo de limão e sal

### Para o caldo:

5 dl de água • 5 dl de caldo peixe ou carne •  
1 pacote de tempero para peixe cozido

### Para o molho:

75 g de chalotas ou cebolinhas • 1 alho francês • 1 pedaço de nabo  
• 1 cenoura • 1 tomate • 3 colheres de sopa de azeite • 1 copo de  
vinho branco • 10 g de maizena • 1 pacote de delícias do mar •  
3 colheres de sopa de ervas aromáticas • 4 fatias de pão de forma •  
10 g de manteiga

### PREPARAÇÃO

Compre o peixe já preparado na peixaria do Supermercado Apolónia •  
Lave-o em água corrente e seque-o • Regue-os com sumo de limão,  
tempere com sal e deixe marinar durante 10 minutos • Num tacho  
grande, leve ao lume a água, o caldo de peixe e o tempero para peixe •  
Quando estiver a ferver em cachão, junte o peixe e coza-o • Em seguida,  
retire o peixe do caldo e coe este último • Estufe as chalotas cortadas e  
os legumes no azeite; junte o caldo da cozedura e deixe ferver • Baixe o  
lume e deixe cozer durante 20 minutos • Adicione o vinho e a maizena  
desfeita num pouco de água fria • Rectifique os temperos • Junte o  
peixe e as delícias do mar cortadas • Decore com ervas aromáticas  
picadas • Sirva bem quente, acompanhado com quadrinhos de pão  
de forma fritos em manteiga

## HEARTY FISH SOUP

### INGREDIENTS

750g sea fish (stone bass, scorpion fish, grey gurnard) •  
2 dessertspoons of lemon juice • Salt

### For the stock:

500ml water • 500ml fish or meat stock •  
1 packet of cooked fish seasoning

### For the sauce:

75g shallots or baby onions • 1 leek •  
1 turnip • 1 carrot • 1 tomato •  
3 dessertspoons of olive oil •  
1 glass of white wine • 10g corn flour •  
1 pack of crab sticks • 3 dessertspoons of herbs •  
4 slices of bread • 10g butter

### METHOD

Buy the fish ready prepared at the fish counter • Clean it under running  
water • Drizzle with lemon juice and season with salt • Leave to marinate  
for 10 minutes • In a large saucepan heat the water, the fish stock and  
fish seasoning • Once boiling, add the fish and cook • Once cooked,  
remove the fish from the stock and pass the liquid through a sieve •  
Heat the chopped shallots and vegetables in some oil; add the strained  
stock and leave to boil • Reduce the heat and simmer for 20 minutes  
• Add the wine and the corn flour mixed in a little cold water • Check  
the seasoning • Add the fish and the chopped crab sticks • Sprinkle  
with freshly chopped herbs • Serve hot with little croutons made from  
the bread slices fried in butter

75cl de sedução

CONDE DE VIMIOSO  
vinho rose

JOÃO PORTUGAL RAMOS

Seja responsável. Beba com moderação.

Vinalda  
Grandes Vinhos, Grandes Marcas.