Descubrindo

Deputación DA CORUÑA

A paisaxe que sabe

da man de 20 produtores/as e 20xvinte®

Deputación DA CORUÑA

A *paisaxe* que sabe

Ecomuseo Forno do Forte
BUÑO

Área recreativa de Verdes
CORISTANCO

Ruta das Fervedas
CARBALLO

Murais urbanos
ORDES

Fervenza de Castriz
SANTA COMBA

Catedral de Santiago
SANTIAGO DE COMPOSTELA

Pico Sacro
VEDRA

Hórreos de Carnota e Lira
CARNOTA

PATACA

turismodacoruna.gal

Xosé Regueira | Vicepresidente e responsable de Turismo da Deputación da Coruña

Ola

Os percebes do Roncudo, os pementos de Padrón, o pan de Carballo, o queixo de Arzúa, a tortilla de Betanzos, as conservas do Barbanza... A nosa gastronomía é consecuencia do noso territorio, forma parte da nosa esencia e idiosincrasia. Neste recuncho tan auténtico, podemos afirmar que "comemos o que somos". O bo facer dos produtores locais é fundamental, xa que están levando a cabo iniciativas de emprendemento no medio rural, contribuíndo á fixación de poboación e xerando oportunidades.
Degustar a provincia da Coruña é moito máis que probar a nosa cociña: é coñecer a nosa historia, a nosa cultura, o noso territorio e as nosas xentes. Convidámoste a mergullarte nesta paisaxe que sabe.

Hola

Los percebes de O Roncudo, los pimientos de Padrón, el pan de Carballo, el queso de Arzúa, la tortilla de Betanzos, las conservas de O Barbanza... Nuestra gastronomía es consecuencia de nuestro territorio, forma parte de nuestra esencia e idiosincrasia. En este rincón tan auténtico, podemos afirmar que "comemos lo que somos". El buen hacer de los productores locales es fundamental, ya que están llevando a cabo iniciativas de emprendimiento en el medio rural, contribuyendo a la fijación de población y generando oportunidades. Degustar la provincia de A Coruña es mucho más que probar nuestra cocina: es conocer nuestra historia, nuestra cultura, nuestro territorio y nuestras gentes. Te invitamos a sumergirte en este paisaje que sabe.

Hi

Barnacles from Roncudo, peppers from Padrón, bread from Carballo, cheese from Arzúa, omelette from Betanzos, preserves from Barbanza... Our gastronomy is the consequence of our territory, and it's part of our essence and idiosyncrasy.
In this very authentic rench we can say that "we are what we eat". The local producers's well doing is essential, who are carrying out start-up initiatives in the rural world, contributing to the settlement of population in those areas and creating opportunities. Tasting the province of A Coruña is much more than trying out our cooking: it's getting to know our history, our culture, our land and our people. We invite you to dive into this tasteful landscape.

Non perdas / No te pierdas / Do not miss

1. Pico Sacro (Boqueixón)
2. Ventá do Atlántico (A Coruña)
3. Razo (Carballo)
4. Fervenza do Ézaro (Dumbría)
5. Confraría de Barallobre (Fene)
6. Igrexa de San Martiño (Noia)
7. Santa Comba
8. Fervenza das Hortas (Arzúa)
9. Refuxio de Verdes (Coristanco)
10. A Ponte Peón (Dumbría)
11. Cantís de Loiba (Ortigueira)
12. Rúa de San Pedro (Santiago)
13. Santa Cruz (Oleiros)
14. Fervenzas da Rexidoira (Oza-Cesuras)
15. Románico na Coruña e en Cambre
16. Pazo de Mariñán (Bergondo)
17. Betanzos
18. Ponte Nafonso (Outes)
19. Área recreativa da Santaia (Touro)
20. Fragas do Eume (Pontedeume, Monfero)

Deputación DA CORUÑA

turismo.dacoruna.gal
@DACTurismo
Turismo da Deputación da Coruña
Dacturismo

1 Pico Sacro (Boqueixón)

O Pico Sacro é un lugar máxico. Próximo á Vía da Prata, numerosas lendas vencéllano á mítica raíña Lupa e á chegada do corpo do Apóstolo a Galicia. Pero, ademais de peregrinos, atrae moitos visitantes, pois conta cun merendeiro, unha capela ou varias covas. Dende o cumio, desfrútase dunha impresionante vista panorámica.

El Pico Sacro es un lugar mágico. Próximo a la Vía de la Plata, numerosas leyendas lo vinculan a la mítica reina Lupa y a la llegada del cuerpo del Apóstol a Galicia. Pero, además de peregrinos, atrae a muchos visitantes al contar con un merendero, una capilla o varias cuevas. Desde la cumbre, se disfruta una impresionante vista panorámica.

The Pico Sacro–Sacred Peak–is a magical place. Located on the Vía de la Plata, or Silver Way, numerous legends link the site to the mythical Queen Lupa and the arrival of the Apostle's body to Galicia. Besides pilgrims, it attracts many visitors thanks to the picnic site, a chapel an various caves. From the summit, we can enjoy an impressive panoramic view.

Nando López / Fernando Calviño
Xerentes Orixes Galegas
IG. @orixesgalegas

2 Ventá do Atlántico (A Coruña)

Na ladeira do monte San Pedro, fronte a cinco illotes, esta xanela de granito ábrese ao Atlántico ofrecendo unha vista privilexiada do horizonte sobre o océano. É un lugar para soñar coa inmensidade e gozar do avistamento das numerosas especies de aves que aniñan na zona ou que se atopan de paso nas súas rutas migratorias.

En la falda del monte San Pedro, frente a cinco islotes, esta ventana de granito se abre al Atlántico ofreciendo una vista privilegiada del horizonte sobre el océano. Es un lugar para soñar con la inmensidad y disfrutar del avistamiento de las numerosas especies de aves que anidan en la zona o que se encuentran de paso en sus rutas migratorias.

At the skirt of Mount San Pedro, facing five islets, this granite window opens towards the Atlantic, offering a privileged view of the horizon above the ocean. It's a place for basking in the immensity and enjoying birdwatching, with numerous species nesting in the area and others passing though on their migratory routes.

José Antonio Fernández
Socio fundador de Ternura
https://petramora.com/collections/ternura

3 Razo (Carballo)

O espazo natural Razo-Baldaio é un dos grandes tesouros de Galicia, con máis de 6 quilómetros de areal e unha contorna de gran valor paisaxístico. Ademais de pola súa beleza salvaxe, destaca pola súa gastronomía local: produto de proximidade, ingredientes de calidade e o sabor auténtico da costa galega. Natureza e sabor en harmonía.

El espacio natural Razo-Baldaio es uno de los grandes tesoros de Galicia, con más de 6 kilómetros de arenal y un entorno de gran valor paisajístico. Además de por su belleza salvaje, destaca por la gastronomía local: producto de proximidad, ingredientes de calidad y el sabor auténtico de la costa gallega. Naturaleza y sabor en armonía.

The Razo-Baldaio natural area is one of the greatest treasures of Galicia, with more than 6 kilometers of sand banks and incredibly scenic surroundings. Apart from its wild beauty, the area stands out for its local gastronomy: farm to table, quality ingredients, and the authentic flavor of the Galician coast. Nature and flavor in harmony.

María Touceda
Directora de operacións de Cafés Lúa
https://cafeslua.com/

4 Fervenza do Ézaro (Dumbría)

O río Xallas, que lle dá vida a esta fermosa fervenza, nace en Santa Comba, a terra de Darío, e desemboca directamente no Atlántico, como unha xanela aberta ao mar igual que O Grove no que medrei. Ademais, conecta ao longo do seu curso varios concellos da Costa da Morte, para nós símbolo da unión de raíces, camiños e paisaxes que nos define.

El río Xallas, que da vida a esta hermosa cascada, nace en Santa Comba, tierra de Darío, y desemboca directamente en el Atlántico, como una ventana abierta al mar igual que O Grove en el que crecí. Además, en su curso conecta varios municipios de A Costa da Morte, como símbolo de la unión de raíces, caminos y paisajes que nos define.

The Xallas river, which gives life to this beautiful waterfall, springs up in Santa Comba, Dario's land, and lets out directly into the Atlantic like a window open to the sea, the same as O Grove, where I grew up. Furthermore, the river connects various towns of the Costa da Morte, a symbol of the unity of roots, paths and landscapes that define us.

Foto: Adrián Baúlde

Darío Capelo / Graciela Castro

Fundadores de ChichaLovers
www.chichalovers.gal

5 Confraría de Barallobre (Fene)

En plena ría de Ferrol, toda persoa que visite a confraría poderá seguir o proceso de extracción e venda do marisco. Verá como se fai o marisqueo a pé, o traslado á lonxa, o control de tamaños, o empaquetado e a etiquetaxe con rastrexabilidade, e a poxa. Tamén pode achegarse á depuradora e comprar sen intermediarios!

En plena ría de Ferrol, toda persona que visite la cofradía podrá seguir el proceso de extracción y venta del marisco. Verá cómo se hace el marisqueo a pie, el traslado a la lonja, el control de tamaños, el empaquetado y etiquetado con trazabilidad, y la subasta. También puede acercarse a la depuradora ¡y comprar sin intermediarios!

In the center of the Ferrol estuary, anyone who visits the fishermen's guild will be able to follow along in the process of harvesting and selling seafood. You will see the process of shellfishing, transfer to market, size control, packaging and traceable labeling, and the auction. You can even go to the treatment plant and buy directly!

Jorge López
Patrón maior da Confraría Santiago Apóstolo de Barallobre
https://www.mariscosdebarallobre.com/

6 Igrexa de San Martiño (Noia)

O símbolo da miña vila é esta igrexa gótica, que destaca polo seu rosetón central. Tamén pola súa torre inacabada, unida a unha lenda que di que todo aquel que intente rematala sufrirá un tráxico destino. Perderse polas rúas medievais que a rodean e aproveitar para desfrutar do sabor único dos produtos das nosas rías é un auténtico pracer.

El símbolo de mi pueblo es esta iglesia gótica, que destaca por su rosetón central. También por su torre inacabada, unida a una leyenda que dice que todo aquel que intente acabarla sufrirá un trágico destino. Perderse por las calles medievales que la rodean y aprovechar para disfrutar de los productos únicos de nuestras rías es un auténtico placer.

The symbol of my village is this gothic church, which stands out for its central rose window, as well as for its unfinished tower, part of a legend which states that all who try to finish it will suffer a tragic end. Losing oneself in the surrounding medieval streets and taking the opportunity to try unique products from our estuaries is an authentic pleasure.

Diego González
Director comercial de A Conserveira
https://www.aconserveiratradicion.es/

7

Santa Comba

A capital da comarca do Xallas garda un gran valor sentimental para min. Lembro acompañar o meu pai, César Bonilla, nas súas visitas dominicais. Gozabamos da excelencia culinaria da localidade, situada nunha comarca gandeira a un paso da Costa da Morte, e pola tarde guiabamos os nosos pasos cara á Fervenza de Castriz.

La capital de la comarca del Xallas guarda un gran valor sentimental para mí. Recuerdo acompañar a mi padre, César Bonilla, en sus visitas dominicales. Disfrutábamos de la excelencia culinaria de la localidad, ubicada en una comarca ganadera a un paso de A Costa da Morte, y por la tarde guiábamos nuestros pasos hacia la Fervenza de Castriz.

The capital of the Xallas river region has a great sentimental value for me. I remember accompanying my father, César Bonilla, on his Sunday visits. We enjoyed the area's culinary excellence, located in a ranching region not far from the Costa da Morte, and in the afternoon we would direct our steps towards the Fervenza de Castriz waterfall.

Fernando Bonilla
Xerente de Bonilla a la Vista
https://www.bonillaalavista.com/

8 Fervenza das Hortas (Arzúa)

A Galicia natural en todo o seu esplendor pódese sentir aos pés desta fermosa fervenza, un salto de auga de máis de 30 metros rodeado de exuberante vexetación. É unha paraxe máxica e, como tal, conta coa súa propia lenda, a dunha moza salvada da morte por Santa Marta. Anímate a completar a experiencia facendo a ruta PRG-169.

La Galicia natural en todo su esplendor se puede sentir a los pies de esta hermosa cascada, un salto de agua de más de 30 metros rodeado de exuberante vegetación. Es un paraje mágico y, como tal, cuenta con su propia leyenda, la de una joven salvada de la muerte por Santa Marta. Anímate a completar la experiencia haciendo la ruta PRG-169.

"Natural" Galicia, in all its splendor, can be felt at the foot of this stunning waterfall, a cascade of water more than 30 meters high, surrounded by exuberant greenery. It's a magical setting, and as such, it is complete with its own legend of a girl saved from death by Santa Marta. Complete the experience by doing the PRG-169 hiking route.

Carmela Cano
Xerenta de Queixos Galmesán
https://www.galmesan.es/

9 Refuxio de Verdes (Coristanco)

É un dos recunchos máis belos da Costa da Morte, unha paraxe natural onde se agochan antigos muíños movidos polas augas do Anllóns. Os saltos do río lembran a bravura das xentes da comarca e viven en harmonía coa frondosa vexetación que abraza o seu cauce igual que o labrego ampara a súa terra produtora.

Es uno de los rincones más bellos de A Costa da Morte, un paraje natural que esconde antiguos molinos movidos por las aguas del Anllóns. Los saltos del río recuerdan la bravura de las gentes de la comarca y viven en armonía con la frondosa vegetación que abraza su cauce igual que el campesino ampara su tierra productora.

This is one of the most beautiful corners of the Costa da Morte, a natural setting which hides old river mills spun by the waters of the Anllóns. The waterfalls of this river invoke the bravery of the people of the region, and live harmoniously alongside the leafy vegetation along the banks, just as a farmer protects his productive lands.

Lucía Calvo / José Iglesias
Xerentes de La Despensa D'lujo
https://ladespensadelujo.es/

10 A Ponte Peón (Dumbría)

Entre bosques frondosos e o suave murmurio do río, agarda discreta A Ponte Peón, un acueduto de pedra construído cara a 1950 que se eleva ata os 76 metros de altura en plena natureza. Visitalo é descubrir un recuncho con encanto onde historia e paisaxe convidan a vivir aventuras sinxelas e inesquecibles.

Entre bosques frondosos y el suave murmullo del río, aguarda discreta A Ponte Peón, un acueducto de piedra construido hacia 1950 que se eleva hasta los 76 metros de altura en plena naturaleza. Visitarlo es descubrir un rincón con encanto donde historia y paisaje invitan a vivir aventuras sencillas e inolvidables.

Among leafy forest and the soft murmur of the river, A Ponte Peón awaits, a Stone aqueduct built around 1950 which reaches 76 meters of elevation in the midst of nature. To visit it is to discover a charming corner of the world where history and scenic views invite one on simple but unforgettable adventures.

Diego Trillo
Fundador de Pandejuevo
https://www.pandejuevo.com/

11 Cantís de Loiba (Ortigueira)

Estes cantís de lousa, nos que as augas do Atlántico baten con bravura, son a área extractiva dalgunhas das algas que comercializamos, seguindo a tradición que iniciaron, con fins cosméticos, as 'algueiras' de Loiba a finais do século pasado. Balcón natural ao poñente, ofrece un dos mellores solpores da nosa costa galega.

Estos acantilados de pizarra, en los que las aguas del Atlántico baten con bravura, son el área extractiva de algunas de las algas que comercializamos, siguiendo la tradición que iniciaron, con fines cosméticos, las 'algueiras' de Loiba a finales del siglo pasado. Balcón natural al poniente, ofrece uno de los mejores crepúscolos de nuestra costa gallega.

These slate cliffs, where the waters of the Atlantic crash fiercely, are the harvesting place of some of the seaweed which we sell for cosmetic uses, following the tradition of the 'algueiras' (seaweed harvesting women) from Loiba at the close of the last century. A natural westward balcony, the cliffs offer one of the best sunsets of the Galician coast.

Sergio Baamonde
Responsable I+D, CA, MA en Mar de Ardora
https://mardeardora.es/

12 Rúa de San Pedro (Santiago)

O barrio de San Pedro, en Santiago, ten un especial significado para nós porque foi onde os meus avós estableceron Bodegas Lodeiros nos anos 40 do século pasado. A día de hoxe aínda se pode sentir a vida de barrio e é ideal para gozar da gastronomía local, probar bos viños e vermús e descubrir pequenos negocios con alma e autenticidade.

El barrio de San Pedro tiene un especial significado para nosotros porque fue el lugar elegido por mis abuelos para establecer Bodegas Lodeiros en los años 40 del siglo pasado. Hoy en día todavía se puede sentir la vida de barrio y es ideal para gozar de la gastronomía local, probar buenos vinos y vermuts y descubrir pequeños negocios con alma y autenticidad.

The San Pedro neighborhood has a special significance for us, because it was the place my grandparents chose to establish their wine cellar, Bodegas Lodeiros, in the1940s. Nowadays, one can still feel the life of the neighborhood, and it's ideal for enjoying local gastronomy, trying quality wine and vermuth, and discover authentic small businesses with soul.

Pablo Lodeiros
Director de Bodegas Lodeiros
www.bodegaslodeiros.com

13

Santa Cruz (Oleiros)

Un paseo á tardiña cunha posta de sol única, amenizada polo son das ondas rompendo contra a muralla que protexe un castelo do século XVI e ao que se pode acceder a través dunha plataforma de madeira sobre o mar. De fondo, a cidade da Coruña coa súa baía en todo o seu esplendor. Deleite para os sentidos.

Un paseo al atardecer con una puesta de sol única, amenizada por el sonido de las olas rompiendo contra la muralla que protege un castillo del siglo XVI al cual se puede acceder a través de una plataforma de madera sobre el mar. De fondo, la ciudad de A Coruña con su bahía en todo su esplendor. Deleite para los sentidos.

A walk at dusk with a unique sunset, accompanied by the sound of waves breaking against the wall that protects a 16th century castle, which can be accessed by a wooden boardwalk over the sea. In the background, the city of A Coruña with the bay in all its splendor. A delight for the senses.

Óscar Varela
CEO de Martietas de Fío e Fío de Martié
www.martietasdefio.com

14 Fervenzas da Rexidoira (Oza-Cesuras)

Moi próxima ás nosas colmeas, podemos facer unha máxica ruta de sendeirismo que nos levará, a través de densos bosques autóctonos, a catro fervenzas formadas polo río Mendo. A ruta, breve pero algo esixente, está acondicionada para axudar as/os visitantes. E, para descansar do paseo, a área recreativa de Reboredo é o lugar perfecto.

Muy cerca de nuestras colmenas, podemos hacer una mágica ruta de senderismo que nos llevará, a través de densos bosques autóctonos, a cuatro cascadas formadas por el río Mendo. La ruta, breve aunque algo exigente, está acondicionada para ayudar a las/os visitantes. Y, para descansar del paseo, el área recreativa de Reboredo es el lugar perfecto.

Very near to our beehives, we can hike a magical trail which will lead us, by way of dense native forests, to four waterfalls formed by the Mendo river. The route, brief but a bit trying, has been outfitted to aid visitors. And, to rest on the journey, the Reboredo rest area is the perfect place.

Elías Seoane
Xerente de Apia Natura
https://www.apianatura.com/

15

Románico na Coruña e en Cambre

Embárcate nunha viaxe a través da arte románica na Coruña. Admira a Colexiata de Santa María do Campo a poucos pasos da igrexa de Santiago. Aventúrate polo encanto da zona antiga e aproveita para dar un tranquilo paseo ata a maxestosa Torre de Hércules. A só uns quilómetros, déixate levar pola beleza de Santa María de Cambre.

Embárcate en un viaje a través del arte románico en A Coruña. Admira la Colegiata de Santa María del Campo a pocos pasos de la iglesia de Santiago. No te pierdas el encanto del casco antiguo y aprovecha para dar un tranquilo paseo hasta la majestuosa Torre de Hércules. A solo unos kilómetros, déjate llevar por la belleza de Santa María de Cambre.

Embark on a journey through Romanesque art. Admire the collegiate Church of Santa Maria del Campo, just a few steps from the Church of Santiago. Don't miss the enchantment of A Coruña's old town, and take the opportunity to walk to the Majestic Torre de Hércules. Only a few kilometers away, let the beauty of Santa María del Cambre whisk you away.

Enrique Pena
Director e mestre destilador
Vánagandr Destilerías SL • www.vanagandr.com

Deputación DA CORUÑA

A paisaxe que sabe

Non perdas

1. Pico Sacro (Boqueixón)
2. Ventá do Atlántico (A Coruña)
3. Razo (Carballo)
4. Fervenza do Ézaro (Dumbría)
5. Confraría de Barallobre (Fene)
6. Igrexa de San Martiño (Noia)
7. Santa Comba
8. Fervenza das Hortas (Arzúa)
9. Refuxio de Verdes (Coristanco)
10. A Ponte Peón (Dumbría)
11. Cantís de Loiba (Ortigueira)
12. Rúa de San Pedro (Santiago)
13. Santa Cruz (Oleiros)
14. Fervenzas da Rexidoira (Oza-Cesuras)
15. Románico na Coruña e en Cambre
16. Pazo de Mariñán (Bergondo)
17. Betanzos
18. Ponte Nafonso (Outes)
19. Área recreativa da Santaia (Touro)
20. Fragas do Eume (Pontedeume, Monfero)

● Produtores/as
● Restauradores/as

Deputación DA CORUÑA

turismo.dacoruna.gal
@DACTurismo
Turismo da Deputación da Coruña
Dacturismo

16 Pazo de Mariñán (Bergondo)

Esta construción barroca do século XVIII cos seus espectaculares xardíns abertos á ría de Betanzos e o seu observatorio de aves ofrécenlle unha experiencia única aos amantes da cultura e da natureza. Para que o recordo sexa aínda máis doce, achégate ao noso obradoiro a só dous quilómetros e anímate a probar a nosa torta mantecada de Mariñán.

Esta construcción barroca del siglo XVIII con sus espectaculares jardines abiertos a la ría de Betanzos y su observatorio de aves ofrecen una experiencia única a los amantes de la cultura y la naturaleza. Para que el recuerdo sea aún más dulce, acércate a nuestro obrador a solo dos kilómetros y anímate a probar nuestra torta mantecada de Mariñán.

This baroque construction from the 18th century, with its spectacular gardens facing the Betanzos estuary and its bird observatory, offers a unique experience to culture- and nature-lovers. And, to sweeten the memories of your visit, come visit our shop, only two kilometers away. You simply have to try our Mariñán butter cake!

Lucía No

Encargada de repostería San Isidro Bakery
https://sanisidrobakery.com/

Betanzos

Xoia medieval de rúas empedradas e fermosas igrexas góticas como a de San Francisco ou a de Santa María do Azogue, Betanzos é coñecida en toda España pola súa tortilla de patacas pouco callada. Obra de arte que ten o ovo como protagonista, hai que saboreala nunha das tascas típicas do núcleo histórico e acompañala con viños locais brancos.

Joya medieval de calles empedradas y hermosas iglesias góticas como la de San Francisco o la de Santa María del Azogue, Betanzos es conocida en toda España por su tortilla de patatas poco cuajada. Obra de arte con el huevo como protagonista, hay que saborearla en una de las tascas típicas del núcleo histórico y acompañarla con vinos blancos locales.

A medieval jewel with stone streets and gorgeous gothic churches such as San Francisco and Santa María del Azogue, Betanzos is known throughout Spain for its runny Spanish omelette. It's a work of art with the egg as its protagonist, and it must be tried in one of the customary pubs in the historic center, accompanied by a local White wine.

Luis Sande
Socio fundador Pagos de Brigante
https://pagosdebrigante.es/

18

Ponte Nafonso (Outes)

O noso fogar é unha xoia medieval no Camiño pola Ría de Muros-Noia xusto onde desemboca o Tambre. É unha fermosa aldea que conxuga a beleza das paisaxes rurais coa monumentalidade da súa famosa ponte, de máis de vinte arcos, e nos convida a facer andainas pola contorna para chegar ata o pazo do Tambre ou a igrexa de San Tirso de Cando.

Nuestro hogar es una joya medieval en el Camino por la Ría de Muros-Noia, justo donde desemboca el Tambre. Es una hermosa aldea que une la belleza de los paisajes rurales a la monumentalidad de su famoso puente, de más de veinte arcos, y nos invita a hacer caminatas por la zona para llegar hasta el Pazo do Tambre o a la iglesia de San Tirso de Cando.

Our home is a medieval jewel along the Camino via the Muros-Noia estuary, just where the Tambre river lets out. It's a gorgeous hamlet which unites the beauty of rural landscapes with the monumentality of its famous bridge with more than twenty arches. It invites us to walk around the area to arrive to the Pazo do Tambre manor or the San Tirso de Cando church.

Victorino Pedrosa
Xerente de Casa da Avoa
https://casadaavoa.com

19

Área recreativa da Santaia (Touro)

A área recreativa da Santaia é para min un deses lugares cun encanto especial. Nela mestúranse auga e luz, e sobre todo reflicte moi ben o que é un bosque galego. Alí, á beira do Lañas, atopo ese espazo de desconexión total que necesito cando estou moi estresada. Se che gusta andar, é o punto de partida da Ruta dos Tres Ríos.

El área recreativa de A Santaia es uno de esos lugares con un encanto especial. En ella se mezclan agua y luz, y sobre todo refleja muy bien lo que es un boque gallego. Allí, a orillas del Lañas, encuentro ese espacio de desconexión total que necesito cuando estoy muy estresada. Si te gusta andar, es el punto de partida de la Ruta de los Tres Ríos.

The recreational area of Santaia is one of those places with a special charm. Water and light meld together, and above all else, the place reflects the essence of a Galician forest. There, on the banks of the Lañas, I find that space for total disconnection that I need when I'm stressed. If you like walking, it's the trailhead of the Three Rivers Route.

Brígida Hermida
Mestra xeadeira en Xearte Brigitte
IG. @xeartebrigitte

20

Fragas do Eume (Pontedeume, Monfero)

Esta paraxe feiticeira, con ríos, pontes colgantes e camiños agachados, convida a percorrela con calma e sen multitudes. Subir ata o mosteiro de Caaveiro, que remonta as súas orixes ao século XII, paga a pena tanto en por si como polo bar aos seus pés e o bocadillo de tortilla de pataca chips con pisto ao pesto premiado en Madrid Fusión.

Este paraje de ensueño, con ríos, puentes colgantes y caminos escondidos, invita a recorrerlo con calma y sin multitudes. Subir hasta el monasterio de Caaveiro, que remonta sus orígenes al siglo XII, merece la pena tanto por sí mismo como por el bar a sus pies y el bocadillo de tortilla de patata chips con pisto al pesto premiado en Madrid Fusión.

This dreamy location, with rivers, hanging bridges and hidden paths, invites you to explore calmly and without crowds. The climb to the Caaveiro monastery, originating in the 12th century, is worth the effort in and of itself, but also for the bar at the base with its potato chip-omelette and ratatouille with pesto sandwich, award winner at "Madrid Fusión".

Paula Suárez-Vence
Coordinadora da Despensa de Vila Sen Vento
https://despensavilasenvento.com/

Deputación DA CORUÑA

A *paisaxe* que sabe

MEXILLÓN

turismodacorunagal

Produtores/as

Deputación DA CORUÑA A paisaxe que sabe

ORIXES GALEGAS

Boqueixón • Teléf. 659 760 619
orixesgalegas@gmail.com • @orixesgalegas

EMPANADAS TERNURA

Pol. Pocomaco, C1-G10 • 15190 A Coruña • Teléf. 881 255 349
info@ternura.es • www.ternura.es • @ternura_empanadas

CAFÉS LÚA

Rúa A Rega, 29 - Bértoa • 15105 Carballo • Teléf. 981 755 907
info@cafeslua.com • www.cafeslua.com • @cafes_lua

CHICHALOVERS

Rúa Aller Ulloa, 5 • Santiago • Teléf. 698 129 565
www.chichalovers.gal • @chichalovers.santiago

Produtores/as

Deputación da Coruña
A paisaxe que sabe

MARISCOS DE BARALLOBRE

Peirao de Barallobre, s/n • 15528 Fene • Teléf. 656 832 743
cofradia@cofradiabarallobre.com • www.mariscosdebarallobre.com
@cofradiabarallobre

A CONSERVEIRA

Aldea Fafián, 30 D • 15960 Ribeira • Teléf. 881 943 533
info@aconserveiratradicion.com • www.aconserveiratradicion.es
@conservas_aconserveira

BONILLA A LA VISTA

Avenida Arsenio Iglesias • 15142 Arteixo • Teléf. 981 602 607
correo@bonillaalavista.com • www.bonillaalavista.com • @bonillaalavista

QUEIXO GALMESÁN

Lugar de Teiraboa, s/n • 15810 Arzúa • Teléf. 981 508 078
gerencia@galmesan.es • www.galmesan.es • @queso_galmesan

Produtores/as

Deputación DA CORUÑA A paisaxe que sabe

LA DESPENSA D´LUJO

Vila de Cee, 8, baixo • Carballo • Teléf. 681 096 729
www.ladespensadelujo.es • @ladespensadelujo

PANDEJUEVO

Rúa A Coruña, 8 • 15270 Cee • Teléf. 881 340 010
hola@pandejuevo.com • www.pandejuevo.com • @pandejuevo

ALGAS MAR DE ARDORA

Polígono Industrial A Rega-Cuíña Parc. 97 • 15332 Ortigueira
Teléf. 881 122 935 • info@mardeardora.es
www.mardeardora.es • @algas_ardora

BODEGAS LODEIROS

Vía Faraday, 20 • 15890 Santiago de Compostela
Teléf. 981 586 437 • www.bodegaslodeiros.com
@bodegaslodeiros

Produtores/as

Deputación da Coruña
A paisaxe que sabe

MARTIETAS DE FÍO

Parroquia de Guísamo, parcela A1 - nave 6 • 15165 Bergondo
Teléf. 645 209 443 • Info@martietasdefio.com
www.martietasdefio.com • @martietasdefio

APIA NATURA

Lugar As Tablas, 74 • Oza-Cesuras • Teléf. 881 898 020
www.apianatura.com • @apianatura, @melias_miel

GIN VÁNAGANDR

A Telva, 13, baixo • 15181 Cambre • Teléf. 981 653 457
compras@vanagandr.com • www.vanagandr.com • @vanagandr

SAN ISIDRO BAKERY

San Isidro, 3 • Bergondo • Teléf. 981 791 203
www.sanisidrobakery.com • @sanisidrobakery_1906, @lucinolopez

Produtores/as

Deputación da Coruña
A paisaxe que sabe

PAGOS DE BRIGANTE

Paseo Antolín Faralde, 10, baixo • 15300 Betanzos
Teléf. 630 806 459 • info@pagosdebrigante.com
www.pagosdebrigante.es • @pagosdebrigante_

CASA DA AVOA

Corga-Cando, 24 • 15286 Outes • Teléf: 669 167 665
www.casadaavoa.es *(en construción)* • @casadaavoa

XEARTE BRIGITTE

Rúa de San Pedro, 70 • Santiago • Teléf. 981 973 169
www.xearte.es • @xeartebrigitte

LA DESPENSA DE VILA SEN VENTO

Lugar de Piñeiro, 4, Piñeiro •15823 O Pino • Teléf. 649 906 356
www.despensavilasenvento.com • @VilaSenVento

Deputación
DA CORUÑA
A paisaxe
que sabe
Nada en:
CARBALLO
Na sua memoria:
Praia Area Maior
MALPICA DE BERGANTIÑOS
Estudos:
IES Alfredo Brañas
CARBALLO
Un clásico da
sua carta: Vieira
FERROL
Un indispensable:
A Cunca
BUÑO
Recuncho favorito:
Cabo Vilano
CAMARIÑAS
ROCÍO MARTÍNEZ
PEMENTA ROSA. CARBALLO
turismodacorunagal

Restauradores/as

Deputación da Coruña
A paisaxe que sabe

RETIRO DA COSTIÑA

Avda. de Santiago, 12 • 15840 Santa Comba
Teléf. 981 880 244 • info@retirodacostina.com
www.retirodacostina.com • @rdecostina

A TAFONA

Rúa Virxe da Cerca, 7 • 15703 Santiago • Teléf. 981 562 314
reservas@restauranteatafona.com • www.luciafreitas.es
@atafonarestaurante

ÁRBORE DA VEIRA

Monte de San Pedro • Estrada Os Fortes s/n 15011 A Coruña
Teléf. 981 078 914 • www.arboredaveira.com • @arboredaveira

AS GARZAS

Porto Barizo, 40 • 15113 Malpica de Bergantiños
Teléf. 981 721 765 • info@asgarzas.com
www.asgarzas.com • @asgarzas

Restauradores/as

Deputación da Coruña

A paisaxe que sabe

CASA MARCELO

Hortas, 1 • 1505 Santiago de Compostela • Teléf. 981 558 580
reservas@casamarcelo.net • www.casamarcelo.net
@rcasamarcelo

O PAZO

Pazos, s/n • 15900 Padrón • Teléf. 671 903 406
info@asadoropazo.es • www.asadoropazo.es
@asador.opazo

SIMPAR

Rúa do Vilar, 47, baixo • Santiago de Compostela
Teléf. 881 977 601 • reservas@restaurantesimpar.com
www.restaurantesimpar.com • @restaurantesimpar

TERRA

Paseo da Ribeira, 65 • 15155 Fisterra • Teléf. 981 41 83 75
terrafisterra@gmail.com • www.terrafisterra.com
@terra_restaurante_fisterra

Restauradores/as

Deputación DA CORUÑA A paisaxe que sabe

O SECADEIRO

Lugar Banzas, 18 • 15237 Outes • Teléf. 881 308 134
www.osecadeiro.es • @osecadeirorestaurante

O BALADO

Ardesende, 3 • 15881 Boqueixón
Teléfs. 657 290 362 / 639 89 37 49 • www.obalado.com

ESPAZO ABELLA

Lugar de Formarís, 26A • Santiago de Compostela
Teléf. 604 055 938 • admin@espazoabella.com
www.espazoabella.com • @espazo_abella

GRUPO PECULIAR

Rúa Galera, 17 • 15003 A Coruña • Teléf. 981 975 897
peculiarcoruna@gmail.com • www.grupopeculiar.com
@peculiarcoruna

Restauradores/as

Deputación da Coruña
A paisaxe que sabe

MUELLE 43

Avenida de Mar, 43, baixo • 15620 Mugardos
Teléf. 981 472 009 • @muelle43

NADO

Callejón de la Estacada, 9 • 15001 A Coruña • Teléf. 981 979 433
www.nado.es • @nadorestaurante

PRACER ZALAETA

Rúa Salgado Somoza, 13, baixo • 15002 A Coruña
Teléf. 981 009 750 • www.restaurantepracerzalaeta.com
@pracerzalaeta

ARRUEIRO

Lugar de Arrueiro, s/n, Soesto • 15118 Laxe
Teléf. 617 747 206 • info@arrueiro.com • www.arrueiro.com
@arrueiro_

Restauradores/as

Deputación DA CORUÑA A paisaxe que sabe

O CAMIÑO DO INGLÉS

Rúa Espartero, 77 • 15401 Ferrol • Teléf. 981 352 090
info@caminodoingles.com • www.ocaminodoingles.com
@ocaminodoingles

A HORTA DO OBRADOIRO

Rúa das Hortas, 16 • 15705 Santiago • Teléf. 881 031 375
ahortadoobradoiro@gmail.com • www.ahortadoobradoiro.com
@ahortadoobradoiro

O CAMIÑO FALA

Lugar de Quintáns, 3 • 5256 Mazaricos • Teléf. 881 564 350
ocaminofala@gescahoteles.com • @caminofala

BALARÉS

Balarés, 3 - Ponteceso • Teléf. 622 591 400 • hola@balares.es
www.balares.es • @balareshotel

20xvinte®
www.20xvinte.es
As guías turísticas + riquiñas de Galicia

Edición: xullo 2025
Depósito legal: C1068-2025
Imprime: Improset
Síguenos en Instagram e Facebook
Escríbenos a info@20xvinte.es

Deputación DA CORUÑA

A *paisaxe* que sabe

- *Terra* — FISTERRA
- *As Garzas* — MALPICA DE BERGANTIÑOS
- *Casa Marcelo* — SANTIAGO DE COMPOSTELA
- *A Tafona* — SANTIAGO DE COMPOSTELA
- *O Balado* — BOQUEIXÓN
- *Retiro da Costiña* — SANTA COMBA
- *Árbore da Veira* — A CORUÑA
- *O Pazo* — PADRÓN
- *Simpar* — SANTIAGO DE COMPOSTELA
- *O Secadeiro* — SERRA DE OUTES

ESTRELAS MICHELÍN 2025

turismodacoruna.gal